Ахмад настны сэтгэл зүйн өөрчлөлтийг ирүүлэх судалгаа

О.Мөнхөө[1], Г.Ганболор[1], Ж.Одонтуяа[1], О.Мөнхжаргал[1]

[1]АШУҮИС-н ГАА дахь салбар АУС
Цахим хаяг: munhuu@mnums.edu.mn. Утас:99918109

Түлхүүр үг:
Насжилт
Стресс
Сэтгэл түгшилт
Сэтгэл гутрал

Товч утга: Настны сэтгэл санаа, сэтгэхүйн өөрчлөлт нь өвчин үүсэхэд нөлөөлөх хүчин зүйл болдог. Настан гэдэгт 55 ба түүнээс дээш насны эмэгтэй, 60 ба түүнээс дээш насны эрэгтэй хүнийг тооцно. Насны өөрчлөлтөөс гадна 50-аас дээш настангуудад элбэг тохиолддог ханиа алдаж ганцаардах, тэтгэвэрт гарч хамт олноос хөндийрөх,ажилгүй суух зэргээс бий болох сэтгэлийн зовиур,нь сөрөг нөлөө үзүүлнэ. Ахимаг насныхан бол газрын доорхи баялаг алтнаас ч үнэтэй капитал юм. Учир нь ажил мэргэжлийн хувьд жигдэрсэн, их зүйлийг үзээд туулчихсан, маш их сэтгэлийн хаттай, ноён нуруутай, аль нэгэн мэргэжлийг сонгож ажилласан хүмүүсийн хувьд бол тухайн албан газар, салбарынхаа бүх ажлыг мэддэг, асар их ажлын туршлагатай хүн. Настангуудад стресс хамгийн түгээмэл илэрдэг. Энэ нь нойргүйдэл,архаг ядаргаа зэргээс үүдэлтэй бөгөөд цаашид тархины цусан хангамжийн дутагдалд орж даралт,зүрх судасны өвчин үүсгэх өндөр магадлалтай.

Үндэслэл: “Ахмад настны эрүүл мэнд нийгмийн хамгаалалын тухай хууль”-д 60 ба түүнээс дээш настай эрэгтэй, 55 ба түүнээс дээш настай эмэгтэй Монгол улсын иргэнийг ахмад настан гэнэ гэж тодорхойлсон байдаг. Настангуудын сэтгэл санаа, сэтгэхүйн өөрчлөлт нь өвчин үүсэхэд нөлөөлөх хүчин зүйл болдог. Мөн нийгмийн болон гэр орон, ойр, дотны хүмүүсийн халамж харьцаа нь ихээхэн нөлөөлнө. Настаны хувьд сэтгэцийн эрүүл мэндтэй холбоотой мэргэжлийн тусламж үйлчилгээнд хамрагдах нь хоѐр дахин бага байдаг ба 66-с дээш насны хүмүүс өөрийн сэтгэцийн өөрчлөлтийг анзаардаггүй буюу үүнийгээ насжилттай холбоотой бие махбодийн өөрчлөлт гэсэн явцуу ойлголттой байдаг. XXI зуунд дэлхийн сэтгэцийн эрүүл мэндийн тэргүүлэх чиглэлийн нэгдүгээрт настны сэтгэцийн эмгэг судлалын салбар орж байна. Монгол Улсын хувьд сүүлийн жилүүдэд дундаж насжилт нэмэгдсэнтэй холбоотойгоор ахмад настай хүмүүсийн биеийн өвчин эмгэгээс гадна сэтгэл зүйн эрүүл мэндийг анхаарах асуудал тулгарч байгаа нь энэ судалгааг хийх үндэслэл болсон.

Зорилго: Ахмад настны сэтгэл зүйн өөрчлөлтийг судлах

Зорилт:

1. Ахмад настанд стрессийн шинжийг илрүүлэх
2. Ахмад настны түгээмэл сэтгэл түгшилтийн түвшинг тодорхойлох
3. Ахмад настны сэтгэл зүйн өөрчлөлтөнд нас хэрхэн нөлөөлж байгааг судлах

Судалгааны арга зүй, материал: Судалгааг Говь-Алтай аймгийн Есөнбулаг суманд оршин суудаг ахмад настны дунд хийсэн. Судалгаанд 250 ахмадыг санамсаргүй түүврийн аргаар сонгон хамруулсан. Судалгааны материал цуглуулахдаа сэтгэлзүйн судалгааны үндсэн арга болох сорил SRQ, GAD-7 зэрэг загварыг ашиглан үр дүнг статистик аргаар тооцон SPSS18 программд боловсруулсан.

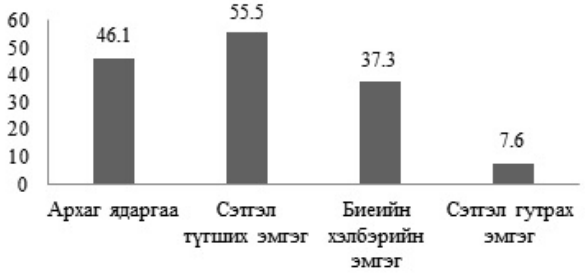
- SRQ стрессийн шинжүүдийг илрүүлэх, GAD-7 настны сэтгэл түгшилтийг тодорхойлох, зэрэг стандарт сорилуудыг ашигласан.
- GAD-7 түгээмэл сэтгэл түгшилтийг тодорхойлох 7сорилоор үнэлж, асуумжийн үнэлгээний оноог ашиглан түвшинг тогтоосон.

