



VESELĪBAS VEICINĀŠANAS PROGRAMMA JELGAVAS VALSTSPILSĒTAI 2025.-2034. GADAM



JELGAVA, 2025

SATURS

SAĪSINĀJUMI.....	3
-------------------------	----------

IEVADS	4
---------------------	----------

1. VESELĪBAS VEICINĀŠANAS PROGRAMMAS 2022 ĪSTENOŠANAS EFEKTIVITĀTE.....	6
------------------------------------------------------------------------------------	----------

1.1. Sasniegtais	6
-------------------------------	----------

1.2. Secinājumi	8
------------------------------	----------

1.2.1 Rīcības virziens 1 - Iedzīvotāju iesaiste regulārās un pietiekamās fiziskās aktivitātēs	8
--------------------------------------------------------------------------------------------------------	---

1.2.2 Rīcības virziens 2 – Veselīga un pilnvērtīga uztura lietošanas veicināšana	8
-------------------------------------------------------------------------------------------	---

1.2.3. Rīcības virziens 3 – Atkarību profilakse.....	9
------------------------------------------------------	---

1.2.4. Rīcības virziens 4 – Garīgās veselības veicināšana.....	9
----------------------------------------------------------------	---

1.2.5. Rīcības virziens 5 – Slimību profilakse.....	10
-----------------------------------------------------	----

1.2.6. Rīcības virziens 6 – Drošas un veselību veicinošas vides attīstība pilsētā.....	11
-------------------------------------------------------------------------------------------	----

1.2.7. Rīcības virziens 7 – Komunikācijas un starpnozaru sadarbības attīstība	11
----------------------------------------------------------------------------------------	----

2. SITUĀCIJAS ANALĪZE	12
------------------------------------	-----------

2.1. Iedzīvotāju raksturojums	12
--------------------------------------------	-----------

2.2. Iedzīvotāju veselību raksturojošie rādītāji	13
---------------------------------------------------------------	-----------

2.3. Vide.....	14
-----------------------	-----------

2.4. Veselības aprūpe	16
------------------------------------	-----------

2.5. Fiziskās aktivitātes	18
----------------------------------------	-----------

2.6. Uzturs	20
--------------------------	-----------

2.7. Atkarību profilakse	21
---------------------------------------	-----------

2.8. Psihiskā veselība	23
-------------------------------------	-----------

2.9. Infekciju slimības un profilakse	25
----------------------------------------------------	-----------

2.10. Zobu un mutes dobuma higiēna	28
-------------------------------------------------	-----------

2.11. Neinfekciju slimības un profilakse	30
-------------------------------------------------------	-----------

3. SVID ANALĪZE	32
------------------------------	-----------

4. STRATĒGISKĀ DAĻA.....	33
---------------------------------	-----------

Rezultatīvie rādītāji Programmas 2034 efektivitātes uzraudzībai ...	34
----------------------------------------------------------------------------	-----------

5. RĪCĪBAS PLĀNS.....	37
------------------------------	-----------

6. PROGRAMMAS 2034 ĪSTENOŠANAS UZRAUDZĪBA.....	43
-------------------------------------------------------	-----------



SAĪSINĀJUMI

AIDS	Iegūtā imūndeficīta sindroms
APD	Jelgavas valstspilsētas pašvaldības iestādes "Centrālā pārvalde" Attīstības un pilsētplānošanas departaments
BAC	Brigāžu atbalsta centrs
CPV	Cilvēka papilomas vīrusa infekcija
CSP	Centrālā statistikas pārvalde
DNS	Dezoksiribonukleīnskābe, ķīmiska viela, kas satur ģenētisko informāciju organismā
EDUS	Elektroniskās deklarēšanās sistēma
ES	Eiropas Savienība
ESF	Eiropas Sociālais fonds
g.v.	Gadus vecs
HIV	Cilvēka imūndeficīta vīruss
JSLP	Jelgavas sociālo lietu pārvalde
JVPI	Jelgavas valstspilsētas pašvaldības iestāde
ĶMI	Ķermeņa masas indekss
Latvija2030	"Latvijas ilgtspējīgas attīstības stratēģija līdz 2030. gadam"
LBTU	Latvijas Biozinātņu un tehnoloģiju universitāte
MDMA	"ekstāzi" – sintētiska narkotika
mēn.v.	Mēnešus vecs
MPR	Vakcīna pret masalām, masaliņām un epidēmisko parotītu
NAP2027	"Nacionālais attīstības plāns 2021.-2027. gadam".
NMPD	Neatliekamās medicīniskās palīdzības dienests
NVD	Nacionālais veselības dienests
NVO	Nevalstiska organizācija
PCV	Vakcīna pret pneimokoku infekciju
PII	Pirmsskolas izglītības iestāde
Programma 2022	Veselības veicināšanas programma Jelgavas pilsētai 2016.-2022. gadam
Programma 2034	Veselības veicināšanas programma Jelgavas valstspilsētai 2025.-2034. gadam
PVD	Pārtikas un veterinārais dienests
PVO	Pasaules Veselības Organizācija
RV	Rīcības virziens
SAS	Sirds un asinsvadu slimības
SIA	Sabiedrība ar ierobežotu atbildību
SPKC	Slimību profilakses un kontroles centrs
SSK-10	Aktuālā starptautiskā statistiskā slimību un veselības problēmu klasifikācija, 10. redakcija
STI	Seksuāli transmisīva infekcija
STS	Seksuāli transmisīva slimība
VIS	Valsts informācijas sistēmu centrs
VM	Veselības ministrija
VVN	Veselības veicināšanas nodaļa
ZVA	Zāļu valsts aģentūra



IEVADS

Veselība ir pilnīgas fiziskās, garīgās un sociālās labklājības stāvoklis, nevis tikai slimības vai nespējas neesamība. Veselīga pašvaldība saprot, ka augsta dzīves kvalitāte un produktivitāte ir iespējama, ja visiem iedzīvotājiem tiek sniegtas pieejamas veselību veicinošas pakalpojumu iespējas. Veseli iedzīvotāji ne tikai veicina pašvaldības sociālo un ekonomisko izaugsmi, bet arī spēj produktīvi strādāt, pildīt savas sociālās lomas un labāk pielāgoties izmaiņām.

Saskaņā ar "Pašvaldību likuma" 4. pantu, pašvaldībām ir pienākums gādāt par iedzīvotāju veselību, īstenojot veselīga dzīvesveida veicināšanas pasākumus un organizējot veselības aprūpes pakalpojumu pieejamību. Pašvaldības iesaiste ir būtiska, lai nodrošinātu veselības politikas efektīvu īstenošanu, jo tās ir vistuvāk iedzīvotājiem un var tieši uzrunāt tos, kuri nav domājuši par veselību un veselības veicināšanu.¹

Kopš 2013. gada Jelgavas valstspilsētas pašvaldība ir aktīvi iesaistīta Nacionālā veselīgo pašvaldību tīklā. 2016. gadā tika izstrādāta un apstiprināta Veselības veicināšanas programma 2016.–2022. gadam (turpmāk – Programma 2022), kas bija spēkā arī 2023. un 2024. gadā. Savukārt 2025. gadā tika izstrādāta Veselības veicināšanas programma 2025.–2034. gadam (turpmāk – Programma 2034). Abu programmu izstrādē ņemti vērā kritēriji un nosacījumi dalībai šajā tīklā.

Latvijas Nacionālais attīstības plāns 2021.–2027. gadam (turpmāk - NAP2027) ir galvenais Latvijas vidēja termiņa attīstības plānošanas dokuments, kas nosaka stratēģiskās prioritātes un rīcības virzienus ilgtermiņīgas attīstības veicināšanai līdz 2027. gadam, iekļaujot ilgtermiņa mērķus līdz 2030. gadam.

Viens no galvenajiem NAP2027 mērķiem ir prioritāte "Stipras ģimenes, veseli un aktīvi cilvēki", kas uzsver sabiedrības veselības, sociālās labklājības un aktīva dzīvesveida nozīmi cilvēku dzīves kvalitātes uzlabošanā. Plānā ir paredzēti pasākumi veselības aprūpes sistēmas pilnveidei, izglītības kvalitātes uzlabošanai, sociālās drošības stiprināšanai un ģimenes institūcijas atbalstīšanai. NAP2027 ir izstrādāts, lai risinātu Latvijas sabiedrības izaicinājumus, veicinātu demogrāfijas uzlabošanu, ekonomisko izaugsmi un vides aizsardzību.

Sabiedrības veselības pamatnostādnes 2021.–2027. gadam ir nozīmīgs dokuments Latvijas sabiedrības veselības politikas plānošanā. Tajā izvirzīti stratēģiskie mērķi veselības uzlabošanai un dzīves kvalitātes paaugstināšanai, samazinot nevienlīdzību veselības jomā, kā arī noteikti galvenie rīcības virzieni. So politiku īstenojot, pašvaldība var ievērojami uzlabot iedzīvotāju veselību un samazināt nevienlīdzību veselības jomā.

Galvenais stratēģiskais mērķis ir pagarināt iedzīvotāju mūža ilgumu labā veselībā, samazinot priekšlaicīgu mirstību un uzlabojot piekļuvi veselības aprūpes pakalpojumiem. Lai to panāktu, pamatnostādnes ir izvirzīti pieci rīcības virzieni:

- Veselīgs un aktīvs dzīvesveids;
- Infekciju izplatības mazināšana;
- Uz cilvēku centrēta un integrēta veselības aprūpe;
- Cilvēkresursu nodrošinājums un prasmju pilnveide;
- Veselības aprūpes ilgspēja un efektīva resursu izlietošana.

Ņemot vērā nacionāla un vietēja līmeņa plānošanas dokumentos noteiktos stratēģiskos uzstādījumus, Programmas 2022 īstenošanā sasniegtos rezultātus, dalībnieku atsauksmes un uzkrāto pieredzi veselības veicināšanas aktivitāšu īstenošanā, tiek veidots vidēja termiņa rīcības plāns Jelgavas valstspilsētas vajadzībām. Programma 2034 ir izstrādāta, lai nodrošinātu visaptverošu esošās situācijas analīzi un veicinātu efektīvu veselības politikas ieviešanu vietējā līmenī. Tādējādi tiek nodrošināta integrēta pieeja veselības aprūpei un veicināšanai, kas ir būtiska ilgtermiņīgas attīstības nodrošināšanai un nevienlīdzības samazināšanai veselības jomā.



1. attēls. NAP2027 fundamentālo pārmaiņu virzieni, stratēģiskie mērķi un prioritātes

¹ SPKC, (2023). Vadlīnijas pašvaldībām veselības veicināšanā - <https://www.spkc.gov.lv/lv/media/4456/download?attachment>



Svarīgākās metodoloģiskās pieejas, kas tika izmantotas Programmas 2034 izstrādē:

● **Dokumentu analīze** – procesā tika analizēti starptautiskie, nacionālie un vietējie plānošanas dokumenti, kas ietekmē veselības aprūpes un veicināšanas jomu, kā arī normatīvie akti, kas regulē veselības pakalpojumu pieejamību un īstenošanu;

● **Sekundāro datu analīze** – esošās situācijas analīze balstījās uz Jelgavas valstspilsētas un valsts statistikas datiem, kā arī publiski pieejamiem resursiem, lai identificētu galvenos veselības izaicinājumus un tendences;

● **Aptaujas** – programmas izstrādes procesā tika izmantoti Latvijas iedzīvotāju veselību ietekmējošo paradumu pētījuma dati par dažādiem periodiem, lai noskaidrotu sabiedrības attieksmi un vajadzības saistībā ar veselības veicināšanas aktivitātēm un pakalpojumiem;

● **Iepriekšējā pieredze un atsauksmes** – tika izmantota iepriekšējo gadu veselības veicināšanas pasākumu pieredze un dalībnieku atsauksmes, kas sniedza būtisku ieguldījumu turpmāko aktivitāšu plānošanā un uzlabošanā.

Jelgavas valstspilsētas pašvaldība aktīvi īsteno veselīgu dzīvesveidu veicinošas programmas, nodrošinot pieejamus veselības aprūpes pakalpojumus un pasākumus, kas veicina sabiedrības izpratni un dalību veselības jomā.



2. attēls. Trīs veselības veicināšanas pīlāri, PVO



1. VESELĪBAS VEICINĀŠANAS PROGRAMMAS 2022 ĪSTENOŠANAS EFEKTIVITĀTE

Programmā 2022 tika izvirzīti 7 rīcības virzieni, kas tika balstīti uz situācijas analīzē konstatētām problēmām un Latvijas sabiedrības veselības pamatnostādņēs 2014.-2020. gadam noteiktajam politiskajam virsmērķim – “palielināt Latvijas iedzīvotāju veselīgi nodzīvoto mūža gadu skaitu un novērst priekšlaicīgu nāvi, saglabājot, uzlabojot un atjaunojot veselību”.

1.1. Sasniegtais

Lai novērtētu vai Programmas 2022 īstenotās aktivitātes sasniegušas savu rezultātu, analizēti programmā noteiktie rezultātīvie rādītāji. Jāņem vērā, ka ne vienmēr pieejami dati tieši par Jelgavas iedzīvotāju paradumiem un veselības rādītājiem. Latvijas iedzīvotāju (15-64 g.v.) veselību ietekmējošo paradumu pētījums nereprezentē Jelgavas valstspilsētas datus atsevišķi, taču ir iespējams iegūt datus par Zemgales reģionu, kas jau ir pietiekami reprezentatīvs skatījums uz iedzīvotāju paradumu izmaiņām. Protams, Jelgavas valstspilsētas iedzīvotāju paradumu pētījums sniegtu lielāku ieskatu un iespēju precīzāk izvērtēt, vai Programmas 2022 aktivitātes ir bijušas efektīvas, taču, konsultējoties ar veselības pētījumu jomas profesionāļiem no Slimību profilakses un kontroles centra, secināts, ka reprezentatīva un zinātniski ticama pētījuma organizēšana nebūtu ekonomiski pamatota un efektīva, jo pētījumu organizēšana un veikšana ir dārga, taču veselības veicināšanas aktivitāšu ietekme uz paradumiem un veselības rādītājiem novērojama pēc ilgāka aktivitāšu un intervencu īstenošanas perioda.

Rīcības virzieni	Programmas 2022 rezultātīvie rādītāji	Atsauces līmenis	Sasniegtais līmenis	Izpilde	Datu avots
RV1: Iedzīvotāju iesaiste regulārās un pietiekamās fiziskās aktivitātēs	1. Pieaug iedzīvotāju īpatsvars, kuri nodarbojas ar regulāriem fiziskiem vingrinājumiem vismaz 30 minūtes 1 nedēļā un biežāk	27,1 % (2014)	30,9 % (2020)	✓	Latvijas iedzīvotāju (15-64 gadi) veselību ietekmējošo paradumu pētījums, Zemgales reģions
RV2: Veselīga un pilnvērtīga uztura lietošanas veicināšana	2. Pieaug iedzīvotāju skaits, kuri lieto uzturā svaigus dārzeņus 6-7 dienas nedēļā	36,6% (2014)	50,20% (2020)	✓	Latvijas iedzīvotāju (15-64 gadi) veselību ietekmējošo paradumu pētījums, Zemgales reģions
	3. Samazinās pieaugušo (15-64 g.v.) īpatsvars ar lieko ķermeņa masu vai aptaukošanos (KMI VIRS 25)	53,5% (2014)	63,2% (2020)	✗	
RV3: Atkarību profilakse	4. Samazinās ikdienas smēķētāju īpatsvars	39,6% (2014)	25,8% (2020)	✓	Latvijas iedzīvotāju (15-64 gadi) veselību ietekmējošo paradumu pētījums, Zemgales reģions,
	5. Samazinās to iedzīvotāju skaits, kuri pēdējā gada laikā pārmērīgi lietojuši alkoholu (vairāk nekā sešas devas vienā reizē)	45,3% (2014)	52,30% (2020)	✗	
	6. Samazinās to iedzīvotāju skaits, kuri lieto alu vienu reizi nedēļā un biežāk	25,1% (2014)	12% (2020)	✓	
RV4: Garīgās veselības veicināšana	7. Samazinās pašnāvību skaits	18,2 uz 100 000 iedz. (2014)	9,1 uz 100 000 iedz. (2021)	✓	Jelgava, SPKC
	8. Samazinās iedzīvotāju skaits, kuri pēdējā mēneša laikā izjutušas sasprindzinājumu, stresu un nomāktību biežāk nekā pārējie un uzskata, ka dzīve ir neciešama.	8,9% (2014)	8,5% (2020)	✓	Latvijas iedzīvotāju (15-64 gadi) veselību ietekmējošo paradumu pētījums
RV5: Slimību profilakse	9. Samazinās infekcijas slimību izplatība	Jauno HIV gadījumu skaits: 365 (2016)	229 (2022)	✓	Latvija, SPKC
		Hronisks C hepatīts: 74 uz 100 000 iedz. (2012)	69,5 (2022)	✓	Jelgava, SPKC



Rīcības virzieni	Programmas 2022 rezultatīvie rādītāji	Atsauces līmenis	Sasniegtais līmenis	Izpilde	Datu avots
	10. Nesamazinās vai pieaug vakcinācijas aptvere	Tuberkuloze: 96,1 Pneimokoku infekcija 2. mēn.v.: 93,3 Vējbakas, 12-15 mēn.v.: 82,3 CPV, meitenes, 12g.v.: 44,2 (2015)	88,3 87,2 82,5 47,5 (2022)	✗	Latvija, SPKC
RV6: Drošas un veselību veicinošas vides attīstība pilsētā	11. Pieaug labiekārtoto/jaunizveidoto infrastruktūras objektu skaits veselību veicinošām aktivitātēm.	Veloceliņu kopgarums 27km 4 āra trenāžieru laukumi; (2015)	Veloceliņu kopgarums 37,06 km. Pašvaldība uztur: 18 rotaļu laukumi, 7 āra trenāžieru laukumi 3 basketbola laukumi 2 pludmales volejbola laukumi Atjaunoti izglītības iestāžu sporta laukumi, Uzvaras parka rotaļu pilsētiņa. (2022)	✓	Pašvaldība
	12. Samazinās traumatisma rādītāji (reģistrēto traumu skaits)	1056,4 uz 100 000 iedz. (2013)	779,8 uz 100 000 iedz. (2021)	✓	SPKC
RV7: Komunikācijas un starpnozarju sadarbības attīstība	13. Pieaug veselības veicināšanā iesaistīto organizāciju skaits	20 (2015)	51 pašvaldības iestāde un vairāki NVO, uzņēmumi (2022)	✓	Pašvaldības dati
	14. Pieaug sadarbības rezultātā organizēto aktivitāšu skaits	130 (2015)	1341 pasākums, neskatot iestāžu individuāli organizētos (piemēram, skolu patstāvīgi ieviestas aktivitātes). (2022)	✓	

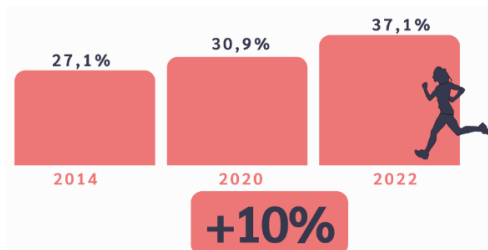


1.2. Secinājumi

Izdarot secinājumus par Programmas 2022 īstenošanu, ir jāņem vērā, ka Latvijas iedzīvotāju veselību ietekmējošo paradumu pētījuma aptaujas veikšanai tiek izmantota reprezentatīva Latvijas iedzīvotāju izlase, kas nodrošina visu svarīgāko sociāli demogrāfisko grupu pārstāvniecību, un netiek atsevišķi analizēti Jelgavas valstspilsētas dati. Tāpēc nav iespējams konstatēt VVN un JSLP ietekmi uz rezultātu. Turklāt, sākot ar 2016. gadu, pētījuma mērķa populācija tika paplašināta uz vecumu no 15 līdz 74 gadiem (pirms tam bija 15-64 gadi).

