

گزارش خبری

محدنه جعفری

خبرنگار

در دنیای مدرن و پیشرفته امروزی، توسعه اجتماعی و اقتصادی منجر به کاهش رشد جمعیت و افزایش امید به زندگی شده است و اکنون جهان در شرایطی به سر می برد که ساختار سنی جمعیتش سبب خواهد شد طی ۳۰ سال آینده برای نخستین بار در تاریخ، تعداد سالمندان بیشتر از کودکان شود. این تغییرات جمعیتی و حرکت به سمت سالمندی، ضرورت ایجاد زیرساخت‌های مهم بهداشتی، شهری و آموزشی را دو چندان می کند. به اعتقاد مسئولان وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی، در کنار ایجاد زیرساخت‌های مهم شهری برای ورود به حوزه سالمندی، توجه به اهمیت سواد سلامت سالمندی نیز نکته‌ای است که نباید از آن غافل شویم.

برگزاری اولین کارگاه کشوری برای پیاده‌سازی شبکه شهرهای سالم

دکتر فرید رضایی، مدیر دفتر آموزش و ارتقای سلامت وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی با اشاره به برگزاری اولین کارگاه کشوری ظرفیت‌سازی برای پیاده‌سازی شبکه شهرهای سالم به «ایران» می‌گوید: دفتر آموزش و ارتقای سلامت وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی در راستای تأکید بر فرهنگ‌سازی تکریم سالمندان و ایجاد فضای شهری مناسب برای این گروه از جامعه، اولین کارگاه کشوری ظرفیت‌سازی برای پیاده‌سازی شبکه شهرهای سالم را به میزبانی تبریز و با مشارکت سازمان جهانی بهداشت برگزار کرد. این کارگاه‌ها گامی مهم در راستای ایجاد شهرهای سالم و دوستدار سالمند در ایران به شمار می‌رود.

وی با بیان اینکه سالمندی یک فرصت است، نه یک تهدید اشاره می‌دهد: شهرهای سالم شهرهایی هستند که در آنها همه شهروندان از جمله سالمندان به طور برابر از خدمات بهداشتی و رفاهی بهره‌مند شوند. این امر مستلزم ایجاد محیط‌های شهری قابل دسترسی، تقویت مشارکت اجتماعی سالمندان و توجه به نیازهای خاص آنها در برنامه‌ریزی‌های شهری است که در همین زمینه دو شهر آذربایجان شرقی تاکنون گواهی شهر سالم را با معیارهای جهانی دریافت کرده‌اند و نشان داده‌اند که دریافت این گواهی با همت فرمانداران و مدیریت فنی مدیران آموزش و ارتقای سلامت در معاونت بهداشت دانشگاه‌های علوم پزشکی امکان‌پذیر است.

مدیر دفتر آموزش و ارتقای سلامت وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی با بیان اینکه وزارت کشور با همکاری معاونت بهداشت وزارت بهداشت باید بر اساس الگوهای آموزش و ارتقای سلامت این تجربه جهانی را در کشور توسعه دهد، می‌افزاید: با توجه به فرا رسیدن روز جهانی سالمندان، بر اهمیت تکریم سالمندان و توجه به نقش



مدیر دفتر آموزش و ارتقای سلامت وزارت بهداشت در گفت‌وگو با «ایران» مطرح کرد

سواد سلامت در دوران سالمندی

شش برابر شدن جمعیت سالمندی در ایران

دکتر رضایی با اشاره به افزایش سن سالمندی در دنیا و تسبب آن در کشور می‌گوید: در نیم قرن گذشته جمعیت سالمندان در سراسر جهان بیش از پنج برابر شده، اما این افزایش در ایران کمی بیشتر بوده و به بیش از شش برابر رسیده است. هرچند کاهش مرگ‌ومیر، بویژه میان کودکان و بزرگسالان، عامل اصلی این افزایش جمعیت است اما نمی‌توان از پیشرفت‌های پزشکی، بهداشتی، افزایش سطح آگاهی مردم و بهبود شرایط زندگی آنها که منجر به افزایش امید به زندگی شده است، نام نبرد. افزایش سریع جمعیت سالمند در ایران یک چالش و فرصت همزمان است؛ از یک سو این افزایش نشان از بهبود شرایط بهداشتی و ارتقای سلامت جامعه است و از سوی دیگر نیاز به برنامه‌ریزی دقیق و جامع برای ارائه خدمات مناسب به سالمندان با مشارکت خود آنها دارد. نیازهایی که رو به رشد است. به گفته وی، سالمندی موهبت الهی است و به دلیل آنکه مخاطرات ویژه سلامت ممکن است برخی سالمندان را از طعم شیرین سالمندی محروم کند، ضرورت دارد در یک حرکت جمعی و هماهنگ بین بخشی، سلامت و رفاه بیشتری برای سالمندان و توجه به



ارزشمند آنها در جامعه بیش از پیش تأکید می‌شود. ایجاد شهرهای دوستدار سالمند، نه تنها به بهبود کیفیت زندگی آنان کمک می‌کند، بلکه به پایداری اجتماعی و توسعه همه‌جانبه کشور نیز کمک خواهد کرد و وزارت بهداشت همگام با تجربیات موفق جهانی سعی دارد خدمات بهتر و مطلوب‌تری به جامعه ارائه دهد.

