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

FACT SHEET

අඩු සහ මධ්‍යම ආදායම් රටවල් සඳහා වේදනා අධ්‍යාපන පාඨමාලා: තවදුරටත් දක්ෂතා වර්ධනය සඳහා ආදර්ශ දෙකක්

කතුවරුන් (Authors)

- Nantthasorn Zinboonyahgoon [MD, Mahidol University, Thailand][1]
- Pramote Euasobhon [MD, MMed, Mahidol University, Thailand][1]
- Jocelyn Que [MD, MMed, University of Santo Tomas, Philippines][2]

වේදනාව යනු ලෝකය පුරා පවතින, නිරාවරණය නොවූ නමුත් වැදගත් සෞඛ්‍ය ගැටළුවකි. වයස, ස්ත්‍රී පුරුෂ භාවය, ආදායම, ජාතිය, වංශය හෝ භූගෝලීය ස්ථානය කුමක් වුවත්, වේදනාව සියලුම ජනගහණයන්ට බලපායි. එහෙත්, එහි බලපෑම ලෝකය පුරා සැමට එක හා සමානව බෙදී ගොස් නොමැත.[2] කෙටි සහ දිගුකාලීන වේදනාවන් වල බරපතලකම වැඩි, අඩු සහ මධ්‍යම ආදායම් රටවලදී ඒ සඳහා ප්‍රතිකාර කිරීම තවත් අභියෝගයකි. මෙම අභියෝගය ඇතිවන්නේ විශේෂිත සෞඛ්‍ය සේවා සහ සම්පත් ලබා ගැනීමේ සීමාවන් නිසා පමණක් නොව, සෞඛ්‍ය සේවා වෘත්තිකයන් අතර වේදනා කළමනාකරණය පිළිබඳ දැනුම සහ ආකල්ප ද අඩු වීමත් මෙයට හේතු වේ.[4.5]

සියලුම සෞඛ්‍ය සේවා වෘත්තිකයන් සඳහා සවිස්තරාත්මක වේදනා අධ්‍යාපනයේ අවශ්‍යතාවය අවබෝධ කරගනිමින්, ජාත්‍යන්තර වේදනා අධ්‍යයන සංගමය (IASP) විසින් IASP මූලික විෂය නිර්දේශයේ සිව් ක්ෂේත්‍ර මත පදනම්ව සෞඛ්‍යය සම්බන්ධ සෑම විෂය ක්ෂේත්‍රයකටම අදාළව විෂයමාලා දළ සටහන් සංවර්ධනය කර ඇත. [1,3] මෙම පාඨමාලා අතර සුළු වෙනස්කම් පවතින අතර, එය සෑම විෂය ක්ෂේත්‍රයකටම අවශ්‍ය වේදනා සම්බන්ධ දැනුම සහ කුසලතා එකසේ නොවන බැවින්ය. උදාහරණයක් ලෙස,භෞත චිකිත්සකයින් හට ඖෂධ විද්‍යාව පිළිබඳ ගැඹුරු දැනුමක් අවශ්‍ය නොවේ. මෙම විෂයමාලාවල අරමුණ වන්නේ, සෞඛ්‍ය සේවා ක්ෂේත්‍රවල විවිධ වෘත්තිකයන්ගෙන් සමන්විත කණ්ඩායමක සාමාජිකයන් ලෙස, වේදනා විද්‍යාව සහ කළමනාකරණය වැඩිදියුණු කිරීම සඳහා අවශ්‍ය දැනුම සහ කුසලතා වර්ධනය කිරීමය.[3] කෙසේ වෙතත්, රටවල් අතර අධ්‍යාපන ව්‍යුහය, සෞඛ්‍ය සේවා පද්ධති සහ සමාජ-සංස්කෘතික පරිසරයන්හි විශාල වෙනස්කම් පවතී. අඩු සහ මධ්‍යම ආදායම් රටවල, සේවකයින්ගේ අඩුව, උපකරණ සහ මූල්‍ය සීමා නිසා වේදනා සම්බන්ධ සේවා, අධ්‍යාපනය සහ පුහුණු කිරීම දැඩිව සීමා වේ.