1.2.1 Rīcības virziens 1 - Iedzīvotāju iesaiste regulārās un pietiekamās fiziskās aktivitātēs

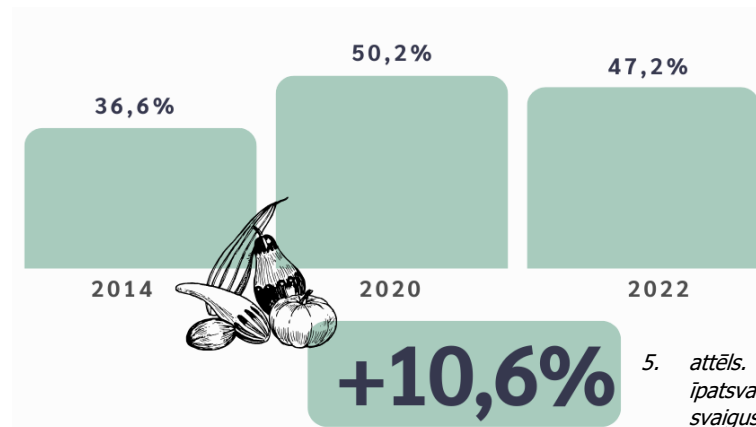
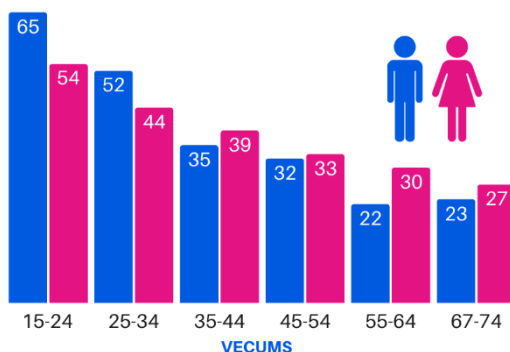
Kā efektivitātes uzraudzības rādītājs tika noteikts **respondentu īpatsvars, kuri brīvajā laikā veic vismaz 30 minūšu ilgus fiziskos vingrinājumus** (līdz vieglam elpas trūkumam vai svišanai) vismaz **2-3 reizes nedēļā un biežāk**.



3. attēls. Respondentu īpatsvars, kuri brīvajā laikā veic vismaz 30 minūšu ilgus fiziskos vingrinājumus 2-3 reizes nedēļā un biežāk (Zemgales reģions), SPKC

Gan sieviešu, gan vīriešu populācijā, pieaugot vecumam, samazinās fizisko aktivitāšu biežums.

4. attēls. Respondentu īpatsvars (%), kuri brīvajā laikā veic vismaz 30 minūšu ilgus fiziskos vingrinājumus 2-3 reizes nedēļā un biežāk, vecuma grupās un dzimumos (Latvija), 2022, SPKC

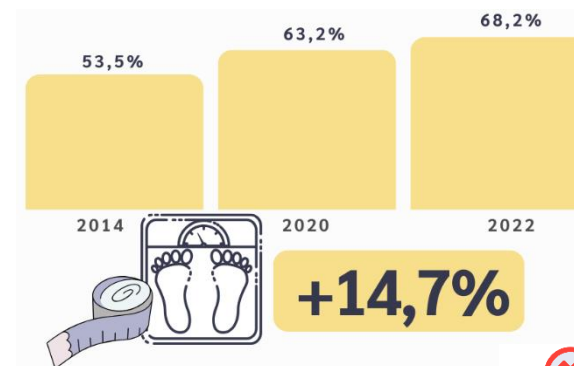


5. attēls. Respondentu īpatsvars, kuri uzturā lieto svaigus dārzeņus 6-7 dienas nedēļā (Zemgales reģions), SPKC

1.2.2 Rīcības virziens 2 – Veselīga un pilnvērtīga uztura lietošanas veicināšana

Par pirmo efektivitātes uzraudzības rādītāju noteikts to **respondentu īpatsvars, kuri uzturā lietojuši svaigus dārzeņus vismaz 6-7 dienas pagājušajā nedēļā**. Par otro – **pieaugušo** (15-64/74 g.v.) **īpatsvars, kuru ķermeņa masas indekss (KMI) norāda uz lieko svaru** (KMI 25-29,9) **vai aptaukošanos** (KMI virs 30).

Liekais svars biežāk sastopams vīriešiem – 52,25%, savukārt sieviešu vidū lielāks ir aptaukošanās īpatsvars – 32,9% (2022).

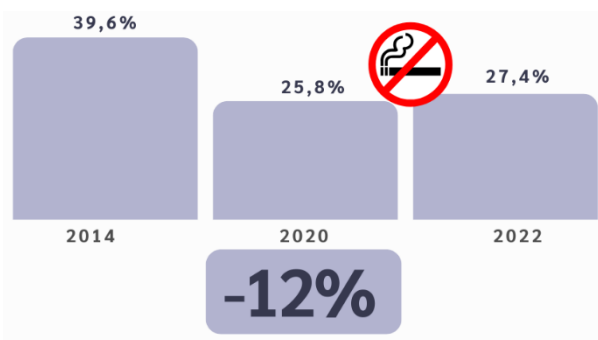


6. attēls. Respondentu īpatsvars, kuriem KMI ir virs 25 – liekais svars un aptaukošanās (Zemgales reģions), SPKC

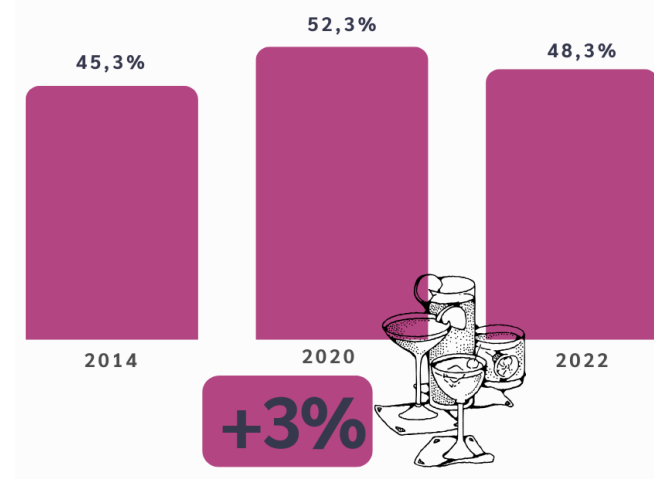


1.2.3. Rīcības virziens 3 – Atkarību profilakse

Rīcības virzienam "Atkarību profilakse" noteikti trīs efektivitātes uzraudzības rādītāji: pirmais – **respondentu īpatsvars, kuri smēķē katru dienu**; otrais – **iedzīvotāju īpatsvars, kuri pēdējā gada laikā pārmērīgi lietojuši alkoholu** (vairāk nekā sešas devas vienā reizē); trešais – **iedzīvotāju īpatsvars, kuri lieto alu vismaz reizi nedēļā vai biežāk**.



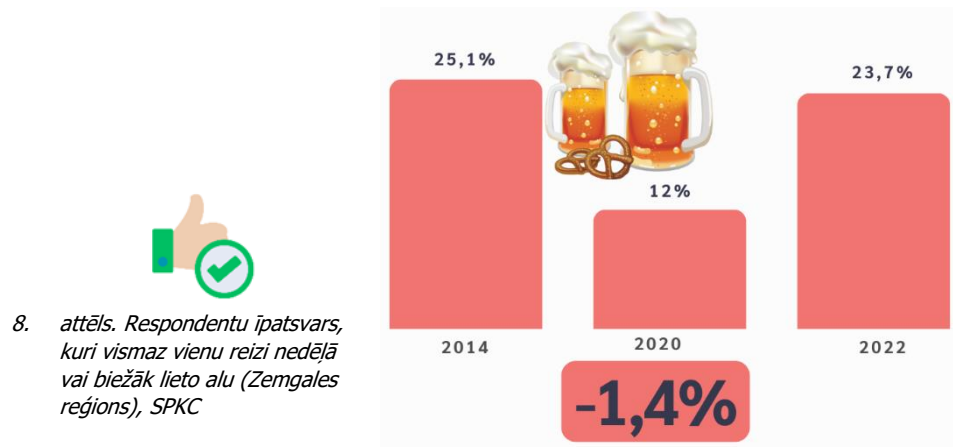
7. attēls. Respondentu īpatsvars, kuriem ikdienā smēķē (Zemgales reģions), SPKC



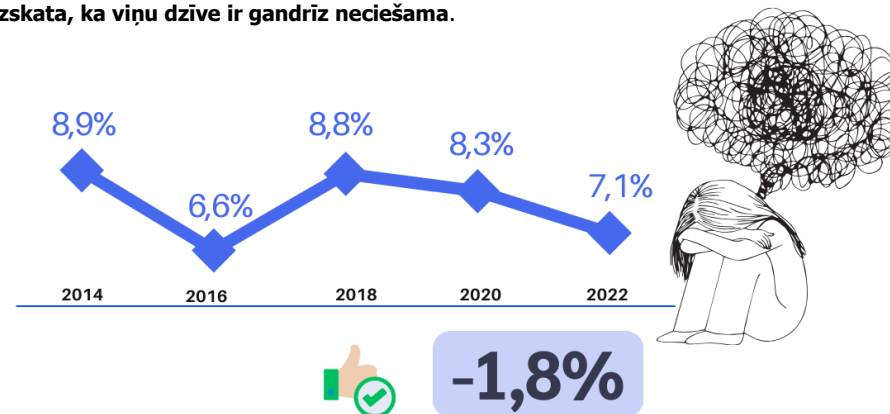
9. attēls. Respondentu īpatsvars, kuri pēdējā gada laikā pārmērīgi lietojuši alkoholu (Zemgales reģions), SPKC

1.2.4. Rīcības virziens 4 – Garīgās veselības veicināšana

Viens no uzraudzības rādītājiem bija novērtēt izmaiņas to iedzīvotāju skaitā, kuri **pēdējā mēneša laikā biežāk nekā vairums citu cilvēku izjutuši sasprindzinājumu, stresu vai nomāktību vai arī uzskata, ka viņu dzīve ir gandrīz neciešama**.



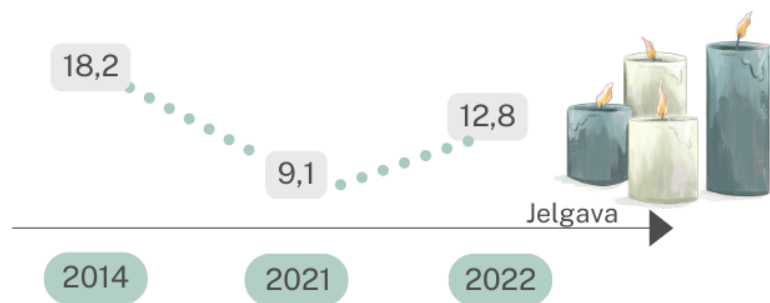
8. attēls. Respondentu īpatsvars, kuri vismaz vienu reizi nedēļā vai biežāk lieto alu (Zemgales reģions), SPKC



10. attēls. Respondentu īpatsvars, kuri pēdējā mēneša laikā izjutuši sasprindzinājumu, stresu, nomāktību un uzskata, ka viņu dzīve ir neciešama (Latvija)



Kā otrais rādītājs garīgās veselības veicināšanas situācijas uzlabošanās novērtēšanai tika izmantoti dati par **pašnāvību gadījumiem Jelgavā**.



12. attēls. Mirstība no tiša paškaitējuma (Jelgava), SPKC

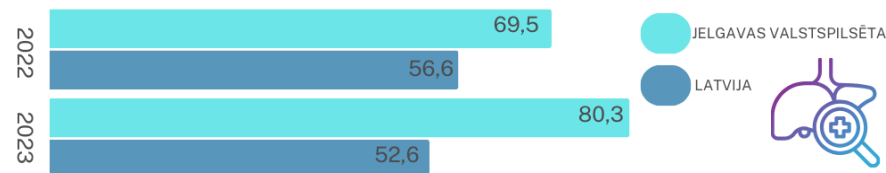
1.2.5. Rīcības virziens 5 – Slimību profilakse

Lai novērtētu slimību profilakses jomas attīstību, tika izvirzīti divi rezultativitātes rādītāji: viens no tiem bija **infekcijas slimību izplatība**, bet otrs – **vakcinācijas aptvere**.

Infekcijas slimību izplatības novērtējumā tika salīdzināti dati par HIV un C hepatīta izplatību. Informācija par HIV izplatību 2022. gadā bija pieejama tikai par Zemgales reģionu, un sasniegtais rādītājs bija 7,1 gadījumi uz 100 000 iedzīvotāju. Savukārt, 2023. gadā dati tika iegūti arī par Jelgavas valstspilsētu, kur gadījumu skaits bija zem 3 gadījumiem uz 100 000 iedzīvotāju.



Hronisku un akūtu C hepatīta gadījumu skaits Jelgavas valstspilsētā ir palielinājies.



11. attēls. C hepatīta gadījumu skaits uz 100 000 iedzīvotājiem (Latvija, Jelgava), SPKC

Vakcinācijas aptvere iepriekš tika mērīta četrām vakcinām: pret tuberkulozi, pneimokoku infekciju, vējbakām un cilvēka papilomas vīrusu. SPKC veic bērnu imunizācijas līmeņa un savlaicīguma analīzi, balstoties uz PVO ieteikumiem imunizācijas līmeņa aprēķināšanai. Kopš 2020. gada kopējie imunizācijas rādītāji un savlaicīgi vakcinēto bērnu imunizācijas rādītāji tiek aprēķināti atsevišķi. Lai aprēķinātu kopējo imunizācijas rādītāju un savlaicīgi vakcinēto bērnu imunizācijas rādītāju, tiek izmantoti ikmēneša vakcinācijas iestāžu apkopotie dati par iedzīvotāju imunizāciju. Tomēr dati par Jelgavas valstspilsētu atsevišķi nav pieejami. Vakcinācijas līmenis tiek analizēts, pamatojoties uz bērnu skaitu mērķa grupās, tomēr dažkārt vakcinācija tiek atlikta, kas dažos gadījumos var izraisīt neprecizitātes rezultātos. Noteiktais mērķis – 96% imunizācijas aptvere – tiek sasniegts atsevišķiem vakcīnu veidiem, taču ne visiem kopumā.²

	2022	2023
Tuberkuloze	-	82,4%
Pneimokoku infekcija	91,05%	98,15%
Vējbakas	-	92,7%
Cilvēka papilomas vīrusa infekcija (CPV)	75,2 (meitenēm)	-

13. attēls. Imunizācijas līmenis procentos (Zemgales reģions), SPKC

² SPKC, <https://www.spkc.gov.lv/lv/media/18852/download?attachment>





1.2.6. Rīcības virziens 6 – Drošas un veselību veicinošas vides attīstība pilsētā

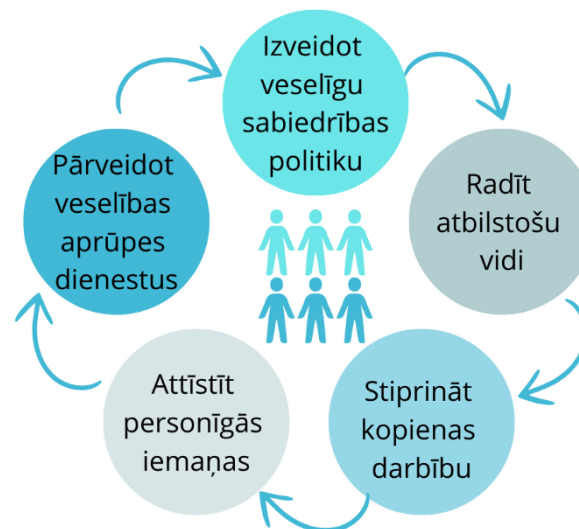
Kā rezultativitātes rādītāji tika noteikti divi parametri: Jelgavas valstspilsētas pašvaldības **labiekārtotie un jaunizveidotie infrastruktūras objekti, kas paredzēti veselību veicinošām aktivitātēm** un **reģistrēto traumu skaits jeb traumatisma rādītājs**.

	Veloceliņu kopgarums	Rotaļu laukumi	Āra trenāžieru laukumi	Basketbola laukumi	Pludmales volejbola laukumi
2015	27km	-	4	-	-
2022	37,06km	18	7	3	2
2023	37,7km	19	7	4	5

14. attēls. Aktīvās atpūtas infrastruktūras objekti, kurus apsaimnieko Jelgavas valstspilsētas pašvaldība, "Pilsētsaimniecība"

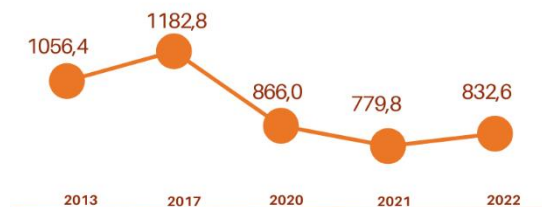
1.2.7. Rīcības virziens 7 – Komunikācijas un starpnozaru sadarbības attīstība

Lai novērtētu komunikācijas un starpnozaru sadarbības attīstību, tika noteikti divi rādītāji: **veselības veicināšanā iesaistīto organizāciju skaits** pieaugums un **aktivitāšu skaits, kas organizētas sadarbības rezultātā**.



2015. gadā veselības veicināšanas aktivitātēs iesaistījās 20 pašvaldības struktūrvienības, organizējot kopumā 130 pasākumus. Savukārt 2023. gadā šis skaits sasniedza jau 51 organizāciju, tostarp NVO un uzņēmumus, kas kopā noorganizēja 1341 pasākumu, neskaitot iestāžu individuāli rīkotos. Šo gadu laikā ar veselības veicināšanu saistīto pasākumu skaits pieauga vairāk nekā 10 reizes, savukārt iesaistīto organizāciju skaits palielinājās 2,5 reizes, veicinot veiksmīgu starpnozaru sadarbību.

