

MEĐUNARODNI SIMPOZIJ STARENJE STANOVNIŠTVA: IZAZOVI I PRILIKE ZA DRUŠTVO I ZA

Program gerijatrijske zdravstvene njege trebao bi biti prioritet svih zemalja

Iako se ljudski životni vijek gotovo udvostručio tijekom prošlog stoljeća taj je trend popraćen alarmantnim povećanjem prevalencije neurodegenerativnih bolesti povezanih s dobi, uključujući Alzheimerovu bolest i Parkinsonovu bolest. Osim što će te dvije najčešće neurodegenerativne bolesti biti nove pandemije, glavni problemi su: njihova ireverzibilnost, nedostatak učinkovitog liječenja te popraćena društvena i ekonomska opterećenja. Neurodegenerativne bolesti povezane sa starenjem glavni su javnozdravstveni krizni problem našeg vremena

Ingrid ŠESTAN KUČIĆ

Starenje stanovništva: Izazovi i prilike za društvo i za Sveučilište (Ageing od the Population: Challenges and Opportunities for Society and University) naziv je međunarodnog simpozija koji su u online okruženju organizirali Zavod za biomedicinske znanosti u Rijeci Hrvatske akademije znanosti i umjetnosti i Sveučilište u Rijeci. Navodeći kako se izraz »starenje« obično koristi za niz vremenski ovisnih anatomskih i fizičkih promjena koje smanjuju fiziološku rezervu i funkcionalni kapacitet pojedinca, doc. dr. sc. Vladimira Vuletić s Katedre za neurologiju Medicinskog fakulteta Sveučilišta u Rijeci te Klinike za neurologiju, Odjela za znanost i istraživanja KBC-a Rijeka kaže da iako se ljudski životni vijek gotovo udvostručio tijekom prošlog stoljeća, ovaj trend je popraćen alarmantnim povećanjem prevalencije neurodegenerativnih bolesti povezanih s dobi, uključujući Alzheimerovu bolest i Parkinsonovu bolest.

Osim što će te dvije najčešće neurodegenerativne bolesti biti nove pandemije, glavni problemi su: njihova ireverzibilnost, nedostatak učinkovitog liječenja te popraćena društvena i ekonomska opterećenja. U potrazi za ublažavanjem starenja i bolesti povezanih sa starenjem te razvojem strategija liječenja neurodegenerativnih bolesti utemeljenih na dokazima, potraga za lijekovima protiv starenja bila je od velikog interesa. Stoga su neurodegenerativne bolesti povezane sa starenjem glavni javnozdravstveni krizni problem našeg vremena koji je sada potisnut trenutnom kriznom situacijom s pandemijom COVID-19 infekcije. Potaknuti ovom trenutnom situacijom glavni cilj neuroznanosti je doći do novih otkrića koja unapređuju razumijevanje ovih poremećaja i stimuliraju razvoj novih terapijskih pristupa. Koristeći visoko interdisciplinarnog translacijskog pristupa najbolji je način za postizanje novih uvida u patogene mehanizme, biomarkere, neuroprotektivne strategije i kandidate za lijekove relevantne za neurodegenerativne bolesti povezane s dobi. Starenje je glavni čimbenik rizika za neurodegenerativne bolesti. Starenje ne samo da pacijente čini sklonijim neurodegenerativnim bolestima, već i narušava njihovu sposobnost samo popravljivanja. Mnoge neurodegenerativne bolesti povezane s dobi karakteriziraju nakupljanje krivo savijenih i grupiranih proteina specifičnih za bolest u središnjem živčanom sustavu. To uključuje beta-amiloidne peptide



Starenje je fiziološka pojava, normalna faza fizičkih i mentalnih promjena povezanih s vremenom

i tau/fosforilirane tau proteine u AD, alfa-sinuklein u PD, superoksid dismutazu kod amiotrofične lateralne skleroze i mutantni huntingtin u Huntingtonovoj bolesti, pojašnjava doc. dr. sc. Vuletić.

