



Medicīniskā aprūpe mājās, preventīvie pasākumi, sadarbība ar pašvaldību sociālajiem dienestiem

Līga Kozlovskā

Latvijas Lauku ģimenes ārstu asociācijas
prezidente

Stāmeriena
2024.g. 2. augusts

- Ģimenes ārsts ir pirmais veselības aprūpes speciālists, pie kura pacients meklē palīdzību, ja viņam ir radušās problēmas ar veselību.
- Ģimenes ārsts ir sava pacienta uzticības persona un padomdevējs, kas rūpējās par viņa veselību no piedzimšanas brīža līdz mūža nogalei un nepieciešamības gadījumā koordinē pacienta ārstēšanas procesa gaitu, sadarbojas ar citu specialitāšu ārstiem, ārstniecības iestādēm un pašvaldību sociālajiem dienestiem, lai palīdzētu pacientam sasniegt iespējami labāko rezultātu.
- Ārstē pacienta akūtās un hroniskās kaites, veic profilaktiskos pasākumus un vajadzības gadījumā sniedz arī veselības aprūpes pakalpojumus mājās.

Veselības aprūpe mājās

- Valsts apmaksātu veselības aprūpi mājās var saņemt pacienti, kuriem ir noteiktas saslimšanas.
- Tā ir medicīniska aprūpe, kas ietver noteiktu veselības aprūpes pakalpojumu nodrošināšanu pacientam viņa dzīvesvietā.
- Pacientam ar hronisku saslimšanu un pārvietošanās traucējumiem veselības aprūpe mājās tiek nodrošināta līdz 30 kalendāra dienām.
- Ja veselības aprūpe mājās ir nepieciešama ilgāk, divu darbdienu laikā pirms minētā termiņa beigām ģimenes ārsts apmeklē pacientu un sniedz attiecīgā pakalpojuma sniedzējam atzinumu par pakalpojuma pārtraukšanu vai turpināšanu.

Veselības aprūpe mājās

- Pēc izrakstīšanās no stacionārās ārstniecības iestādes vai dienas stacionāra sakarā ar ķirurģisku iejaukšanos veselības aprūpes mājās ilgums ir līdz 10 kalendāra dienām.
- Ja veselības aprūpe mājās nepieciešama ilgāk, ģimenes ārsts pēc attiecīgā pakalpojuma sniedzēja lūguma apmeklē pacientu un sniedz atzinumu par pakalpojuma pārtraukšanu vai turpināšanu.
- Pašlaik valstī ir 131 ārstniecības iestāde, kas pacientiem sniedz valsts apmaksātu veselības aprūpi mājās
- Papildus šīm ārstniecības iestādēm arī ģimenes ārstu prakses ir tiesīgas nodrošināt veselības aprūpi mājās praksē reģistrētiem pacientiem.

Veselības aprūpi mājās pacienti var saņemt, ja:

- pacientam ir hroniska saslimšana un pārvietošanās traucējumi, kuru dēļ pacients nespēj ierasties ārstniecības iestādē;
- pacients ir izrakstīts no stacionārās ārstniecības iestādes vai no dienas stacionāra pēc ķirurģiskas iejaukšanās;
- pacientam (ar diagnozi I60 - Subarahnoidāls asinsizplūdums, I61 - Intracerebrāls asinsizplūdums, I63 - Smadzeņu infarkts, I64 - Insults, neprecizējot, vai tas ir asinsizplūdums vai infarkts vai I69 - Cerebrovaskulāru slimību sekas) nepieciešami medicīniskās rehabilitācijas pakalpojumi un to sniegšana uzsākta trīs mēnešu laikā pēc saslimšanas;

Veselības aprūpi mājās pacienti var saņemt, ja:

- medicīniskās rehabilitācijas pakalpojumi nepieciešami bērniem, kuri atrodas valsts sabiedrības ar ierobežotu atbildību "Bērnu klīniskā universitātes slimnīca" paliatīvās aprūpes kabineta uzskaitē;
- pacientam ar sekām pēc muguras smadzeņu bojājuma ar diagnozi T91.3 (*kas izpaužas kā tetraplēģija vai paraplēģija un vairumam muskuļu zem bojājuma līmeņa spēks ir mazāks par trijām ballēm*) nepieciešami medicīniskās rehabilitācijas pakalpojumi pēc pirmreizējas medicīniskās rehabilitācijas saņemšanas stacionārā programmā "Rehabilitācija pacientiem ar muguras smadzeņu šķērsbojājumu"- ja uz šādiem pakalpojumiem nosūta "Nacionālais rehabilitācijas centrs "Vaivari"" nodarbināts fizikālās un rehabilitācijas medicīnas ārsts.

