

NACIONĀLĀ VESELĪGO PAŠVALDĪBU TĪKLA ZIŅAS

NVPT AKTUALITĀTES

NVPT pārstāvju apmācību par vides veselības un drošības jautājumiem pašvaldībā materiāli, apmācības par sabiedrības veselības analīzes veikšanu pašvaldībā.

SPKC AKTUALITĀTES

Garā klepus saslimstības pieaugums, pērtiķu baku infekcijas izplatība, jaunais skolēnu veselības paradumu pētījums, konsultatīvais tālrunis iedzīvotājiem, kuriem nepieciešams atbalsts atkarības problēmu risināšanā u. c.

VESELĪBAS MINISTRIJAS AKTUALITĀTES

Apmācību programma pirmsskolas un sākumskolas pedagogiem par mutes dobuma un zobu veselību, rīcības plāns liekā svara un aptaukošanās mazināšanai u. c.

CITAS AKTUALITĀTES

VARAM priekšlikumi alternatīvo brīvā laika pavadīšanas veidiem, bezmaksas tiešsaistes kursi par atkarību tēmu.



Saturs

Klikšķini uz lappuses vai nosaukuma,
lai nokļūtu attiecīgajā sadaļā!

3. lpp.

**NVPT
AKTUALITĀTES**

4. lpp.

**SPKC
AKTUALITĀTES**

7. lpp.

**CITAS
AKTUALITĀTES**

8. lpp.

**VESELĪBAS
MINISTRIJAS
AKTUALITĀTES**

9. lpp.

**INFORMATĪVO
MATERIĀLU
JAUNUMI**



Slimību profilakses un
kontroles centrs



NACIONĀLAIS
VESELĪGO
PASVALDĪBU
TIKLS



NVPT pārstāvju apmācības par vides veselības un drošības jautājumiem pašvaldībā

29. maijā notika tiešsaistes apmācības par vides veselības un drošības jautājumiem pašvaldībā!

Apmācību laikā tika apskatītas dažādas tēmas saistībā ar vides veselību un drošību:

- dzeramā ūdens kvalitāte un tā iespējamais piesārņojums plūdu rezultātā;
- kvalitatīva dzeramā ūdens pieejamība pašvaldībā;
- legionelozes statistika un profilakses pasākumu nodrošināšana pašvaldībā;
- peldvietu drošības jautājumi;
- pieejamie SPKC resursi par drošību saulē, radonu un smēķēšanu, peldvietu drošības jautājumiem.

Apmācības vadīja lektori no Veselības inspekcijas, Kuldīgas pašvaldības un Slimību profilakses un kontroles centra. Apmācībās piedalījās Nacionālā veselīgo pašvaldību tīkla koordinatori, kontaktpersonas no teritoriālajām vienībām, politiskās amatpersonas un citi pašvaldības darbinieki, kuri ikdienā strādā ar vides veselības un drošības jautājumiem.

Spiediet šeit, lai apskatītu apmācību prezentācijas!



Pieejamas līdz 30. septembrim!

17. septembrī norisinājās tiešsaistes praktiskās apmācības par sabiedrības veselības analīzes veikšanu pašvaldībā

APMĀCĪBAS

Nacionālā veselīgo pašvaldību tīkla pārstāvjiem

PAR SABIEDRĪBAS VESELĪBAS ANALĪZES VEIKŠANU PAŠVALDĪBĀ



Lai attīstītu pašvaldību pārstāvju prasmes sabiedrības veselības analīzes veikšanā un veicinātu datu iegūšanu no publiski pieejamajiem resursiem, Slimību profilakses un kontroles centrs (SPKC) Nacionālā veselīgo pašvaldību tīkla pārstāvjiem nodrošināja iespēju piedalīties tiešsaistes apmācībās par sabiedrības veselības analīzes veikšanu pašvaldībā. Apmācības norisinājās **17. septembrī Zoom platformā**. Pateicamies sabiedrības veselības speciālistei, Rīgas Stradiņa universitātes Sabiedrības veselības institūta direktorei Andai Ķīvīte-Urtānei par apmācību vadīšanu, kā arī improvizatorei un pasākumu vadītājai Anetei Bendikai par pasākuma moderēšanu.

