



Veselības ministrija

Mirstības mazināšanas atkarību jomā

Veselības ministrija
Psihiskās veselības, atkarību profilakses un integrēto
pakalpojumu nodaļa

Sanita Lazdiņa

12.03.2025.

Vienota atkarību mazināšanas politika

Sabiedrības veselības pamatnostādnes
2021.-2027.gadam
(1.3.rīcības virziens - atkarību mazināšana)

Profilakses pasākumu un veselības aprūpes
pakalpojumu uzlabošanas plāns alkoholisko
dzērienu un narkotisko vielu lietošanas
izplatības mazināšanas jomā 2023.–2025.
gadam

- Alkohola patēriņa, pieejamības un tā radīto
seku samazināšana
- Narkotisko un psihotropo vielu pieejamības
mazināšana, lietošanas ierobežošana un
kaitējumu mazināšanas pakalpojumu
nodrošināšana

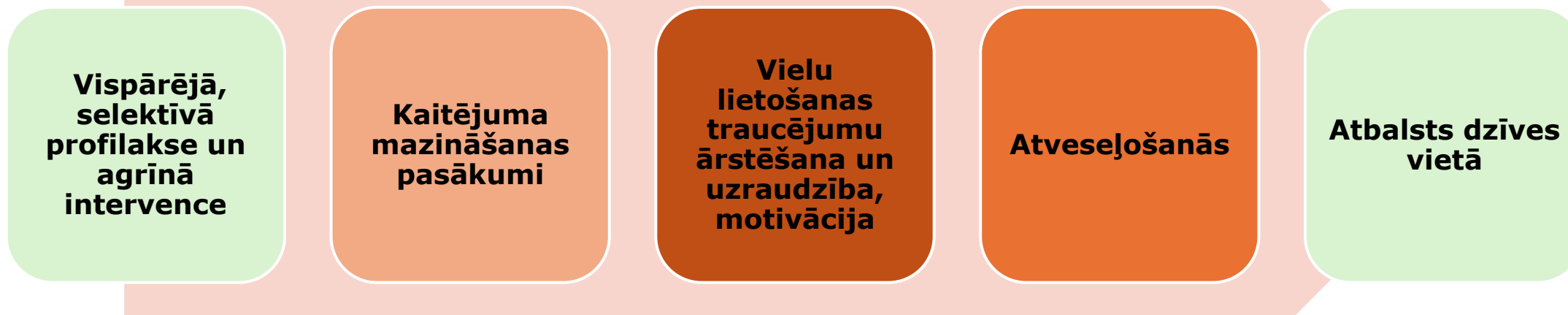
Atkarību profilakse

Normatīvā
regulējuma
pilnveidošana

ESF plānošanas perioda pasākumi (SAM 4.1.2.1 un SAM
4.1.2.2.)

Posmi atkarību mazināšanā, atkarību profilakses un atbalsta pakalpojumu sniegšanā

Vides profilakses un vielu pieejamības mazināšana



Galvenie uzdevumi lai novērstu mirstību:

- 1) novērst vai attālināt vielu lietošanas uzsākšanu
- 2) sniegt agrīnu atbalstu, tiem, kuriem ir vielu lietošanas traucējumi
- 3) nodrošināt ārstniecības un kaitējuma mazināšanas pakalpojumus tiem, kuriem ir jau pārmērīga, kaitējoša vielu lietošana vai jau atkarība

Pierādījumos balstītas intervences alkoholisko dzērienu lietošanas un tā radīto seku mazināšanai



Pasākumu/intervenču kopums, ko iesaka PVO un ieviesti citās valstīs	Valsts līmenī īstenotie vai plānotie pasākumi
Stiprināt ierobežojumus alkohola pieejamībai • regulēt mazumtirdzniecības alkohola tirdzniecības vietu skaitu, blīvumu un atrašanās vietas; • regulēt stundas un dienas, kurās var tirgot alkoholu; • noteikt nacionālo likumisko minimālo vecumu alkohola iegādei un lietošanai; • ierobežot alkohola lietošanu sabiedriskās vietās	09.01.2025 pieņemti grozījumi Alkoholisko dzērienu aprites likumā, kas stāsies spēkā 01.08.2025 un paredz: • noteikt atlikto tīmekļvietnē vai mobilajā lietotnē iegādāto alkoholiskos dzērienu piegādi pircējam ne agrāk kā pēc 6 stundām no pasūtīšanas brīža. • saīsināt alkohola tirdzniecības laiku (No pirmdienas līdz sestdienai 10.00-20.00; svētdienās – 10.00-18.00)
Piemērot aizliegumus vai visaptverošus ierobežojumus alkohola reklāmai visos kanālos un sponsorēšanai	09.01.2025 pieņemti grozījumi Alkoholisko dzērienu aprites likumā, kas stāsies spēkā 01.08.2025 un paredz: • aizliegt alkoholisko dzērienu cenu un atlaižu reklāmu drukātajos medijos un drukātajos materiālos, kinoteātros un internetā; • aizliegt vīna un alus cenu un atlaižu reklāmu elektroniskos plašsaziņas līdzekļos (visu citu dzērienu reklāma ir aizliegta); • aizliegt tirdzniecības veicināšanas pasākumus (akcijas, izpārdošanas u.tml.), tai skaitā akcijas “2 par 1 cenu”, apjoma atlaides, kā atlaides lojalitātes programmas ietvaros, kas mudina iegādāties alkoholiskos dzērienus vairumā.

