

Paslėpta skausmo kaina: kodėl ji svarbi jūsų šalies ekonomikai ir darbo rinkai

Europos skausmo suvokimo diena 2026: „Paslėpta skausmo kaina“

Socialinis ir ekonominis iššūkis

Lėtinis skausmas gali visiškai užvaldyti žmogaus gyvenimą ir sutrikdyti gebėjimą dirbti, miegoti, susikaupti ir palaikyti kasdienę rutiną. Jis paliečia **20 % suaugusių Europos gyventojų** (apie 150 milijonų žmonių) ir daro didelį spaudimą darbo rinkoms, sveikatos priežiūros sistemoms ir nacionalinėms ekonomikoms.

Kai paveikiami milijonai žmonių, padariniai gerokai pranoksta individualią kančią. Bendros tiesioginės ir netiesioginės lėtinio skausmo išlaidos, įskaitant nebuvimą darbe (absenteizmą), buvimą darbe esant sumažėjusiam darbingumui (prezenteizmą) ir ankstyvą išėjimą į pensiją, ES valstybėse narėse vertinamos nuo **3 % iki 10 % BVP per metus**. Nepaisant šios didelės naštos, lėtinis skausmas iš esmės lieka už užimtumo ir ekonomikos politikos sistemų ribų, o jo moksliniai tyrimai yra kritiškai nepakankamai finansuojami.

Padariniai darbo rinkoms yra gilūs. **Apie pusė** su lėtiniu skausmu gyvenančių žmonių nurodo, kad jis trukdo jų gebėjimui dirbti bei įrodyta, kad stiprus lėtinis skausmas sumažina visos darbo dienos užimtumo tikimybę iki **20-ies procentinių punktų**. Europai susiduriant su darbo jėgos trūkumu ir visuomenės senėjimu, lėtinio skausmo problemos sprendimas yra būtinas siekiant išlaikyti dalyvavimą darbo rinkoje ir ekonominį atsparumą.

Pagrindinės politikos rekomendacijos

Siekdama apsaugoti Europos ekonomikas ir paremti darbuotojus, gyvenančius su lėtiniu skausmu, EFIC ragina nacionalines vyriausybes:

1. Įtraukti lėtinį skausmą į nacionalines neužkrečiamųjų ligų strategijas, sveikatos finansavimo sistemas ir socialinės politikos iniciatyvas, kad būtų sumažintas jo tiesioginis ir netiesioginis poveikis asmenims, darbdaviams ir visuomenei.
2. Rengti visuomenės sveikatos kampanijas, skatinančias fizinį aktyvumą tarp sveikatos priežiūros specialistų, pacientų ir visuomenės, kaip pirminę priemonę, mažinančią raumenų ir kaulų sistemos skausmo paplitimą ir užkertančią kelią būklėms, kurioms būdinga didelė antrinio lėtinio skausmo išsivystymo rizika (pavyzdžiui, insultas, cukrinis diabetas).
3. Gerinti prieigą prie savalaikių, daugiadalykių ir į žmogų orientuotų paslaugų siekiant veiksmingo tiek ūminio, tiek lėtinio skausmo valdymo.
4. Užtikrinti ankstyvą prieigą prie biopsichosocialinės reabilitacijos asmenims, patiriantiems ūminį skausmą, ypatingą dėmesį skiriant tiems, kuriems gresia

didelė nepalankios baigties rizika (pavyzdžiui, depresija, maži pasveikimo lūkesčiai, socialinė ir ekonominė atskirtis).

5. Stiprinti tikslinius finansavimo srautus lėtinio skausmo moksliniams tyrimams pagal nacionalines mokslinių tyrimų sistemas, apimančius tiek prevenciją, tiek gydymą.
6. Rengti įtraukią užimtumo politiką ir remti darbo vietoje taikomas priemones, kurios sudaro sąlygas išlaikyti darbą ir, kur tinkama, grįžti į darbą asmenims, gyvenantiems su lėtiniu skausmu ar patiriantiems jo riziką.
7. Sukurti finansinės ir reabilitacinės paramos mechanizmus darbuotojams, gyvenantiems su lėtiniu skausmu.
8. Stiprinti lėtinio skausmo prevenciją darbuotojų saugos ir sveikatos politikos srityje.

Raginimas veikti

Lėtinio skausmo ekonominės ir su darbo jėga susijusios išlaidos yra paslėptos, tačiau sprendimai turi būti atviri. Didinkime informuotumą apie lėtinio skausmo poveikį užimtumui ir produktyvumui, palaikykime politiką, remiančią prevenciją ir savalaikę priežiūrą, ir skatinkime darbo vietos pritaikymus, padedančius žmonėms išlikti darbe arba saugiai į jį grįžti. Šiandien veikdami suderintai, galime sumažinti sveikatos priežiūros išlaidas, sustiprinti dalyvavimą darbo rinkoje ir pagerinti milijonų europiečių gyvenimo kokybę.



Sužinokite daugiau: <https://europeanpainfederation.eu/european-day-on-pain-awareness/>



Kampanijos saitazodžiai: #EPAD2026



Iškilius klausimams ar prireikus papildomos informacijos, nedvejodami kreipkitės: melinda.borzsak@efic.org ir angela.palomares@efic.org.