16. attēls. Veselības veicināšanas galvenie elementi (pēc Otavas hartas), PVO 1986



15. attēls. Traumatisms, uz 100 000 iedzīvotājiem (Jelgava), SPKC

-21,2%

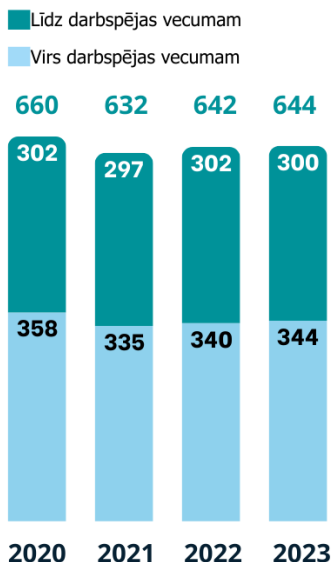


2. SITUĀCIJAS ANALĪZE

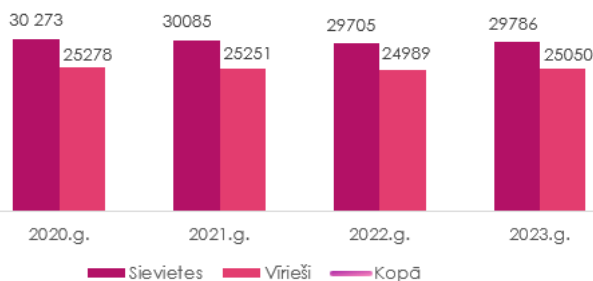
2.1. Iedzīvotāju raksturojums

Latvijas attīstībā liela loma ir cilvēkkapitālam, kura vērtību raksturo tā zināšanu, spēju un talantu bāze, izmantošana un produktivitāte. To skaitam samazinoties un sabiedrībai novecojot, būtiski ir saglabāt Latvijas cilvēkkapitāla bāzes vērtību un palielināt tā produktivitāti. Nepieciešams maksimāli iesaistīt iedzīvotājus darba tirgū, lai samazinātu demogrāfiskās slodzes negatīvo ietekmi uz ekonomiku un sociālo drošību. Ir jāpalielina darbaspēka līdzdalība un maksimāli jāizmanto viss pieejamais cilvēkkapitāls un jāpalielina cilvēkkapitāla darba ražīgums.³

Demogrāfiskā situācija teritorijā raksturo sociālo ilgtspēju un izaugsmes iespējas. Kopējais iedzīvotāju skaits ir viens no galvenajiem rādītājiem, kas parāda pieejamo cilvēkresursu apjomu konkrētajā teritorijā. **Demogrāfiskās slodzes koeficients** norāda, cik apgādājamo cilvēku (bērni un pensionāri) ir uz katriem 1000 darbaspējīga vecuma iedzīvotājiem. Par **darbspējīgu vecumu** nesasniegušiem uzskata bērnus, kuri nav sasnieguši 15 gadu vecumu, bet virs darbaspējas vecuma ir



17. attēls. Demogrāfiskās slodzes koeficients Jelgavas valstspilsētā, CSP

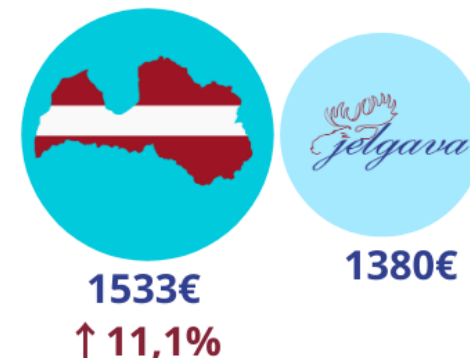


18. attēls. Iedzīvotāju skaits Jelgavas valstspilsētā kopā un pēc dzimuma, CSP

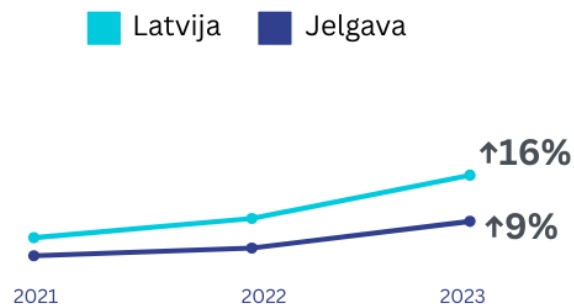
iedzīvotāji, kuriem ir vismaz 65 gadi. Latvijā 2023. gadā demogrāfiskās slodzes koeficients bija 622 (CSP). Saskaņā ar CSP datiem pēdējo četru gadu laikā Jelgavas valstspilsētas iedzīvotāju skaits samazinājies par 1,29%, un 2023. gadā Jelgavā dzīvoja 2,9% no Latvijas iedzīvotājiem (kopā 1 883 008). Jelgava ir ceturrtā lielākā Latvijas pilsēta pēc iedzīvotāju skaita un platības.

Sieviešu pārsvars pār vīriešiem Jelgavā kopš 2020. gada samazinājies no 16,5% uz 15,9%, kas ir vairāk nekā Latvijas vidējais rādītājs (13,7%). Šīs demogrāfiskās tendences norāda uz pakāpenisku iedzīvotāju skaita un **dzimumu disproporcijas mazināšanos**, kas var ietekmēt pilsētas sociālo un ekonomisko struktūru.

2023. gadā Jelgavā strādājošo vidējā mēneša bruto alga (bez privātā sektora) ir **zemāka nekā Latvijas vidējā**. Arī mēneša algu pieaugums Jelgavas valstspilsētā ir lēnāks nekā Latvijā. Šī tendence norāda uz nepieciešamību pārstrukturēt Jelgavas ekonomiku par labu inovāciju, zināšanu ietilpīgām nozarēm, ar augošu produktivitāti un eksporta īpatsvaru, kas atspoguļosies darba vietās ar augstāku kvalifikāciju un attiecīgi darba samaksu.



19. attēls. Vidējā mēneša alga Latvijā un Jelgavas valstspilsētā 2023. gadā, bruto (bez privātā sektora), CSP



20. attēls. Vidējās mēneša algas pieaugums kopš 2021. gada Latvijā un Jelgavas valstspilsētā, CSP

³ Latvijas ilgtspējīgas attīstības stratēģija līdz 2030. gadam - <https://www.mk.gov.lv/lv/media/15129/download?attachment>

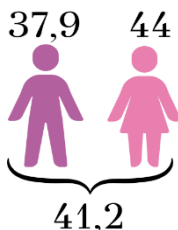


2.2. Iedzīvotāju veselību raksturojošie rādītāji

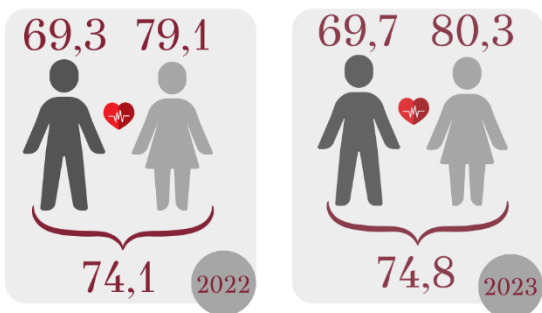
Nemot vērā iedzīvotāju straujo novecošanos un dzimstības samazināšanos Latvijā, gados vecākiem cilvēkiem aizvien ilgāk būs nepieciešama iesaistīties darba tirgū. Ilgtermiņa veselības veicināšanai, atkarību un citu slimību profilaksei būs arvien lielāka loma dzīves kvalitātes celšanā ne tikai pašiem iedzīvotājiem, balansējot starp darba un ģimenes dzīvi, bet arī visai valstij kopumā. Vesels iedzīvotājs veicina ekonomisko izaugsmi. Jo vairāk un agrākā vecumā palielināsies iedzīvotāju veselībrātība, jo mazāka un vēlākā dzīves posmā būs nepieciešama veselības aprūpe. Tāpēc ir īpaši svarīgi laikus ieguldīt veselības aprūpes attīstībā un veselīga dzīvesveida veicināšanā, izglītojot iedzīvotājus jau dzīves pirmsākumos.

Vidējais vecums Latvijā ir aptuveni par 4,1% lielāks nekā Jelgavā un tas atbilst vidējam rādītājam Eiropā. Pēdējo četru gadu laikā iedzīvotāju vidējais vecums gan kopumā, gan atsevišķi katrā dzimuma grupā ir palicis praktiski nemainīgs, uzrādot tikai nelielas izmaiņas.

Vidējais vecums Jelgavā ir zemāks nekā Latvijā kopumā, tomēr paredzamais mūža ilgums palielinās, pateicoties uzlabojumiem veselības aprūpē un dzīves apstākļos. Mirstības rādītāji Jelgavā ir zemāki nekā valstī vidēji. Šīs tendences var ietekmēt pilsētas ekonomiku un nepieciešamību pēc veselības aprūpes.



22. attēls. Vidējais vecums Jelgavas valstspilsētā, 2023. gadā, CSP



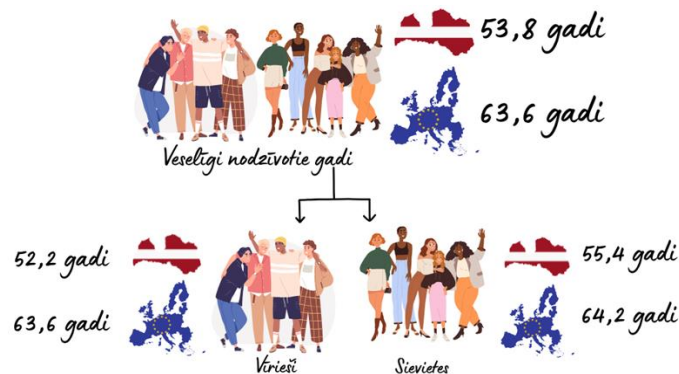
23. attēls. Paredzamais mūža ilgums 2022. un 2023. gadā dzimušajiem (Zemgales reģions), CSP

Paredzamais mūža ilgums ir gadu skaits, kādu vidēji nodzīvotu attiecīgajā gadā dzimušie, ja viņu turpmākās dzīves laikā mirstības līmenis paliktu tāds pats, kāds tas bija dzimšanas gadā. Tādu faktoru kopums kā zīdaiņu mirstības samazināšanās, uzlabojumi darba un dzīves apstākļos, izglītībā un veselības aprūpē, palielina paredzamo mūža ilgumu.

Ilgstošas slimības, fizisks vājums, psihiskie traucējumi un invaliditāte kļūst izplatītāki vecāka gadagājuma iedzīvotāju vidū, un šo veselības problēmu radītājs

slogs ievērojami samazina dzīves kvalitāti. Rādītājs **"veselīgi nodzīvotie gadi"** norāda gadu skaitu, ko cilvēks var paredzami nodzīvot veselīgi, bez funkcionēšanas ierobežojumiem un invaliditātes. Latvijā 2021. gadā veselīgi nodzīvotie gadi bija 53,8, kas ir viszemākais rādītājs starp ES dalībvalstīm. Vidēji ES šis rādītājs 2021. gadā bija 63,6 gadi.

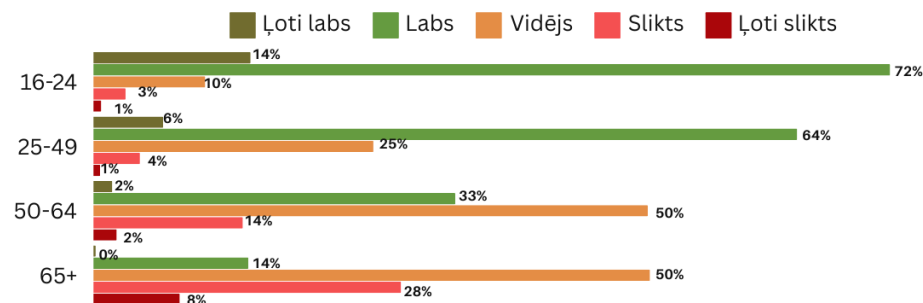
2005. gadā Latvijas iedzīvotāji veselīgi nodzīvoja vidēji 51,9 gadus, kamēr Eiropas Savienības iedzīvotāji - 60,9 gadus. Šie dati ir nopietns brīdinājums par nepieciešamību nopietni strādāt pie veselības veicināšanas un profilakses pasākumiem, īpaši iedzīvotājiem, kuri tuvojas pensijas vecumam.



21. attēls. Veselīga mūža ilgums Latvijā un Eiropas savienībā, 2021. gadā, CSP

dzīvesveida paradumus un nodrošināt pieejamu un kvalitatīvu medicīnisko aprūpi, kā arī psihiskās veselības atbalstu.

Veselības pašvērtējums ir nozīmīgs kopējā veselības stāvokļa indikators, kas palīdz prognozēt veselības problēmas un identificēt aprūpes vajadzības. Tas atspoguļo gan fizisko, gan psihisko stāvokli un piekļuvi veselības aprūpei. Pašvērtējuma rezultāti liecina, ka ar vecumu veselības stāvoklis tiek vērtēts sliktāk, īpaši vecāka gadagājuma cilvēkiem hronisku slimību dēļ. Kopš 2013. gada sabiedrības viedoklis par savu veselību būtiski nav mainījies, norādot uz vajadzību uzlabot **veselības veicināšanu un profilaksi**, lai uzlabotu dzīves kvalitāti.

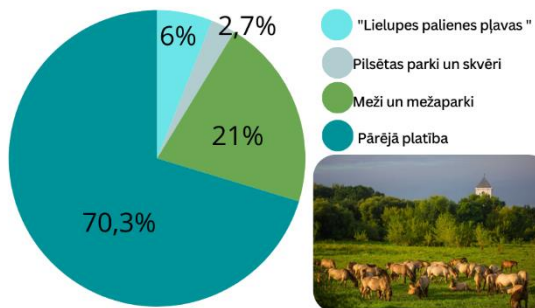


24. attēls. Veselības stāvokļa pašnovērtējums vecuma grupās, % (Latvija), 2022, CSP



2.3. Vide

Jelgavas valstspilsētas **kopējā platība ir aptuveni 6030 ha**. Zaļā infrastruktūra, tostarp stādījumi un ielu apzaļojumi, uzlabo pilsētas klimatu, attīra gaisu un rada vidi iedzīvotāju atpūtai un fiziskām nodarbībām. Jelgavā atrodas īpaši aizsargājama dabas teritorija – *Natura 2000* dabas liegums "Lielupes palienes pļavas".



25. attēls. Jelgavas valstspilsētas kopējās platības sadalījums, 2023, "Pilsētsaimniecība"

Fiziskajām aktivitātēm atbalstošas vides un **infrastruktūras attīstīšana** ir būtiska, lai palielinātu iedzīvotāju motivāciju un fizisko aktivitāšu līmeni visās vecuma grupās, veicinot arī aktīvo transportu, piemēram, velosipēdu izmantošanu.



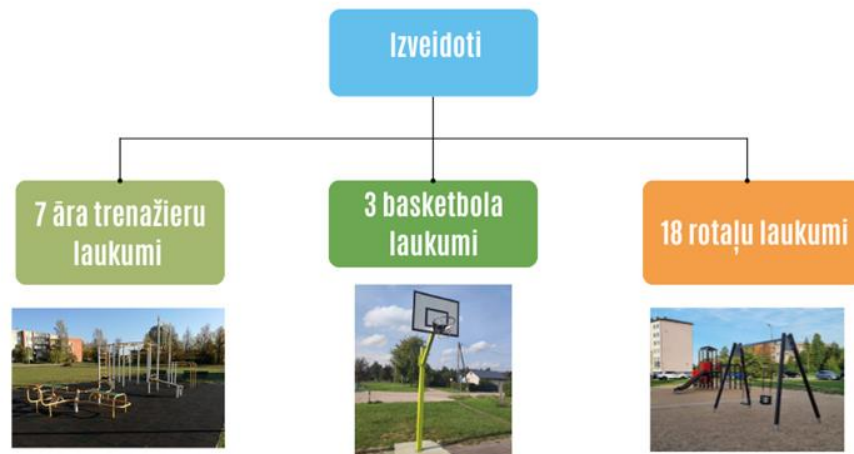
26. attēls. Jelgavas Centra pamatskolas stadions

Pēdējo gadu laikā Jelgavas valstspilsētā ir veikti nozīmīgi uzlabojumi sporta infrastruktūras jomā. **Renovēti ir trīs vispārīgglītojošo skolu sporta laukumi**, kuri tiek izmantoti ne tikai mācību procesā, bet arī kā brīvpieejas sporta laukumi pilsētas iedzīvotājiem.

Jelgavā darbojas divi nozīmīgi **sporta kompleksi**: Zemgales Olimpiskais centrs (ZOC) ar āra slidtavu Pasta salā un Sporta komplekss "Zemgale". Sporta servisa centrs pārrauga Jelgavas sporta halli, pludmales volejbola laukumus Pasta salā, Jelgavas sporta namu un Jelgavas sporta skolu sporta infrastruktūru, t.sk. jauno ūdenstūrisma un sporta bāzi Pilssalā. Regulāra infrastruktūras uzturēšana veicina sporta attīstību un iedzīvotāju fizisko aktivitāti.



Jelgavā ir arī 14 parki un skvēri, kas paplašina pilsētas iespējas aktīvai atpūtai un veselības veicināšanai.



27. attēls. Aktīvās atpūtas infrastruktūras objekti Jelgavas valstspilsētā, 2023, "Pilsētsaimniecība"

Velotransportam ir liela nozīme veselības veicināšanā un slimību profilaksē.

Plānotajos ielu pārbūves projektos iekļauta velosipēdu tīkla turpmāka paplašināšana, tostarp jaunu savienojumu izveide starp nozīmīgām pilsētas vietām, kā arī jaunu velonovietņu izbūve. Plānots turpināt integrēt veloinfrastruktūru un sabiedrisko transportu, uzlabojot piekļuvi stacijām un citiem transporta mezgliem.



Regulāra riteņbraukšana:

- uzlabo sirds veselību,
- palīdz uzturēt svaru,
- samazina diabēta risku,
- stiprina muskuļus un locītavas,
- kā arī mazina stresu un depresijas simptomus,
- uzlabojot psihisko labklājību.

Šobrīd pilsētā ir izbūvēti 37,7 km velosipēdu tīkla.

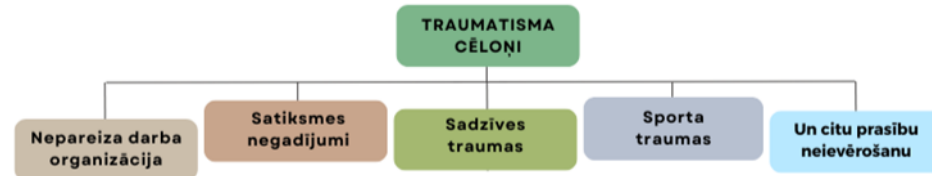




28. attēls. Oficiālās peldvietas Jelgavas valstspilsētā, 2024, "Pilsētsaimniecība"

Jelgavas valstspilsētā ir **divas oficiālās peldvietas**: Lielupes labā krasta un Pasta salas peldvieta. Šīs peldvietas apsaimnieko Jelgavas valstspilsētas pašvaldības iestāde "Pilsētsaimniecība", nodrošinot piekļuvi un labiekārtojot peldvietas. Abās peldvietās glābšanas dienesta darbību sezonas laikā nodrošina Jelgavas pašvaldības policija. Ūdens zonā ir uzstādītas bojas un bonas, atdalot peldēšanas zonu no kuģošanas satiksmes pa Lielupi. Lielupes labā krasta peldvietā ar bonām nodalīta arī bērnu peldvieta. Pirms peldsezonas sākuma peldvietās ar ūdenslīdēju palīdzību tiek iztīrīta Lielupes gultne, attīrot to no atkritumiem, kuri ziemas laikā tiek atnesti ar ledu un straumi.

Traumatisms ir plašs jēdziens, kas apzīmē traumu kopumu, kas rodas noteiktā laika periodā un līdzīgos apstākļos. Traumatisms un tā radītie veselības iznākumi ir viena no būtiskām sabiedrības veselības problēmām. Latvijā traumatisma izraisītās nāves gadījumi veido aptuveni 2% no kopējā nāves cēloņu skaita.



