



81. Latvijas Universitātes
starptautiskā zinātniskā
konference 2023

STARPDISCIPLINĀRIE PĒTĪJUMI MEDICĪNAS KOLEDŽĀS

TĒŽU KRĀJUMS

Rīga, 2023. gada 16. marts



LATVIJAS
UNIVERSITĀTE

Latvijas Universitātes 81. starptautiskās zinātniskās konferences sekcija “Starpdisciplinārie pētījumi medicīnas koledžās”. Tēžu krājums. Rīga, Latvijas Universitāte, 2023. gada 16. marts.
Rīga: Latvijas Universitāte, 2023. 37 lpp.



**LATVIJAS
UNIVERSITĀTE**

**#STAND
WITH
UKRAINE**

Konferences organizācijas komiteja:

Iveta Strode, Aksels Roshofs, Inta Miķele, Valdis Segliņš

Atbildīgie redaktori:

prof. Valdis Segliņš, doc. Jolanta Pupure

Sagatavots LU Akadēmiskajā apgādā

Maketētāja: Ineta Priga

© Tēžu autori, 2023

© Latvijas Universitāte, 2023

ISBN 978-9934-36-010-7 (PDF)

<https://doi.org/10.22364/luszk.81.spmk.tk>

SATURA RĀDĪTĀJS

Priekšvārds	5
Valdis Segliņš	
Individuālā pieeja darbā ar klientiem ar demenci ilgstošas sociālās aprūpes un rehabilitācijas institūcijā	7
Aiga Babre, Līga Priede	
Optometrista asistenta profesija Latvijā	8
Eva Beizitere, Kristīne Detkova	
Projekciju protokola apraksts ribu rentgenogrāfijā	10
Ieva Boļšakova, Elita Rutka	
Eiropas Savienības prasības telemedicīnas pakalpojumu nodrošināšanai	12
Rafaels Ciekurs	
Image Quality Criteria Performing Chest X-Ray Machine on Patients after Cardiac Surgery	13
Iveta Dioka, Elita Rutka	
Sabiedrības informētība par pārtikas alerģijas simptomiem un profilaksi	14
Nora Dubro, Janeta Strazdiņa	
Nefarmakoloģiskās pieejas pielietojuma iespējas personu ar demenci aprūpē	16
Dace Erkena, Ina Ozola	
Roku higiēnas novērtējums endokrinoloģijas nodaļā	18
Veronika Golovačova, Jeļena Urbēna	
Senioru psihoemocionālā stāvokļa izmaiņas pēc klasiskās masāžas	19
Vera Kločko, Vineta Ņehvjadoviča	
Zilo starojumu bloķējošo briļļu lēcu tehnoloģijas un lietotāju pieredze	21
Linda Kvedere, Pēteris Cikmačs	
Imunitāti ietekmējošie augu izcelsmes līdzekļi farmaceitiskajā aprūpē	22
Sarmīte Lempa, Ruta Kidika	
Mikroalbuminūrijas saistība ar II tipa cukura diabēta rādītājiem	23
Linda Lesinska, Alevtīna Leice	

Sieviešu līdzestība krūts ļaundabīga audzēja agrīnā diagnostikā	25
Zane Paškovecka, Jolanta Pupure	
Izsaukumu ar motīvu elpošanas problēmas pirmsslimnīcas etapa analīze brigāžu atbalsta centrā “Jelgava” 2020.–2021. gadā	26
Rinalds Romanovs, Leonīds Afremovičs	
Nestabilu tahiaritmiju ārstēšana pirmsslimnīcas etapā	27
Rihards Saukums, Leonīds Afremovičs	
Sieviešu sejas ādas kopšana mājas apstākļos	28
Natālija Starikova, Lidija Naumenko	
Aptiekā pieejamo svara samazināšanas līdzekļu lietošanas paradumi	30
Aļona Teršukova, Alīna Kriviņa	
Glikozamīnu saturošo produktu nozīme farmaceutiskajā aprūpē	31
Maruta Vaivode, Elza Lauzne	
Aktuālās informācijas par kontaktlēcu kopšanu aprīte redzes aprūpes speciālistu un mīksto kontaktlēcu lietotāju vidū	32
Rūta Vigule, Kristīne Detkova	
Līdzjūtības noguruma izpratne topošajiem sociālajiem rehabilitētajiem	34
Kristīne Vītoliņa, Evija Namiķe, Ina Ozola	
Balvu novada iedzīvotāju informētība par pirmās palīdzības sniegšanu	36
Dmitrijs Zinovjevs, Jolanta Pupure	
Trauksme vecmātēm Covid-19 apstākļos	37
Margarita Žuka, Laila Laganovska	

PRIEKŠVārds

Studijas medicīnas koledžas ar atšķirīgu sākumzināšanu limeni ir viens no sarežģītākajiem un atbildīgākajiem izglītības posmiem. Kā kādā kausēšanas katlā no fragmentārām un abstraktām zināšanām koledžā tās tiek būtiski papildinātas un padziļinātas, koncentrējoties uz cilvēku un veselības aprūpi. Tā ir studēšanas apgūšana, teorētisko zināšanu transformācija, kas tiek nostiprināta mācību laboratorijās un praksē klīnikās. Studiju neatņemama daļa ir metožu un paņēmieni apguve. Daudzas no tām ir ne tikai vienkāršas manipulācijas, bet daļa arī diagnostikas un pētniecības rīks, kas ir nozīmīgs priekšnosacījums ne tikai profesionalitātei, bet arī pētījumu veikšanai.

Visi pētījumi balstās uz teorētiskām zināšanām, pētniecības metodiku pārzināšanu un visa tā pielietojumu sistemātisku novērojumu veikšanā. Tomēr jau al-Bīrūnī savā pazīstamākajā darbā “Kitab al-saydala fi al-tibb” (“Farmakognozija medicīnā”) raksta:

“Novērojumu pārpilnība rada spēju iegaumēt redzēto. Uz to ir jāpaļaujas visās mākslās, kā teikts vienā ticības apliecinājumā: “Lai jūsu zināšanas ir tādas, ko pat [tavs] kailais izskats neatņems un mitrums pirtī nesabojās.” Atmiņa labāk uztver visu, par ko strīdas, un [atceras] to ātrāk un vieglāk. Tomēr šī ir Visvarenā dāvana, un to nevar iegūt: daži cilvēki ar to ir apveltīti, bet citiem tā ir liegta, tāpēc pēdējie diez vai var to sasniegt, [bet] to (iespējamā robežu) var censties sasniegt ar uzcītību un spraigām studijām.”

Tāpēc īpaši nozīmīgi ir ne tikai medicīnas koledžu studentu veiktie pētījumi, bet arī uzņēmība ar savu pētījumu rezultātiem un secināto iepazīstināt savus kolēģus un pētniecībā pieredzējušus mācībspēkus. Šajā nozīmē konference ir pētniecības rezultātu aprobācija, kā arī samērīgs ieguldījums datos balstītas veselības aprūpes attīstībā.

Latvijas Universitātes 81. starptautiskās zinātniskās konferences sekcija “Starpdisciplinārie pētījumi medicīnas koledžās” jau kārtējo gadu apliecina savu varēšanu pētījumos un koledžu spēju stāties blakus pētnieciskiem darbiem universitāšu pamatstudijās sasniegtajam. Lai arī šis gads studijām un pētniecībai nav bijis vienkāršs, medicīnas koledžu studentu pētījumi ir veikti, un nav pārsteigums, ka daudzi no tiem atspoguļo pēckovida pandēmijas veselības aprūpes vajadzību daudzveidību.

Konference, lai arī šogad attālināti tiešsaistē, ir uzskatāma kā gadskārtējs apliecinājums medicīnas koledžu sniegto teorētisko zināšanu pamatīgumam un spējam tās pielietot, sākot pētniecības darbu, nereti patstāvīgi izstrādājot datu ievākšanas formas, apgūstot jaunas datu apstrādes metodikas vai kritiski izvērtējot citu pētnieku iepriekšējos gados paveikto. Konferencē piedalās ne tikai P. Stradiņa medicīnas koledža, Rīgas Medicīnas koledža un Rīgas 1. medicīnas koledža, bet arī partneri – Balvu slimnīca, Neatliekamās medicīniskās palīdzības dienests, Paula Stradiņa Klīniskā universitātes slimnīca un “OC Vision”.

Šogad konferencē tiek prezentēti 19 mutiski ziņojumi, kas aptver plašu pētniecības virzienu loku, un katrs no tiem ir atšķirīgs ar savu spēka pielikšanas punktu, kā arī secinājumiem, rekomendācijām un ierosmēm turpmāko pētījumu attīstībā.

Latvijas Universitātes 81. starptautiskās zinātniskās konferences sekciju “Starpdisciplinārie pētījumi medicīnas koledžās” šogad organizēja Latvijas Universitātes P. Stradiņa medicīnas koledža. Tā Rīgas pilsētas 2. slimnīcā darbību sāka jau 1939. gadā kā Žēlsirdīgo māsu un pirmās šķiras mācītu sanitāru skola un mūsdienās pamatoti lepojas ar savām tradīcijām, sasniegto un absolventu kvalifikāciju.

Konference nebūtu bijusi iespējama, ja tai veltīto pētījumu izstrādi, papildināšanu un vērtēšanu medicīnas koledžās nevadītu talantīgi pasniedzēji un pieredzējuši pētnieki. Tomēr konferences saturisko kodolu veido paši studenti ar saviem pētījumiem, kuri ir spējuši nereti ļoti šaurā jomā iegūt datus un sekmīgi tos realizēt un interpretēt starpdisciplinārā zināšanu telpā.

Profesors *Dr. geol.* Valdis Segliņš
2023. gada 28. aprīlī

INDIVIDUĀLĀ PIEEJA DARBĀ AR KLIENTIEM AR DEMENCI ILGSTOŠAS SOCIĀLĀS APRŪPES UN REHABILITĀCIJAS INSTITŪCIJĀ

Aiga Babre, Līga Priede

Latvijas Universitātes P. Stradiņa medicīnas koledža, Jūrmala, Latvija

Ievads. Sociālais aprūpētājs atbilstoši klienta spējām, vajadzībām un vēlmēm izvērtē un koordinē sociālās aprūpes procesu, lai sekmētu klienta līdzdarbību un sniegtu individuālu pieeju sociālās aprūpes pakalpojuma saņemšanai. Sociālo pakalpojumu un sociālās palīdzības likuma 29. panta 2. punktā noteikts, ka klientiem ir tiesības saņemt savam funkcionālajam stāvoklim un nepieciešamajam aprūpes līmenim atbilstošus pakalpojumus, kā arī individuālu un profesionālu personāla pieeju pakalpojumu sniegšanā.

Sniedzot sociālos pakalpojumus klientiem ar demenci, jānosaka katra klienta fiziskās, psiholoģiskās, sociālās vajadzības atbilstošas individuālajam aprūpes plānam. Individuāla pieeja klientiem ar demenci ir vitāli svarīga, tā ir iespēja klientam būt novērtētam, pieņemtā, atzītam. Sociālās aprūpes process ir individualizēts – katram klientam īpašs, piemērots. Katram klientam vajadzīgas tieši viņam piemērotas atbalsta formas, kas ir atbilstošas tieši viņa vajadzībām. Individuālā pieeja ir personorientēta pieeja, kura ietver vairākus darbības principus, tādus kā sistemātiskuma princips, mērķtiecības princips, pozitīvisma princips, sociālētiskais princips un kreativitātes princips.

Pētījuma mērķis: izpētīt sociālā darba speciālistu viedokli par individuālo pieeju darbā ar klientiem ar demenci.

Materiāli un metodes. Pētījuma bāze: Skrīveru ilgstošas sociālās aprūpes centrs. Pētījuma respondenti ir sociālā darba speciālisti, medicīnas māsa, fizioterapeite un aprūpētājas darbā ar klientiem ar demenci. Pētījuma autore izstrādāja strukturēto interviju ar 11 ar dažēji atvērtā tipa jautājumiem. Pētījuma datu apstrādei tika izmantota satura analīze.

Rezultāti: apkopojot visu respondentu atbildes, individuālajai pieejai ir jābalstās uz profesionālām darbībām, lai klienti ar demenci nejustos trauksmaini un klientiem nebūtu nomākts garastāvoklis. Darbā ar klientiem ir svarīgi sniegt emocionālu un fizisku labsajūtu, kā arī nodrošināt ar individuālu pieeju, ietverot higiēnas procedūras un ņemot vērā klienta vēlmes, ir svarīga arī nodrošināšana ar ēdienreizēm atbilstoši klienta vajadzībām un vēlmēm. Klienta apģērba izvēle ir būtisks nosacījums klienta labsajūtas veicināšanai. Jāievēro noteikts laika periods sarunām un komunikācijai ar klientu un laiks vienatnei, kas ir būtisks privātuma un ētisko principu ievērošanas nosacījums.

No intervijām izriet, lai realizētu individualizētu pieeju, var izmantot spēļu terapiju, lomu spēles. Šādā veidā var saglabāt klienta kognitīvās un fiziskās spējas, kā arī nozīmīga ir mūzikas un mākslas terapijas elementu izmantošana, kas klientus relaksē un nomierina.

