

Τ.Ε.Ι. ΠΑΤΡΑΣ  
ΣΧΟΛΗ : ΣΕΥΠ  
ΤΜΗΜΑ : ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ

Θ Ε Μ Α :

"ΔΙΑΒΙΩΣΗ ΤΩΝ ΑΝΘΡΩΠΩΝ ΤΗΣ ΤΡΙΤΗΣ  
ΗΛΙΚΙΑΣ ΣΕ ΟΙΚΟ ΕΥΓΗΡΕΙΑΣ ΚΑΙ  
ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΕΣ ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ"

Πτυχιακή Εργασία

Επιδάστρια : Λαΐου Ευφροσύνη

Υπεύθυνη Καθηγήτρια :

Νάνου Κυριακή



Επιτροπή Εγκρίσεως Πτυχιακής Εργασίας

Πτυχιακή Εργασία για τη λήψη του  
Πτυχίου Νοσηλευτικής.

ΠΑΤΡΑ 13 ΜΑΡΤΙΟΥ 1992

ΑΡΙΘΜΟΣ ΕΙΣΑΓΩΓΗΣ	635
----------------------	-----

ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΩΝ

	Σελίδα
Πρόλογος	I
Κεφάλαιο 1ο	
1. Τα γηρατειά διά μέσου των αιώνων	1
1.2. Οίκοι ευγηρείας	7
1.3. Τρίτη ηλικία και μεταβολές του σώματος	11
1.3.1. Το σώμα που γερνάει	12
* 1.3.2. Ζωτικές λειτουργίες	15
* 1.3.3. Διαιτολόγιο και σωματική εξασθένιση	18
1.3.4. Κεντρικό νευρικό σύστημα	20
Κεφάλαιο 2ο Έρευνα	
2.1. Σκοπός, υλικό, μέθοδος	24
2.2. Ερωτηματολόγιο	26
* 2.2.1. Παρουσίαση αποτελεσμάτων	29
Κεφάλαιο 3ο	
Συμπεράσματα	31
Κεφάλαιο 4ο	
4.1. Ανάγκη παρέμβασης λόγω των ψυχικών επιπτώσεων στους ηλικιωμένους των ιδρυμάτων	36
Επίλογος	38
Παράρτημα	40
Βιβλιογραφία	49

## Π Ρ Ο Λ Ο Γ Ο Σ

"Ευχαριστώ καθημερινά το Θεό που βρίσκομαι εδώ. Ποτέ δεν ήξερα ότι υπάρχουν τόσο ευγενικοί άνθρωποι.... Δεν υπάρχει άλλο μέρος που θα προτιμούσα να βρίσκομαι. Νιώθω ολότελα ασφαλής, πολύ ευχαριστημένος και γεμάτος ευγνωμοσύνη".

"Με τι κατηγορία είμαι εδώ; Οι φυλακισμένοι δεν πρέπει να ξέρουν γιατί βρίσκονται στη φυλακή; Το μέρος αυτό το αποκαλούν "οίκο ευημερίας". Ακου σπίτι! Πρέπει να ξυπνάμε την ώρα που μας λένε. Κι αν κάνεις το λάθος και δείξεις δυσφορία σε αναγκάζουν με απειλές να προσαρμοστείς.

Στο δικό σου σπίτι έτσι είναι; "

Οι παραπάνω δηλώσεις έγιναν από δυο άτομα του ίδιου οίκου ευημερίας. Αρα, το ίδιο μέρος μπορεί να αποτελεί διαφορετική εμπειρία για διαφορετικούς ανθρώπους, ανάλογα με το υπόβαθρο, τις ανάγκες και την ικανότητα προσαρμογής τους. Ακόμα υπάρχουν τόσες διαφορές από τον ένα οίκο ευημερίας στον άλλο που οι γενικεύσεις μπορούν να αποπροσανατολίζουν μια σωστή έρευνα. Εχοντας αυτούς τους περιορισμούς υπόψη, θα προσπαθήσω να εξετάσω τις σημαντικότερες ψυχολογικές πλευρές της ζωής σε ένα οίκο ευημερίας.

Τα γηρατειά διά μέσου των αιώνων

Δεν είναι εύκολο να μελετήσουμε τη θέση των γηρατειών διά μέσου των αιώνων. Στα γραπτά μνημεία υπάρχουν ελάχιστες σχετικές αναφορές, γιατί όλοι οι ηλικιωμένοι περιλαμβάνονται στην κατηγορία των ενηλίκων.

Η μυθολογία, η λογοτεχνία και οι εικαστικές τέχνες μας δίνουν, βέβαια, μια εικόνα των γηρατειών, που ποικίλλει ανάλογα με τον τόπο και την εποχή. Αλλά, πόσο αντιπροσωπευτική και ακριβής είναι η εικόνα αυτή;

Δύσκολο να καταλάβουμε, γιατί εμφανίζεται συχνά συγκεχυμένη, αβέβαιη και αντιφατική. Έχει σημασία να αντιληφτούμε πως στη λέξη "γηρατειά" αποδίδονται δύο εντελώς διαφορετικές έννοιες αν κρίνουμε από τις διάφορες μαρτυρίες που κατέοχουμε. Είναι είτε μια ορισμένη κοινωνική ομάδα με μικρότερη ή μεγαλύτερη αξία, ανάλογα με τις περιστάσεις, είτε η ιδιαίτερη μοίρα του κάθε ατόμου χωριστά.

Την πρώτη σκοπιά χρησιμοποιούν οι νομοθέτες και ηθικολόγοι, τη δεύτερη οι ποιητές. Και οι δύο απόψεις, στο μεγαλύτερό τους μέρος, διαφέρουν ριζικά. Οι νομοθέτες και οι ποιητές ανήκουν πάντα στις προνομιούχες τάξεις κι αυτός είναι ένας από τους λόγους που τα λεγόμενά τους δεν έχουν μεγάλη αξία. Δεν λένε τίποτα παραπάνω από μισοαλήθειες και συχνότατα ψεύδονται.

Οι ποιητές, ωστόσο είναι οι πιο ειλικρινείς από τους δύο, αφού εκφράζονται πιο αυθόρμητα. Οι ιδεολόγοι μας δίνουν, μια εικόνα των γηρατειών που ταιριάζει στα συμφέροντα της τάξης τους.

Τώρα αμέσως ας προστεθεί και κάτι άλλο: είναι αδύνατο να γράψουμε την ιστορία των γηρατειών. Στην ιστορία παρατηρείται το εξής κυκλικό φαινόμενο: η αιτία που δημιουργεί ένα συγκεκριμένο αποτέλεσμα, επηρεάζεται, με τη σειρά της, από το ίδιο αυτό αποτέλεσμα.

Οι ηλικιωμένοι, σαν κοινωνική ομάδα, δεν επηρέασαν ποτέ την πρόοδο του κόσμου. Για όσο καιρό το ηλικιωμένο άτομο εξακολουθεί να είναι παραγωγικό, αποτελεί αναπόσπαστο μέρος της κοινότητας, χωρίς να διαχωρίζεται η θέση του: είναι δηλαδή ένα ηλικιωμένο ενήλικο άτομο.

Όταν χάσει τις ικανότητές του, παίρνει τη μορφή ενός άλλου. Και τότε γίνεται, σε πολύ μεγαλύτερο βαθμό απ' ό τι η γυναίκα, ένα σκέτο αντικείμενο. Εκείνη είναι απαραίτητη στην κοινωνία, ο γέρος όχι.

Ακόμα και σε πιο σύνθετες κοινωνίες απ' αυτές που εξετάσαμε, μπορεί να δοθεί στους ηλικιωμένους σημαντικός ρόλος, όταν οι μεσήλικες αναζητούν την υποστήριξη της παλιότερης γενιάς για να επιβληθούν στους απείθαρχους νέους. Οι ηλικιωμένοι αρνούνται να παραιτηθούν από την εξουσία που τους δόθηκε κι αν γίνει απόπειρα να τους αφαιρεθεί, θα τη χρησιμοποιήσουν για να διατηρήσουν το κύρος τους. Στο τέλος, οι γέροι ηττώνται αναπόφευκτα, γιατί αποτελούν μια αδύναμη μειονότητα, αντιλώντας ότι δύναμη έχουν από την πλειοψηφία που τους χρησιμοποιεί.

Αν και το πρόβλημα των ηλικιωμένων είναι πρόβλημα εξουσίας, εμφανίζεται μόνο στις κυρίαρχες τάξεις.

Μέχρι τον 19ο αιώνα, κανείς δε μιλούσε για "φτωχούς γέρους", γιατί δεν υπήρχαν πολλοί, αφού η μακροζωία δεν ήταν δυνατό να υπάρξει παρά μόνο στις προνομιούχες τάξεις.

Οι φτωχοί γέροι δεν αντιπροσώπευαν τίποτε απολύτως.

Στην ιστορία και τη λογοτεχνία δεν αναφέρονται καν.

Η κατάσταση των γέρων αποκαλύπτεται μόνο μέσα στις προνομιούχες τάξεις και εκεί μόνο μέχρι ένα βαθμό.

Με μια πρώτη ματιά, είναι εμφανέστατο κι άλλο ένα γεγονός: ότι κι εδώ έχουμε να κάνουμε με ένα ανδρικό πρόβλημα. Σαν προσωπική εμπειρία, τα γηρατειά αφορούν άντρα και γυναίκα το ίδιο.

Όσες κοινωνίες έχουν ιστορία κυβερνούνται άντρες.

Οι γυναίκες-νέες όσο και ηλικιωμένες-μπορεί να διεκδικούν την εξουσία ιδιωτικά, μα στο δημόσιο βίο η κοινωνική τους θέση είναι πάντα ίδια: θεωρούνται αιώνιες ανήλικες. Αντίθετα, στο αρσενικό, η κατάσταση μεταβάλλεται με την πάροδο του χρόνου: ο νεαρός άντρας γίνεται ενήλικος, πολίτης και κατόπιν γέρος. Οι άντρες σχηματίζουν "ομάδες ηλικίας" με ασαφή τα φυσικά τους όρια, αν και η κοινωνία μπορεί να θέσει περιορισμούς, όπως όταν κατεβάξει το χρονικό όριο εξόδου από την εργασία. Η μεταπήδηση από τη μια ομάδα στην άλλη γίνεται μ' ένα βήμα μπρός ή πίσω - με προαγωγή ή με οπισθοδρόμηση.

Εθνολογία και βιολογία, μας δείχνουν πως η θετική συνεισφορά του ηλικιωμένου στην κοινότητα συνίσταται στη μνήμη και την πορεία του, που, στο θέμα της επαναλειπτικής εργασίας, αυξάνει την αποδοτικότητα και την κρίση του. Αυτό που του λείπει είναι η υγεία και η δύναμη, καθώς και η ικανότητα να προσαρμόζεται σε νέα πράγματα και καταστάσεις, και κατά συνέπεια, η εφευρετικότητα.

Φαίνεται, λοιπόν, από μια πρώτη άποψη, πως οι καλά οργανωμένες και αναπαραγόμενες κοινωνίες αναζητούν την υποστήριξη των ηλικιωμένων.

Ενώ στις διαιρεμένες, ταραγμένες ή επαναστατημένες, οι νέοι παίρνουν στα χέρια τους τα ηνία. Ο ρόλος των ηλικιωμένων αντρών στην οικογενειακή ζωή αντικατοπτρίζει την εξουσία που τους παρέχει η πολιτεία.

Σε καμιά χώρα δεν παρατηρείται ένας τόσο στατικός πολιτισμός για τόσες εκατοντάδες χρόνια, όσο στην Κίνα. Ούτε υπήρξε ποτέ μια άλλη τόσο αυστηρά ιεραρχική κοινωνία. Ήταν ένας πολιτισμός που για να διατηρηθεί είχε ανάγκη να εφαρμόζεται ένας συγκεντρωτικός και αυταρχικός κανόνας: εξαιτίας των γεωγραφικών και οικονομικών συνθηκών, ο λαός δεν ενδιαφερόταν τόσο για ανάπτυξη, όσο για επιβίωση. Έτσι, η διοίκηση περιορίστηκε να διατηρήσει ότι υπήρχε. Την κοινωνία αποτελούσαν, πρώτα πρώτα, οι λόγιοι, που η θέση και οι ευθύνες τους αυξάνονταν με τα χρόνια, με τους πιο ηλικιωμένους να βρίσκονται αυτόματα στην κορυφή.

Αυτή η ψηλή κοινωνική θέση αντικαθρεπτιζόταν και στην οικογενειακή ζωή. Όταν ο Κομφούκιος θέσπισε το αυστηρό σύστημα των σχέσεων ανάμεσα σε κατώτερους και ανώτερους χρησιμοποίησε σαν πρότυπο την ίδια την κοινωνία, για να δημιουργήσει τη δομή της οικογένειας. Όσοι ζούσαν μέσα στο σπίτι όφειλαν να υπακούουν το γεροντότερο άντρα. Κανένας δεν αμφισβητούσε τα προνόμιά του, γιατί η αγροτική οικονομία της Κίνας είχε μεγαλύτερη ανάγκη την πείρα παρά τη δύναμη. Αυτός ο τρόπος ζωής δε δημιουργούσε ζητήματα ή διαφωνίες στην οικογένεια, γιατί η σύζυγος όφειλε υπακοή στον άντρα της και δεν είχε δικαίωμα να στραφεί εναντίον του.