මෙවැනි විෂමතා සහ අභියෝගවලට මුහුණ දීමට සඳහා, ජාත්‍යන්තර වේදනා අධ්‍යයන සංගම විෂයමාලාව සම්පත් සහ පරිසරයන් වෙනස් වුවත් සියලුම ස්ථාන සඳහා අදාල සහ

යෝග්‍ය වන පරිදි, කුසලතා මත පදනම් වූ අධ්‍යාපන ක්‍රමයට යොමු කර ඇත. එය ඒ ඒ ප්‍රදේශයේ වෘත්තීය අවශ්‍යතා, අධ්‍යාපන වැඩසටහන් අවශ්‍යතා සහ සෞඛ්‍ය ප්‍රමුඛතා අනුව සුදුසු අධ්‍යාපන ආකෘති සහ උපාය මාර්ග භාවිතා කර, පවතින වැඩසටහන් වලට ඒකාබද්ධ කළ හැක. ජාත්‍යන්තර වේදනා අධ්‍යයන සංගම විෂයමාලාව සම්පූර්ණයෙන් ඒකාබද්ධ කර ඇති අධ්‍යාපන ආකෘතිවල උදාහරණ ලෙස, අඩු සහ මධ්‍යම ආදායම් රටවල් තුළ පුරෝගාමී වේදනා අධ්‍යාපන සහ පුහුණු වැඩසටහන් දෙකක් විස්තර කරමු. දකුණු සහ නැගෙනහිර ආසියාවේ අඩු සහ මධ්‍යම ආදායම් රටවල සඳහා ආරම්භක වේදනා අධ්‍යාපන ආකෘතිවලට උදාහරණ ලෙස, තායිලන්තයේ බැන්කොක්, සිරිරාජ සායනික වේදනා කළමනාකරණ පුහුණු මධ්‍යස්ථානය සහ පිලිපීනයේ මනීලා, සැන්ටෝ තෝමස් විශ්වවිද්‍යාලයේ (UST)වෛද්‍ය හා ශල්‍ය පීඨයේ වේදනා වෛද්‍ය මධ්‍යස්ථානයේ වේදනා කළමනාකරණය පිළිබඳ ශාස්ත්‍රපති උපාධි වැඩසටහන (1989 සහ 2008 දී පිහිටුවන ලදී) ඇතුළත් වේ.

සිරිරාජ් සායනික වේදනා කළමනාකරණ පුහුණු වැඩසටහන

සිරිරාජ් සායනික වේදනා කළමනාකරණ පුහුණු මධ්‍යස්ථානය තෘතියික සත්කාර ශික්ෂණ රෝහලක් වන අතර නේවාසික රෝගීන් සහ බාහිර රෝගීන් යන දෙඅංශය සඳහාම බහුවිධ වේදනා කළමනාකරණ සේවා සපයයි. මෙම මධ්‍යස්ථානය සංකීර්ණ කෙටි කාලීන වේදනාව, පිළිකා වේදනාව, දිගු කාලීන නිදන්ගත මාංශ පේශි වේදනාව සහ ස්නායු රෝග වේදනාව ඇතුළු විවිධ වේදනා තත්වයන් සම්බන්ධයෙන් පිළියම් සපයයි. එය අධ්‍යාපනික මධ්‍යස්ථානයක් ලෙසද ක්‍රියාත්මක වන අතර, ආසියා-පැසිෆික් කලාපයේ අඩු හා මධ්‍ය ආදායම් සහිත රටවල් (LMICs) වල වෛද්‍යවරුන් සඳහා එක් අවුරුදුකාලීන සායනික වේදනා කළමනාකරණ වැඩසටහනක් ලබා දේ. 2008 සිට ජාත්‍යන්තර වේදනා අධ්‍යයන සංගමය සහ ලෝක නිර්වින්දන විශේෂඥයින්ගේ සංගම් සම්මේලනය (WFSA) විසින් සහාය දක්වන ලද මෙම වැඩසටහන, මියන්මාරය, වියට්නාමය, ලාඕසය, කාම්බෝජය, ඉන්දුනීසියාව, නේපාලය සහ වෙනත්අඩු සහ මධ්‍යම ආදායම් රටවලහි සේවය කරන වේදනා වෛද්‍යවරුන් 35 දෙනෙකු පුහුණු කර ඇත.[8]

ඉහළ ආදායම් ලබන රටවල් හා සසඳන විට, අඩු සහ මධ්‍යම ආදායම් රටවල වේදනා අධ්‍යාපන වැඩසටහන්, ඉහළ වියදම් සහිත තාක්ෂණයන් හෝ දියුණු ප්‍රතිකාර ක්‍රම අවධාරණය කිරීමට වඩා, පවතින සම්පත් වලින් උපරිම ප්‍රතිඵල ලබා ගත හැකි පරිදි සරල, අඩු වියදම් ප්‍රතිකාර කෙරෙහි අවධානය යොමු කරයි. මෙම විෂය මාලාව ජාත්‍යන්තර වේදනා අධ්‍යයන සංගම විෂය මාලාවට අනුකූල වන අතර, විවිධ විෂයයන්හි

