

ANKARA'DA YAŞAYAN 60 YAŞ ÜSTÜ BİREYLERİN SAĞLIK DURUMU ALGILAMALARI

Dr. Emine Aksoydan
Başkent Üniversitesi
Sağlık Bilimleri Fakültesi
Beslenme ve Diyetetik Bölümü

AMAÇ: Ankara'da kendi evinde yaşayan 60 yaş ve üzerindeki bireylerin yaşam kalitesini etkileyen değişkenlerin ve algılanan sağlık düzeyinin belirlenmesi ve bu değişkenlerin birbirleri ile etkileşiminin saptanmasıdır.

GEREÇ VE YÖNTEM: Çalışma, Ankara'nın değişik semtlerinde, kendi evinde yaşayan, basit rastgele örnekleme yöntemi ile seçilen 302 erkek, 464 kadından oluşan 766 yaşlı ile yüz yüze görüşme yöntemi ile ve anket formu kullanılarak yapılmıştır. Anketin geçerlilik ve güvenilirliği başka bir örnekleme 50 yaşlı birey ile görüşülerek test edilmiştir. Çalışmada, algılanan sağlık durumu 5'li Likert ölçeği kullanılarak (çok iyi'den çok kötü'ye) değerlendirilmiştir.

Tablo 1. Ankara'da yaşayan 60 yaş ve üzeri bireylerin sosyo-demografik özelliklerinin dağılımı

	Erkek (302)	Kadın (464)	Toplam		P
	%	%	Sayı	%	
Yaş grubu					
60-69	58.3	52.6	420	54.8	0.026
70-79	29.8	38.8	270	35.2	
80 ve üzeri	11.9	8.6	76	9.9	
Ortalama±SD	68.9±7.72	69.2±7.17	69.1±7.38		
Eğitim düzeyi					
Okur-yazar d.	2.6	15.1	78	10.2	0.000
Okur-yazar	4.0	8.8	53	6.9	
İlkokul	20.2	33.6	217	28.3	
Ortaokul	11.9	13.4	98	12.8	
Lise	21.9	17.2	146	19.1	
Yüksekokul	39.4	11.9	174	22.7	
Medeni durum					
Evli	87.4	50.0	496	64.8	0.000
Dul	11.3	47.8	256	33.4	
Bekar	1.3	2.2	14	1.8	

Tablo 1. Ankara'da yaşayan 60 yaş ve üzeri bireylerin sosyo-demografik özelliklerinin dağılımı

	Erkek (302)	Kadın (464)	Toplam		P
	%	%	Sayı	%	
Sosyal güvence					0.000
Var	98.3	95.0	738	96.3	
Yok	1.7	5.0	28	3.7	
Düzenli gelir					0.000
Var	96.0	86.2	690	90.1	
Yok	4.0	13.8	76	9.9	
Yaşam biçimi					0.000
Yalnız	5.3	26.3	138	18.0	
Yakınları ile	94.7	73.7	628	82.0	

Tablo 2. Ankara'da yaşayan 60 yaş ve üzeri bireylerin cinsiyetlerine göre yaşam tarzı ve beslenme alışkanlıkları

Yaşam Tarzı/ Alışkanlıklar	Erkek (302)	Kadın (464)	Toplam		P
			Sayı	%	
Düzenli fiziksel aktivite(%)					
Evet	55.3	45.7	379	49.5	0.006
Hayır	44.7	54.3	387	50.5	
Sigara İçme durumu (%)					
Evet	23.2	11.0	121	15.8	0,000
Hayır	76.8	89.0	645	84.2	
Günlük ana öğün sayısı(x±SD)	2.8±0.40	2.7±0.46	2.8±0.44		0,057
Günlük su tüketimi (x±SD) (su bardağı)	5.9±2.85	5.5±2.70	5.6±2.76		0,048
Günlük meyve tüketimi (x±SD) (porsiyon)	2.2±1.22	2.0±1.10	1.3±1.06		0,009
Günlük sebze tüketimi (x±SD) (porsiyon)	1.7±0.86	1.7±0.78	1.7±0.81		0,388

Tablo 2. Ankara'da yaşayan 60 yaş ve üzeri bireylerin cinsiyetlerine sağlık durumları ve algılanan sağlık düzeyleri

Sağlık Durumu	Erkek (302)	Kadın (464)	Toplam		P
			Sayı	%	
Beden Kitle İndeksi (kg/m ²) (x±SD)	26.6±3.88	27.8±4.87	27.3±4.54		0,000
Tanı konulmuş hastalık sayısı (x±SD)	1.8±0.94	2.2±1.22	2.1±1.14		0,000
Günlük kullanılan ilaç sayısı(x±SD)	3.1±2.44	3.3±2.37	3.2±2.40		0,292
Algılanan sağlık düzeyi (%)					
Çok iyi	14.2	6.9	75	9.8	0.000
İyi	46.0	31.3	284	37.1	
Orta	34.8	51.5	344	44.9	
Kötü	4.3	8.6	53	6.9	
Çok kötü	0.7	1.7	10	1.3	

SONUÇ

Sosyo-demografik, sosyo-ekonomik faktörler, yaşam biçimi alışkanlıkları yaşam kalitesini ve algılanan sağlık düzeyini etkilemektedir ve bu faktörler yaşlılık döneminde daha da önem kazanmaktadır. Bu çalışmada, eğitim düzeyi, gelir, sosyal güvence, yaşam biçimi, hastalık sayısı, kullanılan ilaç sayısı gibi değişkenler kadınlarda erkeklere göre daha olumsuz düzeylerde ve bunun sonucu olarak da sağlık düzeyi algılaması kadınlarda daha düşüktür.

Algılanan sağlık durumu ile cinsiyet, medeni durum, eğitim durumu, sosyal güvence, düzenli bir gelire sahip olma, günlük yaşam aktivitelerini gerçekleştirebilme, hastalık durumu, ilaç kullanma arasında anlamlı bir ilişki vardır ($p < 0.01$).

İlerleyen yaşla birlikte ortaya çıkan biyolojik, fizyolojik ve sosyal değişimler yaşının yaşam kalitesini etkilemektedir. Bebeklikten yaşlılığa kadar olan dönemdeki sağlıkla ilgili olumlu davranışlar, yaşlanmanın daha sağlıklı ve güvenli olması açısından önem taşımaktadır.