Pierādījumos balstītas intervences alkoholisko dzērienu lietošanas un tā radīto seku mazināšanai (II)

Pasākumu/intervenču kopums, ko iesaka PVO un ieviesti citās valstīs	Valsts līmenī īstenotie vai plānotie pasākumi
Paaugstināt alkohola cenas, izmantojot akcīzes nodokļus un cenu politiku - paaugstināt akcīzes nodokļus alkoholiskajiem dzērieniem - regulāri pārskatīt cenas attiecībā pret inflācijas līmeni un ienākumiem;	- FM pārziņā plānota pakāpeniska akcīzes celšana visiem dzērienu veidiem aptuveni 5% apmērā (šis neietekmē cenu un paradumus) - VM rosināja FM straujāku akcīzes kāpumu, vismaz 15% ik gadu visiem dzērienu veidiem (netika atbalstīts)
Veicināt un īstenot pasākumus pret alkohola lietošanu vadot transportlīdzekli - ierobežot pieļaujamo alkohola koncentrācijas līmeni asinīs; - īstenot pasākumus, lai mazinātu alkohola reibumā esošu transportlīdzekļu vadītāju skaitu -soda punktu sistēma, alkohola koncentrācijas pārbaudes izelpā, transportlīdzekļa vadītāja apliecības atņemšana, atbalsta un ārstēšanās pakalpojumu pieejamība	- Satiksmes ministrija, Valsts policija, CSDD - Šoferiem, kas pieķerti braucam reibumā, pirms tiesību atgūšanas jāiziet uzvedības korekcijas programma - Uzvedības korekcijas programmu personām, kas sodītas par transportlīdzekļa vadīšanu apreibinošu vielu ietekmē

Pierādījumos balstītas intervences alkoholisko dzērienu lietošanas un tā radīto seku mazināšanai (III)

Pasākumu/intervenču kopums, ko iesaka PVO un ieviesti citās valstīs	Valsts līmenī īstenotie vai plānotie pasākumi
Nodrošināt pierādījumos balstītu atkarību profilaksi (selektīvo un indicēto), kas vērsta uz: • Riska faktoru samazināšanu • Atbalsta sistēmas izveidi • Veselīga dzīvesveida veicināšanu un sociālo, emocionālo prasmju pilnveidošanu • Atbilstošas mērķa grupai un nav vienreizējas	• Programmas sākumskolas vecuma bērniem • Programma pusaudžiem • Programmas vecākiem (BEA, CAP kursi) • Sabiedrības izglītošanas pasākumi, kur vērsties/saņemt palīdzību
Veicināt piekļuvi skrīningam, īsām intervencēm un ārstēšanas pakalpojumiem	• Līdzmaksājuma atcelšana pakalpojumu/ārstēšanās saņemšanai no 01.01.2025 personām, kuras slimo ar atkarībām • Atkarību atbalsta tālruņa darbības uzlabošana • Narkotiskās ārstēšanās pakalpojumu, īpaši nepilngadīgām personām ar pārmērīgu, kaitējošu vielu lietošanu pieejamības uzlabošana

Nodrošināt pierādījumos balstītu atkarību profilaksi (selektīvo un indicēto)