Ο πατέρας είχε εξουσία ζωής και θανάτου στα παιδιά του και συχνά σκότωνε τις νεογέννητες κόρες του ή τις πουλούσε αργότερα για δούλες.



Ο γιός έπρεπε να υπακούει τον πατέρα και ο νεώτερος αδελφός το μεγαλύτερο. Οι νέοι παντρεύονταν μέσα από συνοικέσιο που κανόνιζαν οι γονείς χωρίς οι ίδιοι να έχουν δει ποτέ ο ένας τον άλλο, και ζούσαν κάτω από την εξουσία των πρεσβυτέρων συγγενών του γαμπρού.

Η εξουσία του πατριάρχη δεν ελαττωνόταν με τα χρόνια. Ακόμα και οι πολύ καταπιεσμένες γυναίκες επωφελούνταν από την άνοδο της κοινωνικής τους θέσης με την πάροδο του χρόνου. Μια ηλικιωμένη γυναίκα βρισκόταν σε πολύ ανώτερη θέση από τους νέους οποιουδήποτε φύλου και εξουσίαζε τα εγγόνια της, ανατρέφοντάς τα συνήθως με μεγάλη αυστηρότητα.

Ο σεβασμός προς τους ηλικιωμένους επεκτεινόταν και έξω από τα όρια της οικογένειας ώστε να συμφέρει να προσποιείται κανείς πως είναι μεγαλύτερος απ' ό τι στην πραγματικότητα για να κερδίσει το σεβασμό των άλλων. Τα γενέθλια των πενήντα χρόνων αποτελούσαν σημαντικό γεγονός στη ζωή του άντρα. Μετά τα εβδομήντα παραιτούνταν από τα αξιώματα και τις δημόσιες θέσεις που κατείχαν για να προετοιμαστούν για το θάνατο.

Και χωρίς να χάνουν το κύρος και την εξουσία τους, άφηναν τη διοίκηση του σπιτιού στο μεγαλύτερο γιό τους.

Ο γέροντας, είχε όλες τις τιμές του προγόνου, γιατί σύντομα θα λατρευόταν σαν πρόγονος. Οι νέοι υποτάσσονταν στην εξουσία των γερόντων με κάρτερικότητα ή απελπισία, (όπως βλέπουμε από την αρχαία κινεζική λογοτεχνία), γιατί δεν μπορούσαν να την αποφύγουν παρά με την αυτοκτονία, πράγμα συνηθισμένο στις νεαρές παντρεμένες γυναίκες.

Ο Κομφούκιος δικαίωσε ηθικά αυτό το σύστημα, ταυτίζοντας τα γηρατειά με τη σοφία: "Στα 15 άρχισα να ασχολούμαι με τη μελέτη

της σοφίας. Στα 30 είχα βελτιωθεί, στα 40 δεν είχα πια αμφιβολίες, στα 60 τίποτε στον κόσμο δεν είχε τη δύναμη να με κλονίσει και στα 70 μπορούσα να ακολουθήσω το δρόμο της καρδιάς μου, χωρίς να παραβαίνω τον ηθικό νόμο".

Στην πραγματικότητα, δεν υπήρχαν πολλοί ηλικιωμένοι, γιατί οι συνθήκες δεν ευνοούσαν την μακροζωία.

Η διδασκαλία του Λάο Τσού προσδιορίζει την ηλικία των εξήντα σαν το κατάλληλο χρονικό σημείο για να απελευθερωθεί ο άνθρωπος από το σώμα του - δοκιμάζοντας μια εκατατική εμπειρία - κι έτσι να γίνει άγιος. Ο ασκητισμός και η έκσταση μπορούσαν να οδηγήσουν σε αγιότητα, μια ιδιότητα που προστάτευε τους μύστες και από τον ίδιο το θάνατο.

Αγιότητα σήμαινε την τέχνη να πεθαίνεις και την απόλυτη κυριαρχία πάνω στη ζωή. Αρα, τα γηρατειά ήταν η ζωή στην ανώτατη μορφή της. Πίστευαν, πως, αν η ζωή διαρκούσε αρκετά, θα κατέληγε στην αποθέωση.

Μερικές φορές, στην κινέζικη λογοτεχνία, αναφέρονται περιπτώσεις ανθρώπων που αγανακτούν με την καταπίεσή τους, αλλά ποτέ δεν καταριούνται τα γηρατειά.

Στη Δύση, αντίθετα, το πρώτο γραπτό μνημείο με θέμα τα γηρατειά, μας δίνει μια θλιβερή εικόνα. Βρέθηκε στην Αίγυπτο και γράφτηκε από το φιλόσοφο και ποιητή Πτάχοτέπ το 2.500 π.χ.

"Πόσο σκληρές και πονεμένες είναι οι τελευταίες μέρες ενός γέρου! Μέρα με τη μέρα χάνει τις δυνάμεις του.

Τα μάτια του θαμπώνουν, τ' αυτιά του δεν ακούνε. Η δύναμή του φθίνει, η καρδιά του δε γνωρίζει πια γαλήνη. Το στόμα του σω-

παίνει και δε λέει λέξη. Η δύναμη του νου ελαττώνεται και σήμερα δε μπορεί να θυμηθεί πως ήταν το χτές. Όλα τα κόκαλά του πονάνε.

Πράγματα που πριν λίγο καιρό τα έκανε με ευχαρίστηση του φέρνουν πόνο. Η γεύση εξαφανίζεται. Τα γηρατειά είναι η μεγαλύτερη συμφορά που μπορεί να βρει τον άνθρωπο. Η μύτη του βουλώνει και δε μπορεί πια να μυρίσει τίποτα".

Θα δούμε αυτά τα δυσάρεστα χαρακτηριστικά των γηρατειών να επαναλαμβάνονται κάθε αιώνα κι έχει σημασία να τονίσουμε τη διάρκεια του θέματος. Αν και το νόημα και η αξία που αποδίδονται στα γηρατειά ποικίλλουν στις διάφορες κοινωνίες, το φαινόμενο, υπάρχει σ' όλη τη διάρκεια της ιστορίας, προκαλώντας ορισμένες όμοιες αντιδράσεις. Από βιολογική πλευρά, αποτελούν αναμφισβήτητα μια κατάπτωση, γι' αυτό οι περισσότεροι άνθρωποι τα φοβήθηκαν. Ήδη από την εποχή των αρχαίων Αιγυπτίων, οι άνθρωποι έτρεφαν την ελπίδα πως θα μπορούσαν να τα νικήσουν. Έχει βρεθεί ένας πάπυρος που γράφει: "Η αρχή του βιβλίου για τον τρόπο μετατροπής ενός γέρου σε νέο" και συμβουλεύει τον αναγνώστη να τρώει φρέσκους αδένες από νεαρά ζώα. Συναντάμε ξανά αυτό το όνειρο της ανανέωσης αμέτρητες φορές, μέχρι και στις μέρες μας.

## 1.2.

### Οίκοι ευγηρίας

Οι καταγίδες που μαίνονται στα γηρατειά δημιουργούν μερικές φορές την ανάγκη για το είδος του καταφυγίου, που μπορεί να προσφέρει ένα ίδρυμα.

Σε πολλά κράτη σήμερα, η πληθυσμιακή ισορροπία μετατοπίζεται και ο αριθμός των ηλικιωμένων αυξάνεται.

Αυτό σημαίνει ότι το "σπίτι" για τους ηλικιωμένους δεν θα αργήσει να γίνει και δικό μας σπίτι είτε μας αρέσει είτε όχι.

### Η διαδικασία της ιδρυματοποίησης

Ο όρος υποδηλώνει κάτι βαρύ και επίβλητικό. Πραγματικά η διαδικασία της ιδρυματοποίησης σημαίνει πολύ περισσότερο από την απλή μετακίνηση ενός ατόμου από ένα φυσικό χώρο σε κάποιο άλλο.

Σε πρώτη φάση ο ηλικιωμένος πρέπει να συμβιβαστεί με όλες τις πλευρές του καινούργιου περιβάλλοντος. Το γεγονός ότι η διαδικασία αυτή είναι γνωστή σαν ιδρυματοποίηση και όχι εξατομίκευση, δηλώνει καθαρά ότι το άτομο είναι εκείνο που πρέπει να προσαρμοστεί στο "σπίτι" και όχι το "σπίτι" προς το άτομο. Η διαδικασία είναι δύσκολη σε οποιαδήποτε ηλικία.

### Πριν από τη μετακίνηση

Η αναστάτωση αρχίζει, συνήθως πολύ πιο πριν από τη στιγμή που το ηλικιωμένο άτομο καταφθάνει στο καινούργιο του σπίτι. Κάτι κακό πρέπει να έχει προηγηθεί διαφορετικά δεν θα μετακόμιζε. Ίσως κάποια αρρώστια. Ίσως η απώλεια κάποιου προστάτη ή του σπιτιού όπου ζούσε νωρίτερα. Κάτι δυσάρεστο έχει συμβεί ή απειλεί να συμβεί. Αυτό σημαίνει ότι τόσο ο ηλικιωμένος όσο και η οικογένειά του μπορεί να είναι ευάλωτοι και αναστατωμένοι. Το άγχος και ο τρόμος είναι δυνατές λέξεις, που ωστόσο μπορούν

θαυμάσια να χρησιμοποιηθούν σ' αυτή την περίπτωση. Παρ' όλο που η ιδρυματοποίηση αντιμετωπίζεται σαν μοναδική λύση, αυτό δεν απαλλάσει την οικογένεια από τις ενοχές και τον ηλικιωμένο από ένα αίσθημα εγκατάλειψης. Ολα αυτά, ωστόσο, μπορεί να μην αντιπροσωπεύουν στην αντικειμενική αλήθεια.

Η οικογένειά μπορεί να έχει καταβάλει υπεράνθρωπες προσπάθειες να βοηθήσει τον ηλικιωμένο. Κι αυτός μπορεί να νοιώθει απελπισία στην αίσθηση ότι αποτελεί βάρος. Παρ' όλα αυτά τα συναισθήματα παραμένουν. Μετά από τόσα χρόνια ζωής σαν αναπόσπαστο μέλος της οικογένειας, ο ηλικιωμένος δοκιμάζει τώρα τον πόνο του αποχωρισμού. Κοντά σ' αυτό το άγχος υπάρχει και ο φόβος του τι θα συμβεί στο ίδρυμα. Θα είναι ένας χώρος για να ζήσει ή ένα μέρος για να πεθάνει; Πως θα αντέξει να περάσει τα τελευταία του χρόνια ανάμεσα σε ξένους, μέσα σ' ένα ξένο χώρο;

#### Απειλή για την ταυτότητα

Το άτομο που εισέρχεται για πρώτη φορά σ' ένα ίδρυμα νοιώθει το άγχος και το φόβο του να κορυφώνονται, ακόμα κι αν έχει πάρει την απόφαση να συμπεριφερθεί καλά και να αποφύγει τις σκηές. Αργότερα, παρ' ό λες τις καλές προθέσεις του, μπορεί να κλαίει στα κρυφά, να κοιτάει με βλέμμα απλανές τον τοίχο, να χάσει την όρεξή του. Οι επιπτώσεις της μετακίνησης σε ίδρυμα μπορούν να απαλυνθούν με πολλούς τρόπους. Σε ορισμένα μέρη τα μέλη του προσωπικού του ιδρύματος επισκέπτονται τον ηλικιωμένο πολλές φορές στο σπίτι του, προτού μπει στο ίδρυμα για να τον γνωρίσουν και να απαντήσουν σ' ερωτήσεις του. Συχνά τον προσκαλούν να επισκεφθεί το ίδρυμα.

Ο ηλικιωμένος μπορεί να πάρει μαζί του αγαπημένα αντικείμενα που του δίνουν μια αίσθηση συνέχειας και ταυτότητας. Το προσωπικό του ιδρύματος μπορεί να καταβάλει ιδιαίτερες προσπάθειες να καθησυχάσει τον νεοφερμένο και οι συγκάτοικοι να δημιουργήσουν ένα φιλικό κλίμα υποδοχής. Απλά μέτρα σαν αυτά δεν αλλάζουν τη σημασία της μετακόμισης. Ωστόσο βοηθούν τον ηλικιωμένο να νοιώσει λιγότερο απομονωμένος. Δυστυχώς, το καλοπροαίρετο προσωπικό μπορεί να ενισχύσει την απόγνωση του νεοφερμένου με υπερβολικές εκδηλώσεις οικιότητας. Δεν αντιλαμβάνονται πλήρως την κρίση ταυτότητας που βιώνει ο ηλικιωμένος. Έχει ήδη χάσει μερικά στοιχεία του συνηθισμένου τρόπου ζωής του κι ένα από τα λίγα σταθερά στοιχεία που του απόμειναν, για την ταυτότητά του είναι το όνομά του. Κι όμως ένας τελείως άγνωστος μπορεί να αγνοήσει το επώνυμο του νεοφερμένου και να χρησιμοποιήσει κατευθείαν το μικρό του όνομα.