Secinājumi

Pēc intervijā apkopotajiem datiem var izdarīt secinājumus:

- Svarīgi apzināt un noteikt klientu ar demenci intereses un spējas, lai iesaistītu klientus piemērotās aktivitātēs – gan kognitīvo, gan funkcionālo spēju uzturēšanai.
- Svarīga ir vides pielāgošana klientiem ar demenci, lai viņi justos droši.
- Individuālo pieeju ietekmē: darbinieku profesionalitāte un kompetence darbā ar klientiem ar demenci, darbinieku stresa tolerance un darbinieku laika resursu noslogojums.

OPTOMETRISTA ASISTENTA PROFESIJA LATVIJĀ

Eva Beizitere, Kristīne Detkova

Latvijas Universitātes Rīgas Medicīnas koledža, Rīga, Latvija;
“OC Vision”, Rīga, Latvija

Ievads. Kopš 2021. gada Latvijas Universitātes Rīgas Medicīnas koledža piedāvā divos gados apgūt Latvijā pilnīgi jaunu – optometrista asistenta profesiju ar mērķi nodrošināt, lai nākotnē katrā optikas salonā strādātu šāds kvalificēts speciālists. Pabeidzot programmu, optometrista asistents būtu tas, kurš konsultētu klientus par briļļu ietvara un optisko briļļu lēcu izvēli, iestrādātu optiskās lēcas briļļu ietvaros, pielāgotu un labotu briļļu ietvarus, veiktu kontaktlēcu lietošanas un kopšanas apmācību, uzraudzītu redzes treniņus klientiem, veiktu tehniskos mērījumus atbilstoši sertificēta redzes speciālista nozīmējumam un rekomendācijām un nodarbotos ar redzes korekcijas līdzekļu un redzes veselības aprūpē lietojamo preču tirdzniecību.

Darba mērķis: apzināt optometristu gatavību deleģēt daļu no saviem esošajiem pienākumiem optometrista asistentiem un esošo optikas pārdevēju-konsultantu gatavību uzņemties papildu pienākumus.

Materiāli un metodes: pētījumā tika veikta literatūras avotu analīze: izpētīti materiāli par profesionālajām prasībām optometristiem un optometrista asistentiem pēc Ministru kabineta apstiprinātā profesijas standarta un darba sludinājumi Latvijā un citās Eiropas valstīs. Pētniece izstrādāja divas anketas (katrā 40 jautājumi), ar kuru palīdzību tika veikta optometristu un optikas pārdevēju-konsultantu aptauja. Optometristiem tika jautāts, kurus no esošajiem darba pienākumiem viņi būtu gatavi deleģēt veikt optometrista asistentiem; optikas pārdevējiem-konsultantiem tika jautāts, kurus darba pienākumus viņi jau veic un ko vēl būtu gatavi uzņemties veikt nākotnē. Iegūto rezultātu apstrādei izmantota datu rindas analīze, aprakstošā statistika un grafiskā analīze.

Rezultāti. Analizējot citu Eiropas valstu optometrista asistenta darba pienākumus, var secināt, ka šīs profesijas pārstāvjiem ir līdzīgi darba pienākumi kā Latvijā. Aptaujas dati rāda, ka nav tādu uzdevumu, kurus visi optometristi būtu gatavi deleģēt veikt optometristu asistentiem. Vienlaikus redzams, ka optikas pārdevēji-konsultanti jau dara vairāk, nekā optometrists viņiem uzticētu, tātad viņi jau tagad ir palīgi optometristu ikdienas darbā. Tādos uzdevumos kā redzes pārbaudes pieraksta pārraudzība, kontaktlēcu kopšanas paradumu iztaujāšana un apmācība jau esošiem lietotājiem, bērnu un vecāku izglītošana par pareizu redzes un briļļu lietošanu, miopijas, starpzīlīšu attāluma mērījumi, klientu sūdzību uzklaušīšana un problēmu risināšana optikas pārdevēju-konsultantu un optometristu atbildes atšķiras: optometristi pauž, ka nav gatavi citiem uzticēt šos pienākumus, bet jau šobrīd realitātē tos ikdienā pilda optikas pārdevēji-konsultanti. Vienlaikus optikas pārdevēji-konsultanti atzīst, ka viņiem nepieciešama papildu apmācība, lai veiktu vairākus optometrista asistenta profesijas standartā iekļautos darba pienākumus, piemēram, redzes asuma mērījumu, *fundus* fotografēšanu, tonometriju un citus. 71% optikas pārdevēju-konsultantu un 94% optometristu ir gatavi iekļaut optometrista asistentu optikas kolektīvā.

Secinājumi. Optometrista pienākumos šobrīd ietilpst daudzi laikietilpīgi uzdevumi, kurus saskaņā ar profesijas standartu drīkst veikt arī kvalificēti optometrista asistenti; tas ļautu uzlabot pacientu aprūpes kvalitāti. Jau šobrīd optikas pārdevēji-konsultanti palīdz ārstniecības procesā, bet viņu zināšanu līmenis ir atšķirīgs un nepietiekams, tādēļ optikas pārdevējiem-konsultantiem būtu vēlams iegūt optometrista asistenta kvalifikāciju. Optometristi ir atvērti sadarbībai ar optometrista asistentiem, un izglītota un kvalificēta asistenta ienākšana optikas kolektīvā Latvijā ir iespējama un vērtīga.

PROJEKCIJU PROTOKOLA APRAKSTS RIBU RENTGENOGRĀFIJĀ

Ieva Boļšakova¹, Elita Rutka²

¹ Balvu slimnīca, Balvi, Latvija

² Latvijas Universitātes P. Stradiņa medicīnas koledža, Jūrmala, Latvija

Ievads. Ribas lūzums ir viens no izplatītākajiem krūšu kurvja ievainojumiem traumas situācijā. Apmēram 10% pacientiem politraumas gadījumā tiek apstiprināti ribu lūzumi, kuru lokalizācija ir novērojama vai nu kā vairāku ribu lūzumi, vai lūzumi, kas lokalizējas divās vai vairākās ribas vietās, tie var būt vērojami kā nestabili segmenti krūšu kurvja sienā, ribu skrimšļainās daļas atrāvumi vai kā paradoksālas elpošanas simptoms.

Lai nodrošinātu un uzturētu vienotus rentgenogrāfijas izmeklējuma kvalitātei nepieciešamos kritērijus, jāievēro diagnostiskā izmeklējuma standartlīmeņi, tas ir pacienta standarta izmēra un svara (ķermeņa svars ir 70 kg) izmeklējums, izmantojot medicīniskajā apstarošanā atbilstošu metodes aprakstu. MK 2014. gada noteikumi Nr. 482 nosaka rakstisku procedūras aprakstu (protokolu) izstrādi katrai diagnostiskās radioloģijas manipulācijai, lai uzlabotu pacientu aprūpes kvalitāti, sasniegto, maksimālu attēla kvalitātes kritēriju diagnostisko nozīmi.

Darba mērķis: noskaidrot ribu rentgenogrāfijas kritērijus taisnās un slīpās projekcijas protokola apraksta izveidei.

Materiāli un metodes. Izmantota kvalitatīvā pētījuma metode, zinātniskās literatūras analīzes apkopojums par ribu rentgenogrāfijas pozicionēšanas nosacījumiem, attēla kvalitātes kritēriju izvērtējumu, krūšu kurvja traumas klasifikāciju, krūšu kurvja anatomiju un radio-lōģisko anatomiju, radiācijas drošību un starojuma dozas optimizāciju.

Rezultāti. Izstrādāts ribu rentgenogrāfijas izmeklējuma protokols, nepieciešamo tehnisko parametru apraksts ribu taisnajai un slīpajai projekcijai, pacienta sagatavošanas procedūrai, attēla kvalitātes kritērijiem, radiācijas drošības un starojuma dozas izvēles parametriem.

Secinājumi

- Svarīgs ir pacienta izvērtējums un pacienta sagatavošana, nosakot atbilstošu pacienta pozicionēšanas veidu, tehnisko parametru izvēli saskaņā ar traumas vietu un pacienta klīnisko situāciju.
- Ribu rentgenogrāfijas projekciju pozicionēšana iespējama, novietojot pacientu gan stāvus pie iekārtas vertikālā statīva, gan guļus uz iekārtas galdā, izvēlētais starojuma lauks 30 × 40 cm garenvirzienā ar “režģa” pielietojumu (izklīdētā starojuma ierobežošanai), ekspozīcijas tehniskie parametri jāizvēlas, ievērojot standartlīmeņus ribu rentgenogrāfijā, spriegums 66–73 kV un strāvas stiprums 20–32 mA.
- Centrēšanas vieta ribu rentgenogrāfijas pārskatam taisnajā projekcijā attiecīgai izmeklējuma pusei virs diafragmas no 8 līdz 10 cm zem Th7 līmeņa, detektora augšējās malas novietojuma 3 cm virs pleca līmeņa starojuma lauka centrā, savukārt zem diafragmas starp *procesus xiphoides* un apakšējo ribu – perpendikulāri detektoram, starojuma lauka centrā.

- Ribu rentgenogrāfijas slīpo projekciju tehniskie parametri ir spriegums 60–77 kV un strāvas stiprums 20–32 mAs, pacients pozicionēts stāvus vai guļus uz muguras, veselā puse atvirzīta no detektora, lai ķermeņa frontālā plakne ieņemtu 30–40 grādu leņķi pret to, centrālais stars ir perpendikulāri detektoram centrā pa vidu starp ribu sānu malu un mugurkaulu.
- Komanda pacientam pirms ekspozīcijas veikšanas “nekustēties” un “aizturēt elpošanu”. Virs diafragmas pacientam jālūdz dziļi ieelpot un aizturēt elpu, bet zem diafragmas jālūdz dziļi izelpot un aizturēt elpu.
- Izvērtējot attēla kvalitātes kritērijus, izmeklējamās puses ribas skaidri redzamas, tiek ietverti mugurkaula skriemeļi, pirmā vai/un divpadsmitā riba obligāti vizualizējama.

EIROPAS SAVIENĪBAS PRASĪBAS TELEMEDICĪNAS PAKALPOJUMU NODROŠINĀŠANAI

Rafaels Ciekurs

LR VM NMP dienests BAC "Krasts", Rīga, Latvija;

Latvijas Universitātes P. Stradiņa medicīnas koledža, Jūrmala, Latvija

Ievads. Eiropas Savienības vienotā veselības aprūpes sistēma strauji attīstās, neraugoties uz to, ka daudzās dalībvalstīs ir dažādas veselības aprūpes sistēmas, gan no organizatoriskās puses, kā arī no finansēšanas aspektiem. Tomēr ir noteiktas visā Eiropas Savienībā kopīgas pamatnostādnes, tās ir: universālums, pieejamība kvalitatīvai veselības aprūpei, taisnīgums un solidaritāte, to lēma 2006. gadā Veselības aprūpes ministru padome [1].

Mērķis. Izpētīt telemedicīnas pakalpojumu tiesisko regulējumu atbilstoši Eiropas Savienības prasībām, identificēt tiesiskā rakstura izaicinājumus.

Metodes. Pētījuma mērķa un uzdevumu sasniegšanai tika izmantotas vairākas vispārējās zinātniskās un interpretācijas metodes, gramatiskā, vēsturiskā, sistēmiskā, teleoloģiskā interpretācijas metode. Lai sniegtu pārskatu par zinātnisko sabiedrību, tiek analizēti zinātniskie raksti telemedicīnas jomā.

Rezultāti. Veselības aprūpes sistēmas dalībnieki ir Eiropas veselības aprūpes dalībnieki, un ir nepieciešams apmainīties ar veselības datiem starp dalībvalstīm, lai ārstēšanās būtu mērķtiecīga pacienta interesēs. Pacienti izmanto internetu, lai meklētu medicīnisku informāciju vai pasūtītu zāles no dažādiem uzņēmumiem, kas atrodas citās valstīs. Šāda kārtība ir saistīta ar e-veselību [2].

Dalībvalstu veselības informācijas tehnoloģiskie tīkli ir dažādi saistītie pakalpojumi, piemēram, e-receptes, e-nosūtījumi, elektroniskie veselības aprūpes pakalpojumi. Neskatoties uz to, veselības aprūpes pakalpojumi ir izslēgti no Direktīvas par pakalpojumiem iekšējā tirgū (2006. gada 12. decembra Direktīva 2006/123/EK) [3]. Nosakot vienotas prasības telemedicīnas pakalpojumu nodrošināšanai, tiek noteiktas prasības un izpilde visās Eiropas Savienības dalībvalstīs.

Secinājumi. Telemedicīnas veselības pakalpojums Eiropas Savienības tiesiskajā regulējumā ir ietverts Direktīvā 2011/24/ES, ar ko stingri ir reglamentēta pārrobežu veselības aprūpe. Vienlaikus regulējums ietverts Direktīvā 2000/31/EK, kurā noteikti informācijas sabiedrības pakalpojumu tiesiskie aspekti, darbības lauki u. c. No minētajiem dokumentiem izriet, ka telemedicīna ir veselības aprūpes sastāvdaļa, tādēļ uz to attiecas pacientu tiesību likumā noteiktās pacientu tiesības. Neskatoties uz to, ka telemedicīnas pakalpojuma forma ir attālināti sniegt pakalpojumus, to sniedzot pēc analogijas būtu jāvadās pēc Pacientu tiesību likumā noteiktajām prasībām un pamatprincipiem. Starptautiskais tiesiskais regulējums paredz pienākumu arī nacionālā līmenī nodrošināt pacientam viņa pamattiesības un drošības.