Holistički pristup

Ujedno dodaje da su mnogi molekularni mehanizmi povezani sa starenjem, poput nakupljenog oksidativnog stresa, mitohondrijske disfunkcije, progresivne erozije telomera, poremećenog popravka DNK i smanjene regeneracije tkiva. Većina studija ukazala je na devet obilježja starenja: genomsku nestabilnost, trošenje telomera, epigenetske promjene, gubitak proteostaze, mitohondrijalnu disfunkciju, stanično starenje, dereguliran osjet nutrijena-

bolesti i obilježja starenja mogla bi donijeti novu nadu za liječenje takvih bolesti. Farmaceutski pristupi usmjereni na više ciljeva će se kombinirati s nefarmakološkim pristupima i/ili modifikacijom načina života kako bi se usporile pandemije neurodegenerativnih bolesti u starijih osoba. Naše društvo mora biti spremno za ove dvije pandemije i za to nam je potrebno pravilno planiranje i ciljana komunikacija između medicinske struke, neuroznanstvenika (kliničkog i osnovnog) i sustava socijalne skrbi, navodi doc. dr. sc. Vuletić.

Govoreći o promicanju aktivnog starenja kroz cjeloživotno učenje i ulogu Sveučilišta za treću dob prof. dr. sc. Sanja Smojver-Ažić s Filozofskog fakulteta Sveučili-

razumijevanjem promjena tijekom procesa starenja, kao i suočavanjem s izazovima u sve složenijem suvremenom okruženju. Motiv za uključivanje u cjeloživotno učenje može proizaći iz osobne znatiželje za novim uvidima ili istraživanjem tema za koje ranije nisu imali vremena. Najčešći polaznici raznih edukacija su oni koji imaju inicijalno više razine obrazovanja i žene, pri čemu se najviše uključuju u neformalne edukacije koje rezultiraju i višim razinama dobrobiti. Pozitivni efekti učenja potvrđeni su i kod vulnerabilnijih starijih osoba poticanjem kompenzacijskih strategija i rezervnih kapaciteta i očuvanje autonomije, ističe prof. dr. sc. Smojver-Ažić.

Među različitim oblicima cjeloživotnog učenja u starijoj životnoj dobi, dodaje, posebno se izdvajaju sveučilišta za treću dob. Prvo sveučilište ove vrste osnovano je 1972. godine u Toulouseu u Francuskoj, a danas diljem svijeta postoje stotine sličnih institucija s različitim načinima rada.

Ciljna populacija polaznika su osobe treće životne dobi za koje je karakteristično povlačenje iz aktivnog profesionalnog života, a koji uz dobru funkcionalnu sposobnost imaju veću slobodu u izboru načina provođenja slobodnog vremena. Sveučilište za treću dob polaznicima osigurava najčešće neformalne obrazovne i kreativne aktivnosti u ugodnom okruženju, bez vrednovanja i ocjenjivanja i nije usmjereno na stjecanje određenih kvalifikacija. Francuski model sveučilišta za treću dob podrazumijeva povezanost s visokoškolskom institucijom. Ovaj oblik neformalne edukacije uspješno djeluje na Sveučilištu u Rijeci već dvanaest godina uz dobru suradnju s lokalnom zajednicom koja prepoznaje važnost ulaganja u preventivne aktivnosti. Uloga je institucija visokog obrazovanja privući potencijalne polaznike sa zanimljivim temama predavanja i radionica uvažavajući njihove



Sanja Smojver-Ažić



Vladimira Vuletić



Nenad Bogdanović

ta, iscrpljenost matičnih stanica i promijenjenu međustaničnu komunikaciju. Važan je i utjecaj genetskih i okolišnih čimbenika. Potpuno razumijevanje patofiziologije starenja i neurodegenerativnih bolesti pružit će pronicljivo znanje za buduće liječenje. Uz terapije i rehabilitaciju temeljene na neurotransmiterima, od pomoći će biti i tretmani usmjereni na neuroprotekciju i obnovu neurona.

Posebno smo sretni dolaskom prvih mogućnosti precizne i personalizirane medicine u neurodegenerativnim bolestima. Zbog složene prirode neurodegenerativnih bolesti, holistički pristupi ili kombinirane strategije liječenja su garancija uspjeha. Povezanost neurodegenerativnih

lišta u Rijeci ističe da su sve veći udio starijih ljudi u populaciji i dulji životni vijek značajan izazov društvu u osiguravanju kvalitetnog i dostojanstvenog života u starijoj dobi.

