



1

1

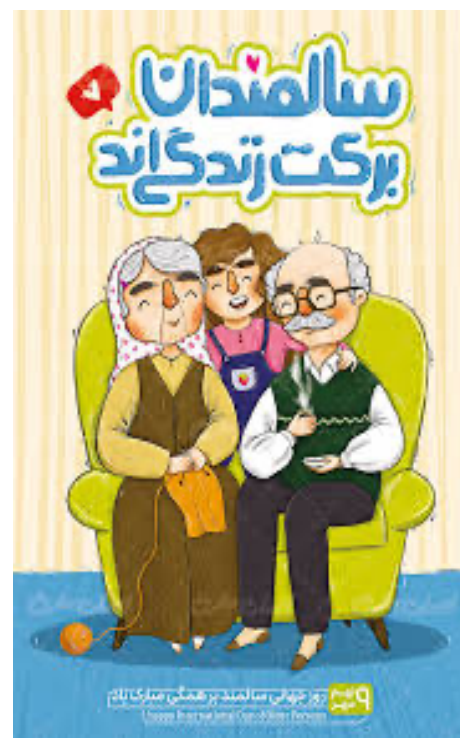
جوان گر به دانش بود بی نظیر

نیاز آیدش هم به گفتار پیر

نظامی گنجوی

2

سالمندی جمعیت یکی از
بزرگترین موفقیت‌های بشری
است.



2

3



4

بهبود شرایط اقتصادی –
اجتماعی و به دنبال آن کاهش
مرگ و میر و افزایش امید به
زندگی است

3



38

6

نبودن آمادگی و سیاستگذاری صحیح
می تواند به یکی از چالش های بزرگ
کشورها مبدل شود.



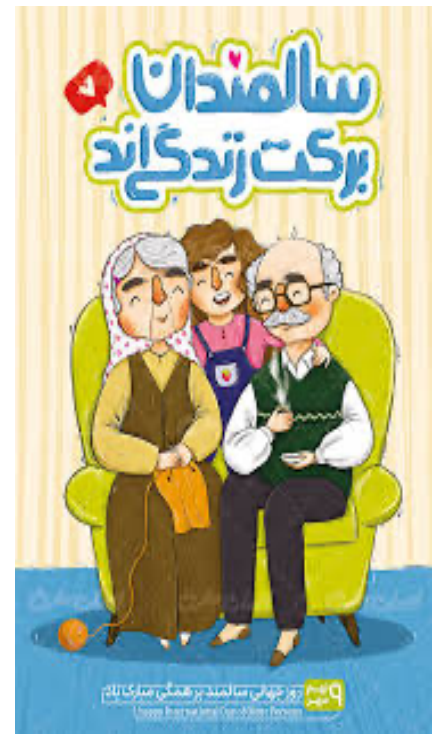
4



8

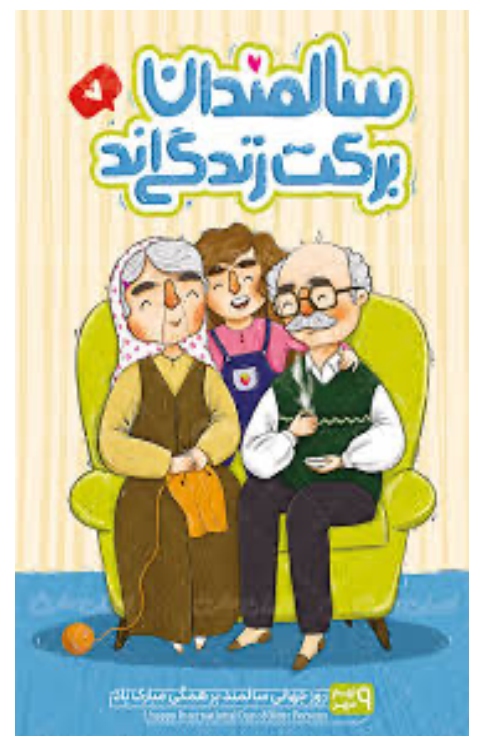
در تعریف دقیق سالمندی ، باید به
تمایز بین دو مفهوم سالمندی فردی و
سالمندی جمعیت اشاره شود

5



سالمندی فردی فارغ از تغییرات
باروری بر اثر افزایش امید به
زندگی و احتمال بقا در سنین
سالمندی اتفاق می افتد

6



10

سالمندی جمعیت بر اثر کاهش مرگ و میر
و افزایش به امید در بدو تولد و دیگرگروه
های سنی از یک سو کاهش باروری که
باعث کاهش سهم جمعیت زیر 15 سال
خواهد شد

7



11



12

سالمندی جمعیت باعث بر هم
خوردن هرم جمعیتی خواهد شد.