Literatūra

1. Padomes secinājumi par Eiropas Savienības veselības aizsardzības sistēmu kopējām vērtībām un principiem (2006/C 146/01). Pieejams: <http://eurlex.europa.eu/LexUriServ/LexUriServ.do?uri=OJ:C:2006:146:0001:0003:LV:PDF>.
2. Boillat, S. and Callens, S. 2005. 'The sale of medicinal products by mail-order in Europe'. Yearbook of European Medical Law, 57–62 p.
3. European Parliament and Council Directive 2006/123/EC on services in the internal market, OJ2006, 376. p.

IMAGE QUALITY CRITERIA PERFORMING CHEST X-RAY MACHINE ON PATIENTS AFTER CARDIAC SURGERY

Iveta Dioka¹, Elita Rutka²

¹ *Pauls Stradins clinical University hospital, Riga, Latvia*

² *P. Stradins medical college of the University of Latvia, Jurmala, Latvia*

Objective. X-ray examination with a mobile X-ray machine was already used in the last century, when there was a need to examine patients in difficult places. The development and need for mobile X-ray equipment is not losing its essence even now and is becoming more and more current. Mobile X-ray machines are currently being used to access medically heavy patients whose medical condition is not stable for the doctors to transport them to stationary X-ray equipment.

The aim of the work is to find out the criteria for X-ray quality in the thoracic examination of patients after heart surgery, performing an X-ray with a mobile device.

Methods. In this study was used qualitative quantitative research method. Analysis of literature sources were used to find information about X-ray machines prating principle, about anatomy of chest and how the images should look in perfect mobile X-ray, about what are the accurate X-ray positioning criteria.

Results. In 85% of cases, patients meet this criterion because the patient is in the back position, however, in 15% of cases the patient may be bent to one side or the other and may not be fully positioned in the back position for various reasons.

The central beam must be incident perpendicular to 90° of the test site. Lung visualization – the roots of the lungs should be structured, which indicates that the ventilation of the lungs are not disturbed, the trachea and major bronchi also need to be visualized.

In the examinations of the chest it is possible to see pleural cavities, in the straight projection only the anterior ones are visualized. When evaluating the results of the study in the examinations in 100% of cases this criterion was met.

Ribs may overlap over important anatomical structures when performing chest X-ray. It is seen when the bed is not positioned exactly horizontally and the head is slightly raised.

Examination with a mobile X-ray machine is much more limited because the patient can be examined in a straight projection but standard examinations such as a straight projection a lateral projection cannot be performed.

SABIEDRĪBAS INFORMĒTĪBA PAR PĀRTIKAS ALERĢIJAS SIMPTOMIEM UN PROFILAKSI

Nora Dubro, Janeta Straziņa

Latvijas Universitātes P. Stradiņa medicīnas koledža, Jūrmala, Latvija

Ievads. Pārtikas alerģija ir imūnsistēmas patoloģiska reakcija pret normāliem uztura komponentiem, kas rodas cilvēkiem ar selektīvu paaugstinātu jutību. Pēdējo 20 gadu laikā šī problēma ir viena no aktuālākajām, īpaši ekonomiski un industriāli attīstītās valstīs, un saskaņā ar Pārtikas alerģijas organizācijas datiem tā skar 10–40% pasaules iedzīvotāju (EAACI, 2021), 2022. gadā veidojot ap 6% globālajā sociāli ekonomisko izdevumu struktūrā (Data bridge market research, 2020). Pārtikas alerģijām ir raksturīga plaša simptomu daudzveidība un klīniskās ainas potenciālās izmaiņas līdz ar vecumu, kas apgrūtina alerģiskās reakcijas atpazīšanu un ierobežo adekvātās terapijas uzsākšanas iespējas. Mūsdienās alerģiju ārstēšanas pamatā ir alergēna izslēgšana no uztura. Tomēr problēmu rada arī jaunu alergēnu rašanās, krusteniskās reakcijas ar citām alergēnu grupām un predisponējošu faktoru polietioloģija, kas būtiski mazina iespēju izslēgt visus alergēnus. Līdz ar to, vērsot uzmanību uz organisma tolerances stiprināšanas pasākumiem un noskaidrojot sabiedrības informētību par pārtikas alerģijas simptomiem un to profilaksi, jāuzsver, ka primārajā pacientu aprūpes līmenī profilaksei būtu nozīmīga loma.

Darba mērķis. Noskaidrot sabiedrības informētību par pārtikas alerģijas simptomiem un profilakses aspektiem.

Materiāli un metodes. Kvantitatīvā pētījuma metode. Autores izstrādātā aptaujas anketa ietver 21 jautājumu par pārtikas alerģijas klīnisko izpausmju formām, potenciāliem alergēniem un profilakses iespējām.

Rezultāti. Autores veiktā pētījuma rezultāti pierādīja pārtikas alerģijas plašo izplatību reprezentatīvās kopas ($n = 262$) jauniešu un pusmūža cilvēku vidū, kā arī iezīmēja aspektus, par kuriem būtu nepieciešama sabiedrības izglītošana papildus. Vairākums no respondentiem neapzinās smēķēšanas, dzemdību veida, kā arī zīdaiņu piebarošanas uzsākšanas laika lomu alerģiju attīstībā. Reprezentatīvās kopas respondentu viedoklis balstās uz nepietiekamo informētību par minēto faktoru nozīmi un nesakrīt ar pētījumu ieteikumiem, kas veikti ASV 2010. gadā un Itālijā 2018. gadā. Tikai 5,73% spēj atpazīt visus iespējamus pārtikas alerģijas simptomus, bet 4,2% nav informēti par anafilaktiskās reakcijas, kā dzīvību apdraudošā stāvokļa, attīstības iespēju. Pusei respondentu nav skaidra priekšstats par alerģiskās reakcijas simptomu manifestācijas ātrumu. Ievērojamai respondentu daļai pārtikas alerģija asociējas tikai ar atsevišķām pārtikas produktu kategorijām: piena produktiem (26,72%), riekstiem (23,66%), citrusaugļiem (23,66%), vistu olām (18,70%).

Secinājumi. Kopumā respondentu atbildes liecina par nepietiekamu pārtikas alerģiju primāro profilaksi, kas būtu jāuzlabo primārās veselības aprūpes līmenī, preventīvi izglītojot sabiedrību par simptomu iespējamo daudzveidību un to ietekmējošiem faktoriem. Jaunākie zinātniskie pētījumi (Lee, 2020) norāda uz zarnu mikrobiotas sastāva korekcijas terapeitisko stratēģiju nozīmi pārtikas alerģiju profilaksē, kas arī būtu jāuzsver pacientu izglītošanas procesā, sniedzot atbilstošas rekomendācijas kuņģa un zarnu trakta darbības korekcijai un organisma tolerances spēju stiprināšanai.

Literatūra

1. EAACI. 2021. World Food Day 2021 – Raising awareness on food allergy [tiešsaiste]. Pieejams: <https://patients.eaaci.org/world-food-day-2021-raising-awareness-on-food-allergy> [Skatīts 17.01.2023.]
2. Data bridge market research. 2020. Global Food Allergy Market – Industry Trends and Forecast to 2027 [tiešsaiste]. [Skatīts 10.02.2022.]. Pieejams: <https://www.databridgemarketresearch.com/reports/global-food-allergy-market/amp>
3. Lee, S.-H., et al. 2020. The gut microbiota, environmental factors, and links to the development of food allergy [tiešsaiste]. Pieejams: <https://clinicalmolecularallergy.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12948-020-00120-x> [Skatīts 10.02.2022.]

NEFARMAKOĻĪSKĀS PIEEJAS PIELIETOJUMA IESPĒJAS PERSONU AR DEMENCI APRŪPĒ

Dace Erkena, Ina Ozola

Latvijas Universitātes P. Stradiņa medicīnas koledža, Rīga, Latvija

Ievads. Demence senioru vidū ir viens no biežāk sastopamajiem neiroloģiski kognitīvajiem traucējumiem. Latvijā demences izplatība ir 0,3% no visas populācijas, kas ir ievērojami mazāk nekā vidēji Eiropā un pasaulē. Nefarmakoloģiskās iejaukšanās mērķis ir saglabāt vai uzlabot personu ar demenci kognitīvās funkcijas un sniegt iespēju veikt ikdienas darbības un pašaprūpi, mazināt izaicinošas uzvedības izpausmes. Nefarmakoloģiskās pieejas izvēle ir balstīta personas ar demenci dzīves pieredzē [1]. Vides terapija ir saistīta ar ikdienas aktivitātēm (ēdiena gatavošana, servēšana, dzīvesvietas uzkopšana) un pašaprūpes prasmju saglabāšanu, kā arī dienas ritma ievērošanu. Ārējā vide sniedz iespēju uzturēties brīvā dabā, izjust kognitīvus un sensorus stimulus (sajūtu dārzi), iesaistīties fiziskās aktivitātēs atbilstoši veselības stāvoklim. Leļļu terapija ir rekomendēta Alzheimer demences gadījumā, lai mazinātu stresu un uzbudinājumu, kā arī situācijās, lai koriģētu izaicinošu uzvedību, kas izpaužas kā verbāla, lingvistiska vai motoriska darbība, ko nevar izskaidrot ar noteiktām vajadzībām vai apjukumu. Izaicinoša uzvedība var būt neverbālās komunikācijas signāls demences smagākajos posmos un signalizēt par neapmierinātām vajadzībām, sāpēm, slāpēm u. c. [2]. Nefarmakoloģiskā pieeja klientu ar demenci aprūpē neizslēdz farmakoloģiskas terapijas pielietojumu [3].

Darba mērķis: pētīt nefarmakoloģiskās pieejas pielietojuma iespējas personu ar demenci aprūpē sociālās aprūpes institūcijās un identificēt iespējamus šķēršļus.

Materiāli un metodes. Pilotpētījums veikts 2022. gada janvāra–marta mēnesī. Pētījumā tika izmantota kvantitatīvā pētījuma metode, instruments – anketa. Pētījuma respondenti ($N = 34$) personu ar demenci aprūpes komanda (māsas, sociālā darba speciālisti un aprūpētāji). Anketa ietver 22 jautājumus, ieteikumu un komentāru sadaļas. Iegūto datu apkopošanai tika izmantota matemātiskā metode.

Rezultāti. Respondentu darba pieredze nozarē 33% ir 0–5 gadi, 6–10 gadi 57%, virs 10 gadiem 10%. Padziļinātas zināšanas par personu ar demenci aprūpi atzīmēja 10% respondentu. Kā būtisku šķērslī nefarmakoloģiskas pieejas pielietojumam 54% respondenti norādīja aprūpes personāla nepietiekamību. 54% respondentu atzīmēja vēlmi un motivāciju apgūt zināšanas un prasmes nefarmakoloģiskas pieejas pielietojumam personu ar demenci aprūpē. 27% respondentu norādīja, ka viņiem nav pietiekamu zināšanu par nefarmakoloģiskās intervences pielietojumu personu ar demenci aprūpē. 17% respondentu norādīja uz nepieciešamību papildināt institūcijas resursus nefarmakoloģiskas pieejas pielietojumam aprūpē.

Secinājumi. Personas ar demenci sociālās aprūpes institūcijās nonāk slimības stadijās, kad uz personu vērstās intervences metodes ir maz efektīvas un grūti pielietojamas klientu veselības stāvokļa dēļ. Aprūpē izmantotās intervences metodes ir orientētas uz pamatvajadzību nodrošināšanu, atstājot novārtā pārējās vajadzības. Aprūpes komanda savas zināšanas par nefarmakoloģisku pieeju personu ar demenci aprūpē vērtē kā apmierinošas (50%) un uzskata, ka zināšanu pilnveide sekmētu to pielietojuma iespējas institūcijās. Nefarmakoloģiskās pieejas pielietojumu institūcijās personām ar demenci ierobežo lielais aprūpējamo klientu skaits vienam darbiniekam.

Literatūra

1. TZMO fonds. 2022. *Kas būtu jāzina par Alcheimera slimību un citām demences formām*: rokasgrāmata. Rīga. TZMO fonds Kopā Mainām pasauli, 98.–102. lpp.
2. Alberts, E. 2022. Nežēlīgākā slimība pasaulē. *Psihologija*, (1), 86.–89. lpp.
3. Kitwood, T. 2019. *Dementia Reconsidered; the person comes first*. Mc Graw Hill Education, Open University Press.

ROKU HIGIĒNAS NOVĒRTĒJUMS ENDOKRINOĻĪJAS NODAĻĀ

Veronika Golovačova, Jeļena Urbēna

Latvijas Universitātes P. Stradiņa medicīnas koledža, Jūrmala, Latvija

Ievads. Roku higiēna ir viens no svarīgākajiem infekciju kontroles pasākumiem, lai pārtrauktu ar veselības aprūpi saistītās infekcijas izplatības ķēdi. Neskatoties uz roku higiēnas augsto efektivitāti infekciju profilaksē, pacientu un veselības aprūpes personāla drošības paaugstināšanā, šo vienkāršo manipulāciju ne vienmēr pilnībā veic veselības aprūpes darbinieki.

Darba mērķis. Novērtēt roku higiēnu endokrinoloģijas nodaļā.