Apmācību laikā tika apskatītas šādas tēmas:

- sabiedrības veselības analīze reģionālā līmenī;
- datu avotu atrašana un izmantošana;
- rādītāju salīdzināšana laika gaitā, interpretēšana, praktisks pielietojums;
- veselības veicināšanas, slimību profilakses pasākumu īstenošana uz pierādījumiem balstītos principos;
- ieskats mākslīgā intelekta rīku izmantošanā datu analīzē.

**Video ieraksts no apmācībām
būs pieejams jau drīzumā!**

Latvijā pieaug saslimstība ar garo klepu. SPKC aicina pārbaudīt vakcinācijas statusu pret šo infekcijas slimību

Latvijas epidemioloģiskās uzraudzības dati liecina, ka šogad no 1. līdz 30. jūnijam tika reģistrēti 297 jauni garā klepus gadījumi. Kopā 2024. gadā Latvijā līdz 30. jūnijam reģistrēti 759 garā klepus gadījumi. Zīdaiņiem ir vislielākais smagu slimību un nāves risks, inficējoties ar garo klepu.

Tāpēc jo īpaši svarīgi, lai pret garo klepu vakcinētos grūtnieces grūtniecības laikā, jo tas dod ievērojamu aizsargefektu arī bērnam līdz brīdim, kad viņš ir sasniedzis vakcinācijas vecumu. Zīdaiņiem pirmo vakcīnu pret garo klepu saskaņā ar vakcinācijas kalendāru paredzēts saņemt 2 mēnešu vecumā. Grūtniecēm ir pieejama valsts apmaksāta vakcīna.



Latvijā tiek stingri uzraudzīta situācija ar pērtiķu baku infekcijas izplatību

Pasaules Veselības organizācija brīdina par pērtiķu baku uzliesmojumu Kongo Demokrātiskajā Republikā (KDR), kas uzskatāms par starptautiskas nozīmes ārkārtas situāciju sabiedrības veselības jomā.

Šogad Latvijā nav reģistrēts neviens gadījums, tai skaitā nav bijušas arī aizdomas!

Latvijā ir pieejama vakcīna riska grupām – ārstniecības personām, kas var nonākt ciešā kontaktā, inficētām personām un kontaktpersonām.

Spiediet šeit, lai uzzinātu vairāk par pērtiķu baku infekcijas izplatību un aizsardzību. 

Publicēts skolēnu veselības paradumu pētījums

Starptautiskais skolēnu veselības paradumu pētījums (angl. – *Health Behaviour among School-aged Children Study – HBSC*) ir Pasaules Veselības organizācijas (PVO) atbalstīts projekts, kurā 2023. gadā bija iesaistījusies 51 dalībvalsts un reģions Eiropā un Ziemeļamerikā.

Pētījuma kopējais mērķis ir iegūt informāciju un palielināt izpratni par skolas vecuma bērnu veselību un dzīvesveidu. Pētījuma rezultāti tiek izmantoti, lai iegūtu informāciju par skolēnu veselības pašvērtējumu un veselības paradumiem, to tendencēm, izstrādātu uz pierādījumiem balstītu veselības politiku un veselības veicināšanas programmas un sekmētu informācijas apmaiņu starp pētījuma dalībvalstīm.

Spiediet ŠEIT, lai iepazītos ar pētījuma ziņojumu.



Anketa aptver pusaudžu periodam būtiskākās veselību raksturojošās un psihosociālās vides jomas, kā, piemēram:

- veselības pašvērtējums;
- veselības sūdzības un hroniskas slimības;
- apmierinātība ar dzīvi;
- skolas vide;
- ar veselību saistītie dzīvesveida paradumi;
- mutes veselība;
- ģimene, attiecības ģimenē;
- brīvā laika pavadīšana.

SPKC AKTUALITĀTES



Izveidota jauna sadaļa SPKC mājaslapā "Veselīgs uzturs"

Sadaļā pieejama informācija par uztura ieteikumiem dažādām iedzīvotāju grupām – bērniem, pieaugušajiem, senioriem un grūtniecēm, par tādām tēmām, kā uztura nozīme slimību profilaksē un ārstēšanā, pārtikas drošība, veselīgas ēdienkartes plānošana, pārtikas produktu marķējuma atpazīšana un droša uztura bagātinātāju lietošana.

Veselīgs un sabalansēts uzturs nav diēta – tas ir dzīvesveids! Apvienojot ar fiziskām aktivitātēm, tas ir lielisks veids, kā saglabāt labu veselību visas dzīves laikā!

Spiediet ŠEIT, lai nokļūtu sadaļā "Veselīgs uzturs".