Aktivno starenje

Model aktivnog starenja ističe važnost očuvanja zdravlja i osjećaja sigurnosti uz poticanje uključenosti pri čemu posebnu ulogu ima i cjeloživotno učenje. Rezultati brojnih istraživanja potvrđuju kako sudjelovanje u različitim vrstama edukacija ima značajne pozitivne efekte na kognitivne, afektivne i socijalne aspekte funkcioniranja osoba starije životne dobi. Učenje u starijoj dobi može biti potaknuto potrebom za

interese i potrebe. Predavači su nastavnici i suradnici iz različitih znanstvenih i umjetničkih područja, edukacije se održavaju u fakultetskom okruženju, a višegodišnje iskustvo pokazalo je da su zadovoljstvo i polaznika i predavača bitan preduvjet održivosti ovog oblika edukacije. Pozitivni učinci učenja u starijoj životnoj dobi na osjećaj samopouzdanja, autonomije, mentalnog i tjelesnog zdravlja mogu rezultirati manjim pritiskom na obitelj, zajednicu i zdravstveni sustav, što je opravdan razlog sustavnijeg institucionalnog ulaganja u promoviranje učenja unutar okvira aktivnog starenja, naglašava prof. dr. sc. Smojver-Ažić.

Prof. dr. sc. Nenad Bogdanović iz švedske Sveučilišne bolnice Karolinska, Stockholm, koji ujedno radi i na Karolinskom institutu dodaje da je starenje fiziološka pojava, normalna faza fizičkih i mentalnih promjena povezanih s vremenom koji počinje rođenjem i traje do smrti. Percepcija javnosti o starijim osobama implicira pesimistički pogled na starost.

Ageistički stavovi

Nažalost, u današnjem društvu dominantan je ageizam, stereotipni podcjenjivački stav o starijim osobama. Ageizam stvara nepotreban strah, propadanje, bolest i bijedu, kako je Palmer primijetio prije gotovo 16 godina. Stariji se percipiraju kao manje vrijedni zbog činjenice da se s procesom starenja povećava mogućnost pojavnosti nekih oblika zdravstvenih tegoba ili kroničnih bolesti, kao posljedice fizičkih promjena koje se događaju u tijelu. Stoga se često pretpostavlja da su stariji ljudi slabiji ili ovisni o drugima. Stručnjaci za javno zdravstvo i društvo u cjelini trebaju se pozabaviti ovim ageističkim stavovima koji doprinose diskriminaciji te starijim osobama omogućiti zdravo starenje. Zdravlje je krovno ljudsko pravo neophodno za ostvarivanje svih ostalih ljudskih prava prema UNHR-u. Svaka starija osoba ima pravo na uživanje najvišeg mogućeg zdravstvenog standarda potrebnog za dostojanstveni život. Međutim, dostupnost i priuštivost zdravstvene skrbi znatno je slabija u zemljama s niskim i srednjim dohotkom u kojima je socijalni i zdravstveni sustav slab. Za razvoju kvalitetnog zdravstvenog sustava potrebno je u obzir uzeti age-friendly servise i sveobuhvatan gerijatrijski pristup uzimajući u obzir raznolikosti starijih ljudi u pogledu različitih zdravstvenih rizika i zdravstvenih okolnosti, upozorava prof. dr. sc. Bogdanović.

