



چهارشنبه ۱۴۰۳/۷/۱۱

آموزش و توانمند سازی سالمندان:

با افزایش امید به زندگی و کاهش مرگ و میر، با افزایش جمعیت سالمندان روبرو هستیم. سالمندی یک فرایند زیستی اجتناب ناپذیر است که طی آن افراد دچار کاهش در ظرفیت های درونی بدن و در نتیجه آن افت عملکرد سیستم ها و ارگان های بدن می شوند، این افت عملکرد ممکن است در گروهی از سالمندان منجر به ناتوانی آنان شود. هرچند گذشت عمر و تبعات سالمندی را نمی توان متوقف نمود ولی می توان با بکارگیری روشها و مراقبت های مناسب از اختلالات و ناتوانی های دوران سالمندی پیشگیری نمود یا آنها را به تعویق انداخت تا سالمندان بتوانند از عمری طولانی همراه با سلامت و رفاه بهره مند شوند.

به مجموعه اقدامات و سیاست هایی که با هدف بهبود سلامت و کیفیت زندگی سالمندان صورت می گیرد، توانمند سازی سالمندان اطلاق می گردد. براساس تعریف سازمان جهانی بهداشت، توانمندسازی در سالمندان شامل ایجاد شرایطی است که سالمندان در آن قادر به دستیابی به سطوح بالای سلامت جسمی و روانشناختی، مشارکت فعال در جامعه، حفظ استقلال و خودکفایی باشند. برای دستیابی به این اهداف، اقدامات توانمندسازی در سالمندان را می توان متناسب با نیازها و ویژگی های سالمندان به آنان ارائه نمود. مجموعه این اقدامات شامل ارائه خدمات سلامتی، حمایتی، آموزش و اطلاع رسانی مناسب، ایجاد فرصت های اشتغال و فعالیت های اجتماعی، تسهیل دسترسی به محیط های سالم و سازگار با نیازها و تضمین حقوق و مشارکت سالمندان در اجتماع. می باشند. این رویکرد باعث ایجاد زندگی مستقل، ارتقاء رضایتمندی افراد سالمند و کاهش بار وابستگی آنان به دیگران می شود.

یکی از جنبه های حیاتی توانمند سازی سالمندان، دسترسی آنان به خدمات بهداشتی کافی است. با فراهم کردن خدمات بهداشتی قابل دسترس و با کیفیت بالا می توانیم از طریق فعالیت های پیشگیرانه شامل آموزش های شیوه ی زندگی سالم و تشخیص به هنگام و درمان مشکلات سلامتی سالمندان، زندگی فعال و سالمی را برای آنان فراهم کنیم. با سالمند شدن افراد، نیازهای بهداشتی آنها پیچیده تر می شود و نیز گروهی از آنان نیاز به مراقبت های تخصصی پیدا می کنند..

سالمندان دارای ثروتی فراوان از دانش، تجربه و حکمت هستند و دیدگاهی منحصر به فرد نسبت به زندگی دارند که می تواند به بهبود جامعه کمک بزرگی کند. با توانمند سازی سالمندان و فعال نگاه داشتن آنان در جامعه، نه تنها از این منبع ارزشمند بهره می گیریم بلکه احترام و قدردانی خود را نسبت به آنان نشان می دهیم.

منبع : فایل آموزشی اداره سالمندان وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی