

SAĞLIK BİLİMLERİ FAKÜLTESİ



SAĞLIK YÖNETİMİ BÖLÜMÜ/LİSANS

SAY126-SAĞLIK ve TOPLUM

Dr.Öğr.Üyesi, Nurcan COŞKUN US

YAŞLILIK VE SAĞLIK

SAY126-SAĞLIK ve TOPLUM

Hafta-13



Dersin İçeriđi

- Yaşlılık Ne Zaman Başlar?
- Kime Yaşlı Denilir?
- Demografik Dönüşüm
- Toplumsal yaşlanma nedir?
- Toplumlar nasıl yaşlanırlar?
- Türkiye'de yaşlanmanın temel dinamikleri nelerdir?
- Aktif Yaşlanma Nedir?
- Yaşlılık ve Sağlık
- Yaşlanmayla birlikte değişim
- Yaşlıların sağlık durumları

Öğrenme Çıktılarımız;

- Yaşlanma ve yaşlılık ile ilgili temel bilgileri kavrayabilecek
- Demografik dönüşüm hakkında bilgi sahibi olabilecek
- Türkiye'nin yaşlanma dinamiklerini öğrenebilecek
- "Aktif yaşlanma nedir?" sorusuna yanıt verebilecek
- Yaşlılık ve sağlık ilişkisi hakkında temel bilgileri öğrenebileceksiniz. .

Önerilen Kaynak

- Cirhinlioğlu, Z. (2012). Sağlık sosyolojisi. Nobel Akademik Yayıncılık.
- Adak, N. Ö. (2002). Sağlık Sosyolojisi, Kadın ve Kentleşme. Birey Yayıncılık.
- Sarı, Ö., & Atılgan, G. (2012). Sağlık sosyolojisi: hastalık ve sağlığa ilişkin kavramsal tartışmalar. Konya: Karatay.
- Sağlık Sosyolojisi, Mevlüt Özben ve İsmail Öz, Editör, Atatürk Üniversitesi AÖF Yayınları, Erzurum, ss.1-25, 2016
- T. Gönç Şavran, "Sağlık Sosyolojisinde Temel Yaklaşımlar ve Teoriler," In Sağlık Sosyolojisi , Erzurum: Atatürk Üniversitesi AÖF Yayınları, 2016, pp.1-23.
- T. Gönç Şavran, "Hasta Hakları ve Eşitsizlik," In Sağlık Sosyolojisi , Erzurum: Atatürk Üniversitesi AÖF Yayınları, 2016, pp.1-25.

YAŞLILIK NE ZAMAN BAŞLAR?

- Yaşlanma her insanın yaşayabileceği doğal ve kaçınılmaz bir süreçtir. Ne var ki, yaşlılık ve yaşlanmaya ilişkin görüşler, tavırlar ve tutumlar farklılık göstermektedir. Yaşlılığın ve yaşlanma sürecinin başlangıcı zamana ve kültüre göre değişmektedir.
- Bazı ülkelerde 50 yaşındaki işçiler yasal açıdan ‘yaşlı işçi’ olarak tanımlanmaktadır.

KİME YAŞLI DENİLİR?

- “İnsanlar yıllar geçtikçe büyürler, yaşlanırlar”
- Psikolojik yaşlanma, bireyin yaşamı süresince ortaya çıkan, kişilikte, duygularda ve zihinsel işlevlerdeki bir değişimdir.
- Sosyal yaşlanma, yaşlanma deneyiminin ve yaşlanmanın anlamının toplum tarafından şekillendirilmesidir.
- Sonuç olarak, kronolojik yaş, yaşlılığı ve toplumsal yaşlanma süreçlerini tanımlamakta yeterli olmayabilir.

DEMOGRAFİK DÖNÜŞÜM

- Yaşlanma hızı, her ülkede farklılık göstermektedir. Yaşlanma hızı, yaşlı nüfusun %7'den %14'e çıkması için geçen süre göz önünde bulundurularak hesaplanmaktadır.
- Bir ülkenin yaşlı nüfusunun iki katına çıkması için geçen süre yaşlanma hızı olarak tanımlanır.
- Fransa'nın 115, İsveç'in 85 ve Avustralya'nın 73 yılda geçirdiği yaşlanma sürecini, Azerbaycan 41, Çin 27, Brezilya 21 yılda geçirecektir.

Toplumsal Yaşlanma Nedir?

