



Klaipėdos
universitetas

Sveikatos
mokslų fakultetas



Klaipėdos
universitetas

30
metų

**XXI-OJI NACIONALINĖ MOKSLINĖ
KONFERENCIJA
„Į SVEIKĄ GYVENSENĄ IR SKAIDRIĄ BŪTĮ
VYDŪNO KELIU“**

Konferencijos pranešimų medžiaga



Klaipėda, 2021

Leidinio bibliografinė informacija pateikiama Lietuvos nacionalinės
Martyno Mažvydo bibliotekos Nacionalinės bibliografijos duomenų banke (NBDB)

Mokslinis komitetas:

Pirmininkas: prof. dr. Artūras Razbadauskas,
Klaipėdos universiteto rektorius

Nariai:

prof. habil. dr. Algimantas Kirkutis
prof. dr. Elvyra Acienė
prof. habil. dr. Ingrida Baranauskienė
prof. dr. (hp) Leta Dromantienė
prof. dr. Arvydas Martinkėnas
prof. dr. Daiva Mockevičienė
prof. dr. Sigutė Norkienė
doc. dr. Aelita Skarbalienė
prof. habil.(hp) dr. Dalia Marija Stančienė
prof. dr. Asta Šarkauskienė
doc. dr. Marija Truš

Organizacinis komitetas:

Pirmininkė: Goda Sakalauskaitė

Nariai:

prof. dr. Birutė Anužienė
Dainius Aponkus
Erika Butkutė
lekt. dr. Sigita Derkintienė
lekt. Rita Gikarienė
Juozas Ivanauskas
doc. dr. Asta Kiaunytė
lekt. Viktorija Lukminaitė
lekt. Jurgita Raišutienė
Tatjana Žuravlioiva

Leidinio sudarytoja:

prof. dr. Birutė Anužienė

© Klaipėdos universitetas, 2021

ISBN 978-609-481-100-5

VYRESNIO AMŽIAUS ŽMONIŲ GYVENIMO KOKYBĖ

dr. Vytė Kontautienė, Ramunė Zubienė

Klaipėdos universitetas, Sveikatos mokslų fakultetas, Sporto, rekreacijos ir turizmo katedra

Gyventojų senėjimas yra viena aktualiausių XXI a. problemų, todėl aktualu tyrinėti vyresnio amžiaus žmonių gyvenimo kokybę (GK) ir ieškoti būdų jai gerinti.

Tikslas – įvertinti vyresnio amžiaus žmonių (65 m. ir vyresnių) gyvenimo kokybės rodiklius.

Metodika. Tyrimas atliktas 2019 m. GK tirta taikant anketinės apklausos raštu metodą, naudojant PSO klausimyno (WHOQOL-100) liet. sutrumpintą versiją (WHOQOL BREF-26). 5 balų Likerto skale vertintos 4 GK sritys: fizinės sveikatos, psichologinė, socialinių santykių ir aplinkos. Tyrime dalyvavo 115 „Trečiojo amžiaus“ universiteto klausytojų. Matematinė statistinė duomenų analizė atlikta naudojant SPSS Statistics (26 versija) programą.

Rezultatai. 58,5% senjorų GK laikė gera, 34,9% – vidutiniška, 4,7% – labai gera, 1,9% – prasta. Fizinės sveikatos sritis: patenkinti sveikata buvo tik 31,5%, labai patenkintų – tik 0,1%, 13,1% – nepatenkintų. Senjorus dažniausiai vargino fizinis skausmas, trukdęs atlikti būtinus darbus (42,5%). 32,4% vidutiniškai turėjo energijos kasdieniam gyvenimui, 10,5% – pakankamai neturėjo. Nors 51,8% buvo patenkinti savo gebėjimu dirbti, 35,1% – šiuo gebėjimu džiaugėsi vidutiniškai. Psichologinės srities rodikliai atskleidė, kad labai ir vidutiniškai gyvenimu džiaugėsi panašus skaičius senjorų: 43,9% ir 45,6%. Labai prasmingu savo gyvenimą laikė 38,9%, vidutiniškai prasmingu – 46,9% senjorų, deja, 4,4% savo gyvenime nematė prasmės. Savimi patenkinti jautėsi beveik pusė (48,7%) senjorų, labai savimi patenkintų buvo 6,1%. Socialinių santykių sritis. 53,9% buvo patenkinti asmeniniais santykiais, labai patenkintų – tik maža dalis (7,0%). Lytiniu gyvenimu patenkinti 31,9%, o ketvirtadalis (25,0%) – nepatenkinti. Truputį daugiau nei pusė (55,4%) buvo patenkinti praktine-socialine parama, gaunama iš draugų, 35,7% – vidutiniškai patenkinti. Aplinkos srities rodikliai atskleidė, kad maždaug pusė (49,6%) senjorų manė, kad jų fizinė aplinka vidutiniškai sveika. 56,5% buvo patenkinti gyvenamąja vieta, 24,3% – vidutiniškai patenkinti. Beveik du trečdaliai (59,6%) senjorų gyvenime jautėsi vidutiniškai saugiai, saugiai – 27,9%, nesaugiai – 5,8%.

Išvada. Geriausiai senjorai vertino socialinių santykių srities GK rodiklius (praktinę-socialinę paramą, gaunamą iš draugų, asmeninius santykius) ir aplinkos srities rodiklius (gyvenamąją vietą). 51,8% džiaugėsi gebėjimu dirbti, o beveik pusė (48,7%) jautėsi patenkinti savimi. Blogiausiai senjorai vertino fizinės sveikatos rodiklius (42,5% vargino fizinis skausmas, 10,5% stigo energijos kasdieniam gyvenimui) ir aplinkos srities rodiklius (beveik pusė (49,6%) senjorų manė, kad gyvena vidutiniškai sveikoje aplinkoje, o saugiai gyvenime jautėsi mažiau nei trečdalis (27,9%) senjorų). Siekiant geresnės vyresnio amžiaus žmonių (65 m. ir vyresnių) GK, reikia gerinti visų 4 GK sričių, o ypač fizinės sveikatos ir psichologinius rodiklius.

Reikšminiai žodžiai: gyvenimo kokybė, vyresnio amžiaus žmonės (65 m. ir daugiau).

Literatūra:

Mockus A., Žukaitė A. 2012. Sėkmingas senėjimas: psichologinis aspektas. *Gerontologija*. 13(4): 228–234.