

YAŞLILARIN SOSYAL DESTEK GEREKSİNİMLERİNİN BELİRLENMESİ

DETERMING THE SOCIAL SUPPORT NEEDS OF ELDERS

Prof.Dr.A.KARADAKOVAN* Öğr.Gör.Dr. A.ÇELEBİOĞLU** Öğr.Gör.Dr.Z.EMLEK SERT***

Yard.Doç.Dr.N.ÇIRAY GÜNDÜZOĞLU* Ar.Gör. Sevcan TOPÇU****

Yard.Doç.Dr.Tülay SAĞKAL ***** Yard.Doç.Dr.Satı BOZKURT*****

*E.Ü.Hemşirelik Fakültesi İç Hastalıkları Hemşireliği AD.

**E.Ü.Ödemiş Sağlık Yüksekokulu Emekli ÖğretimÜyesi

***E.Ü.Hemşirelik Fakültesi Halk Sağlığı Hemşireliği AD.

****Celal Bayar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fak.Hemşirelik Bölümü

*****E.Ü. Hemşirelik Fakültesi RuhSağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği AD.

ÖZET

Amaç: Ülkemizde yaşlıların sosyal hizmet gereksinimleri yeterli düzeyde tanımlanmamıştır. Bu çalışma ile yaşlıların sosyal hizmetlerden yararlanmalarını arttıracak yönetimsel düzenlemeler için nesnel veriler sunmak amaçlanmıştır.

Gereç ve Yöntem: Araştırma, tanımlayıcı tipte kesitsel bir çalışmadır. Araştırmaya Ödemiş İlçe Merkezi'nde yaşayan 65 yaş ve üzeri 7190 yaşlıda cinsiyet ve yaş gruplarına göre tabakalandırılmış 350 kişi seçilmiştir. Veriler 32 sorudan oluşan veri toplama formu ile toplanmıştır. Verilerin analizinde sayı ve yüzde dağılımı kullanılmıştır.

Bulgular ve Sonuç: Araştırmaya katılan yaşlı bireylerin yaş ortalaması 72.23±6.01'dir. Katılımcıların % 96.8'i günlük yaşam aktivitelerini bağımsız olarak gerçekleştirmektedir. Yaşlı bireylerin %70'i gereksinimlerini karşılamak için yardım almazken, %30'u yardım almaktadır. Bireylerin %50.6'sı çevreleri ile ilişkili güçlükler yaşadıklarını ve %57.4'ü yaşadıkları çevrede boş zamanlarını değerlendirebilecek merkez açılmasını istediklerini belirtmektedir. Yaşlıların %41'i bu merkezde birikim ve deneyimlerini gönüllü olarak paylaşabileceklerini de bildirmektedirler. Bu araştırma ile yaşlıların çoğunlukla birinci derece akrabalar ve belediyelerden sosyal destek aldıkları, yaşadıkları en önemli güçlük; ekonomik sıkıntı, yalnızlık ve yakacak gereksinimi olduğu saptandı. Katılımcıların büyük oranı yaşlı destek merkezi açılmasını istemektedirler. Burada çeşitli hizmetler sunulmasını ve gerekirse kendilerinin de katkı yapabileceklerini belirtmektedirler. Yaşlılara yönelik sosyal hizmetler planlanırken bölgesel gereksinimler dikkate alınarak yerel yönetimler ile işbirliği yapılmalıdır.

Anahtar Kelimeler: Sosyal destek gereksinimi, yaşlı, sosyal destek.

ABSTRACT

Objective: Our country hasn't been defined in sufficient social service needs of the elderly. This study aimed to provide objective data for administrative arrangements to increase access to social services of the elderly.

Methods: This study is a cross-sectional and descriptive study. In the research center of town, over 65 years, 7190 elderly, according to gender and age groups, than 350 elderly people were selected for the sampling. Data were collected by a questionnaire consisting of 32 questions. Number and percentage distributions were used to analyze the data.

Results and Conclusion: The mean age of the elderly was 72.23 ± 6.01 . 96.8% of participants were carried out activities of daily living independently. Individuals who did not take any help to meet the needs of 70%, and 30% get help. Individuals stated that 50.6 % of them experienced difficulties associated with the environment and 57.4 % of elderly wanted to open the center to evaluate the spare time on their environment. 41% of the elderly reported they can also share their knowledge and experience as a volunteer at the center.

In this study it was determined that elderly people mostly supported from their first – degree relatives and municipality. Their most important difficulties were economic, loneliness and warming. A large proportion of participants want to open elderly support center. They specified the contributing to the center if it need. Regional requirements must be taken into account in the planning of elderly services and must be cooperate with local governments about this issue.

Key words: need of social support, elderly, social support.