8



13

امید به زندگی در بدو تولد در جهان از 64/2
در سال 1990 به 72/6 در سال 2019 رسیده
است که این رقم در سال 2050 به نظر می
رسد از مرز 77/1 بگذرد.

9



14



15

در سال 2019 از هر 11 نفر در جهان یک
نفر 65 سال و بالاتر است (9 درصد). در
حالی که پیش بینی میشود این رقم در
سال 2050 به یک نفر از هر 6 نفر (16
درصد) برسد

10



16

جمعیت سالمندی در ایران طی حدود
42 سال از 5 درصد در سال 1355
به 10 درصد در سال 1398 رسیده
است.



11

17

Older adult population

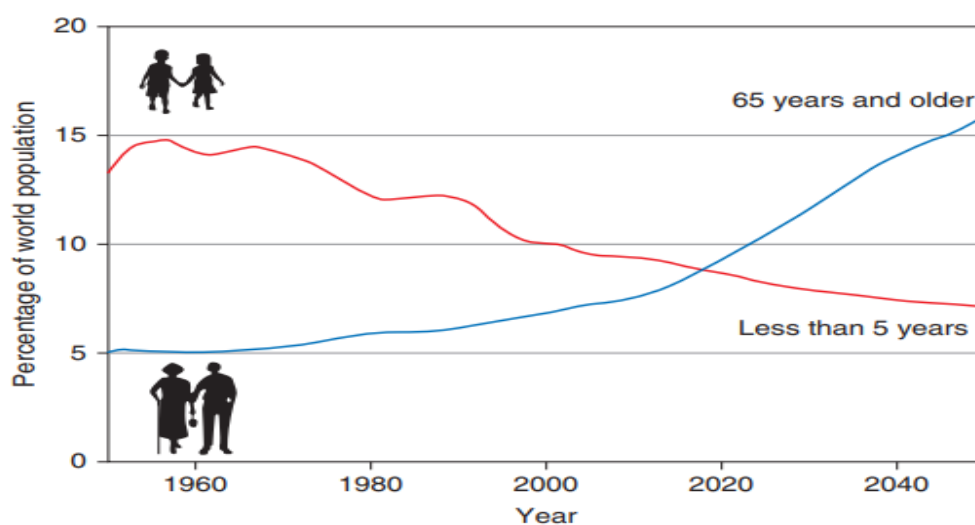
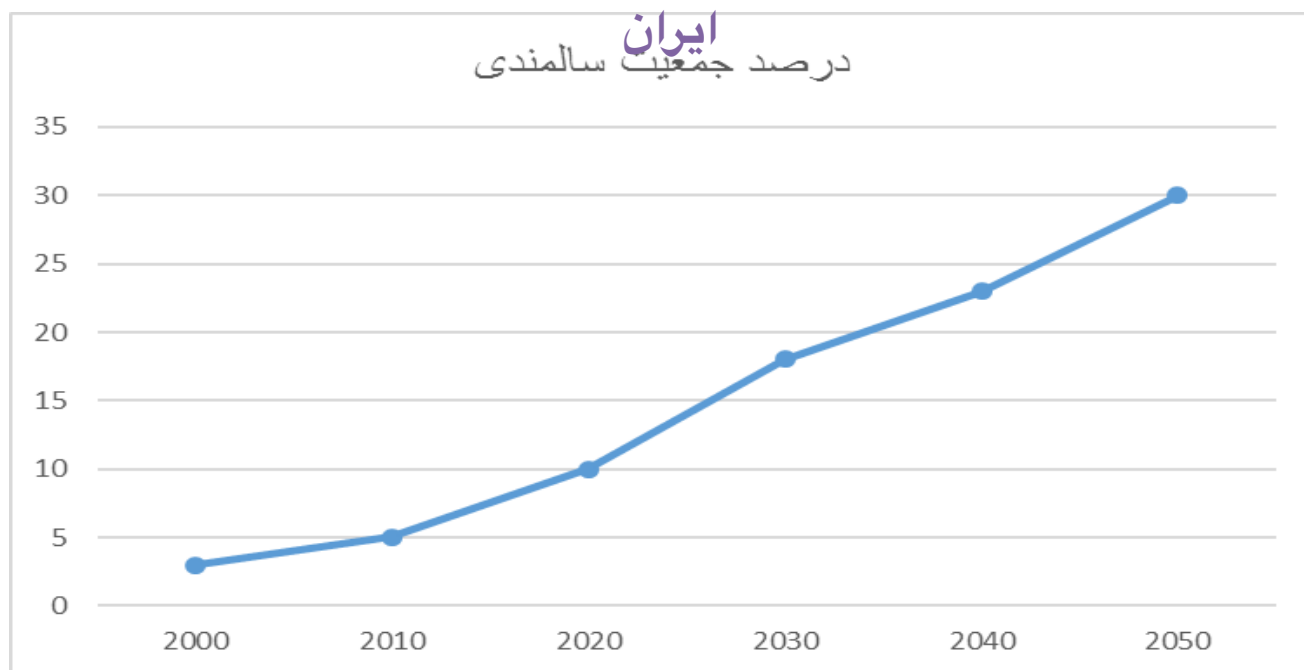


