

# L-impatt tal-uġigħ fuq is-socjeta' (SIP)

## Qafas tal-politika għal servizzi ta' kura tal-uġigħ

### Introduzzjoni

L-uġigħ hu wieħed mill-aktar kundizzjonijiet tas-saħħa mifruxa fl-Ewropa u madwar id-dinja. Huwa l-aktar raġuni komuni għaliex in-nies ifittxu l-kura tas-saħħa u huwa l-kawża ewlenija ta' diżabilità u ta' kwalità tal-ħajja mnaqqsa. Hemm ukoll effett soċjoekonomiku qawwi f'termini ta' ammont ta' persuni milquta u kif inhuma milquta, b'mod partikolari għad-diżabilità fuq il-post tax-xogħol u għajjnuna minħabba l-mard. L-impatt tad-diżabilità kawża tal-uġigħ qed jikber, u qed jhedded is-sostenibbiltà tal-kura tas-saħħa u tas-sistemi soċjali Ewropej. Madankollu, ir-riċerka dwar l-uġigħ tircievi ħafna inqas flus meta mqabbla ma' oqsma oħrajn ta' riċerka dwar is-saħħa u dan in-nuqqas ta' investiment huwa meqjus bħala fattur ewlieni li jikkontribwixxi għall-piż. Il-Kummissjoni Ewropea identifikat ħafna kundizzjonijiet ta' uġigħ bħala ta' tbatija u mhux riċerkati biżżejjed, li jeħtieġu attenzjoni sostanzjali.

Skont il-Global Burden of Diseases, Injuries, and Risk Factors Study 2020, li jinkludi evalwazzjoni komprensiva tal-inċidenza, il-prevalenza, u s-snin mgħixa b'diżabilità (YLDs, Years Lived with Disability) għal 354 kawża differenti ta' mard f'195 pajjiż u territorju mill-1990 sal-2017, il-kundizzjonijiet relatati mal-uġigħ bħal dawk marbuta ma' uġigħ ta' ras (eż. emigranja) u disturbi ta' uġigħ muskuloskeletalni (eż. uġigħ fin-naħa t'isfel tad-dahar, artrite fil-ġenbejn u fl-irkopptejn u uġigħ fl-għonq) huma tnejn mill-akbar kontributori għas-snin mgħixa b'diżabilità (YLDs). L-uġigħ fid-dahar u l-emigranja huma responsabbli għal 57.6 miljun u 45.1 miljun sena ta' ħajja mitlufa; minħabba diżabilità, rispettivament.

Fl-Ewropa hemm madwar 740 miljun persuna, li ħafna minnhom jesperjenzaw episodju ta' uġigħ qawwi f'xi punt f'ħajjithom. Għal madwar 20 fil-mija, dan l-uġigħ jippersisti għal aktar minn tliet xhur, u b'hekk ikollhom uġigħ kroniku. Għalhekk, fil-preżent, 150 miljun persuna qed jesperjenzaw uġigħ kroniku madwar l-Ewropa. Dan jammonta għal madwar id-daqs tal-popolazzjoni tal-Ġermanja u Franza flimkien.

L-għan u l-oġġettiv ta' dan id-dokument hu:

- Jiġi introdott u deskritt qafas ta' politika nazzjonali komprensiv għat-twassil tal-kura tal-uġigħ bil-għan li jiġu indirizzati l-isfidi sinjifikanti kkawżati mill-piż tal-uġigħ fil-pajjiż.

- Jiġi rikonoxxut l-kumplessita tal-uġiġh kroniku, meqjus bħala kundizzjoni fiha nnifisha, u jiġu mwgħeda sistemi tas-saħħa li huma l-aktar adattati biex jappoġġjaw pazjenti bl-uġiġh, inkluż permezz tal-użu tal-11-il verżjoni tal-Klassifikazzjoni Internazzjonali tal-Mard (ICD-11).
- Ittejjeb ir-riżultati tas-saħħa u tippermetti numru akbar ta' nies jgħixu ħajja sodisfaċenti u produttiva.
- Jgħati appoġġ lil-Pjattaforma Nazzjonali tas-SIP - fl-isforzi tagħha ta' promozzjoni fuq livell nazzjonali.

## X'inhu l-Uġiġh?

**L-uġiġh** huwa esperjenza konxja sensorja u emozzjonali spjaċevoli assoċjata ma', jew li tixbah dik assoċjata ma' ħsara attwali jew potenzjali fit-tessuti ta' xi parti mill-ġisem. Skont l-Assoċjazzjoni Internazzjonali għall-Istudju tal-Uġiġh (IASP), l-uġiġh huwa dejjem esperjenza personali li hija influwenzata f'livelli differenti minn fatturi bijoloġiċi, psikoloġiċi u soċjali. Permezz tal-esperjenzi ta' ħajjithom, l-individwi jitgħallmu l-kunċett ta' uġiġh. L-esperjenza personali tal-uġiġh ta' persuna għandha tkun rispettata. Għalkemm l-uġiġh normalment iservi rwol li wieħed irid jadatta għalih, jista' jkollu effetti negattivi fuq il-ħajja ta' kuljum u fuq kif wieħed iħossu b'mod soċjali u psikoloġiku. Li wieħed jittellem dwar l-uġiġh hija biss waħda minn diversi mgħibiet kif jesprimih; li wieħed ma jkunx kapaċi jikkomunika ma teskludix il-possibbiltà li bniedem jew animal li mhux bniedem qed jesperjenza l-uġiġh.

