

המהדורה

המגזין

כל החדשות

ראשי



זוג זקנים בירושלים. למצולמים אין קשר לכתבה (צילום: אוליביה פיטוסי/פלאש 90)

השפעות הקורונה

# זקנים ובודדים

לקראת גל שלישי: כל זקן שני בישראל מדווח על התדרדרות בתסמיני שבריריות. למעלה מ-47% מהזקנים נמצאים במצב נפשי ירוד | 32% מדווחים על פגיעה תפקודית | כך לפי סקר של ג'וינט-אשל ומכון ERI שגם מציג מה יכול לסייע: מפגש, התעמלות ותחביבים | "בעבור חלק גדול מהזקנים בישראל אין גלים, אלא מצב משבר מתמשך ללא הפסקה"

מאת **טל כרמון** עדכון אחרון: 10.12.2020, 13:10

הדפוס

שלחו במייל

צייצו

שתפו

ראשי כל החדשות המגזין המהדורה



**טל כרמון** כתבת רווחה

צרו קשר:

אימייל

RSS

צרו קשר עם דבר

העובדים בארץ

ישראל:

אימייל

פייסבוק

טוויטר

סקר חדש של ג'וינט-אשל ומכון ERI קובע כי נמשכת ההתדרדרות במצבם של הזקנים בישראל בצל הקורונה. עיקר ממצאי הסקר: כל זקן שני בישראל מדווח על התדרדרות בתסמיני שבריריות, כשליש מהזקנים (32%) מדווחים על פגיעה תפקודית, כ-20% מהזקנים חוו התדרדרות כלכלית, למעלה מ-47% מהזקנים נמצאים במצב נפשי ירוד, 31% דיווחו על דיכאון (לעומת 24% בגל הראשון), 15% מהזקנים אמרו כי לחיים אין משמעות (לעומת 10% בגל הראשון) ו-36% דיווחו על בדידות (לעומת 32% בגל הראשון).

ארגון ג'וינט-אשל חבר למכון ERI לביצוע סקר נוסף בקרב אוכלוסיית בני ה-65+ בישראל, על מנת להציג תמונת מצב עדכנית של אוכלוסייה זו לאור המשבר. מהסקר עולה כי נמשכת מגמת ההתדרדרות בקרב אוכלוסיית הזקנים בישראל בשלושת המדדים להזדקנות מיטיבה שגובשו בג'וינט-אשל: בריאות, משמעות וחוסן כלכלי.

בישראל חיים כיום יום כ-1.1 מיליון איש בגילאי 65 ומעלה המהווים כ-12% מהאוכלוסייה. מהסקר עולה כי הימשכות משבר הקורונה מביאה לכך שכ-51% מהזקנים בישראל מדווחים על התדרדרות בתסמיני שבריריות, כ-32% מדווחים על פגיעה בתפקוד היום-יומי שלהם. למרות הסרת הסגר והמגבלות על פעילות פיזית ומפגשים חברתיים – עולה חשש להתקבעות של שבריריות כרונית, המביאה להתדרדרות במונחי תחלואה ופיתוח תלות. עוד ניכר כי גם הפגיעה הכלכלית שנראתה בסקר קודם שערך הארגון לפני כארבעה חודשים נמשכת גם עתה. כ-200,000 זקנים בישראל, המהווים כ-20% מהזקנים בישראל, מדווחים כי יכולתם לכסות את הוצאותיהם החודשיות נפגעה בעקבות הקורונה. הגורמים העיקריים לכך הם ירידה בהכנסות מעבודה (54%), עלייה בהוצאות (45%), ירידה בהכנסות מקצבה (11%) וכן ירידה בתמיכה ממשפחה או מארגונים אחרים (10%).

## דבר העובדים בארץ ישראל

### כל בוקר אצלך במייל

שליחה

כתובת המייל שלך

אישור ההצטרפות מהווה הסכמה לתנאי השימוש באתר

למעלה מ-47% מהזקנים דיווחו על מצב נפשי ירוד – תחושת בדידות ו\או דיכאון ו\או על התחושה ש"במצב הנוכחי, לחיים אין משמעות". בעוד שבגל הראשון לא נמצאה עלייה בשיעור הדיכאון והבדידות בקרב זקנים ביחס לנתונים שבשגרה, הרי שהימשכות מצב הקורונה על-פני חודשים כה ארוכים הביאה לעלייה משמעותית בשיעורי הדיכאון בקרב הזקנים. מדובר בעלייה מובהקת ביחס לסקר הקודם (כ-40% בסקר הקודם). קיימת עלייה בשיעורי הדיכאון והבדידות בקרב זקנים – 31% דיווחו על דיכאון (לעומת 24% בגל הראשון), 36% דיווחו על בדידות (לעומת 32% בגל הראשון) ו-15% מהזקנים אמרו כי לחיים אין משמעות (לעומת 10% בגל הראשון).