Šī gada 7. maijā darbu uzsāka konsultatīvais tālrunis iedzīvotājiem 67037333, kuriem nepieciešams atbalsts atkarības problēmu risināšanā

Atkarību izraisošo vielu lietošana ir plaši izplatīta problēma Latvijā. 2023. gadā ikdienā kādu tabakas un/vai nikotīnu saturošu izstrādājumu lietoja teju trešā daļa iedzīvotāju vecuma grupā no 18 līdz 74 gadiem.

Tālruņa mērķis ir nodrošināt anonīmu psiholoģisku palīdzību, motivēt un atbalstīt iedzīvotājus savu vai līdzcilvēku paradumu maiņā, kā arī sniegt informāciju par pieejamajiem resursiem un pakalpojumiem atkarības ārstēšanā.



Iedzīvotājus konsultē smēķēšanas atmešanā, alkohola, narkotisko vielu lietošanas problēmu risināšanā, azartspēļu spēlēšanas un līdzatkarības jautājumos.

Pakalpojums ir pieejams darba dienās, laika posmā no 09.00 līdz 18.00

Vairāk informācijas ŠEIT!

Eiropas Slimību profilakses un kontroles centra (ECDC) 2024. gada martā publicētie dati atklāj seksuāli transmisīvo infekciju (STI) strauju izplatību Eiropas Savienības valstīs. Ziņoto saslimšanas gadījumu skaits ar hlamidiozi, gonoreju un sifilisu ir pieaudzis, kas atgādina par pastāvīgajiem riskiem, ko rada neaizsargātas dzimumattiecības.

Vasaras ceļojumu un dažādu festivālu sezona pulcē cilvēkus no visas Eiropas, tāpēc ir svarīgi apzināties STI inficēšanās riskus, izplatību, zināt, kā proaktīvi rīkoties, lai pasargātu sevi no inficēšanās, kā atpazīt STI un kā rīkoties, ja ir aizdomas par inficēšanos.

SPKC, uzsverot drošu dzimumattiecību svarīgumu STI profilaksē, atgādina par prezervatīvu lietošanu dzimumkontakta laikā, jo neārstētas STI var radīt nopietnas sekas veselībai – neauglību, dzimumorgānu iekaisumus u. c. bojājumus.

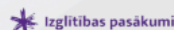
**Ieskaties SPKC mājaslapas sadaļā "Seksuālā
un reproduktīvā veselība"**



Vairāk par STI izplatību iespējams uzzināt ŠEIT!



Izglītojošie pasākumi 5.–6.klašu izglītojamajiem par **personīgo** **higiēnu**



Sākot ar 2024. gada **3. septembri**, Slimību profilakses un kontroles centrs rīko bezmaksas izglītojošus pasākumus vispārējās izglītības iestāžu 5.–6. klašu izglītojamajiem par personīgo higiēnu. Izglītojošie pasākumi norisināsies līdz 2024. gada 20. novembrim.

Pieteikšanās pasākumiem no 28. augusta. Saņemt papildu informāciju par pasākumu un pieteikties tam iespējams, rakstot uz **e-pasta adresi** agris@izglitibaspasakumi.lv vai zvanot **Agrim Kaminskim** uz tālruni **22066754**.

IZGLĪTOJOŠIE PASĀKUMI 10.–12. KLAŠU SKOLĒNIEM

ONKOLOĢISKO SLIMĪBU PROFILAKSE



2024./2025. mācību gada rudens semestrī 10. līdz 12. klašu skolēniem tiks organizēti izglītojošie pasākumi par onkoloģisko slimību profilaksi. Pasākumu laikā izglītojamajiem būs iespēja uzzināt par onkoloģisko slimību riska faktoriem, profilaksi un iespējām sevi pasargāt u. c. tēmām. Reģistrācijas anketa pasākumiem pieejama **ŠEIT**.

Papildu informācija par izglītojošo pasākumu norisi un pieteikšanos, rakstot uz e-pasta adresi **patricija@onplate.lv** vai zvanot uz tālruņa numuru **26686226 (Patrīcija)**.

