

# HOLISZTIKUS SZEMLÉLET AZ IDŐSEK ELLÁTÁSÁBAN

*Papp Katalin*

Debreceni Egyetem, Egészségügyi Kar, 4400 Nyíregyháza, Sóstói u. 2-4

A holosz görög szó és egészet, teljességet jelent. Holisztikus az a szemlélet, amely az embert a maga teljességében: testi, lelki, szellemi egységében vizsgálja és írja le.

A holisztikus egyensúly egyik alapvető szintje az ember egészsége. Ennek megőrzése (prevenció), megteremtése (habilitáció), fejlesztése és menedzselése (szűrővizsgálat, gondozás), valamint visszaállítása (terápia és rehabilitáció) az általános orvostan stratégiai célkitűzései.

Ha a holisztikus egyensúly kibillen, betegség keletkezik.

„Az egészség a teljes testi, szellemi és szociális jólét állapota, nem csak a betegség és/vagy a nyomorékság hiánya”, állapítja meg a WHO (Egészségügyi Világszervezet) definíciójában.

Az öregedés

Az emberi életnek 3 szakasza különböztethető meg:

- növekedés-fejlődés szakasza (gyermek és ifjúkor)
- kifejelettség (felnőttkor)
- időskor (involúció)

Az életkor növekedésével fokozatosan csökken a testi erő és a szellemi képesség. Az öregedés az élet természetes része, nem fogadható el a régi latin mondás: az öregedés önmagában betegség „Senectus ipse morbus”.

Az emberi szükségletek hierarchiája a fiziológiai szükséglettől az önmegvalósítás szükségletéig terjed, melyet minden ember képes megvalósítani. A kor előrehaladtával a csökkent érzékszervi működés a hallás, a látás, az emocionális, mentális állapot változásai megátolják ezen szükségletek kielégítését.

Az idős ember ugyanúgy lehet szellemileg is egészséges, mint a fiatal, és az évtizedek száma nem szükségszerűen kell hozza magával az ezen életkorban előforduló tipikus betegségeket.