



NACIONĀLAIS  
VESELĪGO  
PAŠVALDĪBU  
TĪKLS



Slimību profilakses un  
kontroles centrs

Nr.2/2018

# Nacionālā veselīgo pašvaldību tīkla ziņas

## Notika pieredzes apmaiņas brauciens uz Krāslavas novadu

Pieredzes un ideju apmaiņai 12.oktobrī Nacionālā veselīgo pašvaldību tīkla (NVPT) pašvaldībām notika pieredzes apmaiņas brauciens uz Krāslavas pašvaldību. Pasākumā piedalījās 10 pašvaldību pārstāvji.

Pieredzes apmaiņas brauciena laikā dalībnieki iepazinās ar Krāslavas novada ESF Veselības projekta aktivitātēm, to labo praksi, tikās ar aktīvākajām biedrībām un apmeklēja labās prakses projektus:

- ☺ Krāslavas pamatskolas sporta zāli;
- ☺ Krāslavas parka stadionu, tenisa laukumu;
- ☺ Krāslavas Valsts ģimnāzijas baseinu.



*Paldies Krāslavas pašvaldībai par sirsnīgo uzņemšanu un veiksmīgi novadītu pasākumu!*

## Pieejams ziņojums par dzimuma atšķirībām un veselības situāciju PVO Eiropas veselīgo pilsētu tīklā



Šajā gadā izstrādāts ziņojums par dzimuma atšķirībām un veselības situāciju pilsētu/ pašvaldību līmenī Pasaulē veselības organizācijas (PVO) Eiropas veselīgo pilsētu tīklā 2017. gadā. Ziņojumā iekļautie dati palīdzēs izveidot instrumentu sieviešu un vīriešu veselības un labklājības stratēģijas īstenošanas novērtēšanai un uzraudzībai pilsētas/ pašvaldības līmenī.

Iepazīties ar ziņojumu par dzimuma atšķirībām un veselības situāciju PVO Eiropas veselīgo pilsētu tīklā 2017. gadā var [šeit](#).

# Norisinājās PVO Starptautiskā Veselīgo pilsētu konference

Lai atzīmētu PVO Veselīgo pilsētu tīkla kustības 30 gadu pastāvēšanas jubileju, no 2018. gada 1. līdz 4. oktobrim Belfāstā (Lielbritānijas un Ziemeļīrijas Apvienotā Karaliste) norisinājās PVO Starptautiskā Veselīgo pilsētu konference. Konferencē piedalījās PVO Veselīgo pilsētu un valstu Nacionālo veselīgo pašvaldību/pilsētu tīklu pārstāvji no visas pasaules.



Konferences tēmas tika veltītas tiem sešiem virzieniem, uz kuriem balstīsies jaunais PVO Veselīgo pilsētu tīkla politiskais redzējums: cilvēki, vieta, līdzdalība, labklājība, planēta un miers (*angl. people, place, participation, prosperity, planet, peace*). Veselīgo pilsētu tīkla 30. jubileja vienlaikus noslēdz arī tīkla darbības 6. fāzi (Phase VI), un šobrīd norisinās gatavošanās nākošajai – 7. fāzei. Konferencē noslēgumā tika pieņemta Belfāstas Veselīgo pilsētu harta (*angl. Belfast Charter for Healthy Cities*), kas iezīmē apņemšanos gan politiskā līmenī, gan rīcības līmenī turpmākajiem pieciem gadiem, jeb 7. fāzei. Hartā ietvertas gan Veselīgo pilsētu vērtības, principi un rīcības virzieni, gan uzsvērta arī pašvaldību vadītāju, pilsētu mēru, valsts un pašvaldību pārstāvju nozīme un loma veselības veicināšanā.

**Plašāka informācija par Belfāstas Veselīgo pilsētu hartu un PVO Veselīgo pilsētu tīkla 7. fāzi sekos!**

## Mēru Kopenhāgenas vienošanās pieejama latviski

2018. gada 13. februārī Kopenhāgenā norisinājās PVO Eiropas Veselīgo pilsētu mēru sanāksme, kuras laikā tika pieņemta mēru Kopenhāgenas vienošanās (*angl. "Copenhagen Consensus of Mayors. Healthier and happier cities for all"*). Tajā apkopoti galvenie principi, uz kuriem būs jābalstās PVO Veselīgo pilsētu un Nacionālo veselīgo pašvaldību tīklu kustībai līdz 2030. gadam.

