

DEPRESIJA

Dobra četrtnina (26 %) starejših od 50 let v Sloveniji kaže štiri ali več simptomov depresije, zdravila pa trenutno uživa le 2 % vprašanih, kar je najmanj med vsemi opazovanimi državami v raziskavi SHARE.

Iz knjige »Značilnosti starejšega prebivalstva v Sloveniji - prvi rezultati«

Dostopno brezplačno na: http://www.share-slovenija.si/strani/prvi_rezultati_slovenija

Kako se staramo v Sloveniji?

IZDATKI IZ ŽEPA ZA ZDRAVSTVO

Starejši posamezniki v Sloveniji v povprečju porabijo letno 78,8 EUR za izven-bolnišnične storitve in 69,6 EUR za zdravila.

Iz knjige »Značilnosti starejšega prebivalstva v Sloveniji - prvi rezultati«

Dostopno brezplačno na: http://www.share-slovenija.si/strani/prvi_rezultati_slovenija

IZDATKI IZ ŽEPA ZA ZDRAVSTVO

Skupna poraba za izdatke iz žepa za zdravstvo med starejšimi od 50 let, znaša v povprečju 158,9 EUR na leto in je primerljiva, čeprav nekoliko nižja od izdatkov iz žepa za zdravstvo povprečnega Slovenca.

Iz knjige »Značilnosti starejšega prebivalstva v Sloveniji - prvi rezultati«

Dostopno brezplačno na: http://www.share-slovenija.si/strani/prvi_rezultati_slovenija


KAJENJE

V Sloveniji kadi približno vsak sedmi prebivalec, star 50 let ali več (14,4 %), torej v manjšem deležu kot splošna populacija in so v zgodnejših fazah epidemije kajenja. To Slovenijo uvršča med države z nižjim deležem kadilcev.

Iz knjige »Značilnosti starejšega prebivalstva v Sloveniji - prvi rezultati«

Dostopno brezplačno na: http://www.share-slovenija.si/strani/prvi_rezultati_slovenija

