

Original Article

مقایسه ابعاد کیفیت زندگی در دهه های سنی مختلف: پیش بینی برای سالمندان

وحید نجاتی^{۱*}، خدابخش احمدی^۲، مریم شریفیان^۳، فاطمه شعاعی^۴

۱- دانشگاه شهید بهشتی، تهران، ایران.

۲- مرکز تحقیقات علوم رفتاری دانشگاه علوم پزشکی بقیه الله، تهران، ایران.

۳- گروه روانشناسی، دانشگاه شهید بهشتی، تهران، ایران.

۴- گروه روانشناسی، دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی، تهران، ایران.

تاریخ پذیرش مقاله: ۱۳۹۰/۱۰/۱۹

تاریخ دریافت مقاله: ۱۳۹۰/۰۳/۲۴

چکیده

زمینه و هدف: مطالعه کیفیت زندگی در گروه های سنی مختلف می تواند راهنمای خوبی برای پیش بینی کیفیت زندگی سالمندان باشد. بر این اساس می توان راهبردهای پیشگیری و مداخله را برای گروه های سنی مختلف تعریف نمود. هدف از این مطالعه مقایسه کیفیت زندگی در هفت دهه ی سنی می باشد.

مواد و روش ها: مطالعه مقطعی حاضر روی ۱۹۱۴ شهروند تهرانی در سال ۱۳۸۸ انجام شد. روش نمونه گیری، طبقه بندی چند مرحله ای بود. ابزار مورد استفاده، پرسش نامه ۳۶ سوالی کیفیت زندگی بود که به وسیله پرسشگر تکمیل می شد. روش آماری تحلیل واریانس برای تحلیل یافته ها مورد استفاده قرار گرفت.

نتایج: کیفیت زندگی در ابعاد نقش جسمی، فعالیت فیزیکی، سلامت عمومی، سلامت روان و درد جسمی در گروه های سنی مورد بررسی تفاوت معنی دار داشت (برای مورد اول در سطح ۰/۰۵ و برای سایر موارد در سطح ۰/۰۱). زمان شروع درد جسمی، ۳۰ سالگی؛ افت سلامت عمومی، ۴۰ سالگی؛ افت فعالیت فیزیکی و سلامت روان، ۶۰ سالگی و ناتوانی در ایفای نقش فیزیکی، ۷۰ سالگی است.

نتیجه گیری: بر اساس یافته های مطالعه حاضر برای ارتقاء کیفیت زندگی سالمندان باید آموزش و مداخله در خصوص درد جسمی از سن ۳۰ سالگی و آموزش در خصوص وضعیت سلامت از ۴۰ سالگی شروع شود. فعالیت های فیزیکی مناسب با سن برای سالمندان ۶۰ سال و بالاتر باید آموزش داده شود.

کلمات کلیدی: کیفیت زندگی، دوره زندگی، سن

مقدمه

کیفیت زندگی گردد (۵ و ۶). بر اساس تعریف سازمان بهداشت جهانی کیفیت زندگی درکی است که فرد از موقعیت زندگی خود در بافت فرهنگی و سیستم ارزشی که در آن زندگی می کند، به دست می آورد (۷). علاوه بر این «کیفیت زندگی وابسته به سلامت» یک مفهوم جامع از وضعیت جسمی، عاطفی، رفاه، سطح استقلال، ارتباطات اجتماعی و ارتباط آن ها با وجوه برجسته محیطی می باشد (۸).

کیفیت زندگی در حقیقت هدف آرمانی مراقبت های بهداشتی است و میزان تأثیر سلامتی بر زندگی فرد را ارزیابی می نماید. بر این اساس یک خدمت بهداشتی، تنها زمانی مطلوب و شایسته است که کیفیت زندگی را به همراه کمیت زندگی در فرد تحت مراقبت، افزایش دهد (۹).