Materiāli un metodes. Pētījumā tika izmantota kombinētā pētījuma metode. Tika veikti tiešie novērojumi un 2021. gadā patērētā roku dezinfekcijas līdzekļa analīze uz vienu pacientu dienā. Kopā tika veikti 500 roku higiēnas indikāciju novērojumi, katrā no pieciem roku higiēnas momentiem bija veikti 100 novērojumi, kas atbilst 100%, katrā sadaļā. Roku dezinfekcijas patēriņa analīze veikta saskaņā ar formulu: izlietotā dezinfekcijas līdzekļa daudzums (l) / gultas dienu skaits \times 1000 ml. Pētījuma instruments – novērojuma protokols (BARN; SIDA Hand hygiene group, 2011). Pētījuma dalībnieki – ārstniecības un aprūpes personāls. Pētījuma bāze – “X” slimnīcas endokrinoloģijas slimību nodaļa. Pētījuma periods – 10.01.2022.–04.03.2022. Datu apkopošanai izmantota *Microsoft Excel* datorprogramma.

Rezultāti. Kopējais roku higiēnas atbilstības rādītājs bija 72,6% ($n = 363$). Roku higiēna tika veikta pirms kontakta ar pacientu 30% gadījumos ($n = 30$), pirms aseptisku procedūru veikšanas 60% ($n = 60$), pēc saskares ar pacienta bioloģiskajiem šķidrumiem 91% ($n = 91$), bet pēc kontakta ar pacienta aprīkojumu 89% ($n = 89$) gadījumos. 10% ($n = 50$) gadījumos personālam uz rokām bija rotaslietas (gredzeni, rokassprādzes vai pulksteņi). 70% ($n = 350$) gadījumos personāls nepareizi lietoja cimdus. 8% ($n = 40$) gadījumos ārstiem bija garas apģērba piedurknes. 80% ($n = 400$) gadījumos rokas tika dezinficētas, bet apstrādes ilgums bija nepietiekams 7–15 sekundes. Pētījuma bāzē 2021. gadā izlietotais dezinfekcijas līdzekļa daudzums ir 40,7 ml dienā uz vienu pacientu.

Secinājumi. Viszemākie roku higiēnas rādītāji tika novēroti pirms kontakta ar pacientu, savukārt visaugstākie – pēc kontakta ar pacientu. Daļa darbinieku uz rokām nēsā rotaslietas, kas traucē veikt efektīvu roku higiēnu. Lielākajā daļā novērojumu personāls nepareizi lieto cimdus. Biežāk pirms to lietošanas netika dezinficētas rokas vai uz tām bija rotaslietas, kā arī, uzvelkot cimdus, tiek aiztiktas liekas lietas (seja, mati, papīri vai pildspalvas). Liela daļa no darbiniekiem neievēro vai veic roku dezinfekciju nepareizi – neievēro pareizu tehniku un ekspozīcijas laiku, kas būtiski samazina šīs metodes efektivitāti. Endokrinoloģijas nodaļā izlietotais dezinfekcijas līdzekļa daudzums ir 40,7 ml dienā uz vienu pacientu, kas ir nepietiekams rādītājs. Ņemot vērā dienā veikto manipulāciju skaitu vienam pacientam, rādītājam būtu jābūt 2,5–3 reizes augstākam. Roku higiēnas jautājums mūsdienās joprojām ir aktuāls, jo pēc iegūtiem datiem ir redzams, ka nekur nav sasniegta atbilstošo prasību ievērošana.

SENIORU PSIHOEMOCIONĀLĀ STĀVOKĻA IZMAIŅAS PĒC KLASISKĀS MASĀŽAS

Vera Kločko, Vineta Ņehvjadoviča

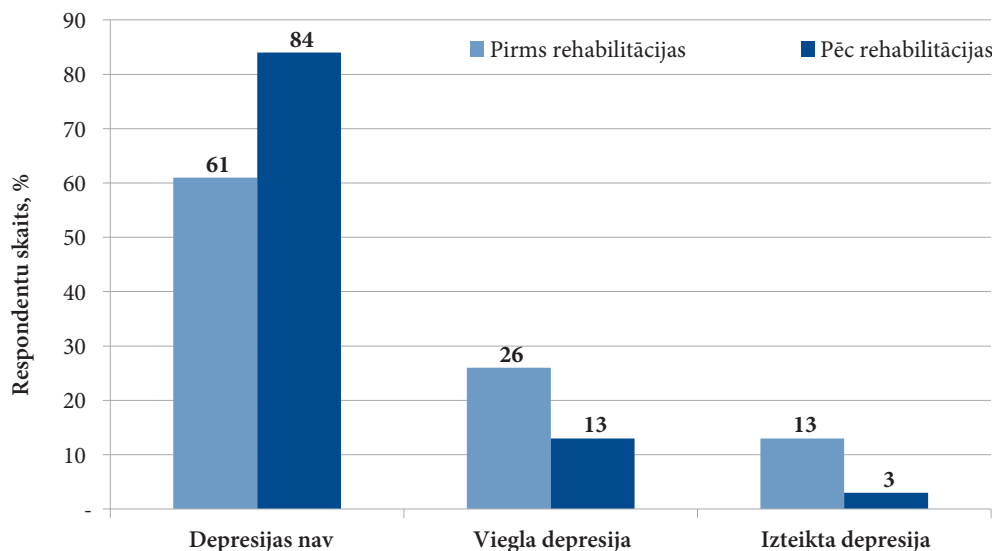
Latvijas Universitātes P. Stradiņa medicīnas koledža, Jūrmala, Latvija

Ievads. Ar katru gadu Eiropā palielinās senioru skaits. Novecošanās norit individuāli, un tā ir sarežģīts bioloģisks process. Līdz ar vecumu tiek zaudēta psiholoģiskā elastība un pielāgošanās spējas. Fiziskā veselība tieši mijiedarbojas ar garīgo veselību un otrādi. Viens no veidiem, kā uzlabot senioru fizisko un psihoemocionālo stāvokli, ir klasiskās masāžas izmantošana.

Darba mērķis. Noskaidrot senioru psihoemocionālā stāvokļa izmaiņas pēc klasiskās masāžas.

Materiāli un metodes. Mērķa sasniegšanai tika izmantota kvantitatīvā pētniecības metode, izstrādāts pētījuma instruments – aptaujas anketa. Papildus tika izmantota ASV zinātnieku izstrādāta geriatrijas depresijas skala psihoemocionālā stāvokļa novērtēšanai pirms un pēc masāžas kursa.

Rezultāti. Pētījumā rehabilitācijas centrā piedalījās 38 respondenti vecumā no 60 līdz 85 gadiem. Aizpildot geriatrijas depresijas skalu, noskaidrojās, ka pirms procedūrām 26% respondentu bija vieglai depresijai raksturīgas pazīmes, 13% respondentu – izteiktas depresijas pazīmes, 61% respondentu – trauksmes pazīmes. Pēc rehabilitācijas kursa 84% respondentu nebija depresijas pazīmju, 13% respondentu saglabājās vieglas un 3% izteiktas depresijas pazīmes.



Attēls. Respondentu psihoemocionālā stāvokļa salīdzinājums pirms un pēc rehabilitācijas pēc geriatrijas depresijas skalas

93% respondentu norādīja, ka klasiskā masāža ir procedūra, kura visvairāk ietekmējusi izmaiņas psihoemocionālajā stāvoklī. 91% respondenti nebija apmierināti ar masāžas reižu skaitu. Masāžu, kas ilga no 10 līdz 30 minūtēm, par pārāk īsu uzskatīja 51% respondentu. Visi respondenti atzina, ka masāžas kurss sniedza atvieglojumu. Nevieni no respondentiem nav atzīmējis kādas negatīvas sekas pēc klasiskās masāžas procedūrām. 83% respondentu sāka rasties pozitīvas domas, 69% respondentu uzlabojās garastāvoklis, 48% respondentu jutās mierīgāki.

Seniori izcēla klasisko masāžu, jo tieši tā lielākā mērā bija ietekmējusi viņu psihoemocionālo stāvokli. Procedūras laikā seniori saņēma ne tikai masāžu, bet arī uzmanību un rūpes.

Secinājumi

- Masāža uzlabo psihoemocionālo stāvokli, mazina depresijas pazīmes.
- Senioriem vairāk patīk procedūras, kurās ir emocionāla tuvība ar speciālistu, pieskārieni.
- Senioriem vajag speciālu, viņu vecumam piemērotu klasisko masāžu.
- Bez klasiskās masāžas senioru psihoemocionālo stāvokli ietekmē arī citas fizioterapijas procedūras.
- Lai klasiskās masāžas procedūras palīdzētu pacientiem, ir jāsaņem pilns šīs procedūras kurss.
- Jāturpina pētījumi, lai dziļāk izpētītu masāžas ietekmi uz senioriem.

Literatūra

1. Jansone, I., Dambe, I. 2015. *Sociālā rehabilitācija krīzes situāciju pārvēršanā veciem cilvēkiem sociālās aprūpes institūcijā*. Metodiskais līdzeklis. Rīga: profesionālās pilnveides un supervīzijas centrs "AISMA", 78 lpp.
2. Liepiņa, S. 1998. *Gerontoloģijas psiholoģiskie aspekti*. Rīga: RaKa, 160 lpp.
3. Rupenheite, M. 2013. *Geriatrijas pamati. Veco ļaužu aprūpes un saskarsmes īpatnības*. Profesionālās izglītības tālmācības materiāls, 95 lpp.
4. Saviska, I. 2014. *Vecu cilvēku pamatvajadzību nodrošināšana mājas un institucionālajā aprūpē*. Rīga: AISMA, 57 lpp.
5. Ziedlers, I. 2011. *Ārstnieciska masāža*. Otrais izd. Rīga: Avots, 160 lpp.

ZILO STAROJUMU BLOĶĒJOŠO BRIĻĻU LĒCU TEHNOĻĪJAS UN LIETOTĀJU PIEREDZE

Linda Kvedere, Pēteris Cikmačs

Latvijas Universitātes Rīgas Medicīnas koledža, Rīga, Latvija;
“OC Vision”, Rīga, Latvija

Ievads. Mūsdienās, kad liela daļa ikdienas darbu norisinās, strādājot ar viedierīcēm, un iekšstelpās arvien biežāk izmanto LED lampas, ir bažas par šo apstākļu ietekmi uz redzi. Viens no veidiem, kā pasargāt acis no nedabīgiem apgaismojuma apstākļiem, ir brilles ar lēcām no speciāliem materiāliem un ar speciāliem lēcu pārklājumiem. Latvijas optikas produktu tirgū ir plašs un daudzveidīgs šāda veida produktu piedāvājums.

Darba mērķis. Noskaidrot kopīgo un atšķirīgo starp briļļu lēcām, kuras absorbē zilo starojumu, un tām, kuras šo starojumu atstaro, un pacientu apmierinātību ar šiem produktiem.

Materiāli un metodes. Literatūras apskatā tika izpētīta literatūra par zilo starojumu bloķējošo briļļu lēcu īpašībām un Latvijas optikās pieejamais šā tipa lēcu sortiments. Lēcu UV staru un zilās gaismas absorbcijas līmeņa noteikšanai tika izmantotas ierīces: zilās gaismas diodes lāzери un *iPAD* ierīce ar *Bluepec UV* un zilās gaismas sensoriem. Klientu informētības līmeņa un apmierinātības izpētei pētniece izveidoja 4 jautājumu anketu un klātienē 2022. gada decembra mēnesī veica anketēšanu klātienē, aptaujājot 25 optikas salona *VIZIONETTE PLAZA* klientus, un veica šīs optikas filiāles produktu pārdošanas statistikas analīzi par 12 mēnešu periodu, izrēķinot vidējo pētītās tehnoloģijas pārdošanas īpatsvaru.

Rezultāti. Gaišas dzidrīnātās lēcas bez zilās gaismas aizsardzības materiālā un bez zilo gaismu atstarojošā dzidrīnošā pārklājuma neaiztur zilo gaismu. Briļļu lēcas, kurām aizsardzība no augsti enerģētiskās zilās gaismas ir gan materiālā, gan ar speciālu zilo dzidrīnošā pārklājumu, mazāk laiž cauri zilo gaismu nekā lēcas, kurām aizsardzība tiek nodrošināta, tikai atstarojoties vai absorbējot. Vislabāk zilo gaismu aiztur dzeltenī brūnās tonētās lēcas un fotohromās lēcas. Pētījumā izmantotās ierīces optikā ikdienā tiek izmantotas komunikācijā ar klientiem, demonstrējot briļļu lēcu spēju aizsargāt pret zilo gaismu. Tā kā 405 nm starojuma zilais lāzери staru briļļu lēcas UV 420 CUT aiztur pilnībā, var secināt, ka rīks īpaši konstruēts viena ražotāja produkta pārdošanas veicināšanai. *iPAD* ierīce ar *Bluepec* sensoru ļauj nomērit kopējo zilās gaismas aizsardzības līmeni zilās gaismas diapazonā no 420 līdz 460 nm, un tādēļ ir objektīvāks rīks gan dažādu ražotāju lēcu snieguma demonstrācijai, gan pētniecībai. Optikas veikala *VIZIONETTE PLAZA* klientu aptaujas rezultāti parādīja, ka ap 80% optikas veikala klientu ir informēti par lēcu spēju aizsargāt acis no augsti enerģētiskā zilā starojuma, ap 50% no aptaujātajiem vērtē pozitīvi lēcu sniegto iespēju aizsargāt savas acis no zilās gaismas, taču tikai ap 8% no optikas produktu pircējiem izvēlas iegādāties lēcas ar zilās gaismas aizsardzību.