පදනම් දැනුමක් සහ දේශීය සම්ප්‍රදායික වෛද්‍ය ක්‍රම සමඟ ඒකාබද්ධව පුහුණු වැඩසටහනේ මූලික අංග පහත පරිදි සපයයි;

1. **විස්තීර්ණ සායනික පුහුණුව සහ අන්තර් විෂය අවධානය:**
   පුහුණුවන්නන් නිදන්ගත වේදනාව, සහන සත්කාර, කෙටි කාලීන උග්‍ර වේදනා සේවා, මනෝචිකිත්සාව, පුනරුත්ථාපනය සහ තායි සාම්ප්‍රදායික වෛද්‍ය විද්‍යාව යන අංශවල පුළුල් සායනික ප්‍රායෝගික පුහුණුව ලබයි. පුහුණුවට වේදනා තක්සේරුව, ඖෂධීය ප්‍රතිකාර සහ මූලික වේදනා ප්‍රතිකාර ක්‍රම පිළිබඳ ප්‍රායෝගික අත්දැකීම් ඇතුළත් වේ. මෙම වැඩසටහන සම්පූර්ණ සත්කාරයක් ලබා දීම සඳහා සඳහන් කළ බහුඅංශීය කණ්ඩායම් සමඟ සහයෝගයෙන් කටයුතු කරයි.
2. **පර්යේෂණ සහ ශාස්ත්‍රීය ලේඛන:**
   පර්යේෂණ සිදු කිරීමට සහ ශාස්ත්‍රීය වශයෙන් ප්‍රකාශයට පත් කිරීමට පුහුණුවන්නන් දිරිමත් කරනු ලැබේ [6,7]
3. **ඇගයීම සහ විභාග:**
   මෙම වැඩසටහන තුළ පුහුණුවන්නන්ගේ හැකියාවන් විවිධ ක්‍රම භාවිතයෙන් ඇගයීමට ලක් කරයි. මේවාට ලිඛිත හා වාචික විභාග, රෝගී අවස්ථා ඉදිරිපත් කිරීම් සහ සායනික කටයුතු වලදී භාවිතා කරන පරීක්ෂා ලැයිස්තු වන භාර දිය හැකි වෘත්තීය ක්‍රියාකාරකම් (EPA) සහ ඍජු නිරීක්ෂණ ක්‍රියාපටිපාටි (DOP) ඇගයීම් පරීක්ෂා ලැයිස්තු ඇතුළත් වේ.

UST වෛද්‍ය හා ශල්‍යකර්ම පීඨය - වේදනා කළමනාකරණ වැඩසටහන පිළිබඳ ශාස්ත්‍රපති උපාධිය

පිලිපීනයේ මැනිලා හි පිහිටි UST පීඨයේ වේදනා වෛද්‍ය මධ්‍යස්ථානය විසින් පිරිනමනු ලබන වේදනා කළමනාකරණ ශාස්ත්‍රපති/වේදනා කළමනාකරණ වෛද්‍ය ශාස්ත්‍රපති උපාධිය වසර දෙකක බහුවිධ දුරස්ථ ඉගෙනුම් පශ්චාත් උපාධි පාඨමාලාවකි. එය අග්නිදිග ආසියාව, ඉන්දියාව සහ පකිස්ථානය යන රටවල පුරවැසියන් සහ පදිංචිකරුවන් වන සහ සායනික වෛද්‍යවරුන්, අධ්‍යාපනඥයින් සහ පර්යේෂකයින් ලෙස වේදනා කළමනාකරණ ක්ෂේත්‍රයේ තම දැනුම වැඩි දියුණු කිරීමට කැමති පිළිවෙලින් වෛද්‍යවරුන් (වේදනා කළමනාකරණ වෛද්‍ය ශාස්ත්‍රපති) සහ පරිපූරක සෞඛ්‍ය වෘත්තිකයන් (වේදනා කළමනාකරණ ශාස්ත්‍රපති) සඳහා පිරිනමනු ලැබේ.