کلید زندگی سالم، سواد سلامت در سالمندی است

دکتر رضایی به موضوع سواد سلامت سالمندی هم اشاره می‌کند و می‌گوید: در سالمندی موضوع سواد سلامت از جمله موضوعات مهم ارتقای سلامت محسوب می‌شود و بسیار اثربخش است. در واقع سواد سلامت در سالمندی به عنوان کلید زندگی سالم و باکیفیت خواهد بود. سواد سلامت، توانایی افراد برای درک، ارزیابی و استفاده از اطلاعات بهداشتی برای تصمیم‌گیری بهتر در مورد سلامت خود بوده و برای افزایش سواد سلامت نه تنها آموزش‌های استاندارد و متناسب با سن در سالمندی لازم است بلکه ایجاد محیط‌های دوستدار سالمند و حامی سلامت برای این سرمایه‌های کشور ضرورت دارد به طوری که در جمعیت سالمندان، سواد سلامت از اهمیت ویژه‌تری برخوردار است.

وی در این باره توضیح می‌دهد: با افزایش سن، نیاز به مراقبت‌های بهداشتی منظم پیچیده‌تر و مهم‌تر می‌شود و سالمندان با اطلاعات پزشکی متنوعی روبه‌رو خواهند شد. سواد سلامت به آنها کمک می‌کند این اطلاعات را درک کرده، داروهای خود را به درستی مصرف کنند و سبک زندگی سالم‌تری داشته باشند. سواد سلامت پایین در سالمندان می‌تواند منجر به عوارض جدی مانند عدم کنترل بیماری‌های مزمن، مصرف نادرست دارو و کاهش کیفیت زندگی شود. برای ارتقای سواد سلامت سالمندان، می‌توان از روش‌های مختلفی مانند آموزش ساده و قابل فهم، استفاده از رسانه‌های مختلف، برگزاری کارگاه‌ها و کلاس‌های آموزشی، تشویق به پرسشگری و توجه به تفاوت‌های فردی سالمندان، استفاده کرد. همچنین خانواده سالمندان و جامعه نیز نقش مهمی در ارتقای سواد سلامت سالمندان ایفا می‌کنند.

توجه به تغذیه، سلامت در دوران جوانی و میانسالی

مدیر دفتر آموزش و ارتقای سلامت وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی با بیان اینکه برای سالمندی سالم باید از دوران جوانی و میانسالی اقدام کرد، می‌گوید: در همین راستا تغذیه و فعالیت بدنی کافی موضوعات مهمی هستند. استخوان سالم و عضلات قوی می‌تواند از زمین خوردن‌های سالمندی و شکستگی‌های استخوان جلوگیری کند. در بسیاری از سالمندان شکستگی استخوان در سالمندی زمینه‌ساز مشکلات بعدی به صورت آیشاری می‌شود. با حمایت از سالمندان و ایجاد محیط‌های حمایتی و جلب مشارکت آنها در سیاست‌گذاری‌ها، می‌توان به بهبود کیفیت زندگی آنها کمک کرد.

«ایران» از آخرین وضعیت سالمندی در کشور گزارش می‌دهد

خطر ایران کهنسال

هشدار وزارت بهداشت درباره افزایش ۲ برابری جمعیت سالمند کشور طی ۲۰ سال آینده

گزارش

سمیه آفشین‌فر

خبرنگار

بحران جمعیتی واژه‌ای است که این روزها زیاد شنیده می‌شود، هر روز که می‌گذرد کشورمان یک قدم به سالمندی نزدیک می‌شود. طبق پیش‌بینی‌ها در سال ۱۴۳۰ حدود ۳۰ درصد جمعیت کشور سالمند خواهد بود. به گفته وزیر بهداشت «اکسون با بحران جمعیتی روبه‌رو هستیم و اگر به آن توجه نکنیم، ایران به بی‌ترتیب‌ترین کشور دنیا تبدیل خواهد شد.» پیش از این نیز وزارت بهداشت درباره افزایش ۲ برابری جمعیت سالمند کشور طی ۲۰ سال آینده هشدار داده بود. اما برای مقابله با بحران سالمندی چه اقدام‌هایی باید انجام شود؟

