

Mediķi: profilaktiskās pārbaudes izmanto pārāk maz



IEDZĪVOTĀJI NO 18 GADU VECUMA, kuri trīs gadu laikā nav vērsušies pie sava ģimenes ārsta, profilaktisko apskati pie ārsta, ja viņš ir līgumattiecībā ar Nacionālo veselības dienestu, var saņemt bez maksas.

Iespēja, ko izmantot savai veselībai

Sena gudrība vēsta, ka labāk un lētāk ir uzturēt lietas kārtībā, nekā tās labot. Līdzīgi ir ar veselību, un mediķi regulāri atgādina, cik liela nozīme ir profilaktiskajām pārbaudēm. Turklāt daļa pārbaudu ir bez maksas, ko var saņemt pie sava ģimenes ārsta vai ar viņa ieteikumu.

SANDRA PUMPURE

Aicina nekavēties

Nacionālā veselības dienesta apkopotā informācija liecina, ka pēdējo trīs gadu laikā pie sava ārsta nav vērsušies vairāk kā 320 tūkstoši iedzīvotāju visā Latvijā. Iemesls tam ir dažāds — nav būtisku veselības problēmu, aizņemta, mediķis nav tuvumā. Lai mudinātu cilvēkus pārbaudīt savu veselību, iedzīvotāji no 18 gadu vecuma, kuri trīs gadu laikā nav vērsušies pie sava ģimenes ārsta, profilaktisko apskati pie ārsta, ja viņš ir līgumattiecībā ar Nacionālo veselības dienestu, var saņemt bez maksas. Bērniem profilaktiskās apskates paredzētas atbilstoši to grafikam. Lai līdz gada beigām ģimenes ārsta prakses varētu organizēt savu darbu un individuāli uzrunāt pacientus ierasties uz apskati, tām paredzēti papildu līdzekļi. Tos var izmantot atbilstoši konkrētās prakses vajadzībām.

Nacionālais veselības dienests skaidro, ka iedzīvotājiem, kuri ilgstoši nav bijuši pie sava ģimenes ārsta,

nav nepieciešamības sagaidīt zvanu ar uzaicinājumu. Viņi arī paši var sazināties ar praksi, lai pierakstītos uz apskati. Nacionālais veselības dienests arī apkopojis un nosūtījis ārstiem sarakstus ar viņu praksēs reģistrētajiem pacientiem, kurus nepieciešams uzrunāt. Vīzītes laikā ģimenes ārsts izvērtēs pacienta vispārējo veselību, nepieciešamības gadījumā veiks asinsspiediena un pulsa noteikšanu, sirdsdarbības un plaušu izklausišanu, kā arī citas pārbaudes. Pēc apskates ārsts var ieteikt papildu izmeklējumus, kāda speciālista konsultāciju vai rekomendācijas.

Sadarbībā ar ārstiem

Kā norāda Nacionālais veselības dienests, iedzīvotājiem bez maksas ir iespēja pārbaudīt, vai nav konkrētas saslimšanas. Pacientam 40, 45, 50, 55, 60 un 65 gadu vecumā pie ģimenes ārsta vienu reizi iespējama sirds un asinsvadu slimību noteikšana ar "SCORE" metodi. Pirms tam veic veselības izvērtēšanu. Programma izstrādāta, sadarbojoties ar kardiologiem un ģimenes ārstiem, ņemot vērā sabiedrības veselības rādītājus. Sirds un asinsvadu slimības ir galvenais nāves cēlonis Latvijā, tāpēc īpaša loma ir jāvelta šo slimību profilaksei.

Ģimenes ārsti iesaistīti arī vēža savlaicīgas atklāšanas programmā. Uz klausot sūdzības un izvērtējot simptomus, ārsts var no-

zīmēt tālāku izmeklēšanu, nepieciešamības gadījumā pacientu ievirzot "zaļajā koridorā". Sievietes var interesēties par iespējām veikt valsts apmaksātu profilaktisko krūtšu vai dzemdes kakla pārbaudi, kuru veikšanai Nacionālais veselības dienests nosūta uzaicinājuma vēstuli. Ikviens pacients vecumā no 50 līdz 74 gadiem reizi divos gados var veikt testu zarnu vēža noteikšanai, lai noskaidrotu, vai nav pamata saslimšanai. Savukārt vīriešiem vecumā no 50 līdz 75 gadiem ģimenes ārsta praksē jāinteresējas par iespēju veikt prostatas vēža profilaktisko izmeklēšanu.

Cukura diabēta profilaktiskā pārbaude iespējama 40 gadu vecumā un reizi trijos gados pēc 45 gadiem. Ja apskates laikā ģimenes ārsts konstatē, ka pacientam ir palielināta ķermeņa masa un vēl ir vismaz viens no riska faktoriem vai iepriekšējā glikozes noteikšanas laikā bija konstatēta robežhiperglikēmija, tad cukura līmeņa noteikšana venozā asinū plazmā tukšā dūšā jāveic katru gadu.