Το όνομα αποσυνδέεται από το άτομο και αντικαθίσταται από ένα γενικευμένο όρο, που δεν αναγνωρίζει τη μοναδικότητα του ατόμου. Το μήνυμα είναι ολοφάνερο. "Το ποιός ήσουν παλιότερα δεν μετράει εδώ. Συμβιβάσου με την ταυτότητα που σου δίνουμε για να πάμε καλά".

Οι οίκοι ευγηρείας, δεν είναι τα μόνα ιδρύματα που ασκούν πίεση στο άτομο. Ο κοινωνιολόγος Ερβιγκ Γιόφμαν έχει αποδείξει, ότι ανάλογα πράγματα συμβαίνουν σε κάθε περίπτωση, που το άτομο ελέγχεται ολοκληρωτικά από το περιβάλλον σε φυλακές, ψυχιατρεία, στο στρατό κ.λ.π.

Παρ' όλο που αυτά τα ιδρύματα διαφέρουν σημαντικά από τα γηριατρικά ιδρύματα έχουν, ωστόσο, πολλά κοινά σημεία.

Η προηγούμενη ταυτότητα του τροφίμου αντικαθίστανται από

ένα αριθμό ή βαθμό. Τα σύμβολα του παλιότερου εαυτού, όπως τα ρούχα και τα προσωπικά αντικείμενα αντικαθιστώνται από άλλα που παρέχει το ίδρυμα. Το καθημερινό πρόγραμμα σχεδιάζεται σύμφωνα με τις ανάγκες του ιδρύματος και όχι του ατόμου. Η ιδιωτική ζωή και η ανάπτυξη στενών σχέσεων δεν ενθαρρύνονται. Αντίθετα, καλλιεργούνται η ομαδική συμπεριφορά η υπακοή και η στενή παρακολούθηση.

Ο ηλικιωμένος που μπαίνει για πρώτη φορά σ' ένα ίδρυμα και ξέρει ότι μόνο νεκρός θα βγει από εκεί είναι φυσικό να βιώνει αυτές τις πλευρές της ιδρυματικής ζωής σαν προσωπική απειλή ενάντια στην ακεραιότητά του. Η απειλή, φυσικά, είναι συνήθως αρκετά απρόσωπη, είναι ο ίδιος τρόπος λειτουργίας του συστήματος. Τα μέλη του προσωπικού μπορεί να επιδιώκουν ολόθερμα την ευημερία των ηλικιωμένων. Ωστόσο δεν παύουν να λειτουργούν με βάση τα μηχανικά κανάλια, ενός "ολοκληρωτικού ιδρύματος".

"Ολοκληρωτικό" είναι το ίδρυμα, που υποχρεώνει τους τροφίμους του να ζουν ομοιόμορφα στον ίδιο πάντα χώρο και δνε προσφέρει ευκαιρίες διαφυγής τους σ' ένα περιβάλλον, που θα τους επιτρέψει να ξαναποκτήσουν μια αίσθηση ατομικής ταυτότητας. Αν και παρέχει την απαραίτητη ασφάλεια για την επιβίωση, ταυτόχρονα υποσκάπτει την ψυχολογική ασφάλεια του ατόμου μέσα από τον καθολικό έλεγχο που ασκεί πάνω του.

### 1.3. Τρίτη ηλικία και μεταβολές του σώματος

Θα μπορούσαμε να πούμε, ότι όταν το άτομο σταματήσει να αναπτύσσεται, αρχίζει να γερνάει. Μερικές από τις σωματικές

λειτουργίες μας μπορεί να έχουν ήδη περάσει το σημείο της ακμής τους και να μπήκαν στο δρόμο μιας πολύ σταδιακής παρακμής τη στιγμή που εμείς εξακολουθούμε, με άλλους τρόπους, να πλησιάζουμε τη λειτουργική ακμή. Ο έφηβος, για παράδειγμα που δεν έχει ακόμα ωριμάσει σωματικά από κάθε άποψη, μπορεί να αρχίσει να χάνει σ' ένα βαθμό την οξύτητα της όρασής του, καθώς και την ικανότητα να αντιδρά στις αλλαγές του φωτισμού.

Αυτό σημαίνει, ότι διαφορετικές πλευρές της σωματικής λειτουργίας μας φτάνουν σε κάποια εποχή σε μια φάση παρακμής. Αυτός είναι ένας από τους λόγους, που η βιολογική ηλικία δεν αποτελεί ικανοποιητική έννοια· μέσα μας έχουμε πολλές διαφορετικές βιολογικές ηλικίες.

Υπάρχουν ακόμα κι άλλες ατομικές διαφορές. Μπορεί να μην έχετε τότε μια άσπρη τρίχα στα μαλλιά σας, ούτε μια ρυτίδα στο πρόσωπό μας τη στιγμή που οι παλιοί συμμαθητές μας έχουν αρχίσει να δείχνουν ολοφάνερα την ηλικία τους.

Η γενική διεργασία του βιολογικού γεράσματος μπορεί να συγκριθεί με μια αργή παλίρροια, που κινείται προς το μέρος μας τόσο σταδιακά που συνήθως αργούμε πολύ να συνειδητοποιήσουμε την ύπαρξή της. Είναι μάλλον μια συνεχής ροή παρά ένα τεράστιο κύμα, που κατακλύζει και συντρίβει.

### 1.3.1. Το σώμα που "γερνάει"

Γηραιότερος σημαίνει κοντύτερος. Αυτό ισχύει για τους άντρες και τις γυναίκες καθώς και για τους ανθρώπους όλων των φυλών. Στη μοναδική αξιολογη μελέτη πάνω σ' αυτή τη θεωρία εξετάστηκαν 23.000 Καναδοί και Καναδέζες.



Οι γέροι βρέθηκαν 7,5 εκατοστά κατά μέσο όρο, κοντύτεροι από τους νέους, ενώ οι γριές 5,5 εκατοστά κοντύτερες από τις νέες. Το γεγονός, ότι κοντάινουμε με το πέρασμα των χρόνων έχει σ' ένα βαθμό ανατομική βάση. Οι δίσκοι ανάμεσα στους σπονδύλους συρρικνώνονται, και το ίδιο παρουσιάζουν και οι μύες, που υποστηρίζουν την όρθια στάση. Ορισμένοι, όμως άνθρωποι εμφανίζουν μια κάμψη στη στάση τους που κλιμακώνεται όσο περνάνε τα χρόνια. Φανερή ελάττωση του ύψους δεν συμβαίνει, συνήθως, νωρίτερα από την ηλικία των 50 χρόνων ή και αργότερα.

Η εξωτερική επιφάνεια του σώματος μας φανερώνει τη διαδικασία του "γεράσματος". Παρ' όλο που ο εξωτερικός παρατηρητής βλέπει μόνο το αραίωμα και άσπρισμα των μαλλιών, η τριχοφυΐα του σώματός μας έχει την ίδια τύχη.

Οι μεταβολές στο δέρμα είναι ιδιαίτερα ευδιάκριτες. Αν κοιτάξουμε προσεχτικά θα παρατηρήσουμε ρυτίδες σε υγιείς άντρες και γυναίκες, που δεν έχουν πατήσει ακόμα τα τριάντα τους. Στα γηρατειά κουβαλάμε το σύνολο των αλλαγών που είχαν αρχίσει να διαδραματίζονται από πολύ παλιά, αν και με κάποια αυξημένη ταχύτητα τα τελευταία χρόνια. Το ρυτίδιασμα και η πλαδαρότητα οφείλονται στην απώλεια λιπώδους ιστού από τα επιφανειακά στρώματα του δέρματος, καθώς και την πολύχρονη έκθεση στον ήλιο. Συνηθισμένη είναι επίσης η εμφάνιση κηλίδων. Το δέρμα έχει λειτουργίες που δεν έχουν καμιά σχέση με την ομορφιά αλλά που κι αυτές επηρεάζονται με τα χρόνια. Γίνεται εύθραστο χάνει την ελαστικότητά του και δεν προστατεύει το ίδιο καλά όπως παλιότερα το άτομο από αρρώστιες και μολύνσεις.

Ένα γερασμένο άτομο μπορεί να έχει δυσκολίες προσαρμογής στις αλλαγές της θερμοκρασίας, στο βαθμό που το δέρμα του πε-

ριορίζει την ικανότητά του να ιδρώνει και στη συνέχεια να ψύχεται.

Σημαντικές μεταβολές συμβαίνουν στους μύες και στα οστά. Τα οστά έχουν την τάση να χάνουν το ασβέστιό τους, γίνονται λεπτότερα και πιο εύθραστα. Αυτό έχει σαν αποτέλεσμα τα κατάγματα να είναι περισσότερο επικίνδυνα, καθώς και περιορισμένη ικανότητα για γρήγορη και τέλεια αποκατάσταση.

Μια από τις συνηθισμένες κακοτυχίες των γερόντων είναι η περίπτωση όπου το άτομο πέφτει σπάζει οστά της λεκάνης και από κει και πέρα μένει ανάπηρο. Αν δεν του προσφερθεί τρυφερότητα και συστηματική φροντίδα, το πιθανότερο είναι να βυθιστεί στη κατάθλιψη, να γίνει ευάλωτο στις μολύνσεις και να χάσει κάθε ενδιαφέρον για τη ζωή.

Η σωματική μας δομή διατηρείται και λειτουργεί με τη βοήθεια διαφόρων ειδών συνδετικού ιστού, που είναι περισσότερο ευλύγιστος απ' ό,τι τα οστά. Το είδος του συνδετικού ιστού που έχει μελετηθεί διεξοδικότερα σε σχέση με τη διαδικασία των γηρατειών είναι το κολλαγόνο. Βρέθηκε ότι το κολλαγόνο χάνει με τα χρόνια ένα μεγάλο μέρος της ελαστικότητάς του.

Σ' αυτό οφείλεται η δυσκολία των γερόντων να κάνουν απαλές και γρήγορες κινήσεις.

Σε συνδιασμό με τη φθορά στις αρθρώσεις, η εξασθένιση της λειτουργίας του συνδετικού ιστού δημιουργεί μια δυσάρεστη κατάσταση πόνου και ενοχλήσεων γεγονός που αποθαρρύνει το άτομο στην προσπάθειά του να χρησιμοποιήσει ενεργητικά το σώμα του. Έτσι όμως μπαίνει μέσα σ' ένα φαύλο κύκλο, γιατί όσο λιγότερο χρησιμοποιεί το σώμα του, τόσο πιο δύσκολη και επίπονη γίνεται η κάθε του κίνηση.

Παρ' όλο που παράτηρείται μια ελάττωση στον αριθμό και το μέγεθος των μυικών ινών σ' ολόκληρο το σώμα, οι μύες αυτοί καθεαυτοί διατηρούνται, συνήθως σε αρκετά καλή κατάσταση, μέχρι τα βαθιά γεράματα. Ο εκφυλισμός είναι σπάνιος, εκτός αν υπάρχει κακή διατροφή ή κυκλοφορία.

Ένα γερασμένο άτομο με αρκετά καλή υγεία θα διατηρήσει πολύ πιθανά αρκετά μυική δύναμη για διάφορες λειτουργίες του. Όταν παρατηρείται αδυναμία, αυτό δεν σημαίνει απαραίτητα ότι οι μύες δεν λειτουργούν. Το πρόβλημα μπορεί να σχετίζεται περισσότερο με το γενικό συντονισμό της μυικής δραστηριότητας και των αισθητηριακών μηνυμάτων κάτω από την καθοδήγηση του κεντρικού νευρικού συστήματος.

### 1.3.2. Οι ζωτικές λειτουργίες

Κάθε σωματική λειτουργία είναι ζωτική, όταν κάτι δεν πάει καλά μ' αυτή. Διαφορετικά έχουμε την τάση να θεωρούμε τις σωματικές μας λειτουργίες δεδομένες. Αναπνέουμε, τρώμε, αποβάλλουμε τις άχρηστες ουσίες. Τόσο απλό! Μόνο όταν ανακαλύπτουμε κάποια δυσλειτουργία συνειδητοποιούμε με οδυνηρό τρόπο πόσο πολύ η επιβίωσή μας εξαρτάται από την καλή συμπεριφορά των πολλών αλληλοσυνδεμένων σωματικών συστημάτων μας που συνήθως κάνουν διακριτικά τη δουλειά τους.

Όσο περνούν τα χρόνια τόσο λιγότερο μπορούμε να θεωρούμε τις σημαντικές λειτουργίες δεδομένες. Η αναπνοή γίνεται πió δύσκολη. Με το πέρασμα των χρόνων η προσπάθεια που χρειάζεται να καταβάλλουμε για να προσλάβουμε και να αποβάλουμε οξυγόνο από τους πνεύμονες μας γίνεται ολοένα και μεγαλύτερη.

Οι κινήσεις των πνευμόνων γίνονται με λιγότερο ολοκληρωμένο τρόπο, με αποτέλεσμα να παραμένει περισσότερος αέρας στους πνεύμονες μετά την εκπνοή. Αυτό σημαίνει ότι η αναπνοή είναι λιγότερο αποτελεσματική. Ανάμεσα στις σωματικές μεταβολές, που θεωρούνται ότι ευθύνονται γι' αυτήν την ελαττωμένη αποτελεσματικότητα είναι ο περιορισμός της απορροφητικής επιφάνειας μέσα στους πνεύμονες και η απώλεια της ελαστικής τους ικανότητας. Κάτι τέτοιο μπορεί να οδηγήσει σε σοβαρές συνέπειες και να δημιουργήσει προβλήματα σε άλλες ζωτικές λειτουργίες.

