



IASP 2025
GLOBAL YEAR
Pain Management, Research and Education
in Low- and Middle-Income Settings

FACT SHEET

குறைந்த மற்றும் நடுத்தர வருமானம் கொண்ட நாடுகளில் மருத்துவம், நர்சிங் மற்றும் அதனுடன் தொடர்புடைய சுகாதார பாடத்திட்டத்தில் வலி கல்வியை ஒருங்கிணைத்தல்

- **Gauhar Afshan, MBBS, FCPS:** Endowed Professor of Anaesthesia & Pain Medicine. The Aga Khan University, Karachi. Pakistan, gauhar.afshan@aku.edu
- **Ali Sarfraz Siddiqui MBBS, FCPS, FIPP, MHPE:** The Aga Khan University, Karachi, Pakistan, sarfraz.siddiqui@aku.edu
- **Rozina Kerai Clinical Nurse, RN, Post RN BScN, MSc:** The Aga Khan University, Karachi, Pakistan, rozina.kerai@aku.edu
- **Rashida Ahmed MBBS, MHPE, FCPS:** Professor, The Aga Khan University, Karachi, Pakistan, rashida.ahmed@aku.edu

எதிர்கால சுகாதார நிபுணர்களுக்கு வலி கல்வியைக் கற்றுக்கொள்வது ஏன் முக்கியமானது

நோயாளிகள் மருத்துவ உதவியை நாடுவதற்கான பொதுவான காரணங்களில் வலி ஒன்றாகும், ஆனால் பல மருத்துவர்கள் மற்றும் செவிலியர்கள் வலி மதிப்பீடு மற்றும் மேலாண்மையில் போதுமான பயிற்சியுடன் பட்டம் பெறுவதில்லை. குறைந்த மற்றும் நடுத்தர வருமானம் கொண்ட நாடுகளில் (LMICs) இந்த இடைவெளி குறிப்பாக முக்கியமானது, அங்கு வளங்கள் குறைவாகவே உள்ளன மற்றும் வலி சிகிச்சை அடிக்கடி கவனிக்கப்படுவதில்லை.

வலி மதிப்பீடு மற்றும் சிகிச்சையானது நோயாளியின் விளைவுகளை பெரிதும் மேம்படுத்துகிறது என்பதற்கான சான்றுகள் இருந்தபோதிலும், இந்த இடங்களில் உள்ள சுகாதார வழங்குநர்கள் பெரும்பாலும் போதுமான பயிற்சியைப் பெறுவதில்லை [6]. மருத்துவ மற்றும் நர்சிங் பாடத்திட்டத்தில் கட்டமைக்கப்பட்ட வலி கல்வியை இணைப்பதன் மூலம், எதிர்கால மருத்துவர்கள் மற்றும் செவிலியர்கள் நோயாளி பராமரிப்பை

மேம்படுத்தலாம், வலி துன்பத்தைக் குறைக்கலாம் மற்றும் வலி சிகிச்சையில் சமத்துவமின்மையை நிவர்த்தி செய்யலாம். அனுதாபத்தை வளர்ப்பதற்கும், மருத்துவ திறன்களை மேம்படுத்துவதற்கும், எல்.எம்.ஐ.சி.களில் உள்ள அனைவருக்கும் நியாயமான மற்றும் பயனுள்ள வலி மேலாண்மையைப் பெறுவதை உறுதி செய்வதற்கும் வலி கல்வியில் ஒரு திடமான அடித்தளம் அவசியம் ^[1].

