

---

# DOBA DOŽITÍ VE ZDRAVÍ

*SLEDOVÁNÍ, VÝVOJ, SOUVISLOSTI*



# ÚVODEM

- Populace stárne a pravděpodobně stárnout bude.
- I když poslední data z roku 2020 ukazují, že covid způsobil pokles, a to jak počtu seniorů, tak naděje na dožití.
- Zejména ve vyspělých zemích klesá porodnost a prodlužuje se délka života.
- **To s sebou nese další otázky a problémy:**
  - Odhad dopadů na zdravotnictví a jeho zabezpečení.
  - Odhad dopadů na sociální systémy a jeho zabezpečení.
  - Dopady na důchodové systémy a jejich udržitelnost.
  - Dopady na ekonomiku – potažmo zvyšování důchodového věku.
- **Uvědomuje si to i WHO či EU.**

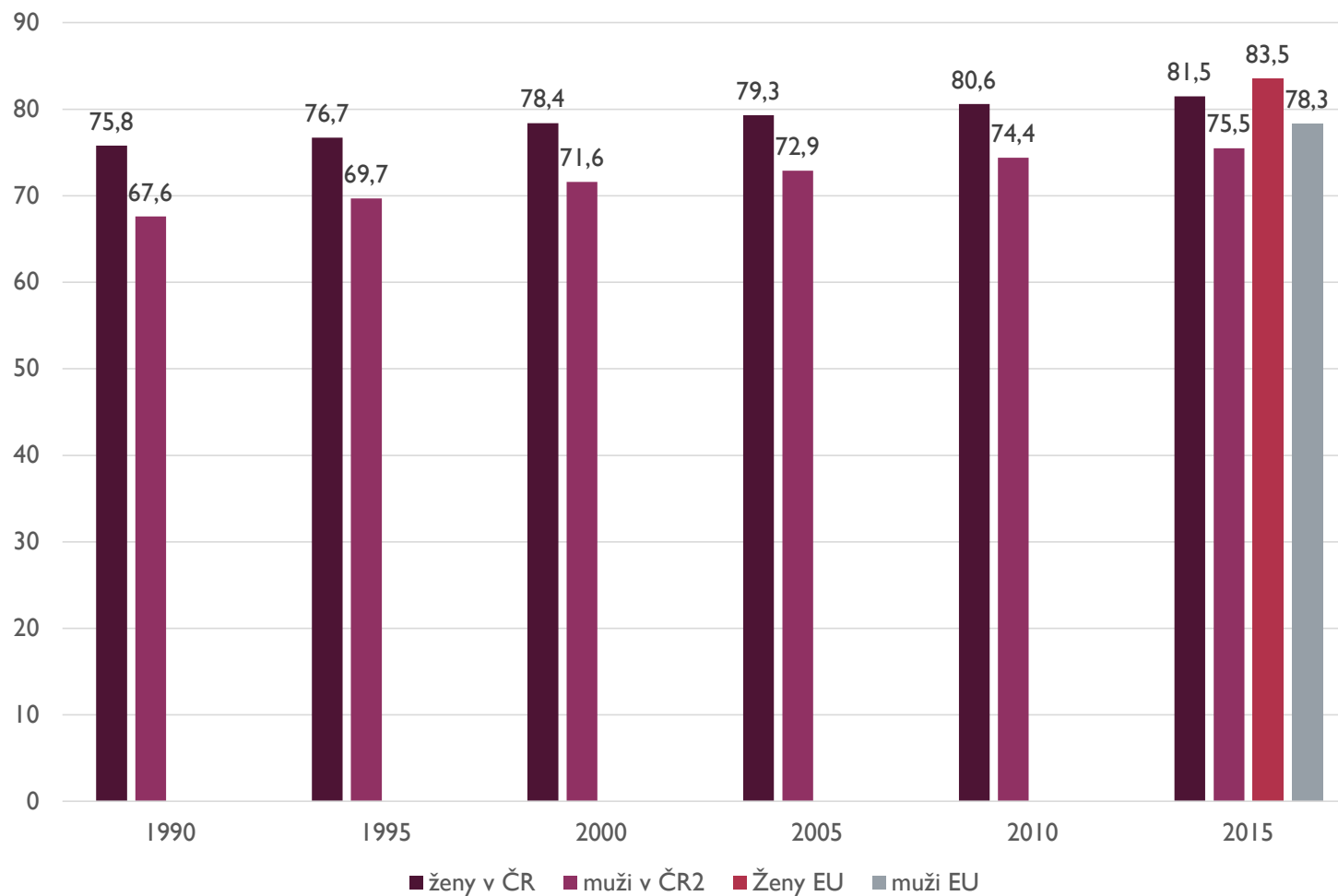
---

# Úvodem

- **Zaměřují se proto nejen na délku života, ale na délku života ve zdraví.**
- **O zdravém stárnutí, jako systematicky podporovaném, plánovaném úsilí o propagaci zdraví, byla zmínka již v roce 1998 v Plánu 5 v politice WHO „Zdraví pro všechny v 21. století“**
- **EU se rozhodla zahrnout vybranou sadu ukazatelů nadějí dožití podle zdravotního stavu mezi Zdravotnické ukazatele Evropského společenství.**
- **Ukazatel naděje dožití bez dlouhodobého omezení běžných činností byl v roce 2004 vybrán v roce mezi Strukturální ukazatele sloužící k hodnocení strategických cílů EU (Lisabonská strategie) pod názvem **délka života ve zdraví - Healthy Life Years (HLY).****

- 
- HLY je jedním z indikátorů, jimiž se délka života ve zdraví měří.
