NUS National University of Singapore

Source: *Tamil Murasu,* Front Page
Date: 11 June 2023

பராமரிப்பு நடவடிக்கைகளைப் பாதிக்கக்கூடும் என்கிறது புதிய ஆய்வு

மூத்தோரை பராமரிப்போருக்கு உடல்நலப் பிரச்சினைகள்

மூத்தோரைக் கவனித்துக் கொள்ளும் பராமரிப்பாளர்களில் குறிப்பிட்ட ஒருசிலர் உடலளவில் பாதிப்பை எதிர்நோக்குவதாக ஆய்வு ஒன்று தெரிவிக்கிறது.

சுகாதாரப் பிரச்சினை ஏற்பட்டால், பலவீனமான முதியோரை படுக்கையில் இருந்து சக்கரநாற்காலிக்கு மாற்றுவது போன்ற பணிகளில் ஈடுபடுவது அவர்களுக்கு சிரமத்தைக் கொடுக்கலாம் என்றும் டியூக்–என்யுஎஸ் மருத்துவ நிலையத்தில் நடத்தப்பட்ட ஆய்வு குறிப்பிடுகிறது.

பராமரிப்பில் ஈடுபடும் அதே சமயம் தங்களது சுகாதாரப் பிரச்சினைகளிலும் கவனம் செலுத்தக்கூடிய சவாலான நிலைக்கும் மனஉளைச்சலுக்கும் அவர்கள் தள்ளப்படலாம் என்று ஆய்வின் முதன்மை அதிகாரியான துணைப் பேராசிரியர் ராகுல் மல்ஹோத்ரா தெரிவித்துள்ளார்.

முதுமை ஆராய்ச்சி மற்றும் கல்வி நிலையத்தின் தலைமை ஆராய்ச்சியாளரான அவர், 75 வயதினர் மற்றும் அதற்கு மேற்பட்ட வயதினரைப் பராமரிப்போர் தொடர்பான புதிய ஆய்வை முன்னின்று நடத்தினார்.

கொவிட்–19 கொள்ளை நோய் தொடங்கி ஈராண்டு கழிந்த பின்னர் நீக்குப்போக்கான வேலை ஏற்பாட்டை அனுபவிக்கும் பராமரிப்பாளர்களின் விகிதத்தில் மிகச் சிறிய ஏற்றமே இருந்ததாக அவர் கூறினார்.

மேலும் அவர் தெரிவிக்கையில், "உலக அளவிலும் சிங்கப்பூரிலும் மூத்தோர் மக்கள்தொகை வேகமாக அதிகரிப்பதில் 75 வயதினரும் அதற்கு மேற்பட்ட வயதினருமே முக்கியப் பங்கு வகிக்கின்றனர்.

"இதுபோன்ற மூத்த வயதினர் தங்களது அன்றாட வாழ்க்கை நடைமுறையில் குறைந்தபட்சம் ஒரு நடவடிக்கைக்காவது உதவியை நாடுகின்றனர்.

"குளிப்பது, உடை மாற்றுவது போன்ற நடவடிக்கைகளை அதற்கு உதாரணமாகச் சொல்லலாம்," என்று டாக்டர் மல்ஹோத்ரா கூறினார்.

மூத்த வயதினரைப் பராமரிப்போரின் நிலையை அறிய 'TraCE' என்னும் பெயரிலான ஆய்வு நடத்தப்பட்டது. மூத்த சிங்கப்பூர்களின் குடும்பப் பராமரிப்பாளர்களிடையே பராமரிப்பு உருமாற்றம் என்னும் பொருளில் அந்த ஆய்வு மேற்கொள்ளப்பட்டது. குடும்ப உறுப்பினரைக் கவனித்துக்கொள்ளும் 278 பேரிடம் நடத்தப்பட்ட ஆய்வின் முடிவுகள் கடந்த மார்ச் மாதம் முதுமை ஆராய்ச்சி மற்றும் கல்வி நிலையத்தின் இணையத்தளத்தில் வெளியிடப்பட்டது.

ஆய்வு முடிவைக் குறிப்பிட்டுப் பேசிய டாக்டர் மல்ஹோத்ரா, "இதர ஆய்வுகளைப் போல் இல்லாமல், பராமரிப்பாளர்களின் நீண்டகாலப் பிரச்சினைகளை ஆராய்ந்தது இந்த ஆய்வு. ஆய்வில் கலந்துகொண்டோரின் சுகாதார நிலையும் பராமரிப்புப் பொறுப்புகளும் காலப்போக்கில் எவ்வாறு மாற்றம் கண்டுள்ளன என்பதில் கவனம் செலுத்தப்பட்டது," என்றார்.

மூத்தோரைப் பராமரிப்போரின் உடல்நிலையும் பொறுப்புகளும் காலப்போக்கில் கண்டுள்ள மாற்றத்தில் கவனம் செலுத்தியது ஆய்வு. **படம்: ஸ்ட்ரெய்ட்ஸ் டைம்ஸ்**

Source: Tamil Murasu © SPH Media Limited. Permission required for reproduction.