FIGURE 476-1 Globally, the people over the age of 65 years now exceed children under the age of 5 years.

18

رشد درصد جمعیت سالمندان 60 سال به بالا در



19

پراکندگی جمعیت سالمندی در استانها

طبق آخرین گزارش مرکز آمار در سال 1402 نسبت جمعیت 65 سال به بالا در کل کشور 7/3 درصد است که استان گیلان بالاترین جمعیت سالمندی 10/8 درصد را به خود اختصاص داده و سپس استان های مازندران 9/4 درصد و مرکزی نیز 9/4 درصد و همدان و تهران 8/4 درصد سالمند دارند. همچنین استان سیستان و بلوچستان با 3/2 درصد و هرمزگان 4/5 درصد، بوشهر 5/4 درصد، کهگیلویه و بویراحمد 5/4 درصد و خوزستان 5/5 درصد.





21

دو برابر شدن جمعیت سالمندی طی حدود 21 سال در سال 1420 به 20 درصد خواهد رسید. این در حالی است که در بسیاری از کشورهای توسعه یافته جهان، دو برابر شدن جمعیت سالمندی در طول بیش از صد سال اتفاق افتاده



12

است.

کشور ما از جمله کشورهای واجد
بالاترین شیب و شتاب افزایش
جمعیت سالمندی در جهان است.

13



23



24

افزایش سریع جمعیت سالمندان کشور ،
واقعیتی غیر قابل انکار است و تأثیر قابل
توجهی بر افراد سالمند ، خانواده
آنها و جامعه دارد.

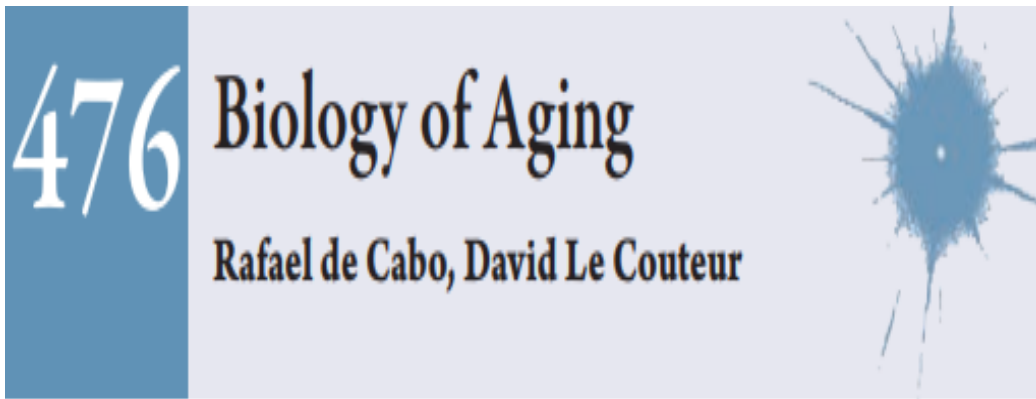
14



25



26



• Who is the older adult?