2022. gadā Latvijā reģistrēto traumu gadījumi bija 919,5 uz 100 000 iedzīvotājiem, no kuriem sievietēm bija 741,4 gadījumi un vīriešiem - 1125,9 gadījumi uz 100 000 iedzīvotājiem.



Jelgavas valstspilsētā traumu rādītājs bija 832,6 gadījumi uz 100 000 iedzīvotājiem, ar 692,5 gadījumiem sievietēm un 999,2 gadījumiem vīriešiem uz 100 000 iedzīvotājiem.



Latvijā visbiežāk traumas gūst bērni vecumā no 10 līdz 17 gadiem, savukārt Jelgavā augstākais traumu biežums tiek novērots bērniem vecumā līdz 4 gadiem.⁶

Latvijā traumas visbiežāk vecumā no 10 līdz 17 gadiem



Jelgavā bērniem traumas visbiežāk vecumā līdz 4 gadiem

⁶ SPKC

Otrs galvenais nāves cēlonis bērniem vecumā no 5 līdz 14 gadiem!

Eiropā ik gadu noslikt aptuveni 20 000 cilvēku

Peldvietās ir aizliegts peldēties bērniem zem 12 gadu vecuma bez pilngadīgo personu uzraudzības, kā arī nedrīkst peldēt tālāk par peldēšanas sektoru norobežojošiem elementiem. Eiropā noslīkšana nogalina aptuveni 20 000 cilvēku katru gadu. Lai gan tas var šķist samērā maz, tomēr jāņem vērā, ka tas ir otrs galvenais nāves cēlonis tieši bērniem vecumā no 5 līdz 14 gadiem.⁴

Latvijā pieaugušie visbiežāk noslikt vai iet bojā, kad pārvērtē savas spējas un peld pārāk tālu no krasta, peldoties alkohola reibumā vai laivojot, neizmantojot glābšanas vestes. Savukārt bērni bieži noslikt, kad nejauši iekrīt ūdenī, piemēram, spēlējoties tuvumā ūdenstilpnēm vai atrodoties ūdenī bez pieaugušo uzraudzības. Bieži vien šādos gadījumos pieaugušie ir novērsušies vai nav pamanījuši, ka bērns ir nonācis ūdenī, kas noved pie tā, ka bērns ilgstoši ir zem ūdens un izglābt to vairs nav iespējams.⁵

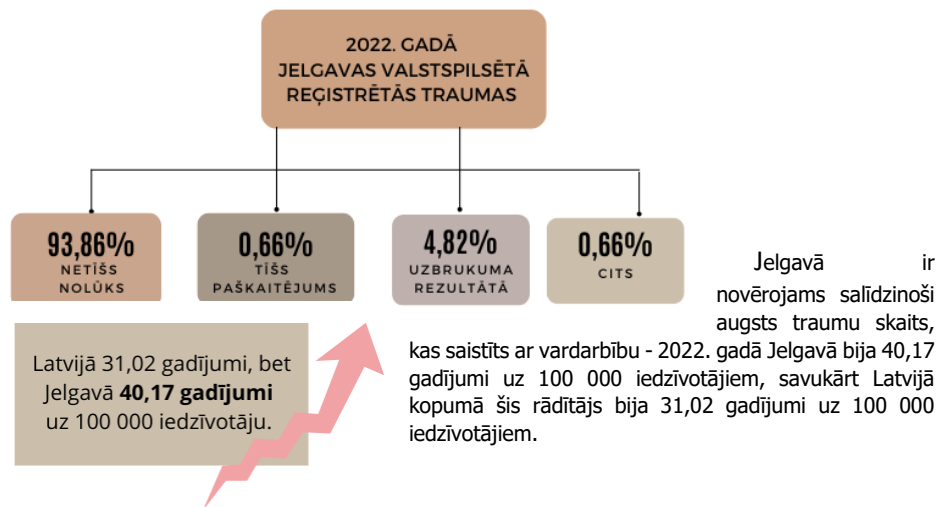
Zemgales reģionā 7,7 gadījumi Latvijā 6,3 gadījumi

29. attēls. Nosliktušo skaits uz 100 000 iedzīvotājiem, vidēji no 2015. līdz 2023. gadam, SPKC

⁴ PVO
⁵ https://www.nmpd.gov.lv/lv/sliksana?utm_source=https%3A%2F%2Fwww.google.com%2F



2022. gadā Jelgavas valstspilsētā 93,6% no visām reģistrētajām traumām bija netīši gūtas, 0,66% bija saistītas ar tišu paškaitējumu, bet 4,82% traumu radās uzbrukuma rezultātā.

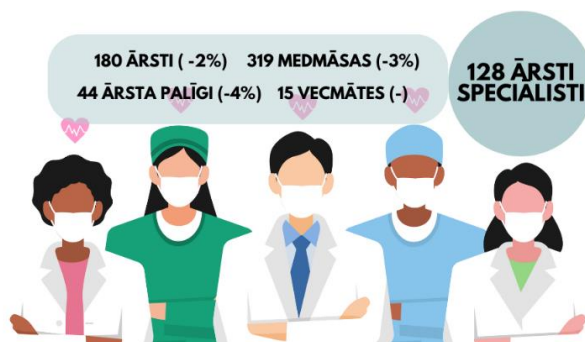


31. attēls. Ģimenes ārstu prakses atrašanās vietas Jelgavas valstspilsētas teritorijā, 2024, NVD

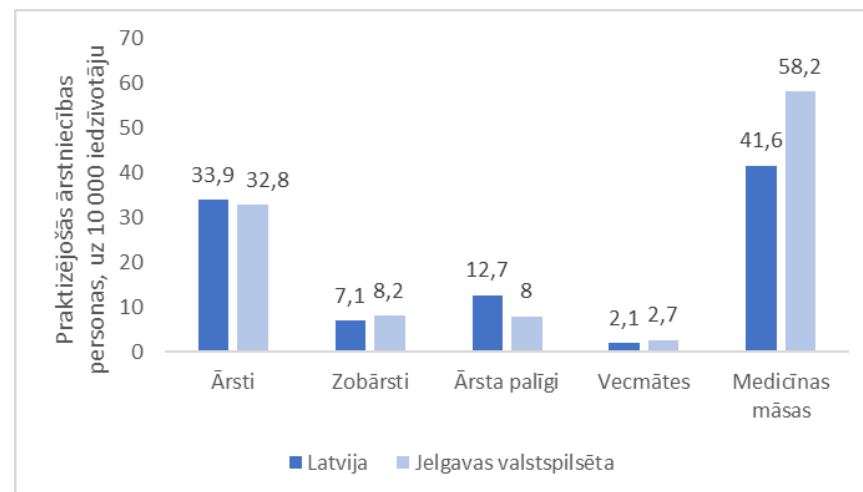


2.4. Veselības aprūpe

Primāro veselības aprūpi Jelgavas valstspilsētā 2024. gadā nodrošināja 42 ģimenes ārsti (no kuriem divi - pediatri). 40 bija ģimenes (vispārējās prakses) ārsti, kuri ir līgumattiecībās ar Nacionālo veselības dienestu, ieskaitot gan tos ārstus, kuriem ir pašiem sava prakse, gan tos, kuri strādā kā darba ņēmēji veselības centros. 2024. gada sākumā pie 18 ārstiem joprojām bija iespējams pierēģistrēties.



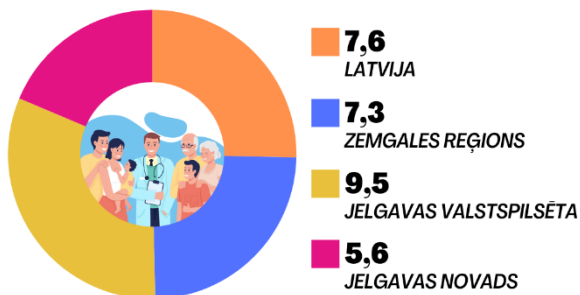
30. attēls. Jelgavas valstspilsētā nodarbinātās ārstniecības personas 2022.g. (izmaiņas salīdzinājumā ar 2021.g.), SPKC



32. attēls. Praktizējošās ārstniecības personas (skaits uz 10 000 iedzīvotājiem) Latvijā un Jelgavas valstspilsētā, 2022, SPKC

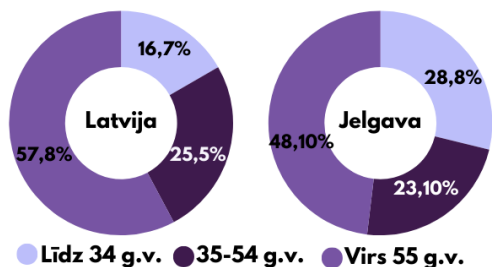


Neraugoties uz veselības aprūpes darbinieku pastāvīgo trūkumu, to skaits Latvijā pēdējos desmit gados nav būtiski palielinājies. Gadu gaitā ir īstenoti dažādi politikas pasākumi ar mērķi noturēt darbiniekus, t.sk. laikposmā no 2018. līdz 2023. gadam ir palielināta darba samaksa un piedāvāti finansiāli stimuli, ar mērķi novērst plaisu starp pilsētām un laukiem veselības aprūpes darbinieku sadalē. Pašlaik tiek izstrādāta jauna iniciatīva, ar nolūku standartizēt atalgojuma procedūras un uzlabot medicīnas darbinieku atalgojumu un darba apstākļus. Lai palielinātu medmāsu skaitu, 2,8 miljoni eiro ir novirzīti jaunas profesijas "vispārējās aprūpes māsa" ieviešanai. Turklāt 2022. gadā tika ieviesta jauna māsu sertifikācijas procedūra. Politikas darba kārtībā galvenā uzmanība ir pievērsta primārās aprūpes stiprināšanai. Paredzamas jaunas reformas ar mērķi uzlabot primārās aprūpes pakalpojumu kvalitāti un pieejamību, t.sk. uzlabot digitālos veselības aprūpes rīkus un labāk plānot veselības aprūpes darbaspēku.⁷



33. attēls. Ģimenes ārstu skaits uz 100 000 iedzīvotājiem Latvijā, Zemgales reģionā, Jelgavas valstspilsētā un Jelgavas novadā

Veselības aprūpes darbinieku trūkums paildzina gaidīšanas laiku uz plānveida medicīnisko aprūpi un palielina ģeogrāfisko nevienlīdzību attiecībā uz piekļuvi medicīniskajai aprūpei. Latvijā pēdējos gados ir īstenoti politika, lai saglabātu medicīnas darbiniekus darba vietās un uzlabotu pakalpojumu pieejamību, īpaši lauku apvidos. Piemēram, tika nodrošināts būtisks darba samaksas pieaugums laikposmā no 2018. līdz 2022. gadam un citas finansiālas motivācijas. Pašreizējā atalgojuma sistēma Latvijā ir sarežģīta un nepietiekami pārredzama, kā rezultātā mediku vidū veidojas liela atalgojuma nevienlīdzība. Lai to atrisinātu ir apstiprināts ierosinājums jauna atalgojuma modeļa izveidē, t.sk. ieviest vienotas likmes maksājumus valsts slimnīcās. Vairākas veselības aprūpes iestādes šobrīd izmēģina šo modeli.

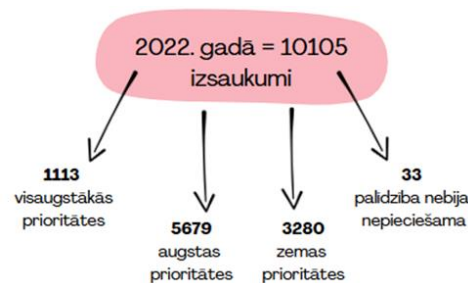


35. attēls. Praktizējošo ģimenes ārstu vecuma struktūra, 2022, SPKC.

Jelgavas valstspilsētā, Svētes ielā 37, atrodas **Neatliekamās medicīniskās palīdzības dienests (NMPD)**. Atsakoties no reģionālo centru principa, NMPD notika strukturālas pārmaiņas. Zemgales plānošanas reģiona palīdzību nodrošina Brigāžu atbalsta centrs (BAC). BAC Jelgava ir 22 brigādes un BAC Jēkabpils ir 11 brigādes. Jelgavā pārsvarā neatliekamo medicīnisko palīdzību (NMP) sniedz sešas brigādes, kuras ir dislocētas BAC Jelgava, no kurām viena ir ārsta speciālista brigāde. NMP sniedz jebkura, tobrīd izsaukuma vietā tuvākā, NMP brigāde, kura var būt arī citā administratīvi teritoriālajā vienībā dislocēta brigāde.

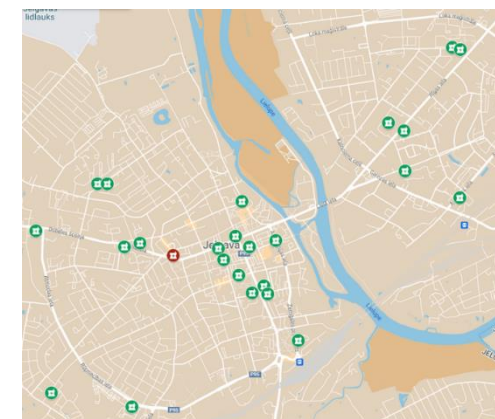


36. attēls. NMP brigāžu izsaukumi Jelgavas valstspilsētas teritorijā, 2022, VISC



Jelgavas valstspilsētā darbojas **25 vispārēja tipa aptiekas** un 2020. gadā sāka darboties viena diennakts aptieka, kura ievērojami uzlabo medikamentu pieejamību akūtās situācijās gan Jelgavas, gan tuvējo novadu iedzīvotājiem. Iepriekš tuvākā diennakts aptieka atradās Rīgā. Jelgavas pilsētas slimnīcā un slimnīcā "Gintermuiža" darbojas arī slēgta tipa aptiekas. Slēgta tipa aptieka atrodas tās stacionārās ārstniecības iestādes teritorijā, kura ir atvērusi attiecīgo aptieku un pastāv kā ārstniecības iestādes struktūrvienība, kura nav pieejama klientiem.

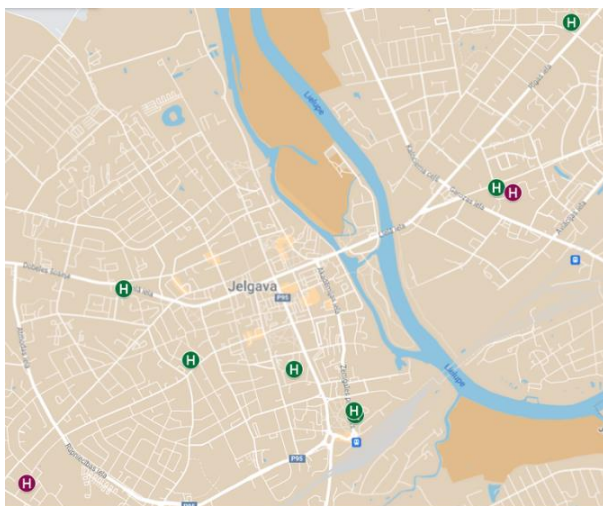
34. attēls. Vispārēja tipa aptieku izvietojums Jelgavas valstspilsētas teritorijā, 29.01.2024, ZVA



Diennakts (vispārēja tipa) aptieka, Vispārēja tipa aptiekas

⁷ European Observatory on Health Systems and Policies, (2023). Latvija: Valsts veselības profils 2023, State of Health in the EU. Brisele - https://health.ec.europa.eu/document/download/58c01867-3b1c-4492-9f63-87e31f6fc389_en?filename=2023_chp_lv_latvian.pdf





Stacionāro aprūpi Jelgavas valstspilsētā nodrošina divas ārstniecības iestādes: **Jelgavas pilsētas slimnīca** un **Slimnīca "Gintermuiža"**. Kopumā Jelgavas valstspilsētā 2024. gada sākumā ir reģistrētas 186 ārstniecības iestādes. Deviņām no tām ir līgumattiecības ar valsti (NVD). Tas nozīmē, ka šajās ambulatorajās ārstniecības iestādēs var saņemt dažādus valsts apmaksātus veselības aprūpes pakalpojumus, medicīnisko rehabilitāciju, dienas stacionāra pakalpojumus u.c.

H Ambulatorās un stacionārās ārstniecības iestādes **H** Ambulatorās ārstniecības iestādes

37. attēls. Ārstniecības iestāžu, kurām ir līgumattiecības ar NVD, izvietojums Jelgavas valstspilsētas teritorijā, 06.02.2024, NVD

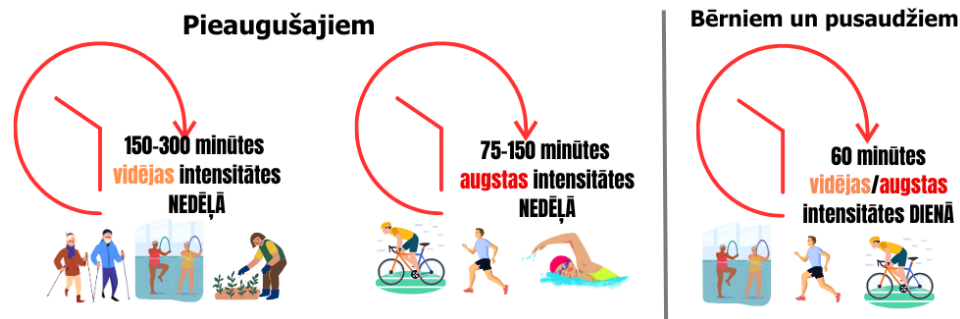
Regulāras vizītes pie ģimenes ārsta ir būtiskas, lai uzturētu labu veselību un savlaicīgi atklātu iespējamās saslimšanas. Profilaktiskās pārbaudes ļauj novērtēt veselības stāvokli, identificēt riska faktorus un saņemt ieteikumus dzīvesveida uzlabošanai. Šāda proaktīva pieeja palīdz novērst slimību attīstību un uzlabo dzīves kvalitāti, jo savlaicīga ārstēšana ir efektīvāka un mazāk invazīva. Iedzīvotājiem virs 18 gadiem ir iespēja reizi gadā vērsties pie sava ģimenes ārsta un saņemt bezmaksas profilaktisko apskati. Šīs apskates laikā tiek izvērtēts vispārējais veselības stāvoklis, un nepieciešamības gadījumā veiktas papildu pārbaudes.

38. attēls. Ģimenes ārsta apmeklēšana (Zemgales reģions), 2022, SPKC

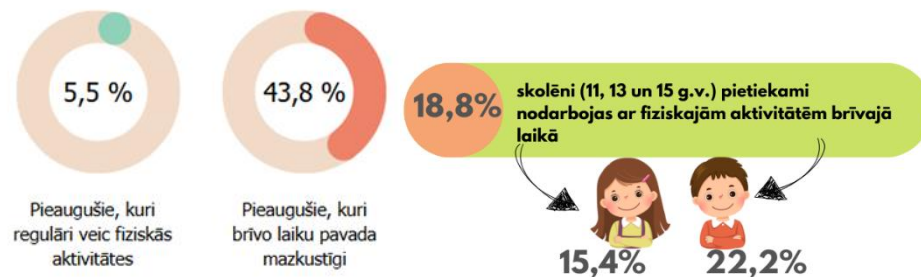


2.5. Fiziskās aktivitātes

Fiziskās aktivitātes ir **būtisks veselību ietekmējošs faktors** jebkurā vecumā. Pietiekama fiziskā aktivitāte nepieciešama gan fiziskās, gan psihiskās veselības veicināšanai. PVO fizisko aktivitāti definē kā **jebkuru ķermeņa kustību, ko rada skeleta muskuļi, kas prasa enerģijas patēriņu**. Ieteicamais sporta un fizisko aktivitāšu daudzums atšķiras dažādās iedzīvotāju grupās.



