

## بررسی علاقه به فعالیت‌های فردی در سالمندان ساکن آسایشگاه

معصومه رسولزاده\* (M.Sc)، علی‌اکبر پهلوانیان (M.Sc)، محمد عموزاده خلیلی (Ph.D)، سید ضیاءالدین صفوی فرخی (M.Sc)

دانشگاه علوم پزشکی سمنان، دانشکده توان‌بخشی

### چکیده

سابقه و هدف: سالمندی فرآیندی است که در طول دوره رشد انسان در سال‌های واپسین عمر اتفاق می‌افتد، سالمندان دارای نیازها و علایق فردی هستند که همواره به دلیل تفاوت نسل‌ها و عدم شناخت کافی نسبت به آن‌ها ناشناخته باقی مانده است. لذا، هدف این پژوهش شناخت علایق سالمندان در حیطه‌ی فعالیت‌های فردی است.

مواد و روش‌ها: در این مطالعه توصیفی - تحلیلی، ۸۰ نفر از سالمندان ساکن ۸ آسایشگاه منتخب شهر تهران تحت پوشش سازمان بهزیستی در گروه سنی ۶۵ تا ۸۵ سال مطالعه شدند. علایق سالمندان در سه حیطه‌ی فعالیت‌های فردی (فعالیت‌های روزمره زندگی، امور فرهنگی - تربیتی و ورزش‌های جسمی) با استفاده از پرسش‌نامه و چک لیست برگرفته از چک لیست ماتسو تسیو و کلازک تعیین شد. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از روش مقیاس اسمی و نسبی و درصد فراوانی داده‌ها و جهت اعتبار آماری داده‌ها از روش تحلیل خوشه‌ای (Cluster Analysis) استفاده گردید.

یافته‌ها: با بررسی علاقمندی سالمندان در سه حیطه‌ی فعالیت‌های فردی مشخص گردید که بیش‌ترین علاقمندی در فعالیت‌های روزمره زندگی در هر دو جنس به آرایش و رسیدگی به ظاهر، لباس مرتب پوشیدن و خرید کردن بوده است، در حالی که زنان به غذا پختن نیز علاقمند بودند (بیش از ۸۰٪). بیش‌ترین علاقمندی به امور فرهنگی - تربیتی در هر دو جنس به نماز، مطالعات مذهبی، علمی، شنیدن سخنرانی بوده است، در حالی که مردان به مطالعه کتاب‌های تاریخی و کنسرت نیز اشاره نمودند (بیش از ۸۰٪). بیش‌ترین علاقمندی در حیطه‌ی ورزش‌های جسمی در هر دو جنس به پیاده‌روی و بدن‌سازی نشان داده شد در ضمن این‌که مردان به شنا نیز علاقمند بودند (بیش از ۷۰٪).

نتیجه‌گیری: نتایج این پژوهش نشان داد که در حیطه‌های مختلف فعالیت‌های فردی در هر دو جنس سالمند، میزان علاقمندی در دسته‌های فعالیت‌های روزمره زندگی، امور فرهنگی - تربیتی و ورزش‌های جسمی بسیار مشابه است. با این وجود، در بعضی از موارد تفاوت‌هایی بین علاقمندی دو جنس دیده می‌شود.

واژه‌های کلیدی: سالمندی، علایق فردی، ورزش، امور فرهنگی - تربیتی، فعالیت‌های روزمره زندگی

### مقدمه

با توجه به رشد روز افزون سالمندی در جهان و ایران که مطابق آمار سال ۷/۰۶،۱۳۸۵ از کل جمعیت کشور را شامل می‌شوند [۱، ۲]، ضرورت دارد تا مسئولان مرتبط با این گروه سنی در برنامه‌ریزی‌های بهداشتی، درمانی و مراقبتی خود به فعالیت‌های فردی آنان توجه خاصی بنمایند [۳]. توجه به فعالیت‌های فردی که شامل جنبه‌های شخصی، زندگی روزمره، مراقبت از خود، کار، حرفه و سرگرمی‌ها می‌باشد از ویژگی

خاصی است که در دوران سالمندی دچار اختلالاتی می‌گردد، عمدتاً این اختلالات باعث ایجاد محدودیت‌هایی در زندگی سالمند خواهد شد و بر سلامت وی تأثیر نامناسبی خواهد گذاشت [۴، ۵]. حفظ سلامت سالمندان مستلزم توجه به بهداشت و سلامت آنان در طول دوره‌ی زندگی و حمایت از تغییر در شیوه‌ی زندگی آنان است که با انواع مشارکت‌های شغلی، فرهنگی، اجتماعی و توان‌بخشی هم‌چنین بهره‌مندی از محیط زیست مناسب صورت می‌پذیرد [۶، ۷]. در سال‌های