POSLEDICE DEPRESIJE

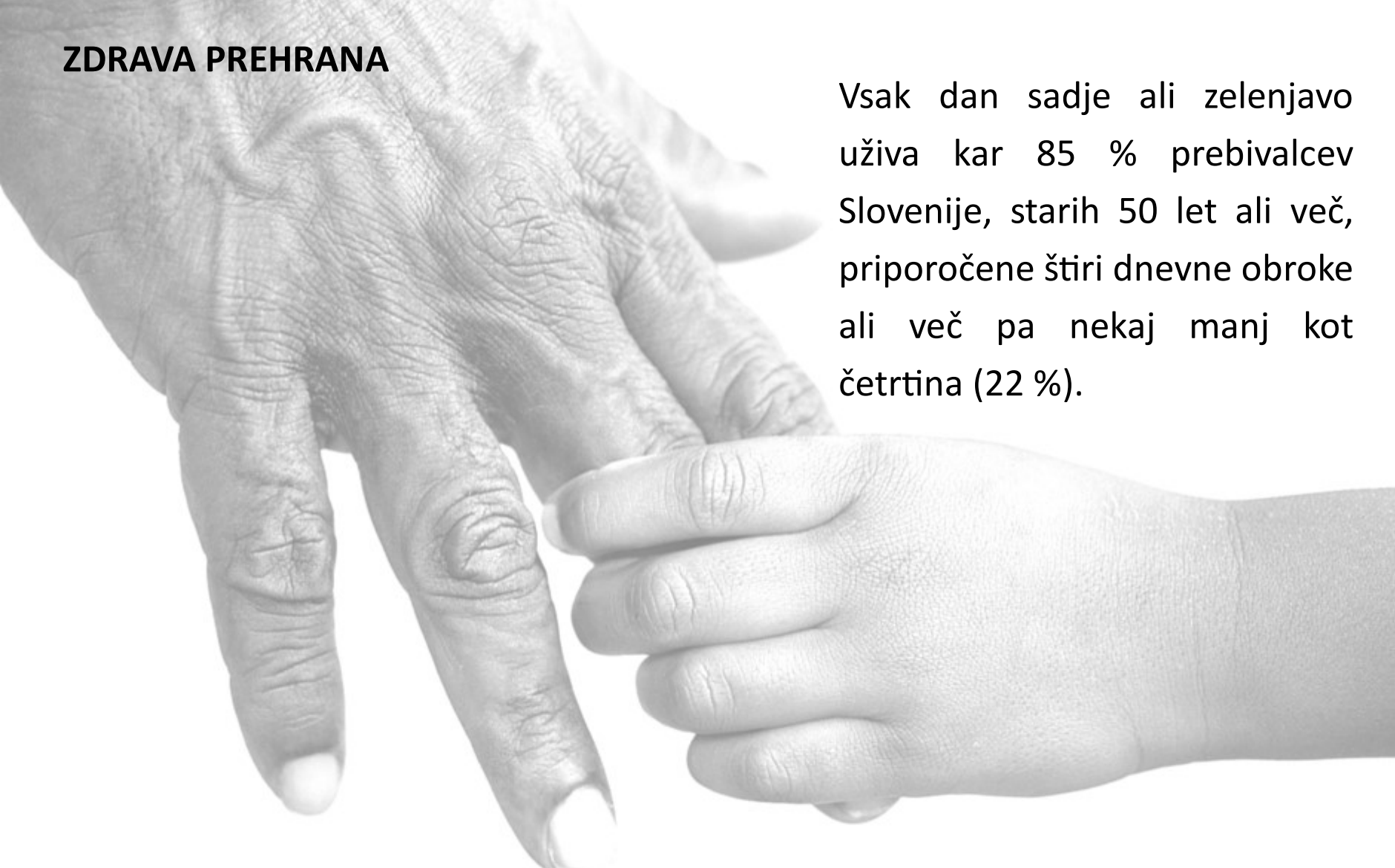


Starostniki z več depresivnimi simptomi so manj zadovoljni z življenjem, imajo več kroničnih bolezni in pogosteje obiščejo svojega zdravnika.

Iz knjige »Značilnosti starejšega prebivalstva v Sloveniji - prvi rezultati«

Dostopno brezplačno na: http://www.share-slovenija.si/strani/prvi_rezultati_slovenija

ZDRAVA PREHRANA



Vsak dan sadje ali zelenjavo uživa kar 85 % prebivalcev Slovenije, starih 50 let ali več, priporočene štiri dnevne obroke ali več pa nekaj manj kot četrtnina (22 %).

Iz knjige »Značilnosti starejšega prebivalstva v Sloveniji - prvi rezultati«

Dostopno brezplačno na: http://www.share-slovenija.si/strani/prvi_rezultati_slovenija

ZDRAVA PREHRANA

Delež prebivalcev Slovenije, starih 50 let ali več, ki redno uživajo sadje ali zelenjavo, je primerljiv z mlajšo populacijo, delež teh, ki uživajo priporočene štiri obroke dnevno ali več, pa je višji v primerjavi z mlajšo populacijo.

Iz knjige »Značilnosti starejšega prebivalstva v Sloveniji - prvi rezultati«

Dostopno brezplačno na: http://www.share-slovenija.si/strani/prvi_rezultati_slovenija

ZDRAVA PREHRANA

Z deležem prebivalcev, starih 50 let in več, ki vsakodnevno uživajo sadje ali zelenjavo, se uvrščamo precej nad povprečje, z deležem prebivalcev, ki uživajo priporočene štiri obroke dnevno ali več, pa celo na visoko drugo mesto med sodelujočimi državami.

Iz knjige »Značilnosti starejšega prebivalstva v Sloveniji - prvi rezultati«

Dostopno brezplačno na: http://www.share-slovenija.si/strani/prvi_rezultati_slovenija