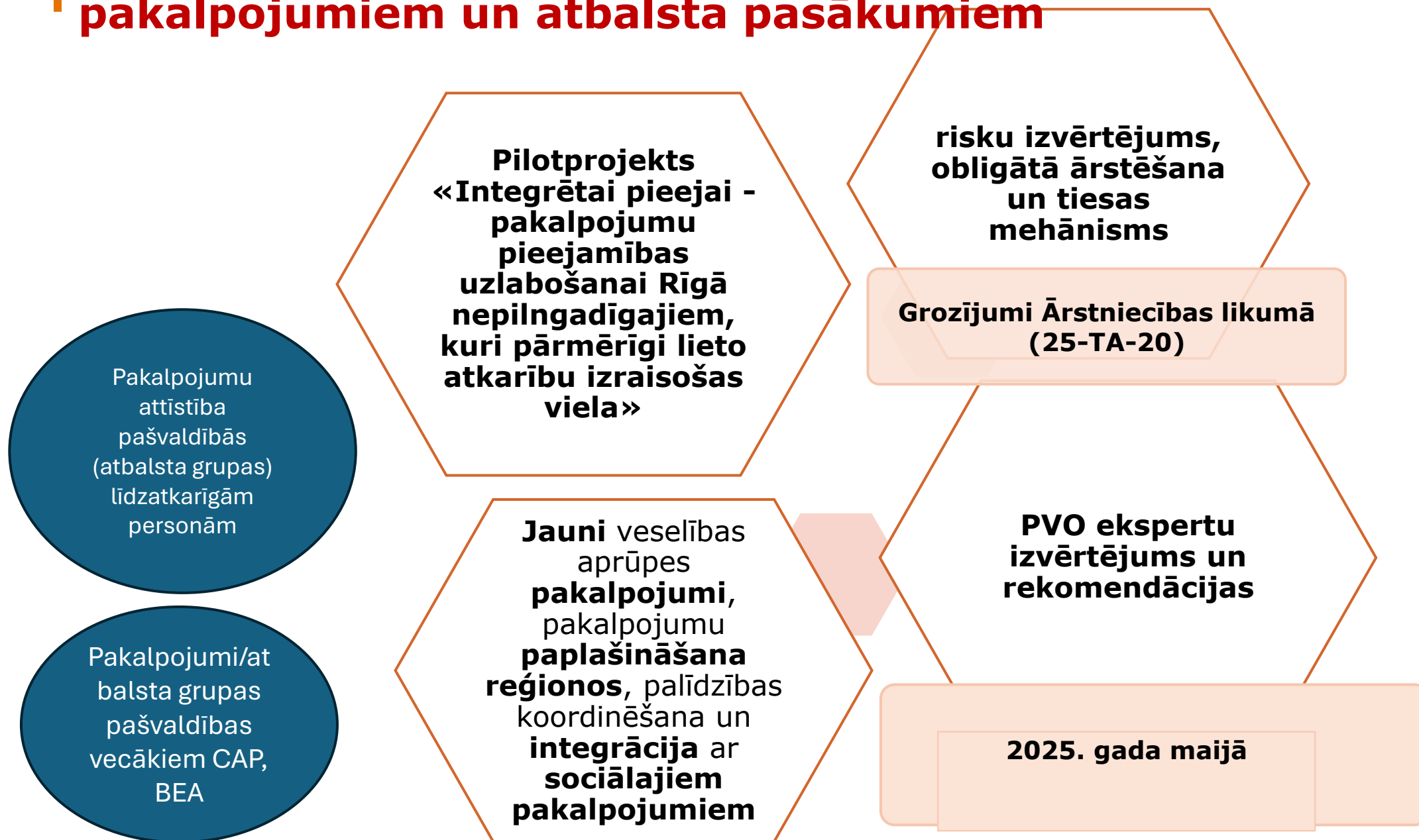


Programmas/intervences saturs	Ieviests/plānots ieviest
Sociālās ietekmes profilakses programmas «Unplugged» - 12 līdz 14 gadus veciem skolēniem vispārizglītojošajās izglītības iestādēs, lai novērstu vai attālinātu atkarību izraisošo vielu lietošanas uzsākšanu (nodarbību cikli, pedagogu apmācības).	Pirmreizēji pilotēta 20 skolās 2021./2023.gadā (paredz skolotāju apmācības un nodarbību ciklu skolēniem) Plānots 2025.gada rudenī atkārtoti ieviest apmācības pedagogiem (ESF finansējums) Pašvaldības atbalsts!!!
Indicētas atkarību profilakses programma «Veselīgas nākotnes programma» - 13 – 25 gadus veciem iedzīvotājiem, kuri pirmo reizi nonākuši valsts vai pašvaldības iestāžu redzeslokā saistībā ar atkarību izraisošo vielu lietošanu un/vai ar to saistītu pretlikumīgu, riskantu uzvedību.	Ieviesta 2022./2023. gadā, kur veikta pašvaldību darbinieku apmācības (54 speciālisti no 39 pašvaldībām) un arī intervenču pilotēšana Plānots 2026.gadā atkārtoti apmācīt un ieviest (ESF finansējums) Pašvaldības atbalsts!!!
Standartizētas profilakses programmas “ Labas uzvedības spēle ” adaptāciju un pilotēšanu sākumskolās 6 - 11 gadus veciem bērniem;	IeM (VM ESF ietvaros) Plānots uzsākts ieviešanu 2025.gada rudens Pašvaldības atbalsts!!!

