

Как цифровые технологии меняет уход за пожилыми людьми

Достижения в области медицины постепенно ведут весь мир к увеличению продолжительности жизни. По оценкам Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), к 2050 году будет 1,5 миллиарда человек в возрасте 65 лет и старше. Одной из проблем пожилого населения является повышенная потребность в уходе.

Появление интернета ознаменовало собой цифровую революцию, которая затронула все аспекты человеческой деятельности, включая здравоохранение. Возможности интернета безграничны и могут сделать повседневную жизнь намного проще для тех, кто с трудом покидает свой дом из-за физического истощения.

Внедрение Digital-технологий в сферу здравоохранения породила цифровое здравоохранение, которое существенно трансформировало лицо медицинской практики, включая, конечно же, уход за пенсионерами.

За последние несколько лет цифровое здравоохранение трансформировало уход за долгожителями. В перспективе эта революция продолжится в последующих поколениях и полностью изменит способ оказания помощи старикам и улучшит их качество жизни. Проблемы предоставления цифровых медицинских решений нужно преодолевать за счет увеличения инвестиций в санитарное просвещение.

Давайте рассмотрим некоторые аспекты медицинской помощи пожилым в условиях тотальной цифровизации:

♦**Пропаганда и популяризация здорового образа жизни.** Распространение медицинской информации среди не первой молодости людей с помощью приложений и веб-сайтов для пожилых значительно повышает грамотность в вопросах здоровья. Многие приложения предназначены исключительно для этой цели. Например, помогают составлять программы по диетам, занятиям физической упругости, отслеживать показатели жизнедеятельности, оказывать неотложную медицинскую помощь. Это дало возможность и в преклонных годах более осознанно заниматься вопросами здоровья и даже предотвратить некоторые заболевания.

♦**Плановые телемедицинские консультации.** Пожилое население имеет самый высокий риск неинфекционных заболеваний. Большинство хронических патологий требуют регулярных медицинских осмотров. Но частые визиты к врачу сложны для стариков из-за проблем с передвижением и риска перекрестного заражения во время этих приемов. Цифровое здравоохранение помогает преодолеть этот разрыв. Теперь врачи могут назначать встречи с помощью телемедицинских платформ. Это избавляет пожилых людей от необходимости выходить из дома для проверки здоровья, за исключением случаев, когда это обязательно.

♦**Удаленный медицинский мониторинг хронических больных.** Пожилые люди часто нуждаются в длительном лечении хронических заболеваний. Многие из них забывают принимать лекарства. Существуют цифровые решения в виде приложений, которые могут напоминать и контролировать соблюдение этим пациентам их графика

приема лекарств. Если приложение связано с поставщиком услуг, оно также помогает врачу генерировать медицинские данные, которые можно использовать для предоставления персонализированного ухода. Некоторые устройства с искусственным интеллектом также были созданы, чтобы помочь пенсионерам жить более здоровой жизнью. Некоторые из этих устройств включают биометрические трекеры, умные часы, слуховые аппараты с искусственным интеллектом и детекторы падения, которые защищают этих людей от опасностей, которые в противном случае могли бы возникнуть.

♦**Расширение возможностей социального общения.** Одной из основных проблем, с которыми сталкиваются пожилые люди, является социальная изоляция. Интернет-сообщество и цифровые платформы могут снизить риски для психического и физического здоровья, связанные с этой группой населения, посредством взаимодействия со сверстниками и приобретения новых друзей. Виртуальные компаньоны также помогают удовлетворить потребности в общении по требованию.

♦**Возможности массового обучения сиделок и родственников, осуществляющих уход.** Геронтологам давно известно, что домашний уход за пожилыми является предпочтительным вариантом для многих людей. Большинство цифровых решений могут помочь лицам, осуществляющим неформальный уход, пройти обучение, необходимое им для оказания надлежащей помощи своим родственникам.

К сожалению, пока не все цифровые платформы готовы к использованию и часто они не соответствуют ни конкретным ожиданиям этого поколения, ни более широкой жизненной среде, в которой они находятся. Пожилые люди должны адаптироваться к сложным и негибким техническим системам, которые часто не являются унифицированными, последовательными или бесшовными. Это вызывает различные проблемы. Например, люди могут быть не в состоянии адаптировать свои жилищные условия для использования этих цифровых решений и, следовательно, должны переехать в дом престарелых. Необходимо также учитывать перспективы и потребности семей или профессиональных опекунов, чтобы гарантировать, что внедренная технология будет иметь долгосрочный успех.

Цифровые медицинские технологии — лучший в мире способ улучшить здоровье и качество жизни пожилых людей. Медицинским организациям, которые занимаются уходом за престарелыми, необходимо как можно раньше внедрить эти технологии и определить другие области, в которых цифровое здравоохранение может иметь значение.

По мере появления новых решений сектор ухода становится все более и более цифровым. Его развитие будет способствовать гармоничному старению и долголетию, и позволяет вести более здоровую и полноценную жизнь в любом возрасте. Поскольку пожилое население мира продолжает расти, инвестиции в цифровые медицинские технологии должны продолжать расти вместе с ним.

Григорий Данилов