Secinājumi. Visas zilo gaismu bloķējošās tehnoloģijas samazina acī ieejošās zilās gaismas daudzumu, bet dažādu zīmolu lēcām šī bloķētspēja atšķiras. Daži demo rīki, piemēram, 405 nm starojuma lāzери, ir konstruēti konkrēta zīmola lēcu pārdošanas veicināšanai un nav objektīvi izmantojami konkurējošo ražotāju produkcijas īpašību novērtēšanai. Optiku klienti ir informēti par zilo gaismu bloķējošo lēcu tehnoloģijām, bet ne vienmēr tās izvēlas pirkt.

IMUNITĀTI IETEKMĒJOŠIE AUGU IZCELSMES LĪDZEKĻI FARMACEITISKAJĀ APRŪPĒ

Sarmīte Lempa, Ruta Kidika

Latvijas Universitātes Rīgas 1. medicīnas koledža, Rīga, Latvija

Ievads. Šobrīd visa pasaule saskaras ar Covid-19 infekcijas izplatību un tās sekām, kuras izraisījušas globālo veselības aprūpes krīzi (Eiropas Komisija, 2020). Globālie Covid-19 pandēmijas statistiskie dati norāda uz to, ka uz 2022. gada 3. janvāri 287 miljoni cilvēku pasaulē bija inficējušies, bet 5,5 miljoni miruši (Doctus, 2022). Lai samazinātu slodzi veselības aprūpes sistēmai un veicinātu pašu veselības labklājību, iedzīvotājiem ir ieteikts stiprināt savu imunitāti.

Mērķis. Pētījuma mērķis bija noteikt imunitāti ietekmējošus augu izcelsmes līdzekļus, kurus izmanto farmaceutiskajā aprūpē.

Materiāli un metodes. Pētījumā tika izmantota kvantitatīvā pētījuma metode, proti, anketēšana. Aptauju izstrādāja darba autore. Aptauja tika veikta interneta vidē no 18.01.2022 līdz 01.02.2022. un tajā piedalījās 102 aptiekas klienti, kuri meklēja konsultāciju pie farmācijas speciālistiem, kā arī 82 farmācijas speciālisti.

Rezultāti. Ap 95% aptaujāto uzskata, ka imunitāte ir jāuzlabo, un gandrīz 70% atzina, ka bija lietojuši imunitātes uzlabošanas preparātus. Imunitātes uzlabošanai no augu izcelsmes līdzekļiem farmaceutiskajā aprūpē populārākie augi ir ingvers 27,2%, purpursarkanā ehinācija 43, %, mežrozīšu augļi 29,6%, melnais plūškoks 59,3%, Islandes cetrārijas laponis 6,2%. 18,6% respondentu atzina, ka farmācijas speciālists ir pamudinājis lietot imunitāti ietekmējošus augu līdzekļus. 27,5% respondentu atzina, ka iegādāties imunitāti uzlabojošus līdzekļus ir pamudinājis ārsta ieteikums. 76,5% farmācijas speciālistu papildus klientu izvēlētajam pirkumam imunitāti uzlabojošus līdzekļus piedāvā atkarībā no tā, ko klients ir jau izvēlējis, vai arī, ko ir izrakstījis ārsts. Visplašāk farmaceutiskajā aprūpē tiek ieteikts melnais plūškoks. Farmācijas speciālisti piedāvā melnā plūškoka ekstraktus saturošus uztura bagātinātājus 66,7% gadījumā. Arī klientu izvēle par labu melnā plūškoka ekstraktus saturošiem produktiem, pēc farmācijas speciālistu novērojumiem, ir 59,3% gadījumā.

Secinājumi. Ņemot vērā to, ka respondentu vairākums uzskata – jāuzlabo imunitāte, kā arī ņemot vērā klientu pozitīvo attieksmi pret ārstniecības augu lietošanu, farmaceutiskajā aprūpē vajadzētu pievērst lielāku uzmanību informācijai par mazāk zināmām augu īpašībām un to noderīgumu imunitātes uzlabošanai, piemēram, par Islandes cetrārijas laponi. Gandrīz puse aptaujāto atzina, ka uzskata, ka Covid-19 infekcijas izplatība nav iemesls uzlabot imunitāti. Farmaceutiskajā aprūpē būtu nepieciešams atgādināt klientiem, ka laba imunitāte mazina risku saslimt ar smagu slimības gaitu. Turklāt ir pieejami augu izcelsmes līdzekļi imunitātes uzlabošanai.

MIKROALBUMINŪRIJAS SAISTĪBA AR II TIPA CUKURA DIABĒTA RĀDĪTĀJIEM

Linda Lesinska, Alevtīna Leice

Latvijas Universitātes P. Stadiņa medicīnas koledža, Jūrmala, Latvija

Ievads. Mikroalbuminūrija ir albumīna izdalīšanās ar urīnu 24 stundu laikā vai īslaicīgā urīna savākšana dienas laikā no 30–300 mg/24 stundā (20–200 µg/min), kas liecina par agrīnu nieru patoloģiju. Viens no glomerulārās proteinūrijas iemesliem ir cukura diabēta (CD) izraisīta palielināta glomerulu filtra caurlaidība. CD gadījumā 20–40% pacientu veidojas diabētiskā nefropātija (Čerņevskis, 2019).

Mikroalbuminūrija tiek konstatēta vairāk nekā vienai trešdaļai diabēta pacientu. Pacientu mirstība pie CD ar proteinūriju ir 40 reizes lielāka, nekā bez tās, un tas ir jutīgākais progностiskais faktors, lai novērtētu diabētiskās nefropātijas risku, kas atspoguļo progresējošas diabētiskās nieru slimības sākuma stadiju (Shahzad, 2020).

Darba mērķis. Analizēt zināmos literatūras pētījumus par mikroalbuminūrijas saistību ar II tipa CD.

Materiāli un metodes

Darbā analizēti 3 savstarpēji saistīti pētījumi diabēta pacientiem, kuriem tika novērtēta mikroalbuminūrijas saistība ar glikozētā hemoglobīna kontroli. Visu pētījumu rezultātu analīze tika veikta SPSS 21.0 vai 22.0 versijā. *P* vērtība < 0,05 uzskatīta par nozīmīgu.

Pirmajā pētījumā piedalījās 213 dalībnieki no 2018. gada novembra līdz 2019. gada jūnijam Indas Medicīnas koledžas slimnīcā. Pacientiem tika novērtēts glikētais hemoglobīns (HbA1c) un mikroalbuminūrija. Diabēta pacienti no 30 līdz 55 gadiem ar kontrolētu un nekontrolētu II tipa cukura diabētu tika iedalīti divās grupās: I grupā pacienti ar sliktu glikēmijas kontroli HbA1c > 7% un II grupā ar labu glikēmijas kontroli HbA1c < 7% (Shahzad, 2020).

Otrajā pētījumā piedalījās 165 dalībnieki, veikšanas vieta – trīs dažādas slimnīcas, kas atrodas Sindā, Pakistānā, un pētījums veikts no 2021. gada marta līdz augustam. Tika novērota mikroalbuminūrija un HbA1c līmenis (Iqbal, 2023).

Trešais pētījums tika veikts no 2011. gada marta līdz 2012. gada aprīlim Pešavaras *Lady Reading* slimnīcā. Pētījumā tika iekļauts 121 abu dzimumu 2. tipa diabēta pacients vecumā virs 30 gadiem, kuriem tika konstatēta mikroalbuminūrija. Tika reģistrēta informācija par mikroalbuminūriju, diabēta ilgumu, HbA1c, glikozes līmeni asinīs, dzimumu un vecumu. Veikta datu salīdzināšana un noteikta mikroalbuminūrijas saistība ar glikēmijas kontroli (Muhammad, 2018).

Rezultāti. Pirmajā pētījumā tika iekļauti 213 pacienti (vīrieši 56,8% un sievietes 43,19%). Pacientu vidējais vecums – 42,3 gadi. Vidējais HbA1c līmenis I un II grupā bija 8,12 un 5,98. I grupā 57,54% pacientiem tika konstatēta mikroalbuminūrija, salīdzinot ar II grupu 12,26%. *P* vērtība < 0,001.

Otrajā pētījumā 89 (54%) II tipa CD pacientiem bija attiecīgi normoalbuminūrija, 53 (32%) mikroalbuminūrija un 14% makroalbuminūrija. II tipa cukura diabēta pacienti tika sadalīti trīs grupās, pamatojoties uz urīna albuminūriju. Vīriešiem bija lielāks risks (65%) saslimt ar II tipa CD, salīdzinot ar sievietēm (35%).

Trešajā pētījumā bija 47 (38,8%) vīrieši un 74 (61,2%) sievietes. Pētījuma pacientu vidējais vecums – 54,21. Mikroalbuminūrija bija 73 (60,3%) pacientiem, un to biežums ir palielināts slikti kontrolētiem CD slimniekiem (83,56%), salīdzinot ar pacientiem ar labu glikēmijas kontroli (16,44%), *P* vērtība 0,015.

Secinājumi

Konstatēts, ka mikroalbuminūrija biežāk tika atklāta diabēta pacientiem ar sliktu HbA1c kontroli, kā arī mikroalbuminūrija gandrīz divkārt palielina kardiovaskulāro saslimstību un letalitāti pacientiem, tādēļ svarīgs ir mikroalbuminūrijas novērtējums, tas ļauj savlaicīgi noteikt nieru bojājumu risku, kas palīdz veikt atbilstošu ārstēšanu agrīnā stadijā.

Literatūra

1. Čerņevskis, H. 2019. Mikroalbuminūrija. Kāpēc tik svarīga? *Doctus*, (5), 39–45.
2. Shahzad, A., Dolat, S., Kumayl, A. and Rizwan, A. 2020. Microalbuminuria and its association with glycemic control in patients with diabetes mellitus type II. *The Professional Medical Journal*, (8), 27.
3. Iqbal, A., Salman, J., Habib, J., Ali, M., Naveed, S. and Ali, A. 2023. Frequency of microalbuminuria and its relation to HbA1C in type 2 Diabetes mellitus patients. *Professional Med Journal*, 30(2), 199–203.
4. Muhammad, R., Afridi, M. A. R., Ali, Z., Rahman, S. K. U., Hussain, L., Alam, I. 2018. Microalbuminuria and its correlation with glycemic control in type 2 diabetic patients. *J Postgrad Med Inst*, 32(3), 301–306.

SIEVIEŠU LĪDZESTĪBA KRŪTS ĻAUNDA BĪGA AUDZĒJA AGRĪNĀ DIAGNOSTIKĀ

Zane Paškovecka, Jolanta Pupure

Latvijas Universitātes P. Stradiņa medicīnas koledža, Jūrmala, Latvija

Ievads. Neskatoties uz gadu desmitiem ilgušajiem pētījumiem, krūts vēža sastopamība turpina palielināties un skar vienu no 20 sievietēm visā pasaulē un pat katru astoto valsti ar augstu ienākumu līmeni (Britt et al., 2020). Krūts ļaundabīgi audzēji ir vieni no biežāk sastopamajiem audzējiem sievietēm Latvijā, ik gadu tie reģistrēti vairāk nekā 1000 sieviešu (Baltiņa, 2012). Lai samazinātu saslimstību ar krūts vēzi, visticamāk, ir nepieciešama daudzfaktoru pieeja, gan uz populāciju balstīta, lai samazinātu iespējamību maināmiem riskiem, gan precīza profilakse, piemēram, lai identificētu sievietes ar paaugstinātu risku (Britt et al., 2020). Kopš 2009. gada Latvijā darbojas vairākas vēža skrīninga programmas, to skaitā sievietēm no 50 līdz 68 gadiem reizi divos gados ir iespēja veikt valsts apmaksātu krūts vēža profilaktisko pārbaudi. Papildus vizuālas un palpatori atklātas izmaiņas palīdz audzēja agrīnā diagnostikā (Baltiņa, 2019).

Darba mērķis. Noskaidrot sieviešu līdzestību krūts ļaundabīga audzēja agrīnā diagnostikā.

Materiāli un metodes. Laika posmā no 05.02.2023. līdz 05.03.2023. tika veikts kvantitatīvais pētījums, izveidotas aptaujas anketas www.visidati.lv ar 20 jautājumiem. Pētījumā piedalījās 194 sievietes no 20–70 gadu vecumam.

Rezultāti. Pētījumā iegūtie dati rāda, ka pēdējo gadu laikā sievietes pievērs lielāku uzmanību savai veselībai un cenšas izslēgt riska faktorus, kas varētu provocēt krūts ļaundabīga audzēja attīstību (smēķēšana, alkohols, medikamenti). 71% aptaujāto sieviešu regulāri apmeklē ginekologu, un 81% sieviešu veic valsts apmaksātas krūts pārbaudes. Tomēr dati rāda, ka krūšu pašpārbaudi mājās regulāri veic tikai 18% aptaujāto respondentu, un tas ir ļoti zems rādītājs.

Secinājumi. Pētījuma rezultāti rāda, ka lielākā daļa no aptaujātām respondentēm regulāri veic valsts apmaksātas krūšu pārbaudes, savukārt mājās krūšu pašpārbaudi procentuāli veic ļoti maza to daļa. Šie dati liecina par nepieciešamību ginekologiem, ģimenes ārstiem un ārstu palīgiem vērst lielāku uzmanību sieviešu izglītošanā par krūšu pašpārbaudi.

