

العمر الزمني غير كافٍ لتقدير العمر المتوقع بلوغه وقدرات الفرد الوظيفية المدخرة



رولى راشد

” تكمن الشيخوخة في الروح أكثر مما تكمن في الجسد“.
(فرانسيس بيكون - فيلسوف وكاتب انكليزي)

لاشك ان الشيخوخة هي من أبرز التحوّلات الاجتماعية الأكثر أهمية في القرن الحالي. حيث انها تطلّ جميع قطاعات المجتمع. بما في ذلك سوق العمل والأسواق المالية، والطلب على السلع والخدمات، مثل السكن والنقل والحماية الاجتماعية وكذلك الهياكل الأسرية والعلاقات بين الأجيال.

وينظر بشكل متزايد الآن إلى كبار السن باعتبارهم من المساهمين في التنمية و ينبغي أن تدمج قدراتهم في العمل من أجل النهوض بأنفسهم. ومجتمعاتهم في السياسات والبرامج على جميع المستويات.

واللافت انه يعيش ثلثي كبار السن في العالم في المناطق النامية وتزايد أعدادهم بشكل أسرع هناك عما كانت عليه في المناطق المتقدمة.

ثمة اعتقاد انه بحلول عام ٢٠٥٠ سيعيش أكثر من ٨٠٪ من كبار السن في الدول النامية. وفي الوقت نفسه، ستصل نسبة كبار المسنين (أي من هم فوق ال ٨٠ سنة) في العالم المتقدم الى مستويات مرتفعة جدا. يحتاج كبار السن إلى دعم دخلهم المادي مع تقدمهم في السن كما انهم بحاجة الى فرص عمل مناسبة اذا ارتأوا أن يبقوا ناشطين. كما انه يتوجب تأمين حصولهم على رعاية صحية واجتماعية مناسبة، بما فيها الخدمات الطويلة الامد.

العوامل الديموغرافية

يتم تحديد حجم وعمر السكان بشكل مشترك من خلال عمليات

ديموغرافية ثلاثة وهي الخصوبة والوفيات والهجرة. ومنذ عام ١٩٥٠، شهدت جميع المناطق زيادات كبيرة في متوسط العمر المتوقع. وبما أن متوسط العمر المتوقع عند الولادة أخذ في الزيادة، فإن إدخال خسينات في البقاء على قيد الحياة في الاعمار المتقدمة يشكل نسبة متزايدة من التحسن العام في طول العمر. وفي حين ان تراجع الخصوبة وزيادة طول العمر تعتبران من الدوافع الرئيسية لشيخوخة السكان على الصعيد العالمي، فقد ساهمت الهجرة الدولية أيضا في تغيير الهياكل العمرية للسكان في بعض البلدان والمناطق. ففي البلدان التي تعاني من تدفقات الهجرة الكبيرة، يمكن للهجرة أن تبطل عملية الشيخوخة مؤقتا على الأقل. حيث يميل المهاجرون إلى أن يكونوا من الشباب في سن العمل. ومع ذلك، فإن المهاجرين الذين يبقون في البلاد سيكونون في فئة السكان الأكبر سنا في نهاية المطاف.

المؤتمرات الرئيسية للشيخوخة

ولبدء معالجة هذه القضايا، عقدت الجمعية العامة في عام ١٩٨٢ الجمعية العالمية الأولى للشيخوخة التي تمخضت عن «خطة عمل فيينا الدولية للشيخوخة المكوّنة من ٦٢ نقطة، وتدعو الخطة إلى إجراءات محددة بشأن قضايا مثل الصحة والتغذية، وحماية المستهلك المسن، والإسكان والبيئة، والأسرة، والرعاية الاجتماعية، والعمل وضمان الدخل، والتعليم، وجمع بيانات البحوث وتحليلها.

وفي عام ١٩٩١، اعتمدت الجمعية العامة مبادئ الأمم المتحدة المتعلقة بكبار السن. معددةً فيها ١٨ استحقاقاً لكبار السن تتعلق بالاستقلالية والمشاركة والرعاية وتحقيق الذات والكرامة. وعقد في العام التالي المؤتمر الدولي المعني بالشيخوخة لمتابعة خطة العمل، الذي اختتم باعتماد إعلان بشأن الشيخوخة وأعلان عام ١٩٩٩ بوصفه «السنة الدولية لكبار السن» الذي يحتفل به في الأول من تشرين الأول من كل عام.

واستمر العمل لمصلحة كبار السن في عام ٢٠٠٢ حيث عقدت الجمعية العالمية الثانية للشيخوخة في مدريد. وأُعيد إعلان سياسي بهدف وضع سياسات دولية للشيخوخة موافمة للقرن الحادي والعشرين. وتدعو خطة العمل إلى تغيير في المواقف والسياسات والممارسات على جميع المستويات للاستفادة من الإمكانيات الهائلة لكبار السن في هذا القرن. وترد في الخطة توصيات محددة للعمل تقضي بإعطاء الأولوية لكبار السن والتنمية، ورفع مستويات الصحة والرفاه بما يشمل مرحلة

الشيخوخة، وإيجاد بيئات تمكينية وداعمة لهم.

