

بهار سالمندی

روایتی پرامید از زندگی کسانی که به گمان برخی به آخر خط رسیده‌اند

گزارش روز



روزنامه‌نگار معصومه قربانی

سکته مغزی، پیرمرد خانه کنار دستی مان را با دنیا بیگانه کرده است. او مثل تکه ای گوشت افتاده است کنار خانه، اما هر کسی را که می بیند، لبخند از لبش محو نمی شود. نگاهش مهر دارد و مهربان است. خدا صحت و سلامتی بدهد به همه پیرمرد ها و پیرزن هایی که عمری، کوجه ها و خیابان های روزگار را زیر پا گذاشته اند و حالا خموده و فرور یخته، چشم به دری دارند که مگر یکی آن را بگشاید! روز سالمند بهانه ای شد تا برویم سراغ آن ها. هر چند صحبت در باره مشکلات سالمندان که بسیاری از آن ها به دلیل وضعیت نامناسب معیشتی یا چالش های زیادی به ویژه در حوزه درمانی و حمایتی مواجه اند، زیاد است و ماهم پیش تر در گزارش هایی مانند «بازنشستگی دوران فراغت یا عمرات؟»، به آن پرداخته ایم، اما امروز نمی خواهیم کامتان را در روزی که به یاد بزرگ تره ایمان نام گذاری شده است، تلخ کنیم. به همین دلیل سراغ نیمه پر لیوان زندگی این قشر دوست داشتنی رفته ایم. پس همین ابتدای گویم منتظر گزارش های بعدی شهر آرا هم از مشکلات ریز و درشت سالمندان باشید.



عکس: سعید گل آشتیوار

۵

یک تیم متخصص برای سالمندان

سال تعریف شده بود اما به خاطر رعایت مسائل بهداشتی، اکنون این عدد به ۶۵ سال رسیده است». او به عنوان کسی که سال ها در این حوزه کار کرده است، می گوید: کار با سالمندان، تخصصی است و پیچیدگی خاصی دارد و نمی توان سطحی از کنار آن گذشت و تخصص همه جانبه می طلبد. بذرافشان می گوید: با توجه به اختلالات روانی و جسمی در سنین بالا، غالب خانواده ها برای نگهداری عزیزشان سردرگم می شوند و برخی هاهم به استیصال می رسند، درحالی که در هر جامعه ای ضرورت دارد گروهی برای سامان دهی زندگی سالمندان آموزش ببینند و کار اختصاصی شروع کنند و ادامه دهند؛ به خصوص اینکه در این دوره، سلول های مغز تحلیل می رود و ما مشکل بزرگی به نام آلزایمر را هم داریم، قطعاً تیم متخصص باید در این حوزه مداخله کند و این کار خانواده ها نیست؛ به همین دلیل نباید به مراکز سالمندی به دید منفی نگاه کنیم.

او توصیه می کند: «برای پیشگیری از این بیماری که بحران بزرگی است و درمان به ندارد، باید از سال ها قبل از رسیدن به کهولت، به فکر درمان باشیم و به زندگی مان نظم بدهیم. هرچه زندگی طبیعی تر باشد و خواب و استراحت و ارتباطات اجتماعی مان در کنار تغذیه به موقع باشد، بیشتر می توانیم امیدوار باشیم که از این بیماری مصون می مانیم و سالمندی شاداب و پویایی خواهیم داشت. خلاصه اینکه برای نجات آدم هایی که دلمان را به زندگی قرض می کنند، همیشه راه های مناسب پیدا می شود و فقط باید کمی باورهایمان را تغییر دهیم».