Literatūra

1. Baltiņa, D. 2012. *Jums ir krūts vēzis? Parunāsim par to!* Rīgas Austrumu klīniskās universitātes slimnīcas Atbalsta fonds, 4.–6. lpp.
2. Baltiņa, D. 2019. *Onkoloģisko slimību savlaicīga diagnostika bērniem un pieaugušajiem.* Eiropas Sociālā fonda projekts Nr. 9.2.6.0/17/1/001 “Ārstniecības un ārstniecības atbalsta personāla kvalifikācijas uzlabošana”, 11 lpp.
3. Britt, K. L., Cuzick, J., Phillips, K. A. 2020. Key steps for effective breast cancer prevention. *Nature reviews. Cancer*, 20(8), 417–436.

IZSAUKUMU AR MOTĪVU ELPOŠANAS PROBLĒMAS PIRMSSLIMNĪCAS ETAPA ANALĪZE BRIGĀŽU ATBALSTA CENTRĀ “JELGAVA” 2020.–2021. GADĀ

Rinalds Romanovs^{1,2}, Leonīds Afremovičs²

¹ Neatliekamās medicīniskās palīdzības dienests, BAC “Jelgava”, Jelgava, Latvija

² Latvijas Universitātes P. Stradiņa medicīnas koledža, Jūrmala, Latvija

Ievads. Pēc NMPD pēdējo divu gadu publiskajiem pārskatiem sekundāro izsaukumu skaits turpina palielināties. 2020. gadā 52% OVC sākotnēji klasificēja kā augstas vai visaugstākās prioritātes izsaukumus, bet 2021. gadā 55%. Neskatoties uz NMPD aktīvo darbu sekundāro izsaukumu īpatsvara mazināšanā, to skaits nav samazinājies.

Darba mērķis ir noskaidrot sekundāro un primāro izsaukumu sadalījumu pēc izsaukuma motīva un rezultāta pacientiem ar elpošanas problēmām.

Materiāli un metodes. Lai sasniegtu darba mērķi, tika veikta retrospektīva statistikas datu analīze. Dati tika iegūti no 2020. līdz 2021. gadam NMPD anonimizētām izsaukuma elektroniskajām kartēm. Pētījuma datu apkopošanai tika izmantots darba autora izveidots pētījuma protokols par NMPD IEK datiem.

Rezultāti. No visiem analizētajiem izsaukumiem (8251 izsaukums) ar motīvu “elpošanas problēmas” laika periodā no 2020. līdz 2021. gadam OVC 6644 jeb 81% izsaukumus klasificējis kā augstas un visaugstākās prioritātes izsaukumus un 1607 jeb 19% no visiem izsaukumiem – kā zemas prioritātes izsaukumus. Apkopojot un analizējot izsaukumu skaita sadalījumu pēc prioritātes, ko nosaka NMPD Brigāžu atbalsta centra “Jelgava” ārstniecības personas – NMP brigāžu vadītāji, un vadoties pēc noteiktās diagnozes un veselības stāvokļa atbilstoši NMPD izveidotajam klasifikatoram, no 8251 izsaukuma 4478 jeb 54% izsaukumu bija sekundāri, bet 3773 jeb 46% izsaukumu bija primāri.

Secinājumi. Veicot datu analīzi par primāro un sekundāro izsaukumu skaitu 2020. un 2021. gadā, var secināt, ka šajā periodā turpina palielināties sekundāru izsaukumu skaits. Pētījumā novērojamas nepilnības OVC prioritāšu klasificēšanā salīdzinājumā ar NMPD Brigāžu atbalsta centra “Jelgava” ārstniecības personu – NMP brigāžu vadītāju noteiktām prioritātēm, vadoties pēc diagnozes un veselības stāvokļa atbilstoši NMPD izveidotajam klasifikatoram.

Esošajā situācijā ir vairāki būtiski izskaidrojumi, OVC vadības un konsultantu grupās ir līdz pat 50% personāla deficīts – nepietiekama izsaukumu šķirošanas kapacitāte pie neatbilstoša izsaukumu pieņemšanas algoritma (NMPD, 2020). Situācijā, kad pacients jūtas slikti, tuvinieki uztraukumā mēdz pārspīlēt situāciju, tādējādi OVC radot priekšstatu, ka pacienta veselība un dzīvība ir apdraudēta. Atsevišķi pieminama tā pacientu grupa, galvenokārt pacienti ar hroniskām saslimšanām, kura regulāri vēršas pēc palīdzības NMPD un zina, kādas sūdzības jāmin sarunā ar dispečeru vai ārstu, lai neatliekamās medicīniskās palīdzības brigāde tiktu nosūtīta (NMPD, 2021).

Sekundāro izsaukumu veikšana ir izteikti lielākā proporcijā, kāda tā ir ES valstīs vidēji (25%). Autora ieskatā, samazināt sekundāro izsaukumu skaitu būtu iespējams, sakārtojot primārās veselības aprūpes sistēmas, samazinot ģimenes ārsta noslodzi, uzlabojot primārās veselības aprūpes pakalpojumus un sabiedrības izglītošanu.

NESTABILU TAHIARITMIJU ĀRSTĒŠANA PIRMSSLIMNĪCAS ETAPĀ

Rihards Saukums, Leonīds Afremovičs

Latvijas Universitātes P. Stradiņa medicīnas koledža, Jūrmala, Latvija

Ievads. Tahiaritmijas ir abnormāli sirds ritma traucējumi ar kambaru frekvenci 100 vai vairāk sitienu minūtē. Tahiaritmijas iedala kategorijās, pamatojoties uz QRS kompleksa platumu EKG. No tahiaritmiju veida un pacienta vispārējā stāvokļa atšķiras sniegtā NMP. Vairumam pacientu tahiaritmijas ir simptomātiskas un viens no iemesliem, kādēļ pacients vēršas pēc NMP.

Darba mērķis. Izpētīt sinhronizētas elektrokardioversijas efektivitāti un brigādes taktiku nestabilu tahiaritmiju gadījumā pirmsslimnīcas etapā Latvijā.

Materiāli un metodes. Lai sasniegtu darba mērķi, tika veikta kvantitatīva retrospektīva statistikas datu analīze. Dati tika iegūti no 2022. gada NMPD anonimizētām izsaukuma elektroniskajām kartēm. Lai apkopotu datus, tika izmantots darba autora izveidots pētījuma protokols.

Rezultāti. Kopā par 2022. gadu tika pieteikti 392 581 izsaukumi, no kuriem 121 izsaukumā NMP dienesta izsaukuma elektroniskajās kartēs (IEK) tika atzīmēta manipulācija “elektriskā kardioversija”. No 121 NMPD IEK kritērijam atbilst 65 (54%) kartes. 56 (46%) gadījumos manipulācija “elektriskā kardioversija” netika veikta vai tika atzīmēta kļūdaini.

2022. gadā Latvijā pirmsslimnīcas etapā tika veiktas 65 sinhronizētas kardioversijas (EKV), 42 (64 %) gadījumos tā tika veikta ar atbalsta brigādes palīdzību. Visbiežāk – 41 (63%) gadījumos – primāri pie pacienta ieradās neatliekamās medicīnas ārsta palīga brigāde.

Ritms, kuram visbiežāk tika veikta EKV, ir kambaru tahikardija, kas tika kardiovertēta 42 gadījumos, bet visretāk ātriju undulācija – 1 reizi. 44 pacientiem NMPD brigādes ierašanās brīdī ir bijusi nestabila hemodinamika, savukārt stabila hemodinamika – 17 pacientiem. Ir bijuši 4 izsaukumi, kur ierašanās brīdī pacientam ir konstatēta klīniskā nāve un uzsākti kardiopulmonālās reanimācijas pasākumi.

Efektīva EKV ir novērota 54 (83%) reizes, no tām 38 gadījumos tahiaritmija tika kupēta pēc pirmās EKV, 9 reizes tahiaritmija tika kupēta pēc otrās elektroimpulsu terapijas, savukārt 7 reizes efektīva elektroimpulsu terapija tika novērota pēc trešās EKV. Ir bijuši 11 gadījumi, kad pēc trīs EKV pacientam nav kupējusies tahiaritmija, no tiem 4 izsaukumos pēc veiktas EKV pacientam ir iestājusies klīniskā nāve.

Secinājumi. Analizējot datus par 2022. gadā veiktajām sinhronizētajām kardioversijām, var secināt, ka manipulācija ir ļoti reti sastopama pirmsslimnīcas etapā, un tas ir viens no iemesliem, kādēļ neatliekamās medicīnas ārsta palīga brigādes vēršas pēc atbalsta brigādes palīdzības.

Ņemot vērā sinhronizētas elektrokardioversijas augstos efektivitātes rādītājus (83%) NMP dienestā 2022. gadā, var apstiprināt, ka Eiropas atdzīvināšanas padomes vadlīnijās pieminētā elektroimpulsu terapija ir efektīva metode pirmsslimnīcas etapā pacientiem ar tahiaritmiju un nestabilu hemodinamiku.

SIEVIEŠU SEJAS ĀDAS KOPŠANA MĀJAS APSTĀKĻOS

Natālija Starikova, Lidija Naumenko

Latvijas Universitātes P. Stradiņa medicīnas koledža, Jūrmala, Latvija

Ievads. Mūsdienu kosmetoloģijā pastāv liels daudzums dažādu metožu, neskatoties uz to, kosmētiskie līdzekļi paliek par pamatu sejas ādas kopšanā. Ādas veselību un jaunību nav iespējams saglabāt tikai ar epizodisku profesionālu procedūru palīdzību, jo katru dienu āda tiek pakļauta dažādu iekšējās un ārējās vides faktoru ietekmei, un tas nozīmē, ka ādai nepieciešama pastāvīga uzmanība un rūpes. Pat speciālisti, kas strādā ar mūsdienu un inovatīvu aparātu tehnoloģiju metožu palīdzību, uzskata, ka viņu manipulācijas sastāda 20% no rezultāta, atlikušie 80% ir ikdienā korekti izpildīta ādas kopšana mājas apstākļos. (Ernandes, Krasnejs, Rahanskaja, 2022, 15. lpp.)

Biofizikē Jeļena Ernandes uzsver tieši korekti un disciplinēti veiktas ādas kopšanas nozīmi mājas apstākļos, kas sniedz pozitīvu ieguldījumu ādas izskatā un palīdz nodrošināt ādas normālu funkcionēšanu ilgtermiņā, kā arī spēj potencēt guvumus no skaistumkopšanas iestādēs veiktajām profesionālajām procedūrām. (Margoļina, Ernandes, 2015, 15.–16. lpp.)

Ikdienā ādas kopšanas pamatprincipu neievērošana, nedisciplinēta, nekorekta ādas kopšanas posmu izpilde, veikšana ar nepiemērotiem kosmētiskajiem līdzekļiem, pielietošanas nosacījumu ignorēšana spēj nelabvēlīgi ietekmēt ādu.

Darba mērķis. Noskaidrot sievietes sejas ādas kopšanas paradumus mājas apstākļos.

Materiāli un metodes. Lai noskaidrotu sievietes sejas ādas kopšanas paradumus mājas apstākļos, tika izmantota kvantitatīva pētījuma metode, instruments – pētījuma autoru izstrādāta aptaujas anketa. Pētījumā tika analizētas 261 sievietes atbildes uz anketas jautājumiem. Pētījuma veikšanas laiks: 2023. gada februāris.

Rezultāti. Lielāka daļa atbilžu saņemtas vecumā grupā no 30 līdz 39 gadi – 97 (37,2%). Uz jautājumu par ādas tipu ir visvairāk atbilžu, 84 (32,2%) – kombinēts (taukains/normāls). Lielākai daļai ir jutīgs ādas stāvoklis – 113 (28,5%). Kā nākamie biežākie ādas stāvokļi: dehidratēts – 78 (19,7%), problemātisks – 78 (19,7%). Pārsvārā respondenti lieto micelāro ūdeni, veicot dekoratīvās kosmētikas noņemšanu – 141 (34,9%), sejas ādas attīrīšanu – 137 (41%). Biežāk izmantotais mehāniskā pilinga veids skrūbis: krēmveida – 91 (30,6%), gēlveida – 62 (20,9%). Uz jautājumiem par kosmētisko masku un pilingu lietošanas biežumu intensīvā posma veikšanai vairākums atbildēja, ka nav regularitātes.

Secinājumi

1. Lielai daļai no respondentēm vienlaikus ir vairāki ādas stāvokļi.
2. Lielai daļai no respondentēm ir traucējumi ādas spējā pienācīgi pildīt barjeras funkciju, jo biežāk atzīmētie ādas stāvokļi bija: jutīgs, dehidratēts, problemātisks.
3. Micelārais ūdens ir biežāk izmantojamais kosmētiskā līdzekļa veids ādas attīrīšanas posma veikšanai.
4. Pārsvārā respondentes neveic ādas attīrīšanas posma etapu – tonizāciju, līdz ar to jāsecina, ka respondentu vidū, iespējams, netiek ievēroti micelārā ūdens drošas lietošanas nosacījumi.

5. Prāva daļa pieļauj kļūdas intensīvā posma izpildē, lietojot ādas stāvoklim neatbilstošu pīlinga veidu.
6. Vairākums ikdienā kopj sejas ādu, taču pieļauj kļūdas ādas attīrīšanas un intensīvās iedarbības posmos, turklāt intensīvā iedarbības posmā nav vērojama disciplinēta regularitāte kosmētisko līdzekļu pielietošanā.

