

DODAJMO ŽIVLJENJE LETOM!

Poslanica dr. H. Mahlerja, glavnega ravnatelja Svetovne zdravstvene organizacije (SZO za svetovni dan zdravja (SDZ), 7. april 1982

Staranje ni le telesno spreminjanje, pač pa tudi duševno spreminjanje in danes smo priča začetku njegove revolucionarne spremembe. Staranje je v preteklosti — še posebej v najbolj industrializiranih državah pomenilo prisilno upokožitev, izguba telesnih in duševnih zmogljivosti, ki je bila še prepogosto spremljana z izločitvijo posameznika od običajnih družbenih dejavnosti. Starega človeka so imeli za neozdravljivega bolnika in so z njim ravnali kot z bolnim otrokom.

Napačna je slika starega človeka kot nekoga, ki se opoteka proti grobu, izmučen od onemoglosti in bolezní ter spodkopán od slabosti, nezmožen ljubezni, nesposoben skrbeti sam zase in delati usluge drugim. Nedavna preučevanja zdravih posameznikov so pokazala, da lahko človek pri sedemdesetih poleg tega, da skrbi sam zase, dela še marsikaj drugega: lahko dobro opravi dnevno delo, ustvarjalno razmišlja, vzdržuje ljubezenske odnose in igra v skupnosti aktivno vlogo. Zato moramo zavreči že kar ustaljeni odnos do starih kot neboljjenih in nekoristnih.

Stari ljudje bodo morali odigrati sami dejavnejšo vlogo, da bi spremenili takšno podobo o sebi. Na njih je, da zahtevajo svojo pravico do soudeležbe pri potrební negi in zdravstvenih dejavnostih kot polnovredni odrasli soudeleženci. Geslo SZO: Zdravlje vsem do leta 2000 s poudarkom na osnovnem zdravstvenem varstvu nujno vključuje sodelovanje starajočih, ki pogosto sami najbolje vedo, kaj jim je potrebno in kako naj bo to izpeljano.

Staranje je ranljivo obdobje življenja. Starejši ljudje so poleg otrok bolj ogroženi kot katerakoli druga starostna skupina. Zaradi celoživljenjske izpostavljenosti neugodnim dejavnikom v okolju ter iztekanja ali pa nepravilnega delovanja »biološke ure« so posebej občutljivi. Zato je potrebno skrbeti zanje v vseh smereh — od preprečevanja in zgodnjega odkrivanja slabšanja zdravja do učinkovitega zdravljenja, nege in rehabilitacije. V prehrani, higieni, gibanju, pri cepljenju in še v marsičem imajo posebne potrebe. Stanovanja, prevoz in osebna varnost bi morali biti prilagojeni njihovim svojskim potrebam, kakor je to ponekod že urejeno. Raziskovanja vseh teh področij in celotnega sociološkega in biološkega dogajanja staranja bi morala dobiti nov zalet.

Starejši potrebujejo v bolezní takojšnjo strokovno pomoč. Tu pa lahko doseže osnovno zdravstveno varstvo pomembno spremembo tako, da deluje kot sistem zgodnjega opozarjanja in prvega ukrepanja. Vsekakor bi moralo biti celotno področje zdravstvenih in rehabilitacijskih dejavnosti vedno pripravljeno za potrebne ukrepe.

Tema letošnjega svetovnega dneva zdravja se sklada s temo Svetovne skupščine Združenih narodov o staranju; obe poudarjata, da je nujno ustreči posebnim potrebam starajočih in bistveno spremeniti odnose do njih in staranja. Starajoči še potrebujejo posebno varstvo, obenem pa lahko prispevajo še mnogo koristnega — zlasti če so vključeni v skupnost.

V deželah v razvoju je položaj starejših nekoliko drugačen kot v državah, kjer sta industrializacija in urbanizacija potekali že pred mnogimi leti. Danes so v številnih deželah v razvoju še vedno živi običaji, ki vključujejo starejše ljudi v življenje skupnosti; te običaje bi bilo treba vsekakor ohraniti. V teh deželah se modrost dejansko še vedno enači s starostjo, starejše ljudi pa marsikje imajo za nekakšne naravne voditelje skupnosti.

Vendar pa nikjer na svetu te stvari ne mirujejo in tudi v deželah v razvoju potekajo hitre spremembe, ki jih prinašata industrializacija in preseljevanje velikega dela prebivalstva v mesta. V takih primerih obstaja resna nevarnost, da bodo spet ponovili napake, ki so jih že delali drugod, ko so izključili starejše iz življenjske skupnosti. Bilo bi nadvse žalostno in skoraj posmehljivo, če bi narodi dežel v razvoju zavrgli lastno tradicijo, ki daje starejšim častno mesto ravno zdaj, ko večina industrializiranih držav ponovno odkriva njihovo človeško vrednost in jim poskuša omogočiti živeti v skupnosti — torej zunaj posebnih zavodov — kadarkoli je to le mogoče.

Stari ljudje lahko sodelujejo na mnogo načinov. Mojstrovine starejših so v kraljestvu umetnosti pogostne in prileten kipar ali glasbenik sta po pravici cenjena. Je pa še mnogo drugih koristnih poklicev, ki bi jih stari radi opravljali, če jim ne bi tega namerno preprečevali. Vodstva držav bodo morala biti previdna, da ne bodo ustvarjala pogojev, ki starejšim onemogočajo delo, ki bi ga radi in ki so ga še sposobni opravljati. **Morda pa je največji prispevek starih ljudi človeški: okolici lahko dajejo veliko že samo s svojo prisotnostjo in življenjsko izkušnjo.** Izobrazba ni nekaj, kar pridobiš le v šoli in kar temelji na knjigah; je skupek življenjskih izkušenj! Samo nekdo, ki je preživel večino pomembnih dogodkov, ki zaznamujejo dvajseto stoletje in ki je o njih razmišljal, lahko pomaga razumevati mlajšim rodovom, kako smo prišli do današnjega stanja in tudi kaj lahko storimo za boljši jutri.

Svetovna zdravstvena organizacija bi rada, da bi v tem duhu spoštovanja najvišjih človeških vrednosti in v želji, da bi ohranili solidarnost z vsemi člani človeške družine slavili geslo **Dodajmo življenje letom** in se ravnali po njem po vsem svetu letos in tudi v prihodnje.

Iz gradiva Svetovne zdravstvene organizacije
za svetovni dan zdravja, 7. april 1982; Zdrav.
varstvo 21 (1982) 1: 35—36.