

# Faktu lapa: Latvijas seniora portrets

Pēc iedzīvotāju domām

Seniors Latvijā

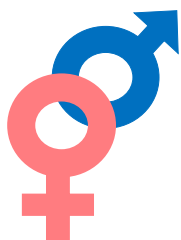
No 62 gadu vecuma

Seniors Eiropā

No 64 gadu vecuma



22% Latvijas iedzīvotāju ir **vecumā virs 62 gadiem**, no tiem:



67% sieviešu un 33% vīriešu;



2,3% ir darba ņēmēji;



39% senioru dzīvo kopā ar bērniem vai citiem ģimenes locekļiem, bet 15% senioru dzīvo vieni.

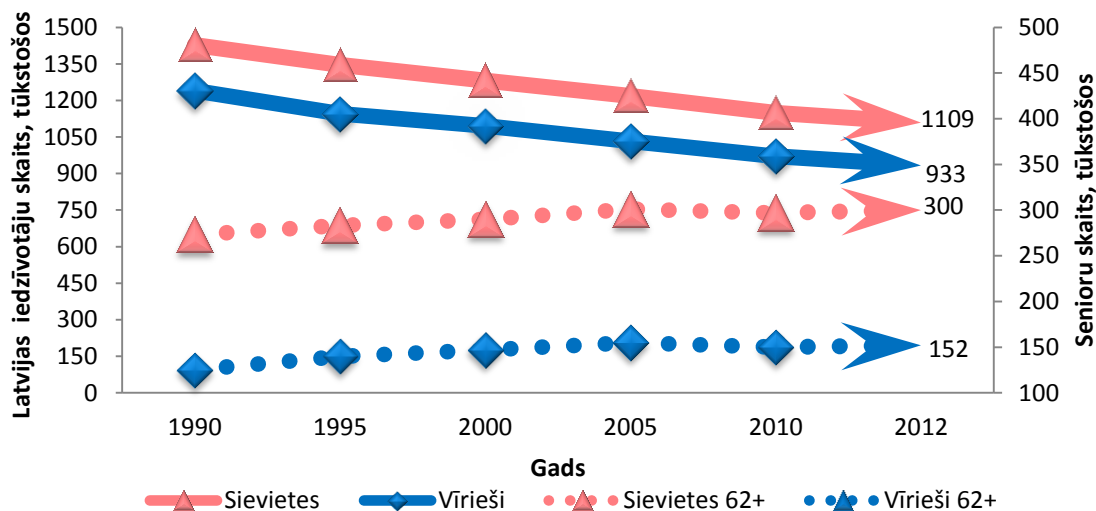


Vidējā vecuma pensija valstī ir 178,18 Ls (2011. g.) – 4 Ls virs valstī noteiktā iztikas minimuma; tikai 6% pensionāru saņem pensiju, kas ir lielāka par 300 Ls.



64% senioru nesaņēma pārbaudi pie medicīnas speciālista vai ārstēšanu, jo nevarēja to atļauties finansiāli (2011. g.); 90% senioru pie zobārsta nebija griezušies finansiālu ierobežojumu dēļ.

Senioru skaits un īpatsvars % sabiedrībā PIEAUG



Datu avots: Centrālā statistikas pārvalde

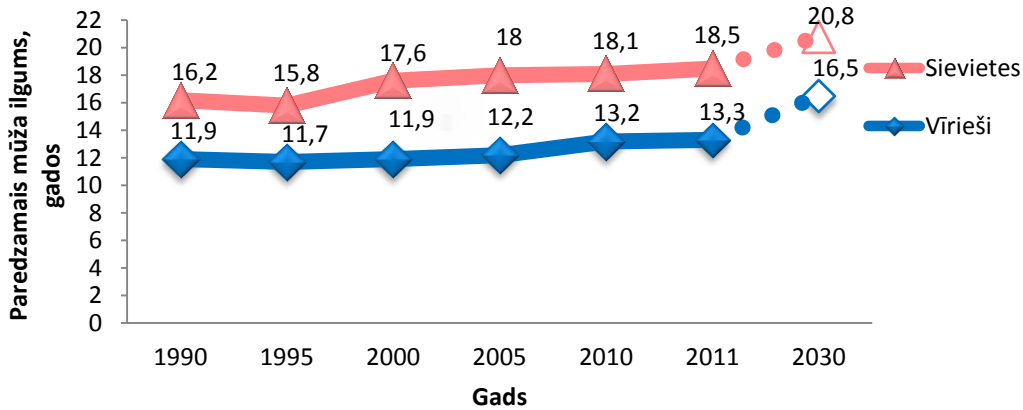


Veco ļaužu īpatsvars sabiedrībā **2011. gadā**: vecumā virs 65 gadiem – 18,5%, virs 80 gadiem – 4,4%, bet 80+ gadnieki starp visiem senioriem virs 65 gadu vecuma – 23,7%.