சிக்கல் அறிக்கை

எல்.எம்.ஐ.சி.களில் உள்ள பல சுகாதார வழங்குநர்களுக்கு வலியை நிர்வகிப்பதில் போதுமான பயிற்சி இல்லை, குறிப்பாக உயிர் உளவியல் லென்ஸ் மூலம் வலியைப் புரிந்துகொள்வதில். இது இதற்கு வழிவகுக்கிறது: ^[2,3]

- வலி பிரச்சினைகளை தவறாகப் புரிந்துகொள்வது அல்லது புறக்கணித்தல்
- துணை உகந்த நோயாளி விளைவு
- தாமதமான மீட்பு காரணமாக அதிகரித்த சுகாதார செலவுகள்

எல்.எம்.ஐ.சி.களில் சுகாதார வழங்குநர் கல்வி மற்றும் பயிற்சியில் உள்ள இந்த முக்கியமான இடைவெளிகள் காரணமாக உலகெங்கிலும் மில்லியன் கணக்கான நோயாளிகள் நிம்மதி பெறாத கடுமையான, நாள்பட்ட மற்றும் புற்றுநோய் தொடர்பான வலியால் பாதிக்கப்படுகின்றனர்.

இந்த உண்மைத் தாள் அனைத்து நோயாளிகளுக்கும் ஆதாரம் அடிப்படையிலான, இரக்கமுள்ள வலி பராமரிப்பு திறன்களை உறுதி செய்வதற்காக எதிர்கால சுகாதார நிபுணர்களுக்கான வலி கல்வியை இணைப்பதற்கான உத்திகளை முன்மொழிகிறது.

வலி மேலாண்மையில் முக்கிய பரிசீலனைகள் மற்றும் முன்னுரிமைப் பகுதிகள்

LMIC களில் சமமான மற்றும் பயனுள்ள வலி பராமரிப்புக்கு வலி கல்வி மற்றும் பயிற்சியில் உள்ள முக்கியமான இடைவெளியை நிவர்த்தி செய்வது அவசியம். பின்வரும் உத்திகள் மருத்துவ, நர்சிங் மற்றும் தொடர்புடைய சுகாதார பாடத்திட்டங்களில் ஒரு விரிவான வலி கல்வியை ஒருங்கிணைக்க உதவும்.

ஒரு. ஒருங்கிணைந்த பாடத்திட்டம்

வலி கல்வி அனைத்து துறைகளிலும் முறையாக ஒருங்கிணைக்கப்பட வேண்டும், ஏனெனில் ஒவ்வொரு மருத்துவ அமைப்பிலும் வலி

வெளிப்படுகிறது. இது செயல்முறை மற்றும் அமைப்பு அடிப்படையிலான கற்றல் இரண்டிலும் இணைக்கப்பட வேண்டும், அமைப்புகள் மற்றும் தொகுதிகளுக்குள் அடிப்படை அறிவியல்கள் உட்பட (எடுத்துக்காட்டாக, வாழ்க்கைத் தரம்). நெஞ்சு வலி அல்லது மாரடைப்பு காரணமாக மார்பு வலியைப் படிப்பது போன்ற அமைப்பு அடிப்படையிலான அணுகுமுறைகள், வலி பாதைகள், குறிப்பிடப்பட்ட நோசிசெப்டிவ் வலி வழிமுறைகளுக்கான காரணங்கள், மருந்தியல் முகவர்களின் இலக்கு மற்றும் தொடர்புடைய வழக்கு தொகுதிக்குள் மருந்தியல் அல்லாத சிகிச்சைகள் ஆகியவற்றின் சூழலில் கற்பிக்கப்படலாம் [4].

வலி கல்வி அனைத்து எழுத்தர்களிலும் சூழலில் ஒருங்கிணைக்கப்பட வேண்டும்:

- *மகப்பேறியல் / மகப்பேறு மருத்துவம்*: உடலியல், பிரசவ வலி மற்றும் அதன் மேலாண்மை.
- *அறுவை சிகிச்சை*: அறுவை சிகிச்சைக்குப் பிந்தைய வலி மதிப்பீடு மற்றும் மல்டிமோடல் வலி சிகிச்சை.
- *அவசர மருத்துவம்*: கடுமையான வலி நெறிமுறை மற்றும் ஓபியாய்டு மேற்பார்வை.
- *மயக்க மருந்து*: பிராந்திய மயக்க மருந்து / நரம்பு மண்டல நுட்பங்கள்.
- *குடும்ப மருத்துவம்*: வெளிநோயாளர் நாள்பட்ட வலி மதிப்பீடு மற்றும் மருந்தியல் அல்லாத அணுகுமுறைகள்.
- *நரம்பியல்*: நரம்பியல் வலி வழிமுறைகள் மற்றும் சிகிச்சை.
- *மருத்துவ புற்றுநோயியல்*: புற்றுநோய் வலி நோய்க்குறிகள் மற்றும் நோய்த்தடுப்பு பராமரிப்பு கொள்கைகள்.

இந்த ஒழுக்கம்-குறிப்பிட்ட ஒருங்கிணைப்பு, பயிற்சியாளர்கள் வலி மேலாண்மை பற்றிய விரிவான, நடைமுறை புரிதல் மற்றும் முழுமையான வலி பராமரிப்பில் பல்துறை குழுக்களின் பங்கு பற்றிய தெளிவான விழிப்புணர்வை உருவாக்குவதை உறுதி செய்கிறது.

பி. பாடத்திட்ட மாற்றங்கள்

மருத்துவம், நர்சிங் மற்றும் தொடர்புடைய சுகாதார திட்ட பாடத்திட்டத்தில் பின்வரும் முக்கிய கூறுகள் சேர்க்கப்பட வேண்டும்:

- **அடிப்படை அறிவியல்:** நோசிசெப்டிவ் வலி பாதைகளின் உடற்கூறியல், உடலியல் வழிமுறைகள் மற்றும் பல்வேறு வகையான வலிகளின் (உடல், உணர்ச்சி) நோயியல் உடலியல்.
- **மருந்தியல்:** வலி மருந்துகள், பாதுகாப்பான ஓபியாய்டு பயன்பாடு, மாற்றுகள், பக்க விளைவுகள் மற்றும் மேலாண்மை.
- **மதிப்பீட்டு கருவிகள்:** கலாச்சார ரீதியாக மாற்றியமைக்கப்பட்ட வலி மதிப்பீட்டு அளவுகள்.
- **மருந்தியல் அல்லாத முறைகள்:** இயன்முறை மருத்துவம் மற்றும் உளவியல் சிகிச்சைகள், நினைவாற்றல், தளர்வு நுட்பங்கள் மற்றும் அறிவாற்றல் நடத்தை சிகிச்சை உட்பட. இவை பயனுள்ளதாக இருக்கும், மேலும் ஆக்கிரமிப்பு அல்லாத சிகிச்சைகளை விட குறைந்த விலை கொண்டவை.
- **வாழ்க்கைத் தரம்:** சிறந்த வலி பராமரிப்பு, செயல்பாட்டு முன்னேற்றம், விரைவான மீட்பு, மேம்பட்ட வாழ்க்கைத் தரம்.
- **நெறிமுறைகள் மற்றும் வகைகள்:** மனித உரிமையாக வலி, வலி நிவாரணி மற்றும் வலி பராமரிப்புக்கான அணுகலில் சமத்துவம்.

இ. மதிப்பீட்டுத் திட்டம்:

கற்றலின் மதிப்பீடுகள் அறிவில் மட்டுமல்ல, மருத்துவ திறன்கள் மற்றும் வலி தொடர்பான அணுகுமுறைகளிலும் கவனம் செலுத்த வேண்டும். இந்த மதிப்பீடு **விரிவாக** அல்லது சுருக்கமாக இருக்கலாம்.