- Tüm dünyada yaşlıların sayısı ve oranı artmaktadır.
- Yaşlı nüfusunun oranı %7'yi aşmış ülkeler “yaşlı bir toplum” ve %10'u aşmış ülkeler ise “çok yaşlı bir toplum” olarak tanımlanırlar (TÜİK, 2014).
- Avrupa ülkelerinin tamamı çok yaşlı toplum statüsünde yer almaktadır.
- Japonya, %30'u geçen yaşlı nüfusuyla dünyadaki en yaşlı toplumdur.
- Ne var ki, 2050 yılına gelindiğinde, Avrupa'nın tamamı, İran, Güney Kore, Çin, Şili ve Kanada, %30'u aşan yaşlı nüfusuyla, ileri düzeyde yaşlı toplumları oluşturacaklardır.

Toplumlar Nasıl Yaşlanırlar?

- Toplumların yaşlanma sürecinde birbirine bağlı üç neden göze çarpmaktadır.
- Bunlar, doğurganlığın düşmesi, ölüm oranlarının düşmesi ve göçtür.
- Doğurganlığın azalması, refah düzeyi yüksek olan toplumlara özgü bir durumdur.
- Doğurganlıkta hızlı bir düşüşün gerçekleştiği ülkeler aynı zamanda hızla yaşlanan ülkelerdir.
- Doğurganlık oranları ülkeden ülkeye farklılık göstermektedir.
- Ölüm oranları nüfusun yaşlanmasında kilit role sahip bir başka göstergedir.
- Dünya çapında tüm yaş gruplarında ölüm oranları azalmaktadır.

Türkiye’de Yaşlanmanın Temel Dinamikleri Nelerdir?

- İstatistiklere göre, 2019 yılı itibariyle Türkiye’de yaşlı nüfusun (65+) oranı %8,8’dir (TÜİK, 2019).
- Türkiye toplumu artık “yaşlı” bir toplumdur. Türkiye nüfusu her geçen gün hızla yaşlanmaya devam etmektedir. Son 25 yılda Türkiye’nin yaşlanma hızı üst seviyeye ulaşmış ve yaşam süresi ortalama 14 yıl artmıştır.
- Türkiye dünyanın en hızlı yaşlanan ülkelerinden biridir. Günümüzde süper yaşlı toplum olarak tanımlanan Japonya’nın 26 yılda geçirdiği yaşlanma sürecini Türkiye 15 yıl içinde tamamlayacaktır.
- Türkiye gelecekte bekleyen en önemli meselelerden biri toplumsal yaşlanmadır.

AKTİF YAŞLANMA NEDİR?

- Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ), aktif yaşlanmayı, insanların yaşlanma sürecinde yaşam kalitelerini geliştirmek üzere, sağlık, katılım ve güvenlik bakımından olanakların iyileştirilmesi olarak tanımlamaktadır (WHO, 2002).
- Aktif yaşlanma, yaşlılığı, fiziksel açıdan gerileme ve kayıpların yaşandığı bir dönem olarak tanımlayan paradigmayı reddeder.

Küresel düzeyde aktif yaşlanma için geliştirilen eylem planları için stratejik amaçlar;

- Her ülke sağlıklı yaşlanma eylem planı için taahhütte bulunmalıdır.
- Yaş dostu çevreler geliştirilmelidir.
- Sağlık sistemi yaşlıların ihtiyaçlarına göre yeniden düzenlenmelidir.
- Uzun dönemli bakım için sürdürülebilir ve eşitlikçi bir sistem geliştirilmelidir.
- Sağlıklı yaşlanma için ölçme, değerlendirme ve araştırmalar geliştirilmelidir.

YAŞLILIK VE SAĞLIK

- Yaşlılık denildiğinde zihinlerde olumsuz fikirler canlanabilir.
- Yaşlılığa dair olumsuz görüşlerin önemli bir nedeni, onun ölüm ve hastalıkla yakından ilgili olduğunun düşünülmesidir.
- Yaşlılık, doğum ve ölüm gibi, başlangıcı ve bitişi belirli olan bir sürecin son evresi olarak düşünülür. Her ne kadar, yaşlılığın kaç yaşından itibaren başladığına ilişkin kanılar değişse de yaşlılık dönemi ölümle bitirilir.
- Yaşlılığın hastalıklar ve ölümle ilişkilendirilmesi önemli bir toplumsal dönüşümden kaynaklanmaktadır.
- İlerleyen yaşla birlikte, fiziksel, psikolojik ve bilişsel birtakım değişimlerin yaşanması kaçınılmazdır.



