

چرا زنان بیشتر از مردان عمر می‌کنند؟



خانم‌ها معمولا چند سالی بیشتر از آقایان عمر می‌کنند و طول عمرشان به طور متوسط بیشتر از مردان است. به همین دلیل اگر کمی دقیق‌تر نگاه کنیم، در جامعه، خانم‌های مسنی را می‌بینیم که بدون حضور همسرشان زندگی می‌کنند و چند سالی پس از فوت همراه زندگی‌شان، به تنهایی مسیر حیات را طی می‌کنند.

خانم‌ها معمولا چند سالی بیشتر از آقایان عمر می‌کنند و طول عمرشان به طور متوسط بیشتر از مردان است. به همین دلیل اگر کمی دقیق‌تر نگاه کنیم، در جامعه، خانم‌های مسنی را می‌بینیم که بدون حضور همسرشان زندگی می‌کنند و چند سالی پس از فوت همراه زندگی‌شان، به تنهایی مسیر حیات را طی می‌کنند.

فوت هم‌ها زندگی‌شان، به تنهایی مسیر حیات را طی می‌کنند.

متخصصان می‌گویند این شرایط در تمام کشورها با اندکی تفاوت، یکسان است و میزان مرگ و میر جنس مونث در سال‌های مختلف عمر، کمتر از مردان در همان سنین است. این موضوع تا آنجا پیش می‌رود که کارشناسان می‌گویند احتمال مرگ جنین پسر در رحم مادر نیز بیشتر از جنین دختر است و در میان نوزادان نارس و کم‌وزن هم دخترها با احتمال بیشتری زنده می‌مانند.

از طرف دیگر، حدود 90 درصد کسانی که به 110 سالگی می‌رسند و در مقایسه با عموم مردم طول عمر بیشتری دارند نیز خانم‌ها هستند؛ بنابراین به طور کلی می‌توان گفت متوسط طول عمر زن‌ها بیشتر از مردهاست و همین موضوع می‌تواند عاملی باشد برای افزایش تعداد زنان سالمند در مقایسه با مردانی که به دوره سالمندی می‌رسند. بر همین اساس در کشور ما نیز پدیده زنانه شدن سالخورده‌گی در حال رخ دادن است که این موضوع نیز حتما باید در تدوین سیاست‌های سالمندی مورد توجه مسئولان قرار گیرد.

دکتر علیرضا شریفی یزدی، جامعه‌شناس در گفت‌وگو با جام جم در این باره چنین توضیح می‌دهد: به طور متوسط، طول عمر خانم‌ها نسبت به آقایان بیشتر است و همین موضوع باعث می‌شود مردها زودتر از خانم‌ها فوت کنند.

در نتیجه طبیعی است که ترکیب جمعیت سالمندی از نظر جنسیتی به سمتی پیش برود که تعداد خانم‌های مسن در هر دهه سنی در مقایسه با آقایان بیشتر باشد و این همان موضوع پدیده زنانه شدن سالمندی است. این جامعه‌شناس با اشاره به این مطلب ادامه می‌دهد: در تمام نقاط دنیا، متوسط طول عمر خانم‌ها بیشتر از آقایان است و این موضوع حتی در کشورهای پیشرفته نیز مشاهده می‌شود.

در کشور ما نیز چنین وضعی وجود دارد که به طور قطع می‌تواند در چگونگی ترکیب جمعیت تاثیرگذار باشد. دکتر شریفی یزدی برای روشن شدن مطلب، به آماری در این مورد اشاره می‌کند و می‌گوید: زمانی که در بدو تولد در هر سالی آمار گرفته می‌شود، در دنیا به ازای هر صد دختری که به دنیا می‌آیند، به طور متوسط 104 پسر متولد می‌شوند. به عبارت دیگر، تعداد جنس مذکر به ازای هر صد نفر هنگام تولد، چهار نفر بیشتر از خانم‌هاست. در پایان طول عمر متوسط یا همان امید به زندگی که در هر کشوری بنا بر شاخص‌ها متفاوت است، وقتی به این ارقام نگاه می‌کنیم، درمی‌یابیم به ازای هر صد خانم، 94 مرد زنده هستند. در کشور ما نیز این اعداد با چند نفر تفاوت، تقریباً به همین شکل است.

