

1 EKİM ULUSLARARASI YAŞLILAR GÜNÜ

Yaşlılık insanların, takvim yaşının ilerlemesiyle birlikte, biyolojik, psikolojik ve sosyolojik boyutlar kazanan ve zaman içerisinde kişinin değişen çevreye uyum sağlama çabası içerisinde olduğu bir dönemdir. Yaşlı nüfusun giderek artması, yaşlılıkla ilgili sorunları da gündeme getirmektedir. Yaşlılık Dünya Sağlık Örgütü tarafından 65 yaş ve üzeri olarak kabul edilir, Birleşmiş Milletler tarafından ise 60 yaş kabul edilen sınırdır.¹ Bu tanımların yaş temelinde yapıldığı, yaşlılığın çok çeşitli tanımları olduğu da unutulmamalıdır.

Günümüzde dünya genelinde yaklaşık 600 milyon kişi, 60 yaş ve üzerindedir. Bu sayının 2025 yılında iki katına çıkacağı ve 2050 yılında ise yaklaşık iki milyara ulaşacağı tahmin edilmektedir. Bu değişimin çoğunlukla da gelişmekte olan ülkelerde gerçekleşeceği düşünülmektedir.²

Türkiye’de yaşlı nüfus, diğer yaş gruplarındaki nüfusa göre daha yüksek bir hız ile artış göstermektedir. Yapılan tahminlere göre yaşlı nüfusun toplam nüfus içindeki payı 2013 yılında %7,7 olarak tespit edilmiştir. Bu değere ilişkin 2023 yılı için yapılan tahmin %10,2, 2050 yılı için %20,8 ve 2075 yılı için de %27,7’dir.³

Yaşlılık döneminde farklı sağlık sorunları/hastalıklar görülmektedir. Ancak, halk sağlığı açısından KORUNABİLİR, bir başka ifadeyle ÖNLENEBİLİR risklerle mücadele yaşamın uzun ve nitelikli olması için bir gerekliliktir. Günümüzde adı geçen önlenabilir risk faktörleri düşme ve yaralanma, bulaşıcı olmayan hastalıkların gelişiminde rol oynayan tütün kullanımı, sağlıksız beslenme, bedensel etkinlik yapmama gibi davranışsal riskler, yoksulluk, sosyal yalnızlık ve dışlanma, ruh sağlığı bozuklukları, yaşlıların ihmal ve istismar edilmesi olarak kabul edilmektedir. Yaşlılık döneminde en sık görülen süregen (kronik, uzun süreli) hastalıklar şeker hastalığı, kalp ve damar hastalıkları, kanser, süregen solunum yolu hastalıkları ve ruh sağlığı ile ilgili sorunlardır.⁴

Yaşlıların bu denli çeşitli ve sık görülen sorunları ile yaşamın erken dönemlerinde mücadeleye başlamak uygun olur. Çocukluk ve gençlik dönemlerinde kazanılan olumlu sağlık davranışları bu hastalıklarla mücadelede önemli bir adımdır. Ancak, farklı alanlarda ve sık duyulan sağlık hizmeti gereksiminin de her daim varlığının sağlanması da başkaca bir gerekliliktir. Bu yaklaşımların süreklilik içinde var edilmesinin yanı sıra, kimi özel günlerde konuya dair farkındalık da sağlanmalıdır. Uluslararası platformda her yıl YAŞLILAR GÜNÜ olarak kutlanan/anılan **1 EKİM**’in bu bağlamda önemi bulunmaktadır. Her yıl olduğu gibi bu yıl da **Uluslararası Yaşlılar Günü** vesilesiyle, yaşlıların sorunlarına dikkat çekilmeli, çözüm önerilerinin başarıyla uygulanması için yol ve yöntemler bulunmalıdır. **Bu yıl (2014) dünyada kabul edilen konu HİÇBİR YAŞLI BİREYİN DIŞARDA BIRAKILMADAN KURGULANAN SAĞLIKLI BİR TOPLUM HEDEFİ olmuştur.**^{5,6} Bu amaç doğrultusunda, her bir yaşlının, toplumun saygın bireyleri olarak yaşamlarını sürdürmeleri için gereken bütün önlemler alınmalıdır.

¹ [İnternet] <http://www.who.int/healthinfo/survey/ageingdefnolder/en/> Erişim: 26.09.2014.

² [İnternet] <http://www.who.int/ageing/en/> Erişim: 26.09.2014.

³ [İnternet] <http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=16057> Erişim: 26.09.2014.

⁴ [İnternet] <http://www.euro.who.int/en/health-topics/Life-stages/healthy-ageing>. Erişim: 26.09.2014.

⁵ [İnternet] <http://www.un.org/esa/socdev/documents/ageing/IDOP2014/MissionStatement.pdf>. Erişim: 26.09.2014.

⁶ [İnternet] <http://www.geriatri.org/pdf/1Ekim2014.pdf>. Erişim: 27.09.2014.