

Низамудин М.А.¹, Гарбер А.И.², Скляр С.В.³, Хон Н.Н.¹, Гусейнова Н.Н.⁴

¹Университет Туран, г. Алматы, Қазақстан

²Реабилитационная клиника «Reinhardshöhe», г. Бад-Вильдунген, Германия

³Центр психотерапии Сергея Скляра, г. Алматы, Қазақстан

⁴Центр активного долголетия, г. Алматы, Қазақстан

ИЗМЕРЕНИЕ КАЧЕСТВА ЖИЗНИ У ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ С ПОМОЩЬЮ ОПРОСНИКА МОКЖ-ГЕР

Аннотация

В связи с мировой тенденцией старения населения возрастает актуальность поддержания качества жизни и здоровья людей пожилого возраста. В данной статье описано исследование, целью которого была адаптация и стандартизация опросника «Mannheimer Interver der lebensverhältnisse im Alter» (Мангеймерский опросник качества жизни в пожилом возрасте) для русскоязычной выборки Казахстанцев. На основе изучения опыта оценки качества жизни пожилых людей в Германии нами предложен адаптированный на русском языке вариант данного опросника, который мы назвали МОКЖ-гер (Мангеймский опросник качества жизни для использования в гериатрической практике). Опросник направлен на изучение различных параметров качества жизни пожилых людей: активности, общения, условий жизни и финансов. Нами была проведена проверка психометрических свойств адаптированной версии опросника, а также изучения возможности ее использования в гериатрической практике в Казахстане.

Опросник может быть использован психологами, социальными работниками и другим персоналом в работе с пожилыми людьми для выявления сложностей и потребностей пожилого человека.

Ключевые слова: опросник, адаптация, качество жизни, диагностика, пожилые, депрессия в пожилом возрасте.

М.А. Низамудин¹, А.И. Гарбер², С.В. Скляр³, Н.Н. Хон¹, Н.Н. Гусейнова⁴

¹Туран университеті, Алматы қ., Қазақстан

²"Reinhardshöhe" оңалту клиникасы, Бад-Вильдунген қ., Германия

³Сергей Скляр психотерапия орталығы, Алматы қ., Қазақстан

⁴Белсенді ұзақ өмір сүру орталығы, Алматы қ., Қазақстан

МОКЖ-ГЕР САУАЛНАМАСЫ АРҚЫЛЫ ЕГДЕ ЖАСТАҒЫ АДАМДАРДЫҢ ӨМІР СҮРУ САПАСЫН ӨЛШЕУ

Аннотация

Халықтың қартаюының әлемдік үрдісіне байланысты егде жастағы адамдардың өмір сүру сапасы мен денсаулығын сақтаудың өзектілігі артып келеді. Бұл мақалада Қазақстандықтардың орыс тілді үлгісі үшін "Mannheimer intervar der Lebensverhältnisse im Alter" (Қарттықтағы өмір сапасының Мангеймер сауалнамасы) сауалнамасын бейімдеу және стандарттау мақсаты болған зерттеу сипатталған. Германиядағы қарттардың өмір сүру сапасын бағалау тәжірибесін зерделеу негізінде біз осы сауалнаманың орыс тіліне бейімделген нұсқасын ұсындық, оны біз МОКЖ-гер деп атадық (гериатриялық тәжірибеде қолдануға арналған өмір сапасының Мангейм сауалнамасы). Сауалнама егде жастағы адамдардың өмір сүру сапасының әртүрлі параметрлерін зерттеуге бағытталған: белсенділік, қарым-қатынас, өмір сүру жағдайлары және қаржы. Біз сауалнаманың

бейімделген нұсқасының психометриялық қасиеттерін тексердік, сондай-ақ оны Қазақстандағы гериятриялық практикада қолдану мүмкіндігін зерттедік.

Сауалнаманы егде жастағы адамдардың қиындықтары мен қажеттіліктерін анықтау үшін егде адамдармен жұмыс істегенде психологтар, әлеуметтік қызметкерлер және басқа да қызметкерлер пайдалана алады.

Түйін сөздер: сауалнама, бейімделу, өмір сапасы, диагностика, егде жастағы адамдар, егде жастағы депрессия.