- **எழுதப்பட்ட கருவிகள் (MCQs/EMQs) [5]**
 - அறிவாற்றல் அறிவை மதிப்பிடுதல் (எடுத்துக்காட்டாக, நோசிசெப்டிவ் வலி பாதைகள், அழற்சி சைட்டோகைன்கள்).
 - வழக்கு அடிப்படையிலான கேள்விகள் மூலம் விமர்சன சிந்தனையை ஊக்குவிக்கவும்.
- **புறநிலை கட்டமைக்கப்பட்ட மருத்துவ பரிசோதனைகள் (OSCE) [7]**
 - மருத்துவ திறன்களை மதிப்பீடு செய்யுங்கள்:
 - வலி மதிப்பீட்டு நுட்பங்கள்
 - தொடர்பு மற்றும் பச்சாத்தாபம் (எடுத்துக்காட்டாக, கெட்ட செய்திகளை உடைத்தல்)

- நடைமுறை திறன்கள் (எடுத்துக்காட்டாக, மருந்து எழுதுதல், மருந்தியல் அல்லாத ஆலோசனை).
- பஸ்துறை குழுக்களுக்குள் தொழில்முறை ஒத்துழைப்பு இவை கற்றல் நோக்கங்களின் அடிப்படையில் எழுத்தர் அல்லது வெளியேறும் தேர்வுகளில் ஒருங்கிணைக்கப்படலாம்.

வலி கல்வியில் உள்ள தடைகளை சமாளித்தல்

LMICs இல் மருத்துவம், நர்சிங் மற்றும் தொடர்புடைய சுகாதார பாடத்திட்டத்தில் வலி கல்வியை ஒருங்கிணைப்பதற்கு பல முக்கிய சவால்களைக் கருத்தில் கொண்டு ஒரு சிந்தனையான, மூலோபாய அணுகுமுறை தேவைப்படுகிறது:

- போட்டியிடும் பாடத்திட்ட முன்னுரிமை: வரையறுக்கப்பட்ட நேரத்துடன் ஏற்கனவே நீட்டிக்கப்பட்ட பாடத்திட்டத்தில், வலி கல்வி ஒரு தனித்த தொகுதியாக இல்லாமல் தற்போதுள்ள படிப்புகளில் ஒருங்கிணைக்கப்பட வேண்டும்.
- வரையறுக்கப்பட்ட வளங்கள்: வரையறுக்கப்பட்ட ஆசிரியர்கள் மற்றும் உள்கட்டமைப்பு காரணமாக, தற்போதுள்ள வலி கல்வி தொகுதியை உள்ளூர் சூழலுக்கு ஏற்ப மாற்றியமைத்து அதற்கேற்ப செயல்படுத்துவது நல்லது.
- மருந்துகள் மற்றும் சிகிச்சைகளுக்கான கட்டுப்படுத்தப்பட்ட அணுகல்: பாடத்திட்டம் கிடைக்கக்கூடிய மருந்துகளின் பகுத்தறிவு பயன்பாடு மற்றும் மாற்று வலி நிவாரண முறைகளில் கவனம் செலுத்த வேண்டும்.
- கலாச்சார மற்றும் முறையான தாக்கங்கள்: வலி கல்வி கலாச்சார ரீதியாக உணர்திறன் கொண்டதாக இருக்க வேண்டும் மற்றும் உள்ளூர் முன்னோக்கை பிரதிபலிக்க வேண்டும்.
- LMIC களில் பணியாளர்கள் தொடர்பான சவால்கள்: குறைந்த பணியாளர்கள் இருந்தபோதிலும் கவனிப்பை வலுப்படுத்த குழுப்பணி, பணி மாற்றுதல் மற்றும் பஸ்துறை அணுகுமுறைகளை பாடத்திட்டம் வலியுறுத்த வேண்டும்.