Kvalitetan zdravstveni sustav počiva na vještim, kompetentnim



SVEUČILIŠTE**Odgovori na demografske izazove**

Demografski izazovi postali su ključno je pitanje 21. stoljeća i jedna od urgentnih tema održivog razvoja. Zemlje članice Europske unije od 2010. godine bilježe stalni trend starenja populacije - produljenje životnog vijeka i povećanje broja ljudi starijih od 60 godina u ukupnom broju stanovnika - koji će nezaustavljivo rasti do 2060. godine. Kontinuirano opadanje ne samo stope mortaliteta nego i nataliteta diljem svijeta izazivat će sve vidljivije promjene u svim segmentima društva, od javnog zdravstva, ekonomije i tržišta rada, socijalne zaštite, prometa, prehrane, ali i na sveučilištima - ističe rektorica Sveučilišta u Rijeci prof. dr. sc. Snježana Prijic Samaržija. Dodaje i da Sveučilišta u svijetu već nekoliko godina bilježe stalni pad broja studenata, a predikcije kod nekih analitičara izazivaju pesimistična predviđanja vezana uz opstanak i budućnost sveučilišta. Zemlje poput Japana i Sjeverne Koreje već su proglasile demografska pitanja nacionalnim prioritetom, i razvijaju strategije zadržavanja svojih studenata i privlačenja internacionalnih studenata. SAD su krenule istim putem, ali obzirom na njihova bolna iskustva s padom prihoda i interesa internacionalnih studenata tijekom pandemije, okrenuli su se modelu razvijanja ne-tradicionalnih studijskih programa (online i hibridnih) te privlačenja ne-tradicionalnih studenata. - Tome u prilog govori i analiza studentske populacije, QS International Student Survey, koja već nekoliko godina za redom pokazuje trend povećanja broja starijih studenata na sveučilištima. Zemlje EU-a poput Njemačke ili Italije, za koje su predviđanja osobito nepovoljna, već primjenjuju strategije suočavanja s demografskim izazovima. Njemačka se okrenula internacionalnim studentima, ali se pokazala iznimno uspješnom u organizaciji obrazovanja imigranata, koje se nada i zadržati zbog potrebe njemačke ekonomije za radnom snagom. Italija, u kojoj se posljednjih godina smanjivao broj mladih zbog povećanog iseljavanja, orijentirala se specifično na Azijski-pacifičko područje kao bazen studenata i stručnjak zainteresiranih za surdanju s Italijom. Iz postojećih praksi treba izvući i pouke za hrvatska sveučilišta. Iako još ne raspolažemo pouzdanim brojkama, činjenica je da sva sveučilišta bilježe pad prijavi. Situaciju dodano usložnjava činjenica da se javna sveučilišta financiraju i temeljem broja upisanih studenata, što znači da će demografske promjene dovesti do smanjivanja financiranja. Upravo smo zato na Sveučilištu u Rijeci započeli provedbu različitih strategija odgovora na demografske izazove. Vidimo svoju priliku u zadržavanju i privlačenju studenata jer nudimo nove oblike tzv. netradicionalnih putova poučavanja koji uključuju personalizirane internacionalne kurikulume. Razvijamo programe na engleskom jeziku radi privlačenja internacionalnih studenata, ali nam je cilj i otvoriti se još više netradicionalnim studentima, koji se vraćaju na sveučilišta zbog potreba dodatnih edukacija za kompetencije budućnosti, ističe rektorica. Druga velika promjena, dodaje, vezana uz starenje populacije o kojoj se razmišlja zajedno sa svjetskim sveučilištima jest potreba za uvođenjem ponude edukativnih programa za nove vještine i znanja koje su nastale kao posljedica starenja stanovništva. Tržište rada već sada traži, a tražit će i više, kadrove za 'cjeloživotnu ekonomiju', odnosno, profile koji servisiraju stariju populaciju i uključuju područja javnog zdravstva, tehnologije, industriju putovanja i zabave, dizajn, unutrašnje uređenja i slična.

- Konačno, vezano uz izazove starenja, sveučilišta imaju i posebnu obvezu otklanjati predrasude i diskriminacijske prakse vezane uz stariju populaciju, kao i osigurati provedbu intergeneracijskih praksi s ciljem promocije aktivnog i produktivnog starenja te općenito povećanje kvalitetnog življenja. Sveučilište u Rijeci već godinama iznimno uspješno razvija program Sveučilište za 3. dob, predavanja i radionice koje izvode profesori Sveučilišta za zainteresirane starije sugrađane. Također, na Sveučilištu djeluje Vijeće profesora emeritusa i nedavno osnovani Klub Sveučilišta za treću dob, čija je zadaća okupljati umirovljene nastavnike i istraživače s ciljem produljivanja njihovog aktivnog istraživačkog i nastavnog rada. Sveučilište u Rijeci intenzivno promišlja i druge moduse funkcioniranja kao intergeneracijska kontaktna zona. Pripremao se i za uključivanje u globalnu inicijativu sveučilišta koja su uključiva za stariju populaciju (Age - Friendly Universities), koju je pokrenuo Dublin City University, partnersko sveučilište iz mreže YERUN, zaključuje prof. dr. sc. Prijic Samaržija.

i entuzijastičnim zdravstvenim radnicima sa znanjem gerijatrijske medicine. Gerijatrijska medicina, kaže, ne odnosi se samo na fizičke, već i mentalne, emocionalne, socijalne i okolišne potrebe u starijoj dobi te naglašava očuvanje funkcionalne samostalnosti, čak i u prisutnosti kroničnih bolesti.