Literatūra

1. Ernandes, E., Krasneja, E., Rahanska, E. 2022. *Mūsdienu kosmētikas anatomija*. Maskava: SIA "Kosmētika un medicīna". 308 lpp.
2. Margolina, A., Ernandes, E. 2015. *Jaunā kosmetoloģija. Kosmētiskie līdzekļi*. Maskava: SIA "Kosmētika un medicīna". 580 lpp.

APTIEKĀ PIEEJAMO SVARA SAMAZINĀŠANAS LĪDZEKĻU LIETOŠANAS PARADUMI

Alona Teršukova, Alīna Kriviņa

Latvijas Universitātes Rīgas 1. medicīnas koledža, Rīga, Latvija

Ievads. Pasaulē 2022. gadā vairāk par 650 miljoniem pieaugušo cilvēku vecumā no 18 gadiem, 340 miljoniem pusaudžu un 39 miljoniem bērnu tika diagnosticēta aptaukošanās (Accelerating action to stop obesity, 2022). 2019. gadā liekais svars bija konstatēts 34,4%, bet aptaukošanās 22,3% Latvijas iedzīvotāju (Ķermeņa masas indekss, 2019). Aptaukošanās provocē dažādu slimību attīstību un palielina priekšlaicīgas nāves risku, tāpēc ir svarīgi to kontrolēt, piemēram, paaugstinot fizisko aktivitāšu intensitāti, mainot uztura kvalitāti vai lietojot medicīniskās zāles.

Mērķis. Pētījuma mērķis bija noskaidrot svara samazināšanas līdzekļu lietošanas paradumus aptiekas klientu vidū.

Materiāli un metodes. Pētījumā tika izmantota kvantitatīvā pētījuma metode, proti, anketēšana, kuras rezultāti tika analizēti, izmantojot aprakstošo statistiku. Pētījums tika veikts laika posmā no 2022. gada 20. jūnijā līdz 2022. gada 3. oktobrim aptiekā X Rīgā un interneta vietnē Facebook. Pētījumā piedalījās 104 respondenti ($n = 104$), no kuriem 16 bija vīrieši un 88 sievietes vecumā no 18 gadiem. Anketēšanā piedalījās gan tie cilvēki, kuri kādreiz lietoja vai pašlaik lieto svara samazināšanas līdzekļus, gan tie, kuriem nav pieredzes šo preparātu lietošanā.

Rezultāti. Uz jautājumu par svara samazināšanas līdzekļu lietošanu 64% respondentu atbildēja, ka bija lietojuši vai šobrīd lieto kādu no svara samazināšanas līdzekļiem. Uz lūgumu norādīt lietotā svara samazināšanas līdzekļa nosaukumu vai aktīvo vielu 24% respondentu atbildēja, ka lietoja kādu no šķiedrvielu kompleksiem, 14% lietoja kādu no augu ekstraktu, vitamīnu un minerālvielu kompleksiem, 11% lietoja sennas saturošas tējas un tabletes, un pārējie lietoja orlistatu, uztura aizvītiņus l-karnitīnu un spirulīnu. Uz jautājumu par svara samazināšanas līdzekļu lietošanas iemesliem 60% respondentu atbildēja, ka gribētu uzlabot ārējo izskatu, bet pārējie norādīja uz nepieciešamību uzlabot veselības stāvokli. 55% respondentu atbildēja, ka paši pieņēma lēmumu lietot šādus preparātus, un tikai 27% respondentu atbildēja, ka ieteica veselības aprūpes speciālisti. Pārējiem ieteica citi. Uz jautājumu par svara samazināšanas līdzekļu lietošanas ilgumu respondentu vairākums (57%) atbildēja, ka trīs mēnešus, viena trešdaļa teica, ka vienu mēnesi, un tikai 9% norādīja uz laika periodu garāku par 3 mēnešiem.

Secinājumi. Lielākajai daļai respondentu ir pieredze svara samazināšanas līdzekļu lietošanā, šie preparāti ir populārāki sieviešu vidū. Vairākums respondentu pieņem lēmumu lietot svara samazināšanas līdzekļus patstāvīgi, bez veselības aprūpes speciālistu norādījuma. Respondenti visbiežāk notievēšanai izvēlas šķiedrvielu, augu ekstraktu, vitamīnu un minerālvielu kompleksus, kā arī sennas preparātus. Respondenti biežāk lieto svara samazināšanas līdzekļus, lai uzlabotu ārējo izskatu, nevis veselības stāvokli. Biežākā slimība, kas kļuvusi par notievēšanas līdzekļu lietošanas iemeslu, anketēto dalībnieku vidū ir diagnosticētā hiperhlosterinēmija. Vairākums respondentu lieto notievēšanas preparātus trīs mēnešus reizi gadā un veic dzīvesveida korekciju. Ņemot vērā, ka respondentu vairākums nekonsultējas ar ārstu vai farmācijas speciālistu par svara samazināšanas preparātiem, ģimenes ārstiem un citiem veselības aprūpes speciālistiem būtu ieteikts mudināt iedzīvotājus ar lieko svaru izstrādāt svara samazināšanas stratēģiju kopā ar veselības aprūpes speciālistu.

GLIKOZAMĪNU SATUROŠO PRODUKTU NOZĪME FARMACEITISKAJĀ APRŪPĒ

Maruta Vaivode, Elza Lauzne

Latvijas Universitātes Rīgas 1. medicīnas koledža, Rīga, Latvija

Ievads. Organisms izmanto glikozamīnu, lai veidotu citas ķīmiskās vielas, kas nodrošina cīpslu, saišu, skrimšļu un locītavu šķidrums veidošanos cilvēka locītavās. Tāpēc ir svarīgi to lietot, lai uzturētu locītavu veselību. Bet nepamatota glikozamīna lietošana var izraisīt arī galvassāpes, traucējumus kuņģa darbībā un citus zarnu trakta darbības traucējumus – caureju, vēdera pūšanos un aizcietējumus (Andersone, Vellere, 2016).

Mērķis. Pētījuma mērķis bija analizēt glikozamīnu saturošo produktu nozīmi farmaceitiskajā aprūpē.

Materiāli un metodes. Pētījumā tika izmantota kvantitatīvā metode, proti, aptauja, kuru izstrādāja šī pētījuma autore. Aptauju aizpildīja 120 aptiekas klienti, no kuriem 84% bija sievietes. Papildus, tika pielietota kvalitatīvā metode, proti, intervija. Intervijas jautājumus sagatavoja šī darba autore. Intervijās piedalījās 13 farmācijas speciālisti un 5 ārsti. Pētījums tika veikts laika posmā no 2022. gada 12. janvāra līdz 2022. gada 28. janvārim. Dati tika analizēti, izmantojot aprakstošo statistiku.

Rezultāti. 78% aptaujāto atzina, ka zina, kādiem mērķiem tiek izmantoti glikozamīnu saturoši produkti. 45% no aptaujātajiem aptieku klientiem ir lietojuši glikozamīnu, taču lielākā daļa aptaujāto jeb 55% glikozamīnu saturošus produktus nav lietojuši. Tāpēc ka aptaujāto aptieku klientu vidū tikai 2% parādījās blaknes, ir pamats secināt, ka preparāti ir piemēroti lietošanai lielākajai daļai pacientu. Aptaujātie aptieku klienti, kas lietoja glikozamīnu saturošus produktus, iegādājušies tos biežāk pēc ārstu ieteikumiem (41%) un pēc savas iniciatīvas (26%), nevis pēc farmācijas speciālistu (20%) ieteikumiem. Aptieku klienti, kas lietojuši glikozamīnu saturošus produktus, 70% gadījumos norādīja uz to efektīvu iedarbību. Tāpēc var uzskatīt, ka glikozamīna preparātu lietošana ir lietderīga locītavu saslimšanu profilaksē un simptomu atvieglošanā. Farmācijas speciālisti visbiežāk iesaka iegādāties glikozamīna saturošus preparātus, kuru sastāvā ir arī C vitamīns, hondroitīns un kolagēns, lai, savstarpēji mijiedarbojoties un veicot katram savas funkcijas, šīs vielas uzlabotu locītavu skrimšļu audus un locītavas funkcionalitāti.

Secinājumi. Apkopotie dati par aptiekā pārdotajiem glikozamīna preparātiem noteiktā periodā liecina, ka visbiežāk pieprasītais preparāts ir glikozamīns kombinācijās ar hondroitīnu un kolagēnu. Glikozamīnu saturošu produktu lietošana nebūs efektīva, ja locītavas jau būs galēji nodilušas un tām nebūs locītavu spraugu. Tas nozīmē, ka šie preparāti būs piemēroti locītavu saslimšanu profilaksei vai saslimšanām vieglā stadijā. Intervētie ārsti apliecināja, ka viņu praksē locītavu saslimšanas ir nozīmīga problēma, jo nereti pacienti vērsas pie ārsta tikai tad, kad jau nepieciešama locītavu endoprotezēšana. Tas nozīmē, ka pacienti nav pievērsuši uzmanību un rūpes locītavu veselībai vai nesaņēma nepieciešamo informāciju par locītavu veselības profilakses nozīmīgumu.

AKTUĀLĀS INFORMĀCIJAS PAR KONTAKTLĒCU KOPŠANU APRĪTĒS REDZES APRŪPES SPECIĀLISTU UN MĪKSTO KONTAKTLĒCU LIETOTĀJU VIDŪ

Rūta Vīgule, Kristīne Detkova

*Latvijas Universitātes Rīgas Medicīnas koledža, Rīga, Latvija;
“OC Vision”, Rīga, Latvija*

Ievads. Attīstoties tehnoloģijām, ražotāji rada jaunus kontaktlēcu materiālus, tādēļ mainās kontaktlēcu kopšanas un lietošanas noteikumi. Parāli rodas risks, ka jaunā kontaktlēcu lietošanas informācija līdz visiem nenonāk. Šobrīd Latvijā jaunas informācijas nodošana ir redzes aprūpes speciālistu ziņā, taču ne vienmēr kontaktlēcu lietotāji to saņem, kā arī pacientu līdzestība mēdz būt dažāda. Tādēļ ir svarīgi noskaidrot, vai un kā notiek jaunas informācijas aprīte ražotājs–speciālists un speciālists–pacients vidū.

Darba mērķis: noskaidrot Latvijas mīksto kontaktlēcu lietotāju un redzes aprūpes speciālistu informētību par jaunākajām tendencēm kontaktlēcu kopšanā un lietošanā.

Materiāli un metodes. Izanalizētas piecu pasaules vadošo kontaktlēcu ražotāju produktu lietošanas instrukcijas, lai izveidotu vienotu zīmolneatkarīgu kontaktlēcu kopšanas un lietošanas instrukciju latviešu valodā. Zinot jaunākos kontaktlēcu lietošanas noteikumus, tika izveidotas anketas speciālistiem (15 jautājumi) un kontaktlēcu lietotājiem (21 jautājums); 6 jautājumi abās anketās bija līdzīgi, lai varētu salīdzināt atbildes. Anketas tika izplatītas uzņēmumā OC VISION un sociālajā platformā Facebook laika periodā no 2022. gada 12. līdz 25. decembrim. Anketēšanā piedalījās 39 speciālisti (no tiem 32 optometrieti, 6 optikas pārdevēji-konsultanti un 1 oftalmologs) un 42 kontaktlēcu lietotāji.

Rezultāti. 97% speciālistu apmeklēja konferences un tālākizglītības apmācības jaunas informācijas iegūšanai, un tikai 10% regulāri pārlasa ražotāju nodrošinātās kontaktlēcu un to kopšanas līdzekļu instrukcijas. 93% speciālistu cenšas nodot informāciju saviem pacientiem, taču 51% kontaktlēcu lietotāju jaunu informāciju iegūst tikai gadījuma pēc. Ņemot vērā, ka 49% kontaktlēcu lietotāju redzes aprūpes speciālistu apmeklēja reizi 2–3 gados un mērķtiecīgi nemeklēja jaunu informāciju par kontaktlēcu lietošanu, tad jauna, aktuāla informācija līdz viņiem nonāk lēnām, ar novēlošanos. Tāpat aptauja parāda nelīdzestības problēmu: speciālisti nodod pacientiem pareizu un aktuālu informāciju par kontaktlēcu kopšanu, bet reālā pacientu rīcība atšķiras no saņemtajām rekomendācijām. Proporcioniāli vairāk kontaktlēcu lietotāju, kuri nezina vai neievēro aktuālos kontaktlēcu kopšanas norādījumus, ir grupā, kas lieto kontaktlēcas piecus un vairāk gadus.

Secinājumi. Latvijas redzes aprūpes speciālisti ir pietiekami labi informēti par jaunākajām tendencēm kontaktlēcu pacientu aprūpē un cenšas nodot informāciju pacientiem. Pacientu realizēto kontaktlēcu aprūpi ietekmē ne vien no speciālistiem saņemtā informācija, bet arī viņu nelīdzestība un neieinteresētība. Daļa kontaktlēcu lietotāju reti vai nemaz neapmeklēja redzes aprūpes speciālistus, un tas traucē informācijas aprīti un ir riska faktors kontaktlēcu lietošanā. Situāciju būtu iespējams uzlabot, ja optikā kontaktlēcu vizītes laikā tiktu veikta darba dalīšana: redzes korekcijas speciālists fokusētos uz pacienta medicīniskajiem rādītājiem

un padziļināti skaidrotu nelīdzestības iespējamās komplikācijas, bet kvalificēts optometrista asistents pārņemtu pacientu apmācību un sniegtu informāciju par aktuālajiem kontaktlēcu kopšanas noteikumiem, pievēršot īpašu uzmanību izmaiņām, kas aktualizējušās līdz ar jaunu kontaktkorekcijas tehnoloģiju ienākšanu tirgū. Tāpat vēlama pēcaprūpes vizīšu un aktuālo kontaktlēcu kopšanas noteikumu popularizēšana ne vien optikās, bet arī medijos un kontaktlēcu pārdošanas vietās.