Η ζωή των σωματικών μας κυττάρων εξαρτάται από το οξυγόνο που εισπνέουμε και την αποβολή της διοξειδίου του άνθρακα που εκπνέουμε. Η στέρηση του  $O_2$  ή η βραδεία αποβολή  $CO_2$  βάζει σε κίνδυνο τη ζωή των κυττάρων μας. Ο κίνδυνος είναι μεγαλύτερος για τον εγκέφαλο που χρειάζεται άφθονη παροχή  $O_2$ . Όταν η παροχή ελαττώνεται είτε από αναπνευστικά είτε από κυκλοφορικά προβλήματα η εγκεφαλική λειτουργία μειώνεται. Οι σκέψεις χάνουν τη σαφήνεια και τον προσανατολισμό τους. Αν το έλλειμα είναι σοβαρό ή παρατεταμένο δημιουργείται δομική βλάβη στον εγκέφαλο. Το συνολικό αποτέλεσμα μπορεί να είναι αποδιοργάνωση του εγκεφάλου και της προσωπικότητας, αποσυγχρονισμός σωματικών λειτουργιών και θάνατος.

Πολλοί ηλικιωμένοι εμφανίζουν περιοδικές δυσκολίες στην αναπνοή τους. Μπορεί να πάθουν κάποιο συγχυτικό επεισόδιο, εξαιτίας ανεπαρκούς παροχής  $O_2$ , στον εγκέφαλο αλλά να αναλάβουν σύντομα χωρίς μόνιμη βλάβη στη σωματική και νοητική τους λειτουργία. Δυστυχώς υπάρχει μια τάση να λθωρούμε ότι ο ηλικιωμένος πάσχει από γεροντική άνοια οπότε παρατηρούμε κάποιο κενό στη νοητική του λειτουργία. Στην πραγματικότητα πολλοί νεώτεροι,

ενήλικοι παρουσιάζουν παρόμοια κενά στη νοητική τους λειτουργία για διάφορους λόγους.

Πολλές τέτοιες περιπτώσεις αντιδρούν καλά σε διάφορες μορφές θεραπείας. Πρόσφατα δοκιμάστηκε μια ιδιαίτερα ενδιαφέρουσα μορφή θεραπευτικής αγωγής.

Το άτομο που έχει αναπνευστικά προβλήματα, εξαιτίας της ηλικίας του ή διαφόρων άλλων λόγων, μπαίνει για κάποιο διάστημα σε θάλαμο υπό πίεση που επιτρέπει στο  $O_2$  να τροφοδοτήσει το σώμα όχι αποκλειστικά μέσα από τη λειτουργία των πνευμόνων. Ορισμένοι ερευνητές ανέφεραν εντυπωσιακή σωματική και διανοητική βελτίωση σαν αποτέλεσμα αυτών των "υπερβαρικών τροφοδοτήσεων" όπως αποκαλούνται. Άλλοι δεν βρήκαν τα ίδια αποτελέσματα ωστόσο παραμένει η δυνατότητα να ξεκινήσει απ' αυτή την ιδέα κάποια χρησιμη θεραπεία.

Το καρδιοαγγειακό σύστημα αποτελεί ένα άλλο θεμελιακό κρίκο στο μηχανισμό επιβίωσής μας. Για πολύ καιρό πίστευαν ότι "η ηλικία του ανθρώπου εξαρτάται από τις αρτηρίες του". Το σύνθημα αυτό βρήκε αρκετή υποστήριξη από τη σύγχρονη έρευνα. Με το πέρασμα των χρόνων οι αρτηρίες μας γίνονται στενότερες, λιγότερες ελαστικές, και φράσσονται από ουσίες που παρεμβάλλονται στη κυκλοφορία.

Αλλαγές τέτοιου είδους οδηγούν, συχνά, στην αύξηση της Α.Π. Η καρδιά αναγκάζεται να δουλέψει εντονότερα, παρ' όλο που η διόγκωση των βαλβίδων και άλλες μεταβολές στον ίδιο τον καρδιακό ιστό τη μετατρέπουν σε λιγώτερο λειτουργικό όργανο. Η αυξημένη πίεση του αίματος μέσα στις στενότερες και λιγότερο ευλγιστες αρτηρίες αυξάνουν τον κίνδυνο συμφόρησης και εγκε-

φαλικών αγγειακών επεισοδίων.

Αν η υπέρταση δεν είναι πάθηση, που συναντάμε απαραίτητα σ' όλους τους ηλικιωμένους, η υψηλή πίεση στο αίμα αποτελεί ωστόσο ένα από τα συνηθισμένα και σοβαρά προβλήματα της προχωρημένης ηλικίας. Είναι μαι κατάσταση που στήνει το σκηνικό για το θάνατο, είτε από καρδιακή ή νεφρική ανεπάρκεια ή συμφόρηση. Η αύξηση της πίεσης σε συσχετισμό με την ηλικία είναι φαινόμενο που απαντάται συχνότερα στις "αναπτυγμένες" κοινωνίες. Η διατροφή, το επίπεδο δραστηριότητας, και η γενική ίσως έκθεση στο στρες φαίνεται να αποτελούν σημαντικούς παράγοντες. Οι άντρες και οι γυναίκες στα νησιά Φίτζι δεν παρουσιάζουν αύξηση στην Α.Π. μετά τα 50 τους χρόνια γεγονός που αποτελεί अपάράβατο κανόνα για τους ανθρώπους που ζουν στο Λονδίνο και στη Νέα Υόρκη.

### 1.3.3. Διαιτολόγιο και σωματική εξασθένιση

Η σωστή διατροφή εξαρτάται τόσο απ' αυτά που τρώμε και πίνουμε όσο και από τον τρόπο που χρησιμοποιεί το σώμα μας αυτές τις ουσίες. Σημασία έχει ακόμα και ο γενικότερος τρόπος ζωής μας. Μερικά από τα πεπτικά προβλήματα που συναντάν οι άνθρωποι σε μια προχωρημένη ηλικία, οφείλονται περισσότερο στις κακές συνήθειες που διατηρούν σχετικά με τη διατροφή σ' ολόκληρη την ζωή τους, παρά σε μεταβολές που σχετίζονται με τη διαδικασία του ίδιου του "γεράσματος".

Σε γενικές γραμμές οι ηλικιωμένοι παίρνουν λιγότερες θερμίδες από τους νέους. Αυτό θεωρείται, ότι συνδέεται με μια ελάττωση του βασικού μεταβολικού ρυθμού και μαι επιβράδυνση της δυναμικής δραστηριότητας. Το πρόβλημα γίνεται οξύτερο στην περίπτωση των ανθρώπων, που βρίσκονται στα όρια υποσιτισμού και δεν

παίρνουν στην προχωρημένη ηλικία μερικά από τα απαραίτητα θρεπτικά συστατικά, που συνιστούν την καλή διατροφή. Το ηλικιωμένο άτομο που δεν έχει πλήρες διαιτολόγιο γίνεται περισσότερο ευάλωτο στις αρρώστιες και χάνει γενικά τη ζωτικότητά του. Οι βασικές αλλαγές που συμβαίνουν στη φυσιολογία του πεπτικού συστήματος, δεν είναι τόσο εκτεταμένες όσο σ' άλλα συστήματα. Δεν έχουν γίνει διεξοδικές έρευνες σ' αυτό το τομέα. Παρ' όλα αυτά έχει διαπιστωθεί, ότι τα θρεπτικά συστατικά χωνεύονται και απορροβούνται καλά. Το λεπτό έντερο δείχνει αξιολογημένη αποθεματική ικανότητα. Το σπύκι με τη βασική αποτοξινωτική λειτουργία του φαίνεται να διατηρείται καλά με τα χρόνια.

Οι νεφροί χρειάζονται περισσότερο χρόνο να συγκεντρώσουν τα άχρηστα προϊόντα στα ούρα, και δεν είναι τόσο αποτελεσματικά στη διατήρηση της ισορροπίας των υγρών. Υπάρχουν ενδείξεις ότι ένα μεγάλο μέρος αυτών των μεταβολών αποτελεί αναπόσπαστο κομμάτι της διαδικασίας του γεράσματος.

Ακόμα και υγιείς άνθρωποι υποφέρουν, καθώς γερνάνε, από την ελαττωμένη αποτελεσματικότητα των νεφρών.

Η κύστη παρουσιάζει κι αυτή προβλήματα στην προχωρημένη ηλικία. Το άτομο δεν είναι σε θέση να συνειδητοποιήσει την ανάγκη διούρησης, παρά μόνο, όταν η κύστη είναι γεμάτη. Οι αλλαγές αυτές κάνουν το άτομο ευάλωτο σε μολύνσεις των νεφρών και της κύστης. Επιπλέον το γεγονός ότι το άτομο ανακαλύπτει κάποια στιγμή ότι έχει περιορισμένο έλεγχο στην ουροδόχο κύστη του, αποτελεί σοβαρό πλήγμα για την αυτοεκτίμησή του. Είναι ωστόσο δυνατό να βοηθήσουμε μερικούς ανθρώπους να ξαναποκτήσουν τον έλεγχο, γεγονός που με τη σειρά του διευκολύνει την διατήρηση μιας φυσιολογικής προσωπικής και κοινωνικής ζωής.

#### 1.3.4. Το κεντρικό νευρικό σύστημα

Τα βιοχημικά και ηλεκτρικά μηνύματα διαπερνούν με την ίδια ταχύτητα το Κ.Ν.Σ. τόσο των γέρων, όσο και των νέων. Είδαμε μέχρι τώρα, ότι η ροή του αίματος και η χρησιμοποίηση του οξυγόνου δεν εξασθενούν σαν λειτουργίες στους υγιείς γέροντες. Αυτά είναι από τα πιο καθουχαστικά στοιχεία, που επιβεβαιώθηκαν στα τελευταία χρόνια.

Ωστόσο, παρατηρήθηκαν ορισμένες εκφυλιστικές αλλαγές. Τα κύτταρα του νευρικού μας συστήματος έχουν ένα χαρακτηριστικό, που τα ξεχωρίζει από τα περισσότερα άλλα κύτταρα, μεγαλώνουν και γερνάνε μαζί μας. Τα περισσότερα από τα άλλα κύτταρα αντικαθίστανται από καινούργιες γενιές - το εξωτερικό στρώμα του δέρματός μας, για παράδειγμα, αποτελείται από νεκρά κύτταρα, που έχουν εκτοπιστεί από ακμαία νεαρά κύτταρα και που κι αυτά με τη σειρά τους θα εκτοπιστούν στην επιφάνεια από νεώτερα. Το νευρικό όμως, κύτταρο που πεθαίνει ή παθαίνει κάποια βλάβη δεν αντικαθίσταται.

Οι περισσότερες μελέτες, πάνω σε ανθρώπους και ζώα, κατέληξαν στο συμπέρασμα, ότι τα άτομα προχωρημένης ηλικίας διαθέτουν λιγότερα ζωντανά και ικανά εγκεφαλικά κύτταρα. Υπάρχει μια αντίστοιχη ελάττωση στο βάρος του εγκεφάλου και πολλές άλλες αλλαγές στην κυτταρική σύνθεση.

Ο περιορισμός της λειτουργικής ικανότητας των νευρικών κυττάρων είναι πιθανά υπεύθυνος για την επιβράδυνση στην ηλεκτρική δραστηριότητα του εγκεφάλου, που παρατηρείται ακόμα και στους υγιέστατους γέροντες. Επιπλέον, συναντάται μια αυξημένη σύγχυση ή "θόρυβος" στην εγκεφαλική λειτουργία. Το κατάλληλο σήμα δυσκολεύεται, μ' άλλα λόγια, να βρει το δρόμο του. Εάν



αποτέλεσμα το άτομο χρειάζεται περισσότερο χρόνο για να αντιδράσει στα εξωτερικά ερεθίσματα και αντιμετωπίζει μεγαλύτερη δυσκολία στην προσπάθεια να συντονίσει τις δραστηριότητες των διαφόρων σωματικών συστημάτων, που προϋποθέτουν "προσταγές" και "τέλειο εναρμονισμό" από τον εγκέφαλο.

Δύο πράγματα, ωστόσο, πρέπει να έχουμε υπόψη μας εξαιτίας της λεπτής διάκρισης ανάμεσα στο απλό "γέρασμα" και στις επιπτώσεις των διάφορων ασθενειών, δεν είναι παράλογο να συμπεράνουμε, ότι οι άνθρωποι που δεν υποφέρουν στην ζωή τους από αρτηριοσκλήρωση υπέρταση και άλλες συνηθισμένες διαταραχές, μπορεί να μείνουν ανέπαφοι από τις αρνητικές μεταβολές, που παρατηρούνται στον τυπικά γερασμένο εγκέφαλο.