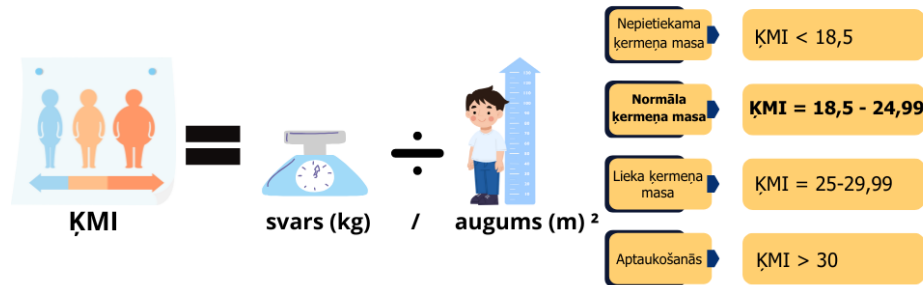
Pētījumi rāda, ka fizisko aktivitāšu trūkums par 15–20% **palielina risku saslimt** ar sirds un asinsvadu slimībām, 2. tipa cukura diabētu, resnās zarnas un krūts vēzi, kā arī gūžas kaulu lūzumus gados vecākiem cilvēkiem. Regulāras fiziskās aktivitātes palīdz uzturēt optimālu ķermeņa svaru, uzlabot psiholoģisko labsajūtu, mazināt stresu, nemieru un depresiju. Jauniem cilvēkiem tās sniedz iespēju iegūt pārliecību un sociālo integrāciju, kā arī samazina riskantu uzvedību (smēķēšanu, alkohola un atkarību izraisošo vielu lietošanu). Eiropā vairāk nekā 50% braucieni ar automašīnu ir īsāki par 5 km – tos viegli varētu veikt ar velosipēdu vai kājām. **Tāpēc ir svarīgi veicināt tieši ikdienas fiziskās aktivitātes.**



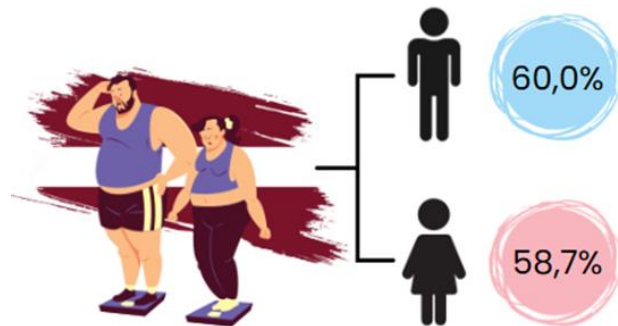
39. attēls. Fizisko aktivitāšu paradumi (Latvija), 2020/2022, SPKC



Aptaukošanās ir hroniska slimība, ko raksturo pārmērīga tauku uzkrāšanās, kas var traucēt veselību. Aptaukošanās tiek diagnosticēta, izmantojot ķermeņa masas indeksu (ĶMI): $\text{svars (kg)} / \text{augums (m)}^2$. Pārmērīgs svars tiek diagnosticēts, ja ĶMI 25 vai lielāks.



40. attēls. Ķermeņa masas indeksa aprēķināšana, PVO



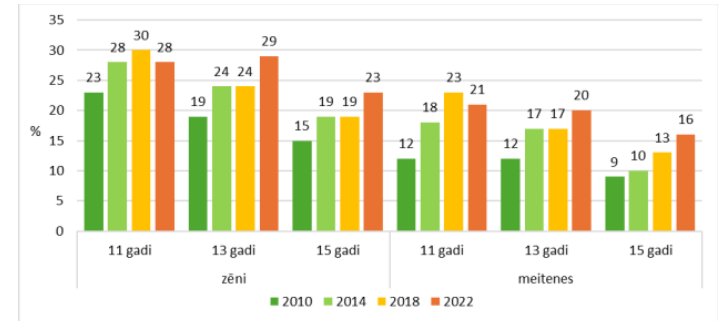
41. attēls. $\text{ĶMI} \geq 25$ vecuma grupā 15-74 gadi (Latvija), 2022

Liekā ķermeņa masa un aptaukošanās ir būtiski riska faktori neinfekcijas slimībām, piemēram, sirds un asinsvadu slimībām, 2. tipa cukura diabētam un vēzim. Latvijā liekā svara un aptaukošanās izplatība ir augsta, īpaši pieaugušo vidū.

Latvija bija viena no pirmajām PVO Eiropas reģiona valstīm, kas 2007.

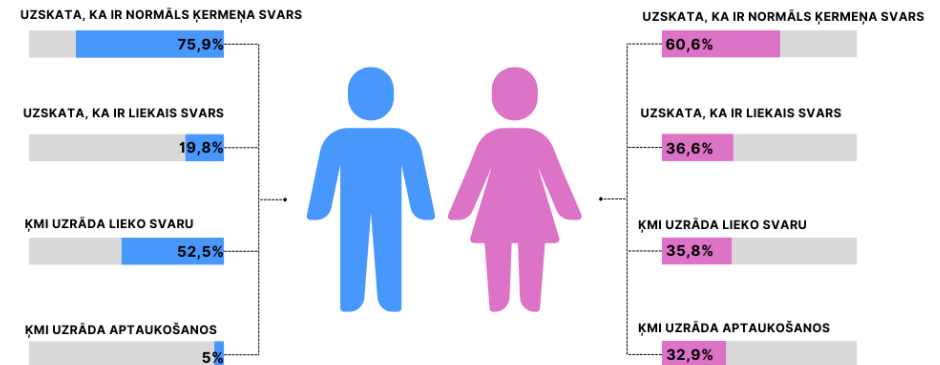
gadā iesaistījās PVO Eiropas bērnu aptaukošanās pārraudzības iniciatīvā, kuras ietvaros tika veikts pirmais Bērnu antropometrisko parametru un skolu vides pētījums. 2024. gadā tika publicēts **Latvijas skolēnu veselības paradumu pētījums par 2022./2023. mācību gadu**. Liekā ķermeņa masa un aptaukošanās ir būtiska veselības problēma pusaudžu vecumā, un to izraisītās sekas turpinās arī pieaugušā vecumā, iekļaujot metabolos traucējumus, kuri palielina sirds un asinsvadu slimību un 2.tipa cukura diabēta attīstības risku.

Liekās ķermeņa masas izplatība ir augstāka zēniem visās vecuma grupās. Salīdzinājumā ar 2018. gada aptauju ir pieaugusi liekās ķermeņa masas izplatība 13 un 15-gadīgo vecuma grupās abiem dzimumiem. Vislielākais pieaugums ir 13-gadīgo zēnu grupā – par 5 procentpunktiem.



43. attēls. $\text{ĶMI} \geq 25$ vecuma grupā 11-15 gadi (Latvija), 2010-2022, SPKC

ĶMI aprēķinā noteiktais liekais svars un aptaukošanās ne vienmēr sakrīt ar cilvēka pašvērtējumu par savu svaru. Tomēr pašvērtējumam ir būtiska loma, jo tas ietekmē indivīda motivāciju un gatavību mainīt dzīvesveidu, piemēram, uzlabojot uzturu un palielinot fizisko aktivitāti. Dažkārt cilvēki ar lieko svaru to nepamanā vai nenovērtē tā nopietnību, kas var aizkavēt nepieciešamās pārmaiņas veselības labā.



42. attēls. Iedzīvotāju viedoklis par savu ķermeņa svaru (Zemgales reģions), 2022, SPKC

Veicot ĶMI aprēķināšanu tika noteikts, ka tikai 31,2% respondentiem ir normāls ķermeņa svars, bet tikai 10,1% veic pietiekoši daudz fizisko aktivitāšu nedēļā (abās dzimuma grupās bez būtiskām atšķirībām)

Latvijas iedzīvotāju (15-74 g.v.) veselību ietekmējošo paradumu pētījums, Zemgales reģiona respondenti, 2022, SPKC



2.6. Uzturs

Veselīgs un pilnvērtīgs uzturs, kas atbilst cilvēka ikdienas aktivitātēm, ir būtisks faktors veselības veicināšanā un optimālā ķermeņa svara uzturēšanā. Tas sniedz organismam nepieciešamās uzturvielas, vitamīnus un minerālvielas, kas ir **svāriģi pareizai ķermeņa funkcionēšanai, imūnsistēmas stiprināšanai un enerģijas līmeņa uzturēšanai**. Savukārt neveselīgs uzturs palielina neinfekcijas slimību, piemēram, sirds un asinsvadu slimību un 2. tipa cukura diabēta, risku.



44. attēls. Pārtikas produktu pieejamība skolās (94), Latvija, 2019, SPKC

2019. gadā tika veikts pētījums par bērnu antropometriskajiem parametriem un skolu vidi. Viens no pētījuma uzdevumiem bija iegūt datus par pārtikas produktu pieejamību Latvijas skolās (skat. 44. attēlu).⁸

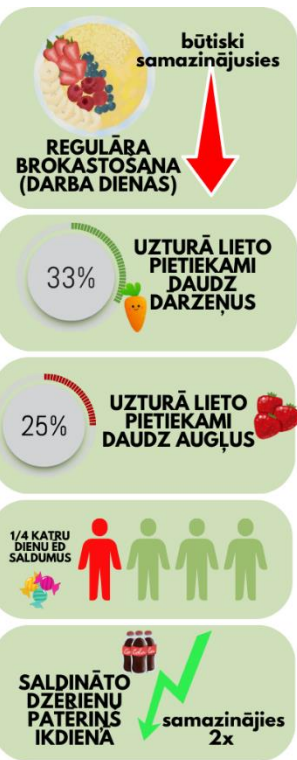
2004. gadā tika uzsākta programma "Piens un auglis", kas ir Eiropas Savienības iniciatīva, kuras mērķis ir uzlabot bērnu uzturu un veicināt veselīgas ēšanas paradumus izglītības iestādēs. Šī programma nodrošina bērniem vecumā no 1-18 gadiem regulāru bezmaksas piena un augļu pieejamību, ja viņi apmeklē programmas iesaistītās izglītības iestādes. Programma ir nozīmīgs instruments, lai uzlabotu uztura kvalitāti bērniem, veicinātu veselīgas ēšanas paradumus un samazinātu uztura deficītus.



2023. gadā tajā piedalījās vairāk nekā 400 Latvijas izglītības iestādes, tostarp bērnudārzi un sākumskolas. "Piens un auglis" programma ne tikai veicina bērnu veselību, bet arī palielina pieprasījumu pēc piena un augļiem, kas labvēlīgi ietekmē vietējo lauksaimniecību.

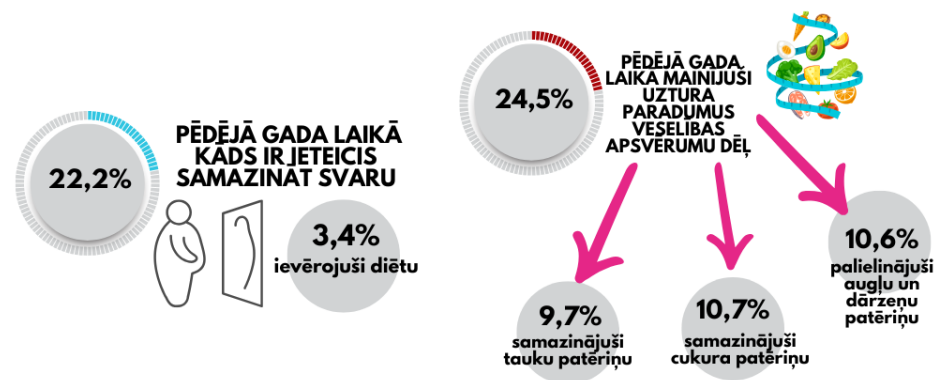
2024./2025. mācību gadā programmā ir iesaistījušās **desmit Jelgavas valstspilsētas izglītības iestādes.**

46. attēls. Secinājumi par bērnu veselības paradumiem Latvijas skolās, 2019 (salīdzinājumā ar 2015), SPKC

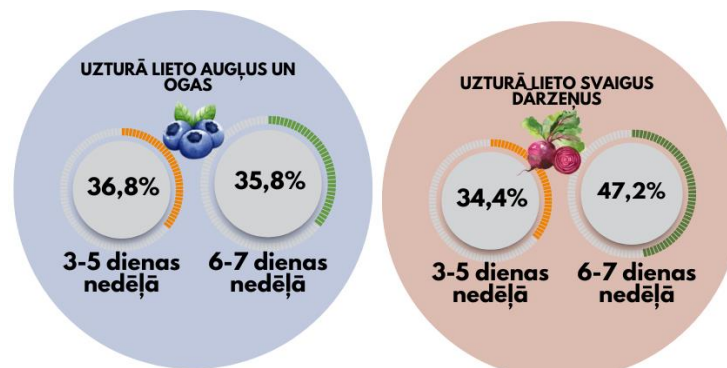


⁸ Bērnu antropometrisko parametru un skolu vides pētījums Latvijā, 2018./2019.m.g., SPKC - <https://www.spkc.gov.lv/lv/media/20280/download?attachment>

SPKC aktīvi iegulda resursus veselīga dzīvesveida veicināšanā, piedāvājot bezmaksas informāciju par uztura ieteikumiem un fiziskajām aktivitātēm. Šī informācija ir viegli pieejama gan SPKC tīmekļa vietnē, gan drukātā formātā VVN pasākumu ietvaros. Neskatoties uz šīs informācijas pieejamību, gan Latvijas, gan pasaules statistikas dati liecina, ka **iedzīvotāji nespēj nodrošināt nepieciešamās izmaiņas savos paradumos**. Šāds fenomens var būt saistīts ar vairākiem faktoriem, piemēram, motivācijas trūkumu, nedisciplinētību, ierobežotu piekļu fiziskām aktivitātēm vai nezināšanu par konkrētiem soļiem, kā uzlabot dzīvesveidu.



45. attēls. Respondentu uztura paradumi (Latvija), 2022, SPKC



47. attēls. Uztura paradumi pēdējās nedēļas laikā (Zemgales reģions), 2022, SPKC



2.7. Atkarību profilakse

Atkarību izraisošo vielu lietošana svārstās no pamēģināšanas, neregulāras lietošanas līdz pat riskantai un atkarīgai lietošanai, kad persona atkarību izraisošās vielas lieto impulsīvi, nespējot savu rīcību vairs kontrolēt. Atkarība parasti izveidojas, atkarību izraisošās vielas lietojot regulāri ilgtermiņā, kad notiek izmaiņas centrālās nervu sistēmas darbībā. Atkarība nav saistīta ar rakstura vai gribas vājumu, tā ir ilgstoši dažādu faktoru ietekmē attīstījusies slimība. **Atkarība ir biopsihosociāla slimība, kas nosaka indivīda bioloģisko, psihisko un sociālo funkcionēšanu.** Atkarība ietekmē ne tikai pašu personu ar atkarībām, bet arī visus līdzcilvēkus.

PRIMĀRĀ PROFILAKSE

- Nodrošināt, lai kāds traucējums, process vai problēma nenotiktu
- lejamkānās pirms radušās veselības problēmas
- Novērst vai aizkavēt atkarīgo vielu/procesu uzsākšanu

Mērķa grupa - visa sabiedrība (īpaši bērni un jaunieši)

- Identificēt, apstādināt vai aizkavēt traucējumu, problēmu un ar to saistīto komplikāciju attīstīšanos
- Pirmreizējo un gadījuma lietotāju apstādināšana, paradumu mainīšana. Nepieļaut atkarību attīstību un/vai progresēšanu
- Motivēt, rehabilitēt, ārstēt, lai novērstu atgriešanos pie riskantās uzvedības

Mērķa grupa - specifiska sabiedrības daļa, kas pakļauta augstākam riskam (neregulāri lietotāji, eksperimentētāji)

SEKUNDĀRĀ PROFILAKSE



TERCIĀRĀ PROFILAKSE

- Aizkavēt un mazināt atkarību problēmu, samazināt komplikāciju attīstīšanos
- Samazināt atkarību veicinošu vielu/procesu izplatību un pieejamību
- Speciālas ārstniecības un sociālās programmas

Mērķa grupa - pacietni, kuriem ir atkarības diagnoze

48. attēls. Atkarību profilakses iedalījums, PVO definīcija

⁹ <https://www.spkc.gov.lv/lv/zinojumi/atkaribu-izraisoso-vielu-profilakse-latvija-2017.-gada-gala-zinojums.pdf>

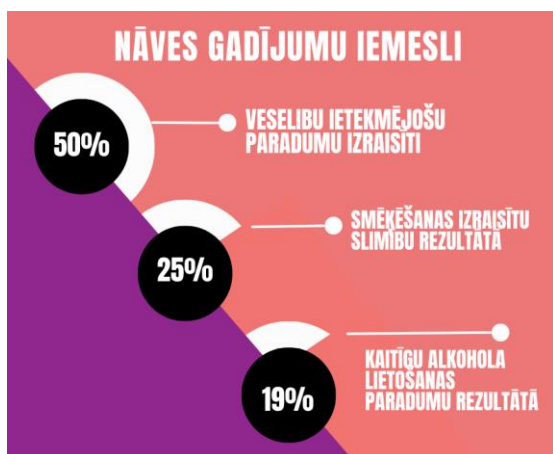
2017. gadā tika veikts pētījums par **atkarību izraisošo vielu profilaksi Latvijā**, kurā tika aptaujāti jomas eksperti. Viedokļi un rekomendācijas tika apkopoti pētījuma secinājumos un svarīgākie no tiem ir:

- atkarību profilakse **nav prioritāte** veselības veicināšanas politikā un praksē;
- atkarību profilakses darbam ir **neskaidrs atbildības sadalījums** un darba koordinācija;
- **nav sistemātiska atbalsta** labās prakses attīstīšanai un nostiprināšanai;
- **nav vienotas, profesionālas pilnveides platformas** un jomas speciālisti ar ilgstošu pieredzi netiek izmantoti kā zināšanu nodošanas rīki;
- **netiek izmantota kopienas līdzdalība** (vienaudži, brīvprātīgie);
- atkarību profilakses **darbs netiek pietiekami pamanīts** un novērtēts;
- **nav informācijas kanālu** interneta resursu popularizēšanai.⁹



