



Η Αυστραλία είναι μια κοινωνία «που γερνάει». Η μελέτη Dubbo είναι μια διαχρονική μελέτη κοινοτήτων ηλικιωμένων πολιτών που γεννήθηκαν πριν από το 1930 και ζουν στην περιοχή Ντάμπο της κέντρο - δυτικής Νέας Νότιας Ουαλίας. Διερευνά τα πρότυπα και προγνωστικούς παράγοντες σχετικά με την θνησιμότητας, την νοσηλεία και την ανάγκη για φροντίδα σε ειδικά ιδρύματα.

Οι ερευνητές συνεχίζουν να διερευνούν την χρήση υπηρεσιών σε ότι αφορά στην βιοϊατρική και στην κοινωνική πρόνοια της υγιούς γήρανσης, καθώς και στην εμφάνιση αναπηριών και ασθενειών όπως τα καρδιαγγειακά νοσήματα και η άνοια

Η μελέτη Dubbo , που ξεκίνησε το 1987, είναι η πρώτη και η μεγαλύτερη διαχρονική μελέτη που γίνεται στην Αυστραλία για υγιή γήρανση, με τη συμμετοχή 2.805 κατοίκων οι οποίοι ζουν στο σπίτι τους (όχι σε ειδικό κέντρο για την μελέτη), στην περιοχή Ντάμπο (1.233 άνδρες και 1.572 γυναίκες). Η μέση ηλικία κατά την ένταξή τους στην έρευνα, ήταν περίπου 70 ετών.

Κύρια θέματα

Τα θέματα της μελέτης περιλαμβάνουν τις συνέπειες του καπνίσματος, του διαβήτη, της κατανάλωσης αλκοόλ και της καρδιαγγειακής νόσου στον χρόνο ζωής των ατόμων .
Επιμέρους θέματα λοιπόν είναι :

- Ο Καρδιαγγειακός κίνδυνος
- Θέματα φαρμακευτικής αγωγής
- Άνοια
- Κατ' οίκον νοσηλεία
- Φροντίδα μετά από οξεία νόσο & αναπηρία και
- Πρότυπα που θα οδηγούσαν σε υγιή γήρανση.

Ορισμένα Κύρια Ευρήματα

Το προσδόκιμο ζωής για τους Αυστραλούς έχει αυξηθεί σημαντικά και πληθαίνουν οι αποδείξεις ότι οι ηλικιωμένοι μπορούν επίσης να έχουν καλύτερη ποιότητα ζωής.

Κύριες απειλές για την ποιότητα της ζωής είναι οι καρδιακές παθήσεις, η άνοια και η αποδοχή της κατ' οίκον νοσηλεία. Ένα αλκοολούχο ποτό την ημέρα ή / και καθημερινή κηπουρική μπορεί να μειώσει τον κίνδυνο άνοιας κατά 35%.

Ανεξάρτητοι προγνωστικοί δείκτες θνησιμότητας είναι το κάπνισμα, ο διαβήτης, η πολύ υψηλή πίεση αίματος, τα μη φυσιολογικά (και κυμαινόμενα) επίπεδα χοληστερόλης, η διαταραχή της μέγιστης εκπνευστικής ροής, η σωματική αναπηρία, αλλά και μηδενική κατανάλωση αλκοόλ. Ανεξάρτητοι προγνωστικοί δείκτες στεφανιαίας νόσου ή εγκεφαλικού επεισοδίου περιλαμβάνουν την υπέρταση, την αύξηση της ηλικίας, την LDL χοληστερόλης, το κάπνισμα, τον διαβήτη και την διαταραχή της μέγιστης εκπνευστικής ροής. Η διάγνωση του μεταβολικού συνδρόμου παρέχει πρόσθετη πρόβλεψη των στεφανιαίων επεισοδίων καρδιακής νόσου, εγκεφαλικού επεισοδίου και συνολικής θνησιμότητας

Σε κλινικές μελέτες, έχει καταδειχθεί, ότι η ρύθμιση της χοληστερόλης και της αρτηριακής πίεσης σε άτομα της τρίτης ηλικίας μειώνει τον κίνδυνο καρδιακής νόσου και εγκεφαλικού επεισοδίου.

Η γενική κατάσταση της υγείας των ατόμων τείνει να επιδεινώνεται με την ηλικία. Ωστόσο, η ψυχολογική τους κατάσταση προσαρμόζεται σε αυτές τις αλλαγές και μπορεί να επιτευχθεί ευημερία και ευεξία, ακόμη και σε μεγαλύτερες ηλικίες.