Visstraujākais saslimstības pieaugums ar cukura diabētu ir cilvēkiem vecumā pēc 40 gadiem. 80% gadījumos 2. tipa cukura diabētu var novērst, ievērojot veselīgu dzīvesveidu. Pēc Nacionālā veselības dienesta datiem, Latvijā reģistrēti vairāk nekā 90 000 cukura diabēta pacientu. 65% gadījumos to diagnosticē, kad jau attīstījās slimības vēlnās komplikācijas. ♦

JAUTĀJUMS

— Vai pacienti jānudina profilaktiski pārbaudīt savu veselību?

ANITA MAULINA,

ģimenes ārste Pļaviņās

— Dažādi. Ir, kuri jānudina, un ir tādi, kuri to dara regulāri. Pacientiem vienmēr atgādinām par valsts apmaksātajām pārbaudēm un iesakām tās veikt. Darām to regulāri, un lielu problēmu nav. Ja cilvēks jūtas labi, viņš arī nenāk pie ārsta vai dara to reti. Ja atgādina, ka nepieciešams veikt kādu profilaktisko pārbaudi, lielākoties jau to izdara. Daļa ir ārzemēs, kur, iespējams, izmanto nepieciešamos veselības aprūpes pakalpojumus. Bērns līdz 18 gadu vecumam gan regulāri pārbaudām, kā paredzēts.



OLGA TOMAŠEVSKA,

ģimenes ārste Aizkrauklē

— Diezgan kūtri, ko, iespējams, ietekmēja arī aizvadītais pandēmijas laiks. Pārbaudes, ko aicina veikt Nacionālais veselības dienests, dažiem nav veiktas trīs gadus. Visiem, kuri nāk uz pieņemšanu, pārbaudām, vai tas izdarīts. Ja nav, izdrukājam uzaicinājumu un aicinām tomēr veikt pārbaudi. Tam šobrīd pievēršam lielāku uzmanību, bet atgādinām arī par citām iespējām pārbaudīt veselību. Tā ka vajag izmantot iespēju, ko valsts nodrošina, turklāt bez maksas.



Tas gan novērojams — ja nav vajadzības, cilvēki uz praksi nenāk, un dažs pie ārsta nav bijis pat piecus gadus. Tas tomēr ir pārāk ilgs laiks. Lai uzrunātu tos, kuri nav ilgstoši bijuši pie ārsta, praksēm no valsts paredzēta piemaksa, bet esam ierobežoti laikā un iespējās. Ja šis atbalsts būtu ātrāk, varētu to izmantot pilnīgāk, bet tagad ir jau rudens un vīrusu laiks, kad cilvēki vairāk slimo, un palīgi jau tā ir ļoti noslogoti ar ikdienas darbiem. Tomēr cenšamies pacientiem atgādināt, ka vajag pārbaudīt veselību. Ja atnāk kāds no ģimenes, uzrunājam viņu, ka tuviniekam vajadzētu veikt veselības pārbaudi, arī tiem, kuri atbraukuši kaut uz neilgu laiku no ārzemēm. Tādu pacientu, kuri nav bijuši ilgstošāk, man ir apmēram 200, bet visus iztaujāj darba laikā fiziski nav iespējams.

Profilaktiskās pārbaudes noteikti ir laba iespēja, un tajās nereti konstatē arī kādu saslimšanu. Labāk, ja to atklāj ātrāk, nekā novēloti, kad palīdzēt ir grūtāk.

AIJA SKUDRA,

ģimenes ārste Skrīveros

— Nacionālā veselības dienesta atsūtītajos sarakstos tādu, kuri vismaz trīs gadus nav apmeklējuši ģimenes ārstu, manā praksē ir ap 200 cilvēku. Atsaucība no tiem, kurus uzrunājam, gan ir ļoti maza. Lielākoties atbilde ir, ka neko nevajag. Ļoti daudz no šiem cilvēkiem ir arī ārzemēs. Ne paši, ne mēs nevaram viņus izslēgt no sava reģistra, bet ir tādi, kuri Latvijā nav bijuši pat 20 gadu. Daļa gan ik pa laikam atbrauc un izmanto veselības pakalpojumus, kas te uz vietas ir izdevīgāk.

Ir, protams, pacienti, kuri nāk regulāri un ir priecīgi, ja viņiem piedāvā iespēju pārbaudīt, vai nav kāda saslimšana, bet ne visi. Vismazāk veic zarnu vēža, sirds un asinsvadu izmeklējumus. Visi tik un tā jāuzrunā un jāaicina to darīt, bet arī ar to rezultāts nav labāks.

Ja praksē būtu vēl viens palīgs, viņš varētu ar to vien nodarboties, bet ar esošajiem resursiem ir tik, cik ir, jo vienkārši nav laika. Savukārt papildu palīgs ir papildu telpas un izmaksas, kas jau tā ir lielas katrā pozīcijā. Papildu līdzekļi ir labi, bet neko daudz neatrisina, jo pietrūkst kapacitātes. Ir ikdienas darbi, vakcinācijas, arī pret sezonālo gripu, un katram jāpiezvana, lai atgādinātu atnākt. Tomēr kopumā profilaktiskās pārbaudes ir laba lieta pacientiem, ja tikai viņi to izmanto.



MAF
Mediju atbalsta fonds

Projektu finansē Mediju atbalsta fonds no Latvijas valsts budžeta līdzekļiem. Par materiāla saturu atbild laikraksts "Staburags".