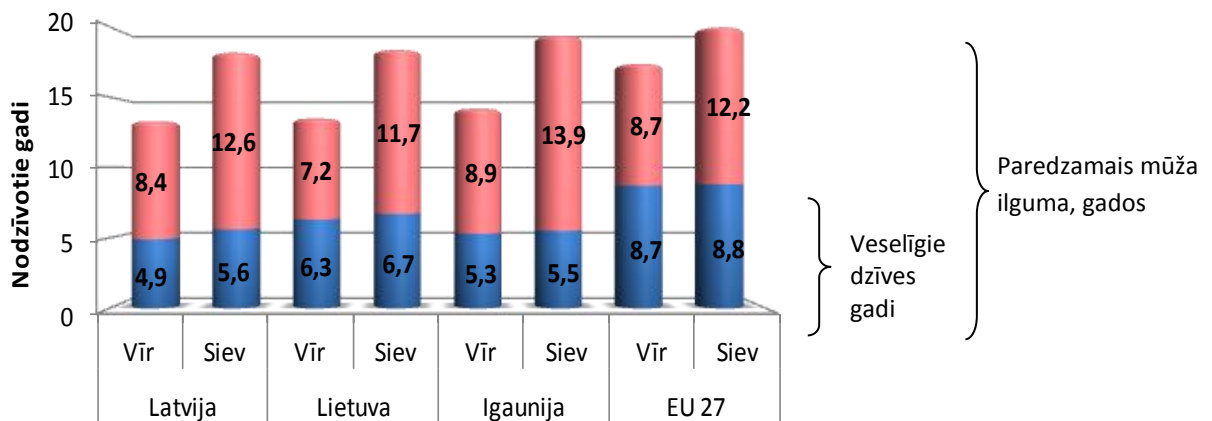
Prognozētais veco ļaužu īpatsvars vecumā virs 65 gadiem **2030. gadā – 23%**, virs 80 gadiem – 6,3%, bet 80+ gadnieki starp visiem senioriem virs 65 gadu vecuma – 27,1%.

**Paredzamais mūža ilgums 65 gadu vecumā – atlikušie dzīves gadi**



Datu avots: 1990.-2011.gads – Centrālā statistikas pārvalde; 2030. gads - EUROSTAT

**Paredzamais mūža ilgums un veselīgie dzīves gadi 65 gadu vecumā**



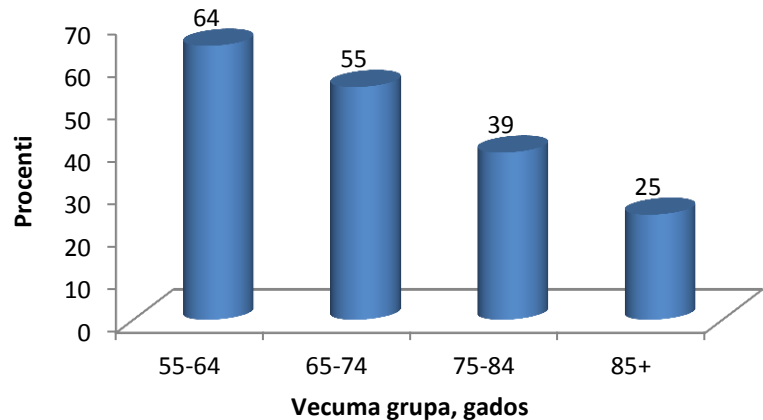
Datu avots: EUROSTAT (2010.)



Senioru vidū ir mazāk smēķētāju nekā gados jaunāku iedzīvotāju vidū – vecuma grupā 15-64 gadi smēķē katrs trešais iedzīvotājs, bet vecuma grupā 65-74 gadi smēķē katrs astotais iedzīvotājs, bet virs 75 gadu vecuma ikdienā smēķē mazāk par 3% iedzīvotāju (2009.).

☞ Senioru **fiziskā aktīviāte** ir zemāka nekā sabiedrības gados jaunākiem locekļiem - vecuma grupā 55-64 gadi fiziski aktīvi ir 64% iedzīvotāju, bet, pieaugot vecumam, fiziskās aktivitātes samazinās, un vecumā virs 85 gadiem fiziski aktīvs ir tikai katrs ceturtais seniors.

