

## Dzīve un sirds mums katram viena

11. decembris 2007, 18:39

### **Decembra sākumā Sabiedrības veselības aģentūra sadarbībā ar Veselības ministriju mūsu pilsētā atvēra Sirds veselības kabinetu, kas darbosies SIA "Krāslavas slimnīca" telpās, Rīgas ielā 159 (poliklīnikas ēkā).**

Pasākumā piedalījās Sabiedrības veselības aģentūras veselības veicināšanas un profilakses daļas vadītāja Lelde Vancoviča, aģentūras veselības veicināšanas un profilakses daļas sabiedrības veselības metodiķe Kristīne Ozola, aģentūras sabiedrisko attiecību daļas sabiedrisko attiecību vecākā speciāliste Līva Auna, sabiedrības veselības aģentūras Latgales reģiona koordinatore Irēna Kunicka, Krāslavas rajona padomes priekšsēdētājs Andris Badūns, rajona padomes izpilddirektors Viktors Aišpurs, mūsu novada domes priekšsēdētājs Mečislavs Lukša, Dagdas slimnīcas direktors Jāzeps Japiņš, Krāslavas slimnīcas kolektīva pārstāvji, citi interesenti.

Tajā dienā izskanēja daudz skaistu vārdu un laba vēlējumu. Rajona padomes priekšsēdētājs Andris Badūns nebaidījās pat pajokot par sevi: "Mūsu izpilddirektora slaidais augums asociējas ar veselīgu dzīvesveidu, mans (noglāstot savu vēderiņu) — ar darbu. Nopietni runājot, ir liels gandarījums par šo jauno kabinetu, kas domāts ne jau tikai pilsētas, bet visa rajona iedzīvotājiem. Prieks arī par to, ka te paredzētas sociālās lietas — pakalpojums ir par brīvu. Maksāt kādu santīmu par savu veselību mēs diemžēl vēl negribam, bet par brīvu aiziet var. Visām šīm lietām ir milzīga nozīme, jo dzīve mums katram tomēr viena."

Pēc tradicionālām apsveikuma runām, dāvanu un ziedu pušķu pasniegšanas un lentītes pārgriešanas klātesošie ar lielu interesi aplūkoja izremontēto kabinetu, kurā sertificēta medicīnas māsa pieņems apmeklētājus. Ikviens, kurš sasniedzis 18 gadu vecumu, tiek aicināts pārbaudīt savas sirds veselību bez maksas un bez ārsta nosūtījuma, iepriekš savu apmeklējumu piesakot pa tālruni 5681648. Kontakti un informācija par jau esošajiem Sirds veselības kabinetiem un sirds veselības veicināšanu ir pieejama arī Sabiedrības veselības aģentūras mājas lapā <http://www.sva.gov.lv>, sadaļā "Veselības veicināšana".

Apmeklētāji, atnākuši uz vizīti, varēs izmērīt vidukļa apkārtmēru, noteikt ķermeņa masas indeksu un holesterīna līmeni, izmērīt asinsspiedienu un vajadzības gadījumā — cukura līmeni asinīs. Tāpat Sirds veselības kabineta māsa sniegs vērtīgus un praktiskus padomus, kā rūpēties un saglabāt savu veselību. Laikus izzinot slimības riska faktorus un to novēršanas iespējas, iespējams samazināt saslimstību ar sirds un asinsvadu slimībām. Ja Sirds veselības kabineta māsa apmeklētājam konstatēs iespējamus veselības riska faktorus, tad rekomendēs vērsties pie ģimenes ārsta, bet, ja tiks konstatēti kritiski rādītāji — steidzami doties pie speciālista.

### **Profilaksei rezultāts ir**

Krāslavas slimnīcas galvenā ārsta vietnieks Juris Juškevičs: "Vajadzība pēc sirds veselības kabineta ir nobriedusi. Mediķiem nav jāskaidro, kāpēc tas nepieciešams, bet cilvēkiem gribu pateikt, ka diemžēl jau vairāk nekā 20 gadus sirds asinsvadu saslimšanas mirstības iemeslu struktūrā ir pirmajā vietā ne tikai Krāslavas rajonā, bet arī Latvijā un visā Eiropā.

