تدهور الصحة الوظيفية لدى كبار السن: دراسة أمريكية تكشف عن اتجاهات مقلقة

تأليف

مدرس الدكتور محمد لوتي

فبراير 23, 2026

اقتبس من هذا المقال

مدرس الدكتور محمد لوتي (2026). تدهور الصحة الوظيفية لدى كبار السن: دراسة أمريكية تكشف عن اتجاهات مقلقة. عرب سايكلوجي. تم الاسترجاع من https://arabpsychology.com/?p=119304

ARABPSYCHOLOGY.COM

تخيل رجلاً في الستينيات من عمره، نشيطًا طوال حياته، يجد صعوبة متزايدة في صعود الدرج أو حمل أكياس التسوق. قد يربط هذا التدهور في القدرة البدنية بأسباب واضحة مثل مشاكل القلب أو السكري، لكن ما الذي يحدث عندما تكون الأسباب أقل وضوحًا، مرتبطة بصحة نفسية أو مشاكل جسدية لا تحظى بنفس القدر من الاهتمام؟ هذا السؤال هو جوهر دراسة جديدة تلقي الضوء على العوامل التي تؤثر على القدرة الوظيفية لدى كبار السن من الرجال في الولايات المتحدة.

منهجية البحث

قام الباحثون بقيادة مايكل أ. ستورز بتحليل بيانات من دراسة وطنية طويلة الأمد شملت آلاف الرجال الأمريكيين الذين تزيد أعمارهم عن 60 عامًا. ركزت الدراسة على تقييم تصور الرجال لصحتهم الجسدية والنفسية، وكيف ترتبط هذه التصورات بقدرتهم على أداء الأنشطة اليومية الأساسية مثل المشي، والاستحمام، وارتداء الملابس. لم يقتصر الباحثون على تشخيص الأمراض المعروفة، بل اهتموا بشكل خاص بالمشاكل الصحية التي يبلغ عنها الرجال بأنفسهم، حتى لو لم تكن مصحوبة بتشخيص طبي رسمي. استخدمت الدراسة استبيانات مفصلة لجمع معلومات حول مجموعة واسعة من المشاكل الصحية، بما في ذلك الألم المزمن، ومشاكل الجهاز الهضمي، والقلق، والاكتئاب، بالإضافة إلى الأمراض الأكثر شيوعًا مثل أمراض القلب والسكري.

تجميع البيانات وتحليلها

تم جمع البيانات على مدى عدة سنوات، مما سمح للباحثين بتتبع التغيرات في الصحة الوظيفية للرجال مع مرور الوقت. استخدم الباحثون نماذج إحصائية متطورة لتحليل العلاقة بين المشاكل الصحية المختلفة والقيود الوظيفية. ركز التحليل بشكل خاص على تحديد المشاكل الصحية التي كانت مرتبطة بشكل أقوى بتدهور القدرة الوظيفية، حتى بعد أخذ عوامل أخرى في الاعتبار مثل العمر، والعرق، ومستوى التعليم، والحالة الاجتماعية والاقتصادية.

النتائج

كشفت النتائج عن اتجاه مثير للاهتمام: المشاكل الصحية التي تحظى عادةً باهتمام أقل من الصحة العامة، مثل الألم المزمن ومشاكل الجهاز الهضمي، كانت مرتبطة بشكل كبير بالقيود الوظيفية لدى كبار السن من الرجال. في حين أن أمراض القلب والسكري كانت بالتأكيد عوامل مهمة، إلا أنها لم تكن دائمًا المؤشرات الأكثر قوة للتدهور الوظيفي. على سبيل المثال، وجد الباحثون أن الرجال الذين أبلغوا عن مستويات عالية من الألم المزمن كانوا أكثر عرضة للإبلاغ عن صعوبة في المشي أو صعود الدرج، حتى لو لم يكن لديهم تاريخ من أمراض القلب أو السكري.

الأمر الأكثر إثارة للدهشة هو أن المشاكل الصحية النفسية، مثل القلق والاكتئاب، لعبت أيضًا دورًا مهمًا. الرجال الذين عانوا من أعراض الاكتئاب كانوا أكثر عرضة للإبلاغ عن صعوبة في أداء المهام اليومية، حتى لو لم تكن لديهم مشاكل جسدية واضحة. يشير هذا إلى أن الصحة النفسية يمكن أن يكون لها تأثير مباشر على القدرة البدنية، وأن تجاهل المشاكل النفسية يمكن أن يؤدي إلى تدهور في الصحة الوظيفية.

دلالات البحث

تحمل هذه الدراسة دلالات مهمة للصحة العامة. تشير إلى أن التركيز على الأمراض الأكثر شيوعًا مثل أمراض القلب والسكري قد يكون غير كافٍ لتحسين الصحة الوظيفية لدى كبار السن من الرجال. من الضروري أيضًا معالجة المشاكل الصحية الأقل وضوحًا، مثل الألم المزمن ومشاكل الجهاز الهضمي، بالإضافة إلى المشاكل الصحية النفسية.

ARABPSYCHOLOGY.COM

يؤكد الباحثون على أهمية اتباع نهج شامل للرعاية الصحية يراعي جميع جوانب صحة الفرد، بما في ذلك الصحة الجسدية والنفسية والاجتماعية. يجب على الأطباء أن يسألوا المرضى عن مجموعة واسعة من المشاكل الصحية، وليس فقط تلك التي تعتبر تقليديًا ذات صلة بأمراض الشيخوخة. بالإضافة إلى ذلك، يجب توفير الدعم النفسي والاجتماعي للمرضى الذين يعانون من مشاكل صحية نفسية، حيث يمكن أن يكون لهذا الدعم تأثير كبير على صحتهم الوظيفية.

تذكرنا هذه الدراسة بأن الصحة ليست مجرد غياب المرض، بل هي حالة من الرفاهية الجسدية والعقلية والاجتماعية. من خلال فهم العوامل التي تؤثر على الصحة الوظيفية لدى كبار السن من الرجال، يمكننا تطوير استراتيجيات أكثر فعالية لتعزيز صحتهم ونوعية حياتهم.

Reference

Storz M.A. (2026). *Trends in self-perceived physical and* mental health *problems causing functional limitations in US men aged 60 years or older*. The Aging Male, 29(1), 2630537-2630537.

DOI: 10.1080/13685538.2026.2630537

ARABPSYCHOLOGY.COM