BIRJAND UNIVERSITY OF MEDICAL SCIENCES
Journal of Translational Medical Research
https://journal.bums.ac.ir

Letter to Editor

The role of the family in elderly care: The hidden burden on women

Amir Mohammad Dorosti [1], **Amin Soheili** [2], **Mobina Ebrahimi** [3], **Mir Amirhossein Seyednazari** [4]*

[1] Department of Medical-Surgical Nursing, Student Research Committee, Khoy University of Medical Sciences, Khoy, Iran
[2] Department of Nursing, Student Research Committee, Khoy University of Medical Sciences, Khoy, Iran
[3] Department of Geriatric Nursing, Student Research Committee, Khoy University of Medical Sciences, Khoy, Iran
[4] Department of Medical-Surgical Nursing, Khoy University of Medical Sciences, Khoy, Iran

***Corresponding author:** Mir Amirhossein Seyednazari
Tel: +98 9335219407 E-mail: amirhosseinseyednazari@gmail.com

ABSTRACT

The rapid global population ageing trend has posed substantial challenges to healthcare systems, particularly in the field of elderly care. A considerable proportion of this care is provided informally by family caregivers, to the extent that families constitute the primary pillar of elder care. Despite the vital role played by family caregivers, evidences indicate that long-term caregiving can result in a significant caregiving burden, leading to adverse physical, psychological, and social consequences for caregivers. In this context, gender has emerged as one of the most important determinants of caregiving burden, with female caregivers experiencing greater vulnerability due to cultural expectations and structural inequalities. Neglecting the needs of this group not only jeopardizes caregivers' health but may also adversely affect the quality of care provided to older adults and the overall sustainability of healthcare systems. This article emphasizes the necessity for policymakers to pay greater attention to family caregivers-particularly women- and practical suggestions, including the formal identification of caregivers, educational and supportive empowerment, improved access to caregiving services, and policy revisions guided by a gender equity approach. Adoption of these strategies may represent an effective step toward enhancing caregivers' health, improving the quality of elder care, and reducing preventable healthcare system costs.

Keywords: Caregiver Burden, Caregivers' Mental Health, Family Caregivers, Population Aging, Women

Citation: Dorosti AM, Soheili A, Ebrahimi M, Seyednazari MA. [Hidden Burdens: Gendered Informal Elder Care and Its Implications for Social Policy and Health Systems]. Journal of Translational Medical Research (J Transl Med Res). 2026; 33(2): 167-170. [Persian]

DOI http://doi.org/10.66224/JBUMS.33.2.167

OPEN ACCESS Crossref

Received: February 09, 2026 **Revised:** February 24, 2026 **Accepted:** March 14, 2026

Copyright © 2026, Journal of Translational Medical Research. This open-access article is available under the Creative Commons Attribution-Non Commercial 4.0 (CC BY-NC 4.0) International License (https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/), which allows for the copying and redistribution of the material only for noncommercial purposes, provided that the original work is properly cited.

[DOI: 10.66224/JBUMS.33.2.167]