Appropriate and inappropriate words

NO

- Seniors
- Elderly
- Old person
- The aged

YES

- Older persons
- Older People
- Older Adult
- Older Patients
- Older population

Older adult population

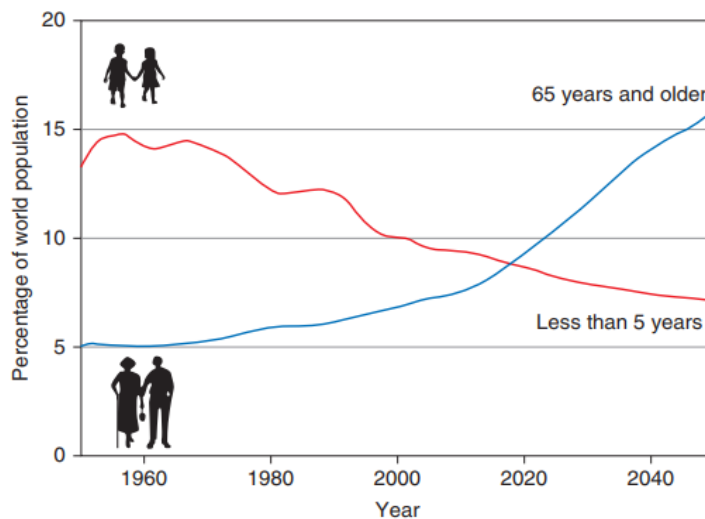
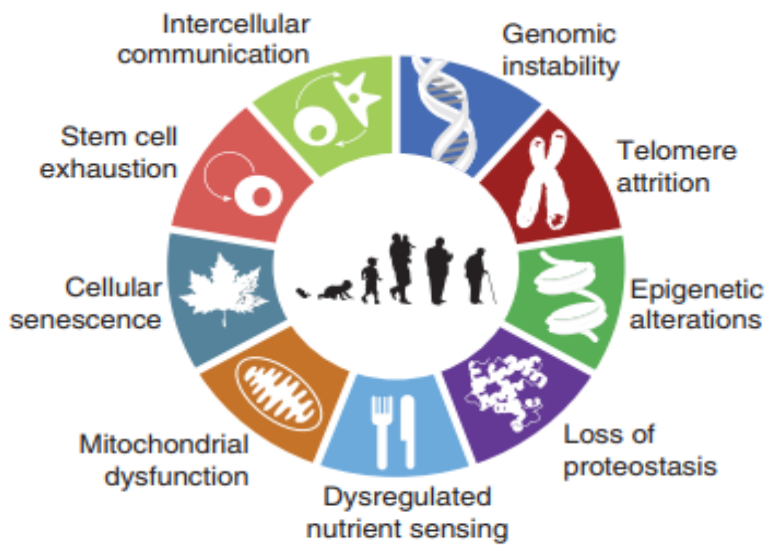
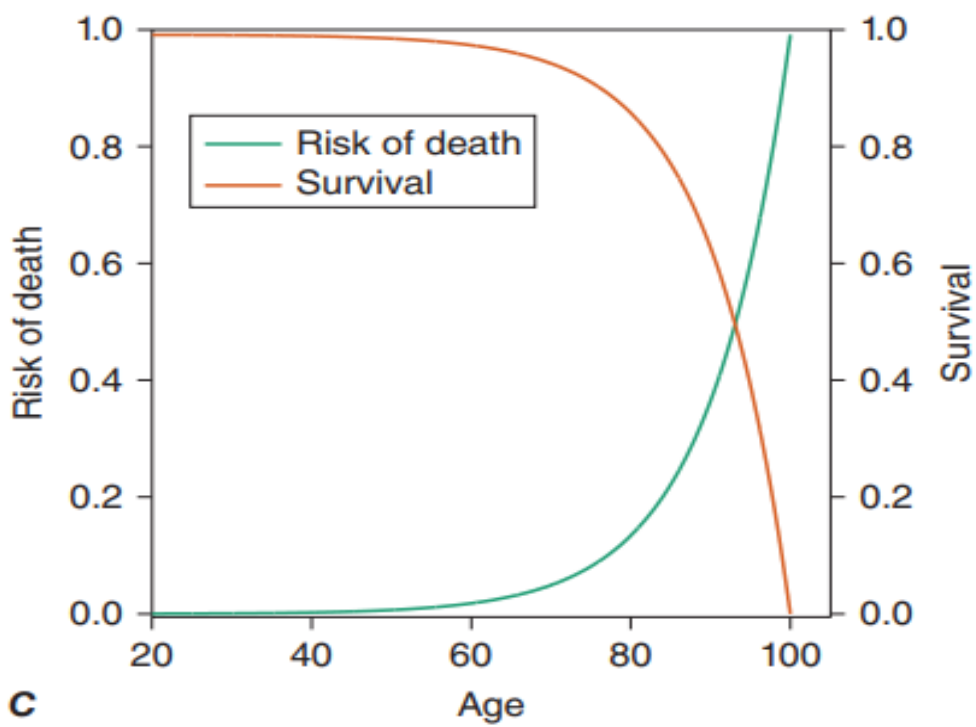