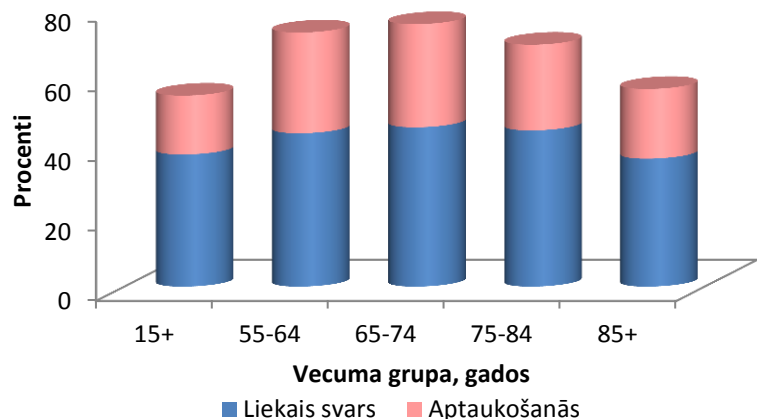
**Seniori, kuri vismaz 30 minūtes dienā velta fiziskām aktivitātēm, procentos**



Datu avots: EUROSTAT (2007.)

☞ Senioriem biežāk ir **liekais svars un aptaukošanās** nekā gados jaunākiem iedzīvotājiem. Visvairāk iedzīvotāju ar lieko svaru un aptaukošanos ir vecuma grupā 65-74 gadi, kad šī problēma skar 75%.

**Liekais svars un aptaukošanās (KMI>25), procentos**



Datu avots: EUROSTAT (2009.)

☞ 9% senioru savu veselību vērtē kā **labu vai ļoti labu**, **45,5%** senioru savu veselību vērtē kā **vidēju**, bet **46%** senioru – kā **sliktu vai ļoti sliktu**.

☞ Seniori virs 60 gadu vecuma daudz biežāk un ilgāk ārstējas **stacionāros**:

- ☞ **36,5%** no 2011. gadā stacionāros ārstētajiem pacientiem ir vecumā virs 60 gadiem.
- ☞ **Vidējais ārstēšanās ilgums** stacionārā dienās senioriem virs 60 gadu vecuma – **9,3 dienas** (vidējais ārstēšanās ilgums visās vecumgrupās – 8,3 dienas).
- ☞ 36% pacientu virs 60 gadu vecuma stacionārā ārstēšanās iemesls 2011. g. bija **sirds un asinsvadu sistēmas slimības** (no tiem – katrs piektais patients cerebrovaskulāro slimību dēļ).
- ☞ 12% pacientu virs 60 gadu vecuma stacionārā ārstēšanās iemesls 2011. g. bija **ļaudabīgie audzēji**.
- ☞ 6% pacientu virs 60 gadu vecuma stacionārā ārstēšanās iemesls 2011. gadā bija dažādas **traumas**, katrs otrais gadījums – **kaulu lūzumi**, katrs divdesmitais gadījums - **saindēšanās**.

## Kāda ir seniora veselība?



**Sirds un asinsvadu slimības** ir biežākais reģistrētais nāves cēlonis – 45 no 100 mirušajiem vecumā virs 65 gadiem nāves cēlonis ir sirds un asinsvadu slimības.



**Sievietēm 1,5 reizes** biežāk nekā vīriešiem nāves iemesls ir sirds un asinsvadu slimības.



**Sirds išēmiskās slimības** ir nāves cēlonis cerurtajai daļai senioru vecumā virs 65 gadiem, bet sirds un asinsvadu slimību grupā sirds išēmiskās slimības sastāda 55% no visiem nāves gadījumiem.



**Cerebrovaskulārās slimības** ir nāves cēlonis 13% senioru vecumā virs 65 gadiem, bet sirds un asinsvadu slimību grupā cerebrovaskulārās slimības sastāda 30% no visiem nāves gadījumiem.



**Ļaundabīgie audzēji** ir otrs biežākais reģistrētais nāves cēlonis – 14 no 100 mirušajiem vecumā virs 65 gadiem nāves cēlonis ir ļaundabīgie audzēji.



Dinamikā **mirstība** no ļaundabīgajiem audzējiem **pieaug**.



**70% mirušo** no ļaundabīgajiem audzējiem ir vecumā virs 65 gadiem.



~**60%** ļaundabīgo audzēju gadījumu ik gadu tiek **diagnosticēts** iedzīvotājiem vecumā virs 65 gadiem.

