

نتیجه یک تحقیق در انگلیس نشان می‌دهد افراد سالمند این کشور، در سال‌های اخیر، باز هم تنها تر شده‌اند. بسیاری از افراد شرکت‌کننده در این تحقیق، گفته‌اند تلویزیون یا حیوان خانگی شان، تنها همدم آنها محسوب می‌شود. در نظرسنجی موسسه سالمندی بریتانیا، ۳۰۰ نفر از افراد بالای ۶۵ سال به طور تصادفی انتخاب شده و با آنها در مورد سبک زندگی و ارتباطاتشان، مصاحبه شده است که از میان آنها، ۱۰ درصد اعلام کرده‌اند «همیشه» یا «اغلب» تنها هستند. از هر ۱۰ نفر هم ۴ نفر، تلویزیون یا حیوان خانگی شان را به عنوان تنها «مونس و همدم» خود معرفی کرده‌اند. پژوهش‌ها نشان داده‌اند که تنهایی، می‌تواند بر افت سلامت و مرگ زودرس افراد موثر باشد. موسسه سالمندی بریتانیا، پیش از این، کارزاری را آغاز کرده بود که در آن، از مردم درخواست می‌کرد به همان روش قدیمی و سنتی تلاش کنند تا احوالی از همسایگان و سالخورده‌گان بپرسند. در دهه‌های اخیر، افزایش امکانات بهداشتی و پیشرفت‌های علم پزشکی، موجب افزایش میانگین عمر شده است و همزمان، تعداد بازنشستگان و افراد سالخورده‌ای که تنها زندگی می‌کنند، افزایش پیدا کرده است. تنهایی و انزوای اجتماعی، می‌تواند افراد را بی‌میل به غذا و علاقه‌مند به پیروی از یک رژیم غذایی ناسالم کند و علاوه بر آن، می‌تواند ناملایماتی روانی، چون افسردگی و اضطراب، در پی داشته باشد.

در همین راستا، انجمن فیزیوتراپیست‌های رسمی بریتانیا می‌گوید حمل، خرید، باغبانی و استفاده از جاروبرقی، به سلامت و طول عمر سالمندان کمک می‌کند و در ضمن حضور در مراکز خرید، از احساس تنهایی سالمندان می‌کاهد. به گفته این انجمن، خطر زمین‌خوردن، سالمندان را تهدید می‌کند، چون آنها به تدریج قوای خود را از دست می‌دهند. علاوه بر این، برخی سالمندان متوجه این نکته نیستند که باید برای حفظ قوای خود، تلاش کنند. با رونق گرفتن هرچه بیشتر خرید آنلاین، سالمندانی که پیش‌تر به خرید می‌رفتند و خرید خود را تا خانه حمل می‌کردند، این کار را آنلاین انجام می‌دهند و از فعالیت بدنی – که به حفظ قوای آنها کمک می‌کند – محروم می‌شوند.

به گزارش انجمن فیزیوتراپیست‌های بریتانیا، نزدیک به یک چهارم سالمندان بالای ۶۵ سال، برای تقویت قوای عضلانی خود، ورزش نمی‌کنند. توصیه‌نظام بهداشت و درمان بریتانیا این است که افراد، حداقل هفته‌ای دوبار برای تقویت قدرت ماهیچه‌های خود ورزش کنند، مثلاً وزنه بزنند یا بار سنگین مثل خرید خانه را حمل کنند. بر اساس تحقیقی که روی دوهزار سالمند انجام شده، تقریباً یک چهارم این افراد، اصلاً هیچ تمرین و فعالیت بدنی ای نداشتند؛ یک پنجم آنها نمی‌دانستند که چگونه باید این کار را بکنند و یک پنجم هم مایل نبودند چنین کاری بکنند. زمین‌خوردن سالمندان، علت بیشتر موارد شکستگی استخوان لگن در بریتانیا است که در سال، حدود یک میلیارد پوند خرج برمی‌دارد. متخصصان می‌گویند اگر سالمندان قوای جسمانی خود را حفظ کنند، احتمال این زمین‌خوردن‌ها کم و از بیماری‌های ناشی از ناتوانی، پیشگیری می‌شود. آنها به سالمندان توصیه می‌کنند که با کارهای ساده، قوای جسمانی خود را حفظ کرده، به خرید بروند و از جاروبرقی استفاده کنند و به این ترتیب، مستقل‌تر، سالم‌تر و طولانی‌تر به زندگی‌شان ادامه دهند. به گفته پروفیسور کارن میدلتون، مدیرعامل انجمن فیزیوتراپیست‌های رسمی بریتانیا، کاهش توان و قدرت بدنی در سالمندی، اجتناب‌ناپذیر نیست؛ تحقیقات نشان می‌دهند قوی‌تر شدن، فواید بسیاری را به همراه می‌آورد و این خیلی مهم است که افراد وقتی هنوز فعال هستند، تقویت قوای خود را نادیده نگیرند. به گفته پروفیسور میدلتون، کارهایی مثل «بیل‌زدن باغچه یا دهار نشستن و بلندشدن از صندلی» به تقویت عضلات کمک می‌کنند؛ به‌خصوص اکنون که خرید آنلاین، یکی از منابع تقویت عضلات را حذف کرده. به‌جای آن که خرید را تا خانه حمل کنیم، اکنون جلوی در خانه آن را تحویل می‌گیریم.

