

ULUSLARARASI YAŞLILAR GÜNÜ VE YAŞLILARA SAĞLIK GÜVENCESİ

01 Ekim 2019

Dünya Yaşlılar
Günü'nün

28.

Yıldönümü

Tüm dünyada yaşlılar, çocuklar ve kadınlar dezavantajlı gruplardır. Yönetimlerin, bu grupları destekleyici, dezavantajlarını giderici toplumsal düzenlemeler yapması, düzenekler kurması yani pozitif ayrımcılık yapması gerekir. Tam tersine bu grupların aleyhine işleyen birçok olumsuz davranışlar sergiliyorlar. Çünkü yönetimler orta

Yazan: Prof. Dr. RECEP AKDUR
Başkent Üni. Tıp Fak. Halk Sağlığı

yaş grubunun egemenliğinde. Orta yaşlar ise, bu gruplara karşı olumsuz önyargılara sahip. Bu önyargılar negatif ayrımcı bir tutum ve davranış sergilemelerine neden oluyor. Daha da kötüsü bu tutumlarını egemen oldukları yönetimlere de yansıtıyorlar. Bundan en çok zarar görenler ise yaşlılar oluyor.

Yaşlılar tüm dünyada dışlan-

makla birlikte; dışlanma gelişmiş ülkelerde daha düşük düzeyde iken geri kalmış ülkelerde yaşlıya hayatı zorlaştıracak ve yaşam kalitesini düşürecek düzeyde. Son bir yılın verilerine göre; dünyada 60 yaş üstündeki altı kişiden biri dışlanmaya/hak ihlaline uğramış. Huzurevleri ve benzeri uzun süreli bakım kurumlarında ise; iki kişiden biri hak ihlali ve kötü muameleye maruz kalmış. Hızla artan yaşlı nüfus ve toplumsal değişim nedeniyle bu oranların daha da artması bekleniyor.

Bu ayıbın farkında olanlar, uzunca bir süredir konuyu Birleşmiş Milletlerin gündemine getiriyorlardı. BM Genel Kurulu 14.12.1990 tarih ve 45/106 sayılı kararı ile 01 Ekim'in Uluslararası Yaşlılar Günü olarak kutlanmasını kabul etti. Amaç; yaşlıların görünürlüğünü sağlamak. Böylece yaşlıları etkileyen konular hakkında farkındalık yaratarak, gelecekte “yaşamın her alanında hakkaniyete dayalı bir yaşa sahip olmak. İlk kutlama 01 Ekim 1991’de yapıldı ve bu sene 28.’si kutlanacak.

Her yıl bir konu seçiliyor ve etkinlikler bu konuya odaklanıyor. Bugüne dek seçilen konulardan

bazıları aşağıdaki listede görülmektedir. Bu yıl seçilen konu “yaşlılara evrensel sağlık güvencesi”dir. Bunu WHO, yaşlıların mali sıkıntı yaşamadan gereksinim duydukları hizmetleri almalarının ve sağlık tehditlerinden korunmalarının sağlanması ve güvence altına alınması olarak tanımlıyor.

Kurumlar, okullar, ofisler ve açık alanlardaki ilan panolarında bu konuya dikkat çeken afişler asılacak. İnsanlara/ yöneticilere, yaşlılara karşı olan sorumlulukları hatırlatılacak. Daha duyarlı olmaları istenecek. Böylece yaşlıların sağlık güvencesine sahip olmaları için katkı vermeye herkes özendirilecek.

Yaşlı Nüfus Hızla Artıyor

Sağlık hizmeti ve refahtaki gelişmeye koşut olarak, insanlar daha uzun yaşıyor. Yirminci yüz yılın başında doğuşta beklenen ömür 40-50 yıl iken, bugün 80 yılı aştı ve tam iki katına çıktı. Dünya nüfusu 2000’li yıllardan itibaren, geçmişe göre çok daha büyük bir hızla yaşla-

KABULÜNDEN GÜNÜMÜZE ULUSLARARASI YAŞLILAR GÜNLERİNİN KONULARI	
YIL	KONU
1998/2000:	Her Yaşa Uygun Bir Topluma Doğru
2004	Nesiller Arası Toplumda Yaşlı İnsanlar
2005	Yeni Bin Yılda Yaşlanma
2006	Yaşlıların Yaşam Kalitesinin İyileştirilmesi İçin BM Küresel Stratejilerinin Geliştirilmesi
2007	Yaşlanmanın Zorluklarını ve Fırsatlarını Ele Alma
2008	Yaşlıların Hakları
2009	Uluslararası Yaşlılar Yılı'nın 10. Yıldönümünü Kutlamak: Her Yaşa Uygun Bir Topluma Doğru
2015	Kentsel Çevrede Sürdürülebilirlik ve Yaş Kapsayıcılığı
2016	Yaşlanmaya Karşı Tavrı Al/Karşı Dur
2017	Geleceğe Adım Atmak: Yaşlıların Yeteneklerine, Katkılarına ve Topluma Katılmalarına Dokunma; Yaşlıların Topluma Katılımı
2018	Eski İnsan Hakları Şampiyonunun Kutlanması
2019	Yaşlılara Evrensel Sağlık Güvencesi / Her Yerde Herkese (Yaşlılara) Sağlık Güvencesi