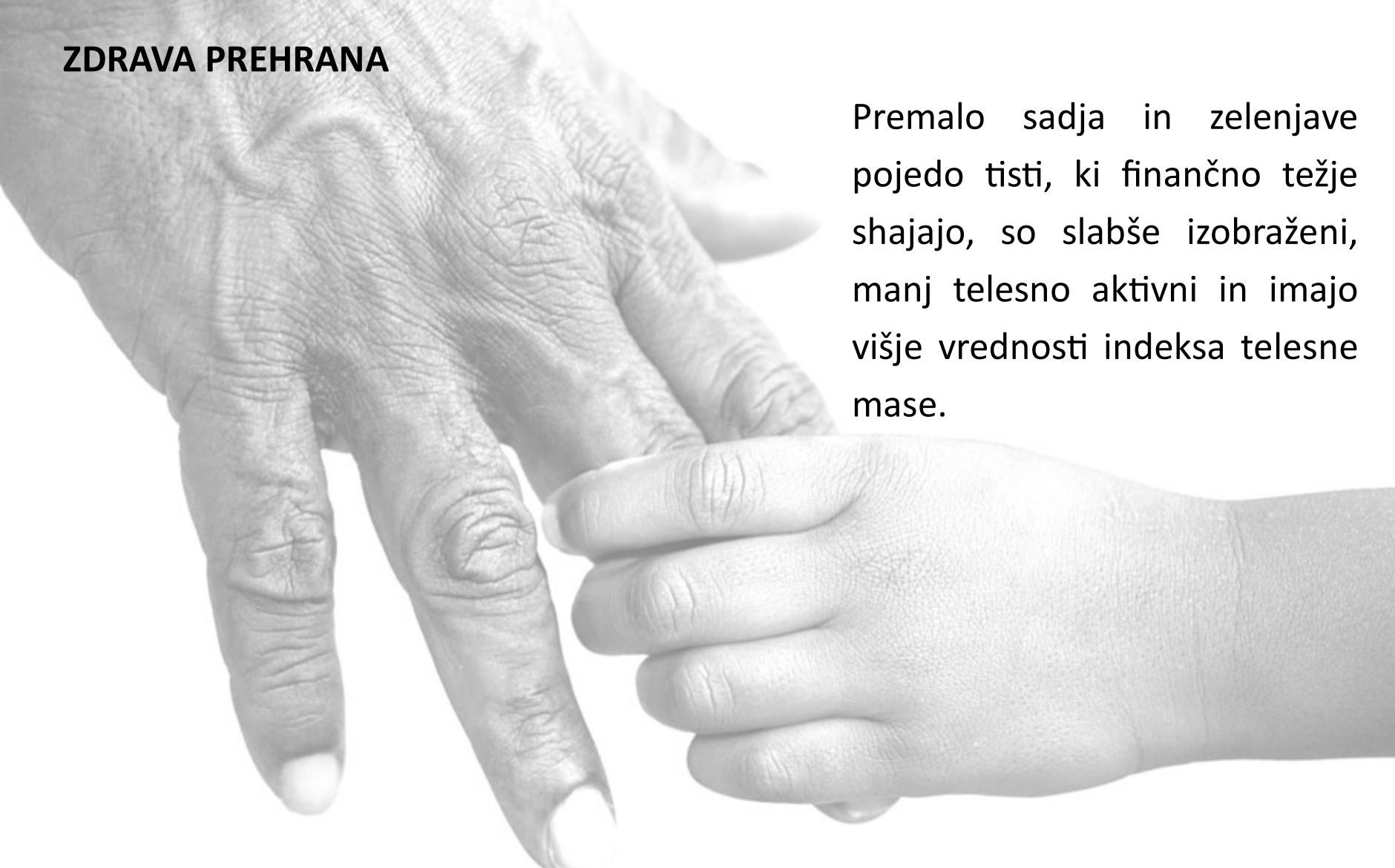
PODHHRANJENOST

Premalo obrokov (dva ali manj dnevno) uživa dobra četrtnina (27 %), premalo sadja ali zelenjave (manj kot enkrat dnevno) pa 15 % prebivalcev, starih 50 let ali več, ki bi lahko zaradi fizioloških sprememb in ob pridruženih bolezenskih stanjih tvegali različne oblike podhranjenosti.

Iz knjige »Značilnosti starejšega prebivalstva v Sloveniji - prvi rezultati«

Dostopno brezplačno na: http://www.share-slovenija.si/strani/prvi_rezultati_slovenija

ZDRAVA PREHRANA



Premalo sadja in zelenjave pojedjo tisti, ki finančno težje shajajo, so slabše izobraženi, manj telesno aktivni in imajo višje vrednosti indeksa telesne mase.

Iz knjige »Značilnosti starejšega prebivalstva v Sloveniji - prvi rezultati«

Dostopno brezplačno na: http://www.share-slovenija.si/strani/prvi_rezultati_slovenija