לצד אלה, מזהה הסקר שחיקה במנגנוני התמיכה המשפחתיים והקהילתיים שעטפו את הזקנים בתחילת המשבר, וגם הסתגלות שהפגינו זקנים רבים בתחילת המשבר – עם אימוץ פעילויות מעשירות – הולכת ופוחתת וכך גם יורדת נכונותם לקבל סיוע באמצעים חדשניים מרחוק.

לצד אלה, בחן הסקר אילו התנהגויות יכולות למקסם את החוסן של אוכלוסיית הזקנים בפני התדרדרות נפשית ותפקודית בתקופת הקורונה, ומצא שלוש פעולות מרכזיות, שהוכחו כיעילות ביותר: אינטראקציה פנים אל פנים עם אנשים מהקהילה; התעמלות פעמיים בשבוע; עידוד פעולות פנאי ותחביבים. זקנים שהקפידו על שלוש אלה נמצאו באופן מובהק בעלי חוסן גבוה יותר בפני התדרדרות נפשית ובריאותית עקב הקורונה.

לדברי **יוסי היימן**, מנכ"ל ג'וינט-אשל: "אוכלוסיית הזקנים בישראל איננה מקשה אחת – לא מבחינת הצרכים שלה ולא מבחינת המענים שיש לפתח להם. הסקר מציב בפנינו תמונת מצב עדכנית המסייעת בהבנת הצרכים והאתגרים בעת הזו. אולם הסקר מראה לנו כי בעוד אנחנו חושבים על הגל הראשון, הגל השני ואולי גלים נוספים של התפרצות הקורונה, הרי שבעבור חלקים גדולים באוכלוסיית הזקנים בישראל אין גלים, אלא מצב משבר מתמשך ללא הפסקה וללא שיקום וחזרה לשגרה".

יוסי היימן, מנכ"ל ג'וינט אשל (צילום: קרן בן ציון)

לדברי היימן, "מכאן החשיבות היתרה בהשקעה במדדים מנבאי חוסן, בהם אוריינות דיגיטלית, אינטראקציה פנים אל פנים עם אנשים בקהילה, בהתעמלות ובפעילות פנאי. זאת לצד השקעה גם במעגלי תמיכה משפחתיים וקהילתיים, שנשחקו גם הם על-פני כל החודשים האחרונים. לאור ההבנה כי משבר הקורונה ימשיך ללוות אותנו עוד תקופה ארוכה, יש צורך מידי לפתח פתרונות אפקטיביים לקידום נושאים אלו. לצד העובדה כי שיעור הזקנים באוכלוסייה צפוי להכפיל עצמו עם עליית תוחלת החיים, הרי שהשקעה במאמצים אלו הינה אסטרטגית למדינת ישראל ממילא לקידום זקנה מיטיבה ומכבדת".

**גלעד טנאי**, מייסד ויו"ר מכון ERI: "מחקר זה, שנערך בעיצומו של הגל השני, מצביע על מגמה מדאיגה של שחיקה בקרב אוכלוסיית הזקנים בישראל. שחיקה המתבטאת הן במצב בריאותי-טיפיקודי והן בעלייה בשיעור הזקנים הסובלים מדיכאון. גם המערכות התומכות בזקנים, כמו המשפחה והקהילה, נשחקו ותומכות כיום פחות. יחד עם זאת, המחקר מצביע גם על מספר התנהגויות התורמות באופן מובהק לחוסן בקרב זקנים, אפילו בקרב אותם זקנים הנמצאים במצבי סיכון, ואם נשכיל לחזק ולקדם אותן, זה עשוי בהחלט לשפר את מצבם של הזקנים בחודשים הקרובים ולאורך זמן".

הסקר נערך באופן טלפוני ואינטרנטי בקרב 642 משתתפים המהווים מדגם מייצג של אוכלוסיית בני ה-65 ומעלה החיים בקהילה בישראל ולא חלו בקורונה.

## תגובות

קשר  
אודות  
תנאי שימוש  
צרו קשר

הקהילה  
שלחו לנו מידע  
פייסבוק  
טוויטר

מדורים  
החדשות  
מגזין  
המהדורה  
תוכן מקודם