

बुजुर्गों की स्वास्थ्य स्थिति और अवसाद के बीच संबंध

करुणा¹ and डॉ. सुनीता सिंह²

शोधार्थी, गृह विज्ञान-विभाग

शोध निदेशक, गृह विज्ञान-विभाग

एन.आई.आई.एल.एम विश्वविद्यालय, कैथल (हरियाणा)

सारांश: बढ़ती आयु के साथ व्यक्ति के शारीरिक, मानसिक, सामाजिक तथा कार्यात्मक स्वास्थ्य में अनेक परिवर्तन दिखाई देते हैं। वृद्धावस्था में मधुमेह, उच्च रक्तचाप, हृदय रोग, स्ट्रोक, गठिया, दृष्टि एवं श्रवण संबंधी समस्याएँ, दीर्घकालिक दर्द, शारीरिक कमजोरी तथा बहुरोगिता जैसी स्वास्थ्य समस्याओं का जोखिम बढ़ जाता है। इन स्वास्थ्य समस्याओं का प्रभाव केवल शारीरिक कार्यक्षमता तक सीमित नहीं रहता, बल्कि व्यक्ति की मनोवैज्ञानिक स्थिति, सामाजिक सहभागिता और जीवन की गुणवत्ता को भी प्रभावित कर सकता है।

विशेष रूप से अवसाद वृद्ध व्यक्तियों में एक महत्वपूर्ण मानसिक स्वास्थ्य समस्या है, जो अक्सर शारीरिक बीमारी, कार्यात्मक निर्भरता, अकेलेपन, सामाजिक अलगाव, आर्थिक कठिनाइयों तथा जीवन में महत्वपूर्ण हानियों के साथ जुड़ा पाया जाता है। विश्व स्वास्थ्य संगठन के अनुसार वृद्धावस्था में शारीरिक स्वास्थ्य और मानसिक स्वास्थ्य एक-दूसरे से घनिष्ठ रूप से जुड़े हैं तथा पुरानी बीमारियाँ, कम गतिशीलता, अकेलापन और सामाजिक अलगाव अवसाद के जोखिम को बढ़ा सकते हैं। प्रस्तुत समीक्षा का उद्देश्य बुजुर्गों की स्वास्थ्य स्थिति और अवसाद के बीच संबंध को समझना, स्वास्थ्य संबंधी प्रमुख निर्धारकों की पहचान करना तथा सामाजिक और स्वास्थ्य सेवाओं के संदर्भ में इसके महत्व का विश्लेषण करना है।

मुख्य संकेतक: बुजुर्ग, वृद्धावस्था, स्वास्थ्य स्थिति, अवसाद, बहुरोगिता, शारीरिक स्वास्थ्य, मानसिक स्वास्थ्य, जीवन की गुणवत्ता।