GIG CYMRU NHS WALES
Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan
University Health Board

स्वस्थ भविष्य के लिए एक संवाद

अगले 10 साल

sgwrs *er mwyn* **dyfodol iach**

a **conversation** *for a* **healthy future**

Gwent में स्वास्थ्य देखभाल के लिए अभी हम अगले 10-साल की एक योजना विकसित कर रहे हैं।

हम जानते हैं कि हमारे पास अपनी स्वास्थ्य देखभाल सिस्टम को बेहतर बनाने के लिए सभी समाधान नहीं हैं - और हमें किन क्षेत्रों पर ध्यान केंद्रित करना चाहिए यह समझने के लिए हमें आपकी मदद और आपके राय की जरूरत है। हम इस संवाद के जरिए, हमारी सेवाओं को प्रदान करते समय हमारे मूल्यों और व्यवहारों को एक्सप्लोर करना चाहेंगे।

कृपया नीचे दी जानकारी पढ़ें, जो इस समय हमारे सामने आने वाली चुनौतियों के बारे में, Gwent में लोगों के स्वास्थ्य को प्रभावित करने वाले कारकों के बारे में, और भविष्य के लिए चीजों में सुधार लाने की हमारी उम्मीदों के बारे में बताती है...

हमारी जनसंख्या

Gwent की जनसंख्या निरंतर बदल रही है। हमने 2011 के बाद से अपनी जनसंख्या में तेजी से वृद्धावस्था देखी है और अब Gwent में 65 वर्ष से अधिक आयु के 20% से अधिक लोग हैं।

हम चाहते हैं कि लोग जितना हो सके उतने लंबे समय तक अच्छे स्वास्थ्य में रहें, लेकिन दुख की बात है कि हम जानते हैं कि Gwent में यह वास्तविकता नहीं है। उदाहरण के लिए, **Blaenau Gwent में रहने वाली महिलाओं की औसत स्वस्थ जीवनकाल सिर्फ 55.3 वर्ष है, जबकि Monmouthshire में यह 69.3 वर्ष है।** इसे असमानता के रूप में जाना जाता है, और महामारी के प्रभावों के बाद हमारी जनसंख्या के लिए यह स्थिति और भी बदतर हो गई है - लेकिन साथ मिलकर हम इस इस परिस्थिति को बदल सकते हैं।

हम सभी को अब कदम उठाने की जरूरत है। अगर चीजें नहीं बदलेंगी, तो स्वास्थ्य बोर्ड द्वारा प्रदान की जाने वाली सेवाओं के संसाधन लोगों के लिए कम पड़ जाएंगे और हो सकता है की इस वजह से NHS के पास कुछ भी संसाधन उपलब्ध न रहे। पर उम्मीद अभी बाकि है - क्यूंकि Gwent के लोगों को होने वाली स्थितियाँ और बीमारियाँ वास्तव में रोकी जा सकती है। आइए इसके कुछ उदाहरणों पर नज़र डालें:

कैंसर: सभी कैंसरों में से 38% कैंसरों को रोका जा सकता है - फेफड़े, त्वचा और गर्भाशय ग्रीवा (सरवाइकल) कैंसर जैसे कैंसरों में यह आंकड़ा 70% तक बढ़ जाता है।

लिवर (यकृत) रोग : UK (ब्रिटेन) में अब 35-49 आयु वर्ग के लोगों की मृत्यु का सबसे आम कारण लिवर रोग है (पिछले 20 वर्षों में लिवर रोग से होने वाली मृत्यु दोगुनी हो गई हैं)। अत्यधिक शराब पीना और मोटापा लिवर की बीमारी होने के सामान्य कारण बने हुए हैं।

हृदय रोग (दिल की बीमारी): मौजदा समय में Gwent में लगभग 63,000 लोग हृदय रोग से प्रभावित हैं, जिसमें मोटापा प्रमुख जोखिम कारक है। Gwent में साल 2021/22 में कामकाजी उम्र के केवल 29.3% वयस्कों का वजन स्वस्थ बताया गया था।

तो हम इन चीजों को कैसे रोक सकते हैं?

