

Pētījums par Latvijas iedzīvotāju seksuālās un reproduktīvās veselības ietekmējošiem faktoriem un paradumiem, 2023¹

VESELĪBAS VEICINĀŠANA

➤ Priekšlikumi:

- Sabiedrības informētības veicināšana:
 - **Nodrošināt uzticamu informāciju** par seksuālās un reproduktīvās veselības pakalpojumu pieejamību, kā arī palielināt prezervatīvu pieejamību, t.sk. prezervatīvu automātu skaitu.
 - **Veicināt izglītību** seksuālās un reproduktīvās veselības jautājumos visās vecuma grupās.
 - Izveidot Latvijai unificētu “vecāku skolas” programmu.
 - **Aktualizēt un pilnveidot informāciju** par grūtniecības plānošanu, gaitu un novērošanu.
- Vecmātes loma veselības veicināšanā:
 - Nodrošināt aktīvāku iesaisti **atkarību mazināšanas jomā** grūtniecēm.
 - Nodrošināt grūtniecības novērošana un izglītojošas konsultācijas, ko vada vecmāte.
 - **Ietvert sieviešu izglītošanu par kontracepciju** un citiem seksuālās un reproduktīvās veselības jautājumiem.
- Zīdīšanas veicināšana:
 - Īstenot izglītojošos pasākumus par mātes piena nozīmi bērna attīstībā un krūts zīdīšanu.
 - Aktualizēt krūts zīdīšanas nozīmi grūtniecības laikā, agrīnā un vēlīnā pēcdzemdību periodā.
 - Nodrošināt krūts zīdīšanas konsultantu pieejamību.
 - Izstrādāt vienotu krūts zīdīšanas algoritmu (vadlīnijas) ārstniecības personām

➤ Īstenotie pasākumi:

- Pilotprojekts:
 - 2025. gada jūnijā **SPKC sadarbībā ar četriem jauniešu centriem Latvijā** – Tukuma novada Multifunkcionālo jaunatnes iniciatīvu centru, Salacgrīvas jauniešu centru, Limbažu jauniešu centru un Rīgas jauniešu centru “Kaņieris” – **uzsācis pilotprojektu, nodrošinot bezmaksas prezervatīvu pieejamību jauniešiem**. Plānots, ka pilotprojekts ilgs līdz 2025. gada novembrim, un šajā laikā tiks novērtēts pakalpojuma pieprasījums, pieejamība un izvērtētas turpmākās iespējas pakalpojuma nodrošināšanai visos jauniešu centros Latvijā.
- Sabiedrības informēšanas kampaņas un informatīvie materiāli:
 - SPKC izveidots **informatīvs materiāls “Zīdīšanas ABC”²** (2024.g.).
 - Izveidota sadaļa SPKC mājaslapā “Seksuālā un reproduktīvā veselība” (2024.g.) ar **informāciju par dažādām seksuālās un reproduktīvās veselības tēmām**, sadaļa tiek regulāri popularizēta SPKC sociālo tīklu kontos.
 - Izveidots informatīvs materiāls “**Seksuālā un reproduktīvā veselība dāmām un kungiem pēc 50 gadu vecuma**”³, materiāls izplatīts un ievietots SPKC mājaslapā (2023.g.).
 - Izveidots materiāls “**Kā pareizi lietot prezervatīvu**”⁴ (2024.g.).

- Starptautiskajā zīdīšanas izpratnes veicināšanas nedēļā iedzīvotāji tiek informēti par zīdīšanas ieguvumiem mātei un bērnam caur VM, SPKC sociālo tīklu kontiem un tiek nosūtīta informācija NVPT (2022.g., 2023.g., 2024.g.).

➤ Plānotie pasākumi:

- Rīcības plāna liekā svara un aptaukošanās izplatības pieauguma mazināšanai 2025.-2029. gadam⁵ ietvaros plānots organizēt mācības veselības aprūpes speciālistiem par zīdīšanas veicināšanu, akcentējot vecmātes lomu darbā ar grūtniecēm primārās aprūpes līmenī.
- Mātes un bērna veselības plāna (2025. - 2027.g.)⁶ ietvaros ir plānots:
 - Īstenot pilotprojektu pirmsdzemdību un pēcdzemdību aprūpē ar mērķi ieviest vecmāšu mājvīzītes atbalsta sniegšanai sievietei grūtniecības laikā, pēcdzemdību periodā un zīdainim.
 - Izglītēt sabiedrību grūtniecības plānošanas jautājumos, kā arī stiprināt vecmātes lomu mātes un bērna veselības aprūpes jomā, iesaistot vecmātes tiešā konsultēšanas darbā primārās veselības aprūpes ietvaros.
 - Uzlabot bērnu vecāku, aizbildņu, audžuģimenes un bērnu aprūpes iestāžu personālu zināšanas jautājumos par seksuālo un reproduktīvo veselību, kā arī komunikācijas prasmes ar bērnu vai pusaudzi par seksuālo un reproduktīvo veselību.
 - Īstenot pasākumus zīdīšanas veicināšanai, veicinot ekskluzīvu zīdīšanu.
 - Izstrādāt algoritmu ārstniecības personām zīdīšanas uzsākšanai, veicināšanai un vadīšanai.
 - Ieviest vienotus antenatālās aprūpes kvalitātes indikatorus perinatālā perioda aprūpes jomā un izveidot to uzraudzības sistēmu.
- Sabiedrības informēšanas kampaņas un informatīvie materiāli:
 - SPKC plāno izstrādāt jaunus (piem., materiāls par risinājumiem neplānotas grūtniecības gadījumā) un aktualizēt esošos informatīvos materiālus dažādām sabiedrības grupām (piem., “Attiecības un veselība – mana atbildība”⁷ un “Meitenes, puisi un pubertāte”⁸)

VESELĪBAS APRŪPE

➤ Priekšlikumi:

- Veicināt veselības aprūpes sniedzēju iesaisti:
 - Palielināt dzemdes kakla, krūts vēža skrīninga aptveri.
 - Plašāk iesaistīt ģimenes ārstus un vecmātes ģimenes plānošanas nodrošināšanā.
 - Nodrošināt vienlīdzīgu reproduktīvās veselības pakalpojumu pieejamību.
 - Veicināt tiesībsargājošo iestāžu pieejamību vardarbības gadījumā.
 - Aktualizēt un novērst šķēršļus PVO rekomendētās mātes saslimstības un mirstības analīzes metodoloģijas uzturēšanai mātes mirstības samazināšanai.

➤ Īstenotie pasākumi:

- Latvijas skolās nodrošināta **pieejamība bezmaksas higiēniskajām paketēm**, atbilstoši katras izglītības iestādes budžeta iespējām, novēršot nevienlīdzību un nodrošināt, ka meitenes izglītības iestādēs var risināt ar menstruālo higiēnu saistītas vajadzības.

