

Dzīves kvalitātes pašnovērtējums Latgales reģiona senioriem

Jānis Zaļkalns¹, Anna Millere², Inga Millere³

Rīgas Stradiņa universitāte, Latvija

¹Rīgas Stradiņa universitāte, Ģimenes medicīnas katedra, Latvija

²Rīgas Stradiņa universitāte, Medicīnas fakultātes 4. kurss, Latvija

³Rīgas Stradiņa universitāte, Māšzinību fakultāte, Latvija

Ievads. Katrā valstī ir svarīgi nodrošināt dzīves kvalitāti visos vecuma posmos. Sabiedrības novecošanās ir izaicinājums pasaulē, tostarp arī Latvijā. Prognozes liecina, ka 2025. gadā vairāk nekā 20% eiropiešu būs 65 vai vairāk gadu, it īpaši strauji pieaugs 80+ iedzīvotāju skaits. Latvija iekļaujas globālās novecošanas kontekstā, kam par iemeslu ir sabiedrības dzīves stila izmaiņas, kā arī medicīnas un farmācijas jomu attīstība.

Mērķis. Noskaidrot dzīves kvalitāti vecumposmā 62+ Latgales reģiona iedzīvotājiem.

Pētījuma dalībnieki. Latgales reģiona seniori vecumā no 62 līdz 86 gadiem. Vidējais pētījuma dalībnieku vecums ir 71,85 gadi.

Metode. Pētījumā izmantota kvantitatīvā pētījuma metode – *OPQOL (Old People's Quality of Life)* anketa, kas sastāv no 35 jautājumiem un aptver visus ar indivīda dzīves kvalitāti saistītus parametrus (veselība, sociālā sfēra, neatkarība un brīvība, mājoklis un apkārtnē, psiholoģiskā un emocionālā labsajūta, finansiālie apstākļi, atpūta un aktivitātes). Katram no pieciem iespējamajiem atbildes variantiem ir piešķirts vērtējums no 1 līdz 5, augstāki rādītāji liecina par labāku dzīves kvalitāti. Atbilžu varianti piedāvāti Likerta skalā.

Rezultāti. Pirmo reizi Latvijā ir iztulkota dzīves kvalitātes novērtēšanas anketa, kas izstrādāta ar multidisciplināru perspektīvi. Rezultāti parādīja, ka maksimālais dzīves kvalitātes rādītājs ir 163 (no 175), bet minimālais dzīves kvalitātes rādītājs ir 63 (no 175), savukārt vidējais dzīves kvalitātes rādītājs ir 113 (no 175).

Vidējie rādītāji pa jomām: dzīve kopumā – 2,9; veselība – 2,9; sociālā sfēra – 4,1; neatkarība, brīvība – 2,6; mājas un apkārtnē – 3,4; psiholoģiskā un emocionālā labsajūta – 3,3; finansiālie apstākļi – 2,2; atpūta un aktivitātes – 3,2; kultūra, reliģija – 3,7. Analizējot atsevišķu indivīdu dzīves kvalitātes parametrus, iegūti šādi rezultāti: savu veselību virs vidējā novērtē 13,8% indivīdu, sociālo sfēru puse aptaujāto, savukārt psiholoģisko un emocionālo labsajūtu kā labu vērtē 31,9%.

Secinājumi. Izvērtējot pētījuma rezultātus, var secināt, ka indivīdiem, kuri savu veselību ir vērtējuši augstāk arī dzīves kvalitātes rādītāji kopumā ir augstāki, lai gan jāatzīmē, ka tikai 13,8% no pētāmās grupas savu veselību ir novērtējuši virs vidējā.

Vidējie dzīves kvalitātes rādītāju rezultāti ļauj secināt, ka, iespējams, aktīvāka sociālā funkcionēšana var kompensēt un paaugstināt indivīdu dzīves kvalitāti kopumā.

Ir nepieciešams sekmēt personu vecumposmā 62+ aktīvu novecošanu, kā arī socializācijas un sociālās integrācijas veicināšanu, kas nodrošinātu biopsihosociālo un holistisko aprūpi konkrētai vecuma grupai.