بنابراین به طور خلاصه می‌توان گفت تعداد مردها به دلیل این که متوسط طول عمرشان از خانم‌ها کمتر است، خود به خود در دوران سالمندی کاهش پیدا می‌کند و در نتیجه ترکیب جمعیت سالمند به سمت زنانه شدن پیش می‌رود.

عوامل موثر در افزایش طول عمر خانم‌ها

وقتی می‌گویند متوسط طول عمر خانم‌ها بیشتر از آقایان است، اولین سوالی که برای افراد مطرح می‌شود دلیل وجود چنین شرایطی است. آنها می‌خواهند بدانند چرا خانم‌ها بیشتر از آقایان عمر می‌کنند و عوامل موثر در افزایش طول عمرشان چیست. در حالی که گاهی به اشتباه تصور می‌شود خانم‌ها به دلیل ظاهر ظریف‌تر و روحیه لطیف‌ترشان، آسیب‌پذیرتر هستند و در نتیجه انتظار نمی‌رود از نظر آماری با چنین شرایطی مواجه شویم.

دکتر شریفی یزدی در این باره با اشاره به مسائل بیولوژیک می‌گوید: آن طور که مطالعات نشان داده است، به طور کلی خانم‌ها باوجود ظاهر ظریف‌تری که دارند، در برابر بیماری‌ها و مشکلات، هم از نظر جسمی و هم از نظر روحی و روانی از آقایان مقاوم‌تر هستند. در نتیجه طول عمر بیشتری دارند.

علاوه بر این، مشاغل و کارهای سخت هم در بیشتر نقاط دنیا از سوی مردها انجام می‌شود و به همین دلیل طبیعی است احتمال مرگ و میر آنها افزایش یابد. این جامعه‌شناس با بیان این مطلب یادآور می‌شود: مشاغل سخت و طاقت‌فرسا، فرسودگی جسمی و روانی بیشتری را به همراه دارد و در نتیجه به مرگ زودرس مردانی منجر می‌شود که به این کارها اشتغال دارند. از طرفی هم خطرات ناشی از شغل و حرفه، آقایان را بیشتر تهدید می‌کند، زیرا در برخی مشاغل، احتمال بروز خطرات و مرگ و میر افراد افزایش می‌یابد و در نتیجه باعث می‌شود مردها در معرض خطرانی قرار بگیرند که خانم‌ها با آن مواجه نیستند.

آقایانی که کارشان رانندگی در جاده‌هاست، کسانی که در معدن‌ها کار می‌کنند و مردهایی که در کارخانه‌ها با مواد شیمیایی سر و کار دارند، همگی در این گروه قرار می‌گیرند. در کنار اینها، وقتی جنگی در جامعه رخ دهد نیز معمولا آقایان نیروهای اصلی

حاضر در خطوط مقدم و جبهه های جنگ هستند و در چنین دوره ای مرگ و میرشان به میزان چشمگیری افزایش می یابد. با این توضیحات طبیعی به نظر می رسد که جنس مذکر بیشتر در معرض خطر مرگ قرار داشته باشد و در نتیجه در سنین بالا و در دوره سالمندی، جمعیت خانم ها بیشتر از آقایان خواهد بود.

راهکارهایی برای حفظ سلامت مردان

باتوجه به موضوعاتی که مطرح شد، به نظر می رسد در بحث برنامه ریزی برای دوران سالمندی باید رویکرد جنسیتی نیز مورد توجه قرار گیرد، زیرا مسائل مربوط به زنان و مردان سالمند با یکدیگر تفاوت دارد.

