



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
HALK SAĞLIĞI
GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

BİLGİ NOTU

Tarih: 23.09.2026

Sayfa No:1 / 2

BİRİM

Kronik Hastalıklar ve Yaşlı Sağlığı Dairesi Başkanlığı

1 EKİM DÜNYA YAŞLILAR GÜNÜ BİLGİ NOTU

Toplam doğurganlık hızının azalması ve yaşam süresinin uzamasıyla birlikte dünyanın genelinde ve ülkemizde yaşlı olarak nitelendirilen nüfusun hem sayısı hem de toplam nüfus içerisindeki payı artmaktadır. Türkiye İstatistik Kurumu verilerine göre 65 yaş ve üzerindeki nüfus, beş yılda %20'nin üzerinde artarak 2025 yılında 10 milyona yaklaşmıştır. Başka bir ifadeyle, ülkemizde yaşayan **her 9 kişiden biri yaşlıdır**.

Esasında yaşlılık, fiziksel ve zihinsel fonksiyonların yavaşlaması ve sosyal rollerin değişmesi ile karakterize olan normal yaşam dönemlerinden birisidir. İçerisinde bir kısım riskleri barındırsa da önceki yaşam dönemleri içerisinde yapılacak sağlık yatırımları ile “**sağlıklı yaş almak**”, yaşlılık dönemini verimli geçirmek ve “**süper yaşlı**” olabilmek mümkündür.

Buradan hareketle her yılın 1 Ekim günü “**Dünya Yaşlılar Günü**” olarak icra edilmekte, bugünlerin banileri olan yaşlı bireylerin toplumdaki yeri ve önemine dikkat çekilmekte, aktif ve sağlıklı yaşlanma konusunda farkındalığı artırıcı çalışmalar gerçekleştirilmektedir.

Yaş ilerledikçe sağlık ihtiyaçları değişebilmekte, kronik hastalıkların yanı sıra görme ve işitme sorunları, hareket güçlükleri, düşmeler, beslenme sorunları, bilişsel kapasitede azalma, sosyal izolasyon gibi farklı durumlar ortaya çıkabilmektedir. Ancak, genel inanın aksine bahse konu sorunlar yaşlanmanın kaçınılmaz bir parçası değildir.

Seksen yaşın üzerinde yaşamak, 20-30 yaş genç insanlar kadar güçlü ve keskin hafızaya sahip olmak, hareketli ve aktif bir hayat sürmek, çevreyle güçlü bağlar kurmak mümkündür ve bu, yalnızca bir şans işi değildir. Sayılan özelliklerin bir bölümü ebeveynlerimizden gelen genlerimizle ilgili olsa da en önemli belirleyiciler yaşam tarzımızdan gelir. Yani büyük ölçüde bizim elimizdedir.

Bu çerçevede;

- Her gün biraz yürüyerek
- Her gün zihnimizi çalıştırarak
- Soframızda sebze ve protein bulundurarak
- Sevdiklerimizle vakit geçirerek
- Yeni hobiler edinerek

“Süper Yaşlı” olma fırsatı yakalayabiliriz.

Unutmayın! Meraklı olmak zihni genç tutar, küçük ve düzenli adımlar zamanla büyük fark yaratır.

İleri yaşlarda sağlığın bütüncül bir bakış açısıyla değerlendirilmesi de önemlidir. Dünya Sağlık Örgütü, yaşlı bireylerin ihtiyaçlarını merkeze alan, farklı sağlık gereksinimlerini birlikte değerlendiren kişi



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
HALK SAĞLIĞI
GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

BİLGİ NOTU

Tarih: 23.09.2026

Sayfa No:2 / 2

BİRİM

Kronik Hastalıklar ve Yaşlı Sağlığı Dairesi Başkanlığı

merkezli ve bütünleşik sağlık hizmetlerini sağlıklı yaşlanmanın temel çalışma alanlarından biri olarak ele almaktadır.

Ülkemizde de risk faktörleriyle etkili mücadele edilmesi, yaşlılarımızın kapsamlı ve düzenli bir şekilde değerlendirilmesi, böylelikle sağlık sorunlarının erken dönemde belirlenmesi ve kontrol altına alınması amacıyla önemli çalışmalar yürütülmektedir.

Aile Hekimliği Birimlerinde Çok Yönlü Yaşlı Değerlendirmesi Yapılmaktadır

Bakanlığımız tarafından, kronik hastalıkların etkin bir şekilde yönetilmesi için geliştirilen **Hastalık Yönetim Platformu (HYP)** uygulaması ile aile hekimliği birimlerimiz, bir taraftan kronik hastalıkların düzenli takiplerini yaparken diğer taraftan 65 yaş ve üzerindeki bireylerin **Çok Yönlü Yaşlı Değerlendirmesini** gerçekleştirmektedir.

Bu değerlendirmede yaşlı bireylerin sağlık durumları, yirmiden fazla parametre göz önünde bulundurularak çok yönlü ve kapsamlı bir biçimde ele alınmakta ve ihtiyaç duyulan sağlık hizmetleri sunulmaktadır. Gerek duyulması halinde yaşlı bireyler, ileri tetkik, tedavi ve danışmanlık hizmetlerini alabilmeleri için randevuları alınarak hastanelere ya da sağlıklı hayat merkezlerine sevk edilmektedir.

Aile hekimlerimiz ve aile sağlığı çalışanlarımız, 2026 yılının ilk dokuz ayında **4 milyonun üzerinde yaşlımızın** kapsamlı sağlık değerlendirmesini gerçekleştirmiştir. **Halen çok yönlü yaşlı değerlendirmenizi yaptırmadıysanız, bir sorun çıkmasını beklemeyin, hemen aile hekiminizi ziyaret edin. Sağlığınızı ertelemeyin.**

Sağlıklı Hayat Merkezlerinde Sağlıklı Yaş Almaya Yönelik Kapsamlı Hizmetler Verilmektedir

Bakanlığımız tarafından faaliyete geçirilen 362 sağlıklı hayat merkezimizde sigara bırakma desteği, sigara bıraktırmakta kullanılan ilaçlar, kanser taramaları, sağlıklı beslenme danışmanlığı, psikososyal destek hizmetleri, fiziksel aktivite programları gibi hayatın hemen her dönemine dokunan sağlık hizmetleri **ücretsiz olarak** sunulmaktadır.

Sağlıkla kalın, sağlıklı yaş alın, sağlıklı ve uzun yaşayın!

TEKİRDAĞ İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