M.A. Nizamudin¹, A.I. Garber², S.V. Sklyar³, N.N. Khon¹, N.N. Guseynova⁴

¹ Turan University, Almaty, Kazakhstan

² «Reinhardshöhe» Rehabilitation Clinic, Bad Wildungen, Germany

³ Sergey Sklyar's Psychotherapy Center, Almaty, Kazakhstan

⁴ Active Longevity Center, Almaty, Kazakhstan

MEASURING QUALITY OF LIFE AMONG OLDER PEOPLE USING THE MANNHEIMER QUESTIONNAIRE

Abstract

Due to the global trend of population ageing, the relevance of maintaining the quality of life and health of the population of elderly people is increasing. *This article describes a study aimed at adapting and standardising the Mannheim Intervar der lebensverhältnisse im Alter (Mannheimer questionnaire of quality of life in elderly age) for the Russian-speaking population of Kazakhstan citizens.* Having studied the experience of assessing the quality of life of elderly people in Germany, we proposed a Russian adapted version of this questionnaire, which we called MOCJ-Ger (Mannheim questionnaire of quality of life for use in geriatric practice). The questionnaire is aimed at studying various parameters of the quality of life of elderly people: activity, communication, living conditions and finances. We have tested the psychometric properties of the adapted version of the questionnaire, as well as the possibility of its use in geriatric practice in Kazakhstan.

The questionnaire can be used by psychologists, social workers and other personnel when working with older people to identify the difficulties and needs of an older person.

Key words: questionnaire, adaptation, quality of life, diagnosis, elderly people, depression in the elderly age.

ВВЕДЕНИЕ

Согласно прогнозу Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), к 2030 году каждый шестой человек в мире будет в возрасте 60 лет и старше. К 2050 году численность населения мира людей в возрасте 60 лет и старше удвоится (2,1 миллиарда). Ожидается, что число людей в возрасте 80 лет и старше утроится в период с 2020 по 2050 год и достигнет 426 миллионов. В Казахстане также наблюдается старение населения. Так, на начало 2022 года доля женщин в возрасте от 65 лет достигла 10,1%, при этом десятью годами она составляла лишь 8,2%. Тем временем доля мужчин в возрасте от 65 лет за десятилетие увеличилась с 4,8% до 6,1%. По прогнозам ООН, коэффициент демографической нагрузки пожилого возраста в Казахстане также будет расти. Так, в 2022 году значение этого коэффициента составило 12,9%. К 2025 году коэффициент достигнет 14,1%, к 2030-му — 15,9%, к 2040-му — 17,1%, к 2050-му — 19%. [1].

После выхода на пенсию у многих людей появляется больше времени, которое можно посвятить личным достижениям и самореализации, вместо этого некоторым пожилым людям, возможно, приходится тратить все больше времени и энергии на поддержания должного уровня качества жизни и здоровья. Перед обществом предстает проблема, связанная с созданием социума для всех возрастов на основании признания полноценности старшего поколения [2]. Более продолжительная жизнь приносит с собой новые

возможности не только для пожилых людей и их семей, но и для общества в целом. Дополнительные годы дают возможность заняться новыми видами деятельности, такими как дальнейшее образование, новая карьера или давно забытое увлечение. Пожилые люди также во многом вносят свой вклад в жизнь своих семей и сообществ. Однако масштабы этих возможностей и вклада во многом зависят от одного фактора: здоровья. ВОЗ перечисляет проблемы со здоровьем, которые возникают у людей с возрастом, и наряду с остеоартритом и деменцией указывается депрессия.

В Казахстане благополучию пожилых людей последние годы уделяется много внимания, так, в 2021 году Министерство труда и соцзащиты населения Республики Казахстан утвердило план мероприятий по улучшению положения граждан старшего поколения. Согласно данным Министерства, на сегодняшний день Казахстан уже преодолел 7-процентный порог, определенный ООН, и отнесен к странам со стареющим населением [3]. В 2023 году в Казахстане при поддержке Фонда ООН в области народонаселения (ЮНФПА) разработали национальную стратегию «Активное долголетие» [4].

В русскоязычной литературе доступны следующие опросники для оценки качества жизни: ВОЗКЖ-26 и SF-36. ВОЗКЖ-26 является краткой версией опросника Всемирной организации здравоохранения, целью которого является оценка качества жизни человека. Изучение качества жизни с помощью опросника SF-36 является общепринятым в мире высокоинформативным, чувствительным и экономичным методом оценки состояния здоровья как населения в целом, так и отдельных социальных групп. Указанные методики, при упомянутых достоинствах, не предназначены для оценки качества жизни пожилых людей.

Проанализируем доступные в литературе зарубежные инструменты для оценки качества жизни в пожилом возрасте. Анкета качества жизни пожилых людей (Older People's Quality of Life Questionnaire – OPQOL-35) предназначена для оценки качества жизни пожилых людей в следующих сферах: здоровье, независимость, социальные отношения, условия жизни. Опросник состоит из 35 вопросов, в которых включены вопросы о психологическом состоянии, состоянии здоровья, социальных отношений, независимости, условий жизни в отношении комфорта, а также вопросы, касающиеся эмоционального состояния. Опросник сконструирован в Лондонском и Кингстонском университетах (A. Bowling, St George's, University of London & Kingston University) [5].

