NUS National University of Singapore

Source: *Tamil Murasu,* p2
Date: 26 August 2022

நீண்ட ஆயுள்; நிறைவான, இலக்குள்ள வாழ்வு

ஆயுள்காலம் அதிகரித்து வரும் நிலையில் வளர்ந்த நாடுகளில் 100 ஆண்டு ஆயுள்காலம் வழக்கமாகக் கூடும். ஆனால் முதுமையில் தனிமை காணும் போக்கு கவலை அளிக்கிறது. கடந்த பத்தாண்டுகளில் தனியாக வாழும் எண்ணிக்கை இரட்டிப்பாகி 60,000ஐக் கடந்துள்ளது. 2012ல் அந்த எண்ணிக்கை 30,000 மட்டுமே.

இந்நிலையில் நீண்ட ஆயுள்காலத்துக்கான தேவையான பணத்தைச் சேர்க்கவும் முழுமையான அணுகுமுறை கொண்டு முதியவர்களின் நல்வாழ்வை ஊக்குவிக்கவும் தனிநபர்களும் சமுதாயங்களும் வழிதேட வேண்டும் என்று துணைப் பிரதமர் ஹெங் சுவீ கியட் கூறியுள்ளார்.

“ஆயுள்முழுதும் மக்கள் அர்த்தமும் இலக்கும் உள்ள வாழ்வை வாழ எவ்வாறு உதவப்போகிறோம் என்பதே எல்லா சமுதாயங்களும் எதிர்நோக்கும் கேள்வி,” என்று திரு ஹெங் கூறினார்.

முதியோர் சமூகத்துக்குச் சுமை எனும் தற்போது நிலவும் கருத்து மாற வேண்டிய குறுகிய மனப்போக்கு என்றும் அவர் குறிப்பிட்டார். மூப்படையும் மக்களின் பங்களிப்பால் உண்டாகும் பலன்களை ஈட்ட வழிகாண வேண்டும் என்று துணைப் பிரதமர் சொன்னார்.

அமெரிக்காவின் தேசிய மருத்துவக் கழகம் வரைந்த நலமிக்க நீண்ட ஆயுள்காலத்துக்கான உலகளாவிய வருங்காலத் திட்டம் ஆசியாவில் தேசிய பல்கலைக்கழக சுகாதார அமைப்பில் நடைமுறைப்படுத்தப்பட்டது. அதற்கான நிகழ்ச்சியை நேற்று தொடங்கி வைத்து திரு ஹெங் பேசினார்.

ஜூனில் வெளியிடப்பட்ட அந்த வருங்காலத் திட்டத்தை, பல்வேறு துறைகளைச் சேர்ந்த அனைத்துலக நிபுணர்கள் கொண்ட ஆணையம் மூன்று ஆண்டுகள் எடுத்து வரைந்துள்ளது.

தேசிய பல்கலைக் கழக மருத்துவமனையின் சுகாதாரப் புத்தாக்கம், உருமாற்றத் துறையின் மூத்த துணைத் தலைவர் ஜான் வோங் ஆணையத்தின் இணைத் தலைவராக செயல்பட்டார்.

நலமிக்க நீண்ட ஆயுள் உள்ள வாழ்வை எந்தெந்த அம்சங்களில் அதிகம் மேம்படுத்தலாம் என்பதை திட்டம் ஆராய்ந்து கூறியது. வாழ்க்கையின் ஒவ்வொரு கட்டத்திலும் அர்த்தமுள்ள வாய்ப்புகள், சமூகப் பாதுகாப்பு, நிதிப் பாதுகாப்பு, இருக்கும் சூழல், மருத்துவப் பராமரிப்பு, வாழ்நாள் கற்றல் ஆகிய அம்சங்கள் ஆராயப்பட்டன.

ஆயுள்காலம் கூடியபோதும் ஓய்வு பெறும் வயது மாறவில்லை என்றும் மூத்தோருக்கு எதிரான பாகுபாடு தொடர்கிறது என்றும் திரு ஹெங் சுட்டிக்காட்டினார்.

சட்டமாற்றங்கள் இதில் உதவலாம். ஆனால், மூத்த ஊழியர்களுக்கு வாய்ப்பு அளிப்பது இரக்கத்தின் அடிப்படையில் அல்லஎன்றும் அது நிறுவனங்களுக்கு நல்லது என்பதை முதலாளிகள் உணர வேண்டும் என்று அவர் வலியுறுத்தினார்.

ஒரு குழுவில் வயது மூத்தவர்கள் இருக்கும்போது அவர்களைச் சுற்றியுள்ளவர்களின் உற்பத்தித்திறன் கூடும் என்றும் குழுவின் செயல்திறன் அதிகரிக்கும் என்பதை ஆய்வுகள் காட்டுவதாக துணைப் பிரதமர் குறிப்பிட்டார்.

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