GİRİŞ

Nüfusun yaşlanması, 21. yüzyılda ön plana çıkan en önemli demografik olgulardan birisidir. Günümüzde yaşam süresi artarken, doğum oranları da azalmaktadır (Türkiye Sağlıkli Yaşlanma Eylem Planı ve Uygulama Programı 2015-2020, Kulakçı ve Emiroğlu 2012). Yaşam süresindeki artışla birlikte, yaşlılarla ilgili psikolojik, sosyal, kültürel ve ekonomik boyutlarda çözümlenmesi gereken pek çok sorun ortaya çıkmaktadır. Bunlardan bazıları; sosyal uyum, yaşam doyumu, bakım, sağlık, beslenme, konut, ekonomik, ihmal ve istismar, bağımsızlığın yitirilmesi, yaşlılığın olumsuz algılanışı, kuşaklararası çatışma, statü kaybı ve boş zamanları değerlendirme sorunlarıdır (Kurt ve ark. 2010, Yel 2014). Bu sorunlara; yetersizlik, çaresizlik, yalnızlık, umutsuzluk, başkalarına muhtaç olma ve reddedilme hisleri de eklenmektedir. Yaşlılıkta karşılaşılan bu sorunların çözümünde onları yalnız ve çaresiz bırakmadan, kurumsal düzeyde destek sağlamak ve bu desteklere alt yapı sağlayacak sosyal politikalar oluşturularak, yürütülmesi önem taşımaktadır (Yel 2014). Dünya nüfusu son 100 yıl içinde (1950-2050) dörde katlanırken yaşlı nüfusun 10 kez artacak olması dikkat çekici bir durum olarak görülmektedir (Mandiracıoğlu 2010). Türkiye'de 2015 yılında % 8.2 olan 65 yaş ve üzeri yaşlı nüfusunun (<http://www.tuik.gov.tr/>), 2050 yılında % 17,6 ile % 20, 8 arasında bir orana sahip olacağı öngörülmesine rağmen (Yel 2014; Türkiye Sağlıkli Yaşlanma Uygulama Programı, 2015-2020, Kılıç 2016), yaşlılara yönelik sosyal hizmetler, yaşlıların gereksinimlerini karşılamaktan oldukça uzaktır (Giray ve ark. 2008)

Yaşlıların sosyal destek gereksinimlerini karşılamaya yönelik birçok sosyal faaliyet bulunmaktadır. Boş zamanı değerlendirme aktiviteleri, gönüllü kuruluş ve derneklere

üyelikler, bu kuruluş ve derneklerin faaliyetlerine katılma durumları gibi sosyal faaliyetler yaşlıların yaşam memnuniyetlerini olumlu yönde etkiler (Kurt ve ark. 2010).

Bu çerçevede yaşlıların kültürel, ekonomik, politik ve sosyal yaşam ile yaşam boyu öğrenmeye katılımlarının sağlanması ve sürdürülmesi amacıyla teşvik edilmesi için olanaklar yaratılması, programlar hazırlanması ve destek olunması, yaşlıların evleri ve huzurevi dışındaki sosyal ortamlara erişimlerinin sağlanması önerilmektedir (Türkiye’de yaşlıların durumu ve Yaşlanma Ulusal eylem planı, DPT–2007; Selvitopu ve Şahin 2012).

Yaşlıların beklenti ve gereksinimlerini karşılayacak toplumsal hizmetlerin üretilmesi ve tüm yaşlıları kapsayan geniş bir sosyal ağ oluşturulması amacıyla “yaşlı sosyal merkezlerinin” Sosyal Hizmetler Genel Müdürlüğü, üniversiteler, belediyeler ve gönüllü kuruluşlar tarafından yapılandırılması gerektiği çeşitli kaynaklarda vurgulanmaktadır (Giray ve ark. 2008, Kurt ve ark. 2010). Yaşlıların sosyal hizmet gereksinimlerinin belirlenmesi ve sosyal hizmetleri kullanma düzeylerinin saptanması bu nedenle gereklidir. Ancak ülkemizde bu gereksinimlerin belirlenmesine yönelik sınırlı sayıda çalışma bulunmaktadır (Altıparmak 2009, Bahar ve ark. 2009).

Yaşlıların sosyal gereksinimleri ve gereksinimlerine yönelik sosyal hizmet alıp almadıklarını saptamak, sosyal hizmetlerinin planlanmasında önceliğin gereksinim duyulan konulara verilmesi açısından önemlidir. Bu nedenle, bu araştırma ile yaşlıların sosyal hizmetlerden yararlanmalarını arttıracak yönetsel düzenlemeler için nesnel veriler sunmak amaçlanmıştır.

AMAÇ

Bu araştırma Ödemiş ilçesinde yaşayan yaşlıların sosyal destek gereksinimlerini belirlemek amacıyla yapılmıştır.