தீர்மானம் மற்றும் நடவடிக்கைக்கான அழைப்பு:

வலி என்பது ஒரு உலகளாவிய அனுபவம், ஆனால் இது பெரும்பாலும் குறைந்தபட்ச கவனத்தைப் பெறுகிறது மற்றும் மோசமாக

நிர்வகிக்கப்படுகிறது, குறிப்பாக LMIC களில், கல்வியில் முக்கியமான இடைவெளிகள் காரணமாக. மருத்துவம், நர்சிங் மற்றும் அதனுடன் தொடர்புடைய சுகாதார பாடத்திட்டத்தில் விரிவான வலி பயிற்சியை ஒருங்கிணைப்பது எதிர்கால சுகாதார நிபுணர்களை அனைவருக்கும் நியாயமான மற்றும் சமமான வலி மேலாண்மையை வழங்க தயார்படுத்த அவசியம்.

இப்போது செயல்பட வேண்டிய நேரம், நாம் கண்டிப்பாக:

- அனைத்து அமைப்புகளிலும் நர்சிங் மற்றும் மருத்துவ பாடத்திட்டத்தில் கட்டமைக்கப்பட்ட வலி கல்வி தேவைப்படும் தேசிய கொள்கைக்கு வக்காலத்து வாங்குதல்.
- தரப்படுத்தப்பட்ட, உள்நாட்டில் பொருத்தமான வலி பாடத்திட்டத்தை உருவாக்க அரசாங்கங்கள், நிறுவனங்கள் மற்றும் தேசிய வலி சங்கங்களுடன் ஒத்துழைக்கவும்.
- அத்தியாவசிய வலி மேலாண்மை (EPM) சான்றிதழ் பாடநெறி போன்ற திறந்த அணுகல் இலவச டிஜிட்டல் வளங்கள் மூலம் தற்போதைய தொழில்முறை வளர்ச்சியை வழங்கவும்.

References:

1. Briggs EV, Battelli D, Gordon D, Kopf A, Ribeiro S, Puig MM, Kress HG. Current pain education within undergraduate medical studies across Europe: Advancing the Provision of Pain Education and Learning (APPEAL) study. *BMJ Open* 2015;5(8):e006984. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2014-006984>
2. Latina R, Forte P, Mastroianni C, Paterniani A, Mauro L, Fabriani L, D'Angelo D, De Marinis MG. Pain Education in Schools of Nursing: a Survey of the Italian Academic Situation. *Prof Inferm* 2018;70(4):115-122. <https://doi.org/10.7429/pi.2018.712115>
3. Moyo N, Madzimbamuto F. Teaching of chronic pain management in a low- and middle-income setting: a needs assessment survey. *Pain Rep* 2019 Jan 21;4(1):e708. <https://doi.org/10.1097/PR9.0000000000000708>
4. Shipton E, Steketee C, Visser E. The Pain Medicine Curriculum Framework-structured integration of pain medicine education into the medical curriculum. *Front Pain Res* 2023;3:1057114. <https://doi.org/10.3389/fpain.2022.1057114>
5. Shipton EE, Steketee C, Bate F, Visser EJ. Exploring assessment of medical students' competencies in pain medicine-A review. *Pain Rep* 2018;4(1):e704. <https://doi.org/10.1097/PR9.0000000000000704>

6. Siddiqui AS, Zehra T, Afshan G, Shakil S, Ahmed A. Bridging Gaps in Pain Management: The Effectiveness of Educational Intervention for Nurses in a Teaching Hospital of Low- and Middle-Income Countries. Nurs Res Pract 2025;2025:8874509. <https://doi.org/10.1155/nrp/8874509>
7. Weiner DK, Morone NE, Spallek H, Karp JF, Schneider M, Washburn C, Dziabiak MP, Hennon JG, Elnicki DM; University of Pittsburgh Center of Excellence in Pain Education. E-learning module on chronic low back pain in older adults: evidence of effect on medical student objective structured clinical examination performance. J Am Geriatr Soc 2014;62(6):1161-7. <https://doi.org/10.1111/jgs.12871>

This factsheet has been translated into Tamil by Mr. Vivekanandan G, former Master of Physiotherapy student, Manipal Academy of Higher Education, Manipal, India.