نامه به سردبیر

نقش خانواده در مراقبت از سالمندان: بار پنهان بر دوش زنان

امیرمحمد درستی[۱]، امین سهیلی[۲]، مبینا ابراهیمی[۳]، میرامیرحسین سیدنظری[۴]*

چکیده

روند فزاینده سالمندی جمعیت در جهان، نظام‌های سلامت را با چالش‌های گسترده‌ای در حوزه مراقبت از سالمندان مواجه کرده است. بخش قابل توجهی از این مراقبت‌ها به‌صورت غیررسمی و توسط مراقبان خانوادگی انجام می‌شود؛ به‌گونه‌ای که خانواده‌ها ستون اصلی مراقبت از سالمندان محسوب می‌شوند. با وجود نقش حیاتی این مراقبان، شواهد نشان می‌دهد مراقبت طولانی‌مدت می‌تواند منجر به بار مراقبتی قابل‌توجهی شده و پیامدهای منفی جسمی، روانی و اجتماعی برای مراقبان به همراه داشته باشد. در این میان، جنسیت به‌عنوان یکی از مهم‌ترین عوامل تعیین‌کننده شدت بار مراقبتی مطرح است و مراقبان زن به‌دلیل انتظارات فرهنگی و نابرابری‌های ساختاری، آسیب‌پذیری بیشتری را تجربه می‌کنند. نادیده‌گرفتن نیازهای این گروه، نه‌تنها سلامت آنان را تهدید می‌کند، بلکه می‌تواند کیفیت مراقبت از سالمندان و پایداری نظام سلامت را نیز تحت تأثیر قرار دهد. این مقاله با تأکید بر ضرورت توجه سیاست‌گذاران به مراقبان خانوادگی، به‌ویژه زنان، پیشنهادهایی کاربردی از جمله شناسایی رسمی مراقبان، توانمندسازی آموزشی و حمایتی، تسهیل دسترسی به خدمات مراقبتی و بازنگری سیاست‌ها با رویکرد عدالت جنسیتی ارائه می‌دهد. اتخاذ این رویکردها می‌تواند گامی مؤثر در ارتقای سلامت مراقبان، بهبود کیفیت مراقبت از سالمندان و کاهش هزینه‌های قابل پیشگیری نظام سلامت باشد.

واژه‌های کلیدی: فرسودگی مراقب، سلامت روان مراقبین، مراقبان خانوادگی، سالمندی جمعیت، زنان

مجله "تحقیقات پزشکی ترجمانی". ۱۴۰۵؛ ۳۳ (۲): ۱۷۰-۱۶۷.

دریافت: ۱۴۰۴/۱۱/۲۰ **ویرایش:** ۱۴۰۴/۱۲/۰۵ **پذیرش:** ۱۴۰۴/۱۲/۲۳

[۱] گروه پرستاری داخلی جراحی، کمیته تحقیقات دانشجویی، دانشکده علوم پزشکی خوی، خوی، ایران

[۲] گروه پرستاری، کمیته تحقیقات دانشجویی، دانشکده علوم پزشکی خوی، خوی، ایران

[۳] گروه پرستاری سالمندی، کمیته تحقیقات دانشجویی، دانشکده علوم پزشکی خوی، خوی، ایران

[۴] گروه پرستاری داخلی جراحی، دانشکده علوم پزشکی خوی، خوی، ایران

***نویسنده مسئول: میرامیرحسین سیدنظری**

آدرس: استان آذربایجان غربی- خوی- دانشکده علوم پزشکی خوی- دانشکده علوم پزشکی خوی

تلفن: ۰۹۳۳۵۲۱۹۴۰۷ پست الکترونیکی: amirhosseinseyednazari@gmail.com

[DOI: 10.66224/JBUMS.33.2.167]

سردبیر محترم

روند سالمندی در جهان به صورت صعودی می‌باشد و با افزایش تعداد سالمندان، بیماری‌ها و همچنین وابستگی آنان به مراقبت رو به افزایش است. افزایش جمعیت سالمندان، به معنای افزایش هزینه‌های پزشکی، درمانی و مراقبتی است که ضرورت تأمین منابع حمایتی و توسعه زیرساخت‌های مراقبتی برای سالمندان را ایجاب می‌کند (۱). در حال حاضر، مراقبان خانوادگی سهم بسزایی در این حوزه دارند؛ به‌طوری که آمارها نشان می‌دهند ۸۰ درصد از سالمندان در کل جهان از طرف یکی از اعضای خانواده مراقبت می‌شوند (۱).