گروهی از مطالعات نشان داده اند که افراد جوان و افراد سالمند وجوه متفاوتی از زندگی را برای ارزیابی کیفیت زندگی خود مهم می دانند. افراد جوان بیشتر به ارتباط، شادی، کار و درآمد اهمیت می دهند، در مقابل

وقایع دوره زندگی بر کیفیت سالمندی اثرگذار است (۱ و ۲). محرومیت های روانی اجتماعی کودکی به تدریج رشد می یابند و منجر به موقعیت شغلی نامناسب در بزرگسالی می شوند. فرایندهای ناخوشایند اثر تجمعی دارند و از نظر زیستی نشان داده شده است که سلامت سالمندی از این فرایندهای اجتماعی تجمعی متأثر است. بدن مانند سامانه ای است که ضرر و فایده های دوران زندگی را جمع می نماید. به عنوان مثال همان گونه که آسیب جدی در دوران بحرانی رشد موجب صدمات جبران ناپذیر می شود، صدمات کوچک تر متعدد در دوره زندگی نیز با هم جمع شده و در سالمندی نمود پیدا می کنند (۳).

کیفیت زندگی مجموعی از حالات عاطفی و شناختی افراد در برابر وضعیت جسمی، روانی و اجتماعی خود است (۴). طی چند دهه اخیر کیفیت زندگی به عنوان معیار مهم سلامت شناخته شده است. به نحوی که این باور را ایجاد نموده است که نتایج خدمات سلامت نه تنها باید موجب افزایش امید به زندگی شود، بلکه باید موجب ارتقاء

* نویسنده مسئول: وحید نجاتی، استادیار علوم اعصاب شناختی، دانشگاه شهید بهشتی، تهران، ایران.
تلفن: ۲۹۹۰۲۳۳۹
Email: nejati@sbu.ac.ir

۲۰۰۰ پرسش نامه بود که با توجه به تعداد افراد مشارکت کننده نرخ پاسخ ۹۵/۷ درصد می باشد.

جدول شماره ۱ مشخصات جمعیت شناختی نمونه ها را نشان داده است. ترکیب سنی جمعیت مطالعه حاضر به دلیل تصادفی بودن انتخاب در خوشه انتهایی، سن افراد نمونه نماینده ای از ترکیب سنی جمعیت جامعه می باشد که این موضوع با مشاهده درصد جمعیت در دهه های سنی مشخص است. وضعیت تأهل، تحصیلات نیز به تفکیک دو جنس آورده شده است.

جدول ۱: مشخصات دموگرافیک نمونه های مورد بررسی

مشخصات	مرد فراوانی (درصد)	زن فراوانی (درصد)	جمع فراوانی (درصد)
زیر ۲۰ سال	۱۶۸ (۱۹/۸۸)	۱۹۱ (۱۸/۲۲)	۳۵۹ (۹۶/۱۸)
۲۰ - ۲۹ سال	۱۹۶ (۲۳/۱۹)	۲۵۶ (۲۴/۴۲)	۴۵۲ (۲۳/۸۷)
۳۰ - ۳۹ سال	۱۳۴ (۱۵/۸۵)	۱۸۷ (۱۸/۷۴)	۳۲۱ (۱۶/۹۵)
۴۰ - ۴۹ سال	۱۱۵ (۱۳/۶۰)	۱۹۵ (۱۸/۶۰)	۳۱۰ (۱۶/۳۷)
۵۰ - ۵۹ سال	۱۰۶ (۱۲/۵۴)	۱۱۲ (۱۰/۶۸)	۲۱۸ (۱۱/۵۱)
۶۰ - ۶۹ سال	۷۸ (۹/۲۳)	۷۳ (۶/۹۶)	۱۵۱ (۷/۹۶)
۷۰ - ۷۹ سال	۳۵ (۴/۱۴)	۲۹ (۲/۷۶)	۶۴ (۳/۳۸)
۸۰ سال و بالاتر	۱۳ (۱/۵۳)	۵ (۰/۴۷)	۱۸ (۰/۹۵)
مجرد	۳۳۲ (۱۷/۳۴)	۳۳۸ (۱۷/۶۵)	۶۷۰ (۳۵)
متاهل	۴۴۷ (۲۳/۳۵)	۱۰۰۳ (۵۲/۳۷)	۱۴۵۰ (۷۵/۷۵)
فوت همسر	۴۲ (۲/۱۹)	۶۹ (۰/۰۵)	۷۱ (۳/۷۰)
مطلقه	۲۳ (۱/۲۰)	۴۱ (۲/۱۴)	۶۴ (۳/۳۴)
بی سواد	۰ (۰)	۱ (۰/۱۰)	۱ (۰/۰۵)
ابتدایی	۶۰ (۷/۳۸)	۷۹ (۷/۹۰)	۱۳۹ (۷/۶۷)
راهنمایی	۱۰۳ (۱۲/۶۸)	۹۰ (۹/۰۰)	۱۹۳ (۱۰/۶۵)
دبیرستان	۳۱۰ (۳۸/۱۷)	۳۸۴ (۳۸/۴۳)	۶۹۴ (۳۸/۳۲)
دانشگاهی	۳۲۳ (۳۹/۷۷)	۴۳۲ (۴۳/۲۴)	۷۵۵ (۴۱/۶۸)
حوزوی	۱۶ (۱/۹۷)	۱۳ (۱/۳۰)	۲۹ (۱/۶۰)