**Uġiġh akut** huwa wġiġh li jgħaddi fi żmien raġonevolment qasir. Id-definizzjonijiet ta' uġiġh akut ivarjaw. Xi wħud iqisu li l-uġiġh akut idum inqas minn 30 jum, filwaqt li oħrajn iqisu li l-uġiġh akut jista' jirreferi għal kwalunkwe uġiġh li jgħaddi fi żmien 3 xhur. L-uġiġh akut ħafna drabi jiġi meqjus min-nies bħala xi ħaġa li tadatta għalih - mekkanizmu ta' sopravivenza utli li jservi funzjoni protettiva u ta' fejqan.

**Uġiġh kroniku** huwa uġiġh li jippersisti jew li huwa rekorrenti għal aktar minn 3 xhur. Madankollu, mhux kulħadd jaqbel ma' din id-definizzjoni.

**Uġiġh kroniku primarju** huwa uġiġh kontinwu għal aktar minn 3 xhur, huwa assoċjat ma' tbatija emozzjonali sinifikanti jew diżabilità funzjonali, u mhuwiex meqjus aħjar minn kundizzjoni medika oħra. F'dan il-każ, l-uġiġh kroniku huwa l-problema klinika dominanti u huwa meqjus bħala kundizzjoni fih innifsu. Il-kawżi ta' ħafna kundizzjonijiet ta' uġiġh kroniku mhumiex ċari, u l-mod kif ifegġu huwa mifhum l-aħjar bħala l-interazzjoni bejn diversi fatturi bijoloġiċi, psikoloġiċi u soċjali li jvarjaw minn persuna għal oħra. Xi eżempji huma uġiġh kroniku mifrux (bħall-fibromijalgija), is-sindromu ta' uġiġh reġjonali kumpless u wġiġh muskoloskeletal kroniku (eż. uġiġh kroniku mhux speċifiku fil-parti t'isfel tad-dahar).

**LUgigħ kroniku sekondarju** huwa uġigħ li huwa sintomu li jirriżulta minn marda oħra speċifika. Eżempji ta' kundizzjonijiet ta' uġigħ kroniku sekondarju huma l-uġigħ kroniku tal-kanċer, l-uġigħ kroniku sekondarju muskoloskeletal (eż. l-osteoartrite jew ir-rewmatizmu) u l-uġigħ kroniku sekondarju tal-interni (eż. kolite ulċerattiva, endometrijożi).

**L-uġigħ kroniku newropatiku (CNP)** jirreferi għall-uġigħ li jirriżulta minn marda/ħsara/incident tan-nervituri. Meta jdum għal tliet xhur jew aktar, jissejjaħ uġigħ newropatiku kroniku. Eżempji jinkludu xjatika, newropatija dijabetika, ħsara fis-sinla tad-dahar, uġigħ wara ħruq ta' Sant' Antnin (newralġija posterpetika), u newropatija kkawżata mill-kimoterapija.

## L-impatt tal-uġiegh kroniku u persistenti

L-uġigħ kroniku jservi bħala fattur prominenti li jwassal biex individwi jitolqu mix-xogħol qabel iż-żmien, u b'hekk jikkontribwixxu b'mod sinifikanti għall-irtirar minħabbażibilità. Minkejja l-impatt konsiderevoli li għandu, l-Ewropa qed tiffaċċja differenzi sostanzjali fis-saħħa, b'bosta individwi jgarrbu uġigħ kroniku, b'nuqqas ta' aċċess għal trattament xieraq. Barra minn hekk, l-uġigħ kroniku ħafna drabi jwassal għal problemi ta' rquad, sfidi konjittivi, għeja, iżolament soċjali, u depressjoni, fost oħrajn.

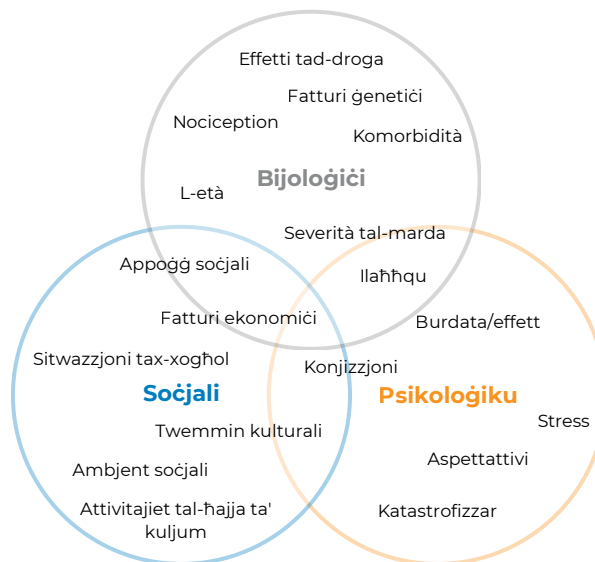
## X'inhu l-metodu Bijopsikosocjali?

Aspett ewlieni biex wieħed jieħu kontroll tal-uġigħ huwa l-metodu iċċentrat fuq il-persuna, li jgħaraf l-importanza tal-influenza bijopsikosocjali kemm fil-kawża kif ukoll fl-immaniġjar tal-' uġigħ kroniku. Skont il-mudell bijopsikosocjali, l-uġigħ jiġi bħala riżultat ta' għadd ta' fatturi fosthom dawk bijoloġiċi, psikoloġiċi u soċjali, li jvarjaw minn persuna għal oħra.

