



## Negadījumos pie ūdens visbiežāk traumas gūst vīrieši vecumā no 25 līdz 59 gadiem

Publicēts: 27.07.2022.

[Kampaņa](#)

[Preses relīzes](#)



**NEGADĪJUMOS PIE  
ŪDENS VISBIEŽĀK  
TRAUMAS GŪST  
VĪRIEŠI.  
NELEC!**

Lēkšana ūdenī uz galvas vai kājām var beigties ar smagām traumām vai pat nāvi, par ko nereti atpūtnieki pirms tam neaizdomājas. Apkopojot vairāku gadu statistiku, secināms, ka smagākās traumas pēc lēcieniem ūdenī Latvijā gūst vīrieši vecumā no 25 līdz 59 gadiem, kuri bieži vien ir arī alkohola vai narkotisko vielu iespaidā. Turklāt nereti šie gadījumi saistīti ar dažādiem pasākumiem un laika pavadīšanu kompānijās, kur ir vēlme būt pārgalvīgiem un izrādīties.

Nelaiemes gadījumu skaits, kas saistīts ar ūdenstilpēm, Latvijā joprojām ir satraucoši augsts. Pērn aptuveni trīs ceturtdaļas no visiem nosliktušajiem bijuši vīrieši. Aptuveni puse nosliktušo bijuši vecumā no 35 līdz 59 gadiem, savukārt septītā daļa – vecumā no 25 līdz 34 gadiem.

Lielākais skaits traģisko negadījumu notikuši dabiskā ūdenstilpē (visbiežāk upē vai ezerā), 15% nosliktuši piemājas dīķī. Kopumā raugoties, cietušie nav labi iepazinusi peldvietu, apkārtējo vidi vai ūdens dziļumu. Pie papildu riska faktoriem jāmin arī peldēšanās naktī reibuma stāvoklī.

Nedaudz mazāk kā puse, aptuveni 40%, šādos negadījumos cietušo nebija lietojuši alkoholu vai citas apreibinošas vielas, attiecīgi vairāk nekā 60% bijuši alkohola ietekmē. Reibuma stāvoklī cilvēki nereti uzņemas lieku risku un neapzinās situācijas bīstamību, kā arī pārvērtē savas peldēšanas prasmes. Piemēram, 2020. gadā alkohola lietošana bija cēlonis 80 cilvēku slīkšanai un noslikšanai, kas ir aptuveni 62% no visiem reģistrētajiem gadījumiem.

Pārgalvīgu rīcību nereti rosina kompānija, kurā tiek atbalstīti pārdroši un mulķīgi lēmumi, neapzinoties iespējamās traģiskās sekas.

To pavada arī vēlme pašapliecināties, maldīga pārliecība par savām peldēšanas prasmēm un vienlīdz maldīga pārliecība, ka peldvieta ir pazīstama. Eksperti uzsver, ka jebkuras ūdenstilpes gultne ir nepārtraukti mainīga.

Samazināt nelaimes gadījumos cietušo un bojāgājušo skaitu iespējams, tikai pašiem apzinoties savas pārgalvīgās rīcības iespējamās sekas, kā arī mudinot līdzcilvēkus atturēties no nepārdomātiem soļiem.

“Jauniešu vēlme pašapliecināties draugu lokā ir pastāvīgi klātesošs faktors. Svarīgi ir arvien jaunākai auditorijai skaidrot pārgalvīgas rīcības riskus un iespējamās sekas, attīstot sociālo normu, ka lēkšana ūdenī nav pieņemama. Turklāt ir būtiski ne tikai būt pašam apdomīgam, bet atturēt arī klātesošos no muļķīgas un pārgalvīgas rīcības,” uzsver Slimību profilakses un kontroles centra (SPKC) Veselības veicināšanas departamenta direktore Ilze Straume, piebilstot, ka katra nelaime ietekmē desmitiem citu līdzcilvēku dzīves, kas nav neviena lēciena ūdenī vērts.

Tas, kā mums katram rīkoties situācijā, kad kāds no līdzcilvēkiem grasās lēkt ūdenī, ir atkarīga no tā, cik labi mums šis cilvēks ir pazīstams. Dažkārt var nākties pārgalvi pat turēt aiz rokas, lai neļautu izdarīt muļķību, taču ar svešāku cilvēku to atļauties nevaram vai kautrējamies, tādēļ varam aicināt nelēkt, izskaidrojot iespējamās lēciena sekas.

Eksperti tādos gadījumos iesaka likt pārgalvim aizdomāties ne tikai par savu turpmāko dzīvi, kura pēc traumas gūšanas var radikāli mainīties, bet arī par ģimeni un tai sagādātajām ciešanām, padomāt par draugiem, no kuriem liela daļa var pazust pēc negadījuma, kā arī par nepiepildītajiem sapņiem un zaudētajām karjeras iespējām.

SPKC aicina nelēkt ūdenī un atgādina, ka sekas lēcienam uz galvas ūdenī var būt traģiskas.

*SPKC īstenotās kampaņas “Pārgalvības cena. Nelec!” mērķis ir informēt par drošas atpūtas pie un uz ūdens nozīmi, kā arī skaidrot, kādas sekas var rasties pārgalvīgas rīcības rezultātā, lecot uz galvas ūdenī. Plašāka informācija par kampaņu:*

<https://www.spkc.gov.lv/lv/pargalvibas-cena-nelec>.

#### Komunikācijas nodaļa

**Ilze Arāja**

Nodaļas vadītāja - Rīga, Dunties iela 22/5, 311.  
kab.

☎ 67387667

☎ 29487552



<https://www.spkc.gov.lv/lv/jaunums/negadījumos-pie-udens-visbiezak-traumas-gust-viriesi-vecuma-no-25-lidz-59-gadiem>