Veselības aprūpe mājās ietver šādus pakalpojumus:

- medikamentu ievadīšanu;
- ādas bojājuma aprūpi;
- urīna ilgkatetera maiņu un aprūpi, mākslīgās atveres aprūpi, tai skaitā pacienta un viņa tuvinieku izglītošanu un apmācību par mākslīgās atveres (stomas) aprūpi, kuru vienam pacientam apmaksā ne vairāk kā piecas reizes (izņemot traheostomas, gastrostomas, nefrostomas, cistostomas aprūpi, kuru valsts apmaksā atbilstoši faktiski sniegto pakalpojumu skaitam);
- enterālu barošanu caur zondi;
- ilgstošu plaušu mākslīgo ventilāciju;

- to bērnu parenterālu barošanu, kuri atrodas "Bērnu klīniskā universitātes slimnīca" paliatīvās aprūpes kabineta uzskaitē;
- rehabilitācijas pakalpojumus bērniem, kas atrodas "Bērnu klīniskā universitātes slimnīca" paliatīvās aprūpes kabineta uzskaitē, un pacientiem ar diagnozēm:
 - I60 (Subarahnoidāls asinsizplūdums),
 - I61 (Intracerebrāls asinsizplūdums),
 - I63 (Smadzeņu infarkts),
 - I64 (Insults, neprecizējot, vai tas ir asinsizplūdums vai infarkts),
 - I69 (Cerebrovaskulāru slimību sekas).

Papildus ārsts var nozīmēt arī citus veselības aprūpes pakalpojumus:

- izmeklējumus un izmeklējuma rezultātā iegūto materiālu nogādāšanu laboratorijā;
- vitālo rādītāju kontroli;
- pacienta un viņa tuvinieku izglītošanu un apmācību par veselības veicināšanas pasākumiem un pacienta aprūpi;
- klizmas veikšanu.

Veselības aprūpes pakalpojumus mājās sniedz **sertificēta māsa vai ārsta palīgs (feldšeris)**, bet medicīniskās rehabilitācijas pakalpojumus – **sertificēts fizioterapeits vai fizioterapeita asistents, ergoterapeits vai audiologopēds.**

Ģimenes ārsta mājas vizīte

Saskaņā ar Ministru kabineta noteikumiem Nr.555 «**Veselības aprūpes pakalpojumu organizēšanas un samaksas kārtība**» ģimenes ārsta mājas vizīte pacientiem ir maksas pakalpojums atbilstoši ārsta praksē vai ārstniecības iestādē apstiprinātajam maksas pakalpojumu cenrādim.

Pirms ģimenes ārsta mājas vizītes pieteikšanas, ieteicams iepriekš noskaidrot, kāda ir minētā pakalpojuma cena.

Ģimenes ārsta mājas vizīte

Ģimenes ārsti nodrošina saviem pacientiem mājas vizītes gadījumos, kad pacientam **veselības stāvokļa dēļ nav iespējams** nokļūt ārsta praksē vai ārstniecības iestādē.

Svarīgi!

- Veselības aprūpes pakalpojumus ģimenes ārsts sniedz **savas darbības pamatteritorijā**.
- Ārsts var nodrošināt pakalpojumus praksē reģistrētam pacientam **arī ārpus** savas darbības pamatteritorijas, **ja par to ir vienošanās ar pacientu**.

Ģimenes ārsta mājas vizīte

Bez maksas:

- bērniem līdz 18 gadu vecumam;
- I grupas invalīdiem;
- pacientiem, kuri saņem veselības aprūpi mājās (atbilstoši normatīvajiem aktiem);
- pacientiem, kuriem nepieciešama paliatīvā aprūpe (ar noteiktām diagnozēm);
- pacientiem, kuriem nepieciešama ilgstoša plaušu mākslīgā ventilācija.