چالشی به نام عدم تطبیق مهارت‌ها در اقتصاد و بازار کار

بر اساس آخرین آمارها، در میان قشر کارگر، یادگیری مهارت‌های شغلی بر اساس یادگیری از دوران نوجوانی، صورت نگرفته است. کارگران معمولاً در بازار کار، مهارت‌های لازم را کسب می‌کنند و در اکثر موارد، پای علائق در میان نیست. شاید بهترین سیاست در مقابل چنین وضعیتی، سعی در بالابردن سطح مهارت‌های کارکنان، بر مبنای علائق آنها و ایجاد برنامه‌های آموزشی در محیط کار باشد. اما شاید راه‌حل جدی‌تر، تربیت نیروی متخصص، از همان ابتدا در مدارس است. کتاب «عدم تطبیق مهارت‌ها در اقتصاد و بازار کار به سرعت درحال تغییر» با بیان شرایط موجود، به شرح برخی از راهکارهای بهینه‌سازی شرایط، در آینده‌ای نه چندان دور پرداخته است.



تجربه دیگر کشورها

۱۴ | کتبیون

انتخاب وزیر تنهایی، یک بار دیگر توجه کارشناسان بریتانیایی را به کمبود خدمات اجتماعی جلب کرده است

یک دهم انگلیسی‌ها تنها هستند

با خروج انگلیس از اتحادیه اروپا و اعمال محدودیت برای نیروهای کار مهاجر، ارائه خدمات اجتماعی به افراد مسن و معلول، با مشکل روبه‌رو می‌شود.



حامد رسولی

روزنامه نگار

پیرشدن جمعیت انگلیس، یک چالش بزرگ در این کشور به شمار می‌رود که در دودهه آینده، در سطح وسیع‌تری خودنمایی خواهد کرد. اما این تنها یک مشکل نیست و ابعاد گوناگونی دارد که هر کدام، یک بحران جدی به شمار می‌رود. پیرشدن جمعیت، درحالی که بخشی از سالمندان، فرزند یا خانواده‌ای ندارند یا اینکه از آنها دور هستند، به ایجاد پدیده «سالمندان تنها» منجر شده است. تنهایی سالمندان، هم از نظر جسمی و هم روحی، برای آنها مضر است و خطر دچارشدن آنها به بیماری‌هایی مانند افسردگی را به دنبال دارد. به همین دلیل، انگلیس به عنوان نخستین کشور – در بین شماری از کشورهای جهان که با بحران پیری دست به گریبان‌اند – در اقدامی مبتکرانه، یک وزیر جدید، به عنوان وزیر تنهایی، معرفی کرده است. به گزارش روتیزر، هدف از انتخاب این وزیر رسیدگی به «واقعیت تلخ زندگی مدرن» است؛ چرا که در این کشور، از هر ۱۰ نفر، یک نفر از تنهایی و انزوای تنج می‌برد. البته تنهایی، فقط مربوط به انگلیس نیست و در جوامع دیگر هم آماری تکان‌دهنده از این پدیده ثبت شده است؛ برای نمونه، نتایج یک نظرسنجی در آمریکا مشخص کرده است که بیش از یک چهارم از جمعیت این کشور، تنها زندگی می‌کنند؛ بیش از نیمی از جمعیت کشور، ازدواج نکرده و نرخ ازدواج و تعداد فرزند به ازای هر خانوار، نسبت به سرشماری‌های قبلی، کاهش یافته است. روانشناسان مدت‌هاست که بر عواقب خطرناک و تأثیر مخرب تنهایی در زندگی امروزه تأکید می‌کنند و معتقدند که تنها زندگی کردن، به اندازه پدیده‌هایی مانند چاقی، می‌تواند موجب مرگ زودرس شود. تریسی کروج، این مسئولیت جدید را که محوری آن، اجرای راهبردی کلان برای مقابله با معضلات زندگی افراد تنها در انگلیس است، برعهده گرفته. تریزا می، نخست‌وزیر انگلیس، در این باره گفت: «برای بسیاری از افراد، تنهایی واقعیت تلخ زندگی مدرن است.» او افزود: «من می‌خواهم با