اگرچه مراقبت غیررسمی که به عنوان آن دسته از مراقبت‌ها و حمایت‌های بدون دستمزد، که غالباً توسط افراد غیرحرفه‌ای نظیر اعضای خانواده، دوستان، خویشاوندان یا همسایگان به افراد سالمند، مبتلا به بیماری‌های مزمن و یا دارای ناتوانی ارائه می‌گرد تعریف می شود (۱, ۲). ممکن است با احساس رضایت همراه باشد، اما پژوهش‌ها حاکی از تأثیرات منفی آن بر کیفیت زندگی و بهزیستی مراقبان است (۲). استرس‌های روانی، جسمی و اجتماعی ناشی از مراقبت طولانی‌مدت، منجر به «بار مراقبتی» می‌شود که پیامدهایی همچون فرسودگی، اضطراب و افسردگی را در پی دارد (۳). این فشارها نه تنها سلامت مراقب را به خطر می‌اندازد، بلکه می‌تواند منجر به مراقبت ناکافی از بیمار، رها کردن وی و یا بستری‌های زودهنگام و پرهزینه در مراکز درمانی شود(۴, ۵)

مطالعات نشان می‌دهد جنسیت مراقب یکی از قوی‌ترین عوامل پیش‌بینی‌کننده در میزان بار مراقبتی است .با وجود افزایش مشارکت مردان در سال‌های اخیر، زنان همچنان به دلیل کلیشه‌های جنسیتی و انتظارات فرهنگی، بزرگترین سهم را در مراقبت بر عهده دارند (۳). این نگاه جنسیتی موجب پنهان ماندن بار واقعی مراقبت و نادیده گرفته شدن نیازهای ویژه مراقبان زن شده است، درحالی‌که سلامت جسمی و روانی آنان در مقایسه با مردان به‌طور معناداری پایین‌تر گزارش می‌شود (۲). در مجموع، روند رو به افزایش سالمندی جمعیت و گسترش مراقبت‌های غیررسمی، مراقبت از سالمندان را به یکی از چالش‌های اساسی نظام سلامت تبدیل کرده است. بار مراقبتی ناشی از مراقبت طولانی‌مدت، به‌ویژه زمانی که بدون حمایت ساختاری و آموزشی انجام می‌شود، می‌تواند سلامت جسمی، روانی و اجتماعی مراقبین خانوادگی را به‌طور جدی تحت تأثیر قرار دهد و کیفیت مراقبت از سالمندان را نیز کاهش دهد.

پیشنهادهای کاربردی برای سیاست‌گذاران نظام سلامت:

با توجه به چالش‌های ذکر شده، ضرورت دارد نظام سلامت با رویکردی جامع و حساس به جنسیت، اقدامات زیر را در اولویت قرار دهد:

۱- شناسایی و ثبت رسمی: تدوین سازوکارهایی برای شناسایی رسمی مراقبان خانوادگی به عنوان بخشی از فرآیند مراقبت جهت ارائه حمایت‌های سازمان‌یافته.

۲- توانمندسازی آموزشی و حمایتی: طراحی برنامه‌های آموزشی متناسب با نیاز مراقبان و ارائه حمایت‌های روانی-اجتماعی مستمر برای کاهش فرسودگی آنان.

۳- تسهیل دسترسی به خدمات: بهبود دسترسی به خدمات مراقبتی رسمی و نیمه‌رسمی (مانند مراقبت‌های دوره‌ای جایگزین) برای کاهش بار فیزیکی و روانی بر دوش خانواده‌ها.

۴- عدالت در سلامت: بازنگری در سیاست‌های حمایتی با تمرکز بر نیازهای خاص مراقبان زن به عنوان گروهی آسیب‌پذیرتر، جهت ارتقای عدالت اجتماعی و پایداری نظام سلامت در بلندمدت.

توجه به این رویکردها نه‌تنها موجب بهبود سلامت و کیفیت زندگی مراقبین خانوادگی می‌شود، بلکه در بلندمدت می‌تواند از پیامدهایی نظیر مراقبت ناکافی، بستری‌های قابل پیشگیری و تحمیل هزینه‌های مضاعف به نظام سلامت جلوگیری کند و زمینه‌ساز بهبود کیفیت مراقبت از سالمندان شود.

