Курс по предмету

«Старение и качество жизни»

Кылышбаева Б.Н.
д.соц.н., доцент КазНУ имени аль-Фараби

Жизненный сценарий личности

srazu.pro

"Старение - это закономерно развивающийся разрушительный биологический процесс ограничения адаптации организма, это процесс, увеличивающий вероятность смерти, сокращающий продолжительность жизни, способствующий появлению возрастной патологии при первичном изменении в наследственном аппарате" (Фролькис В.)

data:image/jpeg;

Теории старения

Теория накопления мутаций-эволюционно-генетическая

Теория одноразовой сомы

Эпигенетическая теория старения

Митохондриальная теория

Теория соматических мутаций

Теория свободных радикалов

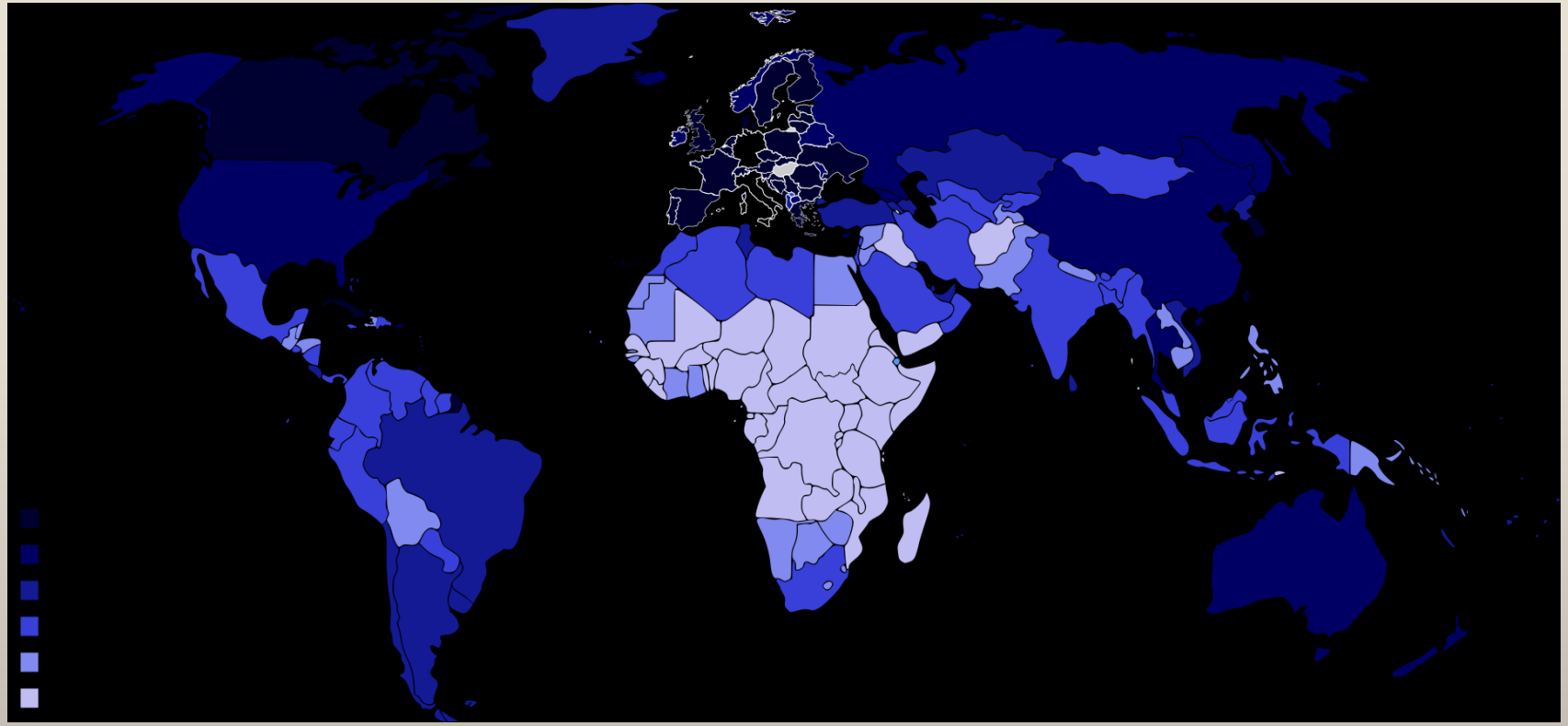