Ο άλλος παράγοντας αφορά την ικανότητα του σώματός μας να αναπληρώνει τις ατέλειές του. Η αναπλήρωση συμβαίνει σε πολλές από τις ζωτικές μας λειτουργίες. Όταν σε κάποια προχωρημένη ηλικία εμφανίζονται προβλήματα στη ροή του αίματος, παρατηρείται μια τάση για αύξηση του αριθμού των μικρών αιμοφόρων αγγείων, με σκοπό να εξυπηρετηθούν συγκεκριμένα μέρη του σώματος. Ο εγκέφαλος διαθέτει κι αυτός τους αναπληρωματικούς μηχανισμούς του. Φαίνεται, ότι διαθέτουμε μια αξιόλογη αποθεματική ικανότητα καθώς και μια δυνατότητα να αναθέτουμε άλλοτε εδώ κι άλλοτε εκεί μερικές από τις λειτουργίες του κεντρικού νευρικού συστήματος.

### Οι αισθήσεις

Οι αισθήσεις που ελέγχονται από το κεντρικό νευρικό σύστημα παρουσιάζουν κι αυτές πολλές αλλαγές με την ηλικία. Η όραση είναι, συνήθως το πρώτο αισθητηριακό σύστημα, που εμφανί-

ζει σημαντικές αλλαγές, ακόμα και χωρίς την παρουσία συγκεκριμένης πάθησης. Ο φακός και ο κερατοειδής χιτώνας χάνουν τη διαύγειά τους. Τα μάτια μας προσαρμόζονται βραδύτερα στις αλλαγές του φωτισμού· αρχίζουμε να βλέπουμε μπροστά στα μάτια μας κηλίδες, καθώς το υαλοειδές σώμα εκφυλίζεται. Το πεδίο της όρασης περιορίζεται και η βασική οπτική οξύτητα ελαττώνεται. Υπάρχει ακόμα η πιθανότητα να πάθουμε καταρράκτη και να χάσουμε ένα μέρος του χρώματος, που έκανε άλλοτε τα μάτια μας να φαίνονται τόσο λαμπερά γαλανά ή καστανά.

Η ευαισθησία της ακοής ελαττώνεται, ιδιαίτερα στις ψηλότερες συχνότητες. "Ολότελα άδικο" μου παραπονέθηκε κάποτε ένας ηλικιωμένος γιατρός. "Τώρα που έχω την οικονομική δυνατότητα να αποκτήσω το καλύτερο στερεοφωνικό, τα γερασμένα αυτιά μου δεν μπορούν να το εκτιμήσουν!".

Παρ' όλο που αυτό αποτελεί συνηθισμένο γεγονός για τις περισσότερες ανεπτυγμένες κοινωνίες υπάρχουν ενδείξεις, ότι σε πιο ήσυχα μέρη οι άνθρωποι δεν παρουσιάζουν με την αύξηση της ηλικίας τους μια τόσο μεγάλη εξασθένιση της ακοής τους. Μεγαλύτερη απώλεια της ακουστικής ικανότητας συναντάται συχνότερα στους άντρες, γεγονός που θα μπορούσε να σχετίζεται με το δεδομένο, ότι είναι περισσότερο εκτεθειμένοι στο βιομηχανικό θόρυβο.

Η γεύση και η όσφρηση περιορίζονται με τα χρόνια. Πολλές φορές γίνονται λιγότερο ελκυστικές σε μυρωδιά και γεύση. Αυτό μπορεί να οδηγήσει σε υποσιτισμό γι' αυτό το λόγο τα φαγητά πρέπει να ετοιμάζονται προσεκτικά και να προσφέρονται σε χαρούμενη ατμόσφαιρα.

Οι σωματικές ασκήσεις - αντίληψη της κίνησης, της δόνη-

σης, ανάδραση της στάσης του σώματος και της δραστηριότητάς του - όλα αυτά αμβλύνονται με την ηλικία. Μέρος αυτής της αμβλυνσης της ευαισθησίας οφείλεται σ' ένα βαθμό άμεσα στη διαδικασία του "γεράσματος" στο μεγαλύτερο, όμως, βαθμό πρέπει να οφείλεται στον καθιστικό τρόπο ζωής.

Ε Ρ Ε Υ Ν Α :

"ΔΙΑΒΙΩΣΗ ΤΩΝ ΑΝΘΡΩΠΩΝ ΤΗΣ ΤΡΙΤΗΣ  
ΗΛΙΚΙΑΣ ΣΕ ΟΙΚΟ ΕΥΓΗΡΕΙΑΣ ΚΑΙ  
ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΕΣ ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ"

Κ Ε Φ Α Λ Α Ι Ο 2ο

2.1. Σ κ ο π ό ς

Από τη μέρα της γέννησής μας και πέρα, η πρόοδός μας στη ζωή ιχνηλατείται από ατέλειωτες σειρές αριθμών που συνθέτουν τη χρονολογική μας ηλικία. Η συνηθισμένη αντίληψη είναι, ότι το πέρασμα του χρόνου, όπως υπολογίζεται σύμφωνα με το ημερολόγιο αποτελεί αξιόπιστο δείκτη των αλλαγών που έχουν συμβεί στο μυαλό και το σώμα μας, αντίληψη που κατά την γνώμη μου είναι λαθεμένη.

Στην πραγματικότητα, δεν υπάρχει κανένα επιστημονικό κριτήριο για χρονολογική ηλικία, αντίθετα όταν εξοστρακίζουμε ανθρώπους από την κοινωνική δραστηριότητα δεν το κάνουμε για λόγους που στηρίζονται στην ιατρική και την επιστήμη, αλλά για χάρη των αξιών και προτεραιοτήτων που επιβάλλει το κοινωνικό παρελθόν.

Με δεδομένο το σύστημα της κοινωνικής διαβάθμισης των ανθρώπων, με βάσει την ηλικία, τα προνόμια, τα δικαιώματα και τις ευθύνες που απορρέουν απ' αυτή, έφθασα στο συμπέρασμα της ειδικής μελέτης των ανθρώπων της τρίτης ηλικίας, όπως την αποκαλούν και μάλιστα αυτών που ζουν σε ιδρύματα.

Απόμαχους τους αποκαλούν είναι όμως έτσι;

Οίκοι ευγηρείας λέγονται τα γηροκομεία είναι όμως έτσι;

Υ λ ι κ ό

Οίκος ευγηρείας στη περιοχή Πατρών.

Τρόφιμοι: 112 άτομα, άνδρες και γυναίκες άνω των 65 ετών. Είκοσι περίπου απ' αυτούς μη περιπατητικοί με μειωμένο έως καθόλου καλό επίπεδο συνείδησης και πολλά προβλήματα (κατάκοιτοι).

Προσωπικό στελέχωση: 35 εργαζόμενοι ως βοηθητικό προσωπικό, 10 διοικητικό και 6 Νοσηλευτικό.

Ιατρός: Επισκέπτης 3 φορές εβδομαδιαίως.

Κτιριακή υποδομή: Κτίριο καινούργιο ευαγές, περιποιημένο και καθαρό περιβάλλον. Δίκλινα δωμάτια με λουτρό και τηλεφωνική συσκευή εσωτερικής κλήσης. Σαλόνια και τηλεοράσεις. Αίθουσα ψυχαγωγίας, φυσιοθεραπευτήριο, με σύγχρονα όργανα, τραπεζαρία, εκκλησάκι, κήπο.

Διοίκηση: Επταμελής, εκλεγμένη από τα μέλη σωματείου που έχει ιδρυθεί για φιλανθρωπικούς σκοπούς.

Μέθοδος.

α. Ερωτηματολόγιο

β. Συνεντεύξεις

Τ.Ε.Ι. ΠΑΤΡΑΣ  
ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ



ε. Την συγκατοίκηση :      ΝΑΙ                      ΟΧΙ

Αν ΝΑΙ ή ΟΧΙ συμπληρώσατε τους λόγους

3. Θα θέλατε, αν μπορούσατε, να φύγετε από το μέρος αυτό και για ποιούς λόγους;

4. Έχετε συγγενείς ή φίλους που βλέπετε      ΝΑΙ                      ΟΧΙ

Πόσο συχνά :            κάθε μέρα  
                                  κάθε εβδομάδα  
                                  κάθε μήνα  
                                  σπάνια  
                                  κάθε χρόνο  
                                  ποτέ

5. Πόσο συχνά επισκέπτεσθε το ιατρείο του "οίκου" και για ποιούς λόγους;

α. Μια φορά εβδομαδιαίως χωρίς λόγο  
β. Συχνά, για εφοδιασμό φαρμάκων  
γ. Καθημερινά για μέτρηση αρτηριακής πίεσης  
δ. Σπάνια δεν υπάρχει λόγος  
ε. Ποτέ

6. Πόσα φάρμακα παίρνετε ημερησίως κατά κανόνα

α. Πολλά (πάνω από 3)  
β. 2-3  
γ. κανένα

7. Παίρνετε ηρεμιστικά - υπνωτικά φάρμακα      ΝΑΙ                      ΟΧΙ



8. Έχετε δραστηριότητες εδώ;            ΝΑΙ            ΟΧΙ

9. Αν ναι ποιές;

εκδρομές

κηπουρική

έργα χειροτεχνίας

κινηματογράφο, θέατρο

τηλεόραση

επιτραπέζια παιχνίδια

μουσική

διάβασμα

αλληλογραφία

10. Το δωμάτιο που μένετε το φροντίζετε οι ίδιοι;

ΝΑΙ

ΟΧΙ

### 2.2.1. Παρουσίαση Αποτελεσμάτων

Από το ερωτηματολόγιο προέκυψε ότι:

- το 82% αισθάνεται ότι βρίσκεται σε ξένο προς αυτό χώρο.
- το 90% δεν είναι ευχαριστημένο από την διατροφή.
- το 94% από την στέγαση.
- το 80% από την συμπεριφορά.
- το 77% από την φροντιδα του προσωπικού.
- και το 99% από την συστέγαση.
- Το 52% των τροφίμων θα ήθελε να φύγει από τον οίκο αν είχε αυτή την δυνατότητα.
- το 44% δεν έχει κανένα φίλο ή συγγενή που τους επισκέπτεται.
- Όσον αφορά το τμήμα της υγείας τους κατά την παραμονή του στον οίκο απάντησαν:
  - Το 78% επισκέπτεται το ιατρείο για εφοδιασμό φαρμάκων.
  - το 17% επισκέπτεσθε καθημερινά το ιατρείο 1-2 φορές για μέτρηση Α.Π.
  - το 2% σπάνια, και μόνο το 3% δεν πηγαίνει ποτέ στο ιατρείο.
  - Φαρμακοληψία.
  - το 75% λαμβάνει πολλά ημερησίως (πάνω από 3).
  - το 24% δύο με τρία την ημέρα.
  - Και το 1% δεν παίρνει κανένα φάρμακο.
  - Το 99% παίρνει υπνωτικά-ηρεμιστικά φάρμακα.
- Δραστηριότητες.
  - Το 60% δεν έχει καμμία, ενώ το υπόλοιπο 40% μοιράζει το χρόνο του ως εξής 35% βλέποντας τηλεόραση, 3% κηπουρική 2% διαβάζοντας εφημερίδα.

Πρέπει να σημειώσω ότι το δείγμα ήταν:

55% γυναίκες

45% άνδρες

67% έγγαμοι με παιδιά

70% έγγαμοι χωρίς παιδιά

30% άγαμοι

50% χωρίς παλαιότερο επάγγελμα αλλά με ασφαλιστικό φορέα, ελαφρύ συνταξιοδοτικού εισοδήματος

50% με παλαιότερο επάγγελμα εκ του οποίου απολαμβάνει μεγάλου σημερινού εισοδήματος το 4% ενώ το υπόλοιπο 46% χαμηλού εισοδήματος.

Ο χρόνος διαμονής στο ευγηρείο κυμαίνεται από 1% <sup>ως</sup> ~~έως~~ έξι μήνες και το υπόλοιπο 99% από ένα χρόνο έως 27 χρόνια.

Κ Ε Φ Α Λ Α Ι Ο 3ο

Σ Υ Μ Π Ε Ρ Α Σ Μ Α Τ Α

Το ποσοστό των ερωτούμενων στην συντριπτική πλειοψηφία έδειξε ότι ελάχιστη βοήθεια δέχονται στη προσπάθειά τους να συμβιάσουν τις παλαιότερες συνήθειές τους με την δομή του ιδρύματος. Οι κανονισμοί σπάνια διατυπώνονται καθαρά από την αρχή. Αισθάνονται ότι το ίδρυμα περιμένει ελάχιστα απ' αυτούς και ότι προσφέρει λιγιστούς ρόλους που μπορούν να δημιουργήσουν προσωπική ικανοποίηση και κοινωνική αποδοχή.

Αποτέλεσμα είναι οι περισσότεροι να αισθάνονται ιδιαίτερα στην αρχή σαν "ξένοι" αλλά και στη συνέχεια εκείνο που συνειδητοποιούν είναι ότι βρίσκονται σε ίδρυμα και όχι στο σπίτι τους.

Πολλοί ηλικιωμένοι μετά από μακριά περίοδο διαμονής σε ίδρυμα, νοιώθουν μοναξιά, απομόνωση, και ανία. Ένας από τους λόγους είναι και ο μεγάλος αριθμός τροφίμων, και για το λόγο αυτό σήμερα οι διοικητικοί υπεύθυνοι προσανατολίζονται για δημιουργία μικρών οίκων έτσι ώστε ο ηλικιωμένος να αισθάνεται σαν στο σπίτι του.

