

چکیده

سابقه و هدف: سالمندی سالم فراتر از وجود یا عدم وجود بیماری است، و تحت تأثیر عوامل مختلفی قرار می‌گیرد. هدف از این مطالعه «تعیین ارتباط عوامل روانی-اجتماعی با سالمندی سالم در سالمندان» است.

روش پژوهش: این مطالعه توصیفی - تحلیلی بر روی ۳۷۸ نفر از سالمندان ۶۰-۷۴ سال مراجعه‌کننده به مراکز بهداشت شهری شهرستان آمل با روش نمونه‌گیری تصادفی ساده انجام شد. ابزارهای جمع‌آوری داده‌ها شامل پرسشنامه مشخصات فردی، پرسشنامه سالمندی سالم، خود رتبه بندی سلامت، مقیاس یکپارچگی خود، مقیاس عزت‌نفس روزنبرگ، مقیاس افسردگی سالمندان و پرسشنامه شرکت در فعالیت‌های اوقات فراغت هستند. داده‌ها توسط آزمون پارامتریک تی مستقل، آنالیز واریانس، ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه تجزیه و تحلیل شدند. جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها از نرم‌افزار SPSS²⁶ استفاده شد.

یافته‌ها: میانگین سنی سالمندان مطالعه $3/94 \pm 65/42$ سال بود و ۶۳ درصد از آن‌ها مرد و ۳۷ درصد زن بودند. پرسشنامه طراحی شده شرکت در فعالیت‌های اوقات فراغت و نسخه فارسی پرسشنامه سالمندی سالم، خود رتبه بندی سلامت و مقیاس یکپارچگی خود روا و پایا بودند و ضریب همبستگی درون گروهی برای آن‌ها به ترتیب $0/889$ ، $0/839$ و $0/847$ به دست آمد. میانگین و انحراف معیار نمره کل میزان شرکت در فعالیت‌های اوقات فراغت ($14/20 \pm 89/42$)، سالمندی سالم ($15/71 \pm 137/33$)، یکپارچگی خود ($5/16 \pm 43/10$)، وضعیت سلامت درک شده ($1/98 \pm 10/71$)، عزت‌نفس ($3/59 \pm 20/69$) و افسردگی ($2/78 \pm 3/34$) به دست آمد. بین وضعیت سلامت درک شده، عزت‌نفس، یکپارچگی خود و شرکت در فعالیت‌های اوقات فراغت با سالمندی سالم در سالمندان رابطه مثبت و بین افسردگی با سالمندی سالم در سالمندان رابطه منفی و معنی‌داری وجود دارد. بین سالمندی سالم در سالمندان با متغیر جنس ارتباط آماری معنی‌داری وجود دارد و میزان سالمندی سالم در زنان سالمند نسبت به مردان بیشتر است.

نتیجه‌گیری: نتایج نشان داد عوامل روانی-اجتماعی (شرکت در فعالیت‌های اوقات فراغت، عزت‌نفس، وضعیت سلامت درک شده، یکپارچگی خود، افسردگی) با سالمندی سالم در سالمندان ارتباط دارند. نتایج این مطالعه می‌تواند به شناسایی عوامل روانی-اجتماعی مؤثر بر سالمندی سالم توسط ارائه‌دهندگان خدمات حوزه سلامت سالمندی و سیاست‌گذاران منطقه‌ای کمک نماید تا بتوانند با طراحی شیوه‌های نوین مدیریتی و مراقبتی گام‌های مؤثری در جهت بهبود وضعیت روانی-اجتماعی سالمندان بردارند.

کلمات کلیدی: سالمندی سالم، سالمندان، درک، وضعیت سلامت، افسردگی، احساس یکپارچگی، فعالیت‌های اوقات فراغت

Abstract

Introduction: Healthy ageing is beyond the presence or absence of disease, and is affected by a variety of factors. The aim of this study was to "determining the relationship between psychosocial factors and healthy ageing in older people".

Methods: This study is descriptive-analytical. The research samples are 378 elderly people aged 60-74 years who refer to urban health centers in Amol city. The sampling method in this study is simple random. Data collection tools include Demographic questionnaire, Healthy Ageing Instrument, Health Self Rating, Ego Integrity Scale, Rosenberg Self-Esteem Scale, Geriatric Depression Scale and Participation in Leisure Activities Questionnaire. Data were analyzed by parametric independent t-test, analysis of variance, Pearson correlation coefficient and multiple regression. In this study, SPSS26 software was used for analysis.

Results: The mean age of the elderly in the study was 65.42 ± 3.94 years, of which 63% were male and 37% were female. The researcher-made Participation in Leisure Activities Questionnaire and the persian version Healthy Ageing Instrument, Health Self Rating and Ego Integrity Scale were valid and reliable and intra class correlation coefficient for them were 0.889, 0.839, 0.839 and 0.847, respectively. Mean and standard deviation of total score of participation in leisure activities (89.42 ± 14.20), healthy ageing (137.33 ± 15.71), ego-integrity (43.10 ± 5.16), perceived health status (10.71 ± 1.98), self-esteem (20.69 ± 3.59) and depression (3.34 ± 2.78) were obtained. There is a positive and significant relationship between perceived health status, self-esteem, ego-integrity and participation in leisure activities with healthy ageing in the elderly and there is a negative and significant relationship between depression and healthy ageing in the elderly. There is a statistically significant relationship between healthy ageing in the elderly and gender and the level of healthy aging in elderly women is higher than men.

Conclusion: The results showed that psychosocial factors (participation in leisure activities, self-esteem, perceived health status, ego-integrity, depression) are associated with healthy ageing in the elderly. The results of this study can help identify the psychosocial factors affecting healthy ageing by geriatric health service providers and regional policymakers to be able to take effective steps to improve the psychosocial status of the elderly by designing new management and care methods.

Keywords: Healthy aging, aged, perception, health status, depression, sense of coherence, leisure activities