اتاق ها تخت های چند نفره را شامل می شود. برخی قدرت پایین آمدن از تخت ها را ندارند و برخی هم بیشتر اوقات در خواب هستند. پرستارها لحظه ای از حال آن ها غافل نیستند. معمولاً کارکنان مجموعه را با نام کوچکشان صدا می زنند. برخی هایشان هم محبوبیت بیشتری دارند؛ مثل خانم لطفی که هفت سال است تجربه کار با سالمندان را دارد و چند سال است همراه بچه های این مجموعه است. می گوید: «اغراق نمی کنم اگر بگویم روزهایی که نمی آیم، دلم برایشان تنگ می شود؛ به خصوص از چند سال گذشته که پدرم مرحوم شد. کنار این ها من آرامش می گیرم». دیگران هم با همین عشق و علاقه کارشان را انجام می دهند. محسن بذرافشان و همسرش، و قشبان راگذاشته اند پای نگهداری از این سالمندان و اعتقاد دارند در کنار علم پزشکی که دارو محور است و درمان را بر این اساس می چینند، باید کار مداخله هم انجام شود. آقای بذرافشان می گوید: «من معتقدم کار باید به صورت گروهی انجام شود. ما یک تیم بیست و هفت نفره هستیم که از روان پزشک و پزشک داخلی و تیم پرستاران تشکیل شده است و وضعیت سالمندان را لحظه به لحظه رصد می کنند».

او اعتقاد دارد برخلاف خیلی ها که برداشت خیلی مثبتی از این مجموعه هان دارند، وجود این مراکز برای داشتن یک زندگی پویا در سالمندی، یک ضرورت است. بذرافشان سالمندان را به چند گروه سالمند مستقل، نیمه وابسته و وابسته تقسیم می کند: «خدمات را باید بر این اساس ارائه کنیم. براساس تعریف سازمان بهداشت جهانی، تا چند سال قبل، سن بازنشستگی تا شصت

۳

عاقبت به خیری به لطف امام رضا(ع)

جمشید باطلا که شهرتش را به این لقب، به خاطر پای مصنوعی اش دارد، در حق همه آن هایی که در مجموعه هستند، دعا می کند و این جملات را زمزمه می کند: «نمی دانید اینجا چقدر زندگی به جان آدم می چسبد؛ چون کنار آن هایی هستیم که شادی ها و غصه ها و دردها و لذت هایشان با ما مشترک است».

شوخ طبع و سرزنده است و کلی ماجرا برای تعریف دارد؛ از اینکه چگونه با این مجموعه آشنا شده است تا روزهای بعد از آن که حساب سال هایش از دستش در رفته است و سرجمع همه این حرف ها می شود اینکه: «لطف آقا امام رضا(ع) بوده است که عاقبت خوبی داشته ام، دست کم تا حالا» و بعد هم تعریف می کند: «یک پاپم را در تصادف از دست داده بودم و لگنم هم شکسته بود و روی زمین می خیزدم. خدا خبر دنیا و آخرت بدهد به این ها (متولیان مجموعه)، برایم پای مصنوعی گرفتند و روبه راهم کردند. نه اینکه فکر کنید بچه هایم بی خیال من شده اند، اصلاً و ابداً. خیلی رنگ زنده که برگردم اما خودم اینجا را خیلی دوست دارم. خانواده من حالا به اندازه همه آن هایی که در این مجموعه هستند، بزرگ است». اشاره می کند به تک تک آن هایی که در کار خدمات رسانی به سالمندان این مجموعه اند؛ از پرستاران گرفته تا آن هایی که دست بختشان «حرف ندارد» و غذاهای خوشمزه درست می کنند که تکراری هم نباشد. می خندد و ادامه می دهد: «هر روز منتظر هستیم که ببینیم غذای امروز چیست».

شاید فضولی به نظر بیاید اما به او پیشنهاد می کنیم برگردد پیش بچه هایش که احتمالاً دلنگت نبودن با یا هستند، آن هم بابای به این خوش مشربی اما حرف او یک کلام است: «تا روز آخر همین جامی مانم. خدا رحمت کند همسرم شهریارنورا! او که رفت، دیگر دوست نداشتم در آن خانه بمانم. به پیشنهاد یکی از دوستانم به خانه سالمندان آمدم و حالا هم کلی خوشحال و راضی هستم».

