

مشكلات الشيخوخة وأسبابها:

1- مشكلات الشيخوخة:

تمثل مشكلات المسنين في المجتمعات المتقدمة والنامية على حد سواء أبرز المشكلات الاجتماعية في العالم المعاصر نتيجة لعمليات التغير الاجتماعي التي تواجهها المجتمعات أيا كان نسقها أو تحضرها، وما تبع ذلك من تغير نمط معيشة الناس، حيث أصبح المسن يجد نفسه أحيانا وحيدا بعد تزويج الأبناء وتكوينهم أسرا مستقلة.

1-المشكلات الصحية:

إن أمراض الشيخوخة تعتبر أكثر خطورة لضعف مقاومة الجسم لدى المسن وشدة تأثيره وضعفه مما يقلل فرصة إجراءات ضرورية لصحته، كما أن ضعف الجسم عموما يظهر لديه أمراضا ومشكلات جسدية كما قد يظهر لدى المريض توهم بالأمراض وتركيز زائد على الصحة حيث ينظر للمرض البسيط بأنه خطير ومن المظاهر العامة للمشكلات الصحية للشيخوخة مايلي:

- لا يصاب المسنين بمرض واحد بل إن أجسادهم تصاب بعدة أمراض في نفس الوقت.

- قد يصاب المسنين بأمراض ليس لها أعراض.

- ترتفع نسبة الإصابة بالأورام الخبيثة بين المسنين.

- ضعف الرؤية.

- تراجع في سماع الأصوات ذات الذبذبات العالية.

- فقدان الشهية.

مشكلات الشيخوخة وأسبابها:

- نقص المرونة الحركية.
- فقدان الأسنان وما يتبعه من عدم القدرة على تناول الغذاء العادي أو الاعتماد على التركيبات الصناعية والتي قد لا يستطيع الفرد التكيف معها.
- زيادة الوزن بسبب عدم الحركة أو نقص الوزن نتيجة فقدان الشهية لأسباب صحية أو نفسية أو اجتماعية.

2- المشكلات الاجتماعية:

قد يتعرض المسن لعدد من الظروف الاجتماعية التي تسبب له الكثير من المتاعب ومنها:

أ- وقت الفراغ:

من أهم المشكلات التي تواجه المسنين مشكلات وقت الفراغ التي تترتب عن التقاعد أو فقدان الرفقة أو عدم القدرة على اختيار أقران جدد، أو تقلص الدور الاجتماعي في الحياة الأسرية والاجتماعية أو عدم القدرة على استغلال الطاقات والاهتمامات، ويترتب على كل هذا مشكلات عديدة تؤثر على الحياة النفسية والاجتماعية للمسنين.

يصيب الملل في العادة كبار السن بسبب ما آل إليه وضعهم وحالتهم الصحية والاجتماعية، كما أن الملل الذي يعاني منه المسنون من نمط حياتهم يدفعهم إلى الاحتجاج والامتناع من كل شيء حولهم، وهم يحاولون البحث عن دور مما يجعلهم في العادة يصطدمون بالآخرين من حولهم لأنهم يريدون أن يطبقوا مفاهيمهم القديمة في زمن مختلف.

مشكلات الشيخوخة وأسبابها:

ب- التقاعد:

يعد التقاعد أحد التغيرات الهامة التي تواجه المسن، لما يترتب عليه من مشكلات اقتصادية و اجتماعية وصحية ونفسية، رغم قدرة البعض الجسدية والذهنية على تكملة لحياة والعمل لفترة طويلة من الزمن، فقد يسبب التقاعد شعورا عند المسنين بفقدان الهوية والمكانة في المجتمع، ولا يعرف المسن ماذا يفعل بوقت فراغه الطويل الذي كان يقضيه من قبل في العمل، وبالتالي يعاني من الضجر والملل، وبالرغم من تقبل الكثيرين لمسألة التقاعد إلا أنه في النادر أن ينظر أي منهم إليها على أنها شيء ممتع أو مرغوب فيه.