GEREÇ VE YÖNTEM

Araştırma, tanımlayıcı tipte kesitsel bir çalışmadır. Ödemiş İlçe Merkezi’nde yaşayan 65 yaş ve üzeri 7190 yaşlıdan cinsiyet ve yaş gruplarına göre tabakalandırılmış 350 kişi örnekleme seçilmiştir. Yaşlılara ev ziyareti yapılarak, çalışma hakkında bilgi verilmiş, çalışmaya katılmak istediklerine dair sözlü gönüllü oluru alınmıştır ve Ödemiş İlçe Kaymakamı’ndan yazılı izin alınmıştır. Araştırma için etik kurul izni alınmamıştır. Anket formu yüz yüze görüşme yoluyla yaşlılara yöneltilmiştir. Görme ya da işitme sorunları olanlara maddeler araştırmacılarca okunmuş ve yanıtları formda işaretlenmiştir. Araştırma için gerekli verileri toplamak amacı ile araştırmacılar tarafından literatür doğrultusunda sosyodemografik özellikleri, sağlık problemleri, günlük yaşam aktiviteleri ve yaşadığı zorlukları sorgulayan 32 soruluk anket formu hazırlanmıştır (Altıparmak 2009, Karadakovan 2005, Şahin ve ark.,2014, Özdemir ve Duru 2009, Öner ve Tamam 2001). Verilerin analizi; katılımcıların sosyodemografik özellikleri ve sosyal destek gereksinimlerini incelemek amacıyla sayı, ortalama ve yüzde dağılımı ile yapılmıştır.

BULGULAR VE YORUM**Tablo 1.** Yaşlı Bireylerin Sosyo-Demografik Özelliklerine Göre Dağılımı (n=350)

Sosyo-Demografik Özellikler	Sayı (n)	Yüzde
Yaş		
65-74 yaş	239	68.3
75-84 yaş	100	28.6
85 yaş ve üzeri	11	3.1
Cinsiyet		
Kadın	173	49.4
Erkek	177	50.6
Medeni Durum		
Evli	215	61.4
Bekâr	135	38.6
Eğitim Durumu		
Okuryazar Değil	87	24.9
Okuryazar	50	14.3
İlkokul Mezunu	181	51.7
Ortaokul ve üstü	32	9.1
Gelir durumu		
İyi	48	13.7
Orta	224	64.0
Kötü	78	22.3
Toplam	350	100

Araştırmaya katılan yaşlı bireylerin yaş ortalaması 72.23 ± 6.01 'dir. Yaşlı bireylerin %61.4'ü evli, % 38.6'sı ise bekâr olup, %50.6'sını erkekler oluşturmaktadır (Tablo 1).

Tablo 2. Yaşlı Bireylerin Birlikte Yaşadıkları Kişilere Göre Dağılımları (n=350)

Birlikte Yaşadıkları Kişiler	Sayı (n)	Yüzde (%)
Yalnız	81	23.1
Eşimle	189	54.0
Çocuklarıyla	51	14.6
Eşim ve çocuklarıyla	22	6.3
Diğer (Yardımcı, yakın akraba ile)	7	2
Toplam	350	100

Yaşlı bireylerin %54'ü eşiyile, %23.1'i yalnız, %14.6'sı çocuklarıyla, %6.3'ü eş ve çocuklarıyla birlikte yaşamakta, geri kalan %2'si ise yardımcı, yakın akrabaları ile birlikte yaşamaktadır (Tablo 2).

Tablo 3. Yaşlı Bireylerin Günlük Yaşam Aktivitelerini Gerçekleştirebilme Düzeyi (n=350)

Günlük Yaşam Aktiviteleri	Sayı (n)	Yüzde (%)
Beslenme		
Bağımsız	339	96.8
Yardımla	9	2,6
Bağımlı	2	0.6
Tuvalet		
Bağımsız	337	96.3
Yardımla	10	2.9
Bağımlı	2	0.6
Banyo Duş		
Bağımsız	334	95.4
Yardımla	13	3.7
Bağımlı	2	0.6
Ağız-diş		
Bağımsız	339	97.1
Yardımla	7	2.0
Bağımlı	3	0.9
Giyinme		
Bağımsız	338	96.8
Yardımla	9	2.6
Bağımlı	2	0.6
Saç Bakımı		
Bağımsız	339	97.1
Yardımla	9	2.6
Bağımlı	1	0.3
Tırnak Bakımı		
Bağımsız	339	97.1
Yardımla	9	2.6
Bağımlı	1	0.3
Hareket		
Bağımsız	336	96.3
Yardımla	11	3.2
Bağımlı	2	0.6
Yürüme		
Bağımsız	335	96
Yardımla	12	3.4
Bağımlı	2	0.6

*Bu soruya birden fazla cevap verilmiştir.

Yaşlı bireylerin sağlık durumlarına ilişkin tanımlayıcı özellikleri incelendiğinde %89.4'ünün sağlık sorunlarının olduğu, %30.6'sı hipertansiyon, %14.2'si diyabet, %12.8'i kardiyovasküler sistem hastalıkları olduğunu bildirmiştir. Yaşlı bireylerin % 56.9'u ruhsal durumunu iyi, %23,9'u orta, %17'si kötü ve % 2.8'i çok iyi olarak değerlendirmiştir.

Yaşlı bireylerin günlük yaşam aktivitelerini gerçekleştirebilme düzeyleri incelendiğinde %96.8'i bağımsız olarak beslenebildiğini, %96.3'ü tuvalet gereksinimini bağımsız olarak karşılayabildiğini, %95.4'ü bağımsız olarak banyo-duş yapabildiğini, %97.1'i bağımsız olarak ağız ve diş temizliğini, saç ve tırnak bakımını gerçekleştirebildiğini, %96.8'i bağımsız olarak giyinebildiğini, %96.3'ü bağımsız olarak hareket edebildiğini, %96'sı bağımsız olarak yürüyebildiğini bildirmişlerdir (Tablo 3).