Ģimenes ārsta mājas vizīte

Veicot pacienta līdzmaksājumu **2,85 EUR** apmērā:

- pacientiem, kuri ir vecāki par 80 gadiem;
- pacientiem ar gripas saslimšanu gripas epidēmijas laikā;
- **ja ģimenes ārsts ir vienojies ar pacientu par mājas vizīti pēc tam, kad izbraukumā pie pacienta bija devusies NMP brigāde;**

Paliatīvā aprūpe

- Paliatīvā aprūpe ir aktīva un visaptveroša to pacientu, kuru izārstēšana vairs nav iespējama, aprūpe.
- Tās ietvaros prioritāra ir sāpju un citu simptomu, kā arī sociālo, psiholoģisko un garīgo problēmu kontrole, ņemot vērā, ka paliatīvā aprūpe savā pieejā ir starpdisciplināra un aptver pacientu, ģimeni un apkārtējo sabiedrību, nodrošinot pacientam nepieciešamās vajadzības neatkarīgi no vietas, kur viņš atrodas (mājās vai slimnīcā), ar nolūku saglabāt labāko iespējamo dzīves kvalitāti, līdz iestājas nāve.
- Paliatīvā aprūpe pacientiem ar noteiktām diagnozēm var tikt nodrošināta stacionārā, gan ambulatori – ģimenes ārsta uzraudzībā mājas vizīšu ietvaros.

- Saņemot pakalpojumus paliatīvās aprūpes kabinetā, jāveic pacienta līdzmaksājums, izņemot gadījumus, ja pacients ietilpst, kādā no pacienta līdzmaksājuma atbrīvotajām iedzīvotāju grupām.
- **Pacientiem, kuri saņem paliatīvās aprūpes pakalpojumus** stacionārajā ārstniecības iestādē vai mājās, pacienta līdzmaksājums nav jāveic.
- Lēmumu par pacientam nepieciešamo paliatīvo aprūpi pieņem ģimenes ārsts vai ārstējošais ārsts-speciālists.
- Ārstējošais ārsts var lemt sasaukt ārstu konsiliju, ja pacienta ārstēšana ir sarežģīta un nepieciešama vairāku specialitāšu ārstu konsultācija vai viedoklis, lai lemtu par pacienta iekļaušanu paliatīvajā aprūpē.

Kam tiek nodrošināta paliatīvā aprūpe?

Paliatīvā aprūpe, tajā skaitā, ģimenes ārsta mājas vizītes, izvērtējot pacienta veselības stāvokli, var tikt nodrošināta pacientiem ar:

- HIV infekciju;
- ļaundabīgiem audzējiem;
- encefalītu (*ērcu pārnēsāta slimība, kas izraisa ilgstošus nervu sistēmas darbības traucējumus*);
- mielītu (*muguras smadzeņu iekaisums*) un encefalomielītu (*hroniskā noguruma sindroms*);
- centrālās nervu sistēmas slimībām;
- multiplo sklerozi;
- perifērās nervu sistēmas slimībām;
- *Myasthenia gravis* (neiromuskulāra slimība, kas izraisa skeleta muskuļu vājumu);
- sirds mazspēju;
- cerebrovaskulārām slimībām (*smadzeņu darbības traucējumi, kā, piemēram, sekas pēc insulta*);
- barības vada, kuņģa un divpadsmitpirkstu zarnas slimībām;
- izgulējumiem;
- muguras smadzeņu bojājumiem.*

Ambulatorās paliatīvās aprūpes saņemšana

- Ambulatori paliatīvo aprūpi organizē ģimenes ārsts, kurš nepieciešamības gadījumā nozīmē medikamentus (t.sk. arī terapijai nepieciešamos pretsāpju medikamentus) un izraksta nosūtījumu pie veselības aprūpes speciālistiem (t.sk. pie paliatīvās aprūpes speciālista).
- Ģimenes ārsta kompetencē ir tiesības veikt visu, lai noņemtu slimības izpausmes fiziskā, psihiskā, eksistenciālā, garīgā un sociālā plānā, kas ietver:
 - *kompensējamo medikamentu izrakstīšanu (spēcīgas pretsāpju zāles, var būt arī opiāti u.c.);*
 - *atsāpināšanas un izgulējumu kopšanas metožu pielietošanu;*
 - *dažādus pasākumus, kas nepieciešami elpas trūkuma, asiņošanas, u.c. gadījumos; brūču kopšanu (iztīrīšanu un pārsiešanu);*
 - *diētas plāna izstrādi vai pārskatīšanu;*
 - *pacienta un viņa tuvinieku izglītošanu.*

- Pacienti, kuriem nepieciešama ambulatorā paliatīvā aprūpe, ar ģimenes ārsta nosūtījumu var saņemt valsts apmaksātu valsts apmaksātu paliatīvās aprūpes speciālistu konsultāciju.

