

دهم مهر (دوم اکتبر)

روز جهانی سالمندان



با گرامیداشت روز جهانی سالمندان، بار دیگر بر این حقیقت تأکید می‌کنیم که ارتقای سلامت جامعه بدون توجه به سلامت جسمی، روانی و اجتماعی سالمندان امکان‌پذیر نیست. نامگذاری این روز از سوی سازمان ملل متحد، نشانه‌ای روشن از اهمیت جایگاه این قشر ارزشمند و ضرورت احترام به کرامت، حقوق و سلامت آنان در سراسر جهان است.



شعار سال ۲۰۲۵ با عنوان:

«سالمندان؛ پیشگامان عمل در سطح محلی و جهانی»

«آرزوها، سلامت و حقوق ما»

یادآور نقش تعیین‌کننده سالمندان در توسعه اجتماعی و فرهنگی، و مسئولیت مشترک ما در حمایت از سلامت و رفاه آنان است. این سازمان بر اهمیت رعایت

نکات کلیدی از جمله موارد زیر در ارتقای سلامت سالمندان تأکید دارد:

- ✓ فعالیت بدنی منظم برای افزایش تحرک و پیشگیری از بیماری‌های مزمن.
- ✓ تغذیه سالم و متعادل شامل مصرف سبزیجات، میوه و کاهش نمک و قند.
- ✓ ارتباطات اجتماعی و حمایت خانوادگی به منظور تقویت سلامت روان.
- ✓ مراقبت‌های پزشکی منظم و غربالگری‌های دوره‌ای جهت پیشگیری و کنترل بیماری‌ها.
- ✓ ایجاد محیط ایمن و مناسب‌سازی فضاهای زندگی برای افزایش استقلال و کاهش خطرات.



ارتقای سلامت سالمندان، مسئولیتی جمعی است که مشارکت خانواده‌ها، جامعه و نهادهای سلامت را می‌طلبد. بی‌تردید جامعه‌ای که سالمندان را گرمی می‌دارد و نیازهای آنان را در اولویت قرار می‌دهد، آینده‌ای سالم‌تر و پایدارتر برای نسل‌های بعدی خود رقم خواهد زد.

در پایان، بر این باوریم که سالمندی نه پایان مسیر، بلکه فصلی از زندگی است آکنده از خرد و تجربه.

تکریم سالمندان، تکریم ریشه‌ها و ارزش‌های انسانی است؛ چراکه

« زندگی، در پیوند گذشته‌ای سرشار از تجربه و آینده‌ای آکنده از امید معنا می‌یابد ».



واحد آموزش سلامت

مرکز آموزشی درمانی بوعلی سینا