این چالش که در جامعه ما وجود دارد، مقابله کنیم و در راستای توجه به تنهایی اقشار مختلف، از جمله افراد مسن و افرادی که عزیزان خود را از دست داده‌اند و کسی را برای صحبت کردن و تبادل افکار ندارند، اقدام کنیم.» صلیب‌سرخ انگلیس اعلام کرده که در حال حاضر، بیش از ۹ میلیون نفر از کل جمعیت ۶۵/۶ میلیونی این کشور همواره یا اغلب اوقات، تنها هستند. این نهاد، تنهایی و انزوا را یک اپیدمی پنهان توصیف کرده که در میان تمامی رده‌های سنی شایع است. آمار دولت نیز نشان می‌دهد که بیشتر شهروندان بالای ۷۵ سال بریتانیا، تنها زندگی می‌کنند، و برای حدود ۲۰۰ هزار نفر از افراد کهنسال، پیش آمده که بیش از یک‌ماه با دوست و اقوام خود صحبت نکرده‌اند. ایجاد این وزارت، به پیشنهاد کمیته‌ای به یادبود جو کاکس، قانونگذار اپوزیسیون از حزب کارگر صورت گرفت که توسط یک فرد افراط‌گرایی راستی، به قتل رسید. جو کاکس، یک سیاستمدار اهل بریتانیا از حزب کارگر و عضو پارلمان «حوزه پارلمانی بتلی و اسپن» بود که در ژوئن ۲۰۱۶ در برستال –واقع در یورکشایر غربی – با چاقو و تیراندازی، مورد حمله قرار گرفت و درگذشت. از جمله کارهایی که کاکس انجام داد، دنبال کردن موضوع «کمیسیون تنهایی» بود. سازمان جو کاکس، در صفحه توییتر خود نوشت: «جو، در طول زندگی خود، به ویژه در دوران دانشجویی، همواره در تنهایی به سربرد.»

بحران خدمات اجتماعی

معرفی وزیر تنهایی در انگلیس، در شرایطی انجام شده که به گفته یک گروه فراحزبی از سیاستمداران انگلیسی، این کشور

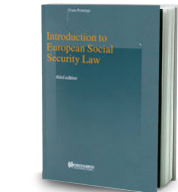
پزشکی

“

کار مهاجر اروپایی نیاز فزاینده پیدا کرده است.