احمد آقا یکی دیگر از اهالی این مجموعه است که می گوید: «بعد از حادثه ای پایم شکست. همسرم مرحوم شده است و عروسم نگهداری ام می کرد. نمی گویم او مشکلی داشت؛ خودم دوست داشتم مستقل باشم. خیلی ها پیشنهاد دادند زن بگیرم اما ترجیح من این بود که خانه سالمندان را امتحان کنم و اگر خوب نبود، به فکر دیگری باشم. قرار بود چند ماه بیشتر نمانم اما حالا ماندنم در این مرکز به چند سال رسیده است».

۴

دعوت به جشن تولد

فرح سادات یکی دیگر از اعضای این مجموعه است. خانواده معتبر و آبرومندی دارد که همیشه با افتخار از آن ها یاد می کند؛ به خصوص مادر بزرگش که حافظ قرآن بوده و کلی از افراد را تعلیم داده است. او آموزگار بوده است و در انجام دادن وظیفه اش کم نگذاشته و به خیلی ها قرآن یاد داده است. حاصل زندگی مشترکش هم گویا چهار فرزند است که سه نفر از آن ها در خارج کشور زندگی می کنند و یک پسرش هم پست مهمی در تهران دارد. فرح سادات هم با این جمع دوستانه خو گرفته است و حسایی آن را دوست دارد و کنار مامان سیمین و بقیه حسایی خوش می گذراند. با اشتیاق تعریف چند وقت گذشته را می کند که برایش جشن تولد گرفته اند و کلی ذوق کرده است. می گوید: «سال بعد شما هم بپایید. از بودن کنار ما پشیمان نمی شوید». قول می دهیم اگر عمری باشد و زنده بمانیم و یادمان هم باشد، حتماً برویم. خیلی هایشان، اوقات فراغتشان را با خواندن کتاب و گوش کردن به موسیقی پر می کنند. یک نفر از میان آن جمع به کتابخانه مجموعه اشاره می کند و می گوید: «علاوه بر این ها، خیلی ها که به دیدن مان می آیند، برایمان کتاب می آورند».

۶

از مراکز شبانه روزی تا خانه های حمایتی

مراجعه کنند و از خدمات توان بخشی و آموزشی آن بهره ببرند. به گفته علیزاده، علاوه بر این، طرح خانه های گروهی حمایتی سالمندان از سال ۱۳۹۹ اجرا می شود و ویژه افرادی است که شرایط جسمی خوبی دارند و نمی خواهند تنها باشند. اکنون ۱۰ مرکز در استان فعال است که یکی از آن ها در مشهد دایر شده است و این مجموعه ها تا ۱۰ نفر ظرفیت دارد. او همچنین از خدمات دهی به سالمندان در منازل یاد می کند که برای حفظ سلامت فرد سالمند، خدمات پزشکی و توان بخشی و پرستاری بر حسب ارزیابی اولیه از وی، در منزل داده می شود.

حمیدرضا علیزاده رضایی، معاون امور توان بخشی بهزیستی خراسان رضوی، هم درباره خدماتی که بهزیستی برای سالمندان در نظر گرفته است، با بیان اینکه در این حوزه مراکز مختلفی خدمت رسانی می کنند، می گوید: مراکز شبانه روزی سالمندان شامل چهل مرکز فعال در استان و بیست مجموعه در مشهد است و در حوزه های مختلف توان بخشی، پزشکی و... به سالمندان خدمات می دهند و حدود ۱۷۰۰ نفر از این خدمات استفاده می کنند.

او ادامه می دهد: به این ها اضافه کنید مراکز روزانه سالمندان را که افراد می توانند صبح به این مجموعه ها

روایت آماری از سالمندان زیر پوشش دانشگاه علوم پزشکی مشهد

۵۱۲۰۰۰ نفر	شمار سالمندان	۵۱ درصد	زنان سالمند
۶/۹ درصد	جمعیت سالمندان	۷۹ درصد	ساکن مشهد
۴۸ درصد	مردان سالمند	۲۰ درصد	ساکن روستا