پیامدهای سالمندی را جدی بگیرد

دکتر وحید راشدی متخصص سالمندشناسی و عضو هیأت علمی دانشگاه علوم توانبخشی و سلامت اجتماعی با اشاره به اینکه در حال حاضر دوه نیم درصد از جمعیت کشورمان را سالمندان تشکیل می‌دهند، می‌گوید: حدود ۹ میلیون و ۵۰۰ هزار نفر سالمند در کشورمان وجود دارد و این عدد نشان می‌دهد که نیازمند مداخلات ویژه‌ای در این حوزه هستیم. وی با توجه به اهمیت پیامدهای سالمندی برای جوامع تأکید می‌کند: پیامدهای سالمندی، نیازمندی‌های آنها را به طور مداوم نشان می‌دهد، در واقع سالمندی جمعیت باعث می‌شود تا طول دوره سالمندی افزایش پیدا کند و این یعنی تعداد سالمندان تحت پوشش صندوق‌های بیمه‌ای، درمانی و بازنشستگی افزایش پیدا خواهد کرد. از این گذشته یکی دیگر از پیامدهای دوره سالمندی افزایش نیاز به مراقبت‌های رسمی و غیررسمی است. مسأله بعدی افزایش تقاضای سالمندان به خدمات سلامتی، حمایتی و رفاهی با کمیت و کیفیت مناسب است. این متخصص سالمندشناسی با اشاره به اینکه با توجه به سرعت رشد تکنولوژی در جوامع، مسأله توانمندسازی سالمندان از اهمیت بسیاری برخوردار است، می‌گوید: به واسطه تلاش‌های صورت گرفته در حوزه بهداشت و درمان کشورمان طی سال‌های گذشته، موفقیت‌های زیادی در آنها زمینه‌ساز افزایش عمر انسان‌ها و افزایش امید به زندگی در آنها داشته‌ایم، به طوری که حدود ۲۰ سال امید به زندگی در کشور افزایش پیدا کرده است. اما باید سالمندانمان را به گونه‌ای توانمند کنیم که آنها بتوانند کارهای خودشان را انجام دهند زیرا این توانمندی باعث می‌شود تا هزینه‌های سیستم بهداشتی و درمانی ما کمتر شود.

توجه به حوزه سالمندی با اجرای سند ملی توانبخشی کشور

عضو هیأت علمی دانشگاه علوم توانبخشی و سلامت اجتماعی با بیان اینکه در روزهای ابتدایی آغاز کار دولت جدید هستیم، ادامه می‌دهد: دو وزارتخانه بهداشت و رفاه با موضوع سالمندی درگیر هستند، وقتی کلیات برنامه‌های این وزارتخانه‌ها را نگاه می‌کنیم، خوشبختانه وزیر بهداشت در برنامه‌هایشان به بحث سالمندی توجه ویژه‌ای داشته‌اند. در اهداف کلان برنامه، وزیر در بند سیزدهم شناسایی و توجه به متغیرهای اثرگذار، هرم جمعیتی را مطرح کرده‌اند که یکی از ابعاد خیلی پررنگ آن بحث سالمندی است در حقیقت در یکی از اهداف کلان بحث سالمندی مطرح شده است.

راشدی با تحلیل برنامه‌های وزارت بهداشت در حوزه سالمندی و اشاره به بند ۱۰ اقدامات راهبردی حوزه آموزش که بر توسعه کمی و کیفی نظام آموزش علوم پزشکی و ایجاد آمادگی برای مواجه با پدیده سالمندی در کشور تأکید شده است، می‌گوید: ما می‌دانیم تخصص‌های بسیاری می‌توانند به سالمندان خدمات ارائه دهند و تربیت این نیروهای تخصصی بر عهده وزارت بهداشت است. وی یکی دیگر از جنبه‌های اقدام‌های راهبردی را پیشگیری و مراقبت‌های اولیه سلامت عنوان می‌کند که در برنامه‌های وزیر بهداشت به وضوح مشخص شده و اهمیت بیشتری نسبت به بحث‌های درمانی و توانبخشی دارد. این متخصص سالمندشناسی با تأکید بر موضوع سلامت اجتماعی می‌گوید: در برنامه‌های وزارت بهداشت افزایش حمایت از سالمندان به وضوح مطرح شده است اما موضوع سلامت اجتماعی، موضوعی بین بخشی است و باید هماهنگی‌های لازم بین بخش‌های دیگر هم صورت بگیرد. وی با اشاره به اینکه توجه به حوزه توانبخشی سالمندان در سال‌های گذشته مغفول مانده بود، ادامه می‌دهد: متأسفانه اقدام‌های راهبردی