FIGURE 476-1 Globally, the people over the age of 65 years now exceed children under the age of 5 years.

Old age is associated with:

- chronic disease
- disability
- deterioration in structure and function
- morbidity
- mortality
-

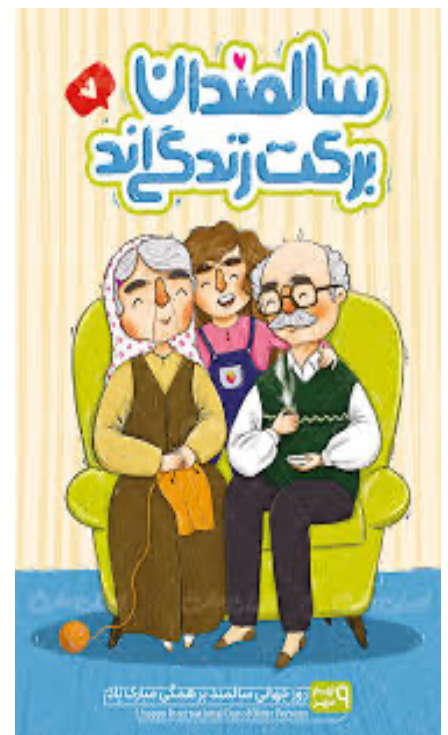




HTN

- The European Society of Cardiology/European Society of Hypertension guidelines recommend pharmacologic treatment for individuals 80 years old or older if SBP is 160 mmHg or higher. In contrast, the American College of Physicians recommends starting treatment if SBP is 150 mmHg or higher
- The risk/benefit ratio probably favors vitamin D replacement with at least 800 IU per day, but high-dose vitamin D (60,000 IU in one oral dose monthly) has been associated with an increase in risk of falls
- In older patients, a postvoid residual between 0 mL and 100 mL

بیش از 70 درصد کل جمعیت را
جمعیت 15 تا 64 ساله تشکیل می
دهد
ایران در فرصت طلایی پنجره
جمعیتی قرار دارد



استفاده از تجربیات و

خردمندی سالمندان

بسیار سودمند است

16



37

سالمندان توانمند، فعال و سالم در فاز
جمعیتی آینده میتواند سالمندی جمعیت را
تبدیل به یک فرصت مناسب برای سالمندان و
جامعه کرده و بسیاری از مشکلات اجتماعی
و اقتصادی که ممکن است با سالمندی
جمعیت ایجاد شود
جلوگیری نماید

17



38



39

اولین سند ملی سالمندان ایران با هدف
پاسخ هماهنگ به چالشها و فرصتهای ناشی از
سالخوردگی جمعیت ایران برای
رسیدن به بهترین نتیجه برای همه
ایرانیان تهیه شده است.

