**Особенности и проблемы у людей пожилого возраста**

Изучение многосторонней природы процесса формирования долголетия является одной из важнейших социально-биолгогических проблем человечества. В ней переплетаются социально-экономические, медико-гигиенические, генетические, психологические эффекты. Исследования проблем долголетия и старения населения и увеличение продолжительности жизни человека рассматривается как важная социальная задача нашего общества.

Современные достижения медицины в развитых странах способствуют не только увеличению продолжительности жизни, но и росту численности населения пожилого и старческого возраста.

По классификации ООН, как только доля пожилых людей – тех, кто старше 65 лет, в государстве доходит до 7 %, страна считается «старой». Таких стран на планете становится все больше. В Германии пожилых людей 14.95 %, во Франции – 14.5 %, в Японии – 12.55 %, в России более 20 %. По прогнозам число лиц старше 60 лет к 2025 году превысит 1 млрд. 100 млн., т.е. увеличится по сравнению с 1975 годом на 2224 % и составит 21 % от всего населения.

Физиологические законы старения предполагают, что жизнь человека заканчивается вследствие естественного «изнашивания» основных органов и систем организма. В этом случае человек должен умирать после 100-120 лет и более. К сожалению, в нынешних условиях такой вариант оканчания человеческой жизни встречается крайне редко, как правило, как исключение. Для человека этот предел определяется 85-90 годами при оптимальных природных и социальных условиях. Ближе всего к этому пределу подошла Япония, которая смогла создать социально- экономические условия и разработать мероприятия по сохранению здоровья населения, средняя продолжительность жизни которого составляет 80 лет. Показатели продолжительности жизни нации при сохранении ее качества являются одними из важных показателей цивилизованного общества.

Старение человека влечет за собой изменения в социальном, психологическом, физическом, финансовом положении. Все эти изменения влияют на состояние здоровья пожилых людей и требуют соответствующей поддержки. Критериями биологического старения служат физиологические возможности человека, позволяющие ему совершать разнообразные действия, которые необязательно коррелируют с хронологическим возрастом.

Изменения социально-экономических условий в переходный период общества вызывает неблагоприятные изменения для пожилых людей. К сожалению, сегодня уже невозможно, при организации ухода за пожилыми людьми рассчитывать полностью на семью. Вновь образующиеся семьи стремятся жить отдельно от своих родителей, порой на значительном расстоянии. Поэтому сегодня, пожилые люди как одинокие, так и семейные живут отдельно, постепенно теряя возможности и способности к самоуходу в повседневной деятельности. Частота госпитализаций и длительность пребывания пожилых в стационаре связана именно с их потребностью в их долговременном уходе.

В пожилом и особенно, в старческом возрасте значительно изменяется структура заболеваемости благодаря уменьшению острых и увеличению хронических заболеваний в различных сочетаниях.

Одной из самых актуальнейших проблем старения является увеличение числа сердечно – сосудистых заболеваний. Имеющееся повышенное АД у лиц пожилого возраста грозит развитием серьезных осложнений со стороны, так называемых органов- мишеней: мозга, сердца, почек, глаз, что часто приводит к инвалидизации и необходимости постороннего ухода. При исследованиях ВОЗ было выявлено, что победа над сердечно-сосудистыми заболеваниями сможет обеспечить увеличение продолжительности жизни на 10-15 лет.

С возрастом неуклонно повышается рост заболеваний бронхолегочной системы, что обусловлено физиологическими изменениями дыхательной системы при старении, особенно, если человек имел факторы риска развития этих заболеваний (курение, поллютанты, вредные условия производства).

При старении организма формируются морфологические, метаболические и функциональные изменения во всех звеньях системы пищеварения. Снижается секреторная, моторная, экскренторная и другие функции системы пищеварения. Определенный комплекс состояний, связанных с возрастом, способствует развитию сахарного диабета у пожилых и старых людей.

Таким образом, имеющиеся на сегодняшний день научные данные подтверждают тесную связь между сложными биологическими процессами старения и болезнью. Старение представляет собой сложный, закономерный, присущий жизни процесс, который протекает на всем протяжении. Изменяя функции организма, сокращая возможности его приспособления, ослабляя механизмы его физиологической защиты, биологический процесс старения готовит организм к учащающимся с возрастом патогенным влияниям. Не являясь болезнью, старение снижает надежность организма, чем предопределяет развитие у человека болезней старости и поэтому является фактором риска этих заболеваний. Поэтому перед медициной, с одной стороны, а перед людьми пожилого возраста, с другой стороны, стоит одна общая задача – сохранение физического и психического здоровья, социального благополучия пожилых и старых людей.

Долгая жизнь многого не значит, если это просто увеличение числа лет с одновременным нарастанием количества заболеваний и прогрессирующей беспомощности. Но определенные шаги могут добавить как годы к жизни, так и ее качество. Здоровые привычки снижают риск не только смертельных сердечных приступов и рака, но также и хронического старческого недомогания. Бодрая и активная жизнь в любом возрасте - это огромное богатство, за которое стоит бороться!

Зав. терапевтическим отделением поликлиники Ануфриева В.Е.