  - **Dalšími jsou :**
    - Naděje dožití ve zdraví (Healthy life expectancy, HLE).
    - Naděje dožití vážená zdravotním stavem (Health-Adjusted Life, HALE) podle WHO.
  - **Indikátory** - souhrnné ukazatele zdravotního stavu obyvatelstva.
  - Všechny jsou do značné míry subjektivní, kombinují demografická data s dotazníkovým šetřením.

# Doba dožití



# CO JE DÉLKA ŽIVOTA VE ZDRAVÍ

- **Celkovou naději dožití lze rozdělit na doby strávené v různých zdravotních stavech.**
  - Délka života bez zdravotního omezení.
  - Délka života s menším zdravotním omezením.
  - Délka života s výrazným zdravotním omezením.
  - Délka života bez chronické nemoci.
  - Délka života s chronickou nemocí.

- 
- Doba dožití ve zdraví je doba bez větších omezení.
  - Jde o počet let, po které se očekává, že osoba bude nadále žít ve zdravém stavu.
  - Zdravý stav je definován jako stav bez omezení ve fungování a bez postižení.
  - Poslední komplexní data jsou z roku 2018.
  - Ukazovala, že ČR je pod průměrem Evropské unie v počtu let, kdy člověk žije ve zdraví.
  - A to ve všech třech indikátorech.

## ➤ HLY

- Počet let, po kterých se v EU bude nadále žít ve zdravém stavu, se na základě údajů z roku 2018 odhadovalo na **64,2 let u žen a 63,7 let u mužů**.
- **V České republice mají ženy průměrně 63,4 roku zdravého života, muži 62,2 roku.** Rozdíl mezi pohlavími je 1,2 roku.