جدول شماره ۲ نتایج آزمون تحلیل واریانس برای تفاوت ابعاد مختلف کیفیت زندگی در گروه های سنی مختلف را نشان می دهد. همان گونه

سالمنان بیشتر به وضعیت سلامت خود اهمیت می دهند (۱۰). بر این اساس اولویت های افراد در طول زندگی ثابت باقی نمی ماند و افراد در طول زندگی خود کیفیت زندگی خود را متفاوت ارزیابی می نمایند (۱۱). این تفاوت در ارزیابی می تواند منتج از تفاوت در نیاز باشد و با مطالعه این تفاوت ها می توان کیفیت زندگی را در آن سنین و سنین متعاقب آن بهبود بخشید. مطالعات متعددی در کشور کیفیت زندگی را در سالمنان مورد بررسی قرار داده است ولیکن به نظر می رسد مطالعه سنین مختلف جهت دستیابی به الگویی برای کیفیت زندگی سالمنان مفید است. سوال مطالعه حاضر این است که افت ابعاد مختلف کیفیت زندگی از چه سنی شروع می شود؟ آیا ورود به دهه شصت مقارن با افت ابعاد مختلف کیفیت زندگی است؟ بر اساس این یافته می توان سالمندی سالم را از گروه های سنی پایین تر طرح ریزی نمود.

مواد و روش ها

پژوهش حاضر یک مطالعه توصیفی - مقطعی می باشد. جامعه پژوهش مشتمل بر کلیه شهروندان تهرانی می باشد. محیط پژوهشی این طرح کلیه خانوارهای ساکن در تهران بودند که از طریق آدرس جغرافیایی آن ها در فهرست خانوار شهری به دست آمد. روش نمونه گیری تصادفی طبقه بندی شده بود، بدین ترتیب که محقق ده ناحیه را بر اساس تقسیمات ناحیه ای شهرداری انتخاب و سپس در هر ناحیه سه محله را انتخاب نمود و با ارسال پرسشگر به محله مورد نظر پرسش نامه ها به صورت انتخاب تصادفی ساده منازل تکمیل گردید. برای جمع آوری اطلاعات از پرسش نامه ۳۶ سوالی کیفیت زندگی^۱ استفاده شد که مستقیماً با مراجعه پرسشگر به شهروند نسبت به تکمیل آن اقدام گردید. روایی و پایایی این ابزار برای سالمنان ایرانی در مطالعه ای قبلاً مورد تأیید قرار گرفته است. در این مطالعه ثبت درونی^۲ برای کلیه زیر آزمون های پرسش نامه بالای ۰/۷ نشان داده شده است. همچنین تکرارپذیری پرسش نامه خوب و اعتبار آن نیز قابل قبول گزارش شده است. در مورد تکرارپذیری ضریب کرومباخ آلفا^۳ مورد محاسبه معادل ۰/۷ بوده است (۱۲).

در مواردی که شهروند مایل به پاسخگویی نبود فرد دیگری در همان خوشه به صورت تصادفی انتخاب می شد. تعداد نمونه ها در این مطالعه ۱۹۱۴ نفر بود. جهت تکمیل پرسش نامه کلیه نمونه های مورد مطالعه قبل از شرکت در مطالعه ضمن تشریح روند کامل مطالعه توسط پرسشگر، فرم رضایت نامه شرکت در طرح پژوهشی را تکمیل نمودند. جهت تجزیه و تحلیل اطلاعات با استفاده از آمار توصیفی در مورد متغیرهای کمی، میانگین و انحراف معیار محاسبه گردید و سپس تفاوت ابعاد مختلف کیفیت زندگی در گروه های مختلف سنی از طریق آزمون تحلیل واریانس محاسبه شد.

