

Ağrı Araştırmaları Neden Önemlidir

Giriş: Sorun nedir?

Ağrı, Avrupa genelinde insanların tıbbi yardım aramasının en yaygın nedenidir. Kısa süreli ağrı (örneğin bir yaralanmadan kaynaklanan), koruyucu bir rol oynar, ancak üç aydan uzun süren uzun süreli veya kronik ağrı bir kişinin yaşam kalitesini ciddi şekilde etkileyebilir. Sadece fiziksel ve zihinsel sağlığı değil, aynı zamanda iş, eğitim ve sosyal ilişkileri de etkiler. Ağrı yalnızca bir semptom değil, başlı başına ciddi bir sağlık sorunudur.

Kronik ağrı yalnızca kişisel bir yük değil — aynı zamanda ekonomik verimliliği azaltan, sağlık sistemlerini zorlayan ve Avrupa Birliği genelinde sosyal eşitsizlikleri artıran yapısal bir sorundur. 150 milyondan fazla Avrupalıyı etkileyen bu durum, acil siyasi dikkat ve koordineli politika eylemleri gerektirir.

Ekonomik maliyet şaşırtıcıdır: Kronik ağrının toplam yükü, birçok AB Üye Devleti'nde GSYİH'nin %1,5 ila %4'ü arasında tahmin edilmektedir. Bu maliyetler; iş gücü kaybı, uzun süreli hastalık izinleri, erken emeklilik ve sağlık ile sosyal hizmetlere artan talep nedeniyle ortaya çıkmaktadır. Bu, somut olarak her yıl milyarlarca Euro'nun kaybı anlamına gelir — ulusal bütçeler ve AB rekabet gücü için sessiz bir yük.

Ancak bu maliyet sadece ekonomik değildir. Kronik ağrı, orantısız bir şekilde kadınları, yaşlıları ve düşük gelirli toplulukları etkiler ve yoksulluk, işsizlik ve kötü sağlık döngülerini güçlendirir. Müdahale edilmediği takdirde bu durum sosyal dışlanmayı artırmaya, sağlık eşitsizliklerini derinleştirmeye ve Avrupa Sosyal Haklar Sütunu ile Sağlık Eşitliği hedeflerine ulaşılmasını engellemeye devam edecektir.

Buna rağmen ağrı, AB araştırma ve politika çerçevelerinde hâlâ yeterince önceliklendirilmiyor. Mevcut çabalar dağınık, yetersiz finanse edilmiş ve klinik gerçeklikten kopuktur. Koordinasyon eksikliği, tutarsız veriler ve AB düzeyinde stratejik bir araştırma gündeminin olmaması yenilikleri yavaşlatmaktadır.

Değişim şarttır — sadece ağrının nasıl tedavi edildiği konusunda değil, aynı zamanda onun nasıl anlaşıldığı, araştırıldığı ve finanse edildiği konusunda da. Avrupa Birliği, kronik ağrıyı bir halk sağlığı ve ekonomik öncelik olarak ele almalıdır. Bu, Horizon Europe ile uyumlu, bilimsel keşif ile klinik uygulama arasındaki boşluğu kapatan ve inovasyonun gelir, yaş veya coğrafya fark etmeksizin tüm Avrupalılara ulaşmasını sağlayan **koordineli bir araştırma politikası** gerektirir.

Eylem Çağrısı: Avrupa’da Koordineli Bir Ağrı Araştırma Stratejisi

Bu zorluklara yanıt olarak, Avrupa Ağrı Federasyonu (EFIC), Avrupa için detaylı bir Ağrı Araştırma Stratejisi (PRiSE) geliştirmiştir. Bu strateji, mevcut boşluğu gidermek için açık ve kanıta dayalı bir yol sunar.