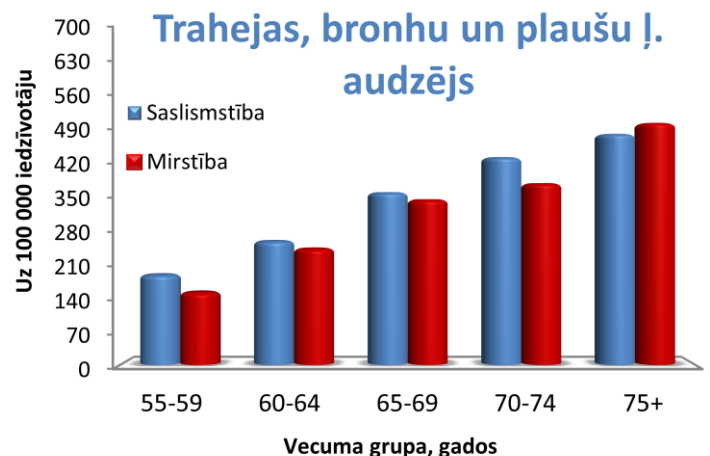
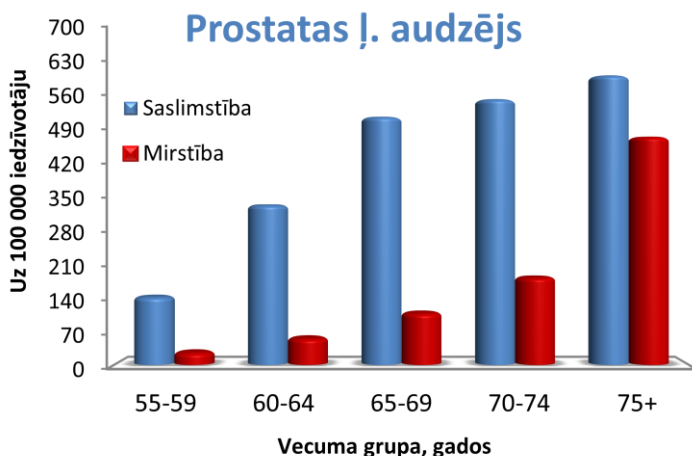


Vīriešiem ļaundabīgos audzējus diagnosticē **divreiz biežāk**. Biežāk diagnosticētie ļaundabīgie audzēji **vīriešiem** ir **prostatas audzējs** (21% no vīriešiem vecumā virs 65 gadiem diagnosticētajiem ļaundabīgajiem audzējiem), **trahejas, bronhu un plaušu audzējs** (17%), **taisnās zarnas audzējs** (5%).



Biežākais nāves cēlonis ļaundabīgo audzēju grupā **vīriešiem** virs 65 gadu vecuma ir **plaušu ļ. audzējs** – 25% no visiem ļaundabīgo audzēju izraisītajiem nāves gadījumiem. Otrajā vietā ir **prostatas ļ. audzējs** (15%), trešais nozīmīgākais – **kolorektālais ļ. audzējs** (13%).

Saslimstība un mirstība vīriešiem no prostatas un plaušu ļaundabīgajiem audzējiem 2011. gadā, uz 100 000 iedzīvotāju

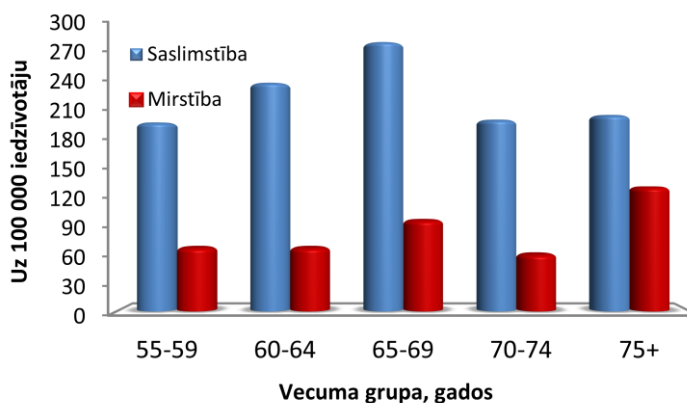


Biežāk diagnosticētie ļaundabīgie audzēji **sievietēm** ir **krūts ļ. audzējs** (17% no sievietēm vecumā virs 65 gadiem diagnosticētajiem ļaundabīgajiem audzējiem), **kolorektālie ļ. audzēji** (14%), **ādas ļ. audzēji** (13%).