Paliatīvās aprūpes mājas vizītes

- Ģimenes ārsts vai speciālists paliatīvās aprūpes pacientam var nozīmēt veselības aprūpes pakalpojumus mājās, ja personai ir pārvietošanās traucējumi, kuru dēļ pacients nespēj ierasties ārstniecības iestādē. Kā arī papildus var nozīmēt saņemt citus veselības aprūpes pakalpojumus, kā, piemēram, vitālo rādītāju kontrolei, klizmu un izmeklējumu veikšanai.

Preventīvie pasākumi veselības aprūpē

Veselība ir fiziskā, garīgā un sociālā labklājība.

Tā lielā mērā ir atkarīga no cilvēka dzīvesveida, tāpēc sabiedrībā pamazām sāk pieaugt izpratne par veselīga dzīvesveida nozīmi veselības saglabāšanā un tā būtiskākajām sastāvdaļām:

- *sabalansēts un veselīgs uzturs, ēšanas ieradumi;*
- *darba un atpūtas režīms;*
- *nepieciešamais ūdens daudzums;*
- *fiziskās aktivitātes (vingrošana);*
- *pietiekams daudzums miega;*
- *labas savstarpējās attiecības,*
- *pozitīvas domas.*





Vakcinācija

Pēc Pasaules Veselības organizācijas vērtējuma: “Vakcinācija ir vienkāršs, drošs un efektīvs veids, kā aizsargāties no slimībām, pirms persona nonāk saskarē ar šo slimību ierosinātājiem.”

Latvijā imunizācijas kārtību pret vakcīnregulējamām infekcijām nosaka Ministru kabineta noteikumi *Nr.330 „Vakcinācijas noteikumi”*.

- Vidēji kopējais vakcināciju aptveres rādītājs valstī ir 95% un vairāk, taču dažādos vakcināciju veidos tas ir dažāds.

Vakcīnas bērniem, kas iekļautas vakcinācijas kalendārā, **pilnībā apmaksā valsts**.





Pieaugušajiem valsts apmaksā

- vakcināciju pret **difteriju** - 24 gados un vēlāk, *ja tā nav saņemta pēdējo 10 gadu laikā,*
- vakcināciju pret **ērču encefalītu** *endēmisko apvidu populācijai,*
- vakcināciju **pret garo klepu grūtniecēm,**
- vakcināciju **pret gripu grūtniecēm.**



Bezmaksas profilaktiskā apskate

- Iedzīvotāji ik gadu tiek aicināti doties pie ģimenes ārsta (kurš ir līgumattiecībās ar Nacionālo veselības dienestu) uz bezmaksas profilaktisko apskati
- Profilaktisko apskati var veikt pacienti no 18 gadu vecuma.
- Pacienta iemaksa par profilaktisko apskati pie ģimenes ārsta nav jāmaksā.
- Bērniem profilaktiskās apskates paredzētas atbilstoši bērnu profilaktisko apskašu grafikam.

- **Lai veiktu profilaktisko apskati, pacientam laicīgi jāsažinās ar ģimenes ārsta praksi un jāvienojas par vizītes dienu un laiku.**
- Apskates laikā ģimenes ārsts iztaujā pacientu, izvērtē vispārējo veselības stāvokli un nepieciešamības gadījumā veic asinsspiediena un pulsa noteikšanu, sirdsdarbības un plaušu izklausīšanu, vēdera iztaustīšanu, limfmezglu apskati, vairogdziedzera stāvokļa novērtēšanu, krūšu dziedzeru apskati un iztaustīšanu u. c. pārbaudes.