**Ar jauno PVO Eiropas Veselīgo pilsētu tīkla politisko redzējumu latviešu valodā var iepazīties [šeit](#).**

## PVO birojs informē par malsalu uzliesmojumu Eiropā

PVO Eiropas birojs informē, ka 2018. gadā vērojams straujš malsalu gadījumu skaita pieaugums. Tas ir saistīts ar vakcinācijas aptveres samazināšanos, tādēļ PVO aicina Eiropas reģiona valstis pastiprināt vakcinēšanās pasākumus.

Lai izvairītos no plašiem uzliesmojumiem, ar divām vakcīnas devām jābūt vakcinētiem vismaz 95% iedzīvotāju. Pret malsalām ir jāvakcinējas arī tad, kad uzliesmojums būs beidzies un slimības izplatība valstīs būs pārtraukta.

Malsalu vīruss ir ārkārtīgi lipīga infekcijas slimība, kas viegli izplatās starp uzņēmīgiem indivīdiem gaisa pilienu, kā arī tieša kontakta ceļā.

**Plašāk par infekcijas slimību un tās simptomiem lasiet [šeit](#).**

## Atklāj kampaņu „Uzvāri cīņā ar vēzi pirms tā sākas!”

Veselības ministrija un Slimību profilakses un kontroles centrs (SPKC) 13. septembrī atklāja sabiedrības informēšanas kampaņu „Uzvāri cīņā ar vēzi, pirms tā sākas!”.

Kampaņas mērķis ir informēt meiteņu (12 – 18 g.v.) vecākus, meitenes (12 – 18 g.v.), kurām pienākas valsts apmaksāta CPV vakcīna, un ārstniecības personas par slimībām un sekām, kuras izraisa CPV, vakcinācijas pret CPV infekciju nozīmi onkoloģisko slimību profilaksē, kā arī tās efektivitāti un drošumu.

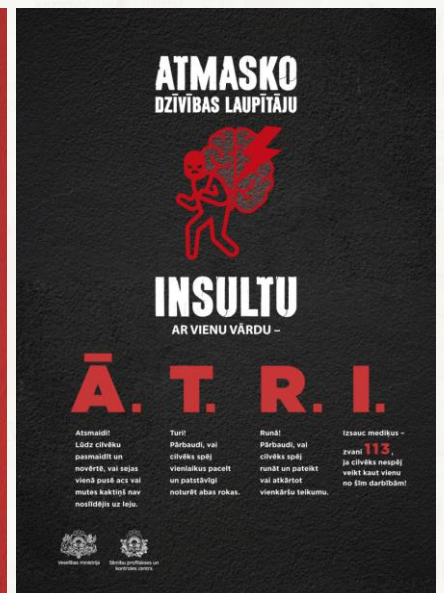
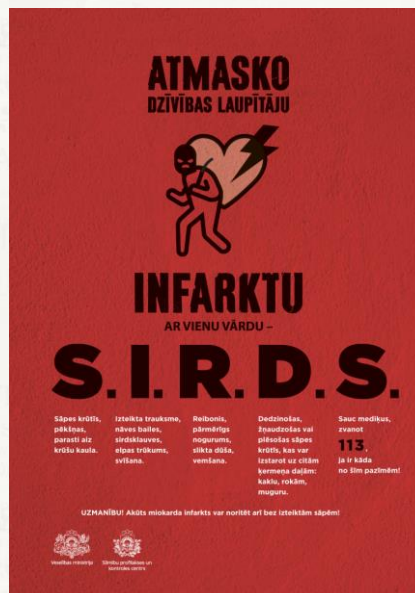
Līdz ar kampaņas atklāšanu Rīgā, Berga Bazāra ielā pie Birojnīcas tika prezentēta arī radošā instalācija “Uzvāri cīņā ar vēzi, pirms tā sākas!”, kas uz divām nedēļām pārklāja Berga Bazāra ielas vienu posmu, tā simbolizējot vakcīnas spēku pret CPV.