Закон смертности Гомпертца-Мейкхама

Эволюционно-генетический подход

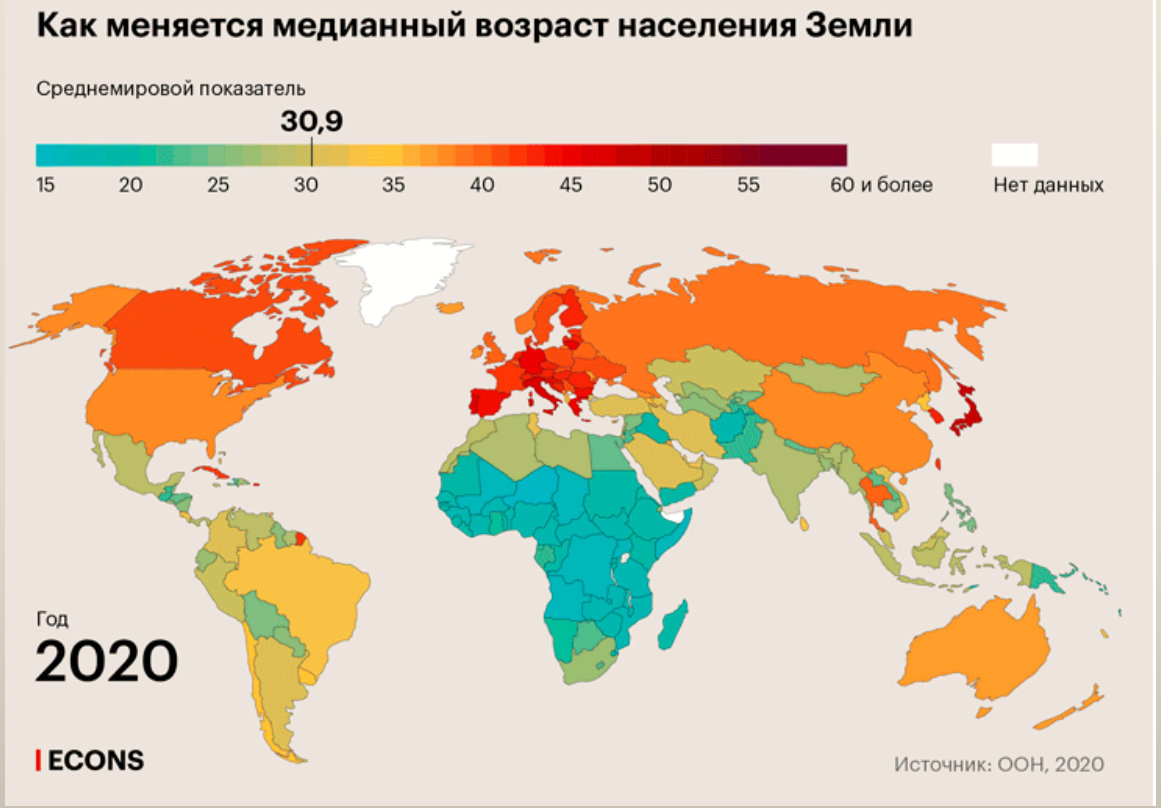
Гормонально-генетический подход

https://thumbs.dreamstime.com

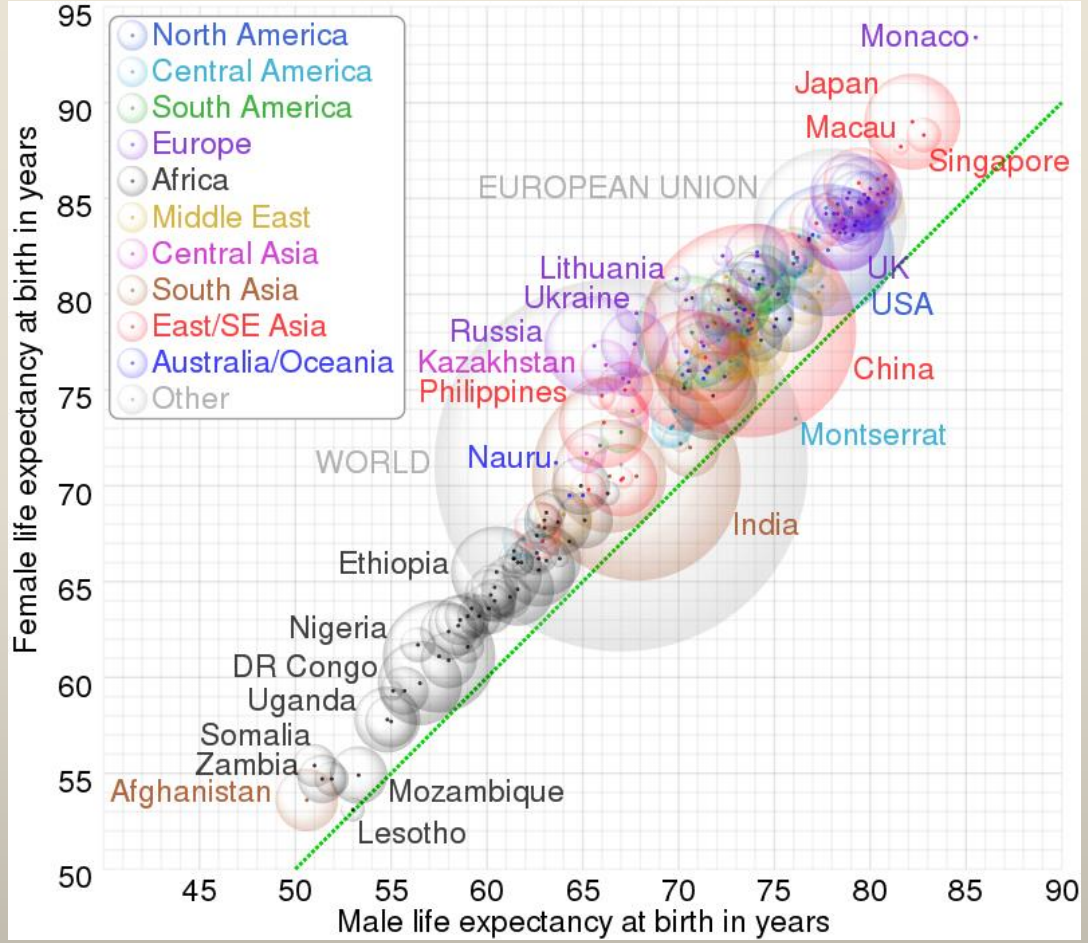
Карта медианного возраста в разных странах по состоянию на 2018 год.



https://upload.wikimedia.org



https://thebell.io/wp-content/uploads/2020/02/MediumAgeMap_New.gif



Сравнение продолжительности жизни мужчин и женщин в разных странах. Данные за 2018 год согласно Всемирной книге фактов ЦРУ. Объёмы пузырьков соотносятся с численностью населения.

https://upload.wikimedia.org/wikipedia

Казахстан по ожидаемой продолжительности жизни при рождении по данным на 2019 год

—	**Европа и Центральная Азия**	**74.4**	**77.7**	**71.1**	**6.7**
91	Парагвай	74.3	76.4	72.3	4.1
92	Гватемала	74.3	77.2	72.2	4.1
93	Доминиканская Республика	74.1	77.4	71.0	6.4
94	Государство Палестина	74.1	75.8	72.4	3.3
95	Маршалловы Острова	74.1			
96	Палау	73.9			
97	Багамские Острова	73.9	76.1	71.7	4.4
98	Грузия	73.8	78.1	69.3	8.8
99	Казахстан	73.5	77.7	69.2	5.3

https://ru.wikipedia.org/

Прогноз по росту населения

С 2020 по 2100 год население Африки увеличится с 1,3 млрд до 4,3 млрд человек.

В 2021 году население Европы достигнет пика в 748 миллионов человек.

Регион Латинской Америки в 2058 году достигнет пика в 768 миллионов.

Население Азии увеличится до 5,3 млрд в 2055 году, а затем начнет сокращаться.