نتایج

این مطالعه مقطعی در سال ۱۳۸۸ در ۱۹۱۴ شهروند تهرانی با میانگین سنی ۳۶/۵۴، با انحراف معیار ۱۶/۸۷ و با دامنه سنی ۱۰ الی ۹۰ سال صورت گرفت. تعداد پرسش نامه های توزیع شده مورد استفاده

که در جدول آمده است به جز نقش اجتماعی و نقش عاطفی، سایر ابعاد کیفیت زندگی در گروه های سنی مختلف تفاوت معنی داری را نشان داده اند.

جدول ۲: نتایج آزمون تحلیل واریانس در ابعاد مختلف کیفیت زندگی در گروه های مختلف سنی

منابع تغییرات	میانگین مربعات	آماره F	سطح معنی داری
فعالیت فیزیکی بین گروهی درون گروهی	۳۰۸۷/۸۱ ۷۴۵/۶۷	۴/۱۴۱	۰/۰۰۱
سلامت عمومی بین گروهی درون گروهی	۵۴۶۶/۲۶ ۳۳۴/۰۰	۱۶/۳۶۶	۰/۰۰۰
نقش جسمی بین گروهی درون گروهی	۱۳۰۹/۲۹ ۴۹۷/۳۷	۲/۶۳۲	۰/۰۲۲
نقش اجتماعی بین گروهی درون گروهی	۱۲۸۸/۱۶ ۶۰۱/۲۶	۲/۱۴۲	۰/۰۵۸
نقش عاطفی بین گروهی درون گروهی	۹۹۸/۴۳ ۶۱۱/۶۴	۱/۶۳۲	۰/۱۴۸
قوه حیاتی بین گروهی درون گروهی	۱۸۲۶/۱۷ ۲۳۹/۵۹	۷/۶۲۲	۰/۰۰۰
سلامت روان بین گروهی درون گروهی	۱۲۵۸/۳۷ ۲۴۹/۷۸	۵/۰۳۸	۰/۰۰۰
درد جسمی بین گروهی درون گروهی	۱۳۰۱۹/۱۹ ۶۳۰/۰۲	۲۰/۶۶۵	۰/۰۰۰
مجموع ابعاد جسمی بین گروهی درون گروهی	۳۹۱۸/۲۷ ۲۴۷/۹۹	۱۵/۸۰۰	۰/۰۰۰
مجموع ابعاد روانی بین گروهی درون گروهی	۶۶۴/۹۲ ۱۱۲/۸۵	۵/۸۹۲	۰/۰۰۰

برای بررسی سطوح معنی داری در گروه های سنی مختلف آزمون تعقیبی توکی بر روی نمونه ها انجام شد. نتایج نشان داد تفاوت گروه های سنی در فعالیت فیزیکی فقط در گروه ششم (هفتاد سال و بالاتر) معنی دار است. بدین معنی که فقط در دهه هفتم به بعد فعالیت فیزیکی به طور معنی داری افت پیدا می کند و تفاوت در سایر گروه های سنی معنی دار نیست.

آزمون توکی نشان داد تفاوت معنی دار در سلامت عمومی مربوط به سه گروه آخر یعنی گروه سنی ۴۰ سال و بالاتر می باشد. بر این اساس سلامت عمومی از این سن به بعد به طور معنی داری افت پیدا می کند و در دهه های بعدی نیز این افت معنی دار می باشد.

آزمون تعقیبی توکی نشان داد ایفای نقش جسمی فقط در دهه هفتم و بالاتر به طور معنی دار افت می کند و تفاوت معنی دار در گروه های سنی در ایفای نقش اجتماعی مربوط به دهه چهارم می باشد. در این دهه ایفای نقش اجتماعی نسبت به سایر گروه ها بیشتر است. سایر گروه ها تفاوت معنی داری را در این بعد نشان ندادند.

در خصوص قوه یا نیروی حیاتی گروه سنی اول (۲۰ سال و پایین تر) تفاوت معنی داری با سایر گروه ها داشت. بدین معنی که در این گروه سنی این بعد بالاتر از سایر گروه ها بود. سایر گروه ها تفاوت معنی داری در این بعد نشان ندادند.