- Sadarbībā ar SPKC un Latvijas ginekologu un dzemdību speciālistu asociācijas pārstāvjiem ir **izveidota pilotaptauja slimnīcās** par dzemdību pieredzes noskaidrošanu atbilstoši PVO kritērijiem
- Ir veikti grozījumi normatīvajos aktos⁹, paredzot **tiesības vecmātei izrakstīt parasto recepti**, kā arī kompetences ietvaros - īpašo elektronisko recepti kontracepcijas līdzekļu iegādei, lai vecmāte varētu nodrošināt ar fizioloģisku grūtniecību, dzemdībām un pēcdzemdību perioda norisēm saistītu veselības stāvokļu optimālu uzturēšanu, nevēlamu blakņu novēršanu (anēmija, grūtnieču hipertensija, asimptomātiska bakteriūrija, u.c.), kā arī ģimenes plānošanu.
- Sievietēm ar sociālās atstumtības risku ir pieejama **valsts apmaksāta kontracepcija**. Pakalpojums ir ieviests no 2024. gada 1. janvāra un tiek nodrošināts sievietēm līdz 19 gadu vecumam, kuras ir dzemdējušas, sievietēm, kuras slimo ar psihiskās attīstības traucējumiem; sievietēm, kuras slimo ar alkohola un narkotisko vielu atkarībām; sievietēm, kuras ir ieslodzītas vai atbrīvotas no ieslodzījuma vietas.
- Onkoloģijas skrīnings:
 - Ar 2023.gada oktobri SPKC noteikta jauna funkcija – **vēža skrīninga programmu vadība**.
 - Lai uzlabotu vakcinācijas aptveri, 2025.gada 15.jūlijā, apstiprināja grozījumus vakcinācijas noteikumos¹⁰, paplašinot iespējas saņemt **valsts apmaksātas vakcīnas pret CPV** jauniešiem līdz 25 gadu vecumam.
 - Darbojas ģimenes ārstu **motivācijas programma, kuras mērķis ir atklāt vēzi 1. un 2.stadijā**. Programma izveidota, lai veicinātu lielāku ģimenes ārstu iesaisti organizēta vēža skrīninga koordinācijā un uzraudzībā, lai uzlabotu ļaundabīgo audzēju recidīvu agrīnu diagnostiku un ārstēšanu. Palielināts maksājuma apmērs no 75 euro uz 250 euro.
 - Apstiprināts «**Dzemes kakla vēža skrīninga** pacienta klīniskais ceļš» un **klīniskā ceļa algoritms**, kas izstrādāts, balstoties uz Latvijas Ginekologu un dzemdību speciālistu asociācijas izstrādātām klīniskajām vadlīnijām “Dzemes kakla priekšvēža slimību profilakse, diagnostika, ārstēšana un novērošana” un Eiropas dzemes kakla vēža skrīninga kvalitātes vadlīnijām.
 - No 2024.gada 1.janvāra pacientiem, kuriem onkoloģiskas saslimšanas ārstēšanās procesā nepieciešama ķīmijterapija, kas var būtiski ietekmēt auglību, saņemot ārstu konsilija lēmumu, ir iespēja **veikt valsts apmaksātu dzimumšūnu** (olšūnu vai spermatozoīdu) **paņemšanu, sasaldēšanu un uzglabāšanu uz laiku līdz 10 gadiem**, bet ne ilgāk par valsts noteikto apmaksātās medicīniskās apaugļošanas veikšanas vecuma sliekšnim jeb 40 gadiem (ieskaitot).
 - SPKC regulāri **veic komunikāciju sociālajos tīklos** (Facebook, Instagram, X.com) - vidēji 2 reizes nedēļā tiek ievietotas ziņas sabiedrības uzrunāšanai kādai no mērķauditorijām par kādu no **vēža skrīningiem** (vidēji 8 ziņas mēnesī) par dažādām tēmām: ārstu citāti iedzīvotāju motivēšanai veikt skrīningu, jautājumu-atbilžu sērijas par dažādiem skrīninga jautājumiem (uzaicinājuma vēstuļu saņemšana, rīcība pēc uzaicinājuma saņemšanas u.c.), skaidrojoša informācija par skrīningiem, u.c.
 - 2023.gada 14.decembrī apstiprināti grozījumi Ministru kabineta 2014. gada 11. marta noteikumos Nr. 134 "Noteikumi par vienoto veselības nozares elektronisko informācijas sistēmu"¹¹, kas nosaka, ka no 2024.gada 1.janvāra ārstniecības iestādes vienotās veselības nozares elektroniskajā **informācijas sistēmā sniedz datus par onkoloģiskajiem pacientiem** saskaņā ar Noteikumu 23. pielikumu “Vēža pacienta karte”.
 - Īstenots **pilotprojekts**, kura ietvaros tiek veiktas **ģenētiskās testēšanas analīzes Oncotype DX** augsta riska krūts vēža I, II stadijas HR+, HER2- pacientēm,

nodrošinot ES standartiem atbilstošu risinājumu kompleksu personalizētai krūts vēža pacientu ārstēšanai Latvijā.

➤ Plānotie pasākumi:

- „Veselības aprūpes pakalpojumu onkoloģijas jomā uzlabošanas plāns 2025. – 2027. gadam”¹² ietvaros plānots īstenot šādus pasākumus, kas ir saistīti ar seksuālo un reproduktīvo veselību:
 - Plānota vēža skrīninga pārvaldībā un realizācijā iesaistītā **personāla apmācība un kompetenču pilnveide**.
 - Mērķtiecīgus sabiedrības informēšanas pasākumus (kampanja) **par alkohola lietošanas saistību ar dažādu vēža attīstības risku**, īpaši sievietēm par alkohola lietošanas saistību ar paaugstinātu krūts vēža attīstības risku;
 - **Sabiedrības informēšanas, izglītošanas un profilakses pasākumus**, ņemot vērā dzimumu atšķirības, onkoloģisko slimību riska faktoru izplatības un ietekmes uz veselību mazināšanai (sauļošanās, krūšu pašpārbaude u.c.);
 - Katru gadu veikt sabiedrības informēšanas un izglītošanas pasākumus **par vakcināciju pret CPV infekciju**;
 - **Paplašināt vakcināciju pret CPV infekciju no 18 līdz 25 (ieskaitot) gadiem** sievietēm un vīriešiem, kuri iepriekš nav vakcināti;
 - Vakcināciju pret **CPV infekciju nodrošināt no valsts budžeta līdzekļiem arī riska grupas pacientiem** (imūnsupresētie pacienti (t.sk. HIV pacienti līdz 55 gadu vecumam), sievietēm pēc dzemdes kakla priekšvēža slimību ķirurģiskas ārstēšanas);
 - Izstrādāt krūts vēža skrīninga un prostatas vēža skrīninga klīnisko ceļu atbilstoši EK rekomendācijām;
 - Izvērtēt iespējas **paplašināt pakalpojumu sniedzēju skaitu**, kas nodrošina skrīninga 2. etapa izmeklējumus visām vēža skrīninga programmām;
 - Veikt RSU un PSKUS īstenotā “Pacientu ziņotie iznākuma rādītāji krūts vēža pacientēm” **pilotpētījuma analīzi** un labās prakses integrēšanas novērtēšanu un ieviešanas plāna sagatavošanu onkoloģiskajā aprūpē nacionālā līmenī;
 - **Paplašināt auglības saglabāšanas pasākumu pieejamību** personām, kas slimo ar onkoloģisku slimību, tādējādi pacientiem, kuriem plānota staru terapija, radikāla ķirurģija, saglabājot iespēju radīt pēcnācējus
 - **Ieviest jaunu molekulāri ģenētisko testu OncotypeDX** personalizētai krūts vēža pacientu ārstēšanas nodrošināšanai Latvijā.
- Vardarbības pret sievieti un vardarbības ģimenē novēršanas un apkarošanas plānā 2024. - 2029. gadam¹³ ir plānots, pilnveidot sociālās rehabilitācijas pakalpojumu un atbalsta pasākumus vardarbībā cietušām personām un viņu tuviniekiem, **ieviest jaunas terapijas metodes bērniem, kuri cietuši no vardarbības**, izstrādāt priekšlikumus esošo pakalpojumu pilnveidei, kā arī jaunu pakalpojumu izveidei, piemēram, atbalsta centru no seksuālās vardarbības cietušām personām.
- Mātes un bērna veselības uzlabošanas plāna 2025. - 2027. gadam¹⁴ ietvaros plānoti pasākumi, kas vērsti uz sabiedrības izglītošanu seksuālās un reproduktīvās veselības jautājumos, kontracepcijas pakalpojuma nodrošināšanā, grūtniecības plānošanā. Vienlaikus paredzēts arī paplašināt mērķa grupu valsts apmaksātas kontracepcijas pakalpojumu pieejamības uzlabošanai sociālās atstumtības riska sievietēm un jauniešiem.
 - Plānots arī **stiprināt vecmātes lomu mātes un bērna veselības aprūpes jomā**, iesaistot vecmātes tiešā konsultēšanas darbā primārās veselības aprūpes ietvaros ar mērķi veicināt sabiedrības izpratni, prasmes un zināšanas seksuālās un reproduktīvās veselības jautājumos.

- Veselības ministrija plāno izstrādāt Ministru kabineta noteikumus, kas noteiks kārtību, kādā organizē, atbilstoši Ārstniecības likumā iekļautajam deleģējumam, visu vai atsevišķu noteiktu **nāves cēloņu konfidenciālo analīzi**, lai nodrošinātu sistēmisku multidisciplināru visu vai atsevišķu noteiktu nāves gadījumu anonīmu izmeklēšanu, kas identificē cēloņus un ar tiem saistītos novēršamus un labojamus faktorus. Noteikumi attieksies arī uz mātes nāves gadījumu analīzes veikšanu.

PĒTNIECĪBA

➤ Priekšlikumi:

- Veikt padziļinātus kvalitatīvus pētījumus par faktoriem, kas Latvijā ietekmē **apmierinātību ar seksuālo dzīvi**.
- Nepieciešams papildus esošajiem rādītājiem “absolūtais skaits” un “% no kopējā aborta skaita noteiktā vecuma grupā”, veselības statistikas datu bāzē iekļaut **“abortu skaitu uz 1000 reproduktīvā vecuma sievietēm”**.
- Veikt kvalitatīvu pētījumu par apstākļiem Latvijā, kuri ietekmē **sievietes izvēli starp medikamentozu un ķirurģisku abortu**.