Ja reiz runājam par sirds asinsvadu saslimšanām, infarktiem, insultiem, tad šodien šo patoloģiju ārstēšana Krāslavas slimnīcā neatšķiras no ārstēšanas Rīgā, Šveicē, Anglijā, Vācijā un citās attīstītajās pasaules valstīs. Mēs izmantojam vienus un tos pašus jaunākos medikamentus, kurus piedāvā ražotājfirmas, mēs izmantojam vienas un tās pašas metodes šo pacientu monitorēšanai, diemžēl rezultāts joprojām bēdīgs. Vairāk par pusi šo pacientu aiziet bojā vai paliek smagi invalīdi. Ir vēl viena bēdīga statistika:

infarkti un insulti ar katru gadu kļūst arvien jaunāki. Mēs vairs nebrīnāmies, ka iestājas 25-30 gadus vecs pacients ar insultu vai miokarda infarktu. Tā ir liela traģēdija, kad cilvēks spēka un brieduma gados tiek "izsists" no ierindas, ģimenē zūd apgādnieks vai labākajā gadījumā viņš pats ir jāsāk aprūpēt, jo ir invalīds.

Medikamentozā terapija, pacientu uzraudzīšana, monitorēšana ir viens, bet tas nedod pagaidām pietiekami labus rezultātus. Ir jāķeras pie profilakses, tieši tāpēc atveram kabinetu, lai iepriekš novērstu faktoros, kas izsauc saslimšanu. Mums ir laba pieredze ar diabēta kabinetu, kas atvērts pirms 5-6 gadiem, un tur ir rezultāts: ja kādreiz kropļojošās operācijas slimnīcā taisījām 3-4 reizes mēnesī, amputējot pēdas diabēta slimniekiem, ja kādreiz pacienti ar diabēta komām slimnīcā stājās pa 3-4 mēnesī, tad pašreiz tas sarucis līdz 3-4 reizēm gadā. Profilaksei rezultāts ir, bet tam vajadzīgs ilgs laiks."

Sabiedrības veselības aģentūras veselības veicināšanas un profilakses daļas vadītāja Lelde Vancoviča: "Statistika ir bēdīga, es pat sacītu katastrofāla, tāpēc šis jau ir 17. kabinets Latvijā, kur mēs rūpēsimies par sirds veselību, līdz ar to arī par iedzīvotāju labsajūtu un labklājību. Caur veselību, labu uzturu, izskatu, fiziskajām aktivitātēm mēs kļūstam veselīgāki un kustīgāki.

Sirds veselības kabinetu kustība Latvijā aizsākās jau pērn kā pilotprojekts Kurzemes reģionā. Tur atvērām deviņus šādus kabinetus, gadu monitorējām un gaidījām rezultātus. Nevaram sacīt, ka šodien Kurzemes reģionā cilvēki ir veselāki un nav sirds veselības problēmu. Diemžēl arī Krāslavā pēc gada nebūs strauja uzlabojuma, arī pēc diviem gadiem nebūs. Sirds veselības uzlabošanas projekts ir ilgtermiņa, bet Kurzemē tas jau pirmajā gadā parādīja, ka iedzīvotāju atsaucība bija ļoti laba. Kabinetā viņš ierodas bez ģimenes ārsta nosūtījuma un bez maksas saņem sertificētas māsas informāciju un aprūpi. Mums arī bija pilnīga pārlicība, ka tie iedzīvotāji, kas ir apmeklējuši kabinetu, saņēmuši pietiekami kvalificētu informāciju, lai iesāktu ceļu uz veselīgu dzīvesveidu. Ar Veselības ministrijas atbalstu šogad tika piešķirts finansējums vēl 11 jaunu kabinetu atvēršanai. Līdz gada beigām Latvijā būs 20 kabineti, no tiem Latgales reģionā būs četri.

Sirds veselības kabinetā māsa nenodarbosies ar ārstniecību. Šeit netiks izrakstīti medikamenti, šeit nebūs sarežģītu manipulāciju. Šeit ar pavisam vienkāršām metodēm iedzīvotāji saņems to informāciju, ko pēc tam mājās viņš var tajā pašā dienā var sākt izpildīt. Protams, vienkāršākie izmeklējumi šeit tiks veikti, lai saruna būtu produktīvāka un profilakses tālākie pasākumi būtu mērķtiecīgi. Iedzīvotājiem iesaku paņemt visu informāciju, ko viņam sniedz kabineta māsa un sākt ar to darboties. Kaut vai ar pašu pirmo mazumiņu — aizejot mājās, pārrevidēt ledusskapja saturu un pārlicināties, vai tajā ir tas, kam tur jābūt. Atsakāties arī no liftiem, staigāsim uz darbu un mājup kājām. Novēlu, lai ir daudz darba šajā kabinetā un mazāk — pie augstajām tehnoloģijām un dārgajiem medikamentiem."

**Juris ROGA**

**Avots:**

<http://www.ezerzeme.lv/index.php?action=show&type=news&id=6656&eventid=20071211>