ZDRAVA PREHRANA

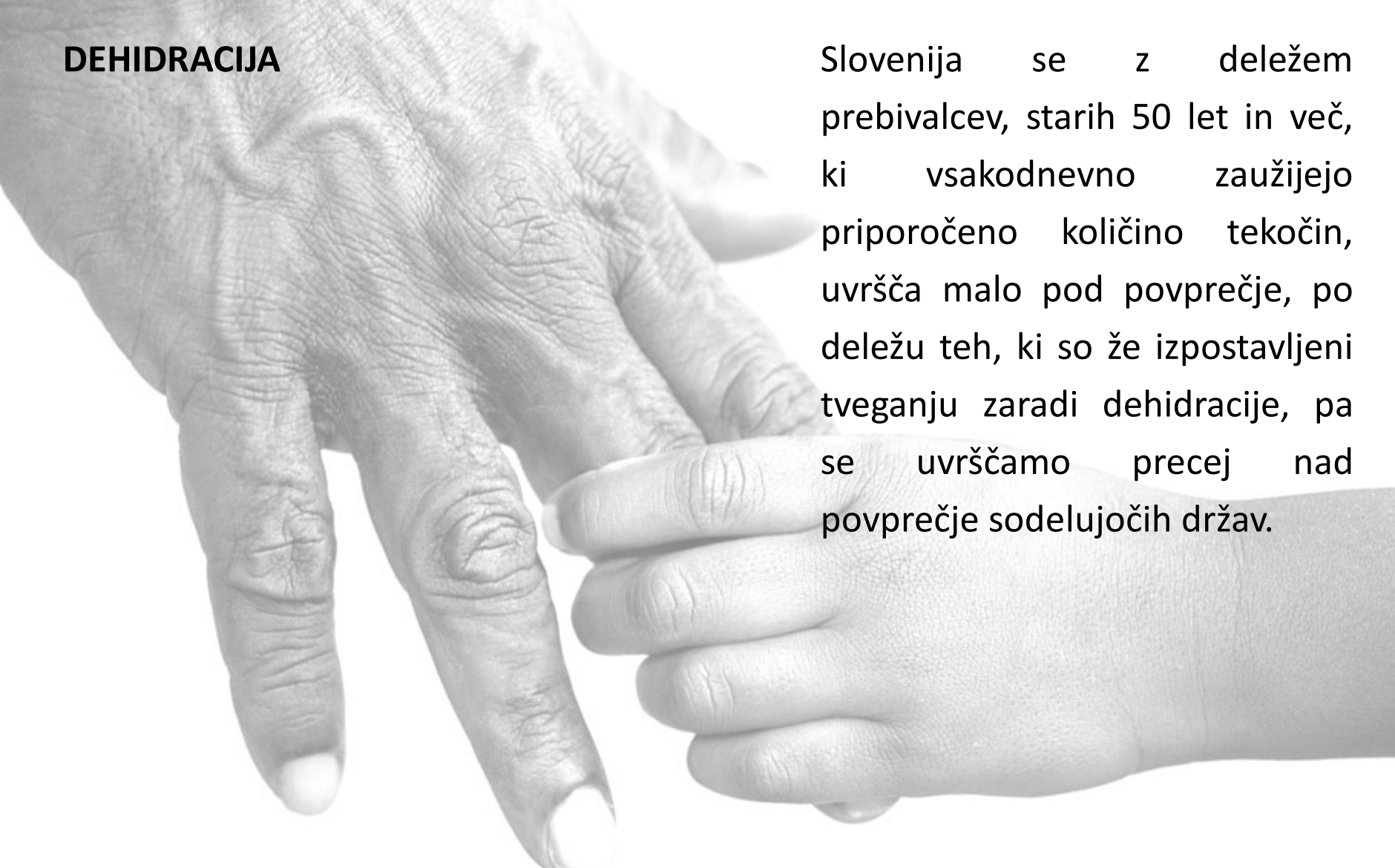
Nezdravo se prehranjujejo predvsem moški in mlajši.

Premalo obrokov uživajo tisti, ki finančno lažje shajajo.

Iz knjige »Značilnosti starejšega prebivalstva v Sloveniji - prvi rezultati«

Dostopno brezplačno na: http://www.share-slovenija.si/strani/prvi_rezultati_slovenija

DEHIDRACIJA



Slovenija se z deležem prebivalcev, starih 50 let in več, ki vsakodnevno zaužijejo priporočeno količino tekočin, uvršča malo pod povprečje, po deležu teh, ki so že izpostavljeni tveganju zaradi dehidracije, pa se uvrščamo precej nad povprečje sodelujočih držav.

Iz knjige »Značilnosti starejšega prebivalstva v Sloveniji - prvi rezultati«

Dostopno brezplačno na: http://www.share-slovenija.si/strani/prvi_rezultati_slovenija

UŽIVANJE BELJAKOVIN

Slovenija se glede pogostosti dnevnega uživanja mleka in mlečnih izdelkov uvršča pod povprečje sodelujočih držav.

Glede pogostosti uživanja mesa pa primerjava pokaže, da prebivalci Slovenije, stari 50 let in več, v večjem deležu uživajo meso (perutnino, rdeče meso, in ribe) večkrat na teden v primerjavi s povprečjem EU.

