

VYBRANÉ DETERMINANTY ŽIVOTA OSOB V PŘEDDŮCHODOVÉM VĚKU

X: 1–107, 2008
ISSN 1212–4117

Helena Zavázalová, Květuše Zikmundová, Vladimír Zaremba

Univerzita Karlova v Praze, Lékařská fakulta v Plzni, Ústav sociálního lékařství

Proč analýza vybraných determinant u osob v předdůchodovém věku?

Stárí je odrazem celého života, důležité je ale období 50 plus.

Prodlužováním odchodu do důchodu, zvyšováním SDŽ se bude posunovat střední věk do vyšších věkových skupin (60 plus).

Odchodem do důchodu se mění celý dosavadní způsob života, stereotypy.

Způsob života v praeseniorském věku výrazně ovlivní život v důchodu i spotřebu zdravotní péče. Podle demografických prognóz budou v důchodu ženy žít až 20 let, muži zhruba 17 let.

Jak kvalitně tuto dobu prožít?

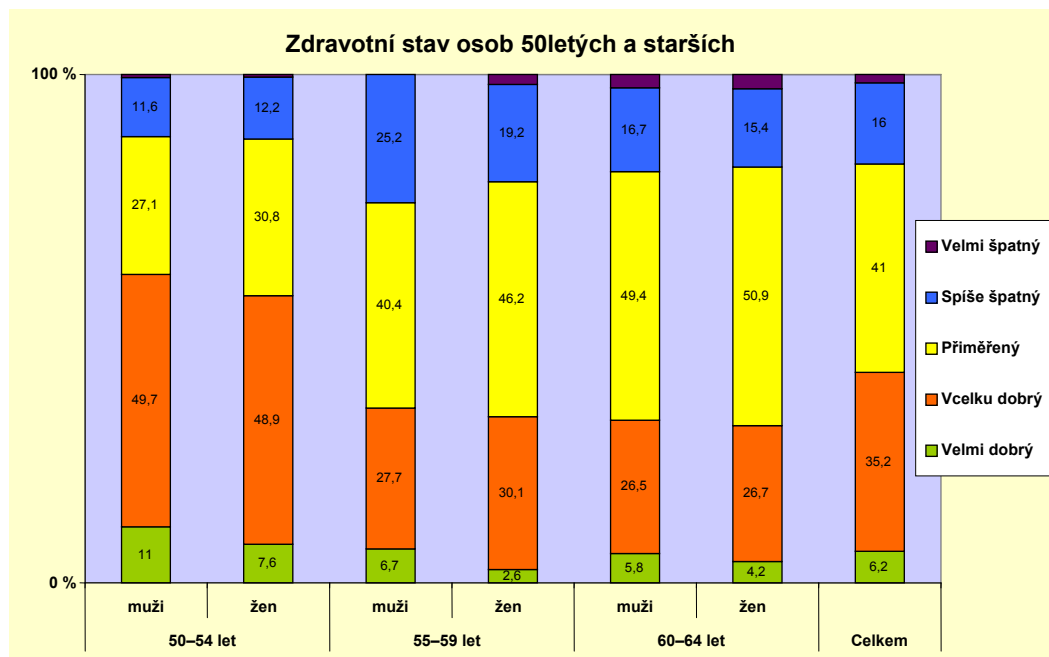
Odpočinek nebo aktivita – různé názory roz-

hodně podle přání seniora a nabídnou spektrum možností a hlavně **NENUTIT! Pokud není zájem.**

Na posteru byly prezentovány výsledky anonymního dotazníkového šetření, které bylo provedeno v ordinacích praktických lékařů, na něm se podíleli studenti LFUK v Plzni.

Soubor tvořilo 1006 osob ve věku 50–64 let, (mužů 43,4 %, žen 56,6 %) a byl rozdělen do věkových kategorií: 50–54 let, 55–59 let, 60–64 let věku. Nejčastější subjektivní stesky ve všech sledovaných kategoriích byly: především bolesti, potíže pohybového aparátu, dušnost, nespavost. Přesto většina sledovaných považovala svůj zdravotní stav za průměrný (viz graf č. 1).

Graf č. 1 Subjektivně hodnocený zdravotní stav (%)



Jaký je způsob života osob v praeseniorském věku?