2006 වසරේදී වේදනා අධ්‍යාපනය දියුණු කිරීම සඳහා වූ ජාත්‍යන්තර වේදනා අධ්‍යයන සංගම මූලිකත්වය යටතේ සංවර්ධනය වෙමින් පවතින රටවලට ලබා දුන් ප්‍රදානයක් සහ සිඩ්නි විශ්වවිද්‍යාලය සමඟ ඇති කරගත් බලපත්‍ර ගිවිසුමක් සමඟින්, මෙම නව්‍ය වැඩසටහන 2008 දී දියත් කරන ලදී. මෙම සම්පූර්ණ මාර්ගගත අධ්‍යාපන වැඩසටහනේ මූලික අංග පහත පරිදි වේ:

1. **සවිස්තරාත්මක සායනික පුහුණුව සහ අන්තර් විෂයික අවධානය:** එය ජාත්‍යන්තර වේදනා අධ්‍යයන සංගමහි වෛද්‍ය විද්‍යාව සඳහා වන වේදනා විෂයමාලා සටහනට අනුකූල වේ.[3]
2. **අන්තර් විෂය අවධානය:** මෙහිදී වේදනාවේ ජීව-මනෝ-සමාජ (biopsychosocial) මානයන් සහ වේදනා කළමනාකරණය සඳහා වන අන්තර් විනයාත්මක ප්‍රවේශය හැදෑරීම සඳහා විවිධ විෂය ක්ෂේත්‍රවලින් සහ විශේෂඥතාවලින් යුත් කථිකාචාර්යවරුන් සහ සිසුන් එක්රැස් වේ.
3. **පර්යේෂණ:** මෙහිදී සිසුන් වසර 2ක වැඩසටහන අවසානයේදී සම්පූර්ණ පර්යේෂණ ව්‍යාපෘතියක් ඉදිරිපත් කිරීම අවශ්‍ය වේ.
4. **ඇගයීම සහ විභාග:** සිසුන් මාර්ගගත සාකච්ඡා, අන්තර්ක්‍රියාකාරී ස්වයං තක්සේරු ප්‍රශ්නාවලි, වාචික ඉදිරිපත් කිරීම් සහ සායනික අවස්ථාවන්ට අදාළ පැවරුම් සඳහා සහභාගී වේ.
5. මාර්ගගත ඉගෙනීම ප්‍රශස්ත කිරීම සඳහා මූලික පරිගණක සාක්ෂරතා කුසලතා වර්ධනය කර වැඩි දියුණු කරනු ලැබේ.

අද වන විට, මෙම වැඩසටහන මඟින් වෛද්‍ය විද්‍යාවේ ශාස්ත්‍රපති උපාධිධාරීන් 29 දෙනෙකු (වෛද්‍යවරුන්) සහ විද්‍යාවේ ශාස්ත්‍රපති උපාධිධාරීන් 6 දෙනෙකු (හෙදියන් 2ක්, දන්ත වෛද්‍යවරුන් 3ක් සහ කයිරොප්‍රැක්ටර්වරයෙකු) බිහි කර ඇත. මීට අමතරව, පශ්චාත් උපාධි ඩිප්ලෝමා 6ක් සහ පශ්චාත් උපාධි සහතිකපත් 7ක් හිමි කරගත් සෞඛ්‍ය වෘත්තිකයන් මැලේසියාව, තායිලන්තය, ඉන්දුනීසියාව, ඉන්දියාව සහ පිලිපීනය වැනි අඩු සහ මධ්‍යම ආදායම් ලබන රටවල සේවය කරති.

මූලික ප්‍රතිඵල සහ ආදි ශිෂ්‍ය ජයග්‍රහණ

අඩු සහ මධ්‍යම ආදායම් ලබන රටවල වේදනා රෝගීන්ගේ රෝගී ප්‍රතිඵල සහ ජීවන තත්ත්වය වැඩිදියුණු කිරීම අරමුණු කරගනිමින්, අධ්‍යාපනය, පුහුණුව සහ පර්යේෂණ තුළින් වේදනා කළමනාකරණය ඉදිරියට ගෙන යාමට ආයතන දෙකම කැපවී සිටී. අධ්‍යාපනයේ සහ පුහුණුවේ අවසාන ඉලක්කය වන්නේ තනි වෛද්‍යවරුන් පුහුණු කිරීම පමණක් නොව, ඔවුන්ගේ දැනුම බෙදා ගැනීමට සහ ඔවුන්ගේ මව්බිමේ සහ ඉන් ඔබ්බට දාමයක් ලෙස නායකයින් හෝ පුරෝගාමීන් බිහි කිරීමයි.

