

چالشی که نباید نادیده گرفته شود

آذربایجان شرقی با روند رو به رشد جمعیت سالمند و کاهش چشمگیر جمعیت جوان، وارد مرحله‌ای حساس و تعیین‌کننده در ساختار جمعیتی خود شده که نیازمند برنامه‌ریزی و اقدامات مسئولین و جامعه است.



آذربایجان شرقی با روند رو به رشد جمعیت سالمند و کاهش چشمگیر جمعیت جوان، وارد مرحله‌ای حساس و تعیین‌کننده در ساختار جمعیتی خود شده که نیازمند برنامه‌ریزی و اقدامات مسئولین و جامعه است.

خبرگزاری مهر - گروه استان‌ها: آذربایجان شرقی در آستانه ورود به یکی از مهم‌ترین تحولات جمعیتی خود در دهه‌های اخیر قرار دارد. آمارهای رسمی نشان می‌دهد که این استان با سرعتی بیشتر از میانگین کشوری به سوی سالمند شدن پیش می‌رود.

براساس داده‌های مرکز آمار ایران، حدود ۱۶ درصد جمعیت آذربایجان شرقی را افراد بالای ۶۰ سال تشکیل می‌دهند. این نسبت در مقایسه با میانگین کشوری که در سال ۱۴۰۰ حدود ۱۰.۵ درصد بود، رقم قابل توجهی است. پیش‌بینی‌های جمعیتی نشان می‌دهد که تا سال ۱۴۳۰ این عدد ممکن است به بیش از ۲۵ درصد برسد.

علت اصلی این روند، کاهش نرخ باروری و افزایش امید به زندگی است. طبق آمارهای ثبت احوال، نرخ باروری در آذربایجان شرقی به زیر ۱.۷ فرزند به ازای هر زن رسیده که کمتر از سطح جایگزینی جمعیت (۲.۱) است. در برخی شهرها مانند تبریز و اسکو، این نرخ حتی کمتر از ۱.۵ است. در مقابل، شاخص امید به زندگی در استان به بیش از ۷۵ سال افزایش یافته و پیش‌بینی می‌شود در دهه آینده نیز این روند ادامه یابد. این یعنی ورود کمتر نوزادان و ماندگاری بیشتر سالمندان در ساختار جمعیتی، که توازن جمعیت فعال و وابسته را به طور کامل تغییر خواهد داد.

پیامدهای این تحول جمعیتی، تدریجی اما قطعی است. کاهش جمعیت در سن کار (۱۵ تا ۶۴ سال)، افزایش نسبت وابستگی، فشار بیشتر بر صندوق‌های بازنشستگی و بیمه‌های درمانی، رشد تقاضا برای مراقبت‌های تخصصی، و نیاز به بازطراحی فضاهای شهری و حمل و نقل عمومی تنها بخشی از نتایج این تغییر هستند. در حالی که جمعیت جوان استان رو به کاهش است، پیش‌بینی می‌شود تا سال ۱۴۳۰، تعداد سالمندان در برخی مناطق روستایی از جمعیت زیر ۲۰ سال بیشتر شود.

در شرایطی که سالمندی جمعیت با سرعت پیش می‌رود، امکانات و خدمات موجود در استان متناسب با این تحولات گسترش نیافته‌اند. طبق گزارش اداره کل بهزیستی آذربایجان شرقی، تنها ۱۹ مرکز رسمی نگهداری سالمندان در سطح استان فعال است که ظرفیت پوشش جمعیتی موجود و آتی را ندارد. همچنین اغلب این مراکز در کلان‌شهر تبریز متمرکزند و مناطق کم‌برخوردارتر دسترسی کافی به این خدمات ندارند. از سوی دیگر، بسیاری از سالمندان استان فاقد پوشش بیمه تکمیلی مؤثر هستند و هزینه‌های درمانی، توانبخشی و مراقبتی برای خانواده‌ها تبدیل به یک دغدغه جدی شده است.

با این که هنوز جمعیت استان از مرحله پیری کامل عبور نکرده، اما شاخص‌های هشداردهنده به اندازه کافی روشن هستند. نبود برنامه‌ریزی جامع و میان‌مدت، کمبود مراکز تخصصی برای نگهداری و توانبخشی سالمندان، کم‌توجهی به نیازهای روانی و اجتماعی این قشر و نابرابری منطقه‌ای در دسترسی به خدمات پزشکی و حمایتی، همگی زمینه‌ساز چالش‌هایی هستند که در صورت بی‌توجهی، در سال‌های آینده ابعاد گسترده‌تری پیدا خواهند کرد. تأخیر در واکنش به این روند، نه تنها هزینه‌های اقتصادی و اجتماعی را افزایش می‌دهد، بلکه فرصت مدیریت هدفمند و برنامه‌ریزی محور را نیز از میان خواهد برد.

آذربایجان شرقی در مسیر سالمندی؛ چالشی که نباید نادیده گرفته شود

آذربایجان شرقی پنجمین استان پیر کشور است

فرگل صحاف، مدیرکل بهزیستی آذربایجان شرقی نیز در گفت‌وگو با خبرنگار مهر اظهار کرد: ۲۹۰ هزار سالمند در استان داریم که از این تعداد ۱۴ هزار نفر تحت پوشش بهزیستی هستند همچنین ۵۴۰ هزار نفر هم میزان جمعیت بالای ۶۰ سال کشور استان است که ۰.۰۹ درصد آنها در مراکز شبانه‌روزی بهزیستی آذربایجان شرقی که ۱۰ مرکز می‌باشد، نگهداری می‌شوند.

