

طب سالمندی در مرحله نوزادی

سالمندانی داریم که بدون رنج بیماری صحیح و سالم زندگی می‌کنند و به‌ندرت پایشان به بیمارستان باز می‌شود. احتمالاً شما هم موی سفید کرده‌هایی را دیده‌اید که در 80 سالگی نیز همچنان کشاورزی می‌کنند و بازنشستگی برایشان معنا ندارد.



سالمندانی داریم که بدون رنج بیماری صحیح و سالم زندگی می‌کنند و به‌ندرت پایشان به بیمارستان باز می‌شود. احتمالاً شما هم موی سفید کرده‌هایی را دیده‌اید که در 80 سالگی نیز همچنان کشاورزی می‌کنند و بازنشستگی برایشان معنا ندارد.

اما واقعیت این است که تعداد سالمندان بیمار ما خیلی بیشتر از تعداد سالمندان سالم است. اگرچه پیری به معنی بیمار شدن نیست، اما احتمال بروز برخی بیماری‌ها در کهنسالی افزایش پیدا می‌کند. شیوع خیلی از بیماری‌های غیرواگیر با افزایش سن رابطه مستقیمی دارد. در کشور ما سالمندان برای درمان بیماری‌های خود به پزشکان مختلفی مراجعه می‌کنند؛ مثلاً سالمندی که همزمان از دیابت، فشار خون و دیسک کمر رنج می‌برد برای درمان بیماریش به سه پزشک با تخصص‌های مختلف مراجعه می‌کند، اما در کشورهای توسعه یافته به درمان سالمندان با این شیوه برخورد نمی‌کنند. در این کشورها، چند دهه است طب سالمندی جاافتاده است. در این طب، به سلامت سالمندان به عنوان یک کل واحد نگاه می‌کنند؛ یعنی متخصص طب سنتی، سالمند را در زمینه ابتلا به همه بیماری‌های احتمالی بررسی و نسخه جامع‌تری برای درمان سالمند تجویز می‌کند.

طبیعی است این طب فراگیر، هزینه درمان سالمندان را کاهش می‌دهد؛ زیرا به جای مراجعه سالمند به چند پزشک، فقط یک متخصص طب سالمندی، وضعیت سلامت و بیماری فرد سالمند را بررسی می‌کند. همچنین با توسعه این طب پیشرفته که اتفاقاً به مباحث پیشگیری از بیماری‌های دوران سالمندی هم تأکید ویژه‌ای دارد، کیفیت درمان هم ارتقا می‌یابد. جالب است بدانید در کشور ما به اندازه انگلستان دو دست هم متخصص طب سالمندی نداریم و اصلاً این طب حیاتی در ایران تعریف نشده است. کمتر سالمندی را می‌توان پیدا کرد که نام طب سالمندی به گوشش خورده باشد، حتی بسیاری از مسئولان مرتبط با حوزه سالمندان نیز آشنایی با این طب ندارند یا به اهمیت توسعه این طب واقف نیستند.

طب سالمندی، ضرورت آینده

هم‌اکنون حدود 8 درصد از جمعیت کشور ما را سالمندان تشکیل می‌دهند، اما پیش‌بینی می‌شود این جمعیت تا سال 1420 به حدود 23 درصد جمعیت، یعنی بیش از 26 میلیون سالمند برسد. حتی اگر این پیش‌بینی هم محقق نشود، افزایش چشمگیر تعداد سالمندان در سال‌های آینده انکارناپذیر است.

دکتر مهدی‌پور:

سلامت جسمی، روانی
اجتماعی و معنوی، چهار حوزه
مختلف سلامت سالمندان است
که باید برای آن برنامه‌ریزی کنیم

این جمعیت قابل توجه، قطعاً به خدمات بهداشتی و درمانی ویژه نیاز خواهد داشت که اگر برای این نیاز ضروری از همین الان به فکر نباشیم، سال‌های آینده در برابر عمل انجام شده قرار می‌گیریم. نهادینه شدن طب سالمندی در ایران قادر خواهد بود بخش عمده‌ای از این نیازها را پاسخ بدهد. دکتر حسین نحوی‌نژاد، معاون توانبخشی سازمان بهزیستی کشور که پیشتر دبیر شورای ملی سالمندان کشور بوده است در گفت‌وگو با جام‌جم تأکید می‌کند تعداد متخصصان طب سالمندی در ایران شاید به ده نفر هم نرسد؛ بین سالمند شناسی و طب سالمندی، فرق وجود دارد. در سالمندشناسی به ابعاد مختلف زندگی سالمند از زاویه غیرپزشکی نگاه می‌شود، اما در طب سالمندی، پزشک عمومی در دوره تخصصی طب سالمندی، درس خوانده است. همان طور که مثلاً می‌توانست در دوره تخصصی رشته ارتوپدی درس بخواند. بیشتر متخصصان طب سالمندی در ایران پزشکانی هستند که خارج از کشور درس خوانده‌اند.