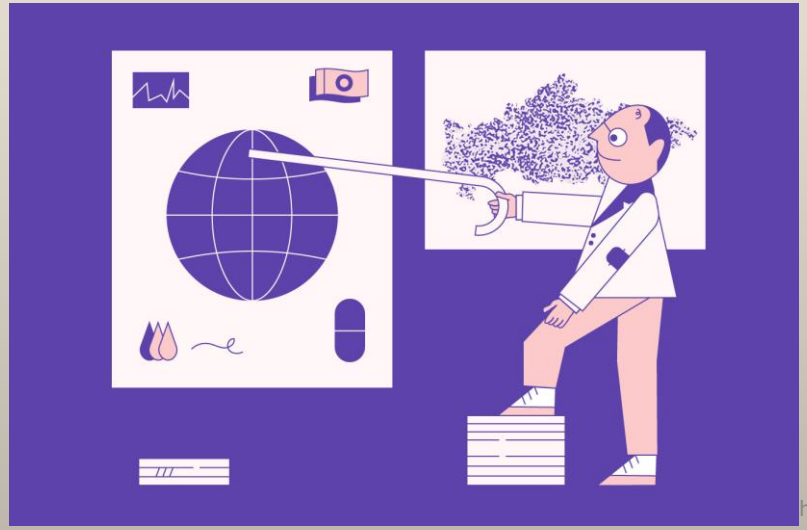
Население Китая достигнет пика в 2031 году.

Население Индии будет расти до 2059 года, когда оно достигнет 1,7 миллиарда человек..

https://homsk.com/upload/media

Факторы эйджизма:

- введение новых технологий, культ молодости,
- большое число всё ещё достаточно крепких старых работников,
- уменьшение количества людей, которые работают на себя,
- опыт старых людей, наоборот, играет всё меньшую роль.



https://storage.yandexcloud.net

Уменьшение влияния старых людей, чувства собственной невостребованности и наличия значительного количества свободного времени, финансовые проблемы. Большие семьи разделились и пожилые люди всё чаще не живут рядом со своими детьми. Из-за этого перед обществами становится проблема большей приспособляемости пожилых людей к независимому существованию.

Важным фактором в социологии старения является сексуальная и репродуктивная активность. В развитых странах мужчины продолжают становиться отцами даже в возрасте 65 лет и старше.

https://encrypted-tbn0.gstatic.com/

Экономические аспекты

Пожилые люди постепенно теряют источники дохода, они должны полагаться на собственные накопления, помощь детей и общества. На уровне государства старое население выбывает из рабочей силы, увеличивая нагрузку на активных работников.

Первый закон об ответственности государства перед пожилыми людьми был принят в Англии в 1601 году. Собственно пенсии были впервые введены в 1880 году Отто фон Бисмарком в Германии.

