

## ÖNSÖZ

“Yıllar bizi buldukları gibi bırakmıyorlar”  
**Owen Meredith**

“Yaşlanma” ayrıcalıksız her canlıda görülen, tüm işlevlerde azalmaya neden olan, süregen ve evrensel bir süreç olarak tanımlanmaktadır.

Biyolojik anlamda yaşlanma olgusu değişik bireylerde farklı hızlarda olmaktadır; nedeni genetik özelliklerin, yaşam tarzının, hastalıkların ve kişilerin fizyolojik başa çıkma yollarının çok değişiklikler göstermesidir.

Vücudun çeşitli stres ve değişen koşullara adaptasyonu azalmakta, yaşlılar daha sık hastalanmakta, daha fazla kronik hastalık veya sorun ile yaşamak zorunda kalmakta, çoğu kez birkaç sağlık sorununu bir arada göğüslemeye çalışmakta, bütün bunların sonucunda da sağlık merkezlerine daha sık başvurmakta ve hastanelerde daha uzun süre kalmaktadırlar.

Yaşlılarda sadece hastalıkların klinik boyutu ve tedavi yaklaşımları değil, tanısal mantık da değişiklik göstermektedir. Ayrıca kaza ve hastalıklardan korunmanın da her yaş grubunda olduğu gibi yaşlı grupta da önemi yadsınamaz.

Bu perspektiften bakıldığında “GERİATRİ” bilimine ve geriatric hasta grubuna tüm uzmanlık dallarına mensup hekimlerin katkıda bulunduğu açıktır ve toplumun “Bilinçli, Sağlıklı ve Üretken Yaşlanma”sı da ancak değişik uzmanlık dallarından hekimlerin katılımı ile mümkün olacaktır.

Yirminci yüzyılın başında dünya nüfusundaki artış hızlanmış; 1900 de 1.650 milyar iken 1950 de 2.520 milyara ulaşmıştır. 1950'lerden sonra ise ölüm oranlarındaki belirgin azalma ile birlikte dünya nüfusu hızla artmaya devam etmiştir. Mevcut artış hızının projeksiyonu ile 2050 yılında dünya nüfusunun 8.909 milyara ulaşacağı hesaplanmaktadır. Yine projeksiyonlara dayanarak, 2050 yılında nüfusun %59.1'inin Asya kıtasında, %19.8'inin Afrika'da, %7'sinin ise Avrupa'da yerleşim göstermesi beklenmektedir. Birleşmiş Milletler'in istatistiklerine göre 2050 yılında Türkiye nüfusu 100.664.000 olacaktır.

Beklenen yaşam süresinin uzaması ve doğum hızının azalması ile, dünya nüfusu bir önceki elli yıla göre daha hızlı yaşlanmıştır. Yaşlı bireylerin sayısı 1998'de 580 milyon iken, 2050 yılında 1.97 milyara ulaşacağı hesaplanmaktadır. 1998 yılında ilk defa yaşlı bireylerin oranı çocukların oranını geçmiştir (%19.1'e karşın, %18.8). Gelişmekte olan ülkelerde yaşlı nüfusun artışı daha fazla olmaktadır. 60 yaş ve üzerindeki nüfusun 1998-2050 yılları arasında 9 kattan daha fazla artacağı düşünülmektedir. Aynı dönemlerde ortanca yaş 37.1 yıldan 47.4 yıla ulaşacaktır. Önümüzdeki yıllarda dünyadaki 600 milyon yaşlı bireyin yaklaşık 2/3'ü gelişmekte olan ülkelerde olacaktır. Bu oran 1960'larda yaklaşık %50 olarak bulunmuştur.

İleriki yıllarda yaşlı nüfustaki bu artışın özellikle Asya'da belirgin olacağı ifade edilmektedir. Gelişmekte olan bazı ülkelerde 60 yaş ve üzerindeki popülasyon tüm nüfustan daha hızlı artmaktadır. 1998-2020 yılları arasında gelişmekte olan ülkelerin tüm nüfusunun %95 oranında, yaşlı popülasyonun ise yaklaşık %240 oranında artması öngörülmektedir.