## ➤ HLE

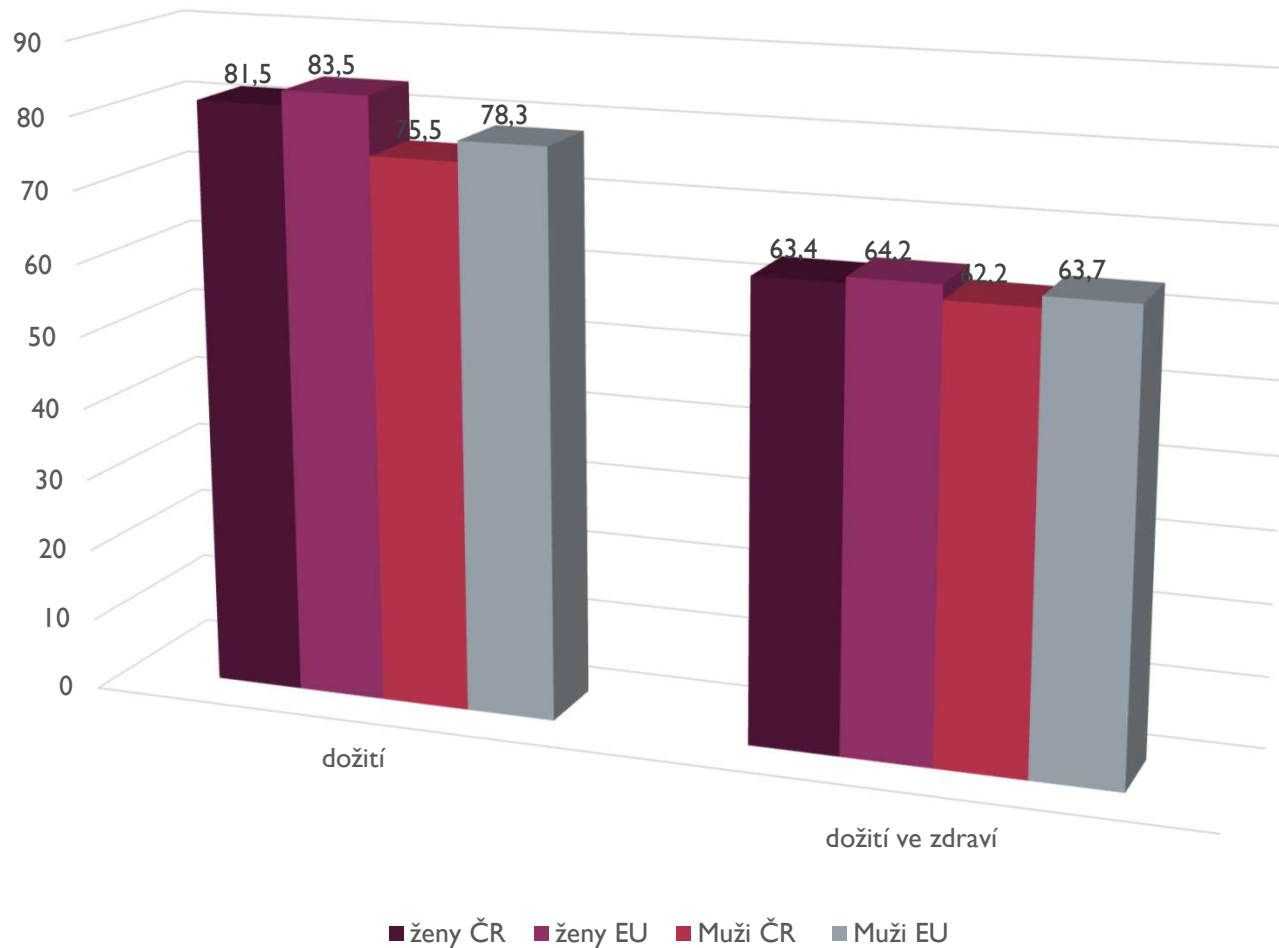
- Počet let, po kterých se v EU bude nadále žít ve zdravém stavu, se na základě údajů z roku 2018 odhadovalo **v průměru na 74,8 let u, v ČR ale jen 71,4 roku zdravého života.**

## ➤ HALE

- Počet let, po kterých se v EU bude nadále žít ve zdravém stavu, se na základě údajů z roku 2018 odhadovalo **v průměru na 69,9 let u, v ČR ale jen 67,1 roku zdravého života.**



# Doba dožití vs. dožití ve zdraví



- 
- Pokud se podíváme na život po 65 roce života, pak ženy v ČR mají šanci prožít 45 % života bez dlouhodobého omezení běžných činností\*.
    - Z toho 8,6 let (40 % let, které jim v tomto věku zbývají) bez omezení,
    - 7,7 let (36 %) s mírným omezením aktivit,
    - 5,0 let (24%) se závažným omezením aktivit,
  - Muži ve věku 65 let prožili bez dlouhodobého omezení běžných činností 54 % svého života.
    - Muži prožili stejnou dobu, tedy 8,6 let (48 % let, které jim v tomto věku zbývají) bez omezení aktivit,
    - 5,9 let (33 %) s mírným omezením,
    - 3,3 roku (19 %) s vážným omezením běžných činností.

