



جامعة تكريت
كلية التربية للبنات
قسم التاريخ

المرحلة: الثانية

المادة: علم نفس النمو

عنوان المحاضرة: مراحل نمو الانسان (مرحلة الشيخوخة)

أسم التدريسي : غالب محمود مهوس

الإيميل الجامعي للتدريسي : gmahmod@tu.edu.iq

مرحلة الشيخوخة

تقع مرحلة الشيخوخة ضمن مراحل النمو ، فكل مرحلة من مراحل حياة الفرد تتضمن بعض المظاهر التي تعتبر عامة بالنسبة لجميع الافراد كما ان لكل من هذه المراحل مشكلاتها التي تعتبر خاصة بها .

تعريف الشيخوخة

اختلفت الآراء وتضاربت في تعريف المسن؟ وهل هو الذي ابلغ من العمر سناً معيناً ٦٥ عاماً مثلاً فاكثراً؟ او هو الذي تبدو عليه اثار تميزه في السن؟

الشيخوخة: هي مجموعة تغيرات جسمية ونفسية تحدث بعد سن الرشد وفي الحلقة الاخيرة من الحياة ومن التغيرات الجسمية العضوية الضعف العام في صحة ونقص القوة العضلية وضعف الحواس وضعف الطاقة

متطلبات مرحلة الشيخوخة :

- التكيف بالنسبة للضعف الجسيمي والمتاعب الصحية المصاحبة لهذه المرحلة من الحياة.
- التكيف بالنسبة للحالة على المعاش او نقص الدخل الشهري
- التكيف لموت الزوج او الزوجة.
- تنمية وتعميق العلاقات الاجتماعية القائمة بين الاقران.

أكدت السيدة Shahan في المؤتمر العالمي للشيخوخة ان عملية تقدم سكان العالم في السن عملية متأصلة ومن المتوقع ان تؤدي الى مجتمعات مختلفة جوهرياً فليس يكفي ان نقول ان

عدد من وصل الى سن ال ٦٠ تعدادهم قد وصل الى كذا مليون ولكن يجب ان نعرف مدى توقعات السنوات التي سوف يعيشها.

ومن المتوقع ان يمتد عمر الانسان الى ٢٥ عاماً بالنسبة للرجال وقد يفسر هذا التغيير الفسيولوجي منه نتيجة التحول الذي يطرأ على انسجة كبير السن وخلاياه. ولقد اختلفت الآراء كذلك في الوقت الذي تبدأ فيه الشيخوخة، ووضحت الدراسات عدة ان التقدم في السن، وبالتالي ظهور اعراض الشيخوخة، سواء صحيا او نفسيا او عقليا قد يبدأ في اي مرحلة من مراحل العمر في القدرات عامة تبدأ في التغيير ابتداء من سن العشرين، ومن جهة اخرى ومن المعروف ان سن الشخص قد لا يكون بالضرورة متفقا واحتفاظه بوظائفه البدنية وعلى هذا يتفق الكثيرون على تعريف الشيخوخة بانها

الشيخوخة: مرحلة العمر التي تبدأ فيها الوظائف الجسدية والعقلية في التدهور بصورة اكثر وضوحا مما كانت عليه من الفترات السابقة من العمر.

الشيخوخة وامراضها

ان التقدم في السن هو عملية طبيعية ولكن مع التقدم المختلف مما يسبب ظهور العديد من الامراض بين كبار السن ومن اشهرها ((الزهايمر)) وتتميز مرحلة الشيخوخة بالإصابة بالعديد من الامراض في ذات الوقت كما ان الاعراض التي تظهر تكون غير محددة ومن اهم الاعراض التي تظهر على الانسان في مرحلة الشيخوخة.

اضطراب درعة الوعي ((يعني السقوط المتكرر عند المشي وفقدان القدرة على الحركة وعدم القدرة على اداء الانشطة اليومية بنفس الكفاءة.

وهناك العديد من العوامل التي تجعل الانسان عرضة لأمراض الشيخوخة وظهور اعراض

تقدم السن في مرحلة مبكرة مثل :

عدم ممارسة الرياضة ... عدم الاهتمام بالتغذية الجيدة .. التدخين .. شرب الكحول

التعرض المباشر وبكثرة لأشعة الشمس الحارقة ولذلك لان نمط الحياة السليم يجعل الانسان

اكثر صحة في مرحلة الشيخوخة وهناك وظاهر لتقدم السن ليس ذات اهمية طبية منها:-

الشيب (بياض شعر الرأس) الصلع ترهل الجلد التغييرات التي تصيب اجهزة الجسم مع التقدم في

العمر

- الجهاز العصبي CNS
- فقدان بعض الخلايا العصبية Neural loss
- زيادة اضطراب درجة الوعاء
- ضعف السمع presbycusis وخصوصا الاصوات العالية
- تحلل القوقعة Cochlear change
- زيادة صلابة عدسة العين
- طول النظر presbyopia وضعف القدرة على القراءة

الشيخوخة ورعاية الكبار

الشيخوخة من الناحية البيولوجية هي وصول الانسان الى مرحلة تتراجع فيها وظائف الجسم وتقل قدرته على القيام بالوظائف المعتادة بسبب الكبر وتقدم السن.

تحديد سن الشيخوخة:-

لا يوجد تحديد واضح لسن الشيخوخة ، فبعضها يبدأ من سن الستين وبعضها يبدأ من سن الخامسة والستين، وذلك لان السن لا تدل على الوشع الصحي للإنسان، ومع تنامي إعداد المسنين في العالم ، فان توفير الخدمات الصحية اللازمة لهم وتمكينهم من الحياة بصورة متوائمة مع متطلبات وظروف حياتهم ، اصبح مطلباً ملحاً ، حيث تقر منظمة الصحة العالمية السن الحق في الحصول على خدمات الوقاية من الامراض والعلاج ، بما في ذلك خدمات التأهيل ورعاية الصحة.

وقد طرأ تغيير جذري على التركيبة السكانية في العالم في العقود الاخيرة ، ففي الفترة ما بين عامي ١٩٥٠ و ٢٠١٠م ارتفع العمر المتوقع في جميع انحاء العالم من ٤٦ عاماً الى ٦٨ عاماً ، وللمرة الاولى في تاريخ البشرية سيزيد عدد الاشخاص الذين تجاوزوا الستين على عدد الاطفال في العالم عام ٢٠٥٠م.

متطلبات الرعاية الصحية للمسنين:

*الاحاطة بالعوامل البيئية والاقتصادية الاجتماعية والجغرافية والتعليم والمهنة والدخل والمركز الاجتماعي والدعم الاجتماعي والثقافة ونوع الجنس.