Sirds un asinsvadu slimību noteikšana ar SCORE metodi



Iedzīvotāji **40, 45, 50, 55, 60 un 65 gadu** vecumā pie ģimenes ārsta bezmaksas var pārbaudīt savu sirds un asinsvadu sistēmas veselību, izmantojot **SCORE metodi**, kas ļauj noteikt riska pakāpi **vai tuvāko 10 gadu laikā draud nopietna saslimšana.**

Cukura diabēta profilaktiskā pārbaude



- Ķermenim novecojot, palielinās diabēta attīstības iespējas,
- Straujākais CD pieaugums vērojams cilvēkiem, kas vecāki par 40 gadiem, tāpēc no 40 gadu vecuma, ***ja pacientam nav diabēta riska faktoru, ik pēc trim*** gadiem jāpārbauda cukura līmenis asinīs (40, 45, 48, 51, 54, 57, 60, 63, 66, 69, 72 gadu vecumā).
- ***Ja ir kādi riska faktori,*** cukura līmenis tukšā dūšā jāmēra **katru gadu**, sākot **no 10 gadu** vecuma.
- Laboratorijā tukšā dūšā nosaka glikozes līmeni venozo asiņu plazmā.



Profilaktiskā ginekoloģiskā apskate

ir neatņemama valsts organizēto skrīninga programmu sastāvdaļa **krūts vēža un dzemdes kakla vēža agrīnai diagnosticēšanai.**

Četras valsts organizētās
skrīninga programmas
agrīnai ļaundabīgo audzēju diagnostikai

- Pirmā skrīninga programma ļauj pacientiem, kas **vecāki par 50 gadiem**, **reizi gadā** veikt slēpto asiņu testu, ko saņem pie ģimenes ārsta vai laboratorijā, lai noteiktu ***zarnu vēža risku***.



- Otrā skrīninga programma **ik pēc 2 gadiem** paredz **mammogrāfijas veikšanu pacientēm no 50 līdz 69 gadiem** **krūts vēža** agrīnai diagnostikai.



- Trešā skrīninga programma paredz to, ka sievietēm vecumā **no 25 līdz 69 gadiem** ik pēc **trim gadiem** tiek veikta dzemdes kakla onkocitoloģiskā izmeklēšana **dzemdes kakla vēža** riska noteikšanai.



- **Ceturrtā** skrīninga programma paredz pārbaudi **prostatas vēža agrīnai diagnostikai**, **reizi divos gados** veicot asins analīzi, lai *noteiktu prostatas specifisko antigēnu (PSA)* divām iedzīvotāju grupām:
 - visiem vīriešiem vecumā **no 50 līdz 75 gadiem**;
 - vīriešiem **no 45 līdz 50 gadu** vecumam, ja ģimenes anamnēzē *prostatas vēzis ir konstatēts asinsradiniekam*.



- Kanādā veiktā pētījumā ir norādīts, ka ikgadējās veselības pārbaudes palīdz diagnosticēt dažādas slimības, taču nesamazina saslimstību vai mirstību no sirds un asinsvadu vai vēža cēloņiem.
- Tāpat skaidrots, ka Latvija ir vienīgā valsts Eiropā, kas veic vispārīgu un visaptverošu visas populācijas skrīningu pieaugušo profilaktisko apskašu formā.
- Tāpēc no 2025. gada tiek plānots pieaugušo profilaktisko apskati pārdēvēt par pieaugušo vispārējā veselības stāvokļa novērtējumu, kas sevī ietvertu apskati atbilstoši pacienta anamnēzes datiem un pacienta sūdzībām un vecumposmam.
- Līdz šim ierastās ikgadējās profilaktiskās pārbaudes pieaugušajiem tiktu aizstātas ar klātienes konsultācijām reizi trijos gados, NVD sagatavojot pacientu sarakstu, kam konkrētajā gadā nepieciešama veselības pārbaude.

Sadarbība ar pašvaldību sociālajiem dienestiem

Sadarbība ar pašvaldību sociālajiem dienestiem vai to darbiniekiem – ģimenes ārsta ikdienas darba sastāvdaļa

- Pacientu aprūpe sociālās aprūpes centros;
- Palīdzot ievietot pacientu sociālās aprūpes centrā;
- Palīdzot vientuļajiem pacientiem;
- palīdzot ar sociālā riska ģimenēm;
- Palīdzot vardarbībā cietušām sievietēm vai bērniem;
- Palīdzot risināt tehnisko palīglīdzekļu iegādes un sociālās rehabilitācijas problēmas;
- Palīdzot pacientam, kurš zaudējis darbu rast psiholoģisko atbalstu....

Paldies par uzmanību!