Tablo 4. Yaşlı Bireylerin Gereksinimlerini Karşılama Yardım Alma Durumu ve Yardım Alınan Kişilerin Dağılımı (n=350)

Yardım Alma Durumu	Sayı (n)	Yüzde (%)
Evet	105	30.1
Hayır	244	69.9
Toplam	349**	100
Yardım Alınan Kişiler		
Çocuklarım	69	63.3
Belediye	19	17.4
Kaymakamlık	5	4.6
Akrabalarım	3	2.8
Diğer	13	11.9
Yardım Alınan Konular		
Para	58	41.7
Temizlik işlerinde yardım	46	33.1
Kömür	19	13.7
Barınma	4	2.9
Diğer	12	8.6

* Bu soruya birden fazla cevap verilmiştir.

**Cevap veren katılımcılar üzerinde toplam verilmiştir.

Yaşlı bireylerin %69.9'u gereksinimlerini karşılamak için yardım almazken, %30.1'i yardım almaktadır. Gereksinimlerini karşılamak için yardım alan yaşlı bireylerin %63.3'ü çocuklarından, %17.4'ü ise belediyeden yardım almaktadır. Yardım alınan konular incelendiğinde ise %41.7'sinin para ihtiyacı, %33.1'inin temizlik işleri, %13.7'sinin kömür, %2.9'unun barınma, %8.6'sının ise diğer konularda yardım aldığı saptanmıştır (Tablo 4).

Tablo 5. Yaşlı Bireylerin Yakın Çevresiyle İlişkili Zorluk Yaşama Durumu ve Zorluk Nedenlerinin Dağılımı (n=350)

Yakın Çevreyle İlişkide Zorluk Yaşama	Sayı (n)	Yüzde (%)
Evet	173	49.4
Hayır	177	50.6
Toplam	350	100
Zorluk Nedenleri*		
Ekonomik sorunlar	91	32.2
Yalnızlık	73	25.7
Yakacak Sorunu	32	11.3
Sosyal ilişkilerin kaybı	26	9.2
Barınma Sorunu	18	6.4
Çalışma yaşamından uzaklaşma	17	6
Beslenme ile ilgili sorunlar	12	4.2
Sağlık hizmetlerine ulaşma ile ilgili sorunlar	11	3.9
Diğer (Bakım sorunu vb.)	3	1.1

*Bu soruya birden fazla cevap verilmiştir.

Yaşlı bireylerin %56.6'sı ile ilgilenen ya da destek olan herhangi bir kişi ya da kurum bulunmazken, %49.4'ünün ile ilgilenen ya da destek olan kurum ya da kişi bulunmaktadır. Yaşlı bireylerin %83.3'üyle birinci derece akrabalarının, %8.3'ü ile belediyenin, %2.6'sı ile kaymakamlığın, %1.9'u ile ikinci derece akrabalarının, %1.3'ü ile komşularının, %1.3'ü ile arkadaşlarının ve %1.3'ü ile de diğer kişi ya da kurumların ilgilendiği ya da destek olduğu bulunmuştur.

Yaşlı bireylerin %50.6'sının çevreleri ile ilişkili güçlükler yaşadığını bildirmiştir. Güçlük nedenleri incelendiğinde %32.2'si ekonomik, %25.7'si yalnızlık, %11.3'ü yakacak, %9.2'si sosyal ilişkilerin kaybı, %6.4'ü barınma, %6'sı çalışma yaşamından uzaklaşma, %4.2'si beslenme, %3.9'u sağlık hizmetlerine ulaşma ile ilgili sorunlar yaşadığını bildirmiştir (Tablo 5).

Tablo 6. Yaşlıların Boş Zamanlarını Değerlendirebilecek Bir Merkez Açılmasını İsteme Durumu ve Merkezde Olmasını İstedikleri Etkinliklerin Dağılımı (n=350)

Merkez Açılmasını İsteme Durumu	Sayı (n)	Yüzde (%)
Evet	201	57.6
Hayır	92	26.4
Fikrim Yok	56	16.0
Toplam	349**	100
Merkezde Olmasını İstedikleri Etkinlikler		
Kütüphane/Okuma Salonu	81	25.8
Fark etmez	43	13.7
Oyunlar	28	8.9
El Sanatları	26	8.3
Sportif Faaliyetler	25	8
Sohbet Ortamı	24	7.6
Spor Salonu	16	5.1

Bilgisayar Salonu	15	4.8
Gereken Her şey	12	3.8
Kurslar (hayvancılık, çiftçilik, okuma yazma kursu, halk oyunları, kadınlara yönelik kurslar vb.)	12	3.8
Yaşlı Bakım Hizmeti/Evde Bakım Hizmeti	9	2.9
Müzik	5	1.6
Yemek Hizmeti	4	1.3
TV	4	1.3
Gezi, doğa aktiviteleri	3	0.9
Diğer (dini sohbet, dinlenme yeri, tiyatro, bahçe işleri, kafeterya, eğitimler)	7	2.2

* Bu soruya birden fazla cevap verilmiştir.