Στην ερώτησή μου για το αν θα ήθελαν να φύγουν αν μπορούσαν, η απάντηση δείχνει καθαρό ότι το καλύτερο ίδρυμα δεν υποκαθιστά το οικογενειακό περιβάλλον.

Εδώ οι ηλικιωμένοι όπως φαίνεται και από τις απαντήσεις τους αισθάνονται άρρωστοι και ανήμποροι αλλά το πρόβλημα μάλλον φαίνεται να είναι αποτέλεσμα θλίψης και άγχους. Με προσεκτική παρατήρηση σε επίσκεψή μου αυτό το διαπίστωσα καθαρά.

Θλιμμένα πρόσωπα δίχως συναισθηματική ενέργεια.

Οι απώλειες αγαπημένων προσώπων, σπιτιού, εργασίας, σωματικής κινητικότητας - είναι για αυτούς ήττες που τους οδηγούν

στην απομάκρυνση από την κοινωνική δραστηριότητα. Το "άγχος" τους εκδηλώνεται ως ενδιαφέρον που περιορίζεται όμως μόνο στο κεφάλαιο υγείας. Βέβαια κι αυτή την αντιμετωπίζουν σαν μια επιφανειακή κατάσταση. Προετοιμάζονται για τον θάνατο, συμβιβάζονται πολλές φορές αλλά εκνευρίζονται υπερβολικά με την έλλειψη π.χ. μιας υπνωτικής ταμπλέτας που έχουν συνηθίσει να παίρνουν πριν το νυχτερινό ύπνο. Η υπερβολική και αλόγιστη χρήση φαρμάκων δείχνει την παραδοχή απώλειας της υγείας, σαν φυσικό επακόλουθο της ηλικίας τους, και όχι σαν εκδήλωση πραγματικής ανάγκης.

Το παράξενο φαινόμενο της απάθειας και των χρονικών μεγάλων κενών στο διάστημα της ημέρας φαίνεται να "ικανοποιεί" κάποιους ηλικιωμένους από την στιγμή που αρνούνται να συμμετέχουν σε κοινωνικές εκδηλώσεις. Κάποιοι όμως κυρίως άτομα με λογικό εισόδημα, και ανώτερη μόρφωση εξακολουθούν να βρίσκουν ικανοποίηση στη ζωή τους.

Παρ' όλα αυτά το ερώτημα "τι νόημα έχει να είσαι γέρος;" πλανιέται συνέχεια γύρω μας. Η κοινωνία μας αντιμετωπίζει τους ηλικιωμένους σαν να έχουν λιγότερη αξία από τους υπόλοιπους ανθρώπους. Πολλοί από μας προσπαθούν να αστευτούν ότι τους "πήραν τα χρόνια" ή να κρύψουν τα σημάδια που φανερώνουν την ηλικία τους. Ο όρος γέρος αποτελεί τόσο στίγμα όσο και κατηγορία.

Η προκατάληψη ότι τα γηρατειά είναι μα ανάξια αξιοθρήνητη κατάσταση δηλητηριάζει τους ανθρώπους σε όλη τη διάρκεια της ζωής τους. Τι αξία έχει τότε η ενήλικη ζωή μας, αν είναι να παραχωρήσει τη θέση της σε μια τόσο άχρηστη κατάσταση; Είναι απαραίτητο να αποκτήσουμε μια θετικότερη άποψη πάνω στο "γέρασμα" και τα γηρατειά, για να μην περάσουμε το μεγαλύτερο μέρος της

νεότητάς μας κάτω από ένα φάσμα φόβου και κατάθλιψης.

Στη ζωή μας επιδιώκουμε όχι μόνο τον αυτοσεβασμό αλλά και το σεβασμό των άλλων. Θέλουμε να είμαστε χρήσιμοι. Θέλουμε να μπορούμε να απολαμβάνουμε καινούργιες χαρές, να δεχόμαστε νέες προκλήσεις, να αποτελούμε μέρος του παρόντος, του μέλλοντος, αλλά και του παρελθόντος. Θέλουμε να εκμεταλλευόμαστε στο έπακρο τις δυνατότητές μας, γεγονός που πηγάζει τόσο από τις πανίσχυρες φυσικές ανάγκες, όσο και από το υπερβολικό άγχος και ένταση.

Καμιά φορά, οι ηλικιωμένοι φαίνεται να έχουν μεγαλύτερο μερίδιο σ' αυτά τα προβλήματα απ' ότι τους αναλογεί. Ανάλογα μεγαλύτερο είναι ωστόσο, και το μερίδιό τους στην προσφορά ψυχολογικής βοήθειας. Κάθε μέθοδος για την ανακούφιση των ανθρώπων από τα προβλήματά τους εφαρμόζεται με επιτυχία και οσοι ηλικιωμένους - ψυχοθεραπεία, οικογενειακή θεραπεία, εργασιοθεραπεία, κ.λ.π. Είναι αλήθεια ότι πολλών ειδών θεραπείες μπορούν να αποδειχτούν χρήσιμες με την προϋπόθεση, πως υπάρχουν τόσο ένας ικανός και ευαίσθητος θεραπευτής, όσο και η προθυμία να προσφέρουμε βοήθεια στον ηλικιωμένο.

Οι ηλικιωμένοι δεν είναι πολύτιμοι μόνο για μας, αλλά και για τον ίδιο τον εαυτό τους. Εκείνοι που παραβλέπουν την αρνητική στάση της κοινωνίας, αναπτύσσουν, συνήθως, έντονη την αίσθηση της αξίας τους. Πολλοί ηλικιωμένοι κατορθώνουν σήμερα να ξεπερνούν σημαντικές δυσκολίες, να φροντίζουν την οικογένειά τους κάτω από αντίξοες συνθήκες, να ανοίγουν νέους δρόμους, να ιδρύουν επιχειρήσεις, να προσφέρουν ενέργεια και ιδέες, που βοηθούν στη διαμόρφωση του παρόντος και του μέλλοντος. Τα επιτεύγματά τους, είναι πραγματικά αξίζουν λοιπόν, τόσο τον αυτο-

σεβασμό τους, όσο και το σεβασμό των άλλων. Νιώθουν ιδιαίτερη ικανοποίηση, όταν βλέπουν τα παιδιά και τα εγγόνια τους να υψώνουν το φυσικό και πνευματικό τους ανάστημα. Τα παιδιά αντιπροσωπεύουν την ανανέωση και συνέχιση των αξιών που διατηρούν οι ηλικιωμένοι.

Ενας ηλικιωμένος δεν χρειάζεται να είναι αποκλειστικά στραμμένος στο παρελθόν. Συχνά του προσφέρονται ευκαιρίες για ευχαρίστηση και αυτοπραγμάτωση. Οι καθημερινές πρακτικές ευθύνες μπορεί να μην τον αφήνουν παλιότερα το περιθώριο να ασχοληθεί με κάποιο ενδιαφέρον ή ταλέντο του. Θα ανακαλύψει ίσως ένα ιδιαίτερο ενδιαφέρον για τη ζωγραφική. Έτσι, αρχίζει να εκτιμάει σιγά-σιγά την απελευθέρωσή του από το πιεστικό ωράριο, την ένταση του ανταγωνισμού και την μονοτονία της καθημερινής ρουτίνας, που τον καθήλωναν στην δουλειά ή στο σπίτι. Εφοδιασμένος με την πολύχρονη πείρα του και τη γνώση είναι σε θέση να εκμεταλλευτεί το χρόνο του καλύτερα απ' ό,τι τότε που ήταν νέος.

Οι ηλικιωμένοι επίσης αντλούν ικανοποίηση κι από άλλους τομείς εκτός από το φιλοσοφικό ή δημιουργικό. Η ευχάριστη σωματική δραστηριότητα, όπου βοηθάει στη διατήρηση της υγείας, είναι τομέας προσιτός για πολλούς ανθρώπους στα μετέπειτά τους χρόνια. Οι ηλικιωμένοι έχουν καμιά φορά περισσότερο αναπτυγμένο αίσθημα ελευθερίας στην έκφραση των σκέψεων και των συναισθημάτων τους. Εκφράζουν τον θυμό τους με μεγάλο ευθύτητα. Το ίδιο συμβαίνει με συναισθήματα τρυφερότητας και χαράς. Υπάρχουν φορές που ο ηλικιωμένος ακτινοβολεί από αγάπη ακριβώς γιατί τη νιώθει βαθιά μέσα του. Ενα από τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά μερικώς ηλικιωμένων είναι η ικανότητά τους να μεταδίνουν τρυφερό-

τητα και χαρά χωρίς να οχυρώνονται πίσω από "λογικά αίτια".  
Τα αισθήματα και οι αξίες αναδύονται με εξαιρετική καθαρότητα.



## Κ Ε Φ Α Λ Α Ι Ο 4ο

### 4.1. Ανάγκη παρέμβασης λόγω των ψυχικών επιπτώσεων στους ηλικιωμένους των ιδρυμάτων

Ο ρόλος του νοσηλευτή-ιας είναι πρωταρχικά υποστηρικτός. Εφόσον ο τρόφιμος αισθάνεται μόνος και φοβισμένος είναι φυσικό να επιζητά την συντροφιά του νοσηλευτή ο οποίος πρέπει με προσοχή να παρακολουθεί όσα ζητά, αλλά και να ακούσει εκμυστηρεύσεις να δώσει κουράγιο, δύναμη και εμπιστοσύνη στον τρόφιμο. Ο νοσηλευτής -ια θα πρέπει να βλέπει ιδιαίτερα, τον κάθε τρόφιμο και να τον αντιμετωπίζει σαν ολοκληρωμένη προσωπικότητα.

Ετσι όταν πρόκειται να ασχοληθεί με άτομο στερεότυπων αντιδράσεων θα πρέπει να έχει υπόψη της το τελετουργικό χαρακτήρα που δίνει αυτός στις πράξεις του, να τον προετοιμάζει θεωρητικά για τα πράγματα που θα ακολουθήσουν χρονικά, ώστε να του δίνει χρόνο και να μην πιέζεται. Θα πρέπει να είναι μαζί του ανεκτική, καταδεικτική, και ειλικρινής. Αυτός ο τρόφιμος που συχνά αισθάνεται χωρίς αξία, ανίκανος και νοιώθει ανάγκη για παραδοχή πρέπει να ενισχύεται θετικά όταν κατορθώνει κάτι μόνος του.

Η πιο δύσκολη αντιμετώπιση είναι απέναντι στα κοινωνιοπαθή άτομα. Ο νοσηλευτής-ια εμφανίζονται στα μάτια του σαν η φιγούρα του "υπερεγώ" του. Γι' αυτό ο νοσηλευτής πρέπει να δείχνει καλωσύνη και σταθερότητα. Αρχικά αυτός ο τύπος μας κάνει να διερωτώμεθα, πως είναι δυνατό ένα τέτοιο άτομο να βρίσκεται στο ίδρυμα. Παράλληλα αυτός επωφελείται επιδεικνύοντας όλη του την ευγένεια και τις επιφανειακές του γνώσεις προκειμένου να

κερδίσει χατήρια που είναι αδύνατο να γίνουν στα πλαίσια λειτουργίας του ιδρύματος. Γι' αυτό χρειάζεται ιδιαίτερη προσοχή και επιφυλακτική στάση εκ μέρους του προσωπικού. Στις κοινωνικές του εκδηλώσεις που φέρεται ηγετικά θα πρέπει να παρακολουθείται και με ευγένεια να απομωνώνεται. Σε γενικές γραμμές εκείνο που θα πρέπει να συμβαίνει από την πλευρά του προσωπικού στο άτομο αυτό είναι να κερδηθεί η εμπιστοσύνη του και να αντιμετωπίζεται καλυμένα βέβαια, σαν άρρωστο άτομο, που χρειάζεται ιδιαίτερη ιατρική παρακολούθηση και θεραπευτική αγωγή.

### Ε Π Ι Λ Ο Γ Ο Σ

Η θεωρία της αποδέσμευσης, της εισόδου και διαμονής σε οίκο ευγηρείας δηλαδή, θα μπορούσε από μια μεριά να χαρακτηριστεί "ευγενική". Τονίζει το γεγονός, ότι η κοινωνία και το άτομο αποχωρίζονται μεταξύ τους, μετά από αμοιβαία συγκατάθεση. Άλλοι όμως κοινωνικοί επιστήμονες βλέπουν διαφορετικά αυτή την κατάσταση. Συμφωνούν με το γενικό συμπέρασμα όπου καταλήγει η θεωρία της αποδέσμευσης: το ηλικιωμένο άτομο έχει την τάση να αποσύρεται από τον πυρήνα της κοινωνικής ζωής. Παρ' όλα αυτά, χρησιμοποιούν για το γεγονός όρους όπως, "διακρίσεις", "διαχωρισμός" και "πολιτική σκοπιμότητα". Δεν το βλέπουν σαν χαριτωμένο τελετουργικό χορό. Η κοινωνία κατευθύνει ή σπρώχνει τους γέροντες στο περιθώριο. Παρ' όλο που η αποδέσμευση πραγματικά συμβαίνει, δεν τη θεωρούν φυσική διαδικασία. Αντίθετα την αντιμετωπίζουν σαν τη λύση που χρησιμοποιεί η κοινωνία σ' ένα σωρό οικονομικά, κοινωνικά και πολιτικά προβλήματα.

