

ID: 2018-08-27-T-18396

Тезис

Пустотина Ю.Ю.

### **Возможности продления активного периода жизни пациентов пожилого и старческого возраста**

*ФГБОУ ВО Саратовский ГМУ им. В.И. Разумовского Минздрава России, кафедра поликлинической терапии,  
общей врачебной практики и профилактической медицины*

*Научный руководитель: к.м.н. Рябошапка А.И.*

В связи со значительным увеличением численности населения старших возрастных групп особое значение приобретают меры по продлению их активной жизни.

**Цель исследования:** изучение активности лиц пожилого и старческого возраста и совершенствование способов продления активного периода их жизни.

На базе поликлиники г. Саратова было проведено анкетирование 100 пациентов старших возрастных групп по разработанной нами анкете.

Пациенты распределялись в двух возрастных категориях: от 60 до 74 лет – 75 человек, от 75 до 89 лет – 25 человек. Большинство составляли лица пожилого возраста (70%), в обеих группах преобладали женщины (66% и 68% соответственно).

Нами отмечено, что в первой возрастной категории продолжают работать и вести активный образ жизни 52% мужчин и 35% женщин. Во второй группе число работающих лиц составило 3%.

Круг интересов обследованных лиц разнообразный. Они проводят время перед экраном телевизоров (70%), увлекаются чтением, посещают театры и выставки (45%). 25% занимаются спортом (плавание, спортивная ходьба, шахматы). Но большинство из них (68%) считают недостаточным круг общения и хотели бы его расширить, участвуя в литературных вечерах (30%), концертах (45%), спортивных мероприятиях (10%), клубах по интересам (68%). Хотят освоить интернет-ресурсы 30% проанкетированных лиц.

#### **Выводы:**

1. В старшей возрастной группе 52% мужчин и 35% женщин продолжают работать.
2. Из числа респондентов 60% лиц пожилого и 20% лиц старческого возраста ведут активный образ жизни.
3. Продлить активный период жизни данного контингента пациентов позволят различные культурно-массовые мероприятия (посещение концертов, литературных вечеров, театров, выставок), создание клубов по интересам.

**Ключевые слова:** пожилой возраст, старческий возраст, активный образ жизни