تحول سلامت سالمندان

طب سالمندی، طبی هماهنگ‌کننده است. یعنی طبی که همه بیماری‌های سالمندان را به صورت یکپارچه نگاه و مثل یک پزشک هماهنگ‌کننده بین چند پزشک معالج برخورد می‌کند. عوارض دوره سالمندی به دو دسته تقسیم می‌شود. یک دسته از عوارض به دلیل کهولت سن و یکسری هم به علت بیماری است.

نحوی‌نژاد درباره عملکرد متخصص طب سالمندی در کاهش این عوارض توضیح می‌دهد: تجویز دارو برای سالمندان با جوانان فرق دارد. از آنجا که در دوره سالمندی آب بدن کم می‌شود، توده‌های چربی بیشتر و کارکرد کلیه و کبد نیز دچار نقصان می‌شود، بنابراین تجویز دارو برای سالمندان باید با احتیاط کامل انجام شود. یک متخصص طب سالمندی نسبت به این مسائل آگاه است و تلاش می‌کند دارویی تجویز کند که کمترین عارضه را داشته باشد. همچنین این متخصص در

زمینه تعدیل اندازه دارو برای سالمندان و جلوگیری از تداخلات دارویی در سنین کهنسالی نیز تبصر دارد. **راه‌های توسعه طب سالمندی**
در این که طب سالمندی می‌تواند سلامت سالمندان ایرانی را متحول کند، شکی نیست، اما با توجه به جا نیفتادن این طب در ایران، سوال اینجاست که چگونه می‌توان این طب را در ایران نهادینه کرد؟

نحوه نژاد :

عوارض دوره سالمندی به دو دسته تقسیم می‌شود. یک دسته از عوارض به دلیل کهولت سن و یکسری هم به علت بیماری است

معاون توانبخشی سازمان بهزیستی کشور معتقد است: ما نمی‌توانیم در کوتاه مدت، رشته تخصص سالمندی را راه بیندازیم، اما می‌توانیم با برگزاری دوره‌های کوتاه‌مدت آموزشی برای پزشکان عمومی، پزشکان را با طب سالمندی آشنا کنیم به طوری که بتوانند در طرح تحول سلامت و در طرح پزشک خانواده نیز مشارکت جدی داشته باشند. به گفته این مقام مسئول، در بسیاری از کشورهای توسعه یافته، نه تنها طب سالمندی جا افتاده است، بلکه حتی بیمارستان‌های ویژه سالمندان داریم. در این کشورها، خدمات طب سالمندی کاملاً تحت پوشش بیمه قرار دارد، اما در کشور ما همچنان طب سالمندی ناشناخته باقی مانده است.

شروع سالمندی سالم از کودکی
وقتی یک سالمند در 70 سالگی به انواع و اقسام امراض مبتلا می‌شود، نمی‌توان دلیل این اتفاق را فقط به دوره سالمندی ربط داد.

دکتر آبتین مهدی‌پور، متخصص دوره سالمندی (MPH) و دبیر شورای سالمندان سازمان صداوسیما در گفت‌وگو با جام‌جم تاکید دارد فرآیند سالمندی سالم از دوران کودکی شروع می‌شود: سبک زندگی در دوره جوانی، عامل تعیین‌کننده‌ای برای برخورداری از سلامت در دوران سالمندی است. در حقیقت، پایه‌گذاری سلامت در دوران سالمندی از دوران کودکی و حتی در دوران قبل از تولد نوزاد شروع می‌شود؛ بنابراین اگر می‌خواهیم سالمندان سالمی داشته باشیم باید از همان دوران کودکی برای سلامت افراد جامعه برنامه‌ریزی کنیم. مدیرکل بازنشستگی سازمان صداوسیما، سلامت سالمندان را به چهار وجه تقسیم می‌کند. سلامت جسمی، سلامت روانی، سلامت اجتماعی و سلامت معنوی، چهار حوزه مختلف سلامت سالمندان است که مهدی‌پور به آن اشاره می‌کند.

همه این تغییرات در دوران سالمندی، این پیام واضح را می‌رساند که نگاه به سلامت سالمندان نباید فقط از زاویه ارتقای بهداشت و درمان باشد، بلکه باید همگام با جدی گرفتن طب سالمندی به سلامت اجتماعی سالمندان هم توجه کنیم. **امین جلالوند**