

روز جهانی سالمندان یا پیران .. International day of older Persons یادداشت روز



در جنتری بین المللی اول اکتوبر هر سال روز جهانی سالمندان نامیده شده است. در سال 1982 سازمان ملل متحد شورای بین المللی سالمندی را تأسیس نمود. در همان سال طرحی را برای تعیین روز جهانی سالمندان تا 14 دسمبر سال 1990 پیشنهاد کرد. بعد از جلسات متعدد این شورا اول اکتوبر را به عنوان روز جهانی سالمندان اعلام نمود. در کشورهای چین و جاپان تحت عنوان روز احترام به سالمندان جشنواره هیجان انگیز وجود دارد، که همه ساله تجلیل میشود

دوران سالمندی

پیری دوره از زنده گيست که از 60 يا 65 سالگی شروع می‌شود، در تعريف سالمندی نمی‌توان زمان خاصی را مشخص کرد.

به طور معمول پیری جسمی، فکری، اجتماعی و غیره بوده، در این دوره برخی از تغییرات در بدن رخ می‌دهد، به عنوان مثال، در سنین بالاتر از 50 سال فیصدي از سلول‌های قشر مغز و بطور خاص neuron ها که مستقیماً به اعصاب بینایی، شنوایی و حرکت ارتباط دارد از بین می‌روند.

انواع سالمندی

در جهان سه نوع پیری وجود دارد:

- 1- پیری طبیعی: در این دوران تغییرات روحی و جسمی را به اندازه که از این سن وسال انتظار می‌رود تجربه می‌کند، این دوران شامل اکثریت سالمندان می‌شود.

2- پیری خوب: که در آن اهداف زنده گی، آسایش، استقلال همچنان در زنده گی آنها وجود دارد، بنابراین نشاط او حفظ می‌شود.

3- سالمندان مبتلا به آسیب های مختلف: که در آن مریضی های جدی باعث کاهش قابل توجه حرکت های آنها می‌شود. بنابراین نمی توان باورهای در مورد افراد مسن را به همه افراد مسن منسوب دانست و نمی‌توانیم مجموعه از باورهای کلیشه یی در مورد همه افراد مسن داشته باشیم.



از نظر اجتماعی، سالمندان با تغییرات زیادی در زنده گی مواجه هستند. برخی از این وقایع عبارت‌اند از: تقاعد، قاعده گی، نبود همسر و ... اما مهم‌ترین مشکلات و ترس سالمندان این است، که برای اطرافیان خود مشکل ایجاد کنند یا سلامت و استقلال آنها به خطر بیفتد، احساس تنهایی و گاهی احساس بی ارزشی در روابط خود با دیگران دارند.

و اما در افغانستان...

مردم افغانستان به سالمندان ارج زیاد قایل هستند، ولی حفظ و مراقبت خاص از طرف دولت ها بنا بر نبود امکانات وجود ندارد، و همه زحمات بدوش فرزندان باقی میماند.. سالمندان در افغانستان از همه تفریح ها، سرگرمی ها و مسافرت هایی که در غرب برای آنها وجود دارد، محروم اند.

همچنان در افغانستان محل ها و یا خانه های مخصوص برای سالمندان وجود ندارد. تا از مزایا و خوبی های آنها استفاده نمایند. تا از یک طرف زحمت نگهداشت از شانه های فرزندان کم شود، و از طرف دیگر سالمندان عزیز از آسایش خانه سالمندان بهره ببرند.

به امید روزی که دولت های ما بتوانند، اقامتگاه های سالمندان با زمینه خوب رهایی را برای شان ایجاد نمایند. که هم برای خود آنها و هم برای فرزندان شان بار دوش نشوند.

این آرزو در وجود یک نظام قانونمدار که تامین رفاه عامه هدف آن باشد متصور است.
