

Yaşlılık



YAŞ NEDİR?

- Yaş;Kronolojik ve Biyolojik yaş olarak iki biçimde açıklanmaktadır. İnsan yaşamının, doğumdan içinde bulunulan ana kadar olan bütün dönemlerini kapsayan süreci 'kronolojik yaş'; içinde bulunulan yaş basamağının zaman birimi ise 'biyolojik yaş' olarak ifade edilmektedir.

YAŞLANMA NEDİR?

- Yaşlanma; Her canlıda görünen, tüm işlevlerde azalmaya neden olan evrensel bir süreçtir.
- Yaşlanma; Kronolojik, biyolojik, fizyolojik, psikolojik, sosyo-kültürel, ekonomik ve toplumsal olmak üzere farklı boyutlarıyla tanımlanmaktadır.

KRONOLOJİK YAŞ NEDİR?

Doğumla birlikte başlayan ve yaşın ilerlemesi ile geçen zaman kronolojik yaşlanma olarak açıklanmaktadır. Kronolojik yaş iki biçimle sınıflandırılır; Primer Yaşlanma

Sekonder yaşlanma

PRİMER-SEKONDER YAŞLANMA NEDİR?

- ▶ Primer yaşlanma;Kronolojik yaşı ile ilerlemesiyle birlikte, sabit bir hızla gelişen biyokimyasal değişimlerdir.
- ▶ Sekonder yaşlanma;Duygusal örselenmeler, hastalıklar, gerilimli ve yorucu yaşam temposu, yetersiz ve dengesiz beslenme, fiziksel ve düşünsel aktivite yetersizliği gibi yaşam baskıları ile primer yaşlanmanın hızlanmasıdır.

BİYOLOJİK YAŞLANMA NEDİR?

- Biyolojik yaşlanma, zamana bağlı olarak bireyin anatomi ve fizyolojisindeki değişikler ile ortaya çıkar. İskelet sistemindeki yıpranmaya bağlı olarak duruşta, boyda, omuzlar arasındaki açıklıkta ve göğüs derinliğindeki değişikliklerde gözlemlenir.

FİZYOLOJİK YAŞLANMA NEDİR?

- Yaşlanmayla birlikte üretkenlikte ve fizyolojik süreçlerde sürekli ve kaçınılmaz düşüşler görülmektedir. Vücut bileşimi, kalp-damar sistemi, böbrekler, sindirim sistemi, karaciğer, beyin, sinirler, akciğerler ve endokrin sistemde işlevsel olarak yetersizlikler ortaya çıkmaktadır.

PSİKOLOJİK YAŞLANMA NEDİR?

- Psikolojik yaşlanma, bireyin zihinsel yetenek ve işlevlerindeki azalma ile birlikte, davranışsal uyum yeteneğinde yaşa bağlı ortaya çıkan değişimleri ifade etmektedir. Yaşlanma sürecinde sevilen birinin kaybı, işlevsel yetersizlik, kronik-fiziksel hastalıklar, günlük yaşam aktivitelerinde başkalarına bağımlılığın artması, otonomi kaybı, ekonomik yetersizlik, sosyal destek kaybı gibi yoksunluklar ve kurum bakımına duyulan ihtiyaç, depresyon olasılığını arttırmakta ve psikolojik yaşlanmayı hızlandırmaktadır.

SOSYO-KÜLTÜREL YAŞLANMA NEDİR?

- Topluluğun yaşlılığa bakışı, yaşlı bireyin kayıplarla başa çıkması, emeklilik ve ölüme yaklaşımları bağlamında değerlendirilmektedir.
- Sosyo-kültürel yaşlanma, sosyalizasyon sürecinde gerçekleşmektedir.

EKONOMİK YAŞLANMA NEDİR?

- Emeklilik döneminin başlamasıyla birlikte gelir azalmakta ve alışılmış toplumsal statü giderek kaybolmaktadır. Bu da çoğu zaman yaşlılar için ilişkilerin ve etkileşimlerin değişmesine neden olabilmektedir.

TOPLUMSAL YAŞLANMA NEDİR?

- Toplumsal yaşlanma 'Doğumda beklenen yaşam süresi', 'Toplumun ortalama yaşı' göstergelere bağlamında değerlendirilmektedir.
- Yaşlı nüfusun toplam nüfus içindeki oranı %4'ten az ise Genç Nüfus
- %4-%6.9 arasında ise Olgun Nüfus
- %7-%10 arasında ise Yaşlı Nüfus
- %10'un üzerinde ise çok yaşlı nüfus olarak tanımlanmaktadır.

YAŞLANMA;

- Birincil yaşlanma(Normal yaşlanma);izleri yıllarca ortaya çıkmasa da yaşamın erken dönemlerinde başlar. Bütün organlar ya da sistemler aynı düzeyde olmasa da beden genel olarak yaşlanır.

Yaşlanma;

- İkincil yaşlanma;İnsanların çoğunda ortaya çıkar, ama evrensel ya da kaçınılmaz değildir. Bu yaşlanma hastalıklar sigara, alkol ya da madde bağımlılığı gibi kötü kullanımlar sonucunda bedenin yıpranmasıdır. Böyle bir yaşam sürecinin sonucudur.
- Üçüncül yaşlanma;Yaşamın sonunu haber veren hızlı ve en ileri düzeydeki bozulmadır. Sağlıkta, toplumsal yaşamda, bilişsel işleyişteki değişiklikler ile ortaya çıkar.

'ÖNEMLİ'

- Dünya Sağlık Örgütü(WHO), 1963 yılında yaşlıların sağlık sorunları konusunda düzenlediği toplantıda yaşlıları kronolojik olarak 3'e ayırmıştır.
- -Orta Yaşlılar(45-59yaş)
- -Yaşlılar(60-74yaş)
- -İhtiyarlar(75+)

YAŞLILIK NEDİR?

- Tüm canlılarda görünen temel bir biyolojik süreçtir. Yaşlılık, bireylerin fiziksel ve ruhsal güçlerinin bir daha yerine gelmeyecek şekilde yavaş yavaş kaybetme hali olarak tanımlanmaktadır. Yaşlılık, yaşam sürecinin çocukluk, gençlik, yetişkinlik gibi doğal ve kaçınılmaz bir sürecidir.

DÜNYADA YAŞLI NÜFUSUNUN GİDEREK ARTMASININ NEDENLERİ;

- -Son 50 yılda yaşanan hızlı teknolojik gelişmelerle beraber daha sağlıklı yaşam koşullarının oluşması.
- -Antibiyotiklerin keşfi ile bulaşıcı hastalıkların etkinliğini yitirmesi.
- -İnsanların eğitim düzeylerinin yükselmesi.
- -Sağlık hizmetlerinin gelişmesi ve toplumun sağlık durumunda iyileşmenin sağlanması ile yaşam süresinin uzaması olarak sıralanmaktadır.