NUS
National University of Singapore

**Source:** *Tamil Murasu*, p2
**Date:** 14 July 2023

# மேலும் ஆரோக்கியமான எஸ்ஜி திட்டம் பிரத்தியேகத் திட்டமாக மாறும்: சுகாதார அமைச்சர்

மேலும் ஆரோக்கியமான எஸ்ஜி (ஹெல்த்தியர் எஸ்ஜி) என்ற நோய் வருமுன் காக்கும் செயல் திட்டம் மூலம் அதில் கலந்துகொள்வோர் அவரவரின் தனியார் மருத்துவர்கள் மூலம் கிடைக்கக்கூடிய சுகாதாரத் திட்டங்களைப் பெற இருக்கிறார்கள்.

மக்கள் தங்கள் செயலியைப் பயன்படுத்தி தங்கள் உடல்நலனைத் தெரிந்துகொள்வார்கள். உடல்நலமிக்க வழிகளைப் பின்பற்றி நோய்களைத் தவிர்த்துக் கொள்வார்கள்.

இதன்வழி அந்தத் திட்டங்கள் அவரவருக்கே வடிவமைக்கப்பட்ட தனிப்பட்டவையாக ஆகும் என்று சுகாதார அமைச்சர் ஓங் யி காங் தெரிவித்து இருக்கிறார்.

சிங்கப்பூரில் பொதுமக்களின் சுகாதாரம் எந்த அளவுக்குத் துல்லியமாகப் பேணி பாதுகாக்கப்படுகிறது என்பதைப் பற்றி அமைச்சர் விளக்கினார்.

சிங்கப்பூரின் வருமுன் காக்கும் உத்தியின்கீழ் கிடைக்கக்கூடிய அவரவருக்கே உரிய சொந்த சுகாதாரத் திட்டங்கள் தொடக்கத்தில் மிகவும் பொதுப்படையானவையாக இருக்கக்கூடிய வாய்ப்புகள் உண்டு. இருந்தாலும் காலவோட்டத்தில் அவை ஒவ்வொருவருக்கும் உரிய தனிப்பட்டவையாக மாறும் என்று திரு ஓங் கூறினார்.

குடிமக்கள் 'ஹெல்தி 365' அல்லது 'லூமிஹெல்த்' போன்ற செயலிகளைப் பயன்படுத்தி தங்களுடைய உடல்நலனையும் சுகாதார இலக்குகளையும் கண்காணித்து வருவார்கள். உடல்நலமிக்க வழிகளைப் பின்பற்றத் தொடங்குவார்கள்.

இதன்வழி அந்தத் திட்டங்கள் காலப்போக்கில் பிரத்தியேகத் திட்டங்களாகும் என்று அமைச்சர் விளக்கினார்.

ஒருவர் மருத்துவரை மீண்டும் பார்க்கையில், அந்த மருத்துவர் தம்மைப் பார்க்க வந்தவரின் சுகாதாரச் செயலி கூறுவதைக் கவனிப்பார்.

அதற்கேற்ப அவர் அந்த நோயாளிக்கே உரிய பிரத்தியேகச் சுகாதாரத் திட்டங்களை வகுத்துக் கொடுப்பார்.

ஆகையால், அந்த நடைமுறை கலந்துறவாடும் ஒன்றாக இருக்கும் என்றார் அமைச்சர்.

ஆசிய துல்லிய பொதுச் சுகாதார மாநாட்டைத் தொடங்கி வைத்து வியாழக்கிழமை திரு ஓங் உரையாற்றினார். அந்த மாநாடு சுகாதாரப் பராமரிப்பு புத்தாக்க நிலையத்தில் நடக்கிறது.

சிங்கப்பூர் தேசிய பல்கலைக்கழகத்தின் சோ சுவீ ஹோக் பொதுச் சுகாதாரப் பள்ளியும் ஆசிய துல்லியப் பொதுச் சுகாதாரச் சங்கமும் ஏற்பாடு செய்த இரண்டு நாள் மாநாடு வெள்ளிக்கிழமையுடன் முடிவடைகிறது.

ஆசியானையும் அதற்கு அப்பால் உள்ள நாடுகளையும் சேர்ந்த 500க்கும் மேற்பட்ட பிரதிநிதிகள் மாநாட்டில் கலந்துகொள்கிறார்கள்.

கொள்கைகளை உருவாக்கும் அதிகாரிகள், சுகாதாரத் துறை தலைவர்கள், தொழில்துறை வல்லுநர்கள், மருந்தக ஆய்வாளர்கள், கல்வித் துறையினர் என பலரும் அவர்களில் அடங்குவர்.

துல்லியப் பொதுச் சுகாதாரம் என்பது புதிதாக தலையெடுத்து வரும் ஒரு துறையாகும்.

கணினித் தகவல்களையும் பகுப்பாய்வுகளையும் இதர தொழில்நுட்பங்களையும், மக்கள் தொகை அடிப்படையில் பயன்படுத்தி, மக்களிடையே நோய்களைத் தடுக்கும் வழிகளைக் கண்டறிந்து, அவர்களின் சுகாதாரத்தை மேம்படுத்தி, சுகாதார ஏற்றத்தாழ்வுகளைக் குறைப்பது துல்லியப் பொதுச் சுகாதார முறையின் நோக்கமாகும்.

துல்லிய மருந்துத் துறை என்பது தலையெடுக்கும் மற்றொரு துறையாகும். இது ஒவ்வொருவரின் தனிப்பட்ட மருந்தக அணுகுமுறையில் ஒருமித்த கவனத்தைச் செலுத்துகிறது.

திரு ஓங், 2022 டிசம்பரில் எஸ்ஜி100கே என்ற ஆய்வுத் திட்டத்தைத் தொடங்கி வைத்தார். அந்தத் திட்டத்தின்படி, மூன்றாண்டு காலத்தில் பல்வேறு பின்னணிகளையும் இனங்களையும் சேர்ந்த 100,000 சிங்கப்பூரர்களின் மரபணுக்கள் முழுமையாகப் பகுப்பாய்வு செய்யப்படும்.

அந்த ஆய்வு மூலம் தெரியவருபவை, நோய்களைச் சிறந்த முறையில் முன்னதாகவே கணிப்பதற்கு வழிவகுக்கும்.

அதோடு மட்டுமன்றி, நெடுநாள் நோய்கள் ஏற்படாமல் தவிர்த்துக்கொள்ளவும் அது உதவும்.

இவற்றோடு, செம்மையான சுகாதாரப் பராமரிப்புக்கான அம்சங்களும் அதன்மூலம் உருவாகும் என்று அமைச்சர் குறிப்பிட்டார்.

மேலும் ஆரோக்கியமான எஸ்ஜி திட்டம், சுகாதாரப் பராமரிப்பில் இடம்பெறக்கூடிய புத்தாக்கங்களைச் சக்தி வாய்ந்த முறையில் கைக்கொள்ளக்கூடிய ஒன்றாக செயல்பட முடியும் என்றார் அவர்.

மேலும் ஆரோக்கியமான எஸ்ஜி திட்டத்தில் சனிக்கிழமை நிலவரப்படி ஏறக்குறைய 67,000 பேர் சேர்ந்துகொண்டு இருக்கிறார்கள்.

அந்தத் திட்டம் 60 வயதும் அதற்கும் மேற்பட்ட வயதுள்ளோருக்காக கடந்த ஜூலை 5ஆம் தேதி முறைப்படி தொடங்கப்பட்டது.

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