Deleži pogostosti uživanja stročnic in jajc so primerljivi s povprečjem EU.

Iz knjige »Značilnosti starejšega prebivalstva v Sloveniji - prvi rezultati«

Dostopno brezplačno na: http://www.share-slovenija.si/strani/prvi_rezultati_slovenija

UŽIVANJE TEKOČINE

Priporočena dnevna količina tekočine je 6 skodelic ali več oz. vsaj 1.3 litra vsak dan.

Zadovoljivo dnevno količino tekočine zaužije nekaj več kot polovica (54 %) starejših od 50 let v Sloveniji.

Iz knjige »Značilnosti starejšega prebivalstva v Sloveniji - prvi rezultati«

Dostopno brezplačno na: http://www.share-slovenija.si/strani/prvi_rezultati_slovenija

UŽIVANJE TEKOČINE

Priporočena dnevna količina tekočine je 6 skodelic ali več oz. vsaj 1.3 litra vsak dan.

Manj tekočine uživajo starejši od 80 let, tisti, ki živijo na podeželju in težje finančno shajajo skozi mesec.

Iz knjige »Značilnosti starejšega prebivalstva v Sloveniji - prvi rezultati«

Dostopno brezplačno na: http://www.share-slovenija.si/strani/prvi_rezultati_slovenija

ČEZMERNNA HRANJENOST IN DEBELOST

Med številnimi evropskimi državami, ki so sodelovale v raziskavi, se Slovenija po deležu čezmerno hranjenih prebivalcev, starih 50 let in več, uvršča v sam vrh, medtem ko se po deležu debelih uvršča malo nad povprečje.

Iz knjige »Značilnosti starejšega prebivalstva v Sloveniji - prvi rezultati«

Dostopno brezplačno na: http://www.share-slovenija.si/strani/prvi_rezultati_slovenija

ČEZMERNI HRANJENOST

V Sloveniji je skoraj polovica prebivalcev, starih 50 let ali več, čezmerno hranjenih (45,1 %) in skoraj četrtna debelih (23,9 %).

Iz knjige »Značilnosti starejšega prebivalstva v Sloveniji - prvi rezultati«

Dostopno brezplačno na: http://www.share-slovenija.si/strani/prvi_rezultati_slovenija

ČEZMERNNA HRANJENOST

Delež čezmerno hranjenih in debelih je med moškimi višji kot med ženskami. Bolj izobraženi so manj pogosto debeli od manj izobraženih.

Iz knjige »Značilnosti starejšega prebivalstva v Sloveniji - prvi rezultati«

Dostopno brezplačno na: http://www.share-slovenija.si/strani/prvi_rezultati_slovenija

STROŠKI BIVANJA

Prevelika stanovanjska potrošnja starejše omejuje pri zadovoljevanju drugih nujnih potreb in jih obremenjuje tudi delovno.

Iz knjige »Značilnosti starejšega prebivalstva v Sloveniji - prvi rezultati«

Dostopno brezplačno na: http://www.share-slovenija.si/strani/prvi_rezultati_slovenija