اهمیت فرهنگ‌سازی در حوزه سالمندی

دکتر راشدی با توجه به اهمیت فرهنگ‌سازی در حوزه سالمندی تأکید می‌کند: ارتقای سطح فرهنگی جامعه در مورد پدیده سالمندی از اهمیت زیادی برخوردار است. سالمندان اقلیت بزرگی در جامعه هستند و با توجه به این مسأله که آمار سالمندی در سال ۱۴۳۰ بالاتر می‌رود باید در این حوزه اقدام‌هایی انجام دهیم، یعنی احترام به سالمندان و حفظ کرامت آنها، حفظ و ارتقای سلامت جسمی، روانی و اجتماعی‌شان در دستور کار همه باشد. باید وقتی به سالمندی به عنوان یک پدیده بزرگ نگاه می‌کنیم، برای ابعاد جسمی، روانی و اجتماعی آن هم راه‌حل بیندیشیم و بدانیم که حفظ این ارکان سلامت وظیفه یک ارگان و وزارتخانه یا یک نهاد نیست و یک همکاری بین‌بخشی باید صورت بگیرد. سالمندان کوهی از تجربه هستند و می‌توانند به عنوان سنگ‌بنای هر جامعه‌ای ایفای نقش کنند، بنابراین باید نقش سالمندان را در حوزه سرمایه‌های اجتماعی جدی بگیریم.



دبیرخانه‌ای که انگار نیست

در حال حاضر دبیرخانه سالمندان در سازمان بهزیستی کشور مستقر است ولی به نظر می‌رسد این دبیرخانه طی سال‌های گذشته نتوانسته فعالیت‌های خود را به خوبی انجام دهد و به حاشیه رانده شده است. تقویت دبیرخانه یا تغییر نقش آن می‌تواند کمک کند تا اقدام‌ها در حوزه سالمندان بهتر انجام شود البته تأمین منابع مالی پایدار هم از اهمیت زیادی برخوردار است. از همین امروز باید به فکر تأمین منابع پایدار باشیم چون تا سی سال آینده جمعیت‌مان سه برابر خواهد شد.



حوزه توانبخشی طی سال‌های گذشته در وزارتخانه تا حدود زیادی مغفول مانده بود اما در برنامه‌های وزیر جدید بهداشت مطرح شده است و امیدواریم وزیر جدید بحث اجرای سند ملی توانبخشی کشور و ساماندهی مراقبت‌های جامعه محور را با هدف حمایت از بیماران مزمن و سالمندان مدنظر قرار دهند.

توجه به سالمندان در رأس برنامه‌های وزیر جدید رفاه

این متخصص سالمندشناسی با اشاره به برنامه‌های وزیر رفاه در حوزه سالمندی می‌گوید: وزیر جدید رفاه، ایجاد رفاه اجتماعی برای همه اقشار جامعه با تأکید بر چهار گروه آسیب‌پذیر را در رأس برنامه‌های کاری خود قرار داده که یکی از این چهار گروه شامل سالمندان در جامعه می‌شود و نشان‌دهنده نگاه ویژه به بحث سالمندی در جامعه است.

عضو هیأت علمی دانشگاه علوم توانبخشی و سلامت اجتماعی با بیان اینکه برنامه‌های وزیر رفاه در جهت برنامه هفتم توسعه است به مفهوم بانک زمان اشاره می‌کند: بانک زمان مفهومی است که در کشورهای توسعه‌یافته و دولت‌های رفاه خیلی مطرح شده و استقرار پیدا کرده است که وزیر رفاه در برنامه‌هایشان ایجاد بانک زمان را مدنظر داشته‌اند. این بانک، خدماتی را به سالمندان و معلولان ارائه می‌دهد که به نظر می‌رسد به طور جدی قرار است در دستور کار وزیر قرار گیرد. البته متناسب‌سازی فضاها و دسترس‌پذیری محیط کار و فضاهایی که افراد از آن استفاده می‌کنند هم از تأکیدات ویژه‌ای است که وزیر بر آن تصریح دارند.

راشدی با توجه به اهمیت مباحث مربوط به امور بیمه‌ای و صندوق‌های بازنشستگی می‌گوید: در برنامه‌های وزیر توجه ویژه‌ای به این موارد شده که نشان می‌دهد صاحب‌نظران به درستی این برنامه را تدوین کرده‌اند.

سند ملی سالمندان، نقشه‌راه حوزه سالمندی

این متخصص سالمندشناسی با توجه به اهمیت اجرای عملیاتی سند ملی سالمندان می‌گوید: سند ملی سالمندان در دولت‌های قبلی مصوب شده است اما متأسفانه در اجرای این سند دچار ضعف‌هایی بوده‌ایم. با همه نقاط قوت و ضعف این سند به نظر می‌رسد برای شروع کار در حوزه سالمندی، اجرای عملیاتی این سند می‌تواند راهگشا باشد و تا حدودی مشکلاتی که در حوزه سالمندی کشور وجود دارد را برطرف کند. البته قطعاً همکاری سازمان‌ها، نهادها و وزارتخانه‌های مختلف می‌تواند راهگشا باشد.