20



40



41

تکریم و احترام به سالمند
بخشی از فرهنگ
ایرانی - اسلامی کشور
ما است



23

42

ثبت روز جهانی سالمندان در تقویم

آمارهای رسمی نشان می دهد که 9 میلیون و 300 نفر، افراد مسن داریم.

هر روز بر تعداد آنها افزوده می شود.

به طوری که تا 30 سال آینده، یک سوم جمعیت ایران را افراد سالمند تشکیل می دهند . این در حالی است که ما هیچ برنامه ای از نظر کیفیت زندگی سالمندان نداریم



26

43

شورای جهانی سالمندی از سال ۱۹۸۲ در سازمان ملل شروع به کار کرد و و در همان سال طرحی را برای تعیین روز جهانی سالمندان، در سال ۱۹۹۰ را پیشنهاد کرد. با تصمیم این شورا روز اول اکتبر هر سال روز جهانی سالمندان نامیدند.



30

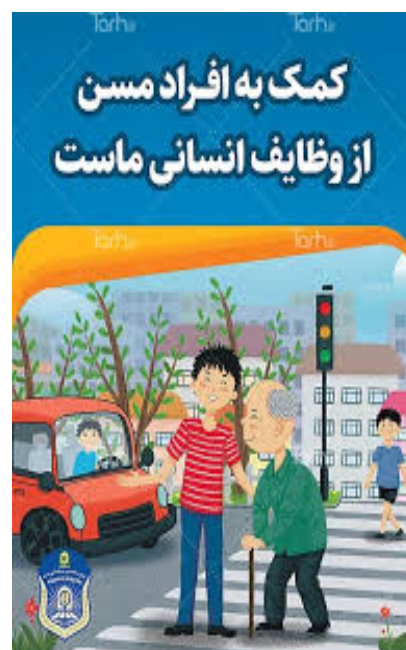
44



45

به همین مناسبت هر ساله هفته ای به عنوان هفته ملی سالمندان در ایران گرامی داشته می شود و در این هفته با برگزاری برنامه های متنوع به بررسی مشکلات این قشر مهم جامعه می پردازد و برنامه های مختلفی برگزار می شود.

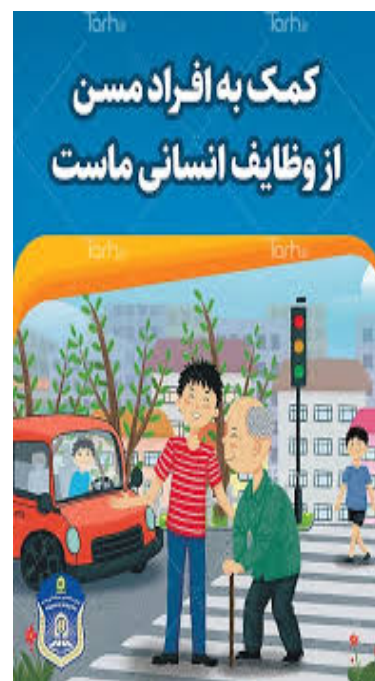
31



46

صرف افزایش سن امید به زندگی نمیتواند ما را قانع کند که شرایط مطلوب است ، بلکه مهمتر از افزایش نرخ طول عمر، کیفیت زندگی است. اینکه ما بتوانیم سلامت جسمی و روحی سالمندان را فراهم کنیم و نخواهیم این قشر جامعه با آمپول و قرص، سرپا بمانند.

32



47



35

48

اهداف سالمندی موفق

- سالمندی سالم
- سالمندی با حفظ کارایی
- سالمندی با حفظ استقلال
- سالمندی با حفظ جایگاه مشارکت اجتماعی
- سالمندی مولد
- سالمندی همراه به فعل رساندن تمام استعداد ها و توانایی های ذهنی
- سالمندی با حفظ منزلت و کرامت و عزت نفس

49



37

50

A stethoscope with a black tube and silver chest piece is positioned on the left side of the image against a solid blue background. The text is written in a bold, red, Persian script font to the right of the stethoscope.

با تشکر از توجه شما

39

51