**L-aspett bijoloġiku** jirreferi għat-tip u l-kobor tal-perċezzjoni tal-uġigħ. Jinkludi , l-ħsara fit-tessuti jewil-ħsara minħabba-mard, il-problemi tas-saħħa fiżika, il-ġenetika, il-funzjoni immunitarja, in-newroloġija u l-kimika tan-nervituri. Jinkludi ukoll, l-effetti tal-medicini, id-differenzi bejn is-sess, il-karatteristiċi tas-sistema nervuza (eż. il-limitu tal-uġigħ, kemm wieħed jissaporti l-uġigħ, kemm wieħed hu sensitiv biex iħoss uġigħ) l-ormoni, l-irqad, l-età, u s-sistemi ta' kif wieħed jirrispondi għall-uġigħ. Jista' jintuża wkoll biex jirreferi għall-moviment tal-ġisem, kemm wieħed hu fiżikament attiv (movimenti, , saħħa, flessibilità), u l-attività fiżika.

**LL-aspett psikoloġiku** jirreferi għal ħsibijiet u emozzjonijiet inklużi t-tagħlim u l-memorja, il-percezzjoni/il-fehim tal-uġiġħ, it-twemmin u l-attitudnijiet, ix-xejriet tal-ħsieb li ma jgħinix (eż. kemm iġġib id-dinja fit-tarf), kemm taħseb li se tfieq, l-esperjenzi tal-uġiġħ fil-passat, il-biża', kemm int persuna effikaċi, id-depressjoni, l-ansjetà, id-diffikultà psikoloġika, u kemm tiflaħ għall-uġiġħ.

**Il-fatturi soċjali** jinkludu dak li wieħed jistenna mill-ħajja soċjali, is-sodisfazzjon fuq il-post tax-xoġhol, l-appoġġ soċjali (appoġġ finanzjarju, appoġġ strumentali, appoġġ emozzjonali), l-istatus tal-ħajja, l-impjeg, l-esperjenzi ta' uġiġħ fil-passat, l-assigurazzjoni tas-saħħa, l-abbuż minn sustanzi, il-lingwa, u l-ostakli kulturali.



## Qafas ta' Politika ta' Kwalità Għolja għat-Twassil tal-Kura tal-Uġiġħ

Il-qafas ta' politika propost għat-twassil tal-mudell għall-kura tal-uġiġħ għandu l-għan li jindirizza l-isfidi sinifikanti li jiffaċċjaw l-individwi li jgħixu bl-uġiġħ fil-pajjiż rispettiv, u għalhekk iservi bħala qafas komprensiv biex itejjeb it-trattament u l-immaniġjar aħjar tal-uġiġħ, itejjeb ir-riżultati tal-pazjenti, u jnaqqas il-piż tal-uġiġħ.

Il-Qafas ta' politika ta' kwalità għat-twassil tal-kura tal-uġiġħ jinkludi diversi elementi ewlenin immirati biex jindirizzaw b'mod effettiv l-isfidi assoċjati mal-immaniġjar tal-uġiġħ, it-trattament u kif għandhom jiġu organizzati s-sistemi tas-saħħa nazzjonali. Filwaqt li l-implimentazzjoni ta' dettalji speċifiċi x'aktarx tvarja skont il-pajjiż individwali u s-sistema tal-kura tas-saħħa, hemm xi komponenti essenzjali li għandu jinkludi qafas ta' politika komprensiv u ta' kwalità għolja għat-twassil tal-kura tal-uġiġħ:

Komponent	Karatteristika	Deskrizzjoni
<b>Kura orjentata lejn il-pazjent u individwalizzata</b>	L-għoti tas-setgħa u t-teħid ta' deċiżjonijiet flimkien	Jagħtu s-setgħa lin-nies li jgħixu bl-uġiġh biex jipparteċipaw b'mod attiv fid-deċiżjonijiet tagħhom dwar il-kura billi jipprovdu informazzjoni, edukazzjoni, u għodod biex flimkien d-deċiżjonijiet. Jiġu inklużi r-riżultati rrapportati mill-pazjenti (PROs) u l-kejl tar-riżultati rrapportati mill-pazjent (PROMs), li jaqdbu l-kumplessità bijopsikososċjali tal-uġiġh kroniku u jitfgħu dawl fuq l-oqsma u l-kwistjonijiet rilevanti tal-pazjent individwali.
	L-irwol tal-attività fiżika	Il-persuni li jgħixu bl-uġiġh jiġu mħeġġa biex jipparteċipaw f'attività fiżika bħala mezz ta' prevenzjoni u rijaabilitazzjoni. Dan l-metodu jista' jgħin biex jiġi evitat li jiskatta flare-ups tal-uġiġh, kif ukoll għejja fiżiku u emozzjonali li hija problema komuni fost persuni b'uġiġh kroniku.
	Involvi rappreżentanti tal-pazjenti fil-proċess tal-iżvilupp ta' PROs u PROMs	Involvi rappreżentanti tal-pazjenti fil-proċess tal-iżvilupp tar-riżultati rrapportati mill-pazjenti (PROs) u l-kejl tar-riżultati rrapportati mill-pazjenti (PROMs). Ikunu involuti ukoll partijiet interessati oħra bħal dawk li jieħdu f'is-servizi u l-professjonisti tas-saħħa li għandhom esperjenza fit-trattament ta' uġiġh kroniku.
	Trattamenti bbażati fuq l-evidenza	Żgura linji politiki, proċeduri u linji gwida (PPPG's) li jipprioritizzaw trattamenti u mmanigjar tal-uġiġh ibbażati fuq l-evidenza u aċċessibbli għall-pazjenti kollha.
<b>Aċċess għal immanigjar u trattament b'modi differenti u multidixiplinari tal-uġiġh</b>	L-uġiġh immanigjat b'mod komprensiv	Ittejjeb l-aċċess għal servizzi komprensivi tal-immanigjar tal-uġiġh, inklużi terapiji farmakoloġiċi mhux opjojdi, appoġġ psikoloġiku, u trattamenti komplementari, filwaqt li tippromwovi l-mudell b'modi differenti u multidixiplinari għall-immanigjar u t-trattament tal-uġiġh
	L-implimentazzjoni ta' prattika biex jinkitbu l-medicini b'mod responsabbli u bbażat fuq l-evidenza	L-iżvilupp u l-implimentazzjoni ta' linji gwida biex jinkitbu medicinib'mod sigur u responsabbli, inklużi l-opjojdi. F'dan ir-rigward, il-Linji Gwida tal-EFIC dwar l-Opjojdi jistgħu jservu bħala riżorsa utili.