Үр дүн: Судалгаанд хамрагдсан хүмүүст архаг ядаргаа, сэтгэл түгшилт, биеийн хэлбэрийн эмгэг голчлон

тохиолдож байгаа бөгөөд 75% нь сэтгэл түгшилтийн хөнгөн хэлбэртэй байна.

Хүснэгт 1. Судалгаанд хамрагдагсдын насны байдал

№	Насны ангилал	Тоо	Эзлэх хувь, %
1	50-60	78	31.2
2	61-70	124	49.6
3	71-80	36	14.4
4	81-90	10	4
5	91-100	2	0.8
6	Дундаж нас	70	±2.66
7	Насны дээд хязгаар	93	±3.57
8	Насны доод хязгаар	50	±3.69



Зураг 1. Ахмад настанд голчлон илэрч байгаа стрессийн шинжүүд. (хувиар %)



Зураг 2. Ахмад настанд илэрч байгаа түгээмэл сэтгэл түгшилтийн түвшин. (хувиар %)

Хэлцэмж: 2013 онд хийгдсэн үндэсний хэмжээний сэтгэцийн эрүүл мэндийн судалгаанд хүн амын 18.5% нь сэтгэл түгших эмгэг, 16.2% архаг ядаргаа, 6.6% сэтгэл гутрал зэрэг эмгэг байгааг судалсан байна. Бидний судалгааны үр дүнд илэрч буй сэтгэл түгших эмгэг 55.5 %, архаг ядаргаа 46.1% илэрч байгаа нь дээрх судалгаатай ойролцоо үр дүн гарч байна.

"Өмнөд африк дахь өндөр настан хүмүүсийн сэтгэл гутрал ба үүнтэй холбоотой хүчин зүйлүүд" сэдэвт K Peltzer, N Phaswana-Mafuya нарын 1 жилийн судалгаагаар сэтгэл гутралын тархалт 4.0 % байсан бол бидний судалгаагаар сэтгэл гутрах эмгэг 7.6% -тай байгаа нь настны сэтгэлзүйн асуудал дэлхийн улс орны нийгмийн эрүүл мэндийн тулгамдаж буй асуудал.

Дүгнэлт:

- Судалгаанд хамрагдсан ахмад настанд архаг ядаргаа, сэтгэл түгших болон биеийн хэлбэрийн эмгэг,сэтгэл гутрал зэрэг стрессийн шинжүүд илэрч байгаа бөгөөд дээрх шинжүүдийн 86.3% нь настай шууд хамааралтай байна. P=0.001
- Ахмад настны дунд түгээмэл сэтгэл түгшилтийн хөнгөн хэлбэр голчлон илэрч байгаа боловч 24.9% нь дунд, хүнд зэргийн хэлбэртэй байгаа бөгөөд түгээмэл сэтгэл түгшилтийн шинжүүдэд нас хамааралгүй байна. P=0.602

Ном зүй:

1. *Батсайхан.Б, Дэлгэржав.М "Ерөнхий сэтгэл судлал" УБ. 2013*
2. *Бямбасүрэн .С " Сэтгэцийн эмгэг судлал " УБ. 2007*
3. *Баярмаа.Э ''Сэтгэл хөдлөлөө жолоодох урлаг".УБ. 2018*
4. *Алтангэрэл.Ч''Сандарч балмагдах,айх,уурлах,бухимдах,сэтгэл хямралаас сэргийлэх арга" УБ. 2011*
5. *Эрдэнэчулуун.Д. ''Удирдахуйн сэтгэл судлал" УБ. 2013*
6. *Диагноз сэтгүүл. 2019.№1 (86) х-46*
7. *Эрүүл мэнд шинжлэх ухаан Vol .15.№3,(51) 2019 тусгай дугаар*
8. *Assessment of psychopathy as a function of age. https://psycnet.apa.org/record/1995-09944-001*
9. *Are there age-related effects in antisocial personality disorders and psychopathy? https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1752928X07001539*
10. *Self-report psychopathy in an Australian community sample https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/13218719.2011.585130*
11. *Use of self-reported psychopathy assessments with older adults: An update on evaluation of their psychometrics for people over 60 years https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1002/cbm.2091*

Some mental or emotional changes in older adults

Munkhuu O[1], Ganbolor G[1], Munkhjargal O[1], Odontuya J[1]

[1]Govi-Altai Medical School of Mongolian National University of Medical Sciences
Email: munhuu@mnums.edu.mn. Tel:99918109

Introduction: Mental or emotional changes in older people have been one of the influencing factor that impacts on physical health and causes disease. Moreover, older adults aged over 50 experience feelings of loneliness losing their partner and social isolation when they are retired. Psychopathology in older people has become one of the most important discipline in global mental health field in the 21st century. As for Mongolia, in association with the increase in an average life expectancy, not only physical illnesses but also mental health issues have been found to be an urgent problem.
Aim: To investigate some mental and emotional changes in the elderly people
Methods: The study was conducted among the older persons living in Yesunbulag province. Randomly selected 250 older adults were involved in the study. To collect the data, the psychological approaches including SRQ and GAD-7 scale were employed and the results were analyzed on SPSS software.
Results:

1. The study shows that older people more often experience chronic fatigue, mental anxiety, physical disorder and depression. In addition, these stress- related disorders were directly associates with the aging.
2. 75% of the study participants experienced with mild form of common anxiety disorders and 25% had moderate and severe anxiety forms.

Conclusion: Older adults in the study experienced or suffer from stress-related disorders, and 86.3% of those had a direct correlation with the aging. (P=0.001). However, mild form of common anxiety disorders mostly occurred among the older adults, 24.9 % of the participants had moderate and severe forms of anxiety disorders. In addition, common anxiety disorders are not relevant to the aging. (p=0.602)

Keywords: Aging, stress, anxiety, depression