Опросник Контроль, автономия, самореализация и удовольствие (Control, Autonomy, Self-Realization and Pleasure, CASP-19) используется для измерения качества жизни по самооценке среди взрослых в возрасте 60 лет и старше. CASP-19 состоит из 4 субшкал, составляющих аббревиатуру инструмента: Контроль, Автономия, Самореализация и Удовольствие. Каждая подшкала содержит 4–5 вопросов, а всего оценивание содержит 19 пунктов. Для ответов используется шкала Лайкерта, включая «часто», «иногда», «не часто» и «никогда». Для целей оценки эти ответы соответствуют 0–3 баллам за вопрос. Более высокие баллы указывают на лучшее качество жизни. Анкета создана в США, в отделе профессиональной терапии, на факультете реабилитационной медицины в Вашингтонском университете, Сиэтл [6].

WHOQOL-OLD — инструмент для оценки субъективного качества жизни пожилых людей. Он основан на определении качества жизни ВОЗ. Опросник состоит из 26 пунктов, оценивающих сенсорные способности, степень вовлеченности в социальные взаимодействия, отношение к смерти, наличие близких социальных контактов, а также автономность. [7]

МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ

Опросник «Mannheimer intervar der lebensverhältnisse im alter» (MILVA) разработан профессором института исследований психического здоровья (г.Мангейм, Германия) д.м.н., Georg Adler в 1999 году, опубликован в 2000 году в издательстве «Zeitschrift für

Gerontologie + Geriatrie», в электронном виде доступен с 2012 года [8]. Выбор данной методики основан на том, что опросник является удобным в использовании, информативным инструментом, позволяющим количественно оценить параметры уровня качества жизни людей пожилого возраста. В отличие от других опросников MILVA измеряет объективные показатели качества жизни. Georg Adler совместно с другими исследователями разработали инструмент обследования, позволяющий стандартизировать оценку социального положения пожилых людей в условиях гериатрической практики. Опросник оценивает качество жизни пожилых людей по четырем факторам: «активность», «общение», «условия жизни» и «финансы». На каждую сферу авторами были выделены от четырех до десяти пунктов опросника, максимальный показатель по каждой сфере – 10 баллов. Опросник MILVA направлен на количественное описание социального положения пожилых людей и состоит из 25 вопросов, 5 вопросов для оценки уровня активности, 6 вопросов для оценки уровня общения, 10 вопросов для оценки условий жизни и 4 вопроса на оценку финансовой составляющей качества жизни.

Для анализа психометрических свойств русскоязычной версии опросника нами был использован критерий анализа надежности альфа Кронбаха.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Первый этап адаптации опросника описан в статье «Качество жизни пожилых людей: опыт адаптации опросника «Mannheimer Intervar der lebensverhältnisse im Alter» [9]. В соответствии с полученными на первоначальном этапе адаптации данными и вопросами от испытуемых, третьим этапом мы произвели корректировку формулировок некоторых вопросов, например, пункт наличия телефона мы переформулировали как «Есть ли у Вас современный мобильный телефон?».

На втором этапе адаптации мы провели тестирование на 69 людях в возрасте от 60 до 77 лет. Представим коэффициенты надежности альфа Кронбаха для каждой шкалы с описанием статистики отдельных пунктов. В следующей таблице представлен коэффициент альфа Кронбаха для шкалы активности

Таблица 1 – Коэффициенты альфа Кронбаха для показателей опросника MILVA по шкале активности

Статистика надежности	
Альфа Кронбаха	Н элементов
,501	5
Альфа Кронбаха при исключении пункта	
в1	,351
в2	,339
в3	,345
в4	,449
в5	,707

Как видно из статистики пунктов по отношению к суммарному баллу, вопрос №5 не оказывает значимого влияния на показатели качества жизни, и при исключении данного вопроса надежность шкалы повышается. Данный вопрос касается наличия домашнего животного, и возможно, что для пожилых людей в Казахстане наличие или отсутствие домашнего животного не является значимым фактором для общего уровня качества жизни. Таким образом, вопрос о домашнем животном был нами исключен из опросника.