**Tagad arī Ludzā var veikt bezmaksas HIV, B, C hepatīta
un sifilisa eksprestestus!**

Latvijā pēdējos gados tiek reģistrēti ap 200 jaunatklātu HIV infekcijas gadījumu gadā. Lai gan vērojama pozitīva tendence, jaunatklāto HIV infekcijas gadījumu skaitam samazinoties un veikto HIV testu skaitam palielinoties, Latvija vēl aizvien ierindojas Eiropas Savienības valstu augšgalā pēc jaunatklāto HIV infekcijas gadījumu skaita uz 100 000 iedzīvotāju. Latvijā paplašinās testēšanas iespējas uz HIV, B, C hepatīta un sifilisa infekcijām – atklāts jauns HIV profilakses punkts Ludzā.

Ludzas HIV profilakses punktā iespējams:

- veikt bezmaksas un anonīmu HIV, B, C hepatīta un sifilisa eksprestestu;
- saņemt konsultācijas par šīm infekcijas slimībām;
- saņemt bezmaksas informatīvos materiālus un prezervatīvus.



Vai tavā pašvaldībā ir HIV profilakses punkts? Spied šeit un noskaidro!



CITAS AKTUALITĀTES

VARAM priekšlikumi alternatīvo brīvā laika pavadīšanas veidiem

Viedās administrācijas un reģionālās attīstības ministrija, izpildot Finanšu ministrijas sagatavoto Azartspēļu un izložu politikas pamatnostādņu 2021.–2027. gadam darba plāna uzdevumu – pašvaldībām izstrādāt priekšlikumus alternatīvo brīvā laika pavadīšanas veidu integrācijai teritorijās, kur azartspēļu zāle ir vieglāk pieejama alternatīva salīdzinājumā ar citām brīvā laika pavadīšanas iespējām, tajā skaitā izmantojot pašvaldību rīcībā esošo infrastruktūru – sadarbojoties ar citām valsts pārvaldes institūcijām, sagatavoja aptaujas anketu par alternatīviem pasākumiem brīvā laika pavadīšanai, kuras mērķauditorija bija 43 Latvijas Republikas pašvaldības.

Aptaujas anketā pašvaldībām tika uzdoti vispārīgi jautājumi, piemēram, kuras iedzīvotāju vecuma grupas īpatsvars pašvaldības teritorijā ir lielāks, cik pastāvīgo azartspēļu organizēšanas vietu ir pašvaldības teritorijā un citi. Vienlaikus aptauja veikta par pašvaldībās pieejamajiem alternatīvā laika pavadīšanas veidiem, piemēram, kultūras un sporta pakalpojumiem, ar mērķi veikt izpēti par pašreizējo situāciju. Balstoties uz anketas rezultātiem, VARAM izstrādājis priekšlikumus alternatīvo brīvā laika pavadīšanas veidiem. Vairāk informācijas [šeit](#). Materiāls pieejams lejupielādēšanai līdz 6. novembrim.



Pieejami bezmaksas tiešsaistes kursi par atkarību tēmu

Bezmaksas e-platformā "Learn ADDICTIONS" pieejami tiešsaistes kursi angļu valodā par dažādām atkarību tēmām, piemēram, par atkarībām jaunāku cilvēku populācijā, dzimumu perspektīvām attiecībā uz atkarību attīstību, Eiropas narkotiku atkarības profilakses kvalitātes standartiem u. c.

Spiediet [ŠEIT](#), lai uzzinātu vairāk par tiešsaistes kursiem

Kampaņa "Lieto zāles? Novēro blaknes? Ziņo!"

Zāļu valsts aģentūra īstenojusi sabiedrības informēšanas kampaņu "Lieto zāles? Novēro blaknes? Ziņo!". Kampaņas mērķis – palielināt iedzīvotāju informētību un izpratni par zāļu blakusparādībām jeb blaknēm un veicināt iedzīvotāju ziņošanu Zāļu valsts aģentūrai par novērotajām zāļu blaknēm.

Kampaņas atklāšanas pasākuma relīze pieejama [ŠEIT](#)

Informatīvs buklets farmaceitiem pieejams [ŠEIT](#)

Informatīvs buklets iedzīvotājiem pieejams [ŠEIT](#)

Informatīvs video pieejams [ŠEIT](#)