- 
- Ženy ve srovnání s muži mohou očekávat více let prožitých bez chronické nemoci.
  - Muži zase více let s dobrým subjektivním pocitem zdraví.
  - V souhrnu je naděje dožití vyšší pro ženy ve srovnání s muži (o zhruba 3,5 roku).
  - Ženy však prožily delší část svého života ve špatném zdraví.
  - Podle evropských statistik připadá nejvíce let prožitých po 65. roce bez vážných onemocnění Norkům a Norům (15,9), v rámci EU pak Švédkám (15,8) a Švédům (15,4).
  - To je výrazně více než evropský průměr 9,4 roku pro ženy a 9,6 pro muže.

---

# Několik faktů

- Evropa má nejvyšší podíl starších žen na světě.
- Na dva muže ve věku 65-79 let připadají tři ženy.
- Ve věku nad 80 let je dvakrát více žen než mužů.
- Podíl starších žen, které žijí osamoceně, se proto bude zvyšovat.
- Starší ženy, které žijí samostatně, jsou vystaveny značnému riziku chudoby - jejich celoživotní příjmy i důchod jsou nižší.
- To ohrožuje i jejich zdravotní stav.

# PROJEKT ZDRAVÉHO STÁRNUTÍ

- Stárnutí - fyzických, poznávacích a sociálních schopností a kapacity.
- To může ovlivnit schopnost jednat, získávat a zpracovávat informace
- Důležité je dosáhnout rovnováhy mezi kapacitou seniora a jeho cíli.
- **Zdravé stárnutí – investice.**
  - Nejčastějším důvodem časného odchodu do důchodu je špatné zdraví, a to napříč EU.
  - Opatření, které podporují zdravé stárnutí a oceňují přínosy seniorů jsou tedy investicí pro státy, které stojí před problémem nedostatku pracovních sil.

- 
- Programy na podporu zdraví by měly být plánovány a realizovány společně se seniory a ne „shora dolů“.
  - Pro práci na cílech a metodách podpory zdraví je ideální spolupracovat s nevládními organizacemi zabývajícími se otázkami stárnutí a seniorskými organizacemi.
  - Podpora zdraví bude posílena i aktivní účastí samotných seniorů.

---

# Podpora zdravého stárnutí seniorů

- a) Sociální kapitál – podpora aktivit v politických stranách či charitativních organizacích.
- b) Duševní zdraví
- c) Výživa
- d) Pohybová aktivita
- e) Užívání léků a přidružené problémy
- f) Preventivní zdravotnické služby

# NIC NOVÉHO, PŘESTO...

- *O Zdravém stárnutí* se mluvilo už v roce 1998.
- V Evropské unii se sleduje od roku 2005 tzv. délka života ve zdraví.
- Zdraví je ve zmíněných studiích charakterizováno jako ukazatel hospodářského růstu a konkurenceschopnosti.
- Investování do zdravého stárnutí přispěje ke zvýšené nabídce pracovních sil a sníží pravděpodobnost předčasného odchodu do důchodu.
- Ostatně i RRV z doby dožití ve zdraví vycházela při nedoporučení zvýšení věku odchodu do důchodu.



- 
- Věk dožití ve zdraví se v výrazně nezvyšuje.
  - Naopak.
  - Stále níž se posouvá věková hranice civilizačních chorob.
  - Je tedy na čase jednat.
  - U populace středního věku zajistí delší doba dožití ve zdraví možnost delšího produktivního věku.
  - U osob seniorních navíc napomáhá k zachování soběstačnosti a oddálení doby, kdy jedinec potřebuje pomoc zařízení sociální péče.

---

***Zdravé stárnutí je definováno jako proces maximálního využití všech příležitostí k fyzickému, sociálnímu a duševnímu zdraví, a tak umožnit starším lidem aktivně, bez diskriminace, se účastnit společenského života a mít nezávislý a kvalitní život.***

---

# Použité zdroje

- Zdravé stárnutí - *Výzva Evropě - stručná verze*
- Naděje dožití podle zdravotního stavu v České republice
- UNRV - Délka-života-ve-zdraví
- Eurostat – demography report
- Data OECD