



Ulusal Yaşlılara Saygı Haftası Nedeniyle

Korona Günlerinde Yaşlı Olmak

Doç. Dr. Özlem Erden Aki

Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı

Türk Geriatri Derneği Bilim Kurulu Üyesi

Halk Sağlığı uzmanı Abdel Omran, 1981 yılında, salgın hastalıklar ve kıtlık dönemleri ile başlayan insanlık tarihinin, kalp damar hastalıkları ve yaşlılıkla ilişkili hastalık dönemlerinden sonra yeniden salgınlar dönemine gireceği yönünde bir öngöründe bulunmuş. Aradan 40 yıl geçmeden, Dr Omran'ın bahsettiği salgınlar döneminin başladığı görüldü: 2000'li yılların başlarından itibaren SARS, MERS, Ebola ve çeşitli grip virüsleri ile irili ufaklı salgınlar atlatıldı ve 2020 yılının başında, İspanyol gribinden yüz yıl sonra dünya bir pandemi ile karşılaştı: **COVID-19 pandemisi**. Pandemi hızla hayatımıza girdi ve tüm toplumları etkiledi. Pandeminin ilk aylarında bir slogan çok sevildi ve pek çok mecrada paylaşıldı: “salgın hepimizi eşitledi!” Birçok insan da bu sloganı benimsedi ve paylaştı. Ancak salgının ilerlediği zaman içinde bu sloganın doğru olmadığı görüldü; salgın yoksullar, gündelik işlerle geçinenler, mülteciler, sağlık sigortası olmayanlar, psikiyatrik hastalığı olanlar gibi kırılgan grupları çok daha fazla etkiledi, bu kırılgan gruplar içerisinde en çok etkilediği grup da yaşlı bireyler oldu.

Yaşlı bireyler, 21. yüzyılın başından itibaren tüm salgınlarda en çok etkilenen gruptu. SARS ve MERS salgınları sırasında ve sonrasında yapılan araştırmalar, ölüm oranlarının yaşlı bireylerde yüksek olduğunu gösterdi. Ölüm oranlarının yüksekliği, yaşlıların bağışıklık sisteminin zayıflaması ve eşlik eden kronik hastalıklarının olması ile açıklandı. Benzer **bulgular** COVID-19 için de ortaya konuldu: ileri yaşta, eşlik

eden kronik hastalığı olan yaşlı bireylerde hem ölüm oranları yüksek saptandı, hem de hastalığa ikincil olarak gelişen yeti kayıpları ve komplikasyonlar daha yüksek oranda görüldü. Ancak bu olumsuz etkilenme fiziksel hastalıklarla sınırlı kalmadı, yaşlı bireyler **psikolojik** ve **sosyal** anlamda da salgınlarda en olumsuz etkilenen gruplardan oldular. Buna rağmen yaşlılarla ilgili araştırmalar sınırlı kaldı. Kısıtlı sayıda araştırma yine de yaşlıların yaşadığı olumsuz sonuçlara işaret etti: COVID-19 başta olmak üzere tüm bu salgınlarda yaşlı bireyler sağlık hizmetine ulaşımında güçlük yaşadılar, sosyal destekten mahrum kaldılar, gündelik ihtiyaçlarını gidermekte zorlandılar, ruhsal olarak olumsuz etkilendiler.