- Gerijatrijska medicina trebala bi moći prepoznati jedinstvene značajke pojavnosti bolesti u starijih osoba i liječiti raznolike komorbiditete. Neke od tipičnih pojavnosti u gerijatrijskoj medicini koje bi trebale biti prepoznate i liječene su slabost, sarkopenija, anoreksija starenja i kognitivna oštećenja. Ova stanja prethode padovima, prijelomima kuka, depresiji i delirijumu. Stručnost u gerijatrijskoj medicini ne bi trebala biti isključiva vještina gerijatara već liječnika primarne zdravstvene zaštite ili obiteljskih liječnika koji bi trebali znati prepoznati i upravljati spomenutim stanjima, kaže prof. dr. sc. Bogdanović.

Program gerijatrijske zdravstvene njege trebao bi biti prioritet svih zemalja, a bolnice bi trebale

osigurati akutni gerijatrijski odjel, ambulantu, gerijatrijski dnevnu bolnicu te povezivanje s unutarnjim i vanjskim sudionicima u zaštiti zdravlja starijih osoba.

- Ključ za pružanje dobrih zdravstvenih usluga starijim osobama multidisciplinarno je partnerstvo zdravstvene i socijalne skrbi u regiji. Radi razvoja gerijatrijske medicine visokokvalitetna sveučilišna istraživanja o starenju i obrazovanju u gerijatrijskim područjima iznimno su važna. Gerijatrijska skrb treba osigurati longitudinalnu, proaktivnu i koordiniranu skrb za pacijente sa složenim potrebama. Potrebno je stvoriti pozitivnu sliku o starijim pacijentima poticanjem znanja o ovoj populaciji pacijenata kroz diplomatske, poslijediplomske, cjeloživotne nastavne planove i programe te kroz razvoj istraživanja. Svako društvo treba uspostaviti program gerijatrijske zdravstvene skrbi kao dokaz da su vladajući ozbiljno shvatili gerijatrijske pacijente i njihove probleme, što je bitan element demokracije, zaključuje prof. dr. sc. Bogdanović.

STUDIJ LOGOPEDIJE DAN SVJESNOSTI O MUCANJU

Riječko sveučilište ove je godine prvi put obilježilo Dan svjesnosti o mucanju

Govorni poremećaj koji pogađa jedan posto populacije

Kako bi se neznanje o mucanju i nerijetka diskriminacija osoba koje mucaju zamijenila znanjem, prihvaćanjem i poštovanjem ljudskih različitosti, na inicijativu Amerikanca Michaela Sugermana 1998. godine počelo je u svijetu obilježavanje Međunarodnog dana svjesnosti o mucanju, a u Hrvatskoj ga je odmah po svom utemeljenju 2000. godine počela obilježavati Hrvatska udruga za pomoć osobama koje mucaju »Hinko Freund«

Ingrid ŠESTAN KUČIĆ

Mnogima će prva asocijacija na ime Željko Rohatinski biti mucanje. Dr. Rohatinski bio je poznati guverner Hrvatske narodne banke u nekoliko uzastopnih mandata i međunarodno priznati stručnjak na području makroekonomije. Kao takav, držao je govore na međunarodnim konferencijama, saborskim sjednicama, sudjelovao u medijskim raspravama, a 2008. godine dodijeljeno mu je priznanje Hrvatske udruge za odnose s javnošću za komunikatora godine. U obrazloženju jednoglasne odluke žirija istaknuto je da je priznanje Rohatinskom dodijeljeno zbog njegovog »jasnog, preciznog i beskompromisnog načina komunikacije« te da je »i u najtežim odlukama dokazao da se složene i važne informacije mogu prenijeti jednostavno, zbog čega je zaslužio poštovanje komunikacijskih stručnjaka«. Ipak, za mnoge, Rohatinski je prvenstveno čovjek koji je gotovo bezobrazno jako mucao, a ipak javno nastupao - kaže doc. dr. sc. Suzana Jelčić Jakšić s riječkog studija Logopedije.