**Cevap veren katılımcılar üzerinden toplam verilmiştir

Yaşlı bireylerin %57.6'sı yaşadıkları çevrede boş zamanlarını değerlendirebilecek bir merkez açılmasını istediğini bildirmiştir. Yaşlı bireyler tarafından bu merkezde bulunması istenen hizmetler, kütüphane/okuma salonu %25.8, oyunlar %8.9, el sanatları %8.3, sportif faaliyetler %8, sohbet ortamı %7.6, bilgisayar salonu %4.8, kurslar %3.8, yaşlı bakım hizmeti %2.9, müzik %1.6 ve yemek hizmetleri %1.3 olarak ifade edilmiştir(Tablo 6).

Tablo 7. Yaşlıların Boş Zamanlarını Nasıl Değerlendirdiklerine Göre Dağılımları (n=350)

Boş Zamanlarını Değerlendirme Durumu	Sayı (n)	Yüzde (%)
Kahvede	70	17.3
Televizyon izlemek, Gazete Okumak	62	15.4
Gezmek	59	14.6
Dini Aktivite	37	9.1
Elişleri	37	9.1
Ev İşleri	36	8.9
Hiçbir şey yapmıyor	30	7.4
Bahçe İşleri	22	5.4
Komşu, arkadaşlarla	18	4.4
Kitap Okumak	12	3
Torunlarıyla	9	2.2
Bilgisayar, İnternet	3	0.7
Diğer (Hayvan bakmak, çobanlık, müzik, yürüyüş, spor, sosyal hizmetlerde gönüllü çalışmak, oyun)	10	2.5

* Bu soruya birden fazla cevap verilmiştir.

Yaşlı bireylerin merkezini nerede olmasını istediğine ilişkin görüşleri değerlendirildiğinde; %49.6'sı ilçe merkezinde, ulaşımı kolay bir yerde, %27.2'si evine yakın bir yerde olmasını istediğini bildirmiş, %12'si yerin önemli olmadığını bildirmiştir. Yaşlı bireylerin %66.9'u böyle bir merkez açıldığında zamanını burada geçireceğini ifade etmiştir.

Yaşlı bireylerin boş zamanlarını değerlendirdikleri aktiviteler incelendiğinde %17.3'ü kahveye giderek, %15.4'ü TV izleyerek ve gazete okuyarak, %14.6'sı gezerek, %9.1'i dini aktiviteler, %9.1'i el işleri, %8.9'u ev işleri ve %5.4'ü bahçe işleri yaparak boş zamanlarını değerlendirdiklerini belirtmiş, %7.4'ü hiçbir şey yapmadığını ifade etmiştir.

TARTIŞMA

Fiziksel ve bilişsel fonksiyonlarda gerileme, sağlığın, üretkenliğin, rol ve statünün, bağımsızlığın, arkadaşların, eş ve yakın ilişkisinin, sosyal yaşantının ve sosyal desteklerin azalması ve kaybı, gibi döneme özgü pek çok sorun yaşlı bireylerde yaşamdan doyum alamamaya bağlı sosyal destekte azalmaya neden olabilmektedir (Polat ve Kahraman 2013). Yaşlılar bu nedenlerle birçok alanda sosyal desteğe gereksinim duymaktadır.

Yaşlılıkla birlikte kronik hastalıkların görülme sıklığı artmaktadır. 60 yaş üzeri ölüm nedenlerinde ilk üç sırada iskemik kalp hastalığı, serebrovasküler hastalıklar ve KOAH gelmektedir (Yardım 2012). Araştırmada yaşlı bireylerin %89.4'ünün sağlık sorunlarının olduğu ve en sık yaşadığı sağlık sorununun hipertansiyon olduğu saptanmıştır. Ülkemizde 65 yaş sonrası hipertansiyon sıklığı erkeklerde % 67,2; kadınlarda % 81,7 olmak üzere ortalama %75,1'dir (Arıcı ve ark. 2005). Baysan (2008) %81.6 yaşlının en az bir kronik hastalığı olduğunu belirtmiştir (Baysan 2008). Kayseri kent merkezinde yapılan bir araştırmada da yaşlıların %79.4'ünün en az bir kronik hastalığı mevcuttur, farklı araştırmalarda da benzer oranlar izlenebilmektedir (Öztürk ve ark. 2002, Dudak ve ark. 2006, Özkan ve ark.2006). Tüm bu çalışmaların bu araştırma bulgularıyla uyumlu olduğu ve literatürü desteklediği görülmüştür. Yaşlıların birçoğunun kronik hastalıklara sahip olması beklenen bir durumdur.