<p>Aċċess ekwu għall-immaniġjar u t-trattament tal-uġiġħ għaċ-ċittadini kollha</p>	<p>Iffoka fuq l- aċċess ekwu għall-kura tal-pazjenti kollha bl-uġiġħ u għaċ-ċittadini kollha, irrispettivament minn fejn jiġu, il- pajjiż u status soċjoekonomiku tagħhom. Iffoka wkoll fuq il-politika ta' kumpens ekwi u ġusti, fejn japplika u , f'konformità mal-politika nazzjonali.</p>
<p>Metodu biopsikosoċjali</p>	<p>Jiżgura metodu kollaborattiv u multidixxiplinari għall-immaniġjar u t-trattament tal-uġiġħ, li jfisser li jinvolvi professjonisti tal-kura tas-saħħa minn dixxiplini varji, bħal tobba, infermiera, fisioterapisti, psikologi, u ħaddiema soċjali. Jirrikonoxxu l-valur tal-professjonijiet kollha involuti fl-immaniġjar tal-uġiġħ. Il-Klassifikazzjoni Internazzjonali tal-Funzjonament, id-Diżabilità u s-Saħħa (ICF) tista' tintuża bħala qafas komuni biex wieħed jifhem il-kunċett tal-mudell bijopsikosoċjali</p>
<p>Immaniġjari u trattament integrati tal-uġiġħ</p>	<p>Inkoraġġixxi lil- membri li jaħdmu fil-qasam tas-saħħa jimplimentaw pjanijiet integrati għall-immaniġjar tal-uġiġħ li jindirizzaw l-aspetti fiżiċi, psikoloġiċi u soċjali tal-uġiġħ. Involvi lill-pazjent fil-proċess tat-teħid tad-deċiżjonijiet, inkluż billi segwi lil-pazzjent kontinwament billi teżamina l-pazjent u tagħmel eżami tal-għażliet esistenti tal-immaniġjar u trattament.</p>
<p>Kura primarja</p>	<p>Issaħħaħ il-funzjonijiet tal-kura primarja, it-trattament, l-immaniġjari u r-riabilitazzjoni tal-pazjent billi segwi l-pazjent kontinwament, bil-PROMs kif xieraq.</p>
<p>Dawk li jieħdu ħsieb il-pazjent</p>	<p>Kun ċert li dawk li jieħdu ħsieb il-pazjent jingħataw l-għajnuna kollha li jkollhom bżonn inkluż dik finanzjarja, xogħol kif ukoll l-għajnuna medika li jkollhom bżonn.</p>

	<p>L-immaniġjar tal-uġiġħ matul operazzjoni</p>	<p>Sistematikament wieħed irid jikkunsidra u jevalwa r-riskju li jiżviluppa uġiġħ kroniku/persistenti f'każ ta' operazzjoni. Dan jinvolti kemm individwi li diġà għandhom uġiġħ kroniku kif ukoll dawġ li m'għandhomx uġiġħ kroniku qabel l-operazzjoni. Għandha ssir valutazzjoni bir-reqqa tal-uġiġħ qabel l-operazzjoni bl-użu tal-metodu bijopsikososċjali komprensiv. Informazzjoni komprensiva ta' qabel l-operazzjoni dwar il-proċeduri tal-operazzjoni ppjanati, il-kors mistenni ta' wara l-operazzjoni, u pjan għall-immaniġjar ta' l-uġiġħ għandhom jiġu pprovduti. Għandhom jiġu żviluppatti mogħdit ċari ta' komunikazzjoni bejn professjonisti speċjalizzati fl-uġiġħ minn ċentri u kliniċi interdixxiplinari tal-uġiġħ biex jappoġġaw is-servizzi komunitarji speċjalment f'termini ta' każijiet kumplessi u t-tnaqqis tal-bżonn tal-opjojdi.</p>
	<p>Valutazzjoni tat-teknoloġija tas-saħħa</p>	<p>Kun żgur li l-proċess ta' valutazzjoni tat-teknoloġija tas-saħħa (HTA), taċċetta l-uġiġħ bħala trattament validu fejn l-uġiġħ huwa l-esperjenza primarja ta' pazjent li jgħix b'kundizzjoni oħra imagħrufa.</p>
	<p>Saħħa diġitali</p>	<p>Il-politika tal-gvern dwar it-terapiji diġitali u l-appoġġ għall-immaniġjar ta' pazjenti b'uġiġħ kroniku permezz ta' applikazzjonijiet diġitali u s-saħħa elettronika.</p>
<p><b>Ġbir ta' Dejta</b></p>	<p>Implimentazzjoni tal-ICD 11</p>	<p>(ICD-11) hija implimentata madwar l-Ewropa, peress li tinkludi klassifikazzjonijiet speċifiċi tal-kodifikazzjoni tal-uġiġħ. ICD-11 se jiġi aġġornat regolarment sabiex ma jkunx meħtieġ l-ebda tibdil fil-futur.</p>
	<p>Armonizzazzjoni tal-informazzjoni dwar l-uġiġħ</p>	<p>Jiġu stabbiliti sistemi biex tingabar informazzjoni standardizzata dwar il-prevalenza tal-uġiġħ, ir-riżultati tat-trattament, u d-differenzi fl-għoti tal-kura tal-uġiġħ. Jingabar sett ta' informazzjoni minimi ewlieni għar-riżultati u s-servizzi tal-uġiġħ, fejn jiġu inklużi l-miżuri ta' severità tal-uġiġħ, l-funzjoni, l-impatt emozzjonali, l-kwalità tal-ħajja, l-status tax-xoġħol, u l-ħajja soċjali tal-pazjent.</p>