Dodajući da Rohatinski nije jedini, ističe i da se procjenjuje da muca oko 1 posto svjetske populacije. Epidemiološka istraživanja ukazuju da će do 12 posto djece do četvrte godine života početi mucati, a istraživanja mozga pokazuju da i kratki periodi mucanja mijenjaju njegovo funkcioniranje.

Prirodno prevladavanje poremećaja

- Posljedica mucanja može biti i socijalna anksioznost, koja se može početi razvijati u ranom djetinjstvu, a u odrasloj populaciji pogađa i do 60 posto osoba koje mucaju. Iako procjenjujemo da će do 80 posto djece koja počinju mucati prirodno prevladati ovaj poremećaj i usprkos tome što smo utvrdili nekoliko rizičnih čimbenika koji mogu utjecati na njegovu perzistentnost, još uvijek ne možemo sa sigurnošću selektirati onu djecu kod koje će mucanje ostati cjeloživotni poremećaj. Kako bi se neznanje o ovom govornom poremećaju i nerijetka diskriminacija osoba koje mucaju zamijenila znanjem, prihvaćanjem i poštovanjem ljudskih različitosti, na inicijativu Amerikanca Michaela Sugermana 1998. godine počelo je u svijetu obilježavanje Međunarodnog dana svjesnosti o mucanju. U Hrvatskoj ga je odmah po svom utemeljenju 2000. godine počela obilježavati Hrvatska udruga za pomoć osobama koje mucaju »Hinko Freund«, a na inicijativu ove Udruge 2009. Hrvatski sabor proglašava 22.10. »Danom svjesnosti o mucanju u Hrvatskoj«, navodi doc. dr. sc. Jelčić Jakšić.

Ove godine, po prvi put, Dan svjesnosti o mucanju obilježen je i u Rijeci. Na inicijativu nedavno utemeljenog Studija logopedija Sveučilišta u Rijeci, a u suorganizaciji sa Studijem logopedije Filozofskog fakulteta Sveučilišta u Mostaru i Hrvatskim logopedskim društvom na Kampusu je održan simpozij na temu ovogodišnjeg Dana, »Izrazi promjenu koju želiš«. Simpozij je ispred Sveučilišta u Rijeci

otvorila prorektorica za studije, studente i osiguranje kvalitete prof. dr. sc. Marta Žuvić te voditelj Studija logopedija izv. prof. dr. sc. Zdravko Kolundžić. Skup je pozdravila i predsjednica Sekcije logopeda u zdravstvu i članica Upravnog odbora Hrvatskog logopedskog društva mag. log. Darija Hercigonja-Salamoni.

Prikrivanje mucanja

U okviru skupa mlade logopedinje, Josipa Brekalo i Amila Malanović predstavile su rezultate istraživanja koje su nedavno provele za diplomske radove na Studiju logopedije u Mostaru. Brekalo je ispitala stavove i znanja nastavnika osnovnih škola u Hercegovini, a Malanović reakcije osoba koje mucaju na epidemiološke mjere.

- Rezultati oba istraživanja pokazala su da predstoji još puno rada na educiranju i mijenjanju stavova o mucanju i prema osobama koje mucaju. Posebno je znakovit rezultat zadnjeg istraživanja koje je pokazalo da osobe koje mucaju danas rado nose zaštitne maske jer im one daju dojam prikrivanja mucanja. Upravo zbog svih koji u zaštitnim maskama ne vide samo zaštitu od virusa nego i zaštitu od negativnih reakcija okoline na mucanje, za pozdraviti je svaka aktivnost kojom ćemo u javnosti osvijestiti mucanje kao neurorazvojni poremećaj i samo jednu različitost onih u kojima, kao i u Željku Rohatinskom, možemo vidjeti puno više od mucanja. Vjerujemo da je i riječki simpozij i ponovno pokretanje podružnice Hrvatskog logopedskog društva u Primorsko-goranskoj županiji također korak prema tome, zaključuje doc. dr. sc. Jelčić Jakšić.



Procjenjuje se da će do 80 posto djece koja počnu mucati prirodno prevladati ovaj poremećaj