Для шкалы общения мы получили приемлемый коэффициент надежности, что видно из таблицы №2:

Таблица 2 – Коэффициенты альфа Кронбаха для показателей опросника MILVA по шкале общения

Статистика надежности	
Альфа Кронбаха	Н элементов
,700	5
Альфа Кронбаха при исключении пункта	
в7	,647
в8	,656
в9	,635
в10	,615
в11	,698

Статистика пунктов по отношению к суммарному баллу говорит о том, что все вопросы данного пункта имеют значение. После изменения формулировок мы получили приемлемый коэффициент альфа. Возможно, это связано с тем, что в новых формулировках мы сделали акцент на общение с родственниками и соседями, ведь такого рода общение является немаловажным культурным аспектом населения Казахстана. Также мы упростили некоторые формулировки, например, вопрос №11 звучит в новой формулировке следующим образом: «Как часто Вы общаетесь с родственниками, соседями и другими знакомыми?» (предыдущая формулировка: «Как часто вы выходите из дома чтобы что-то предпринять с другими людьми (например, с родственниками, соседями, знакомыми)?»). Вопрос № 6 не имеет числовой интерпретации ответа, так как является открытым. Таким образом, из 6-ти вопросов шкалы в расчете коэффициента надежности были учтены вопросы №7-11.

При анализе надежности шкалы условий жизни нами было обнаружено, что многие вопросы не подходят для оценки качества жизни у казахстанской выборки пожилых людей. Вопросы 12, 16, 17, 20, 21 нами были исключены из опросника, так как они не были согласованы с общими показателями по шкале условий жизни, а также вызывали непонимание у людей. В таблице №3 приведены показатели расчета коэффициента надежности альфа для шкалы условий жизни.

Таблица 3 – Коэффициенты альфа Кронбаха для показателей опросника MILVA по шкале условий жизни при исключении пунктов 12, 16, 17, 20, 21

Статистика надежности	
Альфа Кронбаха	Н элементов
,773	5
Альфа Кронбаха при исключении пункта	
в13	,724
в14	,686
в15	,671
в18	,821
в19	,748

Вопросы № 12, 16, 17, 20, 21 соответственно:

- Где находится Ваша квартира/дом?
- Удобства в квартире/доме для пожилых (например, специально оборудованная ванная комната, специальные перила, ручник в туалетной комнате)
- В квартиру можно попасть самостоятельно на инвалидной коляске?
- Как долго Вы проживаете в этой квартире/доме?
- Как вы оцениваете уровень преступности вблизи от Вашей квартиры/дома?

Таблица 4 – Коэффициенты альфа Кронбаха для показателей опросника MILVA по шкале финансов

Статистика надежности	
Альфа Кронбаха	N элементов
,723	4
Альфа Кронбаха при исключении пункта	
в22	,620
в23	,587
в24	,600
в25	,776

Анализ надежности всего опросника при исключении непоказательных пунктов. При исключении вопросов №5, 12, 16, 17, 20, 21 мы получили коэффициент альфа Кронбаха для всего опросника, равный ,719:

Таблица 5 – показатель коэффициента альфа Кронбаха для опросника MILVA

Статистика надежности	
Альфа Кронбаха	N элементов
,719	18

Таким образом, мы получили опросник, состоящий из 19 вопросов, оценивающий качество жизни пожилых людей по показателям активности, общения, условий жизни и финансов. Максимальный показатель – 33 балла.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проведение работы по адаптации опросника для оценки качества жизни в пожилом возрасте МОКЖ-гер на русскоязычной выборке казахстанцев является важной частью работы по улучшению качества жизни и поддержания активного долголетия пожилых людей в Казахстане.

Адаптированный на русском опросник МОКЖ-гер представляет собой шкалу, состоящую из 19-ти вопросов, в которой 4 вопроса на оценку уровня активности, 5 вопросов для оценки показателей по общению, 5 вопросов для оценки условий жизни и 4 вопроса для оценки финансовой составляющей качества жизни у пожилых людей. При интерпретации результатов стоит обращать внимание не только на общий количественный показатель, но и на ответы на отдельные вопросы.

Опросник может быть использован психологами, социальными работниками и другим персоналом в работе с пожилыми людьми для выявления сложностей и потребностей пожилого человека.

