

## OBSAH

Předmluva k prvnímu vydání . . . . .	5
Předmluva k druhému vydání . . . . .	8

### *Kapitola první*

Sociální obsah otázky prodloužení života v SSSR . . . . .	9
1. Nutnost komplexního studia stárnutí a délky života . . . . .	9
2. Výklad otázky prodloužení života v historii lékařství s hlediska subjektivního přání . . . . .	10
3. Nová náplň problému prodloužení života a boje proti předčasnému stárnutí v SSSR . . . . .	12
4. Rostoucí potřeba zkušených kádrů a požadavek co největšího prodloužení produktivního života, tedy i prodloužení života samého . . . . .	14
5. Aktivní tvůrčí činnost I. P. Pavlova ve stáří — jasný příklad socialistického řešení problému stáří . . . . .	17

### *Kapitola druhá*

Relativní stálost hranic života a úspěchy v boji za prodloužení průměrné délky života . . . . .	28
1. Prodloužení života jako následek růstu produktivních sil a změn sociálně ekonomických podmínek . . . . .	28
2. Pesimistické stáří při individuálním vztahu k životu. Uchování plné činnosti a radosti ze života v kolektivní práci a společenské tvůrčí činnosti . . . . .	30
3. Pravidelný pracovní proces a zaměstnanost jako nezbytná podmínka zdravého stáří . . . . .	41
4. L. N. Tolstoj a tragédie pomíjivosti lidského života. Dialektika života a smrti. Přejít krátkého života v dlouhý život společnosti . . . . .	43
5. Počínající stáří nepodryvá samo o sobě síly a schopnost pracovat a účastnit se společenského života. Vliv přechozích nemocí a jejich následky na procesy stárnutí. Příklady zdravého aktivního stáří . . . . .	50
6. Staré a nové názory na podstatu procesů „normálního stárnutí“ a „fysiologické smrti“ . . . . .	53

### *Kapitola třetí*

Osobní hygiena a sociální profylaxe v prodloužení života . . . . .	59
1. Prevence a boj proti nemocem — hlavní cesta k prodloužení života. Úloha a význam osobní hygieny, především zdravé práce . . . . .	59
2. Uplatnění společenské hygieny. Práce F. F. Erismana. Přiznání rozhodujícího významu sociální hygieny . . . . .	65
3. Názory I. I. Mečnikova na úkoly a cesty umožňující uskutečnit „normální“ délku lidského života. Zhodnocení těchto názorů s hlediska sociální hygieny . . . . .	69

### *Kapitola čtvrtá*

Prodloužení průměrné délky života jako přímý důsledek snížení odstranitelné úmrtnosti . . . . .	79
---	----

1. Přejchod k pomalejšímu střídání generací. Karel Marx o „zákonu populačním“ za rozvíjejícího se kapitalismu . . . . .	79
2. Předpoklady a podmínky pro vývoj obyvatelstva v SSSR v socialistické organisaci společnosti . . . . .	81
3. Pokles přirozeného přírůstku obyvatelstva pro velmi nízkou porodnost v Anglii, ve Švédsku a v jiných kapitalistických zemích . . . . .	84
4. Vysoký přirozený přírůstek obyvatelstva v SSSR při optimální úrovni porodnosti . . . . .	87
5. Kolik lidí se dožívá vysokého stáří? . . . . .	87
6. Velká úmrtnost a kratší život mužů; čím jsou sociálně podmíněny . . . . .	89
7. Početnost starších a stařeckých skupin. Jejich poměrný růst v různých zemích . . . . .	92