Gelecekte yaşlı nüfusa uygun sosyal destek düzenekleri kurulmaz ise, sorunlar misliyle katlanarak, büyük ve çözülemez bir hal alacak.

nıyor. Günümüzde 60 yaş üstündeki nüfus 962 milyon (%12) iken 2030 da 1,4 milyarı (%18), 2050 yılında ise 2 milyarı (%22) aşacak. Yani 45 yıl sonra ikiye katlanacak ve beş yaş altı çocuklardan daha çok bir sayıya ulaşacak. Bunların 434 milyonu 80'den daha yaşlı olacak.

Gelişmiş ülkeler örneğin Japonya'da yaşlı nüfus şimdiden %30'u geçmiş durumda. Şili, Çin, İran ve Rusya gibi birçok ülke yüzyılın ortasında bu orana ulaşacak. Bu nedenle de yaşlı nüfusun en az %80'i az veya orta gelirli ülkelerde yaşayacak. Tüm ülkelerin özellikle de az veya orta gelirli olanların sağlık ve sosyal güvenlik sistemlerini bu değişime uygun hale getirmesi gerekiyor. Bir yanda Fransa gibi yaşlı nüfusun ikiye katlanacağını öngörerek 150 yıllık bir geleceği planlamış ve hazırlığını yapmış olan ülkeler var iken öte yanda değişimin farkında bile olmayan ülkeler de var.

Gelecekte yaşlıların %80'inin orta ve düşük gelirli ülkelerde yaşayacağı, nüfusun sağlıklı kentlerde yoğunlaşacağı, ailelerin



çekirdek aileye dönüşeceği ve yalnız yaşamının daha da yaygın hale geleceği gibi değişimler de göz önüne bulundurularak, yaşlı nüfusa uygun sosyal destek düzenekleri kurulmaz ise, sorunlar misliyle katlanarak, büyük ve çözülemez bir hal alacak.

Tüm dünyada olduğu gibi Türkiye'de de nüfus hızla yaşlanıyor. Genç bir nüfusa sahip olduğumuz söylemi geçmişte kalmak üzere. Geçtiğimiz 2018 yılında 65 yaş üstü nüfus; 7.186.204'lük bir sayıya ve %8,8 orana sahipti. Bu oranın, 2023'de %10,2 , 2030'da %12,9 , 2040'da %16,3 , 2060'da %22,6 ve 2080 yılında ise %25,6 olacağı tahmin ediliyor. Bunun bir sonucu olarak, Türkiye'deki yaşlı bağımlılık oranı yani çalışma çağındaki yüz kişiye düşen yaşlı sayısı; 2018'de %12,9 iken 2030'da %19,6, 2060'da, %37,5 2080 yılında ise %43,6'ya yükselecek. Yani her iki kişiden biri bağımlı olacak. Şimdiden finansal açık veren sağlık ve sosyal güvenlik sisteminin kendini

bu gelişime hazırlaması gerekiyor. Dünyadakine benzer şekilde, Türkiye’de de nüfusun sağlıklı olmayan kentlere yoğunlaşması, ailelerin çekirdek aileye dönüşmesi, yalnız yaşamanın yaygınlaşması gibi faktörler de göz önüne alındığında sorunların çözümünün daha da zorlaşacağı söylenebilir. Buna karşılık Türkiye’nin bu değişime bir Fransa düzeyinde, bir Japonya düzeyinde hazır olduğunu, bu bağlamda düzenlerin kurulduğunu söylemek de olanaklı değil.

Yaşlılar Yoğun Sağlık Sorunları ile Baş Başa

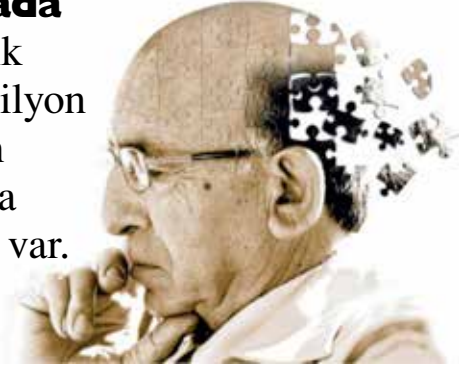
Uluslararası kaynaklara göre; yaşlıların %92’sinde en az bir %77’sinde ise en az iki kronik sağlık sorunu var. Bunların başında kalp hastalığı, felç, kanser ve diyabet geliyor. Yaşlı ölümünün yaklaşık üçte ikisinin nedeni bu hastalıklar.

