

18-24 MART ULUSAL YAŞLILAR HAFTASI BASIN BİLGİ NOTU

Dünyada yaşanan sosyoekonomik gelişmeler, sağlık hizmetlerinde yaşanan ilerlemeler ve bu hizmetlere erişimin artması beklenen yaşam süresinin uzaması ile sonuçlanmıştır. Bu durum 65 yaş ve üzeri nüfusu kapsayan yaşlı nüfusun toplam nüfus içerisindeki oranının artması anlamına gelmektedir. Yapılan projeksiyonlar, 2050 yılında dünya nüfusunun yaklaşık beşte birinin yaşlılardan müteşkil olacağını göstermektedir.

Yaşlılık, bireyin yaşam boyu edindiği deneyimlerin olgunlaştığı bir dönem olmakla birlikte, bedensel, ruhsal ve sosyal değişimlerin de yoğun olarak yaşandığı bir süreçtir. Yaşlı bireylerin özellikle emeklilik sonrası rol ve sorumluluklarındaki değişiklikler, günlük rutinlerinde ve işlevselliklerinde azalma, gibi faktörler nedeniyle depresyon riski artmaktadır. Bu dönemde ruh sağlığının korunması ve desteklenmesi, yaşlı bireylerin yaşam kalitesini artırmada önemli bir rol oynamaktadır. Koruyucu ve önleyici ruh sağlığı politikaları kapsamında yaşlıların ruhsal iyilik halinin artırılması, aktif yaşlanmanın teşvik edilmesi, yaşlıların ve aile bireylerinin sağlıklı yaşlanma konusunda farkındalık sahibi olması amacıyla bu yılın teması “**Depresyonu Önemse Hayata Gülümse**” olarak belirlenmiş olup bu hafta vesilesiyle ruh sağlığı farkındalık çalışmalarının yapılması amaçlanmıştır.

Aile Sağlığı Merkezlerimiz ve Sağlıklı Hayat Merkezlerimizden vatandaşlarımız ücretsiz bir şekilde hizmet alabilmektedir. Birinci basamak sağlık tesislerimize

- Aile hekimlerini ziyaret ederek düzenli ruh sağlığı değerlendirmelerini yaptırmaya,
- Yaşlı bireylerin depresyon, anksiyete ve bilişsel işlev bozuklukları açısından tarama yaptırmaya,
- Yaşlı ve bakım veren için psikolog ve sosyal çalışmacılarımız tarafından sunulan danışmanlık hizmetlerini almaya

Vatandaşlarımızı davet ediyor, yaşlılarımıza sağlıklı günler diliyor, saygılarımızı sunuyoruz.