تعريف

تصنّف منظمة الصحة العالمية والأمم المتحدة بداية مرحلة الشيخوخة بالعملية الفردية للغاية، والعمر الزمني غير كافي لتقدير العمر المتوقع بلوغه وقدرات الفرد الوظيفية المدخرة، وترتبط الشيخوخة بنضوب تدريجي لاحتياطي الوظائف لأعضاء وأجهزة عدة في الجسم، وزيادة معدل انتشار الحالات المرضية المشتركة، وتضاؤل الموارد الاجتماعية والاقتصادية في الوقت الذي تشتد فيه الحاجة إليها. وتُصنّف مرحلة الشيخوخة إلى ثلاث مراحل أو فئات عمرية تشمل:

- ١- مرحلة المسن الشباب وتبدأ في عمر ٦٥-٧٤ سنة.
- ٢- مرحلة المسن الكهل وتبدأ في عمر ٧٥-٨٤ سنة.
- ٣- مرحلة المسن الكبير (الهرم) وتبدأ في عمر ٨٥ سنة وما فوق.

تعريف التشيخ النشط:

التشيخ النشط هو عملية الاستفادة القصوى من فرص التمتع بالصحة الجسدية والاجتماعية والعقلية طول العمر؛ من أجل تحسين الصحة وإطالة متوسط العمر الصحي. إن المسنين الأصحاء مورد لأسرهم ومجتمعاتهم المحلية وللإقتصاد. وكلما كانوا أكثر نشاطًا كانت لهم مساهمة أكثر في بناء المجتمع.

التمتع بشيخوخة نشطة صحية:

إن أفضل طريقة للوقاية من الأمراض المزمنة وإطالة العمر الصحي والتمتع بالرفاهية هو نهج واتباع سلوك صحي عبر جميع مراحل الحياة خلال مراحل الطفولة والشباب والكبر.

من المفاهيم الخاطئة حول الشيخوخة هو فوات الأوان لتبني تغيير الحياة عند الشيخوخة.

” للشباب وجه جميل، وللشيخوخة روح جميلة.“

تشيخ سكان العالم في البلدان النامية والبلدان المتقدمة هو مؤشر على تحسّن الصحة العالمية.

غير أنّ هناك، إلى جانب هذه الفوائد، مشكلات صحية محدّدة باتت مطروحة في القرن الحادي والعشرين. وعلى هذا الأساس فلا بدّ للمجتمع من كسر الصور النمطية الخاصة بالمسنين واستحداث نماذج جديدة في مجال الشيخوخة حتى يمكن لكل فرد الاستفادة من المجتمعات المحلية وأماكن العمل والمجتمعات التي تشجّع مشاركة المسنين على نحو نشط وواظهر.

كبار السن يحتاجون إلى حياة تتميز برعاية صحية كاملة، وهواء نقي، ومستوى مادي جيد، وهناك اليوم في اقطار العالم عدد من البلدان يؤمن الرفاهية اللازمة لهذه الفئة العمرية التي انتجت الكثير لها. فمثلاً عدد سكان سويسرا حوالي ٨.٢ مليون نسمة، من بينهم أكثر



من ٢ مليون فوق سن الـ ٦٠ عاماً، وما يجعل سويسرا واحدة من أكثر البلاد المناسبة لكبار السن. الوضع الاقتصادي للبلاد، التي جعلها واحدة من أكثر البلاد رفاهية خصوصاً لكبار السن.

النروج أيضاً من البلاد التي تناسب كبار السن، وليس من الغريب أن تكون هي الأخرى تقع في شمال أوروبا مثل سويسرا، إذ تشتهر هذه البلاد بنسبة عالية من المسنين، إذ إن عدد سكان النروج حوالي ٥.٣ مليون، من بينهم ١.١ مليون فوق الـ ٦٠، وهذه النسبة فعالة في المجتمع، إذ لا يزال يعمل حوالي ٧١.١٪ منهم.

في شمال أوروبا أيضاً تتميز السويد التي يبلغ عدد سكانها حوالي ١٠ ملايين نسمة، من بينهم ٢.٥ مليون فوق الـ ٦٠ برعاية صحية جيدة، إلى جانب مستوى المعيشة العالي بشكل عام، لذلك هي من أكثر البلاد المناسبة للمسنين.

وتعد ألمانيا واحدة من أكثر بلاد الاتحاد الأوروبي ازدهاما بالسكان، إذ يبلغ عدد سكانها حوالي ٨٢ مليون نسمة، بينهم ٢٢ مليوناً فوق الـ ٦٠، وما يجعل ألمانيا من أكثر البلاد المناسبة للمسنين هو النظام الصحي فيها، إلى جانب أن حوالي ٦٣٪ من هؤلاء المسنين لا يزالون في حالة جيدة جعلهم قادرين على العمل.

هناك بلدان أخرى تتميز في تأمين الرفاهية للمسنين التي اصبحنا أكثر من ضرورة ملحّة تحفظ كرامة كل فرد وترفع مستوى المجتمعات. الشيخوخة حالة لا مفر منها، وهي مرحلة يدخلها كل فرد كُتب له العمر الطويل، ومسألة تأمين الرعاية الصحية الشاملة والبيئة السليمة والتقاعد اللائق واجب الدولة وهومقياس لنهج الحكم الرشيد، والعهد العادل والقوي.

الرفاهية في الشيخوخة عنوان عريض ومفهوم ينضوي تحته عدة اعتبارات اهمها كرامة المسن واحترامه وهو ملف هذا العدد من «الصحة والانسان» بعدما تناولنا الشيخوخة بعدة جوانب في العدد ١٠ علنا نستطيع المساهمة في إلقاء الضوء على أهمية الاهتمام بكبارنا وتأمين حقوقهم.