سلامت روان دهه ۶۰ به طور معنی داری از سایر دهه ها پایین تر است. دهه سنی نیز تفاوت معنی داری با گروه های سنی ۵۰ سال به بالا نشان می دهد که بیانگر بیشتر بودن کیفیت زندگی در این گروه است.

در خصوص درد جسمی گروه اول تفاوت معنی داری با سایر گروه ها دارد و درد جسمی در آن کمتر از سایر گروه ها می باشد. الگوی درد جسمی نشان می دهد که با افزایش سن میزان درد جسمی نیز افزایش می یابد.

در خصوص مجموع ابعاد جسمی، الگوی تغییر کاهش نمره در ورای سن می باشد. گروه زیر ۲۰ سال تفاوت معنی داری با سه گروه بالای ۵۰ سال نشان داد. دهه سی فقط با دو گروه دهه شصت و هفتاد تفاوت معنی دار داشت و دهه چهل فقط با دهه هفتاد تفاوت معنی دار داشت.

در خصوص مجموع ابعاد روانی، الگوی تغییر کاهش نمره، در ورای سن می باشد. گروه اول (زیر ۲۰ سال) با دهه سوم، ششم و هفتم تفاوت معنی دار دارد. دهه سوم نیز فقط با دهه هفتم تفاوت معنی دار دارد.

بحث

مطالعه حاضر نشان داد که به طور کلی، کلیه ابعاد زندگی با افزایش سن، کاهش می یابند. یکی از مسائل تأثیرگذار در کیفیت زندگی بیماری های مزمن است که مطالعات متعدد نشان داده اند نرخ شیوع بیماری های مزمن با افزایش سن افزایش می یابد (۱۶-۱۳). در مطالعه حاضر نشان داده شد که درد جسمی از ۳۰ سالگی به بعد با افزایش سن، افزایش می یابد، این افزایش با کاهش کیفیت زندگی هم خوان است. بر این اساس می توان بیماری مزمن را یکی از پیشگوه های کیفیت زندگی در سنین مختلف دانست.

مسأله دیگری که در ورای سن کیفیت زندگی را متأثر می سازد، افسردگی است (۱۷ و ۱۸). افسردگی مشکل شایع سالمندان است که بر ابعاد مختلف کیفیت زندگی آنان اثرگذار است. مطالعه حاضر نشان داد که سلامت روان در ورای سن کاهش می یابد و این موضوع را می توان عامل مهمی در افت کیفیت زندگی در دوران سالمندی قلمداد نمود. گروهی از مطالعات نشان داده اند که کارایی افراد افسرده حتی بیشتر از افراد با بیماری مزمن مانند دیابت و یا آرتروز افت می یابد (۱۹ و ۲۰).

یافته های مطالعه حاضر نشان داد فعالیت فیزیکی از ۶۰ سال به بالا شروع به افت می کند. لوکه (۲۰۰۶) در بررسی ارتباط بین فعالیت فیزیکی و ابعاد مختلف کیفیت زندگی نشان داد که هر هشت زمینه کیفیت زندگی در سالمندان با فعالیت فیزیکی بالاتر، به طور معنی داری بیشتر است (۲۱).

یافته ها نشان داد که درک کلی از سلامت از سن ۴۰ سالگی افت می یابد، این موضوع را می توان به نیاز افراد به اطلاعات بیشتر از سلامت خود به دلیل بروز بیماری ها دانست. با افزایش سن و با



(۲۵) نشان داده شده است. دلیل این شیوع می تواند در تجربه های افسردگی برانگیز و مضطرب کننده مانند داغداری، بیماری های دردناک (۲۶) و یا اختلالات شناختی باشد (۲۷). ارتباط بین افسردگی، اضطراب و سلامت شناختی ریشه در نظریه تغییرات شناختی وابسته به سن قطعه پیشانی دارد. مسیر قشری - استریاتومی - پالیدمی - تالاموسی - قشری قویا با عملکردهای شناختی اجرایی قطعه پیشانی در ارتباط است در افراد افسرده و مضطرب دچار نا کارآمدی می گردد (۲۸ و ۲۹).

نتیجه گیری

بر اساس یافته های مطالعه حاضر برای ارتقاء کیفیت زندگی سالمندان آموزش و مداخله در خصوص درد جسمی باید از سن ۳۰ سالگی و آموزش در خصوص وضعیت سلامت باید از ۴۰ سالگی شروع شود. این یافته ها می تواند راه گشای سیاست گذاران سلامت سالمندان برای هدف سالمندی سالم باشد.

