

## ● Stáří

## Osnova tématu

---

- Biologické stáří
- Celoživotní proces, projevy jsou zřetelnější na přelomu 4. a 5. desetiletí (zaleží na každém jedinci a prostředí)
- **Biologické stáří** – konkrétní označení změn (atrofie, pokles funkční zdatnosti, změny regulačních a adaptačních mechanismů)
- Zákonitý proces, zakódováno genetickou informací, ani v optimálních podmínkách nelze hranici nad jistou míru posunout
  
- Sociální stáří
- Odchod do starobního důchodu
- Změna rolí, životního způsobu, ekonomického zajištění
- První věk – předproduktivní, dětství, mládí, profesní příprava, získávání zkušeností a znalostí
- Druhý věk – produktivní, dosažení dospělosti, založení rodiny, práce
- Třetí věk – post-produktivní, pokles zdatnosti, věk odpočinku
- Čtvrtý věk – období závislosti (není zákonité)
- Proces stárnutí je individuální, variabilní
- Proces je dán různou genetickou výbavou, životními podmínkami, interakcí s prostředím, životním stylem
- Asynchronní proces, postihující nerovnoměrně různé struktury a funkce organismu
- Od 30 let se pravděpodobnost úmrtí každých osm let zdvojnásobuje
- Dochází k somatickým změnám
  
- Atrofie tkání, zmnožení vaziva a tuku
- Úbytek LBM (lean body mass)
- Zvýšení obsahu tělesného tuku
- Zmenšení celkového objemu vody
- Ukládání vápníku do tkání

Pokles svalové síly, zhoršení pohybové koordinace

- Zhoršení adaptace, snížení odolnosti vůči zátěži
- Vady oběhového systému, endokrinní systém
- Poruchy metabolismu, imunitního systému
- Vylučovací systém
- Snížená vitalita, zhoršení smyslového vnímání
- demence
- Podpora a péče – je poskytováno chybějící zázemí a péče
- Léčba, výchova resocializace – nemocnice, léčebná a rehabilitační zařízení
- Omezení, vyloučení represe – např. vězení
- Péče v rodině
- Sociální péče v ambulantních podmínkách
- Ústavní a polo-ústavní péče
  
- Domovy důchodců (plná sociální a zdravotní péče)
- Domovy – penziony (částečné poskytování péče)
- Ústavy sociální péče se zvýšenou psychiatrickou péčí
- Hospicová péče