

Pētījums par alkohola un citu atkarību izraisošu vielu lietošanu grūtniecības laikā, 2023¹

VESELĪBAS VEICINĀŠANA

■ Priekšlikumi:

○ Materiālu pilnveidošana un izstrāde:

- **Izstrādāt** vizuāli pievilcīgas, uz grūtnieci un viņas ģimeni vērstas, **īsas informatīvās lapas**, ar norādēm uz mājas lapā izvietoto informāciju.
- Sagatavot un iekļaut materiālus par atbalstu grūtniecei **kaitīgu paradumu atmešanā** un ģimenes locekļu lomu tajā. Uzsvars liekams uz materiāliem, kas paredzēti ģimenei, kurā ienāks bērns.
- Attīstīt **pasīvās smēķēšanas** radītā riska **tēmu materiālos**.
- Mērķtiecīgi izstrādāt **informatīvos materiālus par smēķēšanas pārtraukšanu grūtniecības laikā**.
- **Izstrādāt informāciju** grūtniecēm un veselības aprūpes speciālistiem par jauno smēķēšanas līdzekļu – **elektronisko cigarešu un karsējamās tabakas ierīču lietošanas riskiem** grūtniecības laikā.
- **Izveidot metodisko materiālu** veselības aprūpes speciālistiem, kā runāt **par atkarības jautājumiem** ar grūtnieci un viņas ģimenes locekļiem.

■ Īstenotie pasākumi:

○ Sabiedrības informēšanas kampaņas un informatīvi materiāli:

- Sagatavots informatīvais **materiāls par alkohola lietošanas profilaksi**, tostarp grūtniecības laikā un zīdīšanas periodā, izplatīts un ievietots SPKC mājaslapā².
- **Aktualizēta pasīvās smēķēšanas sadaļa SPKC mājaslapā³**, iekļaujot informāciju par pasīvās smēķēšanas radītajiem riskiem grūtniecēm (2025.g.).
- Aktualizēts informatīvais materiāls “Zīdīšanas ABC”, kurā ietverta informācija par **alkohola lietošanu un smēķēšanu zīdīšanas periodā**, izplatīts un ievietots SPKC mājaslapā⁴ (2024.g.).
- Sagatavotas sociālo tīklu ziņas par **smēķēšanu grūtniecības laikā**, kuras ievietotas SPKC sociālo tīklu kontos (2024.g.).
- **Izstrādātas infografikas** “Elektronisko smēķēšanas ierīču lietošana grūtniecības laikā”⁵, “Grūtniecība un alkohols”, infografikas izplatītas un ievietotas SPKC mājaslapā.
- **Izstrādāta pastkarte “Puika vai meitene?”** ar mērķi informēt iedzīvotājus par to, ka grūtniecības laikā alkohola lietošana ir kaitīga gan mātes, gan bērna veselībai. Nodrošināta pastkaršu izvietošanā Rīgā, publiskās vietās (kafejnīcās, bāros, augstskolās u. c.).

■ Plānotie pasākumi:

○ Smēķēšanas atmešanas grupas:

- ESF projektu ietvaros tiks turpināts un attīstīts smēķēšanas atmešanas grupu darbs, īpašu uzmanību veltot jaunajām māmiņām, grūtniecēm un vecākiem kopumā.

○ Informatīvie materiāli:

- Sadarbībā ar SPKC tiks pārskatīti un papildināti esošie informatīvie materiāli un izstrādāti jauni par atkarību izraisošām vielām.

VESELĪBAS APRŪPE

■ Priekšlikumi:

- Aprūpes pakalpojumu pilnveidošana:
 - Izveidot integrētu pakalpojumu sociālā riska grūtniecēm **ambulatorās aprūpes pakalpojumu jomā.**
 - Izveidot pilotprojektu grūtnieču un viņu ģimeņu atbalsta grupām. Dažās pašvaldībās ir izveidoti atkarību profilakses centri, taču nav pakalpojumu, kas vērsti tieši uz grūtniecības periodu.
 - **Pilnveidot medicīnas dokumentāciju**, iekļaujot anketās jautājumu par partnera/ citu ģimenes locekļu ikdienas smēķēšanas paradumiem

■ Īstenotie pasākumi:

- Klīniskajā algoritmā “Grūtniecības risku izvērtēšana antenatālās aprūpes laikā”⁶ ir iekļauta grūtnieces Veselības pašnovērtējuma karte, kurā sociālo un dzīves veida faktoru sadaļā paredzēts norādīt, vai mājāsaimniecībā tiek lietots nikotīns.

■ Plānotie pasākumi:

- Mātes un bērna veselības uzlabošanas plāna 2025.-2027. gadam ietvaros plānoti pasākumi:
 - Izstrādāt informatīvais materiālu sociālās atstumtības riskam pakļautajiem vecākiem (t.sk. personām ar invaliditāti, garīgās attīstības traucējumiem, personām ar atkarībām)

¹ <https://www.vm.gov.lv/lv/media/12111/download?attachment>

² <https://www.spkc.gov.lv/lv/media/18630/download?attachment>

³ <https://www.spkc.gov.lv/lv/pasiva-smekesana>

⁴ <https://www.spkc.gov.lv/lv/media/20727/download?attachment>

⁵ <https://www.spkc.gov.lv/lv/media/17951/download?attachment>

⁶ <https://www.spkc.gov.lv/lv/media/21150/download?attachment>