#### *Kapitola pátá*

Skupiny starých lidí jako složka obyvatelstva různých zemi . . . . .	96
1. Skupiny starších a starých lidí ve složení obyvatelstva podle věku . . . . .	96
2. Standardní věkové složení obyvatelstva a poměrný podíl stařeckých skupin v tomto složení . . . . .	98
3. Nepatrný počet starých lidí 80letých a starších. Poměrně velký podíl skupin obyvatelstva ve věku 60—70 let . . . . .	101
4. Sedmdesátiletí a starší lidé v SSSR . . . . .	102
5. Nespolehlivost údajů o počtu starších a stařeckých skupin. Nepřesné údaje starých lidí o jejich věku . . . . .	105
6. Způsoby, jimiž se měří stupeň nepřesnosti údajů o věku . . . . .	107
7. Století v různých zemích. Mylné věkové údaje. Legendy o velkém počtu stoletých . . . . .	112
8. Století mezi obyvatelstvem USA; jejich velký počet jen mezi černošským obyvatelstvem jako následek známého nadsazování při údajích o věku . . . . .	116
9. Poměrně pevná stálost předpokladů pro dlouhý život v tisícileté historii lidstva . . . . .	117
10. O zveličování počtu stoletých a o větší délce života žen než mužů . . . . .	118
11. Doba a věk, v němž počíná stáří. Rozdělení lidského života na základní věková období . . . . .	120
12. Doba „přirozené“ smrti stářím. Novější i starší názory na tuto otázku . . . . .	125

#### *Kapitola šestá*

Statistika věkové úmrtnosti. — Růst ukazatele úmrtnosti . . . . .	131
1. Materiál o věkovém složení zemřelých jako pramen pro posouzení délky lidského života . . . . .	131
2. Nepatrný podíl stáří a stařecké sešlosti na příčinách smrti ve stařeckém věku . . . . .	133
3. Pokles úmrtnosti stařeckou sešlostí v souvislosti s poklesem nemocnosti v ranějších životních obdobích . . . . .	137
4. Růst intenzivních věkových ukazatelů úmrtnosti jako následek progresivního poklesu životní odolnosti . . . . .	143
5. Pozoruhodné zlepšení (pokles) ukazatelů úmrtnosti po revoluci ve stařeckých skupinách. Význam různých nemocí mezi příčinami smrti ve stařeckých skupinách . . . . .	146
6. Příčiny slabého poklesu věkových ukazatelů úmrtnosti ve stařeckém věku proti mladším věkovým skupinám . . . . .	149

#### *Kapitola sedmá*

Vzestup nemocnosti a dočasné pracovní neschopnosti pro nemoc ve stáří . . . . .	158
1. Růst ukazatelů celkové nemocnosti, počet dní a průměrná délka onemocnění v pokročilém věku a stáří . . . . .	158

2. Nepřetržitý růst ukazatele/zmrzačení úměrný postupu na věkovém žebříčku 161
3. Povah a složení nemocnosti v pokročilém věku a ve stáří . . . . . 168

### *Kapitola osmá*

Použití tabulek o úmrtnosti a dožití pro určení délky budoucího života . . . . .	182
1. Průměrný věk žijících a jeho závislost na výkyvech porodnosti . . . . .	182
2. Závislost průměrného věku zemřelých na porodnosti . . . . .	183
3. Průměrná délka života podle „tabulek úmrtnosti“ nebo dožití . . . . .	184
4. Starý způsob sestavování „tabulky dožití“ . . . . .	185
5. Demografický obsah historicky se měnících „populačních zákonů“ . . . . .	186
6. Dnešní nepřímý způsob sestavování tabulek dožití a úmrtnosti. Pravděpodobná a průměrná délka dožití . . . . .	190
7. Značný růst průměrné délky života v SSSR podle tabulek úmrtnosti z let 1926—27 ve srovnání s předrevolučním Ruskem. Dynamika průměrné délky dožití na různých věkových stupních . . . . .	192
8. Úplná neprůkaznost vysvětlení změn v průběhu dožití pod vlivem předchozího vymírání. Význam sociálního a třídního složení těch, kdo se dožívají dalších věkových stupňů . . . . .	196
9. Dynamika průměrné délky dožití. Naprostá nepodloženost „theorie“ o kladném významu úmrtnosti v raném věku „výběr“ dlouhověkých jedinců . . . . .	202
10. Podstata vlivu ekonomiky a cesty, jimiž působí na zdraví a délku života . . . . .	208
11. Význam ukazatelů úmrtnosti a jednotlivých skupin nemocí pro charakteristiku změn zdravotního stavu v masovém měřítku . . . . .	215
12. Úmrtnost, kterou lze poměrně snadno odstranit, a její odraz v průměrné délce života . . . . .	217