Nodrošināt pierādījumos balstītu atkarību profilaksi (selektīvo un indicēto)(II)

Programmas/intervences saturs	Ieviests/plānots ieviest
Eiropas atkarību profilakses standartu(EUPC) standartizēto kursu īstenošana atkarību mazināšanas politikas izstrādē iesaistītajiem speciālistiem pašvaldībās par atkarību izraisošo vielu profilaksi	leM (VM ESF projekts). Apmācības bijušas arī 2021.g – 15 speciālisti, 2022.g. -21 speciālisti Plānots 2025. gada vasarā Pašvaldības atbalsts!!!
Sabiedrības informēšanas pasākumi (reklāmas dažādos formātos un kanālos) par atkarību atbalsta telefona sniegtajām atbalsta iespējām	Plānots 2025.gada rudens ESF finansējuma ietvaros Pašvaldību atbalsts informācijas izvietojšanai!
Nevalstisko organizāciju iesaiste veselības veicināšanas un slimību profilakses pasākumu īstenošanā, t.sk.atkarību mazināšanas un profilakses jomā	Iespēja NVO saņemt ESF finansējumu piesakoties CFLA izsludinātā projektu konkursā Atbalstāmas darbības: • dažādiem vecumposmiem atbilstošas (bērniem, jauniešiem) intervences (pasākumi) dzīves prasmju attīstīšanai • intervences (pasākumi) ģimenēm (vecāku, aizbildņu, audžuģimeņu, bērnu aprūpes iestāžu darbinieku) prasmju attīstīšanai un agrīna preventīva atbalsta nodrošināšanai. • atkarību profilakse un kaitējuma mazināšana izklaides vietās Pašvaldību NVO var iesaistīties!

Veicināt piekļuvi narkoloģiskās ārstēšanās pakalpojumiem un atbalsta pasākumiem



Atbalsta tālruņa pakalpojuma nodrošināšana personām ar atkarībām



**SPKC atkarību
atbalsta tālrunis**



67037333

Šobrīd pieejami dažādi valsts, pašvaldību un nevalstisku institūciju veidoti un finansēti atbalsta telefoni, kur var vērsties pēc palīdzības krīzes situācijā, kā arī saņemt psiholoģisku atbalstu gan bērni, gan pieaugušie.

No 2024.gada maija paplašināts pirms tam esošais smēķēšanas atmešanas tālrunis uz **atkarību atbalsta tālruni**:

- 09.00-18.00 (darba dienās);
- Var zvanīt: atkarīgie (smēķētāji, narkomāni, alkohola un azartspēļu atkarīgie) un līdzatkarīgie.

Pakalpojums paredz:

- informācijas sniegšana par pieejamiem un situācijai atbilstošākiem pakalpojumiem;
- psiholoģiska palīdzība anonīmi;
- konsultācijas un psihoemocinālais atbalsts, t.sk. krīzes situācijās, smēķēšanas, nikotīna atkarības, alkohola, narkotisko vielu, azartspēļu u.c. problēmu risināšanai.

Pakalpojuma veids – tālruņa veids	Pakalpojuma sniedzējs	Darbības laiks	Ko var saņemt	Kas var saņemt	Finansējuma avots
Vienotais <u>bezmaksas</u> krīžu tālrunis	«Skalbes»	katru dienu: 0:00-24:00 116123	tūlītējs emocionāls atbalsts veikt pierakstu pie sertificēta psihologa saņemt līdz pat 10 bezmaksas konsultācijām tiešsaistes platformā	Jebkurš iedzīvotājs	NVD (VM)
Atbalsta tālrunis krīzes situācijās un informācijas saņemšana	Bērnu un pusaudžu resursu centrs	katru dienu: 12:00-19:00 25737363 čats	Psiholoģiskais atbalsts un palīdzība, atbalstu krīzes situācijās, informācija par simptomiem un pieteikšanās kārtība uz konsultāciju	Bērni	NVD (VM)

Atbalsta tālruņa pakalpojuma nodrošināšanā personām ar atkarībām (II)

Īstermiņa risinājums



- **Esošā SPKC atkarīgo un līdzatkarīgo atbalsta tālruņa darbības paplašināšana** (garākas stundas un sasaiste ar citiem VM resora pakalpojumu telefoniem), minētā telefona aktīvāka popularizēšana ESF ietvaros
- Paplašinātais pakalpojums **varētu darboties uz laiku** - no 2025.gada maija līdz 2026.gada maijam/decembrim,



Ilgtermiņa risinājums

- Pārskatīt VM resorā esošos atbalsta telefonus un sniegt priekšlikumus vienota atbalsta tālruņa un citu saistītu pakalpojumu (čats, video konsultācijas) nodrošināšanai valsts līmenī personām ar vielu vai procesu atkarībām un viņu tuviniekiem.



Veselības ministrija

PALDIES!