بر همین اساس دکتر شریفی یزدی توصیه می کند مسائل بهداشتی و سلامت در ابعاد مختلف یعنی سلامت روان، جسم، اجتماعی و معنوی مورد توجه افراد، خانواده ها و بویژه مسئولان جامعه قرار گیرد؛ بنابراین انتظار می رود با شناسایی معیارها و عوامل موثر در ایجاد و حفظ سلامت، بتوان این فاکتورها را درباره همه افراد جامعه و بویژه آقایان به کار گرفت تا راه حل مناسبی برای این آسیب ها پیدا شود.

به عبارت دیگر باید از دوره کودکی، فضایی در اختیار جنس مذکر قرار بگیرد که آنها از نظر جسمی، روانی، معنوی و اجتماعی در آن بستر از نظر سلامت کنترل و بررسی شوند.

همچنین با توجه به این که عدالت در برخورداری از سلامت و دسترسی عادلانه به خدمات بهداشتی و درمانی از حقوق مردم بوده و ارتقای سلامت در جامعه از وظایف اولیه دولت ها و تمام سازمان های دولتی، عمومی و مردم نهاد این حوزه است، شناسایی مشاغل سخت و استفاده از تمهیداتی برای کاهش عوارض ناشی از این مشاغل نیز باید در دستور کار متولیان قرار گیرد. به عنوان نمونه کاهش ساعات کار، کنترل و معاینات دوره ای سلامت، دسترسی آسان و ارزان به خدمات بهداشتی و درمانی، کاهش استرس های شغلی و... همگی ازجمله روش هایی است که در این زمینه می تواند به کار بیاید.

به گفته دکتر شریفی یزدی، در کنار اینها انتظار می رود جامعه به سمت و سویی حرکت کند که مشاغل خطرناک شناسایی شده و خطرات ناشی از آنها کاهش یابد.

به عنوان نمونه زمانی که می گویند در کشور ما بین 20 تا 27 هزار نفر در طول سال جان خودشان را در جاده ها از دست می دهند، نباید فراموش کنیم تعداد زیادی از این افراد، آقایان هستند که بیشتر از خانم ها در جاده تردد می کنند یا رانندگی با ماشین های سنگین را به عهده دارند. بنابراین اگر بتوانیم مرگ و میر ناشی از این مشاغل را کاهش دهیم، شرایط بهتری برای دوران سالمندی آقایان ایجاد خواهد شد. البته با این که به این شیوه ها می توان طول عمر متوسط جمعیت مذکر را در جوامع افزایش داد، اما نباید این موضوع را فراموش کنیم که از نظر بیولوژیک کاری از دست افراد ساخته نیست و به طور طبیعی، متوسط طول عمر خانم ها بیشتر از آقایان است.

از حالا به فکر باشیم

درست است که باید برای سالمندان ارزش قائل شویم و جایگاه شان را در اجتماع حفظ کنیم، اما نمی توان این موضوع را هم نادیده گرفت که ترکیب جمعیتی کشور ما به سمت سالخوردگی میل می کند و در سال های آینده، سالمندان تعداد زیادی از افراد جامعه را تشکیل می دهند که بی شک به خدمات بهداشتی، درمانی، مراقبت و نگهداری های خاص دوره سالمندی نیز نیاز خواهند داشت.

به گفته دکتر شریفی یزدی، در کنار این موضوع باید توجه داشته باشیم که متأسفانه هم اکنون رشد جمعیت به سمت صفر و حتی منفی تمایل پیدا کرده است. به همین دلیل هم وی توصیه می کند برای تنظیم جمعیت، با برنامه ریزی های دقیق و حساب شده به سمتی پیش برویم که خانواده ها از تک فرزندی دست بردارند.

از طرف دیگر، این جامعه شناس تاکید می کند جامعه و بویژه برنامه ریزان و مسئولان از همین امروز باید آماده پاسخگویی به نیازهای موج سنگینی از سالمندان باشد که طی دو دهه آینده به ترکیب جمعیتی کشور تحمیل خواهند شد.

نیلوفر اسعدی بیگی / جام جم