۵- سالمندی سالم: که در سال‌های اخیر مورد توجه ویژه سیاست‌گذاران بهداشت جهانی قرار گرفته، امری ضروری است، چرا که هرچه سالمند از سلامت و استقلال بیشتری برخوردار باشد، بار مراقبتی و فشارهای جسمی و روانی وارد بر مراقبین به شکل قابل‌توجهی کاهش می‌یابد. بنابراین، ارتقای مؤلفه‌های سالم پیر شدن می‌تواند به عنوان یک راهبرد غیرمستقیم اما مؤثر در بهبود کیفیت زندگی مراقبین نیز عمل کند.

[DOI: 10.66224/JBUMS.33.2.167]

نتیجه‌گیری

با توجه به روند رو به رشد جمعیت سالمند، مراقبت غیررسمی از سالمندان به یک چالش جدی تبدیل شده است که بار اصلی آن به شکل نامتناسبی بر دوش زنان خانواده قرار دارد. این «بار پنهان» نه تنها سلامت جسمی و روانی زنان را به خطر می‌اندازد، بلکه پیامدهای اقتصادی و اجتماعی گسترده‌ای برای آنان به همراه دارد. برای مقابله با این چالش، نیازمند تغییر نگرش‌های فرهنگی و همچنین مداخلات ساختاری از سوی سیاست‌گذاران و نظام سلامت هستیم. حمایت همه‌جانبه از مراقبین، توزیع عادلانه مسئولیت‌های مراقبتی میان اعضای خانواده و ترویج رویکرد «سالمندی سالم»، گام‌هایی ضروری برای تضمین رفاه سالمندان و همزمان حفظ سلامت و حقوق زنان در جامعه است.

تقدیر و تشکّر

نویسندگان از دانشکده علوم پزشکی خوی کمال تشکر را دارند.

ملاحظات اخلاقی

پیروی از اصول اخلاق پژوهش

کلیه شیوه‌های انجام شده در مطالعه در مورد شرکت کنندگان انسانی مطابق با معیارهای کمیته اخلاق است.

حمایت مالی

این تحقیق هیچ حمایت مالی از سازمان‌های دولتی دریافت نکرده است.

مشارکت نویسندگان

تمامی نویسندگان در طراحی این مقاله، ارائه مطالب علمی، تهیه نسخه خطی و تجدیدنظر نسخه نهایی به‌صورت مساوی مشارکت داشته‌اند.

تضاد منافع

نویسندگان مقاله اعلام می‌دارند که هیچ گونه تضاد منافعی در پژوهش حاضر وجود ندارد.

منابع

1. Sabaghchi M, Askari-Nodoushan A, Ruhani A. Elderly Care at the Crossroads of Therapy and Family Support: A Qualitative Inquiry in Yazd City. Journal of Applied Sociology. 2024;35(2):101-30. [Persian] DOI: 10.22108/jas.2024.141094.2491
2. Zygouri I, Cowdell F, Ploumis A, Gouva M, Mantzoukas S. Gendered experiences of providing informal care for older people: a systematic review and thematic synthesis. BMC Health Services Research. 2021;21(1):730. DOI: 10.1186/s12913-021-06736-2.
3. Jafari M, Alipour F, Raheb G, Mardani M. Perceived Stress and Burden of Care in Elderly Caregivers: The Moderating Role of Resilience. Salmand: Iranian Journal of Ageing. 2022;17(1):62-75. [Persian] DOI: 10.32598/sija.2021.2575.2
4. Salehi M, Ahmadzad asl M, Seddigh R, Rashedi V, Almasi Dooghaee M, Kamalzadeh L, et al. The Relationship Between Spiritual Well-Being and Care Burden in Unofficial Caregivers of Elderly Patients With Dementia. Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology. 2020;26(1):64-75. [Persian] DOI: 10.32598/IJPCP.26.1.2658.1
5. Ardalan H, Motalebi SA, Shahrokhi A, Mohammadi F. Effect of Education and Telephone Follow-Up on Care Burden of Caregivers of Older Patients with Stroke. Salmand. 2022;17:290-303. [Persian] DOI: 10.32598/SIJA.2022.2183.3

[DOI: 10.66224/JBUMS.33.2.167]