Yaşlıların fiziksel ve psikolojik kapasitelerinde ortaya çıkan olumsuzluklar, yaşlılık sürecinde bireylerin fonksiyonlarını etkin olarak yapmalarını engellemektedir. Banyo yapma ve yemek hazırlama gibi günlük yaşam aktiviteleri yaşlı yetişkinler için sık karşılaşılan sorunlar arasında yer almakta, alış veriş yapma, yemek hazırlama ve yemek sonrası temizlik/bulaşık yıkama ve banyo yapma gibi faaliyetlerde de yaşlı bireyler oldukça zorlanmaktadır. Yaptığımız çalışma kırsal kesimde yaşayan yaşlıları kapsamaktadır ve çalışmamızdaki yaşlıların günlük yaşam aktivitelerini gerçekleştirebilmedeki bağımlılık düzeyleri literatürü desteklemektedir. Yaşlı birey özellikle engelli veya kronik hastalığı olduğunda bağımlı hale gelmektedir. Yaşlıların yaşamlarını bağımsız ve kendi kendilerine yetebilecek şekilde sürdürmeleri, yaşam kalitesinin yükseltilmesini sağladığı gibi yaşamdan duyacakları tatmini de olumlu yönde etkilemektedir (Öztop 2006). Alışveriş yapma, hafif ev işleri, yemek hazırlama, giyinme, doktora gitme, seyahat etme, telefonla arama, finansal işler ve ulaşım yaşlıların günlük yaşamda en fazla bağımlılık hissettikleri konulardır (Dudak ve ark. 2006) Bu konular bizim çalışmamızda da yaşlıların en çok bağımlılık hissettikleri alanlardır.

Çalışmamızda yaşlıların daha çok maddi yönden yardıma gereksinim duydukları ve bu gereksinimleri karşılamakta çocuklarının karşılaması ya da gerektiğinde belediyelerden yardım talebinde bulunmasını, toplumun yaşlılara hem maddi hem de

manevi yönden destek olması gerektiğini ortaya koymaktadır. Literatürde yaşlı bireyin maddi olarak güvencesinin az olması onu huzursuz edebileceği ve depresyona girebileceği belirtilmektedir (Yukay Yüksel ve ark. 2014, Şahin ve ark. 2012, Özdemir ve Duru 2009, Öner ve Tamam 2001). Ülkemizde değişen toplumsal koşullar nedeni ile sosyal güvenlik sistemi içerisine alınan yaşlıların maddi risklere karşı korunmaları gerektiği, yaşlılara aylık gelir, sağlık yardımları ve bakmakla yükümlü olduğu kişilere sağlık yardımı yapılması sağlanmaktadır. Ancak bununla birlikte, Türkiye’de sosyal güvenlik programlarından yararlanan ve gerçek anlamda sigortalı olanların sayısı henüz yeterli düzeye ulaşmamış ve yaygın bir sosyal güvenlik ağı kurulamamıştır. Bununla birlikte yaşlıların sosyal güvenliğinin sağlanması için, belirli bir süre çalışmak koşuluyla emeklilik aylığı almaya hak kazanmış olanlarına yönelik sosyal güvenlik hizmetleri uygulanmaktadır (Yel 2014). Dolayısıyla yaşamını evde ailesi, akrabalarıyla veya yalnız sürdüren Alzheimer, demans vb. hastalığı olan yaşlıların yaşam ortamlarının iyileştirilmesi, boş zamanlarının değerlendirilmesi sosyal, psikolojik ve sağlık ihtiyaçlarının karşılanmasında yardımcı olunması, kendi imkânlarıyla karşılamakta güçlük çektikleri konular ile günlük yaşam faaliyetlerine destek hizmetleri verilmesi, ilgilerine göre faaliyet grupları kurarak sosyal faaliyetler düzenlenmesi suretiyle sosyal ilişkilerinin zenginleştirilmesi, aktivitelerinin artırılması ve gerekli olduğu zamanlarda aileleri ile dayanışma ve paylaşma sağlanarak yaşam kalitesinin artırılmasına yönelik yaşlı hizmet merkezleri kurulması önerilmektedir.

Yaşlı bireylerin %50.6’sı yaşam ile ilişkili güçlükler yaşadığını belirtmiştir. Yaşlı bireylerin yaşamlarındaki güçlüklerin dağılımı önem sırasına göre şöyledir; ekonomik sorunlar, yalnızlık, yakacak bulamama, sosyal ilişkilerin kaybı, barınma, çalışma yaşamından uzaklaşma, beslenme, sağlık hizmetlerine ulaşma ile ilgili sorunlar olduğu görülmektedir. Burada yaşlıların bildirimleri daha çok sosyo-ekonomik, korunma ve bakım gibi yaşamsal gereksinimlerden kaynaklanan sorunlar üzerinde yoğunlaşmıştır. Psiko-sosyal gereksinimlerden doğan sorunlar nispeten daha az bildirilmiş olsa da bütün bu sorunlar, çaresizlik, yılgınlık, saldırganlık, içine kapanıklık, kızgınlık gibi belirtilerle kendisini gösterir. Bunun sonucu da depresyon ve intihara kadar varabilir. Bizim çalışmamızın aksine Kurt ve ark. (2010) ülkemizde yapılan çalışmalarda yaşlıların yarısından fazlasının hayatlarından memnun olduklarını belirtmiştir. Bu çalışmada farklı sonuçlar elde edilmesinin; popülasyonun sosyoekonomik düzeyi, eğitim düzeyi ve coğrafik olarak yerleşim yerindeki farklılıklardan dolayı olabileceği düşünülmektedir.