LĪDZJŪTĪBAS NOGURUMA IZPRATNE TOPOŠAJIEM SOCIĀLAJIEM REHABILITĒTĀJIEM

Kristīne Vītoliņa, Evija Namiķe, Ina Ozola

Latvijas Universitātes P. Stradiņa medicīnas koledža, Jūrmala, Latvija

Ievads. Empātija un līdzjūtība ir būtiski svarīgas sociālā rehabilitētāja darbā, strādājot ar klientiem. Tomēr tās ne vienmēr palīdz profesionāļiem un reizēm pat arī apgrūtina, jo var izraisīt līdzjūtības nogurumu. Viens no identificētākajiem riskiem veselības un sociālās aprūpes sfērās ir izdegšanas sindroms. Pēdējo 20 gadu laikā ir veikti pētījumi par līdzjūtības nogurumu, kas 21. gadsimta sākumā tika izmantots, pētot izdegšanu sindromu medicīnas māsu vidū, kas aprūpēja vēža slimniekus (Ekman, 2010). Pēdējos gados arvien biežāk arī sociālo rehabilitētāju darbā tiek aktualizēts jautājums par līdzjūtības nogurumu un tā saistību ar izdegšana sindromu.

Atpazīstot līdzjūtības noguruma pazīmes tā sākuma stadijā, ar to ir vieglāk cīnīties, tāpēc ir svarīgi, ka gan medicīnas nozares darbinieki, gan arī sociālā darba speciālisti spēj pamanīt pazīmes, kas liecina par līdzjūtības nogurumu, lai veiktu nepieciešamās darbības tā mazināšanai.

Darbs ar pacientiem vai klientiem, kuri piedzīvo traumas vai ciešanas, var negatīvi ietekmēt kā profesionāļu, tā arī viņu ģimeņu, aprūpējamo cilvēku un viņu darba devēju garīgo un fizisko veselību, drošību un labklājību. Termins “līdzjūtības nogurums” tika izveidots, lai aprakstītu stresa fenomenu, kas izriet no traumēta indivīda darbības, nevis no pašas traumas (Cocker, Joss, 2016).

Darba mērķis. Noskaidrot topošo sociālo rehabilitētāju izpratni par līdzjūtības nogurumu un pašpalīdzības metožu izmantošanu garīgās un emocionālās veselības stabilizēšanai.

Materiāli un metodes. Mērķa sasniegšanai tika analizēti profesionālās literatūras un informācijas avoti, izmantota kvantitatīvā pētniecības metode, kas ietvēra autoru izstrādātu un apobētu pētījuma instrumentu – anketu izmantošanu studējošajiem, analizēti un interpretēti iegūtie dati un izdarīti secinājumi. Anketā iekļauti jautājumi par līdzjūtības noguruma raksturojumu, izdegšanas sindromu un pašpalīdzības metodēm, lai mazinātu to iedarbību. Pētījums tiks veikts 2022. gadā laika periodā no aprīļa līdz maijam.

Rezultāti. Aptaujā tika iegūti dati, kas raksturo 47 topošo sociālo rehabilitētāju izpratni par līdzjūtības nogurumu un pašpalīdzības metožu izmantošanu garīgās un emocionālās veselības stabilizēšanai. 49% ($n = 23$) respondentu atzīmēja, ka ir dzirdējuši par terminu “līdzjūtības nogurums” un tiem ir izpratne par to. Savukārt tikpat respondentu – 49% ($n = 23$) – atzīmēja, ka par šo terminu nav dzirdējuši. Iegūtie rezultāti parādīja, ka respondentiem labāka izpratne ir par izdegšanas sindromu, jo ar to bija saskārušies 79% ($n = 37$). Lielākā daļa respondentu, t. i., 65% ($n = 32$), atzīmēja, ka ir izmantojuši metodes, lai uzlabotu savu emocionālo un garīgo veselību, un kā biežāk izmantotās tika norādītas: apzinātības treniņi, supervīzija, psihoterapeita konsultācija, meditācija, sporta nodarbības.

Secinājumi. Līdzjūtības nogurums ir fizisks un garīgs izsīkuma stāvoklis, ko izraisa novājināta spēja tikt galā ar ikdienas pienākumiem, un to biežāk novēro profesionāļiem, kas regulāri pakļauti traumatiskai pieredzei, īpaši tie cilvēki, kas ikdienā strādā palidzošajās

profesijās. Tie ir veselības aprūpes, neatliekamās palīdzības un sociālo pakalpojumu sniedzēji. Līdzjūtības nogurums izpaužas kā slikts garastāvoklis (nogurums, letarģija) vai nekoncentrēts garīgais stāvoklis, tostarp galvassāpes, spriedze un neskaidras sāpes muskuļos un locītavās. Analizējot iegūtos rezultātus, var secināt, ka topošajiem sociālajiem rehabilitētājiem zināšanas par terminu “līdzjūtības nogurums” ir nepilnīgas, jo šo terminu tie galvenokārt raksturo tikai kā emocionālu un fizisku izsīkumu un nogurumu, kā arī salīdzina ar izdegšanas sindromu. Zināšanas par metodēm, kas būtu izmantojamas, lai mazinātu līdzjūtības noguruma ietekmi un stabilizētu emocionālo veselību, ir nepietiekamas, jo visbiežāk tiek atzīmētas tikai metodes, kas saistītas ar fiziskām aktivitātēm – pastaigas, sports, atpūta pie dabas, bet salīdzinoši mazāk tiek norādīts uz metodēm, kas sniegtu atbalstu garīgās veselības stiprināšanai.

Literatūra

1. Ekman, P. 2010. The Greater Good Science Center at the University of California, Berkeley. *Paul Ekman's Taxonomy of Compassion*. Available from: https://greatergood.berkeley.edu/article/item/paul_ekmans_taxonomy_of_compassion [viewed 11.01.2022.].
2. Cocker, F., Joss, N. 2016. Compassion Fatigue among Healthcare, Emergency and Community Service Workers: A Systematic Review. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 13(6). Available from: <https://doi.org/10.3390/ijerph13060618> [viewed 05.01.2022.].

BALVU NOVADA IEDZĪVOTĀJU INFORMĒTĪBA PAR PIRMĀS PALĪDZĪBAS SNIEGŠANU

Dmitrijs Zinovjevs, Jolanta Pupure

Latvijas Universitātes P. Stradiņa medicīnas koledža, Jūrmala, Latvija

Ievads. Kā vēsta *Eurostat* statistikas dati par 2017. gadu, 151 300 cilvēku iet bojā nelaimes gadījumos, un viens no iemesliem ir tas, ka apkārtējie cilvēki tajā brīdī nezina, kā viņiem palīdzēt un sniegt pirmo palīdzību. Zināšanas par pirmo palīdzību sniedz labumu pašiem indivīdiem neatkarīgi no tā, vai ārkārtas situācija viņus skar tieši vai ir saistīta ar cilvēkiem, ar kuriem viņi dzīvo un strādā. Pirmā palīdzība bieži vien samazina ārkārtas situācijas smagumu noteiktā laikā un vietā.

Balstoties uz NMPD mediķu aptauju, kas tika veikta 2020. gadā, cilvēku gatavība sniegt pirmo palīdzību vēl aizvien ir dažāda. Daudzi cilvēki neuzskata pirmās palīdzības apmācību un informētību par svarīgu līdz brīdim, kad saskaras ar situāciju, kurā ir jāsniedz pirmā palīdzība.

Darba mērķis. Noskaidrot Balvu novada iedzīvotāju informētību par pirmās palīdzības sniegšanu.

Materiāli un metode. Kvantitatīvā – aptaujas anketas izveidošana. Aptaujas anketa tika ievietota *Visidati.lv* un *Google* veidlapā un izsūtīta elektroniski respondentiem. Pētījums tika veikts Balvu novadā. Pētījumā iekļaušanas kritērijos ietilpst gan sievietes, gan vīrieši vecumā no 18 gadiem, kuri ir pastāvīgi Balvu novada iedzīvotāji. Aptaujas anketas aizpildīja 86 respondenti laika posmā no 2023. gada 12. februāra līdz 12. martam.

Rezultāti. No 86 respondentiem 24 bija vīrieši un 62 sievietes. Lielākā daļa, kas ir 48 respondenti (55%), ir vecumā no 18 līdz 30 gadiem, 12 respondenti ir vecumā no 31 līdz 40 gadiem, tikpat liels skaits respondentu ir vecuma grupā no 51 līdz 60 gadiem, 11 respondenti ir vecumā no 41 līdz 50 gadiem un 3 respondenti ir 61 gads un vecāki.

Vairāk nekā puse jeb 64% respondentu uzskata, ka pirmo palīdzību var sniegt katrs, kurš atrodas blakus cietušajam, līdz ierodas neatliekamā medicīniskā palīdzība, 25% respondenti minējuši, ka pirmo palīdzību var sniegt persona, kura ir apmācīta speciālosursos. No visiem respondentiem tikai 13% nav piedalījušies pirmās palīdzības apmācībās.

Tikai 25% respondentu ir pārliecināti, ka būtu gatavi sniegt pirmo palīdzību nelaimē nonākušam cilvēkam, savukārt 54% drīzāk būtu gatavi sniegt palīdzību. 20% respondentu drīzāk nebūtu gatavi, un 1% nespētu sniegt pirmo palīdzību. Kā iemesls par to, kādēļ respondenti nav gatavi sniegt palīdzību, ir bailes par savām darbībām, tā atbildējuši 57% respondentu, savukārt 20% nebūtu gatavi sniegt pirmo palīdzību, jo trūkst zināšanas.

Secinājumi. Kopumā pēc aptaujā iegūtajiem datiem jāsecina, ka tikai daļa no aptaujātajiem Balvu novada iedzīvotājiem ir informēti par pirmās palīdzības sniegšanu, ir pārliecināti par savām zināšanām, spēj novērtēt situāciju un zina rīcību, kā sniegt palīdzību, kā arī būtu gatavi sniegt pirmo palīdzību. Taču 54% respondentu nav pilnībā pārliecināti par savām zināšanām un gatavību sniegt palīdzību, 21% nav gatavi sniegt pirmo palīdzību, jo viņi nav informēti par rīcībām dažādās situācijās. Izvērtējot rezultātus, izriet, ka ir jānodrošina atbilstošas pirmās palīdzības sniegšanas apmācības programmas pēc iespējas lielākam cilvēku skaitam, piemēram, ieviešot kursu skolās, lai stiprinātu pirmsslimnīcas aprūpes sistēmu.

TRAUKSME VECMĀTĒM COVID-19 APSTĀKĻOS

Margarita Žuka, Laila Laganovska

Latvijas Universitātes Rīgas 1. medicīnas koledža, Rīga, Latvija

Ievads. 2020. gadā Īrijā tika veikts pētījums par trauksmes izplatību starp 600 medicīnas aprūpes darbiniekiem dzemdību namos, kur 36% respondentu bija vecmātes. 20,3% medicīnas darbinieku atzīmēja mērenu vai smagu psiholoģisku traucējumu līmeni un 21% – mērenu vai smagu trauksmes līmeni. Medicīnas aprūpes darbinieki dzemdību namos rūpējas par pacientiem un arī paši nav aizsargāti no psiholoģiskām problēmām, tostarp paaugstināta stresa un trauksmes (Corbett et al., 2020), tai skaitā Latvijā.

Mērķis. Pētījuma mērķis bija noskaidrot reaktīvo un personīgo trauksmes līmeni vecmātēm Covid-19 apstākļos vienā no Latvijas ārstniecības iestādēm, kas sniedz veselības aprūpi sievietēm.

Materiāli un metodes. Pētījumā tika izmantota kvantitatīvā pētījuma metode – anketēšana. Aptaujā, kuru izstrādāja pētījuma autore, piedalījās 57 vecmātes. Pētījums tika veikts laika posmā no 2021. gada 18. oktobra līdz 2022. gada 25. maijam vienā no Latvijas ārstniecības iestādēm.

Rezultāti. 75% no vecmātēm ir vidējais reaktīvais trauksmes līmenis, 25% no vecmātēm ir augsts reaktīvais trauksmes līmenis, un nevienai vecmātei nevar attiecināt zemu reaktīvās trauksmes līmeni. Vidējais personīgais trauksmes līmenis tika atklāts 59% respondentiem, bet augsts personīgais trauksmes līmenis bija 38% respondentiem. Tikai 3% respondentam bija zems personīgais trauksmes līmenis.

Secinājumi. Pētījuma rezultāti ir līdzīgi Īrijā konstatētajiem rezultātiem, proti, tika secināts, ka Covid-19 slimība ietekmēja fizisko un garīgo veselību dzemdību speciālistiem, izraisot vidēju reaktīvās un personīgās trauksmes līmeni. Lai samazinātu trauksmes līmeni, ir ieteikts izglītēt dzemdību speciālistus par trauksmes simptomiem, to diagnosticēšanu un trauksmes mazināšanas tehnikām darba vietā un ārpus darba vides, veicināt labvēlīgu, atbalstošu darba vidi dzemdību nodaļās.