हमारे जीवन जीने के तरीकों में छोटे-छोटे बदलाव हमारी मदद कर सकते हैं और लोगों को अच्छा जीवन जीने में सहायता करने से खराब स्वास्थ्य को रोकने में बहुत बड़ी मदद मिल सकती है। हम जानते हैं कि स्वास्थ्य सेवा लोगों के स्वास्थ्य में योगदान करने वाले केवल 20% कारकों को प्रभावित कर सकती है और इसलिए हमें पहले ही बीमारी को रोकने पर और अपने कम्युनिटी में जितना हो सके उतने लंबे समय तक अच्छा जीवन जीने में मदद करने पर ध्यान केंद्रित करना होगा।

यह स्वास्थ्य सेवा से कहीं बढ़कर है - यह रोजगार, अच्छे भोजन की सुविधा, पार्क और खेल के मैदान जैसी हरी जगहें, किफायती घर और हमारे दोस्तों और परिवार के साथ मेलजोल के बारे में है। ये सभी चीजें अच्छी तरह से जीवन जीने और लंबे समय तक जीवन जीने की हमारी क्षमता में योगदान देती हैं।

हमारा कार्यबल

जैसा कि पिछले पेज में हमने बताया है, **Gwent में 65 वर्ष से अधिक उम्र के लोगों की संख्या अब पहले से कहीं अधिक है** - और युवाओं का आंकड़ा भी कम है! यह पैटर्न भविष्य में भी जारी रहेगा, राष्ट्रीय सांख्यिकी कार्यालय का अनुमान है कि 2035 तक कार्यबल में 18% कम 18-वर्षीय बच्चे प्रवेश करेंगे।

स्वास्थ्य बोर्ड के लिए काम करने वाले अधिकांश लोग भी Gwent क्षेत्र में रहते हैं, इसलिए 2035 तक 18 साल उम्र के युवा बहुत कम होंगे जो काम करना शुरू करेंगे, परिणामस्वरूप स्वास्थ्य सेवा में अपना करियर शुरू करने वाले युवाओं का आंकड़ा भी कम ही होगा।

फिलहाल, हमारे केवल 15% कर्मचारी 21 से 30 वर्ष की आयु के हैं, जबकि बाकी कर्मचारियों की उम्र 36% 50 वर्ष से अधिक हैं। स्वास्थ्य बोर्ड पहले से ही कर्मचारियों की चुनौतियों का सामना कर रहा है, स्वास्थ्य देखभाल क्षेत्र में नौकरी की रिक्तियां अब आम हो गई हैं। भविष्य में हमारे पास उस तरह से सेवाएं प्रदान करने के लिए पर्याप्त लोग नहीं होंगे जिस तरह से हम अभी सेवाएं प्रदान कर रहे हैं। पहले से ही 50% मेडिकल ग्रेजुएट विदेशों से हैं और हमें भविष्य के लिए अधिक स्थिर स्थिति की जरूरत है।

देखभाल क्षेत्र में काम करना भी बदल रहा है, नई टेक्नोलॉजी, दवाइयों में प्रगति और हमारे काम करने का तरीका पहले की तुलना में अलग हो गया है। इसलिए एक नियोक्ता के रूप में, हमें भी बदलना होगा यह सुनिश्चित करना होगा।

हमारा प्रदर्शन

जबकि हम जानते हैं कि हमारे कई मरीजों को शानदार देखभाल मिलती है, हम यह भी जानते हैं कि हमारी सेवाओं को बेहतर बनाने के लिए और भी काम करना बाकी है। 2024 की शुरुआत में, 35,000 से अधिक लोग नियोजित अपॉइंटमेंट और उपचारों के लिए 36 हफ्तों से अधिक समय तक प्रतीक्षा कर रहे थे।

हालांकि हमारी आपातकालीन देखभाल सिस्टम में सुधार किए गए हैं, लेकिन हम जानते हैं कि एम्बुलेंस के लिए प्रतीक्षा समय बहुत लंबा है और हम आपातकालीन और तत्काल मरीजों को 4 घंटे के भीतर देखने, इलाज करके डिस्चार्ज देने के लक्ष्य को पूरा नहीं कर पा रहे हैं। वास्तव में, हम हमारे लक्ष्य का लगभग 75%लक्ष्य ही पूरा कर पा रहे हैं।