	<p>Immaniġjar u trattament tal-uġiġh ibbażta fuq l-informazzjoni miġbura i</p>	<p>Regolarment tevalwa l-effettività tal-interventi tal-immaniġjar tal-uġiġh u taġġusta l-istrategiji skont dan abbażi ta' għarfien immexxi mil-informazzjoni miġbura permezz tal-PROM's u l-PREMs.</p>
	<p>Sistemi tal- Informazzjoni dwar is-Saħħa preċiżi u ta' min joqgħod fuqhom</p>	<p>Tikkollabora mas-sistemi tal-kura tas-saħħa u mal-informazzjoni elettronika tar-rekords tas-saħħa tal-pazjent biex tintegra l-informazzjoni tal-immaniġjar aħjar tal-uġiġh u tiżgura li jkun hemm monitoraġġ u rappurtaġġ konsistenti.</p>
<p><b>L-uġiġh bħala indikatur ta' kwalita.</b></p>	<p>Għodda biex tevalwa livell tal-uġiġh</p>	<p>Jiżviluppaw strumenti biex jivalutaw l-impatt tas-soċjetà tal-uġiġh, bħal:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Indikaturi biex jingħataw servizzi fil-livell tas-sistema (eż. l-għadd ta' professjonisti tal-uġiġh imħarrġa, l-għadd ta' ċentri tal-uġiġh jew servizzi speċjalizzati tal-uġiġh).</li> <li>• Il-kejl tal-uġiġh bħala indikatur tal-kwalità ta' ċerti trattamenti u proċeduri (eż. kejl tal-uġiġh wara l-kirurgija, kejl tal-uġiġh għal dawkk li jfieuq mill-kanċer, eċċ).</li> </ul> <p>Implimentazzjoni ta' għodod validati għall-valutazzjoni tal-uġiġh li jaqbdu n-natura multidimensjonali u dinamika tal-uġiġh u l-impatt tiegħu fuq il-benesseri fiżiku u emozzjonali.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Minħabba li l-kumplessità bijopsikosozjali ta' l-uġiġh kroniku hija esperjenza suġġettiva, ir-riżultati rrapportati mill-pazjent huma essenzjali biex jiġu vvalutati malajr kemm jista jkun l-għażliet tal-immaniġjar tat-trattamenti tal-uġiġh.</li> </ul>
	<p>Il-kura tas-saħħa bejn il-konfini u l-qsim tal-aħjar Prattiki fil-qasam tal-kura tal-uġiġh</p>	<p>Indikaturi ta' kwalità iridu jiġu stabiliti sabiex jkun hemm kriterji għall-għoti ta' aċċess għall-kura tas-saħħa bejn il-pajjiżi, filwaqt li jiġu żgurati rekords elettronici komprensivi tas-saħħa u tiġi żgurata l-implimentazzjoni tal-Artikolu 8.5 tad-Direttiva tal-Kummissjoni Ewropea dwar il-Kura tas-Saħħa Transkonfinali għall-pazjenti bl-uġiġh. Il-promozzjoni tal-kollaborazzjoni bejn il-pajjiżi sabiex dawn jiġu maqsuma bl-aħjar modi prattici, is-sejbiet tar-riċerka, kif ukoll l-metodi innovattivi fit-trattament u l-immaniġjar tal-uġiġh.</p>