Araştırmaya katılan yaşlıların gereksinimlerini değerlendirmek için “Ödemiş’te boş zamanlarını değerlendirebilecek bir merkez açılmasını ister misiniz?” sorusu yöneltilmiştir. Bu soruyu yaşlı bireylerin %57.6’sı evet, %26.4’ü hayır, %16’sı fikrim yok olarak yanıtlamıştır. Yaşlı bireylerin bu merkezde olmasını istediği etkinlikler önem sırasına göre; kütüphane/okuma salonu, oyunlar, el sanatları, sportif faaliyetler, sohbet ortamı, spor salonu, bilgisayar salonu, kurslar, yaşlı bakım hizmeti, müzik, yemek hizmeti olarak ifade edilmiştir. Literatürde spor, güzel sanatlar, el sanatları, gezi, sohbet gibi etkinlikler kişiyi bedensel ve ruhsal olarak uyardığı ve geliştirdiği belirtilirken gerek sinema, tiyatro ve sergilere gitmek gibi kültürel faaliyetler, gerek

bahçecilik ve başka hobi uğraşları gibi tek başına yapılan faaliyetler yaşam süresinin uzamasıyla bağlantılı olduğu belirtilmiştir (Yukay Yüksel ve ark. 2014).

Yaşlı bireylerin merkezin nerede olacağına ilişkin görüşleri değerlendirildiğinde; merkezde, ulaşımı kolay bir yerde, evime yakın bir yerde, yeşillik alanda, nerde olduğu önemli değil ve fikrim yok olarak cevaplandığı görülmüştür. Buradan çıkarabileceğimiz sonuç, bu merkezin ulaşılabilir ve huzurlu bir ortamda olmasının yaşlılar için önemli olduğudur. Yaşlı bireylerin böyle bir merkez açıldığında zamanlarını burada geçirmelerine ilişkin fikirleri alındığında %66.9'u evet yanıtını vermiştir. Buradan yaşlıların önemli bir kısmının açılacak merkezdeki faaliyetlere katılım gösterebileceği düşüncesi güçlenmiştir.

Yaşlı bireylerin zamanlarını kahvede, TV izleyerek ve gazete okuyarak, gezerek, dini aktivitelerle, el işleri, ev işleri, bahçe işleri, komşu ve arkadaşlarla, kitap okuyarak, torunlarıyla, bilgisayar-internetle değerlendirdikleri saptanmıştır. Yukay Yüksel ve ark. (2014) tarafından yaşlıların boş zaman değerlendirme üzerine yaptığı çalışmada; yaşlıların çoğunluğunun dine yönelik aktivitelerde bulunduğu, boş zaman değerlendirme konusunda bilinçsiz oldukları ve yeterince yönlendirilmediği ortaya çıkmıştır. (Yukay Yüksel ve ark. 2014). Ödemiş'te yaşayan yaşlıların sağlıklı yaşlanmasına katkıda bulunacak yaşlı hizmet merkezinin oluşmasına destek olan bu çalışmamız "Uluslar arası Yaşlanma Eylem Planı" uyarınca "Katılım" yönergesi doğrultusunda yapılmış olup araştırma verileri, Ödemiş'te yaşlıların aktif yaşam sürebilecekleri bir merkezin kurulması için, temel oluşturabilecek bilgileri kapsamaktadır.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Yaşlıların büyük bir çoğunluğunun kronik rahatsızlığı vardır. On yaşlıdan dokuzu günlük yaşam aktivitelerini bağımsız düzeyde gerçekleştirmektedir. Yaşlılar, birçok alanda yardıma gereksinim duymaktadır ve yarısından fazlasının ilgilenen ya da destek olan kişi ya da kurumların bulunmadığını belirtmiştir. Yaşlıların yarısı çevresiyle ilgili zorluklar yaşamıştır. Yaşlıların yarısından fazlası yaşadıkları çevrede boş zamanlarını değerlendirebilecek bir merkezin açılmasını istemiştir.

Yaptığımız çalışma sonuçları doğrultusunda; yaşlıların yaşamını değerli kılacak sosyal çevreler ve mekânlar oluşturulmalı, bunların sürdürülebilir olması, yaşlıların kendi sorunlarını paylaşabilecekleri, bir araya gelerek etkileşim kurabilecekleri sosyal grup çalışmalarının yürütülebileceği sosyal kurumların oluşturulması, yaşlıların var olan bilgi ve deneyimlerinden yararlanılması için gerekli desteğin sağlanması ve düzenlemelerin yapılması önerilmektedir.

