

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ HALK SAĞLIĞI ANABİLİM DALI TOPLUM İÇİN BİLGİLENDİRME DİZİSİ-202

18-24 MART

ULUSAL YAŞLILARA SAYGI HAFTASI

Yaşlılık, yaşamın diğer evreleri gibi doğal, kaçınılmaz ve tüm insanlar için geçerli olan bir durumdur.¹ Yaşlanma sadece biyolojik bir süreç olmayıp, aynı zamanda toplumsal ve kültürel dinamikleri olan bir olgudur. Bir başka tanıma göre de yaşlılık; kişinin aktif çalışma dönemini tamamlayarak, sosyal güvence sisteminin katkısıyla ya da biriktirimleriyle yaşadığı dönemin adıdır.² Bu tanımlamalar toplumdan topluma farklılık gösterebilmektedir.

Türkiye İstatistik Kurumu verilerine göre; ülkemizde 65 ve daha yukarı yaştaki nüfusun toplam nüfus içindeki payı 2017 yılı itibarıyla %8,5 olmuştur.³ Türkiye'nin de içinde bulunduğu Dünya Sağlık Örgütü Avrupa Bölgesi'nde 2020 yılında yaşlı nüfusun 910 milyona ulaşacağı tahmin edilmektedir.⁴

Günümüzde bireyler 50 yıl öncesiyle kıyaslandığında ortalama 20 yıl daha uzun yaşamaktadırlar.⁵ Bu noktada uzun yaşam kadar yaşamın niteliğinin de önemli olduğu dikkate alınmalıdır.⁶ Yaşlılarda yaşam kalitesi ve yaşam doyumu; toplumdan soyutlanmadan yaşamı sürdürme, uygun yaşam koşullarına sahip olma, sağlık hizmetlerine zamanında ve kolay ulaşım, arkadaş ve komşularla ilişkileri sürdürme, zamanını anlamlı uğraşlara ayırma ile ilişkilidir.⁷

Başarılı yaşlanma, sadece bedensel iyilikle sınırlı olmayıp, psikolojik ve sosyal yönden de tam bir iyilik halinin varlığını içermektedir. Başarılı yaşlanmanın temel göstergeleri uzun yaşam, biyolojik ve zihinsel sağlık, bilişsel yeterlilik, sosyal yeterlilik ve üretkenlik, kişisel kontrol ve yaşamdan zevk almaktır. Başarılı yaşlanma; bireyin kendini yaşlılığa hazırlarken sosyal ilişkilerini canlı tutması, sağlık sorunlarının en aza indirilmesi için koruyucu önlemlerin alınması, bellek ve fiziksel işlevlerini geliştirici çabalar içinde olması ve yaşama pozitif bakması anlamına gelmektedir.⁸

¹ Aslan D, Ertem M, Yaşlı Sağlığı: Sorunlar ve Çözümler, Halk Sağlığı Uzmanları Derneği, 2012. [İnternet] http://halksagligiokulu.org/anasayfa/components/com_booklibrary/ebooks/yasl%C4%B1sagligiyeni16.7.2012.pdf Erişim:17.03.2018.

² Türkiye'de Yaşlıların Durumu ve Yaşlanma Ulusal Eylem Planı Uygulama Programı, Ankara, 2013.

³ Adrese Dayalı Nüfus Kayıt Sistemi Sonuçları, 2017. [İnternet] <http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=27587> Erişim:18.03.2018.

⁴ [İnternet] <http://www.euro.who.int/en/health-topics/Life-stages/healthy-ageing/data-and-statistics>. Erişim:18.03.2018.

⁵ [İnternet] <http://www.who.int/ageing/events/world-report-2015-launch/people-live-20-years-longer-full.gif?ua=1> Erişim:17.03.2018.

⁶ [İnternet] Gökçe Kutsal Y. Yaşlanan Dünyanın Yaşlanan Sorunları <http://www.geriatri.org.tr/SempozyumKitap2011/3.pdf> Erişim: 17.03.2018.

⁷ Durak M, Durak EŞ, Gencoz T. Psychometric properties of the satisfaction with life scale among Turkish university students, correctional officers, and elderly adults. Social Indicators Research, 2010;99(3):413-29.

⁸ T.C. Sağlık Bakanlığı, Türkiye Halk Sağlığı Kurumu, Türkiye Sağlıklı Yaşlanma Eylem Planı ve Uygulama Programı 2015-2020, 960, Ankara, 2015.

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ HALK SAĞLIĞI ANABİLİM DALI TOPLUM İÇİN BİLGİLENDİRME DİZİSİ-202

Ülkemizde, yaşlı nüfustaki artışa yanıt verebilecek sağlık sisteminin geliştirilebilmesi için; Dünya Sağlık Örgütü'nün, Avrupa Sağlıklı Yaşlanma Strateji ve Eylem Planı (2012- 2020) ve Sağlık 2020 hedefleri ile uyumlu olarak, 2015 yılında Sağlıklı Yaşlanma Eylem Planı oluşturulmuştur. Bu planda belirlenen stratejiler arasında yaşam boyu sağlığın geliştirilmesi ve sağlıklı yaşlanma, sağlığa yönelik risklerden toplumun korunması, yaşlı bireyler için sağlık hizmetlerinin geliştirilmesi ve sağlık hizmetlerine tam erişimin sağlanması ve izleme ve değerlendirmenin güçlendirilmesi gibi konular yer almaktadır.⁸

Yaşlıların toplumsal, sosyal, ekonomik vb. açılardan yaşamlarını en üst düzeyde sürdürebilmeleri için toplumda bu döneme dair farkındalığın da artırılması önemlidir. Uluslararası özel günlerin yanı sıra ulusal ölçekte de çalışmalar bu alana katkı sağlar. Ülkemizde Türkiye Cumhuriyeti Sağlık Bakanlığı tarafından 18-24 Mart haftası "Ulusal Yaşlılara Saygı Haftası" olarak belirlenmiş olup bu dönemde konuya ilişkin farkındalık artırıcı çalışmalar yapılmaktadır. Bu özel haftada kamu kurumlarının yanı sıra sivil toplum örgütleri de çalışmalar ve etkinlikler düzenlemektedir.

Yaşlılığın esasen bir "bilgelik" dönemi olduğunu unutmadan bu dönemde saygın bir yaşam sürdürebilmek amacıyla sistematik çalışmaların yapılabilmesi değerlidir.