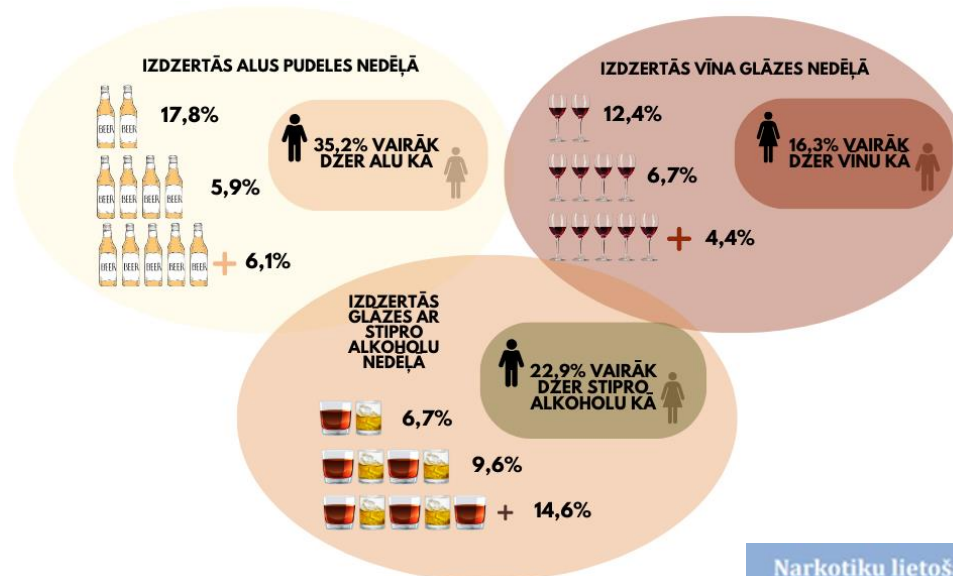
49. attēls. 1994. gadā veidoti Mrazek & Haggerty atkarību profilakses veidi (kas šobrīd praksē tiek izmantoti visbiežāk)



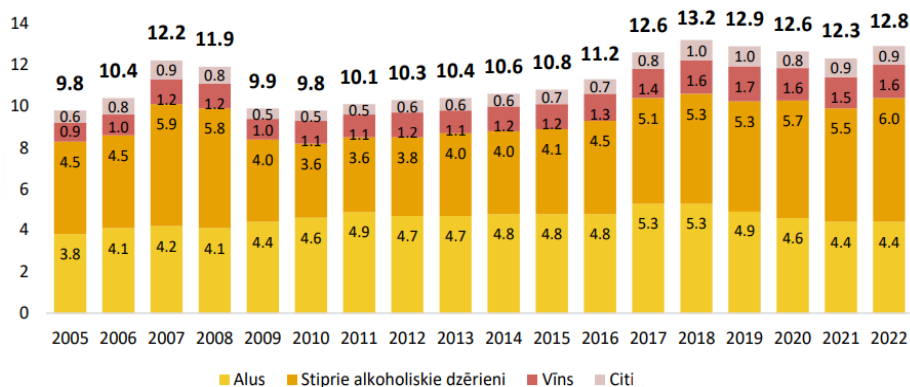


50. attēls. Smēķēšanas izplatība un sekas Latvijā 2018. gadā, SPKC

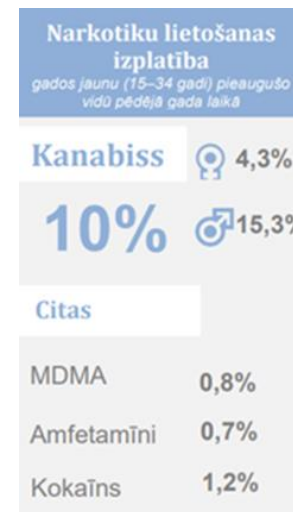
Pārmērīga alkohola lietošana ir viens no galvenajiem veselību apdraudošajiem riskiem, kas ir cēlonis vairāk nekā 200 dažādām slimībām. Apdraudēts tiek ne tikai pats lietotājs, bet arī viņa tuvinieki. Īpaši tiek apdraudētas mājsaimniecībā dzīvojošās mazāk aizsargātās personas, piemēram, bērni. **Smēķēšana palielina vismaz 17 dažādu lokalizāciju ļaundabīgo audzēju saslimšanas risku un izraisa neatgriezeniskas izmaiņas smēķētāja ģenētiskajā informācijā (DNS).** Smēķēšana palielina indivīda mirstības risku no kardiovaskulārām slimībām divas līdz trīs reizes.¹⁰ No tabakas dūmiem brīvas vides nodrošināšana un smēķēšanas radītā kaitējuma mazināšana ir viena no prioritātēm sabiedrības veselības jomā.



51. attēls. Alkohola lietošanas paradumi pēdējās nedēļas laikā (Zemgales reģions), 2022, SPKC



52. attēls. Reģistrētā absolūtā alkohola patēriņš litros Latvijā, uz vienu iedzīvotāju (15+ g.v.), SPKC

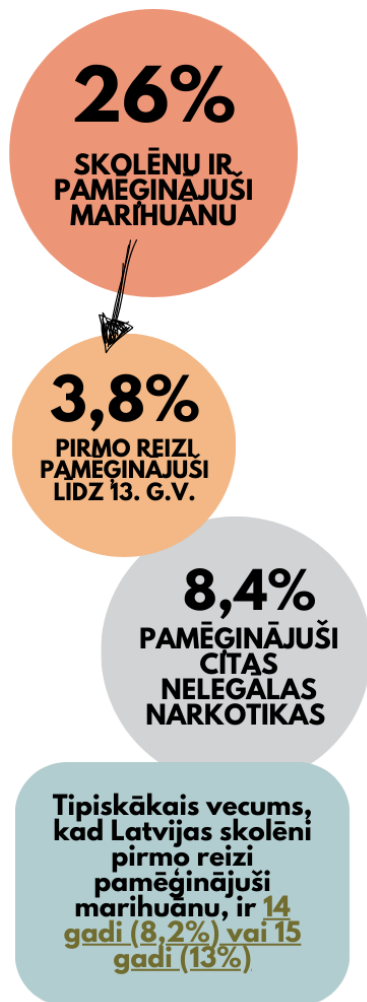


Narkotiku lietošana ir globāla problēma, kas atstāj graujošas sekas uz cilvēku fizisko un garīgo veselību. Pasaulē ik gadu pieaug narkotisko vielu lietotāju skaits, kas rada nopietnu slogu gan veselības aprūpei, gan sociālajām sistēmām. Latvijā, lai arī kopējie statistikas dati ir ierobežoti, vērojams pieaugums jauniešu un pat skolēnu vidū, kas saskaras ar narkotiku lietošanu. **Skolēnu vidū narkotiku lietošana bieži sākas agrā vecumā, nereti no ziņkārības vai draugu ietekmes,** taču tās var izraisīt smagas atkarības un postošas sekas veselībai, piemēram, sirds un asinsvadu problēmas, psihiskus traucējumus un imūnsistēmas pavājināšanos. Jelgavā atkarību profilakse ir kļuvusi par aktuālu jautājumu, un pilsētas iestādes cenšas aktīvi informēt jauniešus par riskiem, lai atturētu no pirmās reizes izmēģināšanas. **Latvijas jaunieši marihuānu atzīst par visvieglāk pieejamo narkotisko vielu Latvijā.**

53. attēls. Valsts ziņojums par narkotikām, 2020, SPKC

¹⁰ <https://www.spkc.gov.lv/lv/zinojumi/tematiskais-zinojums-smekesanas-izplatiba-un-sekas-latvija-2018.gada-7-izdevums.pdf>



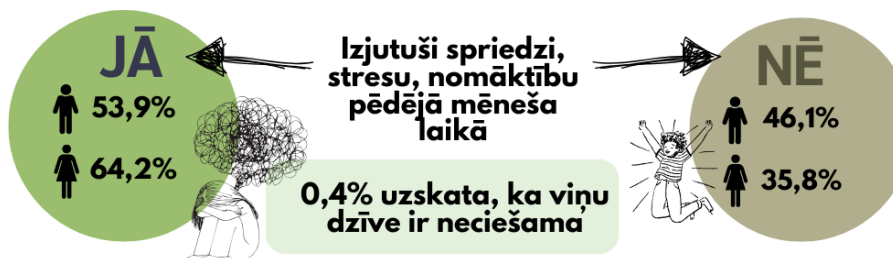


54. attēls. Atkarību izraisošo vielu lietošanas paradumi un tendences skolēnu vidū, 2019, SPKC

Narkotikas skolēnu vidū apdraud ne tikai indivīda veselību, bet arī vispārējo drošību un nākotnes perspektīvas, jo bieži tiek ietekmētas arī skolēnu sekmes un sociālās prasmes. Būtiski ir atzīt, ka pirmā narkotiku lietošanas pieredze bieži ir izšķirošs solis, kas var novest pie atkārtotas lietošanas un atkarības attīstības. Tāpēc profilakses darbs, tostarp izglītojoši pasākumi, ir ārkārtīgi svarīgi, lai palielinātu skolēnu izpratni par narkotiku lietošanas sekām un atturētu viņus no izmēģināšanas. Tāpat svarīgi ir iesaistīt ģimenes un sabiedrību kopumā, lai jaunieši saņemtu atbalstu un izvēlētos veselīgas dzīvesveida alternatīvas.

Procesu atkarība ir salīdzinoši jauns atkarību veids, kas ietver pārmērīgu aizraušanos ar azartspēlēm, jaunajām tehnoloģijām un līdzīgām aktivitātēm. Šo darbību laikā cilvēks piedzīvo pozitīvas emocijas, kuras viņam trūkst ikdienā vai saskarsmē ar apkārtējiem. Procesu atkarība rodas nevis no konkrētās ierīces, bet gan no paša procesa, kas izraisa atkārtotu vai kompulsīvu uzvedību, neraugoties uz negatīvajām sekām. Primāri tā ir psiholoģiska atkarība, kurai seko fiziskas sekas.

Pēdējos gados, īpaši pēc Covid-19 pandēmijas, ikdienā būtiski palielinājusies tehnoloģiju izmantošana, kas radījuši jaunus riskus. Galvenie fiziskie riski ir stājas un redzes pasliktināšanās, miega traucējumi un sekas, kas var izpausties kā agresivitāte, koncentrēšanās grūtības un fizisks nespēks. Savukārt interneta aktivitātes, piemēram, kibernīrgāšanās un piekļuve nevēlamam saturam, var radīt emocionālas traumas. Bērni ir īpaši pakļauti drošības riskiem, piemēram, personiskās informācijas izpīšanās, kas var izraisīt neparedzamas sekas.



55. attēls. Respondentu sajūtas pēdējā mēneša laikā (Zemgales reģions), 2022, SPKC

2.8. Psihiskā veselība

Psihiskā veselība ir labklājības stāvoklis, kad indivīds spēj realizēt savu potenciālu, pārvaldīt ikdienas stresu, produktīvi mācīties un strādāt, kā arī dot pozitīvu ieguldījumu sabiedrībā. Tā ir būtiska veselības un labklājības sastāvdaļa, kas ietekmē mūsu spēju pieņemt lēmumus, veidot attiecības un radīt vidi, kurā dzīvojam. Covid-19 pandēmija īpaši aktualizēja psihiskās veselības nozīmi un tās saistību ar emocionālo labsajūtu, ko nosaka apmierinātība ar dzīvi, pozitīva domāšana un labas attiecības ar apkārtējiem.

Laba psihiskā veselība ir svarīgs stabilas un drošas sabiedrības pamats. **Psihiskās veselības veicināšana ietver sabiedrības informēšanu, stigmas mazināšanu attiecībā uz psihiskām saslimšanām, palīdzības iespēju popularizēšanu un pašnāvību profilaksi.** Šie aspekti ir nozīmīgi, lai veidotu labklājīgu un saliedētu sabiedrību.

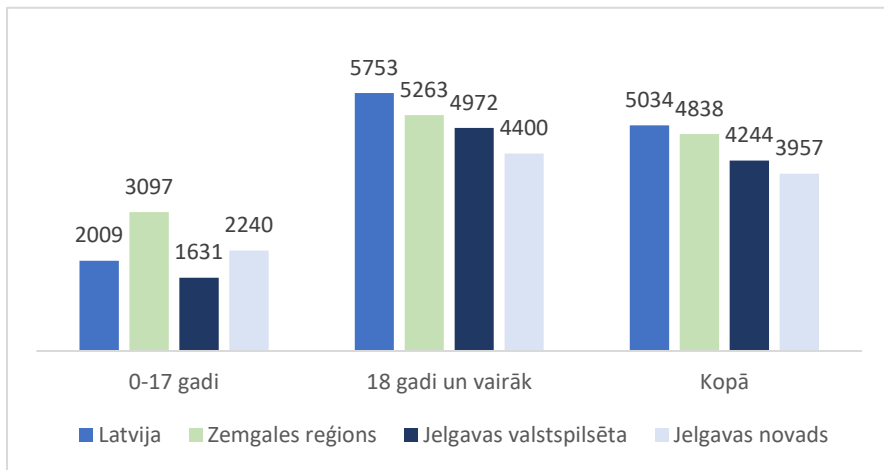


Psihiskās veselības sarežģījumi ir ļoti dažādi, ir daudz diagnožu un stāvokļu, kur katrā situācijā ir nepieciešamais atbalsts, kā arī aprūpe un ārstniecība ir dažāda. Psihiskās veselības sarežģījumi ir starp **10 galvenajiem veselību pasliktinošajiem cēloņiem pasaulē.**

2020. gadā Covid-19 pandēmijas rezultātā cilvēki **par 28 procentiem vairāk piedzīvoja trauksmes un depresijas epizodes.** 2019. gadā **12%** visas pasaules iedzīvotāju cieta no kāda veida psihiskās veselības sarežģījumiem.



2022. gadā Latvijā tika **reģistrēti 5219 jauni pacienti** ar noteiktiem psihiskiem un uzvedības traucējumiem - **12,8% no tiem bija bērni**, kuri vēl nebija sasnieguši 18 gadu vecumu, palielinot reģistra uzskaitē esošo pacientu skaitu līdz **94 794 cilvēkiem**.



56. attēls. Reģistra uzskaitē esošo pacientu skaits ar psihiskiem un uzvedības traucējumiem uz 100 000 iedz., 2022, SPKC

Cilvēki ar psihiskiem un uzvedības traucējumiem bieži **vien lieto atkarību izraisošas vielas**, kas var radīt situāciju, kad personai ir **gan psihiska, gan narkoloģiska diagnoze**. Psihiskās veselības traucējumi un atkarības var līdzpastāvēt vai attīstīties secīgi. Pētījumi rāda, ka atkarību izraisošu vielu lietošana un ar to saistītā intoksikācija var izraisīt vai saasināt psihiskos simptomus, un otrādi – psihiskas saslimšanas var veicināt šo vielu problemātisku lietošanu.



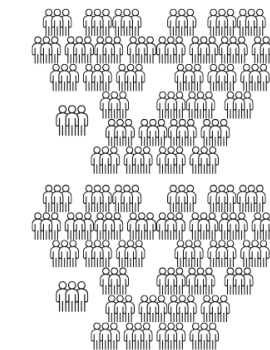
57. attēls. Jelgavā praktizējoši ārsti pēc specialitātēm, 11/2024, Veselības inspekcija

Slimnīcā "Gintermuiža" strādā augsti kvalificēti psihiatri un narkologi, kas sniedz profesionālu palīdzību akūtu un hronisku psihisko un narkoloģisko traucējumu diagnostikā un ārstēšanā. Slimnīcas darbības virzieni ietver arī konsultācijas, ekspertīzes un klīniskās bāzes nodrošināšanu psihiatrijas un narkoloģijas jomā, profilakses un veselības veicināšanas pasākumu ieviešanu, kā arī sociālās aprūpes un rehabilitāciju. Īpaša uzmanība tiek pievērsta ilgstošai sociālajai aprūpei un rehabilitācijai personām ar garīga rakstura traucējumiem un atkarības problēmām.



58. attēls. Slimnīca "Gintermuiža"

Pašnāvības ir būtiska sabiedrības veselības aizsardzības problēma. Tās novēršana un savlaicīga situācijas kontrole ir problemātiska. Pētījumi liecina, ka pašnāvību novēršanu nosaka dažādas aktivitātes - sākot no tā, ka bērniem un jauniešiem tiek nodrošināti iespējami labākie augšanas un attīstības apstākļi, sniegta efektīva un profesionāla palīdzība psihisko traucējumu ārstēšanā, līdz pietiekamai vides riska faktoru kontrolei. Būtiski un veiksmīgi pašnāvību novēršanas programmu pasākumi ir informācijas izplatīšana par pašnāvību profilakses jautājumiem, tādējādi aktualizējot un pievēršot cilvēku uzmanību šim jautājumam. Pašnāvības psiholoģiskā un sociālā ietekme uz ģimeni un sabiedrību nav izmērāma.



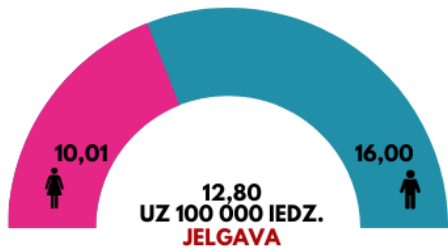
JĀ PAŠNĀVĪBA IZDARĪTA SKOLA VAI DARBA VIETA, ŠIS NOTĪKUMS VAR IETEKMET SIMTIEM CILVĒKU



VIDĒJI VIENS PAŠNĀVĪBAS GADIJUMS IEVEROJAMI IETEKMĒ VISMĀZ SESUS CILVĒKUS



Pašnāvība nav ne slimība, ne slimības izpausme, tomēr vieni no galvenajiem pašnāvības izdarīšanas cēloņiem ir **psihiski traucējumi**. Cilvēkiem, kuri izdara pašnāvības, parasti konstatēts vairāk nekā viens traucējums. Cilvēkiem ar fiziskām saslimšanām parasti novērojami arī psihiski traucējumi, īpaši depresija.



59. attēls. Mirstība dēļ tiša paškaitējuma uz 100 000 iedzīvotājiem, 2022, SPKC

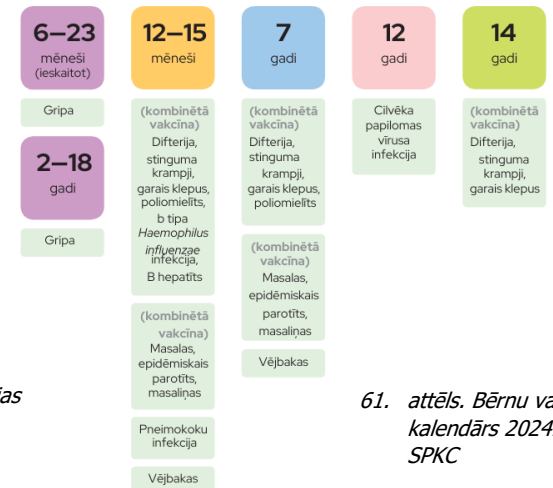
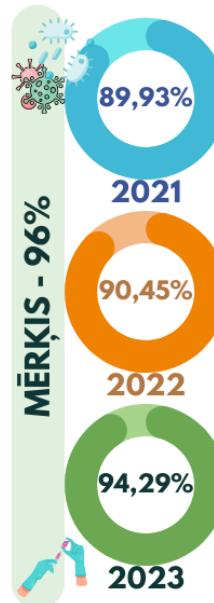
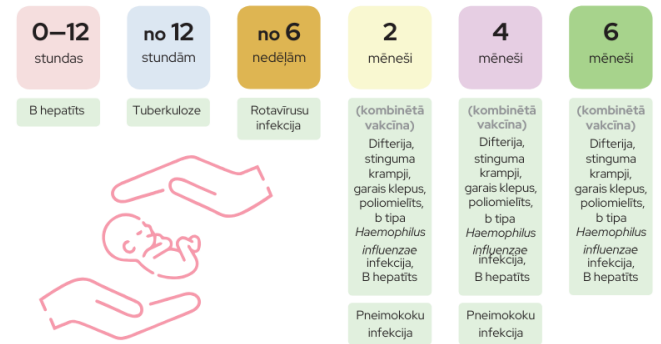
Latvijā, līdzīgi kā daudzviet citur, **vīriešu pašnāvību rādītāji ir ievērojami augstāki nekā sievietes rādītāji**, un šo tendenci lielā mērā ietekmē sabiedrības normas un stigmatizācija. **Sociālie stereotipi bieži liek vīriešiem būt emocionāli stipriem un izvairīties no palīdzības meklēšanas, kas izraisa izolētību un emocionālu slogu**. Bieži vien vīrieši izvēlas paši tikt galā ar savām problēmām, kas ilgtermiņā var negatīvi ietekmēt viņu garīgo veselību. Viņu nosliece uz impulsīvu uzvedību un riskantiem risinājumiem krīzes situācijās palielina iespēju, ka pašnāvības mēģinājumi būs letāli. Ekonomiskās grūtības, piemēram, bezdarbs vai finansiālais spiediens būt ģimenes apgādniekam, arī būtiski ietekmē vīriešu emocionālo stāvokli. Vīrieši bieži nezina, kur vērsties pēc palīdzības vai arī baidās no sabiedrības nosodījuma, ja to darīs, tādējādi netiek izmantoti pieejamie garīgās veselības resursi.