### *Kapitola devátá*

Prodloužení průměrné délky dožití pro ty, kdo prožili první léta života, ve srovnání se zbývajícím délkou života při narození. . . . .	219
1. Prodloužení pravděpodobné a průměrné délky dožití. Konjunkturální charakter výpočtu pravděpodobné a průměrné délky života . . . . .	219
2. Změny průměrné délky života v prvním měsíci a v prvním roce života. Jejich podmíněnost činiteli sociálními a zdravotními . . . . .	220
3. Změny v rozdílu mezi průměrnou délkou života při narození a průměrnou délkou dožití při dosažení dalších věkových období. Jejich podmíněnost faktory sociálně ekonomickými . . . . .	225
4. Analýza změn průměrné délky života za různá historická období . . . . .	230
5. Rozhodující význam sociálně ekonomických podmínek pro změny průměrné délky dožití . . . . .	235
6. Úzka souvislost průměrné délky dožití s úrovní dětské úmrtnosti . . . . .	239
7. Počet těch, kdo se z původního celkového počtu narozených podle tabulek úmrtnosti dožili různého věku a zvláště různých stupňů věku stařeckého . . . . .	239
8. Dynamika počtu zemřelých z původního celkového množství narozených za přechodu z jedné věkové skupiny do druhé podle tabulek úmrtnosti . . . . .	241

### *Kapitola desátá*

Rozdíly v dožití do stařeckého věku a v průměrné délce života u osob podle různého stavu sociálního a rodinného. Vliv činitelů sociálně ekonomických . . . . .	245
1. Dynamika průměrného dožití na venkově a ve městech . . . . .	245
2. Dialektická metoda v analýze délky života ve městech a na venkově. Rozbor této otázky u Erismana a Osipova . . . . .	247
3. Rozdíly v průměrné délce života podle rodinného stavu . . . . .	252

4. Rozdíly v délce průměrného dožití podle hospodářského postavení a příslušnosti k různým skupinám povolání . . . . .	258
5. Průměrná délka života lékařů . . . . .	264

#### *Kapitola jedenáctá*

Změny anthropometrických ukazatelů ve stáří . . . . .	270
1. Pokles průměrné výšky a váhy ve stařeckých skupinách obyvatelstva . . . . .	270
2. Pokles fyzické síly, průměrné síly rukou a síly zádových svalů v pokročilém věku a ve stáří . . . . .	272
3. Pokusy o určení ukazatelů změn v průměrné pracovní schopnosti; jak tyto změny závisí na věku . . . . .	275
4. Pokles pohyblivosti, iniciativy a výdělku ve stáří . . . . .	276

#### *Kapitola dvanáctá*

Oslabení pohlavní funkce v pokročilém věku a ve stáří . . . . .	283
1. Změny pohlavní funkce v souvislosti se stárnutím . . . . .	283
2. Vyčerpání plodnosti s blížícím se stářím . . . . .	284
3. Manželská plodnost mužů a žen v různém věku. Roční průměr narozených v manželství podle věku rodičů . . . . .	289

#### *Kapitola třináctá*

Praktické možnosti dalšího prodloužení průměrné délky života . . . . .	293
1. Vytyčení úkolu prodloužit průměrnou délku života na 75 let . . . . .	293
2. Neustálé podmínky pro boj za prodloužení průměrné délky lidského života v kapitalistických zemích . . . . .	296
3. Bohaté perspektivy správného vytyčení problému prodloužení průměrné délky života v SSSR . . . . .	298
4. Ukazatelé zdravotního stavu obyvatelstva se od základů zlepšují . . . . .	299

#### *Kapitola čtrnáctá*

Podmínky a způsoby prodloužení průměrné délky lidského života v masovém měřítku . . . . .	302
1. Nepodložené obavy z prodloužení života starých lidí ve velkém měřítku . . . . .	302
2. Předpoklady pro skutečné prodloužení života a činné stáří . . . . .	304
3. Zachování pracovní schopnosti a samostatného výdělku ve stáří. Propouštění starých dělníků z výroby v kapitalistických zemích . . . . .	305
4. O pracovním zabezpečení starých dělníků . . . . .	308
5. Zajištění stáří v zemi socialismu . . . . .	310
6. Nutnost zavedení pravidelných lékařských profylaktických prohlídek u starých lidí . . . . .	311

#### *Kapitola patnáctá*

Program speciálního vyšetřování starých lidí . . . . .	318
Záznam o vyšetření starých lidí pro sociálně hygienické osvětlení problému stáří . . . . .	323