हम यह भी जानते हैं कि लोग हमारे अस्पतालों में बहुत लंबा समय बिता रहे हैं। हमारे पास नियमित रूप से लगभग 200 लोग आते हैं जिन्होंने उपचार प्राप्त किया होता है और घर जाने के लिए तैयार होते हैं, लेकिन उनके घर पर उन्हें मदद करने वाला कोई उपलब्ध नहीं होने के कारण हम उन्हें घर जाने के लिए डिस्चार्ज नहीं कर पाते हैं। इसका मतलब यह है कि लोग जरूरत से 3 हफ्ते के अधिक समय तक अस्पताल में रह सकते हैं, जो उनके स्वास्थ्य और सेहत के लिए अच्छा नहीं है।

हम अक्सर लोगों को GP अपॉइंटमेंट्स और कम्युनिटी में सहायता प्राप्त करने में आने वाली चुनौतियों की कहानियाँ सुनते हैं, और हालांकि इस स्थिति को सुधारने के लिए बहुत कुछ किया जा रहा है, लेकिन हम जानते हैं कि अभी भी बहुत कुछ करना बाकी है।

टेक्नोलॉजी (प्रौद्योगिकी) और साइंस (विज्ञान)

नई टेक्नोलॉजी के कारण हमारे जीवन जीने का तरीका बदल रहा है। अब अधिकांश लोगों के पास मोबाइल फोन और आईपैड जैसे स्मार्ट डिवाइस हैं और वे उनका दैनिक उपयोग करते हैं। रिमोट मॉनिटरिंग, सहायक टेक्नोलॉजी और आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस (AI) जैसी टेक्नोलॉजी को एक समय भविष्य के विचारों के रूप में देखा जाता था, लेकिन वे पहले से ही हमारे जीवन का हिस्सा बन गए हैं। AI एक्स-रे पढ़ता है, रिमोट मॉनिटर देखभाल करने वालों को मानसिक शांति प्रदान करता है, और पेसमेकर को दूर से एडजस्ट किया जा सकता है। आनुवंशिकी (जेनेटिक्स) में प्रगति से बीमारियों का इलाज संभव हो गया है, और सेल थेरेपी जैसे नए उपचार उन कैंसर से निपटते हैं जिन्हें कभी इलाज योग्य नहीं माना जाता था।

जलवायु (क्लाइमेट) बदल रही है, और स्वास्थ्य देखभाल में बहुत अधिक गैस और बिजली की खपत हो रही है, साथ ही उल्लेखनीय मात्रा में अपशिष्ट भी पैदा होते जा रहे है।

स्वास्थ्य सेवाओं को स्वच्छ ऊर्जा स्रोतों का उपयोग शुरू करने, कम प्रदूषण पैदा करने और अपशिष्ट को कम करने के तरीके खोजने की जरूरत है।

हमारे संसाधन

स्वास्थ्य देखभाल सिस्टम हमारे सार्वजनिक फंड और कार्यबल की बड़ी राशि का उपयोग कर रही है। वर्तमान में, स्वास्थ्य बोर्ड का बजट £1.7 बिलियन है, जो Welsh सरकार के कुल बजट का 7.5% है।

हमारी जनसंख्या में बदलाव से पता चलता है कि जब तक हम बदलाव नहीं करेंगे, हमारी मौजूदा सिस्टम सस्ती नहीं होने वाली। सेवाओं के लिए अपने आवंटित बजट में मैनेज करना बहुत महत्वपूर्ण है और जहां लोगों को सबसे ज्यादा जरूरी मदद मिल सकती है वहां ज्यादा पैसे खर्च करने होंगे। अभी की स्थिति में, स्वास्थ्य देखभाल का अधिकांश पैसा अस्पतालों और तत्काल देखभाल में खर्च होता है, लेकिन अध्ययनों से पता चलता है कि इन पैसों को बीमारियों की रोकथाम और जीपी, फार्मेसी, डेंटल और ऑप्टिशियंस जैसी प्राथमिक देखभाल सेवाओं पर खर्च करना बेहतर होगा।