Lai uzlabotu situāciju, ir svarīgi mazināt stigmu par garīgās veselības jautājumiem, veicinot sabiedrības izpratni, ka emocionāls atbalsts ir normāla un nepieciešama ikviena dzīves sastāvdaļa.

2.9. Infekciju slimības un profilakse

Infekcijas slimību ierosinātāji ir labi izpētīti, un lielākajai daļai infekciju pieejami zinātniski apstiprināti slimību profilakses un ārstēšanas līdzekļi. **Vakcinācija un dažādi higiēnas pasākumi ir nodrošinājuši to, ka daļa infekcijas slimību ir izskauostas vai to izplatība ir būtiski ierobežota**. Neraugoties uz to, infekcijas slimības kā sabiedrības veselības problēma savu aktualitāti nav zaudējušas.

Apmeklējot publiskas vietas, nevakcinēts bērns saskaras ar augstāku inficēšanās risku, tādēļ ir svarīgi ievērot vakcinācijas kalendāru un laikus veikt paredzētās vakcīnas, īpaši pirms bērn sasniedz vecumu, kad inficēšanās risks ir visaugstākais. **Vakcinācijas kalendārā iekļautās vakcīnas ikvienam bērnam tiek nodrošinātas par valsts līdzekļiem**, arī tad, ja viņš nav bijis vakcinēts savlaicīgi (medicīnisku vai citu iemeslu dēļ).

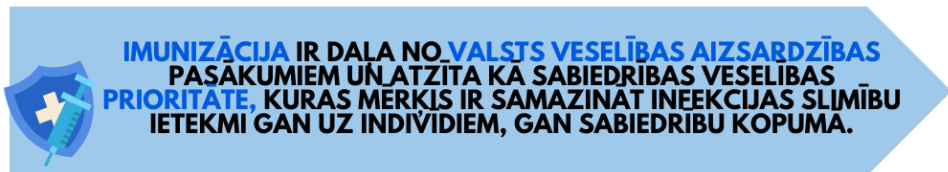


60. attēls. Bērnu kopējais imunizācijas līmenis valsts apmaksātajām vakcīnām, Latvija, SPKC

61. attēls. Bērnu vakcinācijas kalendārs 2024. gadam, SPKC

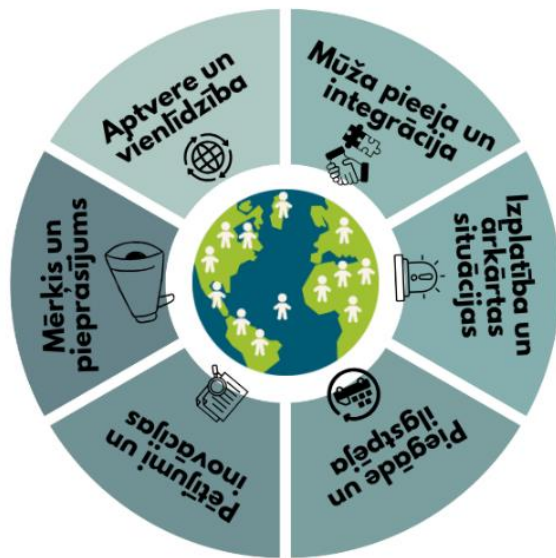


Pieaugušajiem pieejamas 14 dažādas vakcīnas, kas veicina sabiedrības veselību, samazinot saslimstību un mirstību no ar vakcīnām novēršamām slimībām.



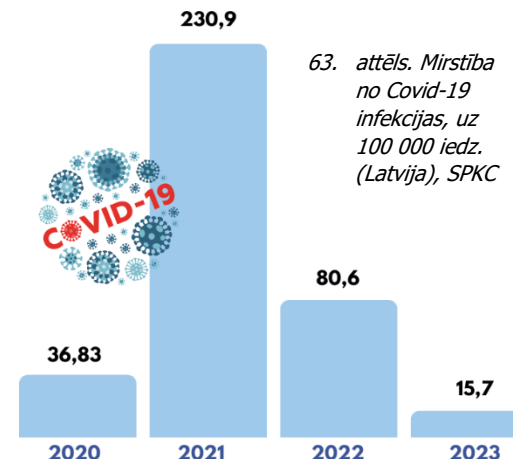
Vakcīnas, piemēram, pret Covid-19, kombinētā vakcīna (pret difteriju, stingumkrampjiem, garo klepu), cilvēka papilomas vīrusu, ērcu encefalītu, hepatītu B, gripu, kombinētā vakcīna (pret masalām, epidēmisko parotītu, masaliņām), vējbakām, jostas rozi un pneimokoku infekcijām ir **rekomendētas visiem pieaugušo populācijā konkrētā vecuma grupā**, savukārt vakcīnas pret A hepatītu, meningokoku un B tipa *Haemophilus influenzae* ir paredzētas pieaugušajiem **ar noteiktām indikācijām**.

2021. gadā PVO izstrādāja Eiropas Imunizācijas programmu 2030, lai novērstu nevienlīdzību vakcīnu izplatībā Eiropā un lai atgūtos no Covid-19 pandēmijas sekām un mazinātu ar vakcināciju novēršamo slimību izplatību. Pēc pandēmijas ierobežojumu atcelšanas Eiropā ir novērojams vakcināciju novēršamo slimību pieaugums. **Piemēram, difterijas gadījumu skaits pieauga no 41 gadījumā 2020. gadā līdz 362 gadījumiem 2022. gadā, un 2022. gadā tika reģistrēti 825 masalu gadījumi 23 valstīs, bet 2023. gada pirmajos piecos mēnešos – 5699 gadījumi.**¹¹ Šāda dinamika atspoguļo reģiona neaizsargātību pret ar vakcināciju novēršamām slimībām.



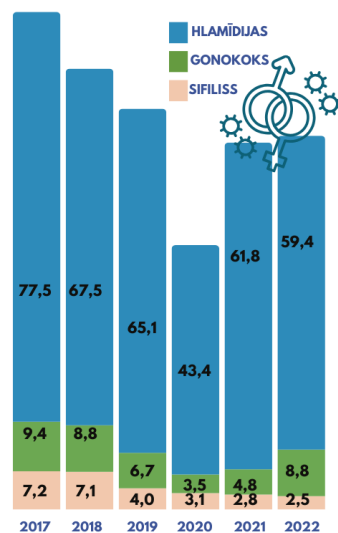
62. attēls. Stratēģiskās prioritātes imunizācijas programmai primārajā veselības aprūpē, PVO

Pēdējos gados sabiedrība ir saskārusies ar jaunām vīrusu izraisītām infekcijas slimībām, kuru profilaksei un ārstēšanai nav bijuši pieejami efektīvi līdzekļi (piemēram, vakcīnas un zāles), un tādēļ tās ir strauji izplatījušās, izraisot epidēmijas vai pandēmijas. **SARS-CoV-2 vīrusa izraisītā pandēmija (Covid-19)**, kas sākās 2020. gada sākumā, vēlreiz pierādīja, ka infekcijas slimības var radīt globālu apdraudējumu, jo to izplatība strauji var pāriet valstu un kontinentu robežas. Covid-19 izraisītā pandēmija parādīja vajās vietas un problēmas kopējā epidemioloģiskās uzraudzības un katastrofu medicīnas pārvaldības sistēmā, kuras būtu nepieciešams stiprināt, lai mazinātu sabiedrības veselības apdraudējumus nākotnē.



63. attēls. Mirstība no Covid-19 infekcijas, uz 100 000 iedz. (Latvija), SPKC

Seksuāli reprodūktīvā veselība



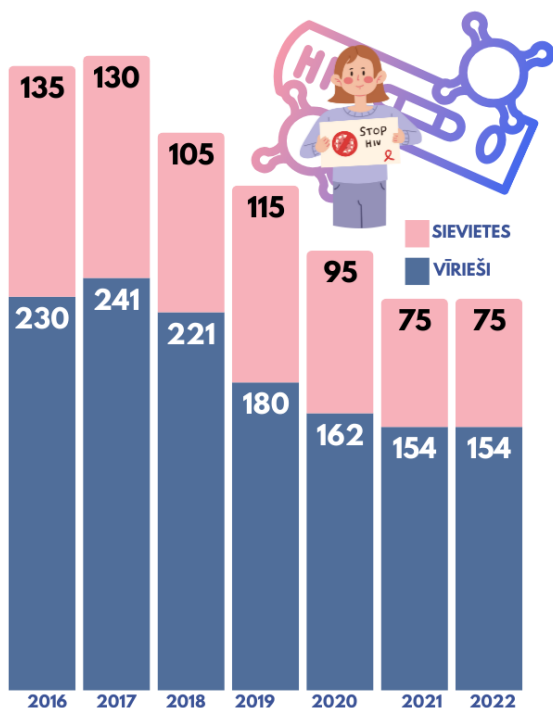
64. attēls. STS (sifiliss, gonokoku infekcija, hlamīdiju ierosinātās seksuāli transmisīvās infekcijas) gadījumu skaits un saslimstība uz 100 000 iedz. (Latvija), SPKC

ir būtiska cilvēka labklājības un sabiedrības veselības sastāvdaļa, kas ietekmē arī demogrāfiju. Latvijas sabiedrībā ir nepietiekama izpratne par seksuālās un reprodūktīvās veselības jautājumiem, kā apliecina **HIV un citu seksuāli transmisīvo infekciju izplatība**. Īpaši izteiktas veselībratības atšķirības vērojamas starp dažādām sociālajām grupām, īpaši to vidū, kuri pakļauti **sociālās atstumtības riskam**, tostarp patvēruma meklētājiem, bēgļiem un personām ar alternatīvo statusu. Šīm grupām izcelsmes valstu, migrācijas un patvēruma meklēšanas procesu radītā stresa dēļ, ir augstāks infekciju un citu veselības problēmu risks.



¹¹ <https://www.who.int/teams/immunization-vaccines-and-biologicals/strategies/ia2030>





HIV (cilvēka imūndeficīta vīruss) infekcija ir klusi noritoša infekcija. Cilvēks, pats nezinot, var būt inficēts un dzīvot ar šo infekciju daudzus gadus bez nekādiem simptomiem un pazīmēm un tādējādi inficēt citus. Paaugstināts risks inficēties ar HIV ir konkrētām sabiedrības grupām, piemēram, ieslodzītajiem, injicējamo narkotiku lietotājiem, prostitūcijā nodarbinātiem, vīriešiem, kuriem ir dzimumattiecības ar vīriešiem, u.c. Saslimstība ar HIV no 2016. gada līdz 2022. gadam ir ievērojami samazinājusies. Samazinājusies ir arī mirstība no šīs infekcijas, kā arī AIDS (iegūtais imūndeficīta sindroms), kas ir HIV pēdējā stadija, gadījumu skaits ir samazinājies gandrīz par pusi. No 2016. līdz 2020. gadam visvairāk slimoja vīrieši un sievietes vecuma kategorijā no 30 līdz 39 gadiem, bet pēdējos divus gadus vairāk slimo cilvēki no **40 līdz 49 gadiem, vīrieši** - gandrīz divas reizes biežāk nekā sievietes.

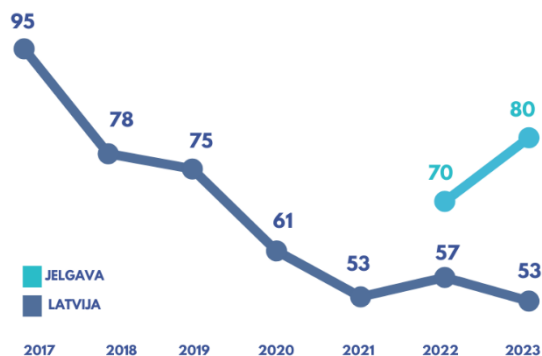
65. attēls. HIV izplatība pa dzimumiem (Latvija), SPKC

C hepatīts ir vīrusu infekcija, kas galvenokārt izplatās ar inficētām asinīm, visbiežāk caur nesterilām adatām injekciju laikā un procedūrās, kas saistītas ar ādas vai gļotādas bojājumiem, piemēram, tetovēšanu un manikīru. Infekcijas izplatība ir īpaši augsta injicējamo narkotiku lietotāju vidū, bet risks pastāv arī medicīniskajās procedūrās, kur izmantoti nepietiekami sterilizēti instrumenti. Lai gan **vakcīna pret C hepatītu neeksistē**, vakcinācija pret A un B hepatītu var palīdzēt novērst nopietnas aknu slimības, piemēram, cirozi un aknu vēzi. Lai mazinātu izplatību, īpaši riska grupām ieteicams veikt regulāras pārbaudes un izmantot tikai sterilus instrumentus medicīniskās procedūrās.

C HEPATĪTA ĀRSTĒŠANA LATVIJĀ IR VALSTS APMAKSĀTA
JAUNĀKIE PRETVĪRUSU MEDIKAMENTI IR EFEKTĪVI APTUVENI 96%
SAMAZINĀS SLIMĪBAS IZPLATĪBU UN UZLABOJAS PACIENTA DZĪVES KVALITĀTE

Latvijā pēdējo gadu laikā saslimstība ar C hepatītu ir būtiski mazinājusies – kopš 2017.

gada hroniska C hepatīta gadījumu skaits ir samazinājies par 50% un kopš 2016. gada valsts apmaksātu ārstēšanu saņēmuši vairāk nekā 10 000 pacientu, no kuriem 96% ārstēšana bijusi veiksmīga. **Tomēr Latvijai joprojām ir viens no augstākajiem saslimstības rādītājiem ES, tādēļ nepieciešams turpināt infekcijas ierobežošanas pasākumus.**



66. attēls. C hepatīta gadījumu skaits uz 100 000 iedz. (Latvija un Jelgavas valstspilsēta), SPKC

LAI IZSKAUSTU C HEPATĪTU KĀ SABIEDRĪBAS VESELĪBAS PROBLEMU UN SASNIEGTU PVO IZVIRZĪTOS MĒRKĪS, NEPIECIEŠAMS NODROŠINĀT TESTĒŠANAS PIEEJAMĪBU UN PACIENTU NOVIRZĪŠANU ĀRSTĒŠANAI

HIV profilakses punkti Latvijā sākotnēji tika izveidoti kā daļa no valsts un nevalstisko organizāciju iniciatīvām HIV/AIDS izplatības mazināšanai. Pirmais profilakses punkts tika atvērts 1997. gadā, kad tika ieviestas pirmās stratēģijas HIV/AIDS krīzes risināšanai Latvijā. Šobrīd valstī darbojas kopumā 29 HIV profilakses punkti 14 pilsētās.¹² Kopš 2012. gada **Slimību profilakses un kontroles centrs (SPKC)** nodrošina HIV profilakses punktiem nepieciešamo medikamentu un medicīnas ierīču plānošanu, iepirkšanu, uzglabāšanu, uzskaiti un izplatīšanu.



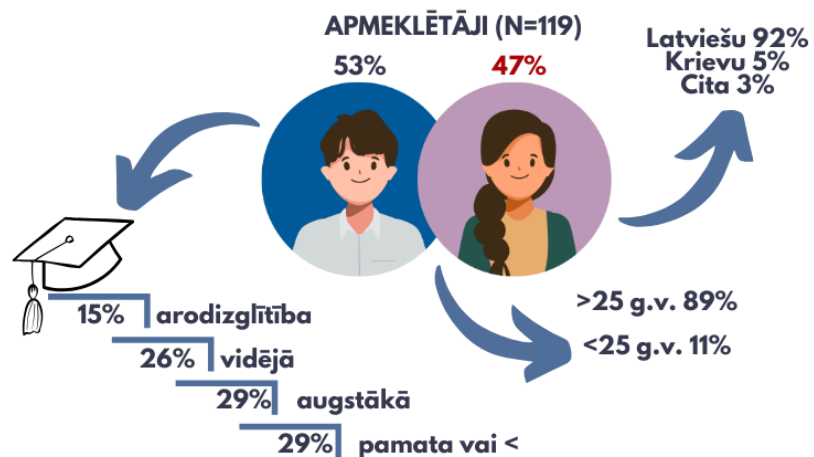
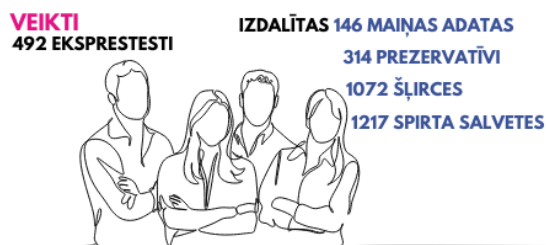
2022. gada 1. augustā Jelgavas valstspilsētas pašvaldības iestāde "Jelgavas sociālo lietu pārvalde" noslēdza sadarbības līgumu ar SPKC un izveidoja HIV profilakses punktu Stacijas ielā 13. Šī punkta galvenais mērķis ir nodrošināt anonīmus un konfidenciālus eksprestestus HIV, sifilisam, B un C vīrusu hepatītam, kā arī sniegt pirms un pēc testa konsultācijas par veselību, infekcijas slimību profilaksi un ārstēšanas iespējām. Papildus punkts īsteno kaitējuma mazināšanas programmu sadarbībā ar SPKC, kas ietver sterilu adatu un citu materiālu izsniegšanu, lai mazinātu infekcijas riskus, kas saistīti ar intravenozo narkotiku lietošanu.