با وخیم‌شدن اوضاع مراقبت از سالمندان، در آستانه بحران خدمات اجتماعی قرار دارد. این گروه از سیاستمداران، در نامه‌ای که در روزنامه آبزور منتشر شد، هشدار دادند که بحران خدمات اجتماعی، واقعی و هم‌اکنون درحال روی دادن است. اگر به‌راستی می‌خواهیم جامعه‌ای داشته باشیم که در خدمت همه باشد، دولت نمی‌تواند بیش از این مشکلات را نادیده بگیرد. بر اساس آمار منتشرشده آبزور، بیش از ۵۰ درصد انجمن‌هایی که وظیفه ارائه کمک‌های درمانی و سرپناه برای سالخورده‌گان را برعهده دارند، در سال‌های گذشته مجبور شده‌اند که حداقل یکی از مراکز خدماتی خود را تعطیل کنند. ۵۹ انجمن حمایتی نیز پس از آنکه نتوانستند کمک مالی مناسبی از حامیان خود دریافت کنند، مجبور شدند سطوح خدماتی خود را کاهش دهند. در نامه این گروه فراچنجی آمده است، اینکه به نظر می‌رسد دولت تصمیم گرفته اقدامی انجام ندهد، کیفیت زندگی برای سالخورده‌گان و افراد مستضعف و آسیب‌پذیر جامعه ما را کاهش خواهد داد. در این نامه، هشدار داده شده که اگر بودجه اضافی، نزدیک به ۲/۶ میلیارد پوند، به‌سرعت تزیق نشود، کیفیت و ایمنی لازم برای مراقبت از سالخورده‌گان، به‌خطر افتاده و افراد آسیب‌پذیر، برای دریافت کمک به جهت تأمین نیازهای اولیه خود، همچون استحمام و پوشاک، با مشکلات روزافزون مواجه خواهند شد. تحلیلگران می‌گویند، تأثیر کاهش بودجه خدمات اجتماعی، بر زندگی اقشار آسیب‌پذیر، نیازمند کمک و همچنین نظام ملی خدمات بهداشتی بسیار عمیق است. نظام ملی خدمات بهداشتی انگلیس، برای اولین بار در سال

سازمان‌های فعال در حوزه خدمات‌رسانی به معلولان و افراد مسن معتقدند عدم تأمین نیروی کار موردنیاز، به این معنی است که هزاران نفر از افراد نیازمند به این خدمات، نمی‌توانند تحت حمایت قرار گیرند. به گزارش روزنامه گاردین، انگلیس از سال ۲۰۱۲ برای ارائه خدمات لازم به جمعیت مسن خود، به نیروی



یکشنبه • ۶ اسفند ۱۳۹۶ • شماره صد و چهل‌وسه

A T I V E H N O



۱۹۴۸ و پس از پایان جنگ جهانی دوم، به منظور ارائه خدمت درمانی به آسیب‌دیدگان و مجروحان جنگی، راه‌اندازی شد و درحال حاضر، با داشتن یک میلیون و ۶۰۰ هزار کارمند، به صورت رایگان به مردم انگلستان خدمات بهداشتی ارائه می‌کند. دولت انگلیس، درحال حاضر به منظور کاهش کسری بودجه، به دنبال کاهش هزینه‌های عمومی رفاهی، از جمله در بخش بهداشت است.

برگزیت و سالمندان

همچنین بررسی‌ها حاکی از آن است که خروج انگلیس از اتحادیه اروپا، می‌تواند مشکلاتی را در خدمات‌رسانی به افراد مسن و معلول به وجود آورد. به گفته کارشناسان، با خروج انگلیس از اتحادیه اروپا و اعمال محدودیت برای نیروهای کار مهاجر، ارائه خدمات اجتماعی به افراد مسن و معلول، با مشکل روبه‌رو می‌شود. درحال حاضر، حدود ۸۴ هزار نیروی انسانی در بخش خدمات‌رسانی به افراد سالمند و معلول، از کشورهای منطقه اقتصادی اروپایی هستند و ۹۰ درصد آنان، شهروند انگلیس به حساب نمی‌آیند و وضعیت مهاجرت آنها مشخص نیست. سازمان‌های فعال در حوزه خدمات‌رسانی به معلولان و افراد مسن معتقدند عدم تأمین نیروی کار موردنیاز، به این معنی است که هزاران نفر از افراد نیازمند به این خدمات، نمی‌توانند تحت حمایت قرار گیرند. به گزارش روزنامه گاردین، انگلیس از سال ۲۰۱۲ برای ارائه خدمات لازم به جمعیت مسن خود، به نیروی کار مهاجر اروپایی نیاز فزاینده پیدا کرده و این درحالی است که قوانین مهاجرت در انگلیس، تغییر یافته و متعاقباً حضور افرادی غیر از منطقه اقتصادی اروپا در انگلیس، به عنوان نیروی خدمات‌رسان حوزه اجتماعی، با مشکل روبه‌رو شده است.

تریسی کروج، وزیر تنهایی انگلیس

www.tamin24.ir

تأمین ۲۴

زنگنه سرویس و تأمین ۲۴ ساعته

دروازه‌ای به دنیای سیاست‌های اجتماعی نوین

@www.tamin24ir