

## முதுமையடையும் மக்களின் ஆரோக்கியம் மீதான கலந்துரையாடலை ஊக்குவித்தல்



மே 5ஆம் தேதியன்று, ஆரோக்கியம் மீதான தனது முதல் வட்டமேசைக் கலந்துரையாடலை CREA நடத்தியது. வேகமாக முதுமையடைந்து வரும் சிங்கப்பூர் மக்கள் எதிர்கொள்ளும் சிக்கல்களைத் தீர்த்து வைப்பதற்கான எங்களின் ஆராய்ச்சிக் கேள்விகளை நாங்கள் விரிவுபடுத்துவதற்கு CREA ஒரு தளத்தை அமைத்துத் தந்தது.

சுகாதாரப் பராமரிப்பு வழங்குநர்கள், இலாப நோக்கற்ற அமைப்புகள், அரசாங்க முகமைகள் ஆகியவற்றை SMU கூட்டம் ஒன்றிணைத்தது. SLP-க்கான உங்களின் உறுதியேற்புக்கும் மாதாந்தரப் பங்கேற்புக்கும் மிக்க நன்றி. எங்களுடைய ஆராய்ச்சியாளர்கள் எங்களின் புதிய கண்டுபிடிப்புகளில் சிலவற்றை இதில் பகிர்ந்துகொண்டனர். ஆரோக்கியத்தின் மீது முதுமையடைதல் கொண்டிருக்கும் தாக்கத்தையும், அது எவ்வாறு ஒருவரது நிதி நிலைமைகள், வேலைவாய்ப்பு, தற்சார்பான நலவாழ்வு ஆகியவற்றைப் பாதிக்கிறது என்பதையும் இது உள்ளடக்குகிறது.

இதில் கலந்துகொண்ட 40 பங்கேற்பாளர்கள், தரவுப் பகுப்பாய்வின் அடிப்படையில் தகவல் அளிக்கின்ற மற்றும் உயிரோட்டமான கலந்துரையாடலில் ஈடுபட்டனர். ஆரோக்கியம் மற்றும் முதுமையடைதல் குறித்து ஆய்வு செய்கின்ற நமது குழு உறுப்பினர்களின் பல்வேறு கருத்துக்களைச் சேகரிப்பதற்கும் கூட அது ஆர்வம் கொண்டிருந்தது.

CREA ஆராய்ச்சியாளர்கள் சிறப்பாக முதுமையடைந்துள்ள பதிலளிப்பாளர்கள் மீது கவனம் செலுத்துவதற்கும், அதற்குப் பின்னால் உள்ள வாய்ப்புள்ள காரணங்களைத் தீர்மானிப்பதற்கும் இந்த வட்டமேசைக் கலந்துரையாடலில் இருந்து ஒரு குறிப்பிடத்தக்க பரிந்துரை கிடைத்தது. பொருளாதாரச் சமமை மீது மட்டும் பழியைப் போடாமல், சிறப்பாக முதுமையடைவதற்கான காரணங்களை ஆய்வு செய்வதற்கு CREA திட்டங்களைக் கொண்டிருக்கிறது.

இந்த ஆண்டு, சமூக அமைப்புகளையும் கூட CREA துடிப்புடன் ஈடுபடுத்துகிறது. சிங்கப்பூரில் உள்ள 56 மகளிர் அமைப்புகளை ஒருங்கிணைக்கின்ற ஒரு தேசிய மன்றமான சிங்கப்பூர் மகளிர் அமைப்புகள் மன்றத்தில் (SCWO) ஒரு மாலை வேளையை CREA செலவிட்டது. அம்மன்றத்தில் இருந்து சுமார் 30 உறுப்பினர்கள் கலந்துகொண்டனர். அவர்களில் சிலர் தங்கள் வாழ்க்கைத்துணைகளுடன் வந்திருந்தனர். பெண்கள் மீது கவனம் செலுத்துவதற்கான நமது தரவுப் பகுப்பாய்வில் சிலவற்றை நாங்கள் அவர்களுடன் பகிர்ந்துகொண்டோம்.

சிங்கப்பூரில் முதுமையடைந்து வரும் பெண்களைச் சமூக ரீதியாகவும் பொருளாதார ரீதியாகவும் பாதுகாப்பதே SCWO-இன் முக்கிய அக்கறையாகும். சராசரியாக, ஒரு வயதுமுதிர்ந்த பெண் தனது ஆண் துணைவரைக் காட்டிலும் அதிக ஆயுட்காலத்தைக் கொண்டிருக்கிறார். அதிக மருத்துவச் செலவுகள் மற்றும் குறைவான அல்லது சிறிதும் இல்லாத ஓய்வூதியச் சேமிப்புகள் அவர்களை வறுமையில் தள்ளுவதற்கு அதிக வாய்ப்புள்ளது.