¹² <https://www.spkc.gov.lv/lv/atrodi-sev-tuvako-hiv-profilakses-punktu> (11/2024)



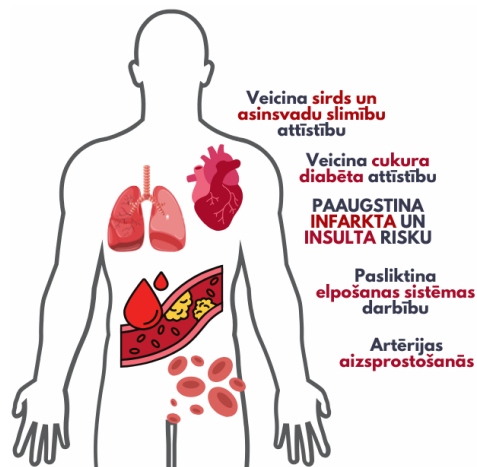


67. attēls. HIV profilakses punkts "Jelgavas sociālo lietu pārvalde", Veselības veicināšanas nodaļā, Stacijas ielā 13



68. attēls. Apmeklētāja portrets Jelgavas HPP 2023. gadā, SPKC

2.10. Zodu un mutes dobuma higiēna



Mutes dobuma veselība **būtiski ietekmē cilvēka vispārējo veselību un dzīves kvalitāti**. Tādas problēmas kā smaganu un mutes dobuma slimības, zobu zudums un slikts zobu stāvoklis var traucēt normālu ēdiena uzņemšanu, sakošļāšanu, smaidīšanu un runāšanu, vienlaikus pazeminot dzīves kvalitāti. **Slikts zobu un smaganu stāvoklis kalpo par infekcijas avotu organismā**. Riska faktori mutes veselības problēmām ir neveselīga diēta, tabakas un alkohola pārmērīga lietošana, kā arī nepietiekama mutes dobuma higiēna. Pie stomatoloģiskajām slimībām pieskaitāmas zobakmens, kariess, pulpīts, gingivīts un periodontīts. No šīm slimībām iespējams izvairīties, veicot profilaktiskus pasākumus, piemēram, regulāri tīrot zobus, ievērojot veselīgu un sabalansētu uzturu, **apmeklējot zobu higiēnistu divas reizes gadā** un regulāri konsultējoties pie zobārsta.



MUTES DOBUMĀ ESOŠĀS BAKTĒRIJAS UN APLĪKUMS VAR NOKĻŪT ASINSRITĒ CAUR SMAGANĀM



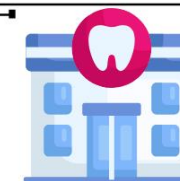
NERŪPĒŠANĀS PAR SAVA MUTES DOBUMA VESELĪBU VAR NOVEST NE TĪKAI PIE ZODU ZAUDĒŠANĀS UN VIZUĀLNEPIEVILCĪGA ĀRĒJA IZSKATA, BET ĀRI PIE DZĪVĪBAI BĪSTAMĀM SASLIMSĀNĀM

1 Mutes, sejas un žokļu ķirurga kabinets

3 Zobu tehniskās laboratorijas

1 Ortodonta kabinets

40 - zobārsta pakalpojumi
20 - zobu higiēnista pakalpojumi



42
zobārstniecības iestādes

69. attēls. Ārstniecības iestādes Jelgavā, 08.11.2024., Veselības inspekcija



9 zobārstniecības pakalpojumi
9 zobu higiēnas pakalpojumi
1 ortodontiskā ārstēšana

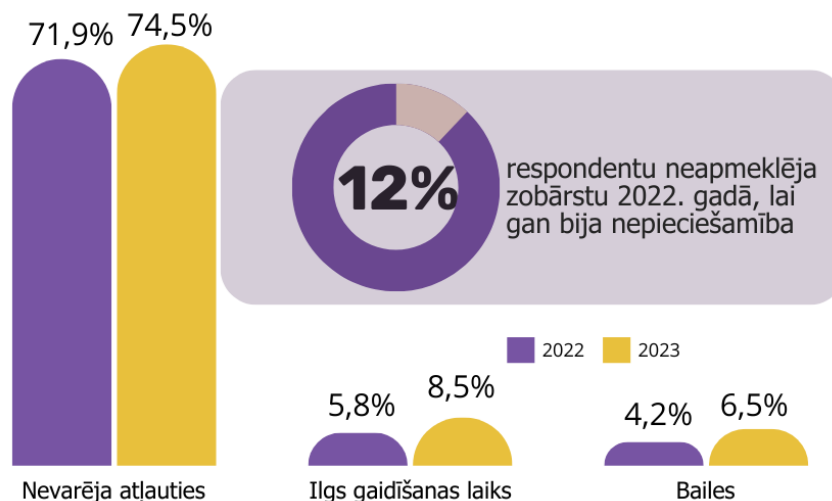


BĒRNIEM LĪDZ 18 G.V. JELGAVĀ

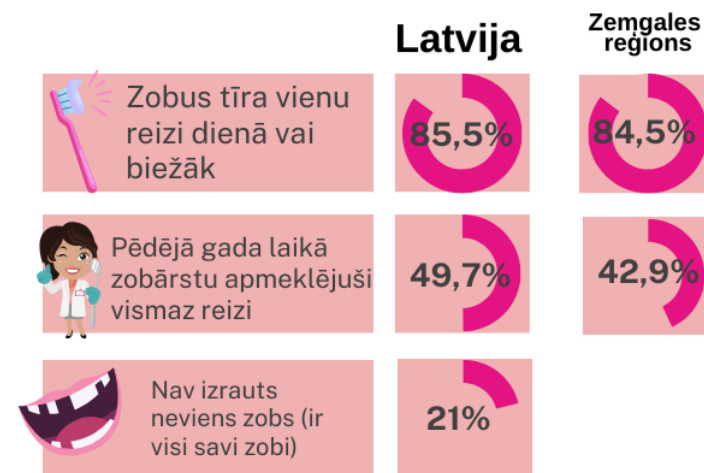
zobu veselību, to saistot ar uztura paradumu ietekmi, kā arī motivējot pareizi un regulāri tīrīt zobus. **Projekta ietvaros tika novadītas 1200 bezmaksas nodarbības** visā Latvijā. Mērķauditorija bija pirmsskolas izglītības iestāžu audzēkņi no 4 gadu vecuma un 1. – 2. klašu izglītojamie, tai skaitā izglītojamie ar īpašām vajadzībām. 2024. gadā atsākas semināri pedagogiem par mutes dobuma un zobu veselību, saistībā ar veselīga uztura paradumiem. Attālināti paredzēts īstenot 34 seminārus. Seminārus vadīs Latvijas Universitātes aģentūras "Latvijas Universitātes Rīgas 1. medicīnas koledžas" pedagogi, zobārstniecības aprūpes speciālisti. Semināru mērķis ir pilnveidot pedagogu zināšanas par mutes dobuma un zobu veselības jautājumiem, kā arī attīstīt prasmes mūsdienīgu mācību risinājumu izmantošanā, runājot ar izglītojamajiem par pareizas un regulāras mutes dobuma un zobu higiēnas nozīmi saistībā ar veselīga uztura paradumiem mutes dobuma un zobu veselības saglabāšanu un veicināšanu.¹⁴

Bērniem līdz 18 gadu vecumam tiek nodrošināti valsts apmaksāti zobārstniecības pakalpojumi. Reizi gadā bērniem tiek apmaksāta arī zobu higiēna - 2 līdz 18 gadu vecumā. Divas reizes gadā zobu higiēnas pakalpojumus bērni var saņemt 7, 11 un 12 gadu vecumā. Bērniem līdz 18 gadu vecumam apmaksā arī pirmreizēju ortodontisko konsultāciju. Iedzīvotājiem iedzimtu sejas-žokļu šķeltnu gadījumā, tai skaitā smagu žokļu-sejas deformāciju gadījumos, ortodontisko ārstēšanu apmaksā vecumā līdz 25 gadiem.¹³

Izglītība par pareizu mutes higiēnu ir būtiska, lai veicinātu sabiedrības veselību. Izglītojošas kampaņas un skolās īstenotās mutes veselības izglītības programmas ir svarīgas, lai uzlabotu sabiedrības higiēnas paradumus. 2018. gadā Veselības ministrija īstenoja "Programmu pirmsskolas un sākumskolas vecuma bērniem Latvijā par mutes un zobu veselības veicināšanu saistībā ar veselīga uztura paradumiem". Programmas mērķis bija veicināt pirmsskolas un sākumskolas vecuma bērnu mutes dobuma un



70. attēls. Zobārsta neapmeklēšanas iemesls, (16+ g.v.), Latvijā, CSP



71. attēls. Zobu higiēnas paradumi, (15-74 g.v.), 2022, SPKC

¹³ <https://www.vmnvd.gov.lv/lv/zobarstniecibas-palidziba>

¹⁴ <https://tirizobi.lv/2024gada-atsakas-seminari-pedagojiem-par-mutes-dobuma-un-zobu-veselibu-saistiba-ar-veseliga-uztura>

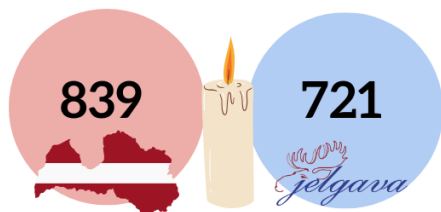
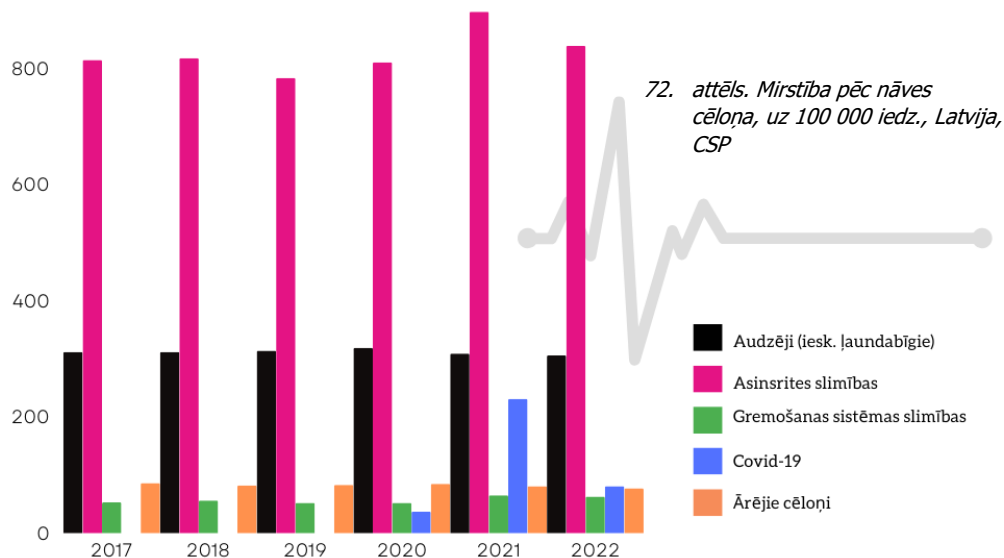


2.11. Neinfekciju slimības un profilakse



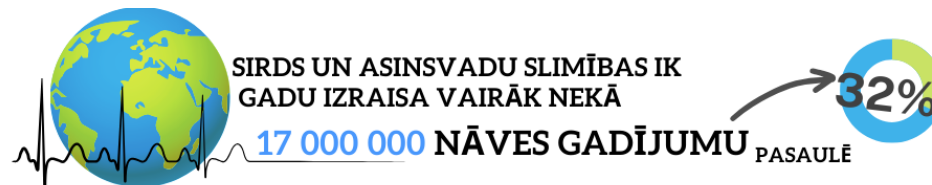
HRONISKO NEINFEKCIJAS SLIMĪBU UN TŪ RISKA FAKTORU IZPLATĪBA BŪTISKI IETEKME LATVIJAS IEDZIVOTAJU VESELĪBU UN PRASA LIELĀKAS VESELĪBAS APRŪPES IZMAKSAS

Neinfekcijas slimības, tādas kā sirds un asinsvadu slimības un audzēji, ir galvenie nāves cēloņi Latvijā un veido 70% no visiem nāves gadījumiem pasaulē. Šo slimību izplatību var būtiski mazināt, veicinot veselīgu dzīvesveidu, uzlabojot uztura kvalitāti, samazinot smēķēšanu un alkohola lietošanu, kā arī palielinot fizisko aktivitāti.

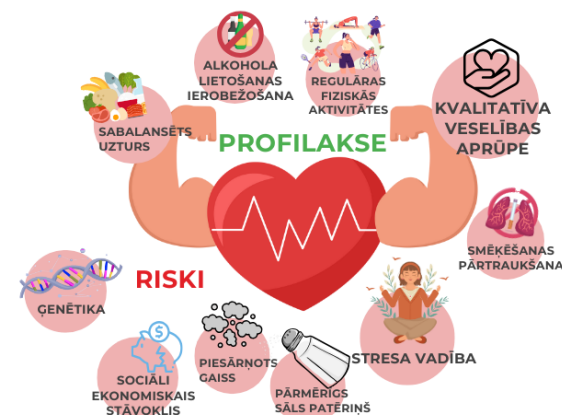


73. attēls. Mirstība pēc nāves cēloņa "Asinsrites slimības", uz 100 000 iedz., 2022, CSP

Sirds un asinsvadu slimības ir saslimšanas, kas skar sirdi vai asinsvadus. Tām var būt dažādi cēloņi, taču visbiežākie iemesli ir ateroskleroze un/vai augsts asinsspiediens.



Kaut arī šīs slimības parasti skar gados vecākus cilvēkus, pirmās izmaiņas sirds un asinsvadu sistēmā sākas ievērojami agrāk - bieži vien jau pusaudžu gados vai agrā pieaugušo vecumā. Tāpēc agrīna profilakse ir izšķiroša, lai samazinātu turpmāko saslimstības risku.



Lai novērstu aterosklerozes attīstību un samazinātu sirds un asinsvadu slimību izplatību, ir būtiski mazināt visus novēršamos riska faktorus. Veselības aprūpes sistēmai ir svarīga loma slimību profilaksē, nodrošinot iedzīvotājiem pieeju nepieciešamajiem izmeklējumiem un ārstēšanai, kā arī veicinot veselības izglītību sabiedrībā. Efektīva sirds un asinsvadu slimību profilakse prasa daudzpusīgu pieeju, kas ietver gan individuālus pasākumus, gan plašākas sabiedrības veselības politikas pasākumus.

Viens no nozīmīgiem sirds un asinsvadu slimību riska faktoriem, kas palielina hipertensijas risku, ir **pārmērīga sāls lietošana uzturā**. Pārmērīgs sāls patēriņš ir tieši saistīts ar augstu asinsspiedienu, kas ir galvenais sirds un asinsvadu slimību cēlonis, tostarp insulta un sirds mazspējas risks.

2020. gadā veiktajā pētījumā par sāls un joda patēriņu Latvijas pieaugušo iedzīvotāju vidū secināts, ka lielākā daļa pētījuma dalībnieku



dienā uzņem pārkārtīgu daudzumu, ievērojami pārsniedzot PVO ieteikumu – ne vairāk kā 5 gramus dienā. Šie rezultāti uzsvēr nepieciešamību veikt sabiedrības veselības kampaņas, lai izglītotu iedzīvotājus par sāls patēriņa samazināšanas nozīmi.



Audzēji ir otrais izplatītākais nāves cēlonis gan Latvijā, gan Jelgavas valstspilsētā. Pēc augšanas īpatnībām audzējus iedala **labdabīgos un ļaundabīgos audzējos. Labdabīgie audzēji parasti aug lēni**, tie neveido perēkļus citur cilvēka organismā. Laicīgi konstatējot labdabīgu audzēju, to var viegli operēt, novēršot risku, ka audzējs varētu nospriest vitāli svarīgus orgānus vai iejaukties endokrīnajā sistēmā. Tomēr, ja labdabīgie audzēji netiek ārstēti vai regulāri uzraudzīti, pastāv risks, ka tie var pārveidoties par ļaundabīgiem audzējiem, kas ir daudz bīstamāki.

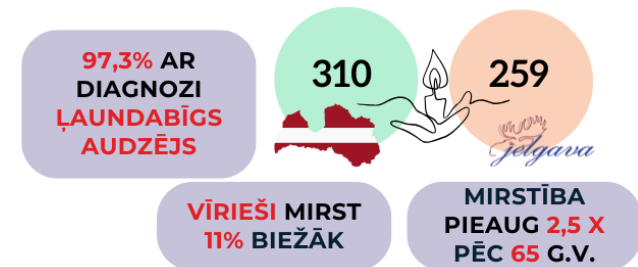
Ļaundabīgie audzēji, pazistami arī kā vēzis, parasti aug strauji un agresīvi. Tie spēj iespieties veselajos audos un orgānos, radot neatgriezeniskus bojājumus. Viena no ļaundabīgo audzēju bīstamākajām īpašībām ir to spēja izplatīties uz citām organisma vietām, veidojot metastāzes.

Agrīna ļaundabīgo audzēju diagnostika ir kritiska, jo tā palielina iespējas uz veiksmīgu ārstēšanu un pacienta izdzīvošanu.

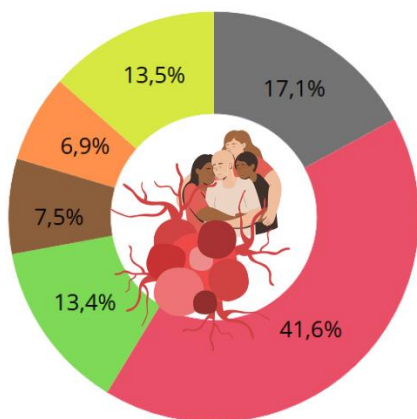
2022. gadā nāves cēlonis diagnožu grupā "C00-D48 Audzējs"¹⁵ tika reģistrēts **5832 gadījumos**, no kuriem 97,3% bija tieši ļaundabīgie audzēji. No šīm diagnozēm vislielāko mirstību izraisa **gremošanas orgānu ļaundabīgie audzēji**, kas ietver kuņģa, aknu, aizkuņģa dziedzera un zarnu vēzi. Gremošanas orgānu ļaundabīgie audzēji bieži vien tiek diagnosticēti vēlīnā stadijā, kad ārstēšanas iespējas ir ierobežotas, tāpēc šo audzēju agrīna atklāšana ir īpaši svarīga.

Šie rādītāji uzsver, cik **svarīgi ir veikt regulāras veselības pārbaudes un piedalīties skrīninga programmās**, kas var ievērojami palielināt vēža agrīnas diagnostikas iespējas un uzlabot ārstēšanas iznākumus.

75. attēls. Mirstība pēc nāves cēloņa ļaundabīgi audzēji sadalījumā pa diagnozēm, Latvija, 2022, CSP



74. attēls. Mirstība pēc nāves cēloņa "Audzēji", uz 100 000 iedz., 2022, CSP



- Elpošanas un krūšu dobuma orgānu ļaundabīgi audzēji
- Gremošanas orgānu ļaundabīgi audzēji
- Sieviešu dzimumorgānu ļaundabīgi audzēji
- Vīriešu dzimumorgānu ļaundabīgi audzēji
- Urīnizvadorgānu ļaundabīgi audzēji
- Citi

Ļaundabīgo audzēju jeb onkoloģisku slimību gadījumā ļoti svarīga ir **PROFILAKSE**

Agrīnās slimības stadijas bieži norit bez simptomātikas

Agrīni atklājot slimību profilaktiskās pārbaudes laikā, ir iespējams uzsākt savlaicīgu ārstēšanu → **TĀ IR DAUDZ EFEKTĪVĀKA**