ආදි ශිෂ්‍යයන් පරිවර්තනීය විභවයක් පෙන්නුම් කර ඇති අතර, ඔවුන්ගේ ආයතනවල සහ ප්‍රජාවන් තුළ වේදනා කළමනාකරණය දියුණු කිරීමට පුරෝගාමී වී ඇත. උදාහරණ ලෙස, බහුවිධ ප්‍රවේශයන් ක්‍රියාත්මක කිරීම, වේදනා කළමනාකරණය සඳහා ප්‍රොටෝකෝල ස්ථාපිත කිරීම සහ ග්‍රාමීය ප්‍රදේශවල වෛද්‍ය නිලධාරීන්ගේ අධ්‍යාපනය වැඩිදියුණු කිරීම සඳහා ප්‍රජා සම්බන්ධතා වැඩසටහන් සංවර්ධනය කිරීම ඇතුළත් වේ. මීට අමතරව, බොහෝ ආදි ශිෂ්‍යයන් අත්‍යවශ්‍ය වේදනා කළමනාකරණ වැඩසටහන්

ආරම්භ කිරීම, වේදනා දැනුවත්භාවය වැඩි දියුණු කිරීම, ජාතික විකාශන හරහා රෝගී අධ්‍යාපනය වැඩිදියුණු කිරීම හෝ ඔවුන්ගේ අදාළ රටවල වේදනා කළමනාකරණයේ නායකයින් ලෙස පත් කිරීම මගින් ජාතික හා ජාත්‍යන්තර වේදනා උපදේශනයෙහි නියැලී සිටිති. [8]

නිගමනය

විෂය නිර්දේශය ලොව පුරා වේදනා කළමනාකරණයේ අසමානතා විසඳීම සඳහා ඉතා වැදගත් පියවරකි. IASP විෂය නිර්දේශය අඩු හා මධ්‍යම ආදායම් ලබන රටවල භාවිතා කළ හැකි වේ. යාවත්කාලීන සායනික දැනුම, විවිධ විෂයයන්ගේ ප්‍රවේශයන් සංස්කෘතික හා සම්පත් අනුගත කිරීම සමග ඒකාබද්ධ කිරීමෙන්, මෙම විෂය නිර්දේශ ලොව පුරා වේදනා කළමනාකරණය වැඩිදියුණු කිරීම සඳහා ආදර්ශ ලෙස භාවිතා කළ හැකිය.

ආශ්‍රිත ග්‍රන්ථ (References)

1. Fishman et al. Core competencies for pain management: Results of an interprofessional consensus summit. Pain Medicine 2013; 14:971-981.
2. Goldberg DS, McGee SJ. Pain as a global public health priority. BMC Public Health. 2011; 11:770.
3. International Association for the Study of Pain. IASP Curriculum Outline on Pain for Physical Therapy. Available at: https://www.iasp-pain.org/education/curricula/iasp-curriculum-outline-on-pain-for-physical-therapy, retrieved 01/03/2025
4. Kopf A, Patel N, editors. Obstacles to pain management in low-resource settings. In: Guide to Pain Management in Low-Resource Settings. International Association for the Study of Pain; 2010. p. 9-12.
5. Morriss WW, Roques CJ. Pain management in low- and middle-income countries. BJA Educ. 2018;18(9):265-270.
6. Sanansilp V, Euasobhon P, Than QV, Rushatamukayanunt P, Jirachaipitak S, Eiamtanasate S. Effectiveness of the Four-Frequency Protocol of Repetitive Peripheral Magnetic Stimulation (rPMS) for Chronic Pain. Siriraj Med J 2022;74(8):518-529.
7. Thapa P, Euasobhon P. Chronic postsurgical pain: current evidence for prevention and management. Korean J Pain. 2018;31(3):155-173.

8. Zinboonyahgoon N. Siriraj Clinical Pain Management Center's report to IASP 2012-2024. (unpublished report)

කර්තෘ අනුබද්ධතා (**Author Affiliations)**

1. Siriraj Clinical Pain Management Training Center, Department of Anesthesiology, Faculty of Medicine Siriraj Hospital, Mahidol University, Thailand
2. Center for Pain Medicine, Department of Anesthesiology and Perioperative Medicine, Faculty of Medicine and Surgery, University of Santo Tomas, Philippines

කරුණු පත්‍රිකාව සමාලෝචනය කළේ: (Fact Sheet Reviewed By)

1. Roger Goucke FFPMANZCA, MBChB, University of Western Australia, Perth, Australia
2. Quyen Van Than, MD, Pain Clinic, Hospital 199, Department of Anesthesiology, Vietnam

ඉංග්‍රීසි භාෂාවෙන් පරිවර්තනය කරන ලද්දේ (Translated from English by)

N.P. Edirisinghe, PhD, Department of Fundamental Nursing, Faculty of Nursing, University of Colombo, Sri Lanka