References

- Kuh D, Ben-Shlomo Y. (Eds.). A life course approach to chronic disease epidemiology. Oxford: Oxford University Press; 1997.
- Kuh D, Hardy R. (Eds.). Life course approach to women's health. Oxford: Oxford University Press; 2002.
- Mann S, Wadsworth M, Colley J. Accumulation of factors influencing respiratory illness in members of a national birth cohort and their offspring. *Journal of Epidemiology and Community Health*. 1992;46:286-292.
- Schwartz CE, Andresen EM, Nosek MA, Krahn GL. Response shift theory: important implications for measuring quality of life in people with disability. *Arch Phys Med Rehabil*. 2007;88:529-536.
- Katschnig H. How useful is the concept of quality of life in psychiatry? In H. Katschnig, H. Freedman, & N. Sartorius (Eds.), *Quality of life in mental disorders* (pp. 3-17). Chichester, England: John Wiley & Sons. 2006.
- Kaplan RM. The significance of quality of life in health care. *Quality of Life Research*. 2003;12:3-16.
- WHO. The development of the World Health Organization quality of life assessment instrument (the WHOQOL). In J. Orley, & W. Kuyken (Eds.), *Quality of Life Assessment: International Perspectives* (pp. 41-57). 1994 Berlin: Springer.
- WHOQoL Group. World Health Organisation quality of life assessment: position paper from the World Health Organisation. *Social Science and Medicine*. 1995;41:1403.
- Hinchliff, Susan, *Nursing and health Care*, 2nd edition, Edward Arnold Company; 1993.
- Bowling A. The most important thing in life. Comparison between older and younger populations age groups by gender. Results from a national survey of the public judgement. *International Journal of Health Sciences*. 1995;6(4):169-175.
- Browne JP, O'Boyle CA, McGee HM, Joyce CRB, McDonald NJ, Malley KO. Individual quality of life in the healthy elderly. *Quality of Life Research*. 1994;3:235-244.
- Vahdaninia M, Goshtasebi A, Montazeri A, Maftoon F. Health related quality of life in an elderly population in Iran: a population-based study. *Payesh*. 2005;4:113-120. [Article in Persian]
- Blyth FM, March LM, Brnabic AJ, Jorm LR, Williamson M, Cousins MJ. Chronic pain in Australia: a prevalence study. *Pain*. 2001;89:127-134.
- Ng KF, Tsui SL, Chan WS. Prevalence of common chronic pain in Hong Kong adults. *Clin J Pain*. 2002;18:275-281.
- Buskila D, Abramov G, Biton A, Neumann L. The prevalence of pain complaints in a general population in Israel and its implications for utilization of health services. *J Rheumatol*. 2000;27:1521-1525.
- Catala E, Reig E, Artes M, Aliaga L, Lopez JS, Segu JL. Prevalence of pain in the Spanish population: telephone survey in 5000 homes. *Eur J Pain*. 2002;6:133-140.
- Isacson D, Bingefors K, von Knorring L. The impact of depression is unevenly distributed in the population. *Eur Psychiatry*. 2005;20:205-212.
- Bello M, Puentes-Rosas E, Medina-Mora ME, Lozano R. Prevalence and diagnosis of depression in Mexico. *Salud Publica Mex*. 2005;47 (Suppl 1):S4-S11.
- Wells K, Golding JM, Burnam MA. Psychiatric disorder and limitations in physical functioning in a sample of Los Angeles general population. *Am J Psychiatry*. 1988;145:712-717.
- Beekman AT, Kriegsman DM, Deeg DJ, van Tilburg W. The association of physical health and depressive symptoms in the older population: age and sex differences. *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol*. 1995;30:32-38.

ظهور بیماری های مزمن، افراد نیاز بیشتری به دانش در مورد سلامت خود دارند و در صورتی که این نیاز آموزشی تأمین نشود، درک کلی از سلامت افت پیدا می کند. بر این اساس پیشنهاد می شود کلاس های آموزش سلامت از این گروه سنی آغاز شود.