https://encrypted-tbn0.gstatic.com

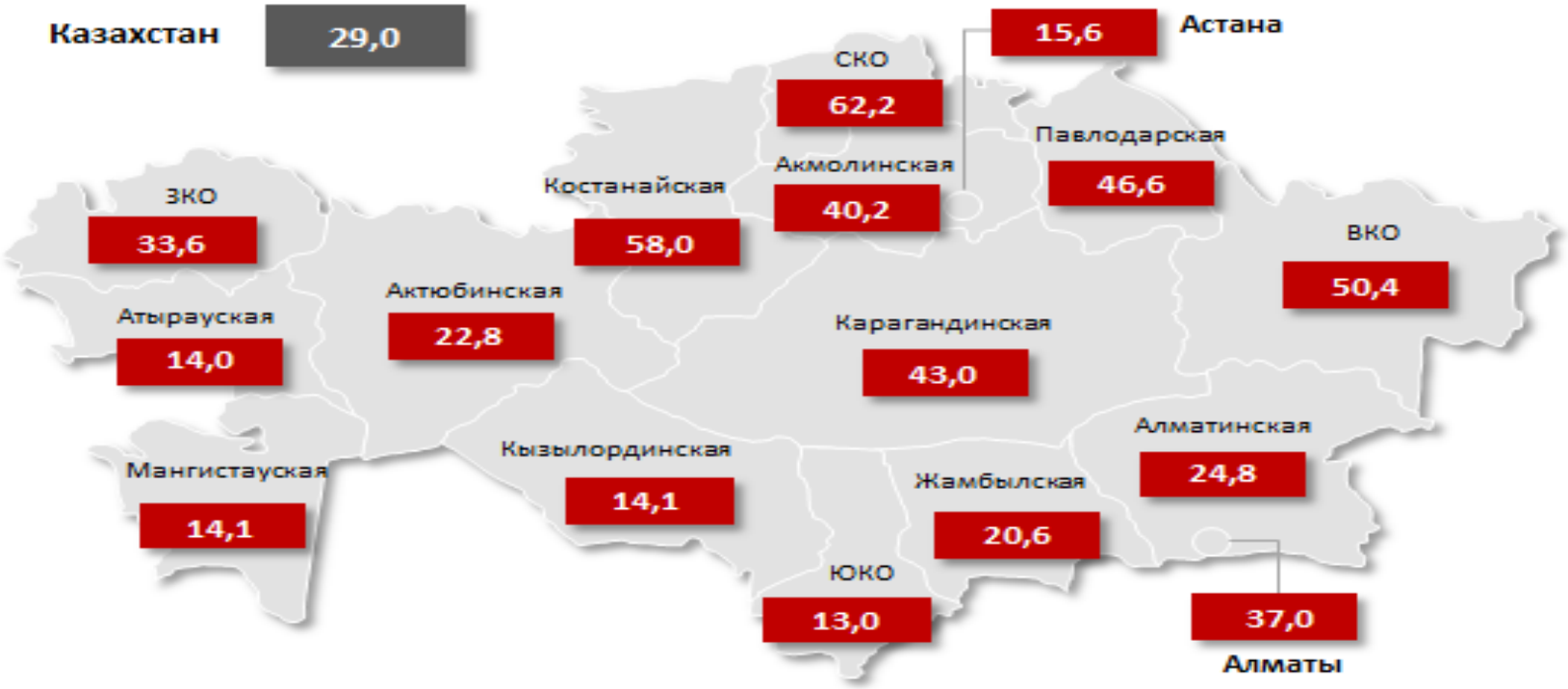
Проблемные вопросы понимания качества жизни в пожилом и старческом возрасте

- Специфика понятия качества жизни в поздних возрастах.
- Компоненты (домены) качества жизни в поздних возрастах.
- Факторы влияния на качество жизни в поздних возрастах.
- Методики для оценки качества жизни в поздних возрастах

https://encrypted; https://www.asi.org.ru

В Казахстане структура демографической нагрузки пожилыми людьми увеличится в 1,8 раза — с 20,8% в 2019 году до 37,8% в 2050. Процесс старения населения сильно воздействует на все стороны жизни человека: экономику, сбережения, инвестиции и потребление, рынок труда, пенсии, налогообложение и трансферты между поколениями. В социальной сфере это сказывается на состоянии здоровья людей, составе семьи, образе жизни, жилищных условиях и миграции населения.

Индекс старения городского населения в регионах РК (число лиц пожилого возраста на 100 детей)



Расчеты ranking.kz на основе данных КС МНЭ РК

Индекс старения сельского населения в регионах РК (число лиц пожилого возраста на 100 детей)

Расчеты ranking.kz на основе данных КС МНЭ РК

Изучение качества жизни с помощью опросника SF-36 является общепринятым в мире высокоинформативным, чувствительным и экономичным методом оценки состояния здоровья как населения в целом, так и отдельных социальных групп. Метод позволяет дать количественную оценку характеристик жизнедеятельности человека – его физического, психологического и социального функционирования. Социологические методы исследования позволяют оценить важные аспекты восприятия населением собственного благополучия (например, самооценка здоровья, отношения с окружающими, ценностные ориентации т.д.), которые дополняют и восполняют объективные показатели качества жизни.

https://torrevieja-tur.com/wp-content/uploads/2019/03/Novyiy-virtualnyiy-tsentr-dosuga-dlya-pozhilyih-lyudey-v-Madride.-1140x530.jpg

Одним из наиболее информативных и научно обоснованных является глобальное исследование Global Age Watch Index и сопровождающий его рейтинг стран мира по показателю качества жизни и благополучия пожилых людей . Индекс рассчитывается по методике международной неправительственной организации HelpAge International на основе статистических данных и результатов опросов населения, получаемых от национальных институтов и Международных организаций и аккумулируемых в Фонде ООН в области народонаселения (ЮНФПА).

https://groupgt.ru/uploads/posts/2020-07/1595408913_bigstock-group-of-seniors-playing-game-258166369.jpg

Таблица 2. Рейтинг и значения Global AgeWatch Index в общем и по отдельным показателям, 2015 г.