Aptaujas dati liecina, ka 71 % Latvijas iedzīvotāju peldētprasme ir nepietiekama

Vairums jeb 71 % Latvijas iedzīvotāju nespēj nopeldēt vismaz 200 metrus, bet katrs trešais atzina, ka dzīves laikā ir nonācis dzīvībai potenciāli bīstamā situācijā ūdenī, liecina Latvijas Peldēšanas federācijas (LPF) un biedrības "Peldēt droši" veiktā aptauja. Latvijas iedzīvotāju peldētprasmes līmenis ir kritiski zems. Aptaujas dati liecina, ka tikai 5 % pieaugušo iedzīvotāju savas peldēšanas prasmes vērtē kā ļoti labas, bet 32 % – kā labas. LPF prezidents Aivars Platonovs norāda, ka laba peldētprasme ir galvenais nosacījums noslikšanas risku mazināšanai, bet tragisko statistiku mazinātu visaptveroša un regulāra peldētāpmācības programma. Patlaban vien 23 % bērnu skolās ir pieejama peldētāpmācība kompetentu pedagogu vadībā, un šis rādītājs ir samazinājies par 6 % attiecībā pret 2019. gadu. Arī pieaugušo respondentu vidū peldētprasmi organizētās nodarbības apguvuši vien 22 %. Vairāk informācijas par veikto aptauju pieejams [ŠEIT](#).



VESELĪBAS MINISTRIJAS AKTUALITĀTES

Aktualizējot bērnu zobu un mutes veselības veicināšanas jautājumu, Veselības ministrija atkārtoti īsteno apmācību programmu pirmsskolas un sākumskolas pedagogiem par mutes dobuma un zobu veselību. Semināru mērķis ir pilnveidot pedagogu zināšanas par mutes dobuma un zobu veselības jautājumiem, kā arī attīstīt prasmes mūsdienīgu mācību risinājumu izmantošanā, runājot ar izglītojamajiem par pareizas un regulāras mutes dobuma un zobu higiēnas nozīmi saistībā ar veselīga uztura paradumiem mutes dobuma un zobu veselības saglabāšanā un veicināšanā.

Semināri notiks sākot ar 11. septembri. Līdz 2024. gada beigām paredzēts īstenot 16 seminārus. Seminārus vadīs Latvijas Universitātes aģentūras "Latvijas Universitātes Rīgas 1. medicīnas koledža" pedagogi, zobārstniecības aprūpes speciālisti.



Vairāk informācijas par semināriem pieejams [ŠEIT!](#)



Veselības ministrija, stiprinot pedagogu un atbalsta personāla zināšanas un prasmes par ģirgāšanās izplatības mazināšanu izglītības vidē, īstenojusi **bezmaksas pedagogu profesionālos pilnveides kursus visā Latvijā**. Kursu laikā lektori iepazīstināja ar 2023. gadā izstrādātajām vadlīnijām ģirgāšanās mazināšanai un sagatavoja pedagogus un atbalsta personālu darbam ar šīm vadlīnijām.

Ģirgāšanās ir emocionālās vardarbības veids, kura rezultātā pieaug fiziskās un psihiskās veselības riski, samazinās pusaudžu pašvērtējums, kā arī pasliktinās socializēšanās prasmes, mācību sasniegumi un sekmes. Lai to mazinātu, Veselības ministrija kopā ar speciālistiem ir sagatavojusi vadlīnijas.

Vadlīnijas pirmsskolas un sākumskolas izglītības iestādēm pieejamas [ŠEIT](#)

Vadlīnijas pamatskolas un vidusskolas izglītības iestādēm pieejamas [ŠEIT](#)

Rekomendācijas vecākiem pieejamas [ŠEIT](#)

Izstrādāts plāna projekts liekā svara un aptaukošanās izplatības mazināšanai



Veselības ministrija ir izstrādājusi rīcības plānu liekā svara un aptaukošanās izplatības mazināšanai līdz 2029. gadam, uzsverot profilakses un veselībratības nozīmi, lai apstātos tendence pieaugt cilvēku skaitam ar lieko svaru un aptaukošanos gan bērnu, gan pieaugušo vidū. Rīcības plāns tiks nodots sabiedriskajai apspriešanai tuvākajā laikā.

