

## بهبود شاخص‌های سلامت سالمدان جنوب استان کرمان

پذیرش: ۱۴۰۱/۰۴/۰۵

دریافت: ۱۴۰۱/۰۳/۰۱

ندا دستیار<sup>۱</sup>، نسیله 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>

<sup>۱</sup>. مریبی، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی جیرفت، ایران.<sup>۲</sup>. کارشناس ارشد پرستاری سلامت جامعه، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی جیرفت، ایران.<sup>۳</sup>. استادیار، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی جیرفت، ایران.<sup>۴</sup>. کاردانی مامایی، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی جیرفت، ایران

\* نویسنده مسئول: کارشناس ارشد پرستاری سلامت جامعه، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی جیرفت، ایران

نامبر: ۰۳۴۴۳۳۱ ۶۴۹۰

تلفن: ۰۹۱۳۳۴۹۹۸۵۴

ایمیل: nasebeh2020@gmail.com

### 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 انجام شده در کشور نیز روند رو به رشد جمعیت سالمدان در ایران را نشان می‌دهد. جمعیت سالمدانی 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٪ خواهد رسید (دو برابر شدن جمعیت سالمندی).

متاسفانه این در حالی است که در بسیاری از کشورهای دارای بالاترین شیب و شتاب افزایش سالمندی در عمل بیش از صد سال اتفاق افتاده است و کشور ما از جمله کشورهای دارای قابل انکار است و تأثیر قابل توجهی بر افراد سالمند، خانواده آنها و جامعه دارد. سالمندی به بروز تغییرات سالمدان کشور، واقعیتی غیرقابل انکار است و در انسان می‌انجامد. درواقع با پیر شدن جمعیت خطر شیوع بیماری‌های مزمن جسمی، روانی، چندبعدی جسمانی، روان شناختی و اجتماعی در انسان می‌انجامد. درتیجه توجه به سلامت سالمدان به یکی از دغدغه‌های اصلی سازمان‌های ارائه‌دهنده خدمات سلامت جامعه تبدیل شده است. اولین اقدام به منظور ارائه خدمات جامع سلامت به سالمدان هر جامعه‌ای، بررسی وضعیت سلامت سالمدان آن جامعه است.

### نتایج مطالعه

۵۶۸۰۰ نفر سالمند زن و مرد در جنوب استان کرمان (شهرستان‌های جیرفت، عنبرآباد، کهنوج، فاریاب، روبار، قلعه گنج و منجان) طی سال‌های ۱۳۹۶ تا پایان سال ۱۳۹۹ از نظر ۴ شاخص سلامت: فشارخون، دیابت، افسردگی و احتمال سقوط برسی شدند. بازه سنی آنان ۶۰ تا ۷۴ سال بود. 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 موردنبررسی با جنسیت سالمدان موردمطالعه ارتباط وجود دارد بهطوری 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 قابل توجهی از سالمدان جنوب کرمان در معرض خطر فشارخون بالا، دیابت، افسردگی و بهخصوص سقوط قرار دارند و از آنجایی که مشکلات ذکر شده قابل پیشگیری و کنترل می‌باشند، سیاستگزاران بهداشتی باید توجه ویژه‌ای به مشکلات سلامتی این گروه سنی داشته باشند همچنین ارائه خدمات آموزشی مشاوره‌ای پیشگیرانه به سالمدان 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 دانشگاه علوم پزشکی جیرفت	توصیه‌ها و راهکارهای مربوط به سازمان‌های مردم‌نهاد، بهزیستی، شهرداری و آموزش‌وپرورش
۱. تهییه و تولید محتوا و محصولات آموزشی مناسب گروه سنی سالمدان	۱. حمایت از برقراری و حفظ ارتباط سالمدان با جامعه و جلوگیری از مجزا شدن سالمدان
۲. حمایت از طرح‌های پژوهشی مرتبط با سلامت سالمدان	۲. ترویج معنویت، فرهنگ و سبک زندگی اسلامی_ ایرانی
۳. توسعه کمی و کیفی مراکز ارائه خدمات جامع سلامت و توانبخشی ویژه سالمدان	۳. حمایت از ازدواج مناسب سالمدان
۴. اهتمام به حفظ شاخص‌های سلامت سالمدان با رویکرد همه‌جانبه و تلاش برای ارتقاء آن‌ها نسبت به قبل	۴. آگاهسازی و توانمندسازی جمعیت عمومی نسبت به حقوق و مسئولیت اجتماعی آنان در زمینه سلامت سالمدان
۵. التزام به رعایت موازین اخلاق حرفه‌ای و سلامت معنوی در تمام سطوح سیاست‌گذاری، برنامه‌ریزی و اقدامات حوزه سلامت سالمدان	۵. آگاهسازی و توانمندسازی سالمدان در زمینه خود مراقبتی و ترویج سبک زندگی سالم
۶. استفاده از ظرفیت‌های سازمان‌های مردم‌نهاد، مراجع دانشگاهی و حوزوی در راستای احیاء و ارتقاء منزلت سالمدان	۶. توسعه و حمایت از برنامه‌ها و فعالیت‌های ورزشی سالمدان
۷. لحاظ کردن موضوعات سالمدان در محتواهای آموزشی پژوهش‌های سلامت سالمدان	۷. اصلاح فرهنگ مشارکت ساختارمند و فعالانه فرد، خانواده و جامعه در تأمین، حفظ و ارتقاء سلامت سالمدان
۸. اولویت پیشگیری بر درمان در همه سیاست‌ها، اقدامات و اطلاعات بیشتر در لینک زیر:	۸. افزایش دسترسی فیزیکی سالمدان به خدمات موردنیاز
۹. غربالگری بیماری‌ها و مشکلات شایع سالمدان	
۱۰. بهبود دسترسی به دارو برای سالمدان	
۱۱. غربالگری بیماری‌ها و مشکلات شایع سالمدان	

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)