<b>Riċerka dwar l-ugiegh</b>	Finanzjament għar-riċerka dwar l-ugiegh	Investiment fir-riċerka biex tawvanza u tifhem il-mekkanizmi tal-ugiegh, żvilupp ta'trattamenti u jkun identifikati interventi effettivi.  Allozjoni ta' fondi apposta għar-riċerka u programmi ta' taħriġ għal-professjonisti kollha fil- qasam tal-kura tas-saħħa, speċjalment dawk il-professjonisti li huma speċjalizzati fuq l-immaniġjar tal-ugiegh.
	L-Armonizzazzjoni tar-riżultati li jippermettu li jitqabblur-riżultati u l-istudji tar-riċerka	Bħalissa studji differenti juru riżultati differenti, anke bħala għodda biex tevalwa l-ugiegh. Dan ifixkel meta wieħed iqabbel bejn istudji u jillimita l-kapaċità li jitwettqu revizjonijiet sistematiċi u meta-analiżi. Għalhekk, l-importanza li jkun hemm metodi konsistenti għar- riżultati użati fi provi kliniċi u f'ambjenti kliniċi, permezz ta ' settijiet ta ' riżultati ewlenin (COS) u metodii ta' kif ikunu rrapportati l-esperjenzi tal- pazjenti (PROMs), għandhom jingħataw prijorità.
	Kollaborazzjoni u riċerka interdixiplinari	linkoraġġament għal kollaborazzjoni interdixiplinajai fir-riċerka biex irawmu l-innovazzjoni u l-iżvilupp ta' metodi godda għat-trattament u l-immaniġjar tal-ugiegh.
	Fondi għal- programmi ta' riċerka dwar l-ugiegh	Allokazzjoni ta' fondi speċifiċi għar-riċerka u taħriġ fil-qasam tax-xjenza tal-ugiegh
<b>L-ugiegh fuq il-post tax-xogħol</b>	L-integrazzjoni u ri integrazzjoni ta' pazjenti li jbagħtu minn ugiegh fid-dinja tax-xogħol	Ikun Indirizzat l-impatt tal-ugiegh kroniku fuq il- post tax-xogħol u joffri sistemi ta' support u għajjnuna sabiex dawn in-nies li jbagħtu min ugiegh kroniku jkunu jistgħu jzommu jew jirritornaw lura għax-xogħol tagħhom.
	Adattazzjoni tal- post tax-xogħol	L-iżvilupp ta' akkomodazzjonijiet u politiki fuq il-post tax-xogħol li jirrikonoxxu l-ħtiġijiet uniċi ta' persuni li jgħixu b'ugiegh kroniku, inklużi ħinijiet ta' xogħol flessibbli, tibdil fl-għamara, u tibdil fil-mod kif isir ix-xogħol.
	Politiki dwar l-ugiegh	Tibda politiki li jindirizzaw l-impatt tal-ugiegh fuq il-post tax-xogħol u l-impjegi kif ukoll tinkludi l-ugiegh f'inizjattivi eżistenti rilevanti.

	Tahriġ mill-ġdid/titjib tal-ħiliet	Ikun provdut taħriġ vokazzjonali u opportunitajiet ta' taħriġ mill-ġdid lil individwi li l-kundizzjonijiet tal-uġiġ tagħhom ma jhalluhomx ikomplu jagħmlu x-xogħol preċedenti tagħhom, ippermettilhom jagħmlu tranżizzjoni għal karrieri alternattivi jew jitgħallmu ħiliet ġodda.
<p><b>L-edukazzjoni dwar l-ugieġ</b></p>	L- edukazzjoni tal-pazjent	It-Taħriġ u l-edukazzjoni tal-pazjent huma mportanti kemm għal-professjonisti fil-qasam tas-saħħa kif ukoll għal pazjenti stess. L-edukazzjoni trid tkun il-qofol tal-pazjent fejn il- pazjent qed nedukawh fuq ix-xjenza bażika tal- ugiġ.
	Edukazzjoni dwar apparat ta' assistenza	<p>Kun żgur li persuni b'uġiġ kroniku jirċievu gwida dwar apparat ta' assistenza.</p> <p>L-apparat ta' assistenza jista' jikkontribwixxi għal aktar funzjonalità, livelli ogħla ta' attività, awtonomija u kwalità tal-ħajja mtejba. Id-diżabilità fiżika u konjittiva u n-nuqqas ta' awtosuffiċjenza huma fi gradi differenti, parti mill-ħajja ta' kuljum għal ħafna nies b'uġiġ kroniku. Dawn l-impatti jiffunzjonaw fid-dar, fuq il-post tax-xogħol, fl-iskola, u f'kundestri soċjali oħra, kif ukoll attivitajiet ta' divertiment.</p> <p>Meta ffaċċjati b'uġiġ kroniku, ħafna nies m'għandhomx il-kapaċità u r-rizorsi biex jesploraw il-qasam tal-apparat ta 'assistenza. Għalhekk, gwida xierqa hija importanti.</p>
	L-immaniġjar personali	Ikun żgurat li l-pazjenti bl-uġiġ jirċievu l-gwida u r-rizorsi meħtieġa biex jappoġġjaw l-immaniġjar personali tal-uġiġ fejn xieraq, peress li l-involviment attiv fl-immaniġjar personali jista' jwassal għal status tas-saħħa aħjar u kwalità ġenerali aħjar tal-ħajja (eż. attività fiżika, meditazzjoni, eċċ.)
	Tagħrif għal-pubbliku	Jiġġata bidu għal programmi edukattivi tal-pazjenti u kampanji ta' informazzjoni sabiex tinħloq kuxjenza pubblika dwar il-konsegwenzi fuq perjodu qasir u fit-tul ta' aċċess inadegwat għal trattamenti xierqa ta' uġiġ reali.