➤ Īstenotie pasākumi:

- Abortu rādītājs uz 1000 reproduktīvā vecuma sievietēm ir publiski pieejams SPKC uzturētajā Veselības statistikas datubāzē (tas bija pieejams arī pētījuma veikšanas brīdī)¹⁵.
- SPKC uzturētajā Veselības statistikas datubāzē pieejami dažādi šo jomu raksturojoši rādītāji, atsevišķi rādītāji attēloti arī interaktīvajos datu paneļos.
- Latvijas iedzīvotāju veselību ietekmējošo paradumu pētījuma (tiek veikts reizi 2 gados)¹⁶ 2024. gadā *onkoskrīninga* jautājumu blokā (krūts vēža skrīnings, dzemdes kakla vēža skrīnings, zarnu vēža skrīnings) iekļauti 4 jautājumi par prostatas vēža skrīningu, tādējādi pilnīgojot pieejamo datu kopumu par valsts apmaksātajiem vēža skrīningiem. Līdztekus pētījuma datu gala apkopojumam tiks sagatavota arī tematiskā faktu lapa par onkoskrīningiem.

➤ Plānotie pasākumi:

- Sagatavot Latvijas iedzīvotāju veselību ietekmējošo paradumu pētījuma 2024. gada aptaujas datu apkopojumu (tiks publicēts 2025. gada otrajā pusē). Turpināt Latvijas iedzīvotāju veselību ietekmējošo paradumu pētījumu (regularitāte atkarīga no pieejamā finansējuma).
- Veikt Latvijas skolēnu veselības paradumu pētījuma 2025./2026.m.g. aptauju (tiek iegūti dati par 15-gadīgo pusaudžu seksuālo uzvedību)¹⁷, turpināt pētījuma veikšanu (līdzšinējā regularitāte – reizi četros gados, turpmākā regularitāte atkarīga no pieejamā finansējuma).
- SPKC turpinās pilnveidot Veselības statistikas datubāzē pieejamo informāciju par iedzīvotāju veselību, mātes un bērna veselību, veselības aprūpi, mirstību, iedzīvotāju veselību ietekmējošiem paradumiem, veselības aprūpes iznākumu un pacientu drošību, veikt rādītāju pārrēķinu atbilstoši administratīvi teritoriālajai reformai. Tāpat plānots paplašināt interaktīvi attēlojamo datu klāstu.

¹ <https://esparveselibu.lv/sites/default/files/2023-11/P%C4%93t%C4%ABjuma%20gala%20zi%C5%86ojums.pdf>

² https://www.spkc.gov.lv/sites/spkc/files/data_content/zidisanas_abc_2017_web1.pdf

³ <https://www.spkc.gov.lv/lv/media/18612/download?attachment>

-
- ⁴ <https://www.spkc.gov.lv/lv/media/22197/download?attachment>
- ⁵ https://tapportals.mk.gov.lv/legal_acts/048cc516-e3be-4f97-b10e-9c63b0f666f8
- ⁶ https://tapportals.mk.gov.lv/legal_acts/5015c19e-92fb-444b-a892-ad4a138b80cf
- ⁷ https://www.spkc.gov.lv/sites/spkc/files/data_content/buklets_attiecibas_veseliba1.pdf
- ⁸ https://www.spkc.gov.lv/sites/spkc/files/data_content/buklets_meitenes_puisi1.pdf
- ⁹ Ministru kabineta 2024. gada 17. decembra noteikumi Nr. 873 “Grozījumi Ministru kabineta 2005. gada 8. marta noteikumos Nr. 175 “Recepšu veidlapu izgatavošanas un uzglabāšanas, kā arī recepšu izrakstīšanas un uzglabāšanas noteikumi””
- ¹⁰ <https://likumi.lv/ta/id/361959-grozijumi-ministru-kabineta-2000-gada-26-septembra-noteikumos-nr-330-vakcinacijas-noteikumi->
- ¹¹ <https://likumi.lv/ta/id/264943-noteikumi-par-vienoto-veselibas-nozares-elektronisko-informacijas-sistemu>
- ¹² https://tapportals.mk.gov.lv/legal_acts/a817a9ec-687d-46f2-bdc2-5d118536b166
- ¹³ <https://likumi.lv/ta/id/357535-vardarbibas-pret-sievieti-un-vardarbibas-gimene-noversanas-un-apkarosanas-plans-20242029-gadam>
- ¹⁴ https://tapportals.mk.gov.lv/public_participation/667e3d9c-86eb-4676-8116-f40747614abf
- ¹⁵ <https://statistika.spkc.gov.lv/pxweb/lv/Health/>
- ¹⁶ <https://www.spkc.gov.lv/lv/media/18708/download?attachment>
- ¹⁷ <https://www.spkc.gov.lv/lv/media/21564/download?attachment>