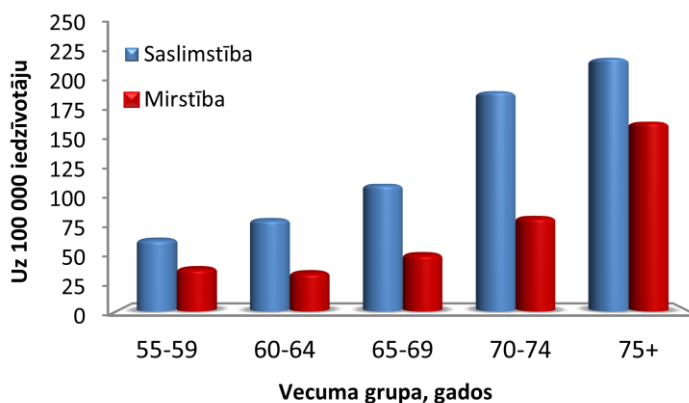
Biežākais nāves cēlonis ļaundabīgo audzēju grupā **sievietēm** virs 65 gadu vecuma ir **kolorektālais ļ. audzējs** – 15% no visiem ļaundabīgo audzēju izraisītajiem nāves gadījumiem. Otrajā vietā ir **krūts ļ. audzējs** (13%), trešais nozīmīgākais – **aizkuņģa dziedzera ļ. audzējs** (8,5%).

Saslimstība un mirstība sievietēm no krūts un kolorektālā audzēja 2011. gadā, uz 100 000 iedzīvotāju

### Krūts ļaundabīgais audzējs



### Kolorektālais audzējs



Datu avots: SPKC

Ievainojumi, saindēšanās un citas ārējas iedarbes sekas (t.s. ārējie cēloņi) ir būtisks senioru veselību ietekmējošs faktors un **trešais nozīmīgākais nāves cēlonis** aizsirds un asinsvadu sistēmas slimībām un ļaundabīgajiem audzējiem.

**Vīriešiem 1,5 reizes** biežāk nekā sievietēm nāves iemesls ir ārējie cēloņi.

Biežākais nāvi izraisošs ārējais cēlonis Latvijas senioriem vecumā virs 65 gadiem ir **pašnāvības** – 24% no visiem ārējiem nāves cēloņiem, un šis rādītājs ir **pusotru reizi augstāks** nekā iedzīvotājiem vecumā līdz 65 gadiem. Mirstība no pašnāvībām **vīriešiem** vecuma grupā virs 65 gadiem ir turpat piecas reizes augstāka nekā **sievietēm**. Mirstība no pašnāvībām pēdējos gados pieaug.

Otrs nozīmīgākais ārējais nāves cēlonis ir **kritieni** – 13% no visiem ārējiem nāves cēloņiem, un šis rādītājs ir **trīs reizes augstāks** nekā iedzīvotājiem vecumā līdz 65 gadiem. Mirstība no kritieniem **vīriešiem** vecuma grupā virs 65 gadiem ir divas reizes augstāka nekā **sievietēm** – sievietes kritot retāk gūst nāvejošas traumas nekā vīrieši.

Trešais nozīmīgākais ārējais nāves cēlonis ir **transporta negadījumos iegūtas traumas** – 11% no visiem ārējiem nāves cēloņiem. **56%** ceļu satiksmes negadījumos bojā gājušo senioru ceļu satiksmē piedalījušies kā **gājēji**. 68% senioru atzīst, ka, atrodoties uz ielas, pārsvarā jūtas nedroši.

Biežākās **traumu gūšanas vietas** senioriem ir **mājas** (61% reģistrēto gadījumu), **transporta zona** (21%), - institucionālas dzīves vietas zona (**pansionāti**) (2,2%).

☞ Senioru **garīgo veselību** raksturo saslimstība ar tādām slimībām kā depresija un demence. Senioriem 2,5 reizes biežāk nekā gados jaunākiem iedzīvotājiem diagnosticē organiskus psihiskus traucējumus, t.sk. Alcheimera slimību un cita veida demences, 2 reizes biežāk - personības un uzvedības traucējumus.

☞ Nozīmīgākā **endokrīnās sistēmas slimība** senioriem ir **cukura diabēts**.

☞ **70%** cukura diabēta pacientu ir vecāki par 60 gadiem.

☞ **99%** cukura diabēta pacientu virs 60 gadu vecuma sirgst ar 2. tipa cukura diabētu.

☞ **Sievietes** ar 2. tipa cukura diabētu slimo biežāk nekā **vīrieši**.

☞ Cukura diabēta komplikācijas ir nozīmīgs dzīves kvalitāti ierobežojošs cēlonis. Biežāk sastopamā komplikācija ir diabētiskā **retinopātija**, kuras sekas ir aklums.