



ΕΛΛΑΣ ΤΡΙΤΗΣ ΗΛΙΚΙΑΣ

Αποκαρδιωτικά είναι τα συμπεράσματα των στοιχείων του υπουργείου Υγείας που παρουσιάστηκαν στην Περιφέρεια Κεντρικής Μακεδονίας, τα οποία δείχνουν πως οι Έλληνες γερνάνε με γρήγορο ρυθμό και το 2060 το 34% του πληθυσμού θα είναι άνω των 65 ετών.

Τόσο στην Ελλάδα όσο και διεθνώς έχει αυξηθεί το προσδόκιμο ζωής, αλλά στη χώρα μας μετά την ηλικία των 65 ετών τα 2/3 των πολιτών πάσχουν από κάποιο χρόνιο νόσημα.

Τα σοκαριστικά στοιχεία του υπουργείου Υγείας παρουσίασε η αντιπεριφερειάρχης Υγείας και Κοινωνικής Αντιληψιγής της Περιφέρειας Κεντρικής Μακεδονίας Μελίνα Δερμεντζοπούλου (μικρή φωτό) σε ημερίδα που διοργάνωσε η Αντιπεριφέρεια σε συνεργασία με το Περιφερειακό Τμήμα Θεσσαλονίκης, Κέντρης και Χαλκιδικής του Πανελληνίου Συλλόγου Φυσικοθεραπευτών.

Η κυρία Δερμεντζοπούλου ανέφερε πως το προσδόκιμο ζωής έχει αυξηθεί στην Ελλάδα στα 81,1 έτη. Όμως, τα 2/3 όσων έχουν ηλικία άνω των 65 ετών συνοδεύονται από κάποιο χρόνιο νόσημα. Μάλιστα, τα περισσότερα χρόνια νοσήματα οφείλονται σε παράγοντες που εξαρτώνται από τη συμπεριφορά μας, όπως το κάπνισμα, η κακή διατροφή και η έλλειψη σωματικής δραστηριότητας. Η αντιπεριφερειάρχης τονίζει ότι η υγιής γήρανση επιβάλλεται να μας απασχολήσει, σημειώνοντας πως δεν είναι τυχαίο ότι ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας βρίσκεται σε διαδικασία αναθεώρησης της Στρατηγικής για την Υγιή Γήρανση για την περίοδο 2026-2030.

«Μεγαλώνουμε, αλλά πώς μεγαλώνουμε; Την ώρα που η μακροζωία είναι σμύδι προόδου στη δημόσια υγεία, η κακή υγεία κατά τη γήρανση δεν πρέπει να θεωρείται αυτονόητη. Αντίθετα, η υγιής γήρανση συνδέεται με τις επιλογές μας, με τον τρόπο ζωής που έχουμε επιλέξει από τη νεαρή μας ηλικία, με την προαγωγή μας σε θέματα υγιεινής διατροφής, άσκησης, αποφυγής επιβλαβών συνθηκών κ.ά.» παρατήρησε η Μελίνα Δερμεντζοπούλου μιλώντας στην ημερίδα.

Όπως ανέφερε, η Περιφέρεια δίνει έμφαση στις πολιτικές που βάζουν στο επίκεντρο την ασφαλή γήρανση, την ευημερία των ηλικιωμένων, μέσα από συνεργασίες με άλλους φορείς, δίνοντας προτεραιότητα στις προσπάθειες για την προώθηση φιλικών προς τους ηλικιωμένους συνθηκών, όπως, για παράδειγμα, ασφαλή, προσβάσιμα κτίρια και μεταφορές, σε δράσεις και πρωτοβουλίες που ενθαρρύνουν την άσκηση και την υιοθέτηση μοντέλων υγιεινής διατροφής, τη χρηματοδότηση δράσεων και στρατηγικών που καταπολεμούν την κοινωνική απομόνωση και τη μοναξιά, τη χρηματοδότηση δομών για υπηρεσίες πρωτοβάθμιας υγείας που ανταποκρίνονται στους ηλικιωμένους.

Επίσης, αναφέρθηκε στην ανάγκη υιοθέτησης ενός πλαισίου πολιτικής που θα στοχεύει στη μείωση των αποφευκτέων ασθενειών και αναπηριών και τη δημιουργία των συνθηκών για την υιοθέτηση καλύτερων και πιο υγιεινών συνθηκών.

«Είναι ζωτικής σημασίας να υιοθετηθεί μια ολιστική προσέγγιση, που βασίζεται στην εμπλοκή πολλών ενδιαφερομένων - από εθνικό έως περιφερειακό και τοπικό επίπεδο - με τη συμμετοχή ακαδημαϊκών και επαγγελματιών, όπως είναι οι **φυσικοθεραπευτές**, με τη συμμετοχή ενώσεων που εκπροσωπούν τους ηλικιωμένους και τις οικογένειές τους, αλλά και εκπροσώπων της Πολιτείας» πρόσθεσε.

Στην ίδια ημερίδα μίλησε ο πρόεδρος του Πανελληνίου Συλλόγου Φυσικοθεραπευτών Πέτρος Λιμπερίδης, ο οποίος επεσήμανε ότι «οι φυσικοθεραπευτές προάγουν την ανεξαρτησία και τη λειτουργικότητα, βελτιώνουν την ποιότητα ζωής και είναι βασικός συντελεστής στην υγιή γήρανση».

Την ανάγκη προώθησης της υγιούς γήρανσης τόνισε και ο πρόεδρος του Περιφερειακού Τμήματος Θεσσαλονίκης, Κέντρης και Χαλκιδικής του Πανελληνίου Συλλόγου Φυσικοθεραπευτών Δημήτρα Φυλιή, σημειώνοντας πως οι συναδέλφοί της υποστηρίζουν παρεμβάσεις που ενισχύουν την αυτονομία, την κινητικότητα και τη συνολική ποιότητα ζωής των ανθρώπων της τρίτης ηλικίας.

» Το 2060 το 34% του πληθυσμού στη χώρα μας θα είναι άνω των 65 ετών, σύμφωνα με νέα στοιχεία του υπουργείου Υγείας