



پنج‌شنبه ۱۷ آبان ۱۴۰۳ - ۵ جمادی‌الاول ۱۴۴۶

زینب (س) و موقعیت شناختی پرستار بودن

■ دین اسلام به عنوان مجموعه تعلیم و دستور العمل‌های الهی که متضمن سعادت دنیوی و اخروی مسلمانان است در مورد جامعه اسلامی هم تأکیدات فراوانی دارد، چراکه افراد در عرصه اجتماعی به رشد و تعالی کامل دست می‌یابند. ایران به عنوان جامعه‌ای شیعی که به واسطه انقلاب اسلامی سال ۵۷ داعیه حکومت اسلامی را داشته است تلاش نموده تا قوانین حاکم بر جامعه را بر مبنای اصول اسلامی بنیان نهد و به موازات آن از طریق سیاستگذاری‌های فرهنگی با معرفی سیره پیامبر(ص)، امامان معصوم و اهل بیت(ع) آحاد مردم را به سمت انتخاب سبک زندگی اصیل اسلامی سوق دهد. روز پرستار مصادف با میلاد حضرت زینب (س) و یا هدف بزرگداشت و معرفی مقام این بانوی برجسته اسلام به عنوان الگوی از خودگذشتگی و صبر و پایداری یک انسان متعالی است | **صفحه ۹**



امروز میلاد پرستار
نهضت کربلا
و روز قدردانی از
مدافعان سلامت است

ایران سرزمین فداکارترین پرستاران



محمدشریفی مقدم
دبیر کل خانه پرستار:

**۵۰ هزار
پرستار خانه‌نشین
و ۱۰۰ هزار کمبود داریم**



دکتر فرشته امینی، معاون بالینی دانشکده
پرستاری و مامایی علوم پزشکی تهران:

**عشق کافی نیست
پرستار باید مسلط به مهارت
و دانش روز باشد**



معصومه فرشی، پرستار نمونه کشوری
بیمارستان بقیه‌الله(اعظم)(ع):

**همه حواسم
به بیماران است
گاهی هم به سلامت خودم!**

طرح: حسین کشتکار | آخوان

خودمانی

پرستار باشیم، هر یک به سهم خودمان!



نبره ساری

درد کشید اما صبرش بیشتر از دردهای ناتمامی بود که انقدر پای آن اشک ریخت تا چشم از دنیا فرو بست. تمام عزیزانش را مقابل چشمانش از دست داد و گفت چیزی جز زیبایی ندیدم. یک به یک همه را در آغوش کشید و در آخر هم از امام زمان خود حضرت سجاد(ع) پرستاری کرد. تا به حال پرستار بودید؟ طبیب قلب بیمار چه طور؟ اگر ذره‌ای طبع شاعرانه هم داشته باشیم، می‌دانیم منظور از قلب بیمار چیست؟ همه ما در هر جایگاه و کسوت، زمان و مکانی می‌توانیم شبیه یک پرستار باشیم. در واقع همه ما یک پرستاریم. پرستاری که وظیفه‌اش محبت است، اما در واقع او یک فداکار واقعی است. شب‌ها بر بالین بیمار بیدار است در حالی که شاید چند روز هم چشم برهم نگذاشته باشد. با صبوری پای ناله و دردهای نمی‌شنید. در هر شرایطی خونسرد است و لبخند بر لب دارد. غم‌ها و دردهایش را پشت چهره‌اش پنهان می‌کند تا مبادا بیمار و همراه او ناامید شوند. ما هم اینگونه بودیم؟! هستیم؟! برای دردهای دیگران تسکین باشیم و بمانیم! قلبی را آرام کنیم و زخمی را مرهم و قلبی را محرم باشیم!

صائب قنبریزی می‌سراید: «در دل بیمار به هر کس نتوان گفت/ این جنس گران را به پرستار فروشنند». پر از معانی و حرف است این شعر. چه دردهای بزرگی که جز پرستار نمی‌تواند مرهم و محرم باشد و چه بزرگ است دردهایی که برای شنیدن و گفتن آن، کسی را چون پرستار می‌طلبد که

نگاه

جمعیت سالخورده فردا نیاز به مراقبت‌های ویژه دارد سالمندیاران، همان پرستاران جمعیت سالخورده هستند

سیاست‌هایشان در زمینه بهبود کیفیت جمعیت و سطح سلامت و بهداشت توانسته‌اند نرخ بالاتری از فرزندآوری را داشته باشند و از کاهش و بی‌ری زودرس افراد پیشگیری کنند.

■ **جوانان سالخورده!** جدای از پدیده سالمندی، جـا دارد به نقطه مقابل آن که به مراتب نگران‌کننده‌تر است اشارـه‌ای کنیم و آن پدیده «جوانان سالخورده» است. این پدیده زمانی شکل می‌گیرد که جمعیت جوان در خانه و جامعه به دلیل مهیا نبودن زمینه و شرایط لازم برای تأمین نیازهای اساسی‌اش از جمله نیازهای آموزشی، تحصیلی، بهداشتی، فرصت‌های شغلی، کار و... نتواند از سرمایه جوانی‌اش استفاده کند، آنگاه دچار افسردگی، فرسودگی و پـژمردگی می‌شود. یعنی اگر جامعه و خانواده‌ای نتواند از این پتانسیل سودمند در راستای رشد و توسعه پیشرفت خود جوان

