

Ցավի թաքնված գինը. ինչու է այն կարևոր ձեր երկրի տնտեսության և աշխատաշուկայի համար

Ցավի վերաբերյալ իրազեկման եվրոպական օր 2026. «Ցավի թաքնված գինը»

Սոցիալ-տնտեսական մարտահրավերը

Քրոնիկ ցավը կարող է ամբողջությամբ վերահսկել մարդու կյանքը՝ խաթարելով նրա աշխատելու, քնելու, կենտրոնանալու և առօրյա գործունեությունը պահպանելու կարողությունը: Այն ազդում է **Եվրոպայի չափահաս բնակչության 20%-ի վրա** (մոտավորապես 150 միլիոն մարդ)՝ զգալի ճնշում գործադրելով աշխատաշուկաների, առողջապահական համակարգերի և ազգային տնտեսությունների վրա:

Երբ խնդիրը վերաբերում է միլիոնավոր մարդկանց, դրա հետևանքները շատ ավելի խորն են, քան անհատական տառապանքը: Քրոնիկ ցավի ուղղակի և անուղղակի ծախսերը, ներառյալ աշխատանքից բացակայությունը (absenteeism), աշխատանքին ներկայությունը՝ նվազած արդյունավետությամբ (presenteeism) և վաղաժամ կենսաթոշակի անցնելը, գնահատվում են որպես **ԵՄ անդամ պետությունների տարեկան ՀՆԱ-ի 3%-ից մինչև 10%-ը**: Չնայած այս զգալի բեռին՝ քրոնիկ ցավը հիմնականում բացակայում է զբաղվածության և տնտեսական քաղաքականության շրջանակներից, իսկ այս ոլորտի հետազոտությունները խիստ թերաֆինանսավորվում են:

Աշխատաշուկայի համար հետևանքները խորն են: **Քրոնիկ ցավով ապրող մարդկանց շուրջ կեսը** նշում է, որ այն խանգարում է իրենց աշխատունակությանը, իսկ ապացուցված է, որ ծանր քրոնիկ ցավը **մինչև 20 տոկոսային կետով** նվազեցնում է լրիվ դրույքով աշխատանքի հավանականությունը: Այն պայմաններում, երբ Եվրոպան բախվում է աշխատուժի պակասի և բնակչության ծերացման խնդիրներին, քրոնիկ ցավի արդյունավետ կառավարումը կարևոր նշանակություն ունի աշխատաշուկայում մասնակցությունը և տնտեսական կայունությունը պահպանելու համար:

Քաղաքականության հիմնական առաջարկություններ

Եվրոպայի տնտեսությունները պաշտպանելու և քրոնիկ ցավով ապրող աշխատողներին աջակցելու նպատակով EFIC-ը կոչ է անում ազգային կառավարություններին՝

1. Քրոնիկ ցավը ներառել ոչ վարակիչ հիվանդությունների (NCD) ազգային ռազմավարություններում, առողջապահության ֆինանսավորման շրջանակներում և սոցիալական քաղաքականության նախաձեռնություններում՝ նվազեցնելու դրա ուղղակի և անուղղակի ազդեցությունը անհատների, գործատուների և հասարակության վրա:
2. Մշակել հանրային առողջապահական արշավներ, որոնք խրախուսում են ֆիզիկական ակտիվությունը առողջապահության մասնագետների, պացիենտների և հանրության շրջանում՝ որպես հենաշարժողական համակարգի ցավերի տարածվածությունը նվազեցնելու և երկրորդային քրոնիկ ցավի բարձր ռիսկ ունեցող հիվանդությունները (օրինակ՝ ինսուլտ, շաքարային դիաբետ) կանխելու առաջնային միջոց:
3. Բարելավել ժամանակին, բազմամասնագիտական և պացիենտակենտրոն ծառայությունների հասանելիությունը՝ սուր և քրոնիկ ցավի արդյունավետ կառավարման համար:
4. Ապահովել սուր ցավ ունեցող անձանց վաղ հասանելիությունը կենսահոգեւոցիալական վերականգնողական ծառայություններին՝ հատուկ ուշադրություն դարձնելով այն անձանց, որոնք գտնվում են անբարենպաստ ելքերի բարձր ռիսկի խմբում (օրինակ՝ դեպրեսիա, վերականգնման ցածր ակնկալիքներ, սոցիալ-տնտեսական անբարենպաստ պայմաններ):
5. Ընդլայնել քրոնիկ ցավի հետազոտությունների նպատակային ֆինանսավորումը ազգային հետազոտական ծրագրերի շրջանակում՝ ընդգրկելով ինչպես կանխարգելումը, այնպես էլ բուժումը:
6. Մշակել ներառական զբաղվածության քաղաքականություններ և աջակցել աշխատավայրում իրականացվող միջոցառումներին, որոնք հնարավորություն կտան քրոնիկ ցավ ունեցող կամ դրա զարգացման ռիսկի տակ գտնվող անձանց պահպանել աշխատանքը և, անհրաժեշտության դեպքում, անվտանգ վերադառնալ աշխատանքի:
7. Ստեղծել ֆինանսական և վերականգնողական աջակցության մեխանիզմներ քրոնիկ ցավ ունեցող աշխատողների համար:
8. Ամրապնդել քրոնիկ ցավի կանխարգելումը աշխատանքի առողջության և անվտանգության քաղաքականությունների շրջանակում:

Գործելու կոչ

Քրոնիկ ցավի տնտեսական և աշխատուժի վրա ունեցած ծախսերը հաճախ մնում են անտեսված, սակայն լուծումները պարտադիր չէ, որ այդպես լինեն: Եկեք բարձրացնենք իրազեկվածությունը քրոնիկ ցավի ազդեցության մասին զբաղվածության և արտադրողականության վրա, պաշտպանենք

կանխարգելումն ու ժամանակին օգնությունը խրախուսող քաղաքականությունները և նպաստենք աշխատավայրերի հարմարեցմանը, որպեսզի մարդիկ կարողանան պահպանել իրենց աշխատանքը կամ անվտանգ վերադառնալ աշխատանքի: Համակարգված գործողությունների շնորհիվ արդեն այսօր մենք կարող ենք նվազեցնել առողջապահական ծախսերը, ամրապնդել աշխատաշուկայում մասնակցությունը և բարելավել միլիոնավոր եվրոպացիների կյանքի որակը:



Ավելին՝ <https://europeanpainfederation.eu/european-day-on-pain-awareness/>

Արշավի հեշթեգը՝ #EPAD2026



Հարցերի կամ լրացուցիչ տեղեկությունների համար խնդրում ենք կապ հաստատել՝ melinda.borzsak@efic.org և angela.palomares@efic.org.