	L-edukazzjonidwar l-ugiegħ għal-professjonisti fil-qasam tas-saħħa	Jippromwovu aċċess usa' għall-edukazzjoni dwar l-ugiegħ fi hdan il-professjonijiet tal-kura tas-saħħa, speċjalment għal dawk kollha involuti fil-valutazzjoni u t-trattament tal-ugiegħ biex itejbu l-għarfien tagħhom tan-newroxjenza tal-ugiegħ, il-valutazzjoni tal-ugiegħ u l-immaniġjar tal-aħjar Prattika u modi ta' trattament.
	Titjib tal-ħiliet u edukazzjoni kontinwa	Joffru opportunitajiet ta' edukazzjoni kontinwa u programmi ta' żvilupp professjonali għall-prattika tal-professjonisti tal-kura tas-saħħa biex jaġġornaw l-għarfien u l-ħiliet tagħhom fl-immaniġjar tal-ugiegħ.
	Linji gwida bbażati fuq l-evidenza	L-iżvilupp u t-tixrid ta' linji gwida għall-immaniġjari tal-ugiegħ ibbażati fuq l-evidenza, bħal toolkits, u riżorsi oħra huma mportanti sabiex jappoġġjaw lill-professjonisti tal-kura tas-saħħa fi prattiċi standardizzati u effettivi għall-immaniġjar tal-ugiegħ. Jekk ma jeżistux linji gwida bbażati fuq l-evidenza, u riżorsi, jkunu provdutirakkomandazzjonijiet tal-aħjar Prattika, kemm fil-livell nazzjonali kif ukoll fuq dak internazzjonali.
	Edukazzjoni multidixxiplinari dwar l-ugiegħ	Ikunu ffacilitati u mrrawma programmi interdixxiplinari u multidixxiplinari ta' taħriġ dwar l-ugiegħ biex tiżgura metodu komprensiv u ħolistiku għall-immaniġjar tal-ugiegħ.
<b>Kollaborazzjoni</b>	L-Involvement tal-partijiet interessati	Tkun imrawma kollaborazzjoni fost l-aġenziji tal-gvern, l-organizzazzjonijiet u l-professjonisti tal-kura tas-saħħa, il-gruppi ta' promozzjoni tal-pazjenti, u l-partijiet interessati fl-industrija biex jindirizzaw l-isfidi kumplessi tat-trattament u l-immaniġjar tal-ugiegħ u jxerdu informazzjoni li tippromwovi l-aħjar Prattika fil-qasam.

	Għajnuna mill-gvern	<p>Riżorsi tal-gvern huma mportanti biex jappoġġjaw lill-organizzazzjonijiet tal-pazjenti biex irawmu r-reżiljenza u l-kapaċità tagħhom li jappoġġjaw lill-pazjenti sħabhom.</p> <p>Allokazzjoni ta' riżorsi tal-gvern biex tiġi żgurata l-implimentazzjoni ta' qafas ta' politika għall-għoti ta' kura tal-uġiġh.</p> <p>Qafas tal-gvern dwar ir-responsabbiltajiet tal-partijiet interessati biex tiġi żgurata komunikazzjoni strutturata sew bejn id-diversi partijiet interessati differenti involuti fl-implimentazzjoni ta' qafas ta' politika għat-twassil tal-kura tal-uġiġh.</p>
<b>Tqajjem kuxjenza</b>	L-impatt soċjali tal-uġiġh	titqajjem iktar kuxjenza dwar l-uġiġh u l-impatt fuq l-individwu, l-familjari u soċjeta' fejn tindirizza l-stigma li hemm madwar l-uġiġh kroniku/persistenti.
	Informazzjoni dwar saħħa	Il-promozzjoni tal-informazzjoni tas-saħħa għal kulhadd. Importanti li wieħed jiżgura li l-pazjenti bl-uġiġh jifhmu l-kundizzjoni tagħhom (f'kuntast aktar ħolistiku/bijopsikososċjali); jikkomunikaw aħjar mal-professionist tal-kura tas-saħħa tagħhom; u huma infurmati dwar il-kors tat-trattament (li minn naħa tiegħom jzommu iktar mal-pjan ta' kura). Kun żgur li l-promozzjoni ta' komunikazzjoni tiġi mtejbja bejn il-professionisti u l-pazjenti fil-qasam tal-kura tas-saħħa. Dan jinkiseb l-aħjar bl-użu ta' materjali u riżorsi favur il-pazjent.

Barra minn hekk, il-progress fuq qafas ta' politika għall-għoti tal-kura tal-uġiġh jista' jitkejjel permezz ta' diversi riżultati ewlenin, bħal:

- Ikun hemm liġijiet, politiki, jew regolamenti speċifiċi għall-immaniġġjar u t-trattament tal-uġiġh.
- Ikun hemm linja gwida medika nazzjonali (akuta, kronika, kanċer, kura paljattiva) għall-immaniġġjar tal-uġiġh.
- Ikun hemm pjan ta' azzjoni nazzjonali/regjonali kontra l-uġiġh kroniku/persistenti.
- Is-sistema tal-kura tas-saħħa tippromwovi l-immaniġġjar multidixxiplinari tal-uġiġh.
- Ikun hemm servizzi dedikati ta' uġiġh akut u kroniku stabbiliti f'kull sptar fil-pajjiż.
- Ikun hemm servizzi dedikati ta' uġiġh akut u kroniku stabbiliti f'kull sptar fil-pajjiż.