عملکرد جسمی از سن ۷۰ سالگی افت می یابد که این موضوع را نیز می توان به ظهور بیماری های مزمن و افسردگی در این سن ربط داد. در سنین پایین تر فعالیت جسمی از افت کیفیت زندگی جلوگیری می کند. سورنسن نشان داد که در سنین میان سالی (۴۰ تا ۶۰ سال) کیفیت زندگی ارتباط معنی داری با توانایی های کاری افراد دارد (۲۲).

سلامت روان نیز از ۶۰ سالگی به بعد افت می یابد. افسردگی و اضطراب شایع ترین مشکلات روانی در سالمندان می باشد که به طور مشخص موجب افت کیفیت زندگی، افت کارایی آنان می گردد (۲۳). در مطالعات داخلی شیوع افسردگی بر اساس مقیاس افسردگی سالمندان ۳۴/۲ افسردگی شدید و ۴۴/۱ افسردگی متوسط (۲۴) و بر اساس پرسش نامه ۲۸ سوالی سلامت عمومی شیوع افسردگی ۴۸/۳



21. Sabbah I, Drouby N, Sabbah S, Retel-Rude1 N and Mercier M. Quality of Life in rural and urban populations in Lebanon Using SF-36 Health Survey. *Health and Quality of Life Outcomes*, 1.
22. Sorensen LE, Pekkonen MM, Mannikko KH, Louhevaara VA, Smolander J, Alen MJ. Associations between work ability, health-related quality of life, physical activity and fitness among middle-aged men. *Applied Ergonomics*. 2008;39:786–790.
23. Charney DS, Reynolds III CF, Lewis L. Depression and Bipolar Support Alliance consensus statement on the unmet needs in diagnosis and treatment of mood disorders in late life. *Arch. Gen. Psychiatry*. 2003;60:664–672.
24. Joghataei MT, Nejati V. Assessment of Health Status Elderly People in the City of Kashan. *Salmand*. 2006;1(1):3-8. [Article in Persian]
25. Nejati V. Assessing the health status of elderly people in the province of Qom. *Qazvin University of Medical science*. 2009;13(1):67-72.
26. Kals-Godley J, Gatz M, Fiske A. Depression and depressive symptoms in old age. In: Nordhus IH, VandenBos GR, Berg S, Fromholt P, eds. *Clinical Geropsychology*. Washington DC: American Psychological Association. 1998:211-217.
27. Collins MW, Abeles N. Subjective memory complaints and depression in the able elderly. *Clin Gerontol*. 1996;16(4):29-54.
28. Nejati V. Evaluation of relationship between executive function of brain and mental health in older adults. *Motaleat ravanshenakhti (psychological studies)*. 2009;5(2):27-44. [Article in Persian]
29. Nejati V, Ashayeri H. Effect of Depression on cognitive health of older adult. *Salmand (Elderly)*. 2009;2(2):85-94. [Article in Persian]



Original Article

Comparing Quality of Life Dimension in Different Age Decades: Prediction for Aging

Nejati V^{*1}, Ahmadi K², Sharifian M³, Shoaee F³

1- Shahid Beheshti University, Tehran, Iran

2- Baghiyatollah University of Medical Sciences, Tehran, Iran.

3- Department of Psychology, Shahid Beheshti University, Tehran, Iran.

4- Department of Psychology, University of Social Welfare and Rehabilitation Sciences, Tehran, Iran.

Abstract

Background & Objective: Quality of life in different age groups can consider as good predictor of elderly quality of life. The purpose of present study is comparing quality of life in different age decade.

Materials & Methods: This cross sectional study performed in 1914 citizens of Tehran with SF36 questionnaire. The method of Sample selection was multistage classification. We used One Way ANOVA for analysis.

Results: Findings show that quality of life dimension reduced in role physical, physical activity, general health, mental health and bodily pain. (P- Value was less than 0.05 for role physical and less than 0.01 for all others). Falling in bodily pain started in 30 years old and for general health 40, physical activity and mental health 60 and physical role were 70 years old.

Conclusion: Based on our finding, education and intervention for bodily pain should be started at the age of 30 years old and for the general health at 40 years old. The education of age matched physical activity should be done for people above 60 years old.

Keywords: Quality of Life, Life Course, Age

* **Corresponding author:** Nejati Vahid, Assistant Professor of Shahid Beheshti University, Tehran, Iran.

Tel: +98 21 29902339

Email: nejati@sbu.ac.ir