Yaşlanmayla Birlikte Değişim

- **Hareketlerin değişimi** Yetişkinlikte doruk noktasına ulaşan kas kütlesi ilerleyen yaşla birlikte azalma eğilimi göstermektedir.
- **Duyuların değişimi** Görme ve işitme duyularındaki kayıplar ilerleyen yaşla ilişkilendirilmektedir.
- **Bilişsel değişim** İnsanların bilişsel yetenekleri birbirinden oldukça farklı olduğu gibi eğitim düzeyiyle yakından ilişkilidir.

Yaşlıların Sağlık Durumları

- Toplum içinde çoğunlukla hasta olmak yaşlılıkla özdeşleştirilse de, yaşlıların sağlık durumları, tıpkı diğer yaş gruplarında, örneğin gençlerde olduğu gibi çeşitlilik gösterir.
- Bireylerin sağlık durumları değerlendirilirken yaşın yanında toplumsal cinsiyet ve sosyal sınıf gibi sağlığı etkileyen önemli değişkenlerin de mutlaka hesaba katılması gereklidir.

Kronik hastalıklar

- Bir insanda aynı anda iki ya da daha çok sayıda kronik hastalığın var olmasına multimorbidite denilmektedir.
- Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ), iki yaş döneminde multimorbiditenin yaygın olduğunu bildirmektedir; 50-60 yaş arasında ve 80 yaş üstünde multimorbidite sıklıkla ortaya çıkabilmektedir.
- Yaşlılıkta multimorbidite aktif yaşlanmayı olumsuz etkileyen önemli bir faktör olduğu gibi komorbiditede yaşam kalitesini azaltmaktadır.
- Komorbidite, multimorbiditeye sahip olan bireylerde, hastalıkların etkileşime girerek yeni sağlık sorunlarının ortaya çıkması durumudur. Örneğin, diyabet, hipertansiyon ve osteoporoz (kemik erimesi) ile birlikte depresyonun etkisi daha yıkıcı olabilir.

Kırılgnlık ve düşme

- Yaşlılık dönemi kimi hastalıkların ortaya çıkma riskinin yüksek olduğu bir zaman dilimi olarak tanımlanmaktadır.
- Hastalık olarak kategorize edilmeyen, yaşlılık döneminde yaşam kalitesini olumsuz etkileyen sağlık sorunlarına geriatric sendrom denilmektedir.
- Düşme, geriatric sendroma örnek olarak verilebilecek durumlardan biridir.
- Düşmenin nedenleri arasında kas zayıflaması, çevresel etkiler ve ilaçların yan tesirleri gibi birçok neden olabilir.

Engellilik ve bakım

- Engelliliğin yaşlılığın kaçınılmaz bir sonucu olduğu düşünülmektedir. Oysa engellilik çok boyutlu bir meseledir. Bu nedenle araştırmacılar günlük yaşam aktivitelerini (GYA) ve araçsal günlük yaşam aktivitelerini (AGYA) ölçerek, yetişkinlerin engellilik düzeylerini değerlendirmektedirler.
- GYA, kendi kendine beslenme, yatağa girme/çıkma veya sandalyeye oturma/kalkma, giyinme ve elbiselerini çıkarma, tuvalet kullanımı ve banyo yapma faaliyetlerini kapsamaktadır.
- Sosyal açıdan GYA'dan daha karmaşık olan AGYA'ya ilişkin yeterlilikler de geliştirmiştir.
- AGYA, yemek hazırlama, telefon kullanımı, alışveriş yapma, ilaç kullanımı, hafif ev işleri, ağır ev işleri, günlük idari sorumluluklar ve mali konularla ilgilenmek gibi 7 başlıkta ölçülmektedir. Böylece, bireylerin bakım ihtiyacı da ortaya konulmaktadır.

- İnsanlar yaşlarından dolayı hangi biçimlerde ayrımcılığa uğramaktadırlar? Yaşlılar, eski, çağdışı, yeniye yabancı, ağırkanlı olan ve ne denildiğini anlamayan kişiler olarak damgalanabilir mi?

Teşekkür ederim.
Dr.Öğr.Üyesi Nurcan COŞKUN US
nurcan.coskun@omu.edu.tr