KAYNAKLAR

- Altıparmak S (2009) .Huzurevinde Yaşayan Yaşlı Bireylerin Yaşam Doyumu, Sosyal Destek Düzeyleri ve Etkileyen Faktörler, Fırat Üniversitesi Sağlık Bilimleri Tıp Dergisi. 23(3):159-164
- Arcı M, Altun B, Erdem Y, ve ark. (2005).Türk Hipertansiyon ve Böbrek Hastalıkları Derneği Türk Hipertansiyon Prevalans Çalışması. Journal of Hypertension.(23): 1817-23.
- Bahar G., Bahar A., Savaş HA. (2009). Yaşlılık ve Yaşlılara Sunulan Sosyal Hizmetler. Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi, 4(12): 85-98.

- Baysan NP. Yaşlıların Yaşlılık Algısı Ve Sağlıkla İlgili Yaşam Kalitesini Etkileyen Faktörler. Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi, Manisa. Celal Bayar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü,2008.
- Dudak AH., Çakıl E., Aykut M ve ark. (2006). Kayseri İl Merkezindeki Yaşlıların Mediko-Sosyal Sorunları ve Yaşam Memnuniyetlerini Etkileyen Faktörler. Turkish Journal Of Geriatrics; 9 (4): 202-212.
- Duru G., Özdemir L (2009). Yaşlı İntiharları, Nedenleri ve Önleyici Uygulamalar. Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Dergisi. 34-41.
- Giray H., Meseri R., Saatlı, G ve ark (2008). Türkiye'ye İlişkin Yaşlı Sağlığı Örgütlenmesi Model Önerisi.TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni.7 (1):81-86
- Karadakovan A (2005). Yaşlılarda Sağlık Sorunları. Ege Üniversitesi Hemşirelik Yüksek Okulu Dergisi 21 (2) : 169-17
- Kılıç D. Yaşlı Sağlığı. Ed: Behice Erci Halk Sağlığı Hemşireliği Kitabı.2.Baskı. Elazığ. Anadolu Nobel Tıp Kitabevleri. 2016:176-196
- Kulakçı H.,Emiroğlu ON (2012). Bir Huzurevinde Yaşayan Yaşlıların Sağlık Gereksinimleri, Hemşirelik Girişimleri ve Sonuçlarının Belirlenmesinde OMAHA Sistemi'nin Kullanılabilirliği. Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Dergisi.36-50.
- Mandracıoğlu A (2010). Dünyada ve Türkiye'de Yaşlıların Demografik Özellikleri. Ege Tıp Dergisi/Ege Journal of Medicine, 49(3): 39-45.
- Polat Ü., Kahraman B.B. (2013). Yaşlı Bireylerin Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları ve Algılanan Sosyal Destek Arasındaki İlişki 18(4): 213-218
- Öztop H (2006).Yaşlı Kadınların Ekonomik ve Psiko-Sosyal Sorunları Turkish Journal of Geriatrics; 9 (4): 234-239
- Şahin D., Aydın A., Şimşek N ve ark. (2012). Yaşlılık, Depresyon ve Hemşirelik. Psikiyatri Hemşireliği Dergisi - Journal of Psychiatric Nursing 2012;3(1):38-41
- Şahin H., Selvitopu A. (2012) Öğretmenlerin Emeklilik Dönemine ve Emekliliğe Hazırlık Eğitimine İlişkin Görüşleri. Elementary Education Online, 11(4), 1053-1065, Online]: <http://ilkogretim-online.org.tr>
- Tamam L., Öner S. (2001). Yaşlılık Çağı Depresyonları. Demans Dergisi.(1): 50-60
- TÜİK, Temel İstatistikler, Nüfus ve Demografi, Nüfus İstatistikleri, Yıllara, Yaş Grubu ve Cinsiyete Göre Nüfus, Genel Nüfus Sayımları_ADNKS. ET: 25.01.2016. <http://www.tuik.gov.tr/>
- Türkiye Sağlıklı Yaşlanma Eylem Planı ve Uygulama Programı 2015-2020. ET: 25. 01. 2016.
- Türkiye'de Yaşlıların Durumu ve Yaşlanma Ulusal Eylem Planı. Sosyal Sektörler ve Koordinasyon Genel Müdürlüğü. Yayın No: DPT 2741. 2007. <http://ekutup.dpt.gov.tr/nufus/ yaslilik/eylempla.pdf>. Erişim Tarihi: 27.01.2016.
- Yardım N. (2012) Editörler Aslan D., Ertem M .Yaşlanma ve Kronik Hastalıklar; Türkiye Perspektifi. Yaşlı Sağlığı: Sorunlar ve Çözümler. 1Baskı. Halk Sağlığı Uzmanları Derneği.HASUDER Yayın No:2012-1. Palme Yayıncılık
- Yukay Yüksel M., Dinçer F, Tezcan Büyükköse H,ve ark. (2014).Yaşlıların Boş Zaman Değerlendirmesi Üzerine Bir İnceleme. Journal of Research in Educationand Teaching; 3(1):107-114.
- Yel.Ç. Türkiye'de Yaşlıların Karşılaştıkları Sorunlar ve Çözüm Önerileri <https://yurtvedunyadergisi.files.wordpress.com/2014/08/4-revised-tc3bcrkiyede-yac-59-flc4b1lc4b1k.pdf> E.T.10.11.2016