Η διαβάθμιση σε ηλικίες έχει πάρει καινούργιες μορφές στον 20ο αιώνα. Παλαιότερα οι νέοι και οι ηλικιωμένοι δούλευαν όσο μπορούσαν περισσότερο, για να εξασφαλίσουν την επιβίωση της οικογένειας και της κοινότητάς τους. Οι νέοι έπιαναν δουλειά από πολύ νωρίς στη ζωή τους, αν είχαν τις ικανότητες, και οι γέροι συνέχιζαν να δουλεύουν όσο μπορούσαν. Τα στοιχεία που καθόριζαν την είσοδο και έξοδο του ατόμου από την παραγωγική δύναμη ήταν η βιολογική ικανότητα ή η λειτουργική του θέση. Σήμερα τόσο οι νέοι, όσο και οι ηλικιωμένοι αποκλείονται σε ολοένα και μεγαλύτερο βαθμό από το ρόλο του παραγωγού. Η αιτία δεν εί-

ναι βιολογική, γιατί τα παιδιά και οι ηλικιωμένοι είναι σήμερα υγιέστεροι και δυνατότεροι απ'ότι στο παρελθόν. Η αιτία είναι πολιτισμική: οι άνθρωποι χαρακτηρίζονται "υπερβολικά νέοι" ή "υπερβολικά γέροι" για μακρύτερες χρονικές περιόδους απ'ότι παλιότερα.

Τόσο οι νέοι όσο και οι ηλικιωμένοι ξαποστεύονται σ'ένα είδος κοινωνικού λήθαργου.

Οι δημογράφοι περιγράφουν αυτή την κατάσταση με τον όρο "αναλογία εξάρτησης" που αναφέρεται στον αριθμό των ατόμων ηλικίας ακατάλληλης για εργασία που αντιστοιχούν σε εκατό άτομα ηλικίας κατάλληλης για εργασία. Η εποχή μας τοποθετεί τα άτομα από είκοσι και κάτω, καθώς και από εξηνταπέντε και πάνω στην κατηγορία των μη εργαζομένων.

Σήμερα η στρωμάτωση με βάση την ηλικία έχει αποκτήσει ασυνήθιστη σημασία. Αποτελεί άλλη μια διαχωριστική γραμμή ανάμεσα στους ανθρώπους, άλλη μια βάση πάνω στην οποία οι ισχυρότεροι αρνούνται δικαιώματα και προνόμιο στους λιγότερο ισχυρούς.

Οι Γκρέγκορυ Τζόνσον και Λώρενς Καμάρρα υποστηρίζουν ακόμα ότι οι μεσήλικες βρίσκονται σε εμπόλεμη κατάσταση με τους νεώτερους και γεροντότερους. Η άποψη αυτή απέχει πολύ από εκείνη που θέλει να τους βλέπει όλους μαζί να συμμετέχουν σ' ένα ευπρεπή χορό.

Οι απόψεις αυτές ισχυροποιούνται ακόμα περισσότερο όσο υπάρχουν "ιδρυματοποιημένοι", ηλικιωμένοι.

Η κοινωνία οφείλει να δείξει έμπρακτα την αγάπη της για τους ανθρώπους που στερούνται βασικών προϋποθέσεων συντήρησης.

### Π α ρ ά ρ τ η μ α

Μετά από έντονη προσπάθεια κατάφερα να επικοινωνήσω με την κοινωνική λειτουργό του ιδρύματος. Πρέπει να τονίσω εδώ την δυσπιστία και την απροθυμία που αντιμετώπισα. Χρειάστηκε να εξηγήσω αναλυτικά το λόγο το υενδιαφέροντός μου, καθώς επίσης να υποσχεθώ και την ανωνυμία της. Αυτό εξ' άλλου διευκόλυνε και την ίδια για την αντικειμενικότητα και την ακρίβεια των πληροφοριών που θα μου έδινε αφ' ενός αλλά αφ' ετέρου μειώνει την ευπιστία του κειμένου που θα ακολουθήσει, πράγμα που απαιτείται σε έγκυρη έρευνα.

Οφείλω παρ' όλα αυτά να την ευχαριστήσω για την βοήθειά της.

Ερ. Πόσοι είναι οι τρόφιμοι του ιδρύματος;

Απ. Περίπου 100 εκ των οποίων 15 κατάκοιτοι αν θυμάμαι καλά.

Ερ. Γιατί αυτός ο διαχωρισμός, και για να γίνω πιο σαφής γίνεται με βάσει οργανικά προβλήματα;

Απ. Έχουν σοβαρά οργανικά προβλήματα αλλά και προβλήματα αυτοσυντήρησης, δεν βλέπουν ή δεν ακούν καθόλου ή δεν περπατάνε ή μπορεί να τα έχουν όλα αυτά μαζί. Είναι να τους λυπάσαι αυτούς τους ανθρώπους και μάλιστα αν σκεφθείς ότι κάποτε ήταν υγιείς, νέοι με τις οικογένειές τους.

Ερ. Εσείς τι βοήθεια προσφέρετε σ' αυτούς;

Απ. Δυστυχώς σχεδόν καμμία. Ακόμα και να μπορούσα όμως δεν ξέρω τι θα μπορούσε να τους βοηθήσει στη στιγμή που οι περισσότεροι δεν έχουν καθόλου καλό επίπεδο συνείδησης, είναι αρνητικοί. Θάλεγε κανείς πως είναι θυμωμένοι. Το μόνο που προσφέρω εγώ σ' αυτούς είναι η επίβλεψη στο προσωπικό που τους εξυπηρετεί έτσι ώστε να έχουν μια αξιοπρεπή εμφάνιση,

διατροφή και στέγη. Σ' αυτά βέβαια το κύριο λόγο έχει η προσταζμένη που είναι νοσηλεύτρια αλλά και εγώ. Συγγενείς αυτοί οι άνθρωποι ή δεν έχουν ή δεν έρχονται ποτέ να τους δουν.

**Ερ.** Συμβαίνει στο διάστημα που είναι στο ίδρυμα κάποιος να μεταφέρεται στην πτέρυγα των κατακοίτων;

**Απ.** Συχνά και είναι πάρα πολύ οδυνηρό, ιδίως όταν γίνεται για να καλυφθούν ανάγκες κρεβατιών.

**Ερ.** Δηλαδή;

**Απ.** Αν υπάρχει άδειο κρεβάτι στην πτέρυγα κατακοίτων και δεν υπάρχει άλλο στο ίδρυμα και χρειάζεται να μπει μια νέα εισαγωγή τότε κάποιος παλαιότερος που έχει προβλήματα υγείας μεταφέρεται στους κατάκοιτους χωρίς να είναι. Εκεί βέβαια πολύ σύντομα καταρρέει. Συνήθως πεθαίνει.

**Ερ.** Σ' αυτό δεν παρεμβαίνετε;

**Απ.** Κάνω αναφορές στην διοίκηση αλλά την τύχη τους δεν θα ήθελα να την συζητήσω.

**Ερ.** Θα μπορούσατε να μου μιλήσετε για μια μέρα στο ίδρυμα ενός τρόφιμου, και αν βασίζεται σε πρόγραμμα;

**Απ.** Υπάρχει ένας βασικός προγραμματισμός όπως εξ' άλλου έχουμε και στα σπίτια μας, αλλά υπάρχουν μεγάλα χρονικά κενά, γι' αυτά όμως θα σας πω αργότερα.

Οι ηλικιωμένοι συνήθως ξυπνούν νωρίς, ντύνονται ετοιμάζονται και κατεβαίνουν αφού χτυπήσει το κουδούνι για πρωινό.

Στη συνέχεια κάποιιοι βλέπουν τηλεόραση, πολύ λίγοι, λιγότεροι από δέκα παίζουν επιτραπέζια παιχνίδια ή διαβάζουν εφημερίδα. Βιβλία ή περιοδικά δεν διαβάζει κανένας, ελάχιστοι επίσης κάνουν βόλτα στο περίβολο. Μερικοί πηγαίνουν

στα δωμάτιά τους μόνοι, και μερικές φορές θέλουν να κάνουν καθαριότητα του χώρου ή των ρούχων τους πράγμα που απαγορεύεται προκειμένου, να προστατευθεί η υγεία τους και να προληφθούν ατυχήματα.

Τις ημέρες που έρχεται ο γιατρός από νωρίς κάνουν ουρά σχεδόν στα ιατρεία. Είναι χρήστες πολλών φαρμάκων και κυρίως υπνωτικών. Το μεσημέρι με το χτύπημα του κουδουνιού παίρνουν το γεύμα τους, που δεν τους ευχαριστεί όλους πάντα. Μου απευθύνουν παράπονα μερικές φορές δικαιολογημένα άλλες φορές όχι. Παραπονούνται ας πούμε για το μέγεθος της μερίδας. Αλλά το τραγικό είναι να θέλουν να τρων ότι απαγορεύεται για την υγεία τους όταν τους αρέσει και όταν δεν αρέσει να σε μαλώνουν γιατί το σερβίρεις. Πρέπει να σας πω ότι υπάρχει ειδικό διαιτολόγιο για: τους ελκοπαθείς, υπέρτασικούς, καρδιοπαθείς, κολίτιδες, διαβητικού κ.α. που το φτιάχνει η προΐσταμένη. Σ' αυτό όμως δεν υπακούουν και πολλές φορές η ώρα της συνεστίασης γίνεται ώρα έντασης και συγκρούσεων. Εκεί επίσης βλέπουμε ότι είναι δύσκολο να υπάρχει ομαλή συμβίωση σε μια ανομοιόμορφη ομάδα που είναι αναγκασμένη να συμβιώνει. Ενα παράδειγμα. Κάποιος κύριος έχει πρόβλημα αλλεργικού άσθματος και θέλει κάποια από τις παρέες που είναι κοντά του να είναι λίγο ανοιχτή. Είναι νέος άνθρωπος, ολοζώντανος και είναι κρίμα να απομονωθεί να μην κατεβαίνει στην τραπεζαρία δηλαδή εξ' αιτίας του προβλήματός του. Εδώ όμως αρχίζουν τα προβλήματα διότι ενοχλούνται από αυτό το μικρό άνοιγμα της πόρτας κάποιοι άλλοι τρόφιμοι γιατί κρυώνουν. Εγώ προσπαθώ να τους πείσω να βάζουν μια ζακέτα οι μεν να μην ανοίγει η πόρτα για πολλή

ώρα από την άλλη, επιμένουν όμως να νομίζουν ότι εγώ συμφωνώ με το ΤΑΔΕ που έχει το πρόβλημα ότι του παίρνω το μέρος. Είναι αστείο. Αφού τελειώσουν το γεύμα τους το φρούτο τους ή το γλυκό τους, αναπαύονται έως τις τέσσερις ή πέντε το απόγευμα. Πηγαίνουν πάλι για καφέ και το απόγευμα το περνάνε βλέποντας τηλεόραση στα σαλόνια. Τα απογεύματά τους είναι ήρεμα και μελαγχολικά. Θαρρείς πως μετράνε τη μέρα που πέρασε, και θέλουν να μην τελειώσει. Δεν κάνουν τίποτα δίνοντας την εντύπωση ότι θέλουν να επιμηκύνουν το χρόνο.

Ερ. Σκέφτονται, μιλούν;

Απ. Οχι. Βυθίζονται σε σκέψεις, και δεν μιλούν μεταξύ τους ακόμα κι αν είναι είκοσι άτομα στο ίδιο σαλόνι. Μπορεί κάποιος να τους πάρει έτσι ο ύπνος να ξυπνήσουν πάλι και να συνεχίσουν να σκέπτονται. Πολλές φορές καμώνονται πως βλέπουν τηλεόραση.

Ερ. Κάνουν οι γυναίκες ιδιαίτερα έργα χειροτεχνίας;

Απ. Οχι σχεδόν καμμία. Φαίνεται ότι δεν βρίσκουν ενδιαφέρον να φτιάξουν κάτι που δεν θα έχουν κάπου να τοβάλουν ή κάπου να το δώσουν.

Ερ. Τους έχετε δώσει τέτοια κίνητρα; Δηλαδή μια έκθεση με πώληση έργων ή βράβευση;

Απ. Οχι δυστυχώς.

Ερ. Γιατί;

Απ. Μου είναι πολύ δύσκολο να απαντήσω, αλλά πάντως δεν εξαρτάται από εμένα.

Ερ. Μπορείτε να συνεχίσετε με το τελείωμα της μέρας;

Απ. Ναι. Παίρνουν το βραδυνό τους και κοιμούνται. Ξέχασα να σας πω ότι στο διάστημα μετά το πρόγευμα γίνεται με την βοή-



θεια του προσωπικού σωματική περιποίηση κατά ομάδες και ότι εκεί έχω και εγώ πολύ δουλειά να κάνω, γιατί το 99% των τροφίμων αρνείται το μπάνιο.

