



# Medziónárovodný deň starších



**Počet ľudí starších ako 80 rokov bude v roku 2050 oproti dnešku štvornásobne vyšší a odhaduje sa na 395 miliónov.**

Starnutie je normálny, prirodzený a fyziologický proces.

Je to **prirodzený fakt** a realita.

V starobe sa **ľudský organizmus mení**, oslabujú sa fyziologické funkcie, zhoršuje sa fyzická i duševná kondícia, **objavujú sa chronické ochorenia**.

Staroba, teda vek nad 65 rokov je spojený so stále vyšším výskytom mnohých ochorení.



**Smiať sa neprestávate preto, že starnete.**

**Starnete preto, že sa prestávate smiať!**

**Problematika starnutia, života a postavenia seniorov v spoločnosti sa stáva veľmi aktuálnou a zásadnou.**

Podľa štatistík najrýchlejšie rastúcou skupinou sú ľudia nad 85 rokov. Pred desaťročiami boli títo ľudia skôr výnimkou, dnes počet ľudí vo veku nad 85 rokov rýchlo narastá. Počet storočných ľudí by sa mal do roku 2050 zvýšiť osemnásobne!

**Logicky prichádza do popredia otázka kvality života starých ľudí.**

Pri dobrom zdraví a dobrej fyzickej a duševnej kondícii. Je dokázané, že kvalitná zdravotná starostlivosť, kvalitné životné podmienky a tiež kvalitné životné prostredie dokážu dĺžku a kvalitu života výrazne zlepšiť.

**Starého človeka treba vnímať komplexne, problematiku starých ľudí v celej jej šírke.** Pohľad na celého človeka. Nielen na jeho jednotlivé choroby. Ide predsa o osobnosť človeka v celom jeho rozmere. Tento pohľad znamená poznať a chápať jeho telo, dušu, jeho city a emócie. Všimáť si okolie a prostredie, v ktorom žijú. Starí ľudia viac ako ktokoľvek iný vyžadujú pochopenie, trpezlivosť a empatiu.

**Komunikácia so starým človekom má svoj zásadný význam.**

Pokojná, trpezlivá a empatická komunikácia je základom vzájomného pochopenia a spolupráce.

**Starí ľudia majú právo prežiť starobu dôstojne a kvalitne, v dobrom, príjemnom a dôstojnom prostredí.**

Zdravotný systém musí zabezpečiť kvalitnú a dostupnú zdravotnú starostlivosť pre starých ľudí. Kvalitná zdravotná starostlivosť je predpokladom aktívneho a plnohodnotného života seniorov.