Страна		Общий рейтинг и значение		Материальная обеспеченность		Состояния здоровья		Личный потенциал		Благоприятная социальная среда	
		Рейтинг	Значение	Рейтинг	Значение	Рейтинг	Значение	Рейтинг	Значение	Рейтинг	Значение
Страны-лидеры	Швейцария	1	90,1	27	77,3	2	81,3	2	75,0	1	83,7
	Норвегия	2	89,3	2	89,4	16	73,5	1	76,3	4	80,1
	Швеция	3	84,4	7	83,5	12	75,2	5	65,6	6	79,4
	Германия	4	84,3	15	80,9	11	75,6	3	68,4	11	78,6
	Канада	5	84,0	10	82,9	4	80,3	10	61,2	9	78,9
	Нидерланды	6	83,0	5	85,9	13	74,8	12	59,6	5	79,6
	Исландия	7	81,8	4	86,6	8	78,2	18	54,5	10	78,8
	Япония	8	80,8	33	75,1	1	83,9	7	62,7	21	75,0
	США	9	79,3	29	76,3	25	70,1	4	65,7	17	76,8
	Великобритания	10	79,2	14	81,5	27	69,3	20	53,6	3	81,8
	...										
Страны БРИКС	Китай	52	48,7	75	39,2	58	46,5	39	37,8	28	71,8
	Бразилия	56	46,2	13	81,5	43	57,4	58	29,9	87	54,6
	Россия	**65**	**41,8**	**30**	**76,2**	**86(!)**	**27,1**	**25**	**48,4**	**82(!)**	**55,5**
	Индия	71	37,9	72	45,9	87	27,0	55	30,1	52	65,3
	Южная Африка	78	35,0	19	79,5	89	25,9	69	25,9	83	55,0
	...										
Страны-аутсайдеры	Мозамбик	94	4,5	84	22,8	94	18,9	94	4,5	96	45,1
	Малави	95	4,1	96	5,6	95	18,8	84	19,0	94	48,4
	Афганистан	96	3,6	83	23,3	96	7,1	91	12,1	95	47,0

Источник: данные: Global AgeWatch Index [Electronic resource]. – URL: www.helpage.org/global-agewatch/