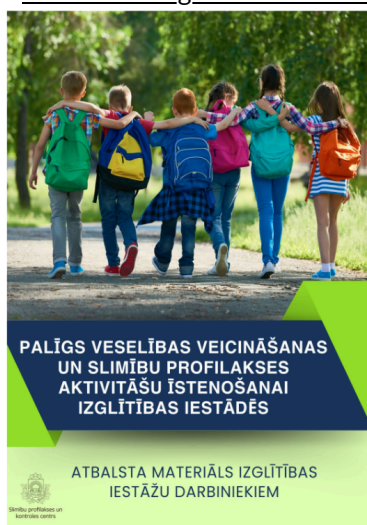
"Katrs piektais bērns šobrīd jau ir ar lieko svaru. Mēs vairs nevaram nerīkoties. Veselības ministrijas sagatavotā plāna pasākumu mērķis ir turpmāko gadu laikā apturēt liekā svara un aptaukošanās epidēmiju Latvijā. Esam izvirzījuši prioritātes – veselīgs uzturs un pietiekošas fiziskās aktivitātes, bet visus līmeņus un pasākumus caurvij veselībratība – iedzīvotāju zināšanas par veselīgu dzīvesveidu un prasmes šīs zināšanas pielietot, motivācija veikt izvēli par labu veselīgiem paradumiem un savus paradumus mainīt. Daudzas valstis cīnās ar līdzīgām problēmām, Latvija nav izņēmums," preses konferencē akcentēja veselības ministrs Hosams Abu Meri.

Spiediet [ŠEIT](#), lai uzzinātu vairāk par preses konferenci

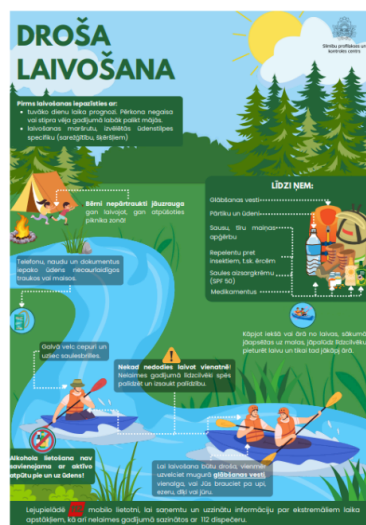
Jaunākie Veselības ministrijas un SPKC izstrādātie informatīvie materiāli par dažādām ar veselību saistītām tēmām!

INFORMATĪVO MATERIĀLU JAUNUMI

"Palīgs veselības veicināšanas un slimību profilakses aktivitāšu īstenošanai izglītības iestādēs"



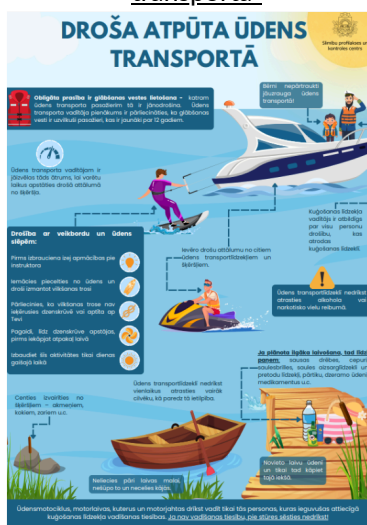
Infografika "Droša laivošana"



Infografika "Kas jāievēro karstajā laikā?"



Infografika "Droša atpūta ūdens transportā"



Infografika "Pagalms, kurā bērns būs drošībā"



Infografika "Izvēlies drošu peldvietu!"



Ar citiem SPKC izstrādātajiem informatīvajiem materiāliem iespējams iepazīties [šeit](#).

📌 Materiālus, pie kuriem ir atzīme "Pieejams drukātā formātā", iespējams saņemt bez maksas drukātā veidā, iepriekš aizpildot un nosūtot uz e-pastu infomateriali@spkc.gov.lv [pasūtījuma veidlapu](#).

Pasūtītos materiālus ir iespējams saņemt Slimību profilakses un kontroles centrā Rīgā, Duntese ielā 22, k-5, darba dienās no plkst. 9.00 līdz 16.30, iepriekš obligāti vienojoties ar SPKC pārstāvi par konkrētu saņemšanas dienu un laiku (lūgums sagaidīt SPKC apstiprinājumu laiku un datumam).

Paldies, ka iepazīnāties ar aktualitātēm!

Ja Jums ir kādi aktuāli un interesanti jaunumi vai
pieredzes stāsti, ar ko vēlaties dalīties
(ko varētu iekļaut nākamajā ziņu lapā), aicinām iesūtīt
tos uz veseligapasvaldiba@spkc.gov.lv



NACIONĀLAIS
VESELĪGO
PAŠVALDĪBU
TĪKLS



Lūdzu, novērtējiet
NVPT ziņu lapu!



Jūsu atsauksme palīdzēs mums uzlabot NVPT
ziņu lapas saturu un nodrošināt Jums vēl labāku
lasīšanas pieredzi.



NACIONĀLAIS
VESELĪGO
PASVALDĪBU
TĪKLS