Εμένα πολλές φορές με έχουν αντιμετωπίσει βίαια στην προσπάθειά μου να τους πείσω. Είναι πολύ δύσκολο να αλλάξεις συνήθειες σ' ένα μεγάλο άνθρωπο που δεν έχει μάθε να καθαρίζεται συχνά και ακόμα πιο δύσκολο να υπερβαίνεις ηθικές αρχές που έχουν αποκτήσει. Δυσκολεύονται δηλαδή να δεχτούν οι άντρες τρόφιμοι βοήθεια από γυναίκες στο λουτρό τους. Είτε ντρέπονται είτε το θεωρούν ανήθικο. Τελικά όμως μετά το μπάνιο οι άνθρωποι αυτοί αισθάνονται ηττημένοι όχι από μας αλλά από τη ζωή όπως λένε "που τους έριξε να βρίσκονται σε γηροκομείο".

Ερ. Πως αντιμετωπίζουν την ιδέα του θανάτου οι άνθρωποι αυτοί;

Απ. Είναι περίεργη η ψυχολογία τους και η ερώτησή σας ενδιαφέρουσα. Ακούμε ανθρώπους νεώτερους γύρω στα πενήντα για παράδειγμα να μιλούν για το θάνατο, αλλά όσο περνούν τα χρόνια ηρεμούν και εξοικειώνονται με την ιδέα. Προετοιμάζονται για τον θάνατο. Εκείνο που τους φοβίζει είναι ο τρόπος ότι θα πεθάνουν ανάμεσα σε ξένους και ότι δεν θα τους κλάψει κανείς απ' όλους αυτούς που τους ήξεραν νέους και υγιείς.

Όταν βρίσκονται στα πρόθυρα του θανάτου, ενώ η σωματική τους κατάσταση φαίνεται σταθερή, συμβάλλουν ωστόσο ψυχολογικές αλλαγές, και χαρακτηριστική πτώση της νοητικής λειτουργίας. Κάποια μορφή αναστάτωσης παρουσιάζεται στην ομιλία, στη συμπεριφορά τους, η οποία πολλές φορές γίνεται ακατανόητη. Η ψυχική επαφή που μπορεί να υπήρχε νωρίτερα με το περιβάλ-

λον γύρω του κλονίζεται. Αποδιοργανώνεται.

Πολλές φορές μπορεί να αποχωρίζεται αγαπημένα του αντικείμενα ή να τηλεφωνεί σε προ 30ετίας γνώριμους. Εδώ χρειάζεται από το προσωπικό αλλά κυρίως από την προϊσταμένη και μένα ιδιαίτερη προσοχή ο τρόφιμος γιατί υπάρχει ο εξής κίνδυνος: Να θεωρηθεί η συμπεριφορά του ως γεροντική άνοια, σύγχυση, πείσμα και να απομονωθεί ενώ αντίθετα χρειάζεται ιδιαίτερης μεταχείρισης στοργής και αγάπης.

Όταν αισθάνονται να τους πλησιάζει ο θάνατος γεμίζουν με αναμνήσεις, ευχάριστες ή οδυνηρές. Διαφωνίες, αντιζηλίες, μικροκακίες και καλές πράξεις, ανεκπλήρωτες επιθυμίες. Θέλουν να μιλήσουν, να συγχωρεθούν πολλές φορές από κάποιον. Συνήθως καταφεύγουν σε μένα και στον ιερέα.

Κάποιες φορές φαίνονται εντελώς παραδωμένοι στην ιδέα του θανάτου, όταν όμως μαζεύονται για να κλάψουν κάποιο τρόφιμο που απεβίωσε φαίνεται η θλίψη ο πόνος και η πίκρα γι' αυτό που περιμένουν και οι ίδιοι. Έχουμε τρόφιμο γυναίκα που είναι 70 ετών και η μητέρα της 90. Μετά το θάνατο της μητέρας της κάποια μέρα μου είπε:

"Την τελευταία φορά που είδα την μητέρα μου, κατάλαβα πως δεν θα την ξανάβλεπα. Όταν ξεκίνησα για να έλθω στο ίδρυμα πάλι ανέβηκα στο δωμάτιό μου τακτοποίησα ιδιαίτερα το μαξιλάρι και τις κουβέρτες μου χωρίς να ξέρω γιατί. Άκουσα τον εαυτό μου να λέει - Καληνύχτα, κοιμήσου καλά - όπως ακριβώς μου έλεγε η μητέρα μου όταν ήμουνα κοριτσάκι και με κουκούλωνε σφιχτά να κοιμηθώ. Αισθάνθηκα ότι έκανα κάτι κακό αλλά βλέπω τη μορφή της μητέρας μου να μου επαναλαμβάνει - Καληνύχτα κοριτσάκι, κοιμήσου καλά, όνειρα γλυκά -

Αυτή ήταν η μητέρα μου". Ξεσπώντας αυτή σε λυγμούς σκέφθηκα. Αυτής της ρυτιδιασμένης γυναίκας η καρδιά είναι η καρδιά εκείνου του κοριτσιού. Πως μπορεί λοιπόν έτσι χωρίς παράπονο να περιμένει το θάνατο;

**Ερ.** Κατά την διάρκεια της εδώ εργασίας σας θα έχετε δεχθεί νέους τρόφιμους. Μπορείτε να μου πείτε ποιές είναι κατά τη γνώμη σας οι ψυχολογικές επιπτώσεις που εμφανίζονται κατά την διάρκεια παραμονής τους;

**Απ.** Οι άνθρωποι έχουν ανάγκη να αισθάνονται ασφάλεια στο περιβάλλον τους και να γίνει αντιληπτός σ'αυτούς τους ίδιους ο ρόλος τους. Έχουν ανάγκη να αγαπούν και να τους αγαπούν. Να τους σέβονται και να έχουν αυτοσεβασμό. Έχουν ανάγκη να αισθάνονται κύριοι των καταστάσεων που συμβαίνουν γύρω τους. Θεωρητικά λοιπόν φαίνεται να γίνονται τέτοιες προσπάθειες (τροφή-ένδυση-στέγαση), ουσιαστικά όμως παραβλέπονται οι ψυχολογικές τους ανάγκες. Το στίγμα της ιδρυματοποίησης και μόνο είναι αρκετό να τους κάνει να μαραζώνουν. Χρειάζεται γνησιότητα αισθημάτων για να αισθανθούν σαν άνθρωποι εδώ μέσα.

Πρέπει να πω ότι οι επιμέρους ψυχολογικές συνέπειες της ιδρυματοποίησης δεν είναι σ' όλους το ίδιο. Εγώ τους έχω, πρόχειρα ίσως και κακώς σε κατηγορίες π.χ.

Τρόφιμοί με άγχος που βρίσκονται συνήθως σε ένταση, δημιουργούν προβλήματα, και είναι σε τέλεια αποδιοργάνωση της ψυχικής ισορροπίας και όλα αυτά είναι αποτέλεσμα του φόβου που αισθάνονται εξ' αιτίας του εξωτερικού περιβάλλοντος. Εμφανίζουν μεταπτώσεις όταν θέλουν να καταπολεμήσουν τις φοβίες τους. Αισθάνονται πληγωμένοι, εγκαταλελειμμένοι, γελοίοι, καταδικασμένοι.

Τρόφιμοι με στάνταρ αντιδράσεις. Αυτό σημαίνει σχολαστικότητα, ευγένεια, καλωσύνη. Ενδιαφέρονται να κάνουν πάντα το σωστό, δεν βιάζονται για να μην κάνουν λάθη, έχουν ένα τελετουργικό τρόπο συμπεριφοράς. Οι τρόφιμοι αυτοί είναι πολύ λίγοι. Προγραμματίζουν συνεχώς τις πράξεις τους με αποτέλεσμα αυτή η συμπεριφορά να δυσαρεστεί τους άλλους και να αισθάνονται και οι ίδιοι δυστυχείς, για κάθε αλλαγή προγράμματος. Οι χαρακτήρες αυτοί συνεχώς αμφιταλαντεύονται, αμφιβάλουν και δυσπιστούν. Συνάμα φαίνονται ψυχροί και αφηρημένοι. Μέσα τους συμβαίνουν συχνά συγκρούσεις όπως υπακοή και ανυπακοή, τάξις και αταξία ρυπαρότης και καθαριότητας. Αυτός ο διχασμός της ατομικότητάς τους ως προς το τι πρέπει ή δεν πρέπει αυξάνει διαρκώς την ένταση των φόβων του, αποσυνθέτει εντελώς την προσωπικότητά του. Μόνο όταν αισθάνεται ότι όλα είναι τέλεια και μπορεί να τα ελέγξει νοιώθει εξασφαλισμένος και ήσυχος. Φοβάται επίσης μήπως τεθεί υπό τον έλεγχο των άλλων και προσπαθεί να έχει επιφανειακές διαπροσωπικές σχέσεις. Πιστεύουν ότι είναι αβοήθητοι και ανάξιοι. Κατά βάθος αυτά τα άτομα είναι εχθρικά αφού προεξοφλούν ότι οι άλλοι είναι πρώτα εχθρικοί προς αυτούς.

Μια άλλη ομάδα είναι οι αντικοινωνικοί. Είναι κοινωνιοπαθείς άτομα χωρίς αυτό να σημαίνει ότι δεν είναι αυθόρμητοι στις κοινωνικές τους σχέσεις. Είναι όμως επιθετικοί και οπαδοί του δόγματος ότι οι κοινωνίες δεν ανέχονται ούτε συγχωρούν.

Τελευταίοι είναι οι κοινωνιοπαθείς. Αυτοί παρουσιάζονται στους άλλους γοητευτικοί, ευφυείς, και πολύ καλά προσαρμοσμένοι. Κατά τη διάρκεια όμως της παραμονής τους και όσο καλύτερα τους γνωρίζουμε βλέπουμε ότι η εικόνα είναι πλαστή. Γρήγορα φαίνεται ότι η επιφανειακή τυχόν μόρφωση είναι μόνο

επιπόλαιες γνώσεις. Θέλει να κάνει εντύπωση στους άλλους και σπάνια συζητεί για ένα θέμα που γνωρίζει ότι οι άλλοι το γνωρίζουν πολύ καλύτερα απ' αυτόν. Έχει πάντοτε άγχος αλλά είναι ικανός κάτω από καλές συνθήκες να καταπραύνει το άγχος του και τα αισθήματά του με απaráδεικτες ενεργειες π.χ. κλέβοντας. Μερικές φορές χάνει και την πραγματικότητα. Επίσης μπορεί να βρισκεται σε ασυμβιβασμό π.χ. να βοηθήσει κάποιον και μετά να τον βλάψει. Είναι μυθομανής έστω και αν γνωρίζουν ότι σε λίγο θα αποκαλυφθεί η αλήθεια.

Δίνει εύκολα υποσχέσεις που σπάνια πραγματοποιεί, φαίνεται αγανακτισμένος όταν κατηγορείται ακόμα και δίκαια.

Είναι πάρα πολλά αυτά που μπορώ να σας πω για αυτούς τους τύπους και τα χαρακτηριστικά τους. Η ερώτησή σας ήταν για τις ψυχολογικές επιπτώσεις, εγώ σας ανέφερα συμπεριφορές μέσα από τις οποίες φαίνεται η ψυχολογία τους. Είναι δύσκολο να σας πω αν αυτή δημιουργήθηκε μετά την είσοδό τους στο ίδρυμα στη στιγμή που δεν γνωρίζουμε την προηγούμενη ψυχολογία τους.

Οι κύριες όμως συνέπειες στη ψυχολογία τους αντικειμενικά υπάρχουν: είναι με δύο λέξεις, μοναξιά και θλίψη.

Β Ι Β Λ Ι Ο Γ Ρ Α Φ Ι Α

ΒΑΣΙΛΕΙΟΥ Ι.

"ΧΑΡΟΥΜΕΝΗ ΔΥΣΗ" Εκδόσεις : Σ.Δ. Κολλάρου κ' ΣΙΑ Α.Ε.

ΑΘΗΝΑ 1981.

BENNETT, R. AND NAHEMOW, L.

Institutional Totality and Criteria of Social Adjustment  
in Residences for the Aged Journal of Social Issues, Ny 1965.

BEAUVOIR SIMONE

"Τα γρατειλά" Εκδόσεις : Γλάρος - ΑΘΗΝΑ 1980.

ΓΙΑΝΝΙΚΑΚΗΣ ΗΛΙΑΣ

"Ψυχολογία ασθενών" Σημειώσεις Νοσηλευτικής ΤΕΙ ΠΑΤΡΩΝ 1988

GOFFMAN E.

Asylums : Essays on the Social Situation of Mental Patients  
and other Inmates. Garden City, NY: 1961.

HAUSER, P.M.

Aging and World-Wide Population Change. In R.H. Binstock  
and E. Shanas Handbook of Aging and the Social Sciences.  
NY: 1976.

KASTENBAUM ROBERT

"Η τρίτη ηλικία", Εκδόσεις : Αθ. Ψυχολόγος, ΑΘΗΝΑ 1982.

KOSBERG, J.L. AND TOBIN S.S.

Variability Among Nursing Homes". The Gerontologist,  
N.Y. 1972.

TOBIN, S.S. AND LIEBERMAN, M.A.

Last Home for the Aged. San Francisco : 1976.