وی با بیان اینکه آذربایجان شرقی پنجمین استان پیر کشور است، گفت: نسبت جمعیت بالای ۶۰ سال استان ما در سال‌های اخیر روند بسیار صعودی به خود گرفته است و بر همین اساس در سال‌های آینده نیاز به مراقبت‌های توان بخشی از این قشر

آذربایجان شرقی در مسیر سالمندی؛ چالشی که نباید نادیده گرفته شود

ابعاد روان شناختی بحران سالمندی در آذربایجان شرقی

سمیرا نوجوان، روانشناس بالینی و متخصص حوزه سالمندی، در گفت و گو با خبرنگار مهر با تأکید بر روند رو به رشد جمعیت سالمند در آذربایجان شرقی افزود: سالمندی یک فرآیند زیستی-روان شناختی طبیعی است، اما وقتی میزان این جمعیت به سرعت افزایش یابد، می تواند منجر به بروز چالش های پیچیده ای در سلامت روانی و اجتماعی شود.

وی گفت: در شرایطی که شبکه های حمایتی اجتماعی و خانوادگی ناکافی باشند، سالمندان با افزایش ریسک افسردگی، اضطراب و اختلالات شناختی مانند فراموشی مواجه خواهند شد.

نوجوان ادامه داد: تنهایی مزمن و انزوای اجتماعی، که از پیامدهای رایج سالمندی در مناطق رو به رشد جمعیت سالمند است که می تواند تأثیرات منفی جدی بر سلامت جسمانی و روانی سالمندان داشته باشد.

وی افزود: مطالعات نشان داده است که تنهایی طولانی مدت می تواند سطح کورتیزول (هورمون استرس) را در بدن افزایش داده و سیستم ایمنی را تضعیف کند، که این موضوع سالمندان را در معرض بیماری های جسمی و روانی قرار می دهد.

نوجوان به مسئله انزوای اجتماعی اشاره کرده و خاطرنشان کرد: این مورد در اثر تغییرات سبک زندگی مدرن، مهاجرت جوانان و کاهش ارتباطات خانوادگی بروز می کند و باعث افزایش احساس بی پناهی و بی کفایتی در سالمندان می شود.

وی تأکید کرد: وجود شبکه های حمایتی اجتماعی قوی، همچون گروه های همیار سالمندان و مراکز اجتماعی، نقش مهمی در کاهش بار روانی این گروه دارد. فعالیت های گروهی، کارگاه های آموزشی و مشاوره های روانشناختی تخصصی می تواند به سالمندان کمک کند تا مهارت های مقابله ای خود را افزایش دهند و احساس تعلق و معنا در زندگی شان را حفظ کنند؛ همچنین، دسترسی به خدمات روان درمانی تخصصی برای درمان اختلالاتی نظیر افسردگی و اضطراب در سالمندان باید به عنوان یک ضرورت در سیاست گذاری های بهداشتی دیده شود.

وی به نقش مهم خانواده ها در کاهش بحران سالمندی اشاره کرد و یادآور شد: آموزش خانواده ها درباره مراحل سالمندی، شناخت علائم مشکلات روانی و بهبود مهارت های مراقبتی از جمله الزامات حمایت روانی سالمندان است.

این روانشناس افزود: بسیاری از مراقبین خانواده ای با اضطراب مراقبتی مواجه می شوند که اگر کنترل نشود، می تواند منجر به فرسودگی روانی آنها شود و در نهایت کیفیت مراقبت را کاهش دهد؛ بنابراین، برنامه های آموزشی و روان درمانی حمایتی برای مراقبین نیز باید در اولویت قرار گیرد.

نوجوان با تأکید بر ضرورت برنامه ریزی های استراتژیک، متذکر شد: سیاست گذاران باید با رویکردی چندبعدی به موضوع سالمندی نگاه کنند و برنامه های جامع سلامت روان، آموزش نیروی انسانی متخصص و توسعه مراکز نگهداری سالمندان را در دستور کار قرار دهند، ایجاد زیرساخت های مناسب برای مراقبت های روزانه و پشتیبانی روانی در سطح محلات، به ویژه در مناطق روستایی و نیمه روستایی آذربایجان شرقی اهمیت ویژه ای دارد.

وی در پایان هشدار داد: اگر توجه کافی به این حوزه نشود، بحران سالمندی در آینده نزدیک به یک چالش اساسی اجتماعی، اقتصادی و روانی تبدیل خواهد شد که تنها با مشارکت همه جانبه دولت، نهادهای اجتماعی و خانواده ها قابل مدیریت است.

آذربایجان شرقی در مسیر سالمندی؛ چالشی که نباید نادیده گرفته شود

جمعیت سالمندان در آذربایجان شرقی به طور چشمگیری رو به افزایش است و این روند نشان دهنده تغییرات ساختاری جمعیتی بزرگی است که آینده استان را تحت تأثیر قرار خواهد داد. این افزایش جمعیت سالمند نه تنها بر نظام سلامت و خدمات اجتماعی فشار وارد می کند، بلکه نیازمند برنامه ریزی های بلندمدت و مستمر برای تأمین رفاه و حمایت های لازم است. بدون اقدام به موقع، این رشد جمعیتی می تواند به چالشی پیچیده و چندبعدی تبدیل شود که سلامت روان، وضعیت اقتصادی خانواده ها و پویایی اجتماعی را به خطر می اندازد.

از همین رو، ضروری است مسئولان، خانواده ها و نهادهای اجتماعی با شناخت دقیق این واقعیت، از همین امروز برای افزایش ظرفیت خدمات به سالمندان، آموزش مراقبین و توسعه زیرساخت های حمایتی برنامه ریزی کنند. این اقدام ها تنها راهی است که می توان با افزایش جمعیت سالمند، کیفیت زندگی آنان را حفظ کرد و از تبدیل شدن سالمندی به یک بحران اجتماعی پیشگیری کرد.