COVID-19 salgını, aslında çok yaygın olan ama dikkat çekmeyen çok önemli bir **ayrımcılık** türünü görünür hale getirdi: yaş veya yaşlı ayrımcılığı. İrk, cinsel yönelim, etnik köken gibi pek çok alanda ayrımcılık bilinmekte ve bunlara karşı mücadele edilmektedir ama yaş ayrımcılığı çok yaygın olmasına rağmen dikkati çekmemektedir. Yaş ayrımcılığı, kişilerin yaşları nedeniyle önyargı ile karşılanması ve olumsuz söz, tutum ve davranışlara maruz kalmasıdır. COVID-19 salgınında, yaşlı bireylerin çoğunlukta olduğu huzurevleri ve bakımevleri gibi kurumlarda toplu ölümler görüldü. Kısıtlı olan hastane yataklarının ve yoğun bakım yataklarının gençlere ayrılması gerektiği tartışıldı, hatta İtalya'da bir tıp birliği tarafından önerildi; bu tercih için gerekçe olarak yaşlıların yaşam beklentisinin kısa olması, gençlerin önlerinde uzun yıllar olması gösterildi. Bu ayrımcılık o kadar benimsendi ki, genç hastalar için hastane yatağından veya solunum cihazından feragat eden yaşlı insanlar alkışlandı. Yaşlı kişilerin de bir kısmı yaş ayrımcılığını içselleştirdi: yakınlarına yük olma, topluma yük olma korkusu yaşadılar. Salgın dönemlerinde bazı toplumlarda hem bu korkular, hem eşlik eden hastalık kaygısı, depresyon gibi etkenlerle birlikte yaşlı intiharlarının arttığı gösterildi.

Ülkemizde yaşlı bireyleri korumak amacıyla salgının başında, 21 Mart 2020 tarihinde 65 yaş üstü bireylere **sokağa çıkma yasağı** getirildi. İyi niyetli bir girişim olsa da, bu karara ek olarak yaşlıların hayatını korumak ve kolaylaştırmaya yönelik önlemler alınmadığından yaşlı bireyler gündelik hayatlarını idame ettirmede çok zorlandılar: alışveriş, seyahat, banka işlemleri, fatura yatırma vb işleri için yakınlarına, komşularına veya kısıtlı sayıda oluşturulan yardım hatlarına/ kurumlarına başvurdular; ilaç alamadılar, doktor randevularına gidemediler. Uzaktan sağlık hizmeti başlatıldığında pek çok yaşlı teknolojiye erişimi kısıtlı olduğu için bu hizmete ulaşamadı. Tüm bunlar yetmezmiş gibi, sosyal medyada yaşlıları suçlayan, zor

durumdaki yaşıli kişilerle alay eden, taciz eden yorumlar ve görüntüleri paylaşıldı. Yani ölkemizde “yaşıya saygı” efsanesi yıkıldı, maalesef salgında yaşıli ayrımcılığı sınavını geçemedik.

Yaşıli bireyler, uzun bir yaşam sürmüş, bu yaşamdaki zorlukları aşarak gelmiş, **deneyimler** biriktirmiş ve çoğunlukla bu deneyimleri paylaşmaya istekli kişilerdir. Yaşamları gençlerden daha az değerli değildir. Pek çoğu ev işleri, çocuk ve torun bakımı gibi konularda hala çalışmaya ve üretmeye devam etmektedir, kaldı ki hayat sadece maddi değer üretilince değerli olan bir şey değildir. Tüm yaşamı boyunca çalışmış, üretmiş, vatandaşlık görevlerini ifa etmiş yaşıli bireyler, yaşamlarının ileri yıllarında değer verilmeyi, korunup kollanmayı ve bakım görmeyi hak etmektedirler. Yaşlılık, yeterince şanslı isek hepimizin yaşayacağı, **yaşamın doğal bir dönemidir**. Kaç yaşında olursak olalım, bir vatandaşlık ödevi olarak şimdiden yaşlılara, yani kendi yaşamımıza sahip çıkalım. Hep birlikte sağlıklı günlere!

İleri okuma için kaynaklar:

1. Sepulveda-Loyola W, Rodriguez-Sanchez I, Perez-Rodriguez P ve ark. Impact of social isolation due to COVID-19 on health in older people: mental and physical effects and recommendations. J Nutr Health Aging 2020; 24(9): 938-947.
2. Lee K, Jeong GC, Yim J. Consideration of the psychological and mental health of the elderly during COVID-19: a theoretical review. Int J Environ Res Public Health 2020; 17(21): 8098
3. Banerjee D. Age and ageism in COVID-19: elderly mental health care vulnerabilities and needs. Asian J Psychiatr 2020; 51: 102154
4. D’cruz M, Banerjee D. “An invisible human rights crisis”: the marginalization of older adults during the COVID-19 pandemic- an advocacy review. Psychiatry Res 2020; 292: 113369