- Ikun hemm servizzi ta' uġigħ akut u kroniku outpatient stabbiliti fil-pajjiż.
- Ikun hemm provduti b'mod adegwat' medicini essenzjali għall-immaniġjar tal-uġigħ, kif definit fil- WHO Model Lists of Essential Medicines
- Ikun hemm standards nazzjonali/reġjonali disponibbli fil-pajjiż biex jitkejlu r-rizultati kroniċi tal-uġigħ u/jew is-severità.
- Il-Klassifikazzjoni Internazzjonali tal-Mard il-11-il Reviżjoni (ICD-11) tiġi implimentata fil-pajjiż jew jkun hemm attivitajiet nazzjonali/ reġjonali li qed isiru biex jiddiskutu jew jimplimentaw ICD-11.
- L-aktar verżjoni aġġornata tas-Sistema ta' Klassifikazzjoni Internazzjonali tal-Kura Primarja (ICPC) hija implimentata fil-pajjiż jew jkun hemm attivitajiet nazzjonali/reġjonali li qed isiru biex jiddiskutu jew jimplimentaw l-aktar verżjoni aġġornata tal-ICPC (u tippreserva n-nomenklatura fundamentali u t-terminologija tal-ICD-11).
- Il-pajjiż jiġbor u jiddokumenta dejta soċjoekonomika dwar l-uġigħ (jiġifieri l-ispejjeż tal-medicini, is-servizzi bbażati fl-isptar, il-kumpens għad-diżabilità, il-jiem tax-xogħol mitlufa, l-irtirar kmieni, eċċ.).
- Ikun hemm registri nazzjonali/reġjonali tal-uġigħ fil-pajjiż.
- L-uġigħ jissemma fl-istrateġija nazzjonali tar-riċerka tal-pajjiż.
- Ikun hemm strateġija nazzjonali għar-riċerka dwar l-uġigħ implimentata fil-pajjiż.
- Ikun hemm politika nazzjonali/reġjonali fis-seħħ fil-pajjiż biex jincentivaw l-integrazzjoni ta' persuni li jgħixu b'uġigħ kroniku fuq il-post tax-xogħol.
- Ikun hemm regolamenti nazzjonali/reġjonali fil-pajjiż biex jiġu integrati mill-ġdid in-nies li jgħixu b'uġigħ kroniku fix-xogħol.
- L-immaniġġjar tal-uġigħ ikun inkluż fi programmi ta' rijabilitazzjoni vokazzjonali fil-pajjiż
- Il-punti bażiċi tal-immaniġġjar tal-uġigħ ikunu introdotti bħala tagħlim obligatorju fl-livell undergraduate fil-pajjiż.
- Ikun hemm taħriġ formali, standardizzat u speċjalizzat għall-uġigħ (fl-livell postgraduate) fil-pajjiż għat- tobba i, infermiera, fiżjoterapisti u psikologi.
- Ikun hemm riżorsi nazzjonali għall-edukazzjoni dwar l-uġigħ disponibbli fil-pajjiż għall-pubbliku ġenerali.
- Id-dipartiment nazzjonali tas-saħħa fil-pajjiż jiżviluppa linji gwida għal persuni li jgħixu bl-uġigħ.
- Isirobligatju li jiġu żviluppanti għodod edukattivi dwar l-uġigħ, proġetti ta' riċerka dwar l-uġigħ jew kwalunkwe riżorsa oħra tat-tip, bl-involvement ta' pazjenti bl-uġigħ.

## Littérature complémentaire:

- Letteratura Kumplimentari:
- Dokument ta' Pożizzjoni SIP dwar ICD-11
- Il-Piż tal-Ugigh: Ktieb tal-Evidenza tal-Impatt Soċjetali tal-Ugigh (SIP).
- Dokument ta' Pożizzjoni SIP dwar Adattament u Integrazzjoni fuq il-Post tax-Xogħol
- Dokument ta' Pożizzjoni SIP dwar is-Saħħa Digitali
- Dokument ta' Pożizzjoni SIP dwar is-Saħħa Mentali
- Dokument ta' Pożizzjoni SIP dwar Ugigh fil-Kanċer
- Rakkomandazzjonijiet ta' Prattika Klinika tal-EFIC dwar Opjoidi
- Dokument tal-Pożizzjoni tal-EFIC Multimodal Ugigh
- Riżorsi tal-Kampanja tal-Litteriżmu tas-Saħħa tal-EFIC
  - Il-Ktejjeb Semplici
  - Il-Ktejjeb tal-Vjaġġ
- Riżorsi tal-Kampanja EFIC On The Move
  - L-attività fizika għandha tkun l-intervent primarju għal individwi li jgħixu b'ugigh kroniku Dokument ta' pożizzjoni mill-Federazzjoni Ewropea tal-Ugigh (EFIC) 'On the Move' Task Force
  -

## Dwar il-Pjattaforma Societal Impact of Pain (SIP) s de SIP :

Il-pjattaforma “Societal Impact of Pain” (SIP) hija sħubija bejn diversi partijiet interessati mmexxija mill-Federazzjoni Ewropea tal-Ugigh EFIC u Pain Alliance Europe (PAE), li għandha l-għan li tqajjem kuxjenza dwar l-ugigh u tbiddel il-politiki dwar l-ugigh.

Il-pjattaforma tipprovdi opportunitajiet għal diskussjoni għall-professionisti tal-kura tas-saħħa, il-gruppi tal-appoġġ għal min ibati bl-ugigh, il-politici, minn jipprovdi l-assigurazzjoni tal-kura tas-saħħa, ir-rappreżentanti tal-awtoritajiet tas-saħħa, ir-regolaturi, u dawk responsabbli mill-baġit.

Il-qafas xjentifiku tal-pjattaforma SIP jaqa' taħt ir-responsabbiltà tal-EFIC u d-direzzjoni strateġika tal-proġett hija definita miż-żewġ imsieħba. Il-kumpaniji farmaċewtiċi Grünenthal GmbH u GSK huma l-isponsors ewlenin tal-pjattaforma Societal Impact of Pain (SIP).

Għal aktar informazzjoni, jekk jogħġbok ikkuntattja lil:

Ángela Cano Palomares, id-Direttur tal-Proġett, Societal Impact of Pain (SIP) Europe, dwar European Pain Federation EFIC – [angela.palomares@efic.org](mailto:angela.palomares@efic.org).

Deirdre Ryan, President, Pain Alliance Europe - [info@pae-eu.eu](mailto:info@pae-eu.eu)