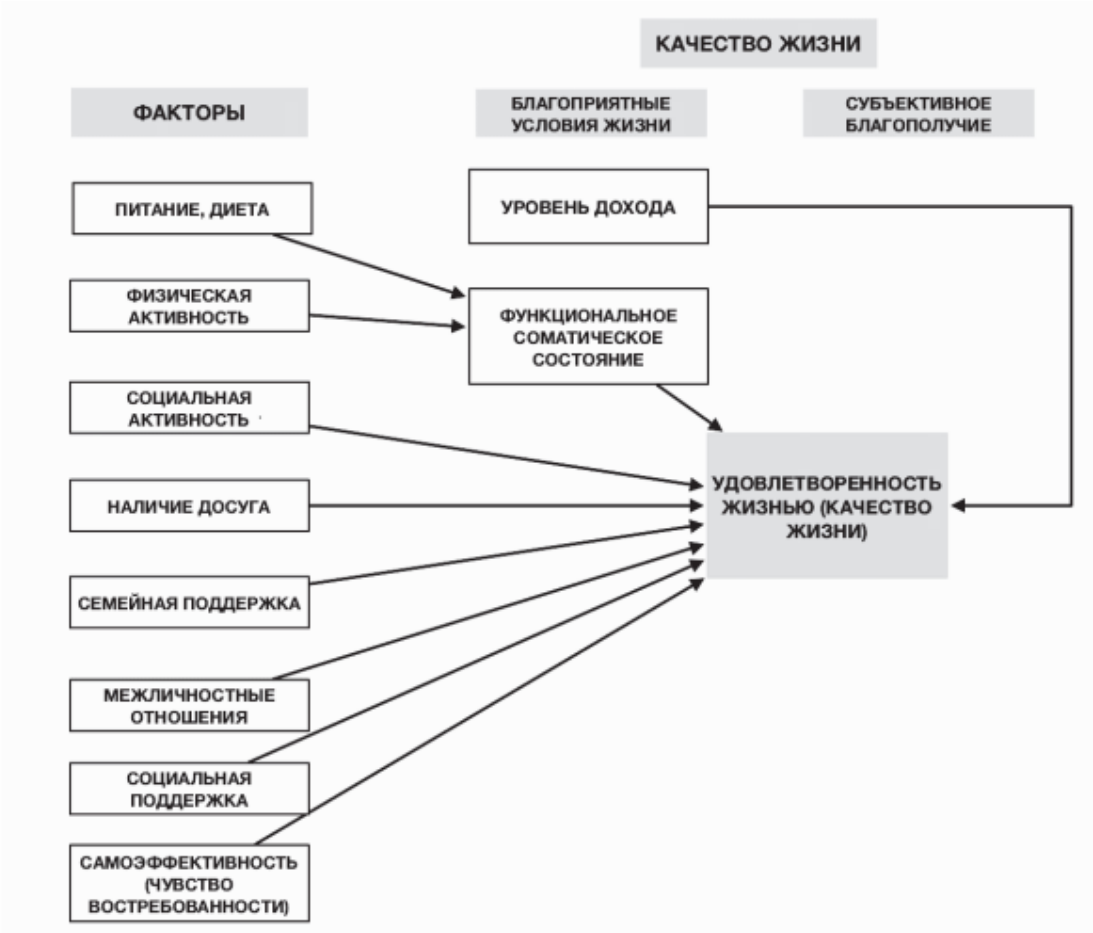


Рис. 2. Факторы влияния на качество жизни в пожилом и старческом возрасте (по Mar a Soledad Herrera Ponce, Carmen Barros Lezaeta, María Beatriz Fernández Lorca, год [2011]

Оценка качества жизни используется для следующих целей .

1. Понять причины и последствия индивидуальных различий в качестве жизни.

2. Оценить влияние психологических, социальных, экологических факторов на качество жизни.

3. Выявить потребности для обследуемой пожилой популяции.

4. Оценить эффективность медицинских и психосоциальных подходов, качество работы системы здравоохранения.

5. Улучшить алгоритмы медицинской и психологической помощи.

https://www.google.com/imgres

Индекс качества жизни пожилых людей рассчитывается на основе статистических данных, получаемых от национальных институтов и международных организаций. Он предполагает анализ состояния 13 показателей качества жизни и благополучия пожилых людей, объединенных в четыре основные группы:

−материальная обеспеченность;

−состояние здоровья;

−образование и занятость;

−хорошие условия жизнедеятельности.

Внедрение данных инноваций сопряжено с рядом трудностей, причем не только материальных, финансовых, кадровых, и пр. Речь идет о противодействии самих людей пожилого возраста, индивид, не доверяющий своим способностям, изначально содержит в себе отрицание новшества. Для специалиста по социальной работе в таком случае становится важным «переориентация» пожилого человека с исключительно «созерцательной» деятельности на деятельность творческую.

Чрезвычайно трудно добиться от человека в пожилом возрасте приобретения новых знаний и пересмотра ценностей, установок, ожиданий, что является необходимым условием формирования адекватного инновационного восприятия.

Противниками нововведений с большей степенью вероятности могут быть индивиды, обладающие низкими социальными статусами в силу невозможности получить немедленную отдачу от участия в процессе.

Сопротивление нововведениям (К. Левин) является также прямым следствием фактора неопределенности (угроза стабильному положению в рамках существующей социальной системы). Желание сохранить имеющееся состояние, может также служить источником сопротивления нововведению

https://img1.freepng.ru

Дополнительным фактором сопротивления нововведению являются действующие установки, определяющие скорее консервативный, нежели новаторский характер поведения.

В инновационной деятельности в отношении пожилых важно также учесть, что отдача инвестиций в инновациях рассматривается как возможность долгосрочной отсрочки возвращения финансовых (прежде всего) и иных материальных ресурсов.