كذلك ابتعاد ذوي الحاجات الدين كانوا يلجؤون إليه لقضاء حاجياتهم عندما كان في العمل، كل هذا قد يسبب الشعور بفقدان أهميته وعدم فائدته.

ج- مشكلة الوحدة:

تتميز الحياة الاجتماعية للشيخوخة بفراغ يتخلل حياتهم وذلك نتيجة حتمية لتفريق أولادهم في شؤون الحياة، وقد تزوجوا وانصرفوا مع زوجاتهم لإقامة حياة جديدة يقضون معها جل وقتهم ولنا أن نتصور ما يعانيه المسن وقد تفرق أولاده وتباعدت بهم المنازل بينما ظل هذا الشيخ حتى أواخر العمر وحيدا مع نفسه، إن كان يعيش معهم في منزل واحد إلا أنهم منصرفون عنه، كما يزيد هذا الفراغ الاجتماعي لديه نكدا كتفرق أصدقائه في الشباب وزملائه في العمل أو موت بعضهم.

3- المشكلات النفسية العقلية:

-المشكلات العاطفية وقلق الموت: يواجه الكثير من المسنين الوحدة إما بسبب الطلاق أو موت أحد الزوجين أو العزوبية، وأكثرهم تعرضا للمشكلات العاطفية

مشكلات الشيخوخة وأسبابها:

أولئك الذين فقدوا أزواجهم فيصابون في الغالب بالاكتئاب لإحساسهم بالوحدة واليأس من الحياة أو شعورهم بأنهم صاروا حملاً ثقيلاً على أبنائهم أو أقاربهم. كذلك نقص الحيوية بصفة عامة ونقص القدرة الجنسية خاصة قد تسبب اضطرابات نفسية عند كبار السن مع اضطرابات في السلوك إما بالانعزال والاكتئاب أو بالعدوانية ضد المحيطين به بإسقاط هذا الضعف عليهم خاصة الزوجة أو الأبناء.

-القلق والتوتر: المرء بعد العقد السادس من حياته يكون له سيكولوجية خاصة به، محدودة بالنقص الالفيسيولوجي والقصور في الوظائف مما يجعلهم يمارسون حياتهم بالطريقة التي يتقبلونها هم فقط، وهم يتعودون على روتين معين ونظام خاص ينظمون به أوقاتهم وأيامهم ويتضايقون من أي شخص يفشل في تطبيق هذا النظام.

-عته الشيخوخة: وهو تدهور خطير يصيب القدرات العقلية يؤدي إلى خلل في الذاكرة، وعدم القدرة على التصرف السليم أو أداء الوظائف الاجتماعية، ومن مظاهر حالة العته التي تبدأ في الظهور تدريجياً لدى المسنين فقدان القدرة على التركيز، ثم ضعف الذاكرة والنسيان خصوصاً الأحداث القريبة في البداية ثم نسيان حتى أسماء الأهل والأقرباء، كما يتحول المسن إلى إنسان تائه لا يخلد للراحة، ويهمل نظافة جسده وثيابه وعدم القدرة على الكلام ضعف الحركة ما يتسبب في حالة من العجز والإعاقة البدنية والعقلية.

-هذيان الشيخوخة: هو حالة من اضطراب الوعي تجعل المريض غير قادر على مواصلة الانتباه لكل ما يجري حوله بنفس الاهتمام أو التأثير. كما يصاحب ذلك نوع من اضطراب الإدراك مما يجعل المريض يخطئ في فهم مدلولات ما يجري حوله ويحول ذلك إلى هلاوس.

مشكلات الشيخوخة وأسبابها:

-اكتئاب الشيخوخة: هناك أسباب كثيرة وراء اكتئاب الشيخوخة، فحالما ينظر الإنسان إلى حاله وقد أصابه الضعف وتراكمت عليه العلل والأمراض ثم العزلة إضافة إلى ما يتجول في خاطر المسنين من شعور بالاستغناء عنهم وعدم الحاجة إليهم فكل ما تقدم أو بعضه قد يكون سببا كافيا لحدوث الاكتئاب.