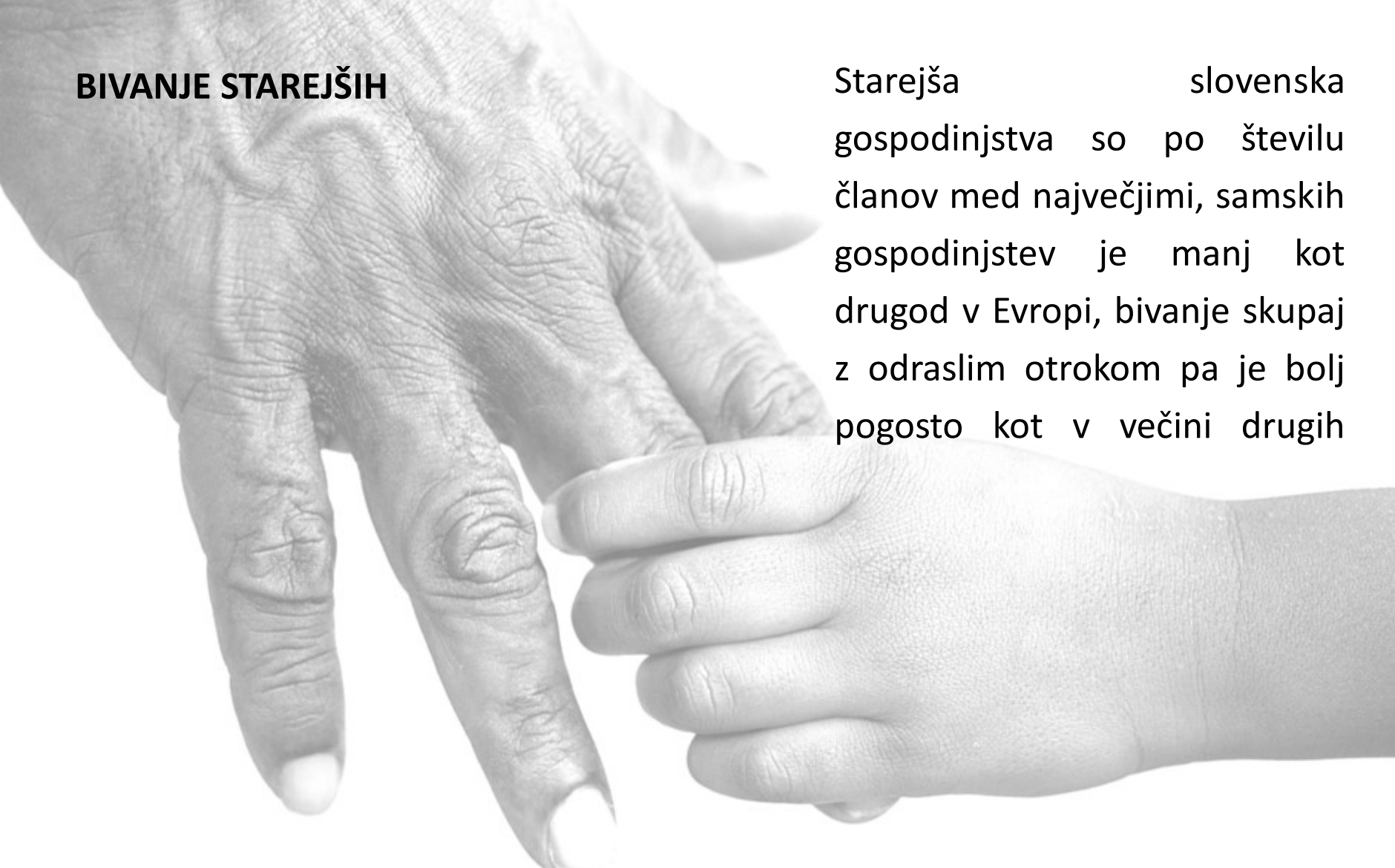
SKRB ZA STAREJŠE

Slovenija po več kazalcih sodi med države, v katerih ima pri oskrbi starejših zelo pomembno vlogo sorodstvo, zlasti odraslih otroci. Sorodstvo je zelo pomemben steber oskrbe starejših.

Iz knjige »Značilnosti starejšega prebivalstva v Sloveniji - prvi rezultati«

Dostopno brezplačno na: http://www.share-slovenija.si/strani/prvi_rezultati_slovenija

BIVANJE STAREJŠIH



Starejša slovenska gospodinjstva so po številu članov med največjimi, samskih gospodinjstev je manj kot drugod v Evropi, bivanje skupaj z odraslim otrokom pa je bolj pogosto kot v večini drugih

Iz knjige »Značilnosti starejšega prebivalstva v Sloveniji - prvi rezultati«

Dostopno brezplačno na: http://www.share-slovenija.si/strani/prvi_rezultati_slovenija

STANOVANJSKE RAZMERE

Starejši v Sloveniji so večinoma lastniki svojih stanovanj in ne najemniki. Po visokem deležu lastniških stanovanj (87 %) in majhnem deležu najemnih stanovanj (4 %) se slovenska starejša gospodinjstva uvrščajo na tretje mesto med državami SHARE.

Iz knjige »Značilnosti starejšega prebivalstva v Sloveniji - prvi rezultati«

Dostopno brezplačno na: http://www.share-slovenija.si/strani/prvi_rezultati_slovenija

UPOKOJEVANJE

Starejši v Sloveniji pričakujejo, da se bodo upokojili prej kot v drugih državah.

Zaradi tega in pričakovanega trajanja življenja, ki je na ravni povprečja EU, prejemajo pokojnino dlje časa, kar pomeni tudi večji pritisk na slovenske javnofinančne izdatke.

Iz knjige »Značilnosti starejšega prebivalstva v Sloveniji - prvi rezultati«

Dostopno brezplačno na: http://www.share-slovenija.si/strani/prvi_rezultati_slovenija