Sledovali jsme:

Kouření, pití alkoholických nápojů, dodržování diety, sledování hmotnosti, zaměstnání, využívání volného času, radosti, starosti respondentů.

Ve věku 60–64 let je zaměstnáno jen 16 % žen a 27,7 % mužů.

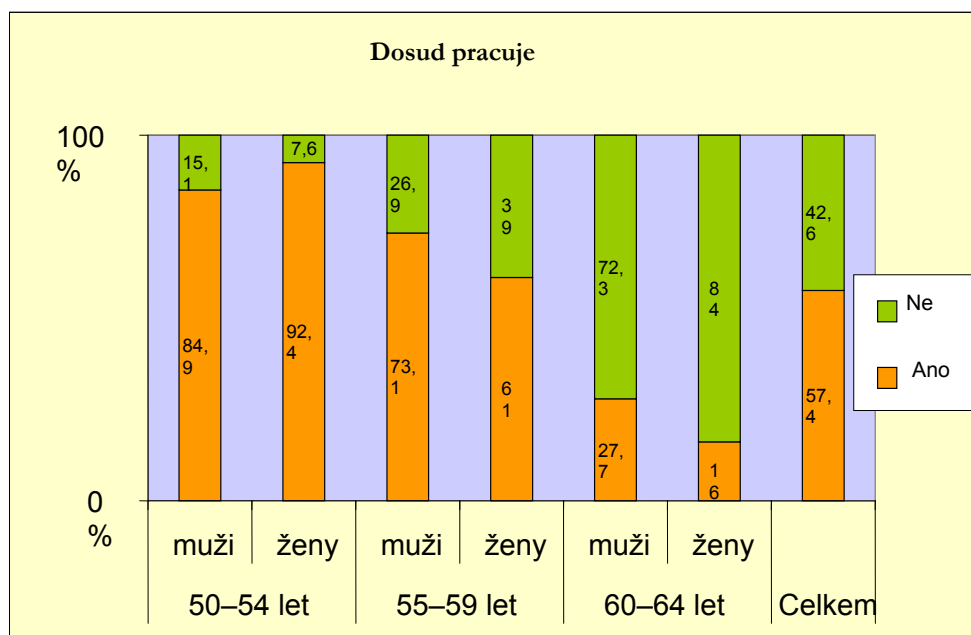
Jak je tedy využíván volný čas 50 až 64letých?

Ženy se věnují většinou domácím pracem, preferují péči o děti a vnoučata, dále kulturu a cestování. Muži uváděli nejčastěji sport, cestování, kulturu.

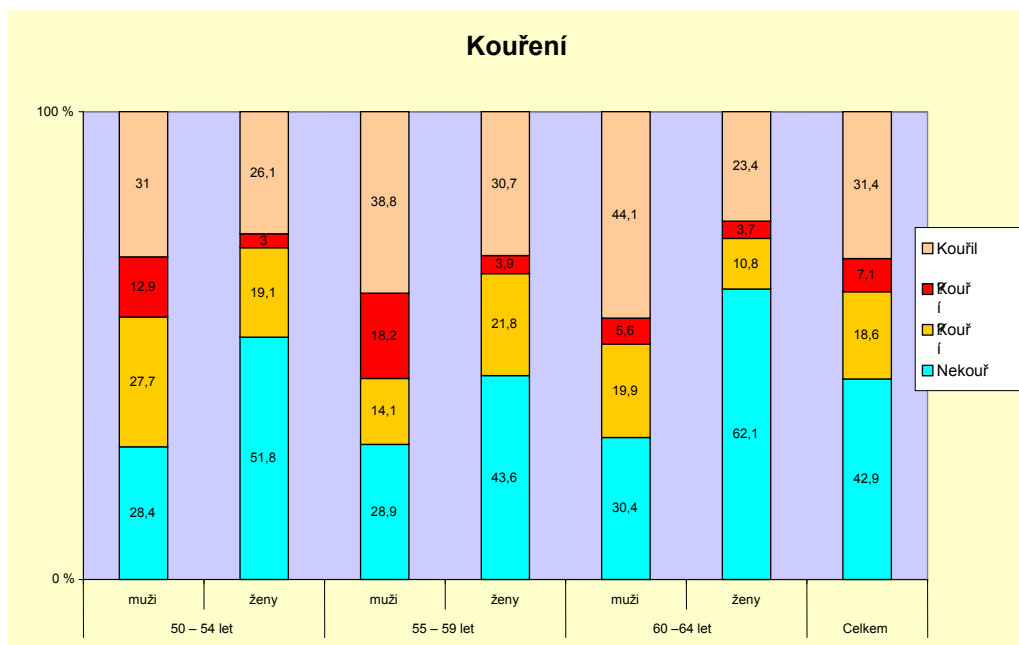
Radosti seniorů:

U žen jsou to opět rodina, děti, vnoučata, výlety, sport, rekreace. Muži upřednostňují především zaměstnání.

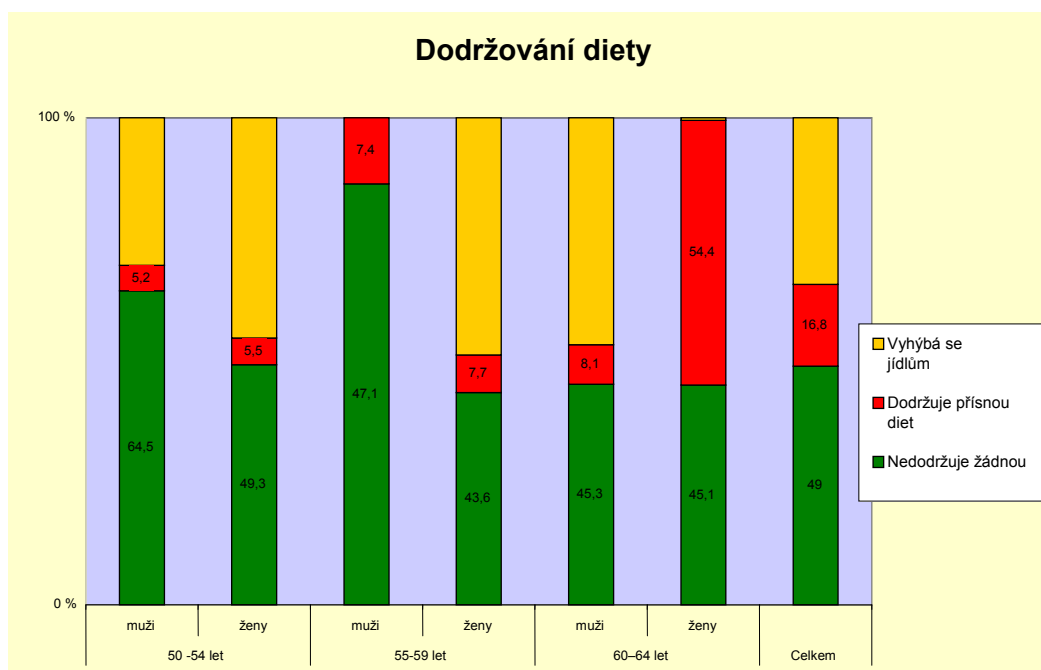
Graf č. 2 Zaměstnání osob v praeseniorském věku (%)



Graf č. 3 Počet kuřáků mezi seniory (%)



Graf č. 4 Dodržování diety seniory (%)



Starosti seniorů mužů i žen způsobuje nedostatek financí, politická situace a zdraví.

ZÁVĚRY

V praeseniorském věku jde o bezprostřední přípravu na život v důchodu. Péče o rodinu je záslužná, činí seniorům radosti, ale důležitá je další všestranná aktivita, rozvíjení zájmů, zálib, udržování přátelství a navazování nových sociálních kontaktů. I ve vyšším věku jsou prospěšné návštěvy různých forem vzdělávání (Univerzity a Akademie třetího věku, kluby apod.).

Úloha praktického lékaře jako geriatra první linie je nejen v edukaci, zdravotní výchově seniorů, ale i v motivaci k pravidelným preventivním prohlídkám a znalostem o zdravotním stavu. Také dostatečné informace o spektru a nabídce zdravotních a sociálních služeb v komunitě pomohou seniorům v rozhodování o jejich využití.

*** Literatura dostupná u autorů**

*Helena Zavázalová et al.
helen.zavazalova@lfp.cuni.cz*