Kampaņas laikā pānotas reklāmas aktivitātes televīzijā, interneta televīzijā, kino, youtube.com un tematiskie raksti. Tāpat kampaņas laikā tiks veidota sadarbība ar sabiedrībā zināmām mammām *blogerēm* un meitenēm *youtuberēm*. Izglītības iestādēm tiks izsūtīts SPKC izstrādāts informatīvais materiāls meiteņu vecākiem.



## Atklāj kampaņu „Atmasko dzīvības laupītāju”

Vieni no izplatītākajiem nāves cēloņiem Latvijā ir miokarda infarkts un insults, kuru veiksmīgai ārstēšanai ir svarīgi laikus saņemt medicīnisko palīdzību. Tuvojoties Pasaules sirds dienai, Veselības ministrija un SPKC septembra beigās atklāja kampaņu “Atmasko dzīvības laupītāju!”. Kampaņas laikā tiks skaidrots, kā atpazīt galvenos infarkta un insulta simptomus, kuru gadījumā nekavējoties jāizsauc neatliekamā medicīniskā palīdzība, lai sekas nebūtu letālas un “dzīvības laupītāji” tiktu apsteigti.



Ik minūte, ik sekunde insulta un infarkta gadījumā var izrādīties liktenīga, tādēļ kampaņas centrā būs divi vārdi – “sirds” un “ātri”. Šie vārdi ir pamatā divām formulām, kas viegli uztveramā veidā palīdzēs iegūst infarkta un insulta simptomus.

Ar kampaņas vizuālajiem materiāliem (plakātiem, video reklāmu TV, video reklāmu interneta medijiem) var iepazīties [šeit](#).

## Atklāj kampaņu „Neļauj gripai sevi noķert!”

Pēdējo trīs gadu laikā ievērojami ir palielinājies stacionēto gripas slimnieku skaits, bet efektīvākais veids, kā sevi pasargāt no saslimšanas ar gripu, ir ikgadēja vakcinācija. Tādēļ, tuvojoties gripas sezonai, Veselības ministrija un SPKC 4. oktobrī uzsāka sabiedrības informēšanas kampaņu „**Neļauj gripai sevi noķert!**” ar mērķi veicināt iedzīvotāju vakcinēšanos pret gripu un palielināt izpratni par vakcinēšanās nozīmi – īpaši tajās sabiedrības grupās, kurās ir augsts ar gripu saistīto komplikāciju risks.

Kampaņas ietvaros norisināsies reklāmas aktivitātes televīzijā, interneta televīzijā, radio un vides stendos Rīgā un reģionos. Tāpat norisināsies tiešsaistes diskusija par gripas vakcināciju, kuras laikā ikvienam skatītājam būs iespēja saņemt atbildes uz sev interesējošiem jautājumiem un sadarbībā ar radio tiks organizēts radio konkurss.

Vairāk informācijas par kampaņu lasi [šeit](#).

Vairāk informācijas par gripas vakcināciju lasi [šeit](#).



## Aicina uzņēmumus pieteikties semināriem par onkoloģisko slimību agrīnu diagnostiku un veselīga dzīvesveida pamatprincipiem

Ar 2018. gada septembri SPKC Latvijas uzņēmumos ir atsācis organizēt seminārus par onkoloģisko slimību agrīnu diagnostiku un veselīga dzīvesveida pamatprincipiem, ar mērķi aicināt iedzīvotājus aktīvāk rūpēties par savu veselību un uzlabot dzīves kvalitāti. Kopumā līdz gada beigām visā Latvijā tiks īstenoti 25 semināri, uzrunājot vismaz 400 interesentus darbspējas vecumā.