Sıralamada bunları izleyen en yaygın sağlık sorunu bunamadır (demans). Dünyada yaklaşık 47,5 milyon insanın bunama sorunu var. Bunun 2050 yılına kadar üç katına çıkacağı hesaplanıyor. Altmış yaşın üzerindeki nüfusun %15’inden fazlasının zihinsel bir sorunu var. Bunun yarıya yakını (%7) depresyon. Üstelik bu sorun sıklıkla yetersiz tanı ve tedavi alıyor. Öte yandan tedavi

ve bakımında sağlık çalışanlarının yanında bilinçli bir aile /yakın çevre varlığı da çok önemli.

Şişmanlık (obezite) ve buna bağlı sorunlar yaşlılar arasında hızla artmaktadır. Kemiklerin küçülmesi, kasların güç ve esneklik kaybetmesi, reflekslerin yavaşlaması gibi nedenlerle yaşlılar dengelerini daha kolay kaybediyor ve düşüyor. Buna bir de osteoporoz ve osteoartrit eklenince; düşmeler yaşlıların en sık yaralanma nedenlerinden biri haline geliyor. Düşmeye bağlı olarak; her 15 saniyede bir yaşlı acil servislere başvuruyor ve her 29 dakikada bir yaşlı ölüyor. Oysaki denge kaybı ve düşmeler yaşlının bedensel yete-

Dünyada yaklaşık 47,5 milyon insanın bunama sorunu var.



neklerine uyum eğitimi ve fiziksel egzersizlerle önlenabiliyor.

Cinsel yolla bulaşan hastalıklar, kötü beslenme, görme ve işitme gibi duyu organları bozuklukları, ağız ve diş sağlığı sorunları, başta alkol olmak üzere madde bağımlılığı, idrar kontrolü zorluğu ve kabızlık yaşlıların diğer sık rastlanan

sağlık sorunları. Tüm bunlar göz önünde bulundurulduğunda insan, doğa yaşlılara ne kadar da kıyıcı/ayırıcı davranıyor diye düşünmekten kendini alamıyor.

Toplumların tüm bu dezavantajları dengeleyecek bir tutumuna sahip olması gerekiyor. Elbette ki uluslararası yaşlılar günü çok önemli, ancak yaşlı sorunlarının çözümü yılda bir gün toplumun dikkatini çekmenin çok

ötesinde bir çabayı gerektiriyor. Her şeyden önce yaşlıların, tüm insan hak ve özgürlüklerini tam ve eşit şekilde kullanabileceği bir ortam/toplum yaratmak gerekir.

Sağlık ve Sosyal Güvenlik Sistemleri Gecikmeden Yaşlanan Nüfusa Uygun Hale getirilmelidir

1. Toplumların/yönetimlerin, yaşlılara sağlıklı yaşama olanakları sağlayan kanıt dayalı politikalar geliştirebilmesi için, her şeyden önce bunu öncelikli ve temel bir görev olarak benimsemesi gerekir. Ayrıca kanıtın ve bilimin kılavuzluğuna inanmak gerekiyor.

2. Kanıt dayalı politikalar oluşturabilmek için; demografi ve sağlık alanındaki ölçme, izleme ve değerlendirme hizmetlerinin (information system) bir an önce iyileştirilmesi



**Yaşlıların,
tüm insan hak ve
özgürlüklerini
tam ve eşit şekilde
kullanabileceği
bir ortam/
toplum yaratmak
gerekir.**

gerekir. Rutin verilerin yetmediği alanlarda sorunları analiz etmek ve çözümler üretmek üzere seri araştırma- lar yapılmalıdır.

3. Günümüzde her anlamdaki yaşlı bakımı kapasitelerinin yetersiz olduğu açıktır. En kısa sürede yeterli bir kapasiteye çıkarılmalıdır.

4. Var olan sağlık sistemleri yaşlıların gereksinim ve tercihlerine uygun

değildir. Bir an önce bu doğrultuda düzenlenmelidir. Yaşlıların sorunları kroniktir bu nedenle de palyatif bakımın yanında uzun süreli bakım sistemlerine de gereksinim vardır.

5. Yaşlı bakımı sağlayıcılar arasında düşünsel ve işlevsel entegrasyon sağlanmalı ve bir an önce bütünlüklü hizmetler kurulmalıdır.

6. Başta sağlık ve sosyal güvenlik hizmetleri olmak üzere tüm hizmet sektörlerinde yaşlı dostu ortamlar oluşturulmalıdır.

7. Günümüz kent ve bina mimarisi bırakın yaşlılara insana bile uygun değildir. Kentlerin, mahallelerin ve sokakların hızla yaşlıyı gözetken bir mimariye ve ergonomiye kavuşması ve yaşlı dostu kentler haline gelmesi gerekir. •

Kaynak: WHO web sitesindeki konu ile ilgili yazı ve raporlar: <https://www.who.int>