

Sāpju slēptās izmaksas: kāpēc tās ir svarīgas jūsu valsts ekonomikai un darba videi

Eiropas Sāpju izpratnes diena 2026: „Sāpju slēptās izmaksas”

Sociālekonomiskais izaicinājums

Hroniskas sāpes var pilnībā pārņemt cilvēka dzīvi, mazinot spēju strādāt, gulēt, koncentrēties un veikt ikdienas ieradumus. Tās skar **20% Eiropas pieaugušo iedzīvotāju** (aptuveni 150 miljonus cilvēku) un rada būtisku slogu darba tirgiem, veselības aprūpes sistēmām un valstu ekonomikām.

Kad skarti ir miljoniem cilvēku, sekas sniedzas tālu pāri atsevišķa cilvēka ciešanām. Hronisku sāpju kopējās tiešās un netiešās izmaksas, tostarp darba kavējumi (prombūtne no darba), atrašanās darbā ar samazinātu darbaspēju un priekšlaicīga pensionēšanās, ES dalībvalstīs tiek lēstas **3% līdz 10% no IKP gadā**. Neraugoties uz šo ievērojamo slogu, hroniskas sāpes lielā mērā paliek ārpus nodarbinātības un ekonomikas politikas regulējuma, ka arī pētniecībā ir kritiski nepietiekami finansētas.

Sekas darba tirgū ir neizmērojamas. **Aptuveni puse** cilvēku, kas dzīvo ar hroniskām sāpēm, ziņo, ka tās samazina viņu spēju strādāt, un ir pierādīts, ka smagas hroniskas sāpes ietekmē pilnas slodzes nodarbinātības iespējamību **no 46% līdz 26%**. Eiropai saskaroties ar darbaspēka trūkumu un sabiedrības novecošanu, hronisku sāpju risināšana ir būtiska, lai saglabātu līdzdalību darba tirgū un ekonomisko noturību.

Galvenās politikas rekomendācijas

Lai aizsargātu Eiropas ekonomikas un atbalstītu darba ņēmējus, kuri dzīvo ar hroniskām sāpēm, EFIC aicina valstu valdības:

1. Iekļaut hroniskas sāpes valstu neinfekcijas slimību (NCD) stratēģijās, veselības finansēšanas regulējumā un sociālās politikas iniciatīvās, lai mazinātu to tiešo un netiešo ietekmi uz indivīdiem, darba devējiem un sabiedrību.
2. Izstrādāt sabiedrības veselības kampaņas, lai veicinātu fizisko aktivitāti veselības aprūpes speciālistu, pacientu un sabiedrības vidū kā primāru pasākumu muskuļuskeletalo sāpju izplatības mazināšanai un tādu stāvokļu profilaksei, kuriem ir augsts sekundāru hronisku sāpju attīstības risks (piemēram, insults, diabēts).
3. Uzlabot piekļuvi savlaicīgiem, daudznozaru uz cilvēku vēršiem pakalpojumiem gan akūtu gan hronisku sāpju terapijā.
4. Nodrošināt agrīnu piekļuvi biopsihosociālajai rehabilitācijai cilvēkiem ar akūtām sāpēm, īpašu uzmanību pievēršot tiem, kuriem ir augsts nelabvēlīga iznākuma

risks (piemēram, depresija, zemas atveseļošanās gaidas, sociālekonomiska nelabvēlība).

5. Stiprināt mērķtiecīgas finansējuma plūsmas hronisku sāpju pētniecībai valstu pētniecības regulējuma ietvaros, aptverot gan profilaksi, gan ārstēšanu.
6. Izstrādāt iekļaujošu nodarbinātības politiku un atbalstīt darbavietā balstītus pasākumus, kas ļauj saglabāt darbu un, nepieciešamības gadījumā, atgriezt darbā cilvēkus ar hroniskām sāpēm vai to risku.
7. Izveidot finansiālā un rehabilitācijas atbalsta mehānismus darba ņēmējiem ar hroniskām sāpēm.
8. Stiprināt hronisku sāpju profilaksi darba aizsardzības politikas ietvaros.

Aicinājums rīkoties

Hronisku sāpju ekonomiskās un darbaspēka izmaksas ir slēptas, taču risinājumiem nav jābūt noklusētiem. Vairosim izpratni par hronisku sāpju ietekmi uz nodarbinātību un produktivitāti, iestāsimies par politiku, kas atbalsta profilaksi un savlaicīgu aprūpi, un veicināsim darbavietas pielāgojumus, kas palīdz cilvēkiem saglabāt darbu vai droši tajā atgriezties. Rīkojoties saskaņoti jau šodien, mēs varam samazināt veselības aprūpes izmaksas, stiprināt līdzdalību darba tirgū un uzlabot dzīves kvalitāti miljoniem eiropiešu.



Uzziniet vairāk: <https://europeanpainfederation.eu/european-day-on-pain-awareness/>



Kampaņas tēmturi: #EPAD2026



Jautājumu vai papildu informācijas gadījumā lūdzam sazināties:

melinda.borzsak@efic.org un angela.palomares@efic.org.