1990 nüfus sayımında ülkemizdeki 4.032.656 bireyin 60 yaş üzerinde olduğu bildirilmişti. Yaşlılık; yaşam sürecinin çocukluk, gençlik ve erişkinlik gibi doğal ve zorunlu bir çağıdır.

Beklenen yaşam süresinin uzaması, 20. yüzyılda ölüm oranlarının azalmasının ve tıbbi bakımda kaydedilen gelişmelerin bir sonucudur. 1900'lerde 65 yaşına ulaşmış bir bireyin 11.9 yıl daha yaşaması beklenebilirken, 1960 yılında 65 yaşından sonra beklenen yaşam süresi 14.4 yıla, 1992'de ise 17.5 yıla ulaşmıştır.

Toplumun bir parçası olan yaşlı bireyin, yaşamının bu döneminde yaşam kalitesinin korunması ve aktif bir yaşam sürmesinin sağlanması hekimlerin ve toplumun bu konudaki duyarlılığına odaklanmaktadır.

Dünya Sağlık Örgütü yaşlılığı; “Çevresel faktörlere uyum sağlayabilme yeteneğinin azalması” olarak tanımlamıştır. Yaşlanmanın üreticiliği ne oranda etkilediği ise çoğu zaman tartışma konusu olmaktadır, çünkü bilindiği gibi birçok sanat, felsefe ve bilim yapısı 65 yaşın üzerindeki kişilerce yaratılmıştır. Örneğin; coğrafyacı Alexander Von Humbolt (1769-1859)'un 89 yaşında yazdığı beş ciltlik “Kosmos”, filozof Martin Buber (1878-1065)'in 76 yaşında yazdığı “Dialogun Prensipler Üzerine Dersler”, müzik dehası Igor Stravinski (1882-1971)'nin 84 yaşında yazdığı “Dini Mersiyeler” bunlardan sadece birkaçıdır. Mikangelo “St. Peter'in kubbesi”ni 70 yaşında bitirmiş, Sofokles “Kral Oidipus”u 80 yaşında yazmış, Goethe “Faust”u 80 yaşından sonra tamamlamıştır. Erik Erikson ise “Gelişim Psikolojisi” kitabını 80 yaşına geldiğinde yayınlamıştır.

Beş duyu duvar başta olmak üzere bazı yetersizliklerin ortaya çıkmasına karşın ilerlemiş yaşın en büyük avantajı “Kristalize” yeteneklerin gelişmiş olmasıdır. Bu yetenekler insanın yaşamı boyunca geliştirdiklerinin özüdür ve yaşlılık bir anlamda “Aktif ve Bilinçli” bir yaşamın başlangıcıdır.

2002 yılında gerçekleşen “Uluslararası Yaşlanma Asamblesi” sonrasında yayınlanan “Yaşlanma 2002- Uluslararası Eylem Planı”nın amacı; “Her yerde insanların güvenli ve saygın bir şekilde yaşlanmalarını ve toplumlarında bütün haklara sahip birer vatandaş olarak yaşamaya devam etmelerini garanti etmek” şeklinde ifade edilmektedir.

Unutulmamalıdır ki; her yaşlı birey toplum içine aktif olma ve aktif yaşlanma şansına, bilincine ve hakkına sahip olmalıdır.”Başarılı ve üretken yaşlanma için; önce sağlık” düşüncesini benimseyerek ve önemli bir misyon üstlenerek Geriatri Derneği tarafından hazırlanan bu kitaba katkı sunan dernek üyesi değerli meslektaşlarıma teşekkürü bir borç biliyorum, okuyucularımıza yararlı olmasını diliyorum.

Saygılarımla,

Prof.Dr.Yeşim Gökçe Kutsal  
Geriatri Derneği Yönetim Kurulu Başkanı  
www.geriatri.org