Klinisyenler, araştırmacılar ve ağrı ile yaşayan bireylerin katkısıyla geliştirilen PRiSE, ağrı araştırması için birleşik bir Avrupa vizyonu sunar. Tekrarları, yanlış öncelikleri ve kaynak israfını ortadan kaldırmayı amaçlar. Sınır ötesi koordinasyon yoluyla PRiSE, sağlık sistemlerini güçlendirebilir, finansmanı yönlendirebilir ve hastalara gerçek faydalar sağlayabilir — AB'nin inovasyon, dijital sağlık ve yaşam kalitesi hedeflerini destekleyerek.

Stratejik Öncelikler

PRiSE beş ana araştırma hedefi belirlemiştir:

- Ağrıyı etkileyen biyolojik, psikolojik ve sosyal faktörler dahil olmak üzere ağrının nedenlerini daha iyi anlamak.
- Depresyon, uyku sorunları ve obezite gibi ağrıyı etkileyen ya da ağrıdan etkilenen durumları incelemek ve bunların tedavi sonuçları üzerindeki etkilerini araştırmak.
- Mevcut ve yeni tedavi yöntemlerini — ilaçlar, fizyoterapi ve davranışsal yaklaşımlar dahil — değerlendirerek neyin en etkili olduğunu belirlemek.
- Yeni teknolojiler kullanarak bireysel ihtiyaçlara göre uyarlanmış kişiselleştirilmiş tedaviler geliştirmek.
- Ağrının toplum ve ekonomi üzerindeki etkilerini araştırmak; sağlık planlaması ve kaynak kullanımı için daha iyi kararlar alınmasını sağlamak.

Stratejiden Sonuca

PRiSE'in temel önceliklerinden biri, araştırmanın somut değişim yaratmasını sağlamaktır. Bu, çalışmaların klinisyenler, politika yapımcılar ve ağrı ile yaşayan insanlar için anlamlı olması gerektiği anlamına gelir. Araştırmalar ayrıca karşılaştırılabilir olmalı; bu da standart sonuç ölçütlerinin kullanılmasını ve hastaların araştırma tasarım sürecine dahil edilmesini gerektirir.

Yeni araştırmalar, klinik veriler, ruh sağlığı skorları ve beyin görüntüleme gibi çeşitli bilgilerin bir araya getirilmesinin ağrının nasıl gelişeceğini tahmin etmeye yardımcı olabileceğini göstermektedir. Bunun için iyi veri sistemleri ve araştırma ile klinik uygulama arasında daha güçlü bağlantılar gereklidir.

PRiSE şunları önermektedir:

- Ağrının değerlendirilmesinde ortak standartlar kullanılması
- Araştırma planlamasında hastaların dahil edilmesi

- Çalışmaların ICD-11 gibi uluslararası sistemlerle uyumlu hale getirilmesi

Sonuç: Stratejiden Eyleme

Ağrı, Avrupa'da milyonlarca insanı etkileyen ve ciddi kişisel, sosyal ve ekonomik sonuçlar doğuran bir sorundur. PRiSE stratejisinde özetlenen şekilde stratejik, kapsayıcı ve veri odaklı bir araştırma çerçevesine bugün yatırım yaparak, AB kronik ağrının uzun vadeli maliyetlerini azaltabilir, sağlık sistemlerini güçlendirebilir ve sosyal adalet, ekonomik dirençlilik ve sürdürülebilir halk sağlığı konularındaki taahhütlerini yerine getirebilir.

PRiSE stratejisi, bu hedeflere ulaşmak için bir yol haritası sunar. Tam araştırma stratejisini European Journal of Pain'da okuyabilirsiniz:

<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1002/ejp.4767>

References

- Berger, Sara E, and Alexis T Baria. "Assessing Pain Research: A Narrative Review of Emerging Pain Methods, Their Technosocial Implications, and Opportunities for Multidisciplinary Approaches." *Frontiers in Pain Research* 3 (2022): 896276.
- Breivik, Harald, Elon Eisenberg, and Tony O'Brien. "The Individual and Societal Burden of Chronic Pain in Europe: The Case for Strategic Prioritisation and Action to Improve Knowledge and Availability of Appropriate Care." *BMC Public Health* 13 (2013): 1-14.
- Cohen, Steven P, Lene Vase, and William M Hooten. "Chronic Pain: An Update on Burden, Best Practices, and New Advances." *The Lancet* 397, no. 10289 (2021): 2082-97.
- Deckert, Stefanie, U Kaiser, Christian Kopkow, F Trautmann, Rainer Sabatowski, and JJEJOP Schmitt. "A Systematic Review of the Outcomes Reported in Multimodal Pain Therapy for Chronic Pain." *European journal of pain* 20, no. 1 (2016): 51-63.
- Gatchel, Robert J, Yuan Bo Peng, Madelon L Peters, Perry N Fuchs, and Dennis C Turk. "The Biopsychosocial Approach to Chronic Pain: Scientific Advances and Future Directions." *Psychological bulletin* 133, no. 4 (2007): 581.
- Huang, Yilong, Chunli Li, Jiaxin Chen, Zhongwei Wang, Derong Zhao, Lei Yang, Zhenguang Zhang, Yuanming Jiang, Xiaolina Zhang, and Bo He. "A Multidimensional Regression Model for Predicting Recurrence in Chronic Low Back Pain." *European journal of pain* 29, no. 3 (2025): e4793.
- Mäntyselkä, Pekka T, Esko A Kumpusalo, Riitta S Ahonen, and Jorma K Takala. "Direct and Indirect Costs of Managing Patients with Musculoskeletal Pain—Challenge for Health Care." *European journal of pain* 6, no. 2 (2002): 141-48.
- Mouraux, André, Kirsty Bannister, Susanne Becker, David P Finn, Gisèle Pickering, Esther Pogatzki-Zahn, and Thomas Graven-Nielsen. "Challenges and Opportunities in Translational Pain Research—an Opinion Paper of the Working Group on Translational Pain Research of the European Pain Federation (Efic)." *European journal of pain* 25, no. 4 (2021): 731-56.
- Oliveira, CB, GE Ferreira, R Buchbinder, GC Machado, and CG Maher. "Do National Health Priorities Align with Global Burden of Disease Estimates on Disease Burden? An Analysis of National Health Plans and Official Governmental Websites." *Public Health* 222 (2023): 66-74.
- Phillips, Ceri J. "The Cost and Burden of Chronic Pain." *Reviews in pain* 3, no. 1 (2009): 2-5.
- Pickering, Gisèle, Mary O'Keeffe, Kirsty Bannister, Susanne Becker, Sonia Cottom, Felicia J. Cox, Elon Eisenberg et al. "A pain research strategy for Europe: A European survey and position paper of the European Pain Federation EFIC." *European Journal of Pain* 29, no. 1 (2025): e4767.
- Stubhaug, Audun, Johan Liseth Hansen, Sara Hallberg, Anders Gustavsson, Anne Elise Eggen, and Christopher Sivert Nielsen. "The Costs of Chronic Pain—Long-Term Estimates." *European journal of pain* 28, no. 6 (2024): 960-77.
- Treede, Rolf-Detlef, Winfried Rief, Antonia Barke, Qasim Aziz, Michael I Bennett, Rafael Benoliel, Milton Cohen, Stefan Evers, Nanna B Finnerup, and Michael B First. "Chronic Pain as a Symptom or a Disease: The Iasp Classification of Chronic Pain for the International Classification of Diseases (Icd-11)." *Pain* 160, no. 1 (2019): 19-27.
- Tuyl, L, N Zinger, and I Heide. "Scoping Study on Evidence to Tackle High-Burden under-Researched Medical Conditions—Discussion Paper." *Publications Office of the European Union* (2023).

Vos, Theo, Stephen S Lim, Cristiana Abbafati, Kaja M Abbas, Mohammad Abbasi, Mitra Abbasifard, Mohsen Abbasi-Kangevari, Hedayat Abbastabar, Foad Abd-Allah, and Ahmed Abdelalim. "Global Burden of 369 Diseases and Injuries in 204 Countries and Territories, 1990–2019: A Systematic Analysis for the Global Burden of Disease Study 2019." *The Lancet* 396, no. 10258 (2020): 1204-22.