Semināros dalībniekiem būs iespēja uzzināt vairāk par veselīga dzīvesveida pamatprincipiem un kā atrast un saglabāt motivāciju veselīgam dzīvesveidam visa mūža garumā. Savukārt semināra otrajā daļā auditoriju plānots iepazīstināt ar onkoloģisko saslimšanu riska faktoriem, profilaktiskajām pārbaudēm, skrīninga programmām, kā arī onkoloģisko slimību ārstēšanas metodēm un atbalsta iespējām. Seminārus vadīs veselības centra „Vivendi” zinoša ģimenes ārste Lāsma Četverga.

Šobrīd jau vairāki uzņēmumi ir pieteikušies no Rīgas un Kurzemes, tādēļ īpaši tiek aicināti pieteikties uzņēmumi no Vidzemes, Latgales un Zemgales reģioniem.

Papildus informācija par semināra norisi un pieteikšanās pie projekta koordinatores Lindas Dimperes, rakstot uz e-pastu [vivendicentrs@gmail.com](mailto:vivendicentrs@gmail.com)

## Norisināsies starpresoru konference par antimikrobās rezistences jautājumiem

Pasaules Veselības organizācija un Veselības ministrija 22. novembrī organizēs ārstniecības personu starpresoru konferenci par antimikrobās rezistences jautājumiem. Antimikrobā rezistence ir baktēriju spēja pretoties vienas vai vairāku antibiotiku iedarbībai. Tās cēlonis ir izmaiņas baktērijās, kā rezultātā tās kļūst nejutīgas pret antibiotikām, kas cilvēkiem un dzīvniekiem tiek pielietotas dažādu infekciju ārstēšanā, tādēļ antibiotiku lietošanā jāievēro īpaša piesardzība, lai tās pēc iespējas ilgāku laiku saglabātu savu iedarbību.

**Plašāka informācija par konferenci sekos!**

## Jaunākie materiāli

Jaunākie SPKC izstrādātie materiāli:

- 📖 krāsojamā grāmata bērniem „Higiēnas ABC” (pieejams drukātā formātā)
- 📖 informatīvs materiāls “Sirds un asinsvadu veselības formula” (pieejams drukātā formātā);
- 📖 informatīvs materiāls pedagogiem “Ieteikumi pedagogiem darbam ar mācību filmām „Jampadracis”, „Bērnu laukuma detektīvs”, „Lielais noslēpums” par traumatisma profilaksi pirmsskolas izglītības iestāžu audzēkņiem un 1.-2. klašu izglītojamajiem” (pieejams drukātā formātā);
- 📖 infografika “Balastvielas uzturā” (pieejams elektroniskā formātā);
- 📖 infografika “Veselīga uztura ieteikumi veģetāriešiem” (pieejams elektroniskā formātā).

## No 1.oktobra uzsāk ikviena HIV pacienta ārstēšanu

Šī gada 17. septembrī veselības ministre Anda Čakša tikās ar HIV un C hepatīta biedrību pārstāvjiem, lai pārrunātu jautājumus par veselības aprūpes pakalpojumu pieejamību, diagnostikas un ārstēšanas iespējām. Tikšanās laikā Veselības ministre pavēstīja, ka **no 1. oktobra tiks uzsākta pacientu ārstēšana uzreiz pēc tam, kad ir veikts HIV tests un tas ir bijis pozitīvs.**

Šāds solis iespējams, jo no Eiropas Komisijas pieļautās budžeta atkāpes radusies iespēja nodrošināt ārstēšanu pacientiem, kuri pārsniedz 500 imunitātes šūnas. Tādu pacientu uzskaitē nav daudz.

Šogad ir veikti arī citi būtiski uzlabojumi HIV un C hepatīta pacientu ārstēšanai. Ir palielināts finansējums zāļu apmaksai HIV un C hepatīta pacientiem un paplašinātas HIV pacientu iespējas nokļūt pie infektologa – **no septembra pēc HIV pozitīva eksprestesta veikšanas kādā no HIV profilakses punktiem persona var vērsties Latvijas infektoloģijas centrā pie infektologa bez ģimenes ārsta nosūtījuma. Savukārt no nākamā gada aprīļa HIV līdzestības kabineta darbība tiks apmaksāta no valsts budžeta līdzekļiem.**

