

## بهبود شاخص‌های سلامت سالمندان جنوب استان کرمان

پذیرش: ۱۴۰۱/۰۴/۰۵

دریافت: ۱۴۰۱/۰۳/۰۱

ندا دستیار<sup>۱</sup>، نسیمه سالاری<sup>۲\*</sup>، سودابه احمدی دره سیما<sup>۱</sup>، فوزیه رفعتی<sup>۳</sup>، سعادت سالاری<sup>۱</sup>، بهاره توکلی<sup>۴</sup>

۱. مربی، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی جیرفت، جیرفت، ایران. ۲. کارشناس ارشد پرستاری سلامت جامعه، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی جیرفت، جیرفت، ایران. ۳. استادیار، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی جیرفت، جیرفت، ایران. ۴. کاردانی مامایی، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی جیرفت، جیرفت، ایران

\* نویسنده مسئول: کارشناس ارشد پرستاری سلامت جامعه، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی جیرفت، جیرفت، ایران  
ایمیل: nasebeh2020@gmail.com      تلفن: ۰۹۱۳۳۴۹۹۸۵۴      نمابر: ۰۳۴۴۳۳۱ ۶۴۹۰

### مقدمه و اهمیت مسئله

آخرین پیش‌بینی‌های جمعیتی، نشان می‌دهد امید به زندگی در جهان از ۶۴/۲ در سال ۱۹۹۰ به ۷۲/۶ در سال ۲۰۱۹ رسیده است و انتظار می‌رود که در سال ۲۰۵۰ از مرز ۷۷/۱ سال بگذرد. در سال ۲۰۱۹ از هر ۱۱ نفر در جهان یک نفر ۶۵ سال و بالاتر بود. در حالی که پیش‌بینی شده است این رقم در سال ۲۰۵۰ به یک نفر از هر ۶ نفر برسد. در سال ۲۰۱۸ برای اولین بار در تاریخ تعداد افراد ۶۵ سال و بالاتر در جهان از تعداد افراد زیر ۵ سال بیشتر شده است. سرشماری‌های انجام‌شده در کشور نیز روند رو به رشد جمعیت سالمند در ایران را نشان می‌دهد. جمعیت سالمندی در ایران طی حدود ۴۲ سال از ۵٪ در سال ۱۳۵۵ به ۱۰٪ در سال ۱۳۹۸ رسیده است (دو برابر شدن جمعیت سالمندی) و مجدداً طی حدود ۲۱ سال، در سال ۱۴۲۰ به ۲۰٪ خواهید رسید (دو برابر شدن جمعیت سالمندی).

متأسفانه این در حالی است که در بسیاری از کشورهای توسعه‌یافته جهان، دو برابر شدن جمعیت سالمندی در عمل بیش از صد سال اتفاق افتاده است و کشور ما از جمله کشورهای دارای بالاترین شیب و شتاب افزایش سالمندی در جهان است. افزایش سریع جمعیت سالمندان کشور، واقعیتی غیرقابل‌انکار است و تأثیر قابل‌توجهی بر افراد سالمند، خانواده آنها و جامعه دارد. سالمندی به بروز تغییرات چندبعدی جسمانی، روان‌شناختی و اجتماعی در انسان می‌انجامد. در واقع با پیر شدن جمعیت شیوع بیماری‌های مزمن جسمی، روانی، اجتماعی و نیاز به خدمات بهداشتی\_درمانی افزایش می‌یابد. در نتیجه توجه به سلامت سالمندان به یکی از دغدغه‌های اصلی سازمان‌های ارائه‌دهنده خدمات سلامت جامعه تبدیل شده است. اولین اقدام به‌منظور ارائه خدمات جامع سلامت به سالمندان هر جامعه‌ای، بررسی وضعیت سلامت سالمندان آن جامعه است.

### نتایج مطالعه

۵۶۸۰۰ نفر سالمند زن و مرد در جنوب استان کرمان (شهرستان‌های جیرفت، عنبرآباد، کهنوج، فاریاب، رودبار، قلعه گنج و منوجان) طی سال‌های ۱۳۹۶ تا پایان سال ۱۳۹۹ از نظر ۴ شاخص سلامت: فشارخون، دیابت، افسردگی و احتمال سقوط بررسی شدند. بازه سنی آنان ۶۰ تا ۷۴ سال بود. ۴۸/۶۲٪ مرد و ۵۱/۳۸٪ زن بودند. میانگین درصد زنان و مردان سالمند مبتلا به فشارخون بالا به ترتیب ۱۶/۲۴٪ و ۱۱/۴۰٪، مبتلا به دیابت ۱۶٪ و ۸/۲٪، مبتلا به افسردگی به ترتیب ۲/۸٪ و ۱/۲٪ و احتمال سقوط به ترتیب ۵۴/۱۶٪ و ۴۹/۲۲٪ بوده است. همچنین نتایج نشان داد بین ۴ شاخص موردبررسی با جنسیت سالمندان مورد مطالعه ارتباط وجود دارد به طوری که زنان سالمند نسبت به مردان سالمند جنوب استان کرمان، از لحاظ این شاخص‌ها در وضعیت بدتری قرار دارند.