Понятие КЖ объединяет показатели четырёх областей:

физической (физическое самочувствие);

функциональной (способность человека осуществлять деятельность, обусловленную его потребностями, амбициями и социальной ролью);

эмоциональной (эмоциональное состояние благополучия или дистресса);

социальный статус (социальная и семейная активности, работоспособность, семейные обязанности и отношения с членами семьи, сексуальность, коммуникабельность с другими людьми).

https://encrypted-tbn0.gstatic.com/images

Интернет-база **Pro Qolid** содержит 693 инструмента для исследования качества жизни, из них 538 могут быть применены при проведении исследований у взрослых. В то же время, лишь 32 инструмента отнесены к гериатрическим, только 6 из них являются общими, остальные применимы при частных видах патологии.

Методика Делебо-Рубинштейна (здоровья и счастья),

Экспресс-методика измерения КЖ «Eurocol»,

Визуальная шкала общего самочувствия,

Опросник уровня настроения,

Методика измерения социальной фрустрированности,

понимания-непонимания, степени конфликтности («идеальный врач - реальный врач»).

https://encrypted-tbn0.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcRd3mWGzgv6HES8it6kuZDhcZpzfXf78ybLTg&usqp=CAU

В возникновении психических расстройств, развивающихся в пожилом возрасте, наиболее существенное значение имеют следующие факторы:

нейроэндокринные сдвиги, связанные с климаксом;

разнообразные морфофункциональные изменения органов и систем, обусловленные старением;

накопление во второй половине жизни соматических болезней и возрастных недугов;

психологическое старение, изменения характера в процессе инволюции;

своеобразная социально-психологическая ситуация, в которой оказывается стареющая личность.

Психические заболевания, к которым можно отнести шизофрению, маниакально-депрессивный психоз, депрессивные и тревожные состояния, ведут к существенному снижению показателей КЖ.

https://encrypted-tbn0.gstatic.com/images

Количество жизни = количество здоровья

Он характеризует резервы организма, которые обеспечивают определенную вероятность не заболеть и не умереть в течение конкретного периода времени.

https://encrypted-tbn0.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcQSz8ImuCy4_Pn4DOUCwKOJ_PXleNc6YkS5OA&usqp=CAU

Все эти факторы способствуют сохранению психологического здоровья человека в период старения и тесно взаимосвязаны с его субъективным благополучием. Субъективное или психологическое благополучие — это оценка человеком своего качества жизни, которая зависит от различных компонентов (физического и психического здоровья, субъективного экономического благополучия, финансовых возможностей, сохранения и развития взаимодействий с людьми в семье, на работе, друзьями и близкими, среды, в которой живет и работает человек, и др.).

https://www.inform.kz/radmin/news/2019/10/01/191001212059651e.jpg

Отношение членов семьи к вопросам обеспечения ухода за своими пожилыми родителями может измениться.

Развитые страны предпринимают попытки обеспечить широкий диапазон услуг по уходу различных типов и уровней с особым упором на услуги по уходу на дому.

В развивающихся странах поддержку и уход обеспечивают семья или круг родственников и соседей.

Во многих развивающихся странах отсутствует система долгосрочного ухода, финансируемая государством. Пожилые люди также осуществляют уход за своими детьми и внуками.

Усилия по сохранению системы ухода на дому могут столкнуться с трудностями в связи с изменением структуры семьи и роли женщин.

https://www.google.com/imgresb

Обеспечение долгосрочного ухода становится более затруднительным вследствие изменения традиционных структур семьи.

Недемографические факторы оказывают не менее значительное влияние на уровень будущих расходов на здравоохранение, чем старение населения.

Другой крупной проблемой является финансирование здравоохранения.

https://www.google.com/imgres?imgurl=https%3A%2F%2Fimage.freepik.com%2Ffree-vector%2Fold-people-active-seniors-characters-in-the-camp-

Использованная литература:

1. Барсуков В.Н., Калачикова О.Н. Исследование качества жизни старшего поколения: региональный опыт
2. Отчёт о выполнении региональной стратегии осуществления Мадридского Международного плана действий по
проблемам старения в Республике Казахстан. Астана, 2016 год
3. Мелёхин А.И. Качество жизни в пожилом и старческом возрасте: проблемные вопросы Современная зарубежная
психология 2016. Том 5. № 1. С. 53–63.
4. Галущинская Ю.О., К проблеме повышения качества жизни лиц пожилого возраста
5. Молдакулова Г., Глобальный взгляд на старение

Изображения:

https://encrypted; https://пенсионер25.рф