हम जानते हैं कि हमें स्वस्थ रखने में मदद करने वाले कारक केवल 20% ही है जो जीपी या अस्पताल जाने से संबंधित होते है। इसलिए, स्वास्थ्य समस्याओं को रोकने और कम्युनिटी को स्वस्थ जीवन जीने में मदद करने पर अधिक ध्यान केंद्रित करना महत्वपूर्ण है। अगर हम स्वास्थ्य देखभाल पर कम पैसा खर्च करें और पर्यावरण की सफाई, शिक्षा में सुधार और कम्युनिटी का समर्थन करने जैसी चीजों पर अधिक पैसा खर्च करें, तो हर कोई अधिक स्वस्थ हो सकता है।

हम पहले से क्या कर रहे हैं?

एक स्वास्थ्य बोर्ड के रूप में, हम बेहतर सेवाओं के लिए आवश्यक सुधार शुरू करने के लिए किसी नई रणनीति की प्रतीक्षा नहीं कर रहे हैं।

क्लिनिकल फ्यूचर्स स्ट्रैटेजी - हमने अपनी पिछली इस योजना के माध्यम से पहले ही काफी प्रगति कर ली है:

- **हमने ग्रेंज यूनिवर्सिटी अस्पताल तय समय से चार महीने पहले और बजट के भीतर शुरू कर दिया है।** इसकी जल्दी शुरुआत करने से हमें कोविड-19 महामारी के दौरान बेहतर संक्रमण रोकथाम उपायों को लागू करने में मदद मिली।
- **हमने Tredegar में नई कम्युनिटी फैसिलिटी और Ystrad Mynach में एक नया ब्रेस्ट सेंटर खोला है।**
- **हमने "सेम डे इमरजेंसी केयर (उसी दिन आपातकालीन देखभाल)" जैसी नई अत्यावश्यक देखभाल सेवाएं स्थापित की हैं,** जिससे मरीजों को अत्यावश्यक अपॉइंटमेंट्स की सुविधा का लाभ मिल रहा है।
- हम संयुक्त सेवाएं बनाकर **स्वास्थ्य और सामाजिक देखभाल के बीच संबंध को बेहतर बनाने के लिए स्थानीय अधिकारियों के साथ काम कर रहे हैं।**
- **हमने महामारी के दौरान तेजी से सामूहिक टीकाकरण, परीक्षण और ट्रेसिंग सेवाएं स्थापित कीं,** और यह सुनिश्चित किया कि हर कोई इन सेवाओं की सुविधा प्राप्त कर सकता है।
- हमारी स्वास्थ्य सेवाओं को अधिक हरित, कुशल बनाने, संसाधनों को बचाने और अपशिष्ट को कम करने हेतु काम का मार्गदर्शन करने के लिए **हमारा एक डीकार्बोनाइजेशन प्रोग्राम है।**

प्रश्न:

हम जानते हैं कि हमारे पास अपनी स्वास्थ्य देखभाल सिस्टम को बेहतर बनाने के लिए सभी समाधान नहीं हैं। और हमें किन क्षेत्रों पर ध्यान केंद्रित करना चाहिए यह समझने के लिए हमें आपकी सहायता और आपके इनपुट की आवश्यकता है। हमें भविष्य को एक साथ मिलकर डिजाइन करने की जरूरत है, इसलिए:

'स्वस्थ महसूस करने के लिए आपके लिए क्या महत्वपूर्ण है?'

इस पुस्तिका का निर्माण Aneurin Bevan यूनिवर्सिटी हेल्थ बोर्ड द्वारा किया गया था।

अगर आप इस जानकारी को किसी भिन्न प्रारूप या भाषा में एक्सेस करना चाहते हैं तो कृपया हमसे संपर्क करें।

अधिक विस्तृत जानकारी के लिए, कृपया हमारी वेबसाइट **https://abuhb.nhs.wales/** पर जाएं।