فرآینده سالخوردگی جمعیت به شمار می‌رود. «دور سوم زندگی» اصطلاح جدیدی است که جمعیت‌شناسان از آن یاد می‌کنند و مربوط به دوران پس از بازنشستگی است. این دوره از زندگی مسائل و پیامدهایی دارد که یکی از آنها متوجه خود سالمند و خانواده و اطرافیان آنهاست. اگرچه بالا رفتن سن سبب می‌شود، رفته رفته توانایی‌های جسمی و ذهنی فرد کاهش یابد اما سبک زندگی در دوران کودکی و جوانی، مراقبت‌های بهداشتی، تغذیه، فعالیت‌های ورزشی و... هم بی‌تأثیر نیست. بخش دیگری از پیامدهای ناشی از سالخوردگی به جامعه و کشور برمی‌گردد. از جمله بالا رفتن هزینه‌های عمومی برای مراقبت‌های پزشکی، خدمات بهداشتی و مقرری‌های بازنشستگی، هم‌چنین بازار کار و فعالیت اقتصادی کشور که با کاهش نیروی انسانی مواجه می‌شود، می‌طلبد با مدیریت علمی و برنامه‌ریزی مناسب تا

■ **با توجه به روند سالخوردگی جمعیت در ایران و جهان، موضوع مراقبت از سالمندان نیز اهمیت بسیاری پیدا می‌کند. از همین رو افزایش نیروی ماهری که بتواند از سالمندان مراقبت و پرستاری کند، ضروری است. لذا تربیت سالمندیاران و تمهید برنامه‌هایی در این زمینه از ضرورت‌های پاسخ‌گویی به نیازهای جمعیت سالخورده فر دادست. اما داستان سالخوردگی جمعیت و ضرورت پرداختن به آن چیست؟**

■ **تعریف سالمند و سالمندی**
در تعریف سالمند، اولین ذهنیت به سمت سن افراد می‌رود که در تعاریف، بالای ۶۵ سال را سالمند می‌گویند اما سالمندی بیش از آنکه با سن تعریف شود با شرایط فردی، توانمندی، استقلال، فعالیت‌های اجتماعی، اقتصادی و فرهنگی شناخته می‌شود. بنابراین سالمند در فرهنگ عامه به کسی گفته می‌شود که دچار ناتوانی در برخی از جنبه‌های مختلف زندگی شود و نیاز به مراقبت داشته باشد. با این تعریف بیشتر افراد نگران افزایش سن نیستند، بلکه نگرانی از این جهت است که در آینده محتاج و وابسته به دیگران شوند. پس می‌توان گفت تعریف سالمندی چندان از تباطی به سن ندارد بلکه سالمندی به معنی کاهش و افت توانایی‌های فکری، جسمی، اجتماعی است که فرد را به فردی دیگر وابسته می‌کند.

■ **سالخوردگی جمعیت**
پیری جمعیت، خبر داغ این روزها، نه فقط در ایران بلکه جهان است. بنا به تعریف سازمان بهداشت جهانی، در صورتی که نسبت افراد بالای ۶۰ سال یک جامعه نسبت به افراد زیر ۶۰ سال افزایش پیدا کند، آن جامعه با پدیده سالخوردگی مواجه می‌شود. پدیده سالخوردگی جمعیت در کشورهای توسعه یافته برجسته‌تر است چرا که حدود ۲۰ درصد جمعیت آنها را سالمند بالای ۶۵ سال تشکیل می‌دهد و در برخی کشورها مانند ژاپن، ایتالیا و آلمان این میزان بالاتر هم رفته است. این میزان در کشور ما طبق اولین سرشماری عمومی جمعیت ایران در سال ۱۳۳۵، حدود ۴ درصد کل کشور بود که این میزان در سال ۱۴۰۰ طبق داده‌های سازمان ملل متحد به حدود ۸ درصد رسیده است. البته در سال‌های آینده، سالخوردگی جمعیت کشور مانند دیگر کشورهای جهان افزایش چشمگیری خواهد یافت، بنابراین می‌طلبد برای پیشگیری از این میزان افزایش جمعیت چاره‌ای اندیشید. اما ریشه اصلی سالخوردگی جمعیت چیست؟

■ **ریشه اصلی سالخوردگی جمعیت و پیامدهای آن**
در پاسخ سؤال بالا، کارشناسان در بررسی‌های علمی سالخوردگی جمعیت دو موضوع «فرزندآوری» و «سالخوردگی» را به هم مرتبط می‌دانند و آن را ریشه اصلی سالخوردگی جمعیت می‌دانند. به این معنا اگرچه افزایش طول عمر در سال‌های اخیر افزونی سالخوردگی را به همراه داشته است کاهش زاد و ولد هم عامل



و در نهایت جامعه استفاده کند در سال‌های آینده با چالش‌هایی به مراتب سخت‌تر و جدی‌تری از سالخوردگی جمعیت مواجه خواهد شد. بنابراین باید به اولویت‌هایی مانند ازدواج، اشتغال، افزایش امید به آینده، افزایش سطح رفاه جوانان توجه بیشتری کرد و نیازهای اولیه آنها هم در اولین کانون اجتماعی یعنی خانواده و به دنبال آن در جامعه از سوی والدین و مسئولان جدی قلمداد شود. از سویی می‌توان بخشی از همین جمعیت جوان را برای پاسخ‌گویی به نیازهای سالمندان تربیت و برای آنان اشتغال ایجاد کرد.

حدودی این چالش‌ها را حل کرد. البته این نکته هم قابل ذکر است که از یاد نبریم، دور سوم زندگی انسان‌ها سراسر تجربه و دانش است و می‌تواند برای هر یک از اعضای خانواده و در سطح کلان کل جامعه، پتانسیلی پرفایده باشد.

■ **چه باید کرد؟**
بنا به تجربیات، تنها در نظر گرفتن بُعد کم کافی نیست. بلکه کیفیت و سلامت خانواده و جامعه نیز حائز اهمیت است. آن وقت نگرانی‌های کاهش جمعیت و کاهش فرزندآوری به طور چشمگیری از بین می‌رود، چنانکه برخی از کشورها با تلاش و