

© Akademia Medycyny

## **Samotność oraz umieralność kobiet i mężczyzn w podeszłym wieku w Polsce**

### ***Loneliness and mortality of the elderly women and men in Poland***

**Magda Orzechowska, Mateusz Cybulski, Elżbieta Krajewska-Kułak**

Zakład Zintegrowanej Opieki Medycznej, Wydział Nauk o Zdrowiu, Uniwersytet Medyczny w Białymstoku

#### **Streszczenie**

Powszechnie obserwowany w krajach rozwijających się, postępujący proces starzenia się społeczeństw jest wypadkową zjawisk demograficznych, takich jak wydłużanie się przeciętnego trwania życia oraz spadek poziomu dzietności. Podtrzymywanie więzi społecznych przez seniorów oraz podejmowanie produktywnych działań zorientowanych na rzecz innych jest uznane za kluczowe dla procesu pomyślnego starzenia się. Liczne badania potwierdzają znaczenie relacji społecznych w zapobieganiu występowania chorób układu sercowo-naczyniowego. W badaniach udokumentowany został wpływ samotności i braku wsparcia społecznego na zwiększenie ryzyka występowania chorób serca. Celem pracy była ocena stopnia rozpowszechnienia zjawiska samotności i osamotnienia oraz umieralności w Polsce wśród osób w wieku 65 lat i więcej oraz determinantów odpowiedzialnych za wyżej wymienione zjawiska. Przeprowadzona analiza dostępnego piśmiennictwa wykazała, że kobiety w starszym wieku są bardziej zagrożone samotnością oraz poczuciem osamotnienia niż mężczyźni. Deficyt wsparcia odczuwają częściej kobiety oraz osoby owdowiałe. Głównymi przyczynami zgonów w populacji osób w podeszłym wieku są, podobnie jak w innych grupach wiekowych, choroby układu krążenia oraz nowotwory złośliwe. *Geriatrics 2016; 10: 266-275.*

*Słowa kluczowe: samotność, osoby starsze, starość, starzenie się, umieralność*

#### **Abstract**

Commonly observed in developing countries, the progressive aging of the population is a result of demographic changes, such as the lengthening of the average life expectancy and the decline in fertility. Maintaining social ties by seniors and undertaking productive activities oriented towards others is considered crucial to the process of successful aging. Numerous studies confirm the importance of social relations in the prevention of diseases of the cardiovascular system. The study has documented the impact of loneliness and lack of social support increase the risk of heart disease. The aim of the study was to assess the prevalence of solitude and loneliness and mortality in Poland among persons aged 65 years or more and determinants responsible for the above-mentioned phenomenon. The analysis of available literature showed that elderly women are at greater risk of loneliness and sense of isolation than elderly men. Deficit of support feel more women and widowed people. The main causes of deaths in the elderly are, as in other age groups, cardiovascular diseases and malignant neoplasms. *Geriatrics 2016; 10: 266-275.*

*Keywords: loneliness, elderly people, elderly, ageing, mortality*