Список использованной литературы

1. Adler, Georg & Tremmel, S. & Brassen, Stefanie & Scheib, A.. (2012). Soziale Situation und Lebenszufriedenheit im Alter. Zeitschrift für Gerontologie + Geriatrie. – 33. – 210-216 с.
2. Bowling, A. The psychometric properties of the Older People's Quality of Life Questionnaire, compared with the CASP-19 and the WHOQOL-OLD. Current Gerontology and Geriatrics Research. – 2009. – 1-12с.
3. Černovas, A., Alekna, V., Tamulaitiene, M., & Stukas, R. Reliability and validity of the Lithuanian version of CASP-19: A quality of life questionnaire for the elderly. Medicina (Kaunas), – 2018. – 54(6). – 103

4. Касымжанова А.А., Аскарова. Р.К.. Старение в культуре казахского народа: психологический анализ факторов геротрансцендентности. - Вестник КазНУ, Серия Психологии и социологии, – 2021. – №3 . – (78).
5. Министерство труда и социальной защиты населения Республики Казахстан. Статья «МТСЗН утвердило план мероприятий по повышению качества жизни пожилых людей». 24 февраля 2021. Электронный ресурс «<https://www.gov.kz/memleket/entities/enbek/press/news/details/165181?lang=ru>
6. Низамудин М.А., Гарбер А.И., Скляр С.В. «Качество жизни пожилых людей: опыт адаптации опросника «Mannheimer Intervar der lebensverhältnisse im Alter» материалы международной научно-практической конференции «Наука и система образования Казахстана: пути и перспективы развития», посвященной 114-летию со дня рождения академика Т. Т. Тажибаева, в рамках 90-летия Казахского национального университета имени аль-Фараби. – 2024г. – 105-111 с..
7. Организация объединенных наций. Статья «Активное долголетие: ЮНФПА помогает Казахстану использовать потенциал растущего числа пожилых людей» <https://news.un.org/ru/story/2023/10/1445362>
8. Power M, Quinn K, Schmidt S: Development of the WHOQOL-Old Module. Qual Life Res. – 2005. 14:2197–2214с.
9. ЮНФПА. «Анализ положения в области народонаселения в Республике Казахстан». Отчет разработан при технической поддержке Фонда ООН в области народонаселения (ЮНФПА) в Казахстане. –2019.

Referens

1. Adler, Georg & Tremmel, S. & Brassen, Stefanie & Scheib, A.. (2012). Soziale Situation und Lebenszufriedenheit im Alter. Zeitschrift für Gerontologie + Geriatrie. – 33. – 210-216с. 10.1007/s003910070062
2. Bowling, A. The psychometric properties of the Older People's Quality of Life Questionnaire, compared with the CASP-19 and the WHOQOL-OLD. Current Gerontology and Geriatrics Research. – 2009. – 1-12с.
3. Černovas, A., Alekna, V., Tamulaitiene, M., & Stukas, R. Reliability and validity of the Lithuanian version of CASP-19: A quality of life questionnaire for the elderly. Medicina (Kaunas), – 2018. – 54(6). – 103
4. Kasymzhanova A.A, Askarova. R.K.. Starenie v kul'ture kazakhskogo naroda: psikhologicheskij analiz faktorov gerotranscendentnosti. - Vestnik KaZNU, Seriya Psikhologii i sociologii, – 2021. – №3
5. Ministerstvo truda i social'noj zashchity naseleniya Respubliki Kazakhstan. Stat'ya «MTSZN utverdilo plan meropriyatij po povysheniyu kachestva zhizni pozhilykh lyudeJ». 24 fevralya 2021. Ehlektronnyj resurs «<https://www.gov.kz/memleket/entities/enbek/press/news/details/165181?lang=ru>
6. Nizamudin M.A., Garber A.I., Sklyar S.V. «Kachestvo zhizni pozhilykh lyudej: opyt adaptacii oprosnika «Mannheimer Intervar der lebensverhältnisse im Alter» materialy mezhdunarodnoj nauchno-prakticheskoy konferencii «NAUKA I SISTEMA OBRAZOVANIYA KAZAKHSTANA: PUTI I PERSPEKTIVY RAZVITIYA», posvyashchennoj 114-letiyu so dnya rozhdeniya akademika T. T. Tazhibaeava, v ramkakh 90-letiya Kazakhskogo nacional'nogo universiteta imeni al'-Farabi. – 2024g. – 105-111 s..
7. Organizaciya ob"edinennykh nacij. Stat'ya «Aktivnoe dolgoletie: YUNFPA pomogaet Kazakhstanu ispol'zovat' potencial rastushchego chisla pozhilykh lyudeJ»
8. YUNFPA. «Analiz polozheniya v oblasti narodonaseleniya v Respublike KazakhstaN». Otchet razrabotan pri tekhnicheskoy podderzhke Fonda OON v oblasti narodonaseleniya (YUNFPA) v Kazakhstane. –2019.
9. Power M, Quinn K, Schmidt S: Development of the WHOQOL-Old Module. Qual Life Res. – 2005. 14:2197–2214с.