### نتیجه‌گیری

با توجه به اینکه درصد قابل‌توجهی از سالمندان جنوب کرمان در معرض خطر فشارخون بالا، دیابت، افسردگی و به‌خصوص سقوط قرار دارند و از آنجایی که مشکلات ذکر شده قابل‌پیشگیری و کنترل می‌باشند، سیاست‌گذاران بهداشتی باید توجه ویژه‌ای به مشکلات سلامتی این گروه سنی داشته باشند همچنین ارائه خدمات آموزشی\_مشاوره‌ای پیشگیرانه به سالمندان و خانواده آنها مدنظر قرار دهند و در ارائه این خدمات به تفاوت سلامت زنان و مردان توجه کنند.

### توصیه‌ها و راهکارها

با توجه به مشترک بودن توصیه‌ها و راهکارها برای سازمان‌های مختلف این توصیه‌ها و راهکارها در دو جدول مجزا مربوط به دانشگاه علوم پزشکی جیرفت و سایر سازمان‌های ذینفع توضیح داده شده است.

توصیه‌ها و راهکارهای مربوط به سازمان‌های مردم‌نهاد، بهزیستی، شهرداری و آموزش و پرورش	توصیه‌ها و راهکارهای مربوط به دانشگاه علوم پزشکی جیرفت
۱. حمایت از برقراری و حفظ ارتباط سالمندان با جامعه و جلوگیری از مجزا شدن سالمندان	۱. تهیه و تولید محتوا و محصولات آموزشی مناسب گروه سنی سالمندان
۲. ترویج معنویت، فرهنگ و سبک زندگی اسلامی_ ایرانی	۲. حمایت از طرح‌های پژوهشی مرتبط با سلامت سالمندان
۳. حمایت از ازدواج مناسب سالمندان	۳. توسعه کمی و کیفی مراکز ارائه خدمات جامع سلامت و توان‌بخشی ویژه سالمندان
۴. آگاه‌سازی و توانمندسازی جمعیت عمومی نسبت به حقوق و مسئولیت اجتماعی آنان در زمینه سلامت سالمندی	۴. اهتمام به حفظ شاخص‌های سلامت سالمندان با رویکرد همه‌جانبه و تلاش برای ارتقاء آن‌ها نسبت به قبل
۵. آگاه‌سازی و توانمندسازی سالمندان در زمینه خود مراقبتی و ترویج سبک زندگی سالم	۵. التزام به رعایت موازین اخلاق حرفه‌ای و سلامت معنوی در تمام سطوح سیاست‌گذاری، برنامه‌ریزی و اقدامات حوزه سلامت سالمندان
۶. توسعه و حمایت از برنامه‌ها و فعالیت‌های ورزشی سالمندان	۶. استفاده از ظرفیت محیط‌های ارائه مراقبت‌ها و خدمات سلامت برای آموزش‌های لازم در خصوص جنبه‌های مختلف سلامت سالمندی
۷. استفاده از ظرفیت‌های سازمان‌های مردم‌نهاد، مراجع دانشگاهی و حوزوی در راستای احیاء و ارتقاء منزلت سالمندان	۷. توجه مسئولین نسبت به حقوق سلامت سالمندان
۸. اصلاح فرهنگ مشارکت ساختارمند و فعالانه فرد، خانواده و جامعه در تأمین، حفظ و ارتقاء سلامت سالمندان	۸. اولویت پیشگیری بر درمان در همه سیاست‌ها، اقدامات و پژوهش‌های سلامت سالمندان
۹. افزایش دسترسی فیزیکی سالمندان به خدمات موردنیاز	۹. لحاظ کردن موضوعات سالمندی در محتوای آموزشی
	۱۰. بهبود دسترسی به دارو برای سالمندان
	۱۱. غربالگری بیماری‌ها و مشکلات شایع سالمندان

این گزارش حاصل از طرح تحقیقاتی با کد اخلاق IR.JMU.REC.1400.017 در دانشگاه علوم پزشکی جیرفت انجام و ثبت شده است. اطلاعات بیشتر در لینک زیر:

[http://research.jmu.ac.ir/webdocument/load.action?webdocument\\_code=1000&masterCode=72000587](http://research.jmu.ac.ir/webdocument/load.action?webdocument_code=1000&masterCode=72000587)