கலந்துரையாடல் நேரத்தின் போது, ஒரு பெண் பங்கேற்பாளர் ஒரு விஷயத்தைக் கூறினார். அவரது வயதான தாய்க்கு உடல்நலக் குறைவு ஏற்பட்டதை அவர் அறிந்த போது, அவரால் வெளிநாட்டில் தொடர்ந்து இருக்க முடியவில்லை. அவருக்குச் சிங்கப்பூரில் உடன் பிறந்தவர்கள் இருந்தாலும் கூட அவர் தான் பராமரிப்பு வழங்க வேண்டியிருந்தது. எனவே, பராமரிப்பு வழங்கும் பெண்களின் பாரம்பரியமான பணிப் பொறுப்புகள் குறித்து நமது எதிர்கால ஆய்வுகளில் நாம் விரிவாக ஆராய வேண்டிய தேவையுள்ளது.

நிதி நிலைமைகள் குறித்துத் தேவையின்றி அச்சப்பட வேண்டாம் என்று தனது 70களில் இருக்கும் ஒரு ஆண் பங்கேற்பாளர் பங்கேற்பாளர்களை ஊக்குவித்தார். இவர் ஒரு ஆசிரியர். இவர் பணி ஓய்வுபெற்று 15 ஆண்டுகளுக்கும் மேலாகிறது. இவர் தனது வழிவகைகளில் வாழ்கிறார், மேலும் பொருளாதாரரீதியாகத் தற்சார்புடன் இருக்கிறார். இவர் கூறிய அறிவுரைகள்: "கவலைப்படாதீர்கள், மகிழ்ச்சியாக இருங்கள்!"

சுகாதார வட்டமேசைக்குப் பிறகு, ஆரோக்கியம் மீதான நமது புதிய பகுப்பாய்வைப் பகிர்ந்துகொள்வதற்காக, லியான்ஹி ஸாபா மற்றும் சேனல் நியூஸ்ஏஷியா உள்ளிட்ட பல ஊடகங்கள் CREA -ஐ நேர்காணல் செய்தன.

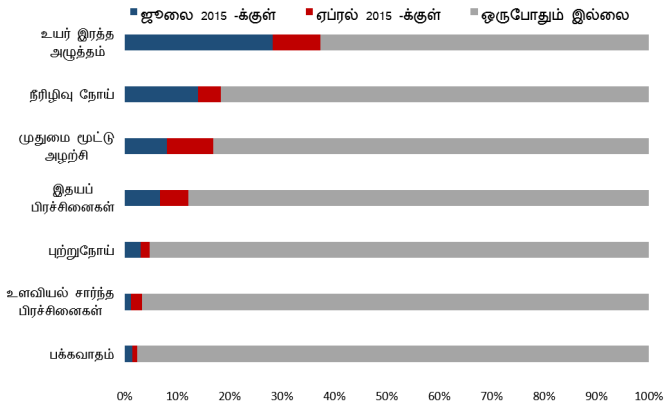
அடுத்த வட்டமேசை "பொருளாதாரக் கல்வியறிவு மற்றும் பணி ஓய்வுக்குத் தயாராதல்" குறித்ததாகும். இது ஜூலை 14ஆம் தேதியன்று நடைபெறும். இது குறித்து எங்களின் அடுத்த செய்திக்கடிதத்தில் உங்களுக்கு மேலும் தெரிவிக்கிறோம்.

## தரவுப் பகுப்பாய்வின் குறுந்தொகுப்பு:

வட்டமேசை மற்றும் மக்களைச் சென்றடைதல் நிகழ்வில் நாங்கள் பகிர்ந்துகொண்ட சில உண்மைகளையும் விளக்கங்களையும் இங்கு வழங்கியுள்ளோம்.

### விளக்க அட்டவணை - நாள்பட்ட நோய் நிலைமைகள்

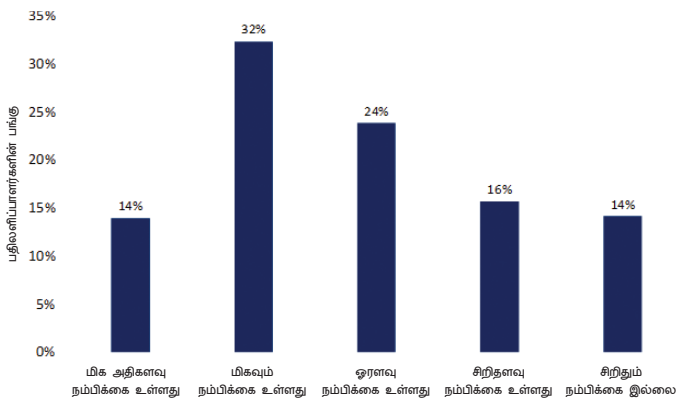
ஒரு நாள்பட்ட நோய் நிலைமையை அனுபவித்துள்ள பதிலளிப்பாளர்களின் சதவீதம்



- ஜூலை 2015 -இல் பதிலளிப்பாளர்களில் பாதி பேர் எந்த நாள்பட்ட நோய் நிலைமைகளையும் கொண்டிருக்கவில்லை (இதய நோய், புற்றுநோய், பக்கவாதம், உயர் இரத்த அழுத்தம், முதுமை மூட்டு அழற்சி, நிரிழிவு நோய், உளவியல் சார்ந்த பிரச்சினைகள்).
- ஜூலை 2015 -இல் இருந்து 4ல் 1 பதிலளிப்பாளருக்கு ஒரு புதிய நாள்பட்ட நோய் நிலைமை ஏற்பட்டுள்ளது.

### விளக்க அட்டவணை - மருத்துவப் படிவங்களை நிரப்புவதற்கான நம்பிக்கை

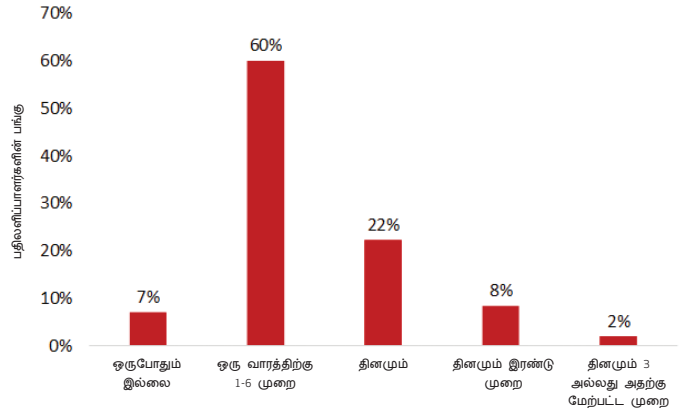
மருத்துவப் படிவங்களை நீங்களாகவே நிரப்புவதில் உங்களுக்கு எவ்வளவு நம்பிக்கை உள்ளது?



- சுகாதார அமைப்பை (Health System) பயன்படுத்துவதற்குச் சிரமமாக உணரும் பதிலளிப்பாளர்கள் பொதுவாக குறைந்த உடல்நலத்தினால் அவதிப்படுகின்றனர். மேலும் உடல்நலம் தொடர்பான அச்சத்திலிருந்து மிகவும் மெதுவாகவே மீளுகின்றனர்.
- சிங்கப்பூர்கள் சுகாதார அமைப்பைச் சிறப்பாகப் பயன்படுத்துவதற்கு அவர்களின் திறனை அதிகரிப்பதன் மூலம் சிறந்த பலன்கள் ஏற்படலாம் என்பதை இது உணர்த்துகிறது.

### விளக்க அட்டவணை - உணவு உண்ணும் பழக்கம்

நீங்கள் எவ்வளவு கால இடைவெளியில் உணவங்காடி நிலையத்தில் உணவு உண்கிறீர்கள்?



- 10ல் 9 பதிலளிப்பாளர்கள் ஒரு வாரத்தில் குறைந்தது ஒருமுறை உணவங்காடி நிலையத்தில் உணவு உண்கின்றனர்; 4ல் 1 பதிலளிப்பாளர் மேற்கத்திய பாணி துரித உணவகங்களில் உணவு உண்கின்றனர்.
- பணிபுரிகின்ற திருமணமான பெண் பதிலளிப்பாளர்கள், பணிபுரியாதவர்களைக் காட்டிலும் 1.7 முறை உணவங்காடி நிலையங்களில் உணவு உண்பதற்கு வாய்ப்பைக் கொண்டிருக்கின்றனர்.

## இரகசியக்காப்பு மற்றும் உங்களின் தனியுரிமை

நீங்கள் எங்களிடம் வழங்குகின்ற தகவல்களை நாங்கள் கடும் இரகசியமானதாகக் கருதி பாதுகாப்போம். மேலும், சிங்கப்பூர் தனிநபர் தகவல் பாதுகாப்பு ஆணையத்தின் சட்டத்திட்டங்களின் கீழ், தனிநபர் தகவல் பாதுகாப்புச் சட்டம் 2012 (PDPA) உடன் முழுமையாக இணங்கி நடப்போம்.



### கருத்தாய்வுகளின் தேதிகள்

- ஜூலை மாதக் கருத்தாய்வு: 1 - 23 ஜூலை, 2017
- ஆகஸ்டு மாதக் கருத்தாய்வு: 1 - 20 ஆகஸ்டு, 2017
- செப்டம்பர் மாதக் கருத்தாய்வு: 1 - 24 செப்டம்பர், 2017

### எங்களைத் தொடர்புகொள்க

உங்கள் முகவரி அல்லது தொலைபேசி எண்ணை நீங்கள் மாற்றியிருந்தால், கருத்தாய்வை நிறைவுசெய்வதில் உங்களுக்கு ஏதேனும் வடிவத்தில் உதவி தேவையென்றால், அல்லது உங்களுக்கு ஏதேனும் கேள்விகளோ, கருத்துக்களோ இருந்தால், தயவுசெய்து 6808 7910 என்ற எங்களுடைய மையத்தின் நேரடித் தொலைபேசி எண்ணில் தொடர்புகொள்ளுங்கள் (காலை 9 மணி முதல் மாலை 5 மணி வரை, திங்கள் முதல் வெள்ளி வரை) அல்லது [slp@smu.edu.sg](mailto:slp@smu.edu.sg) என்ற முகவரிக்கு மின்னஞ்சல் அனுப்புங்கள். உங்களிடமிருந்து கருத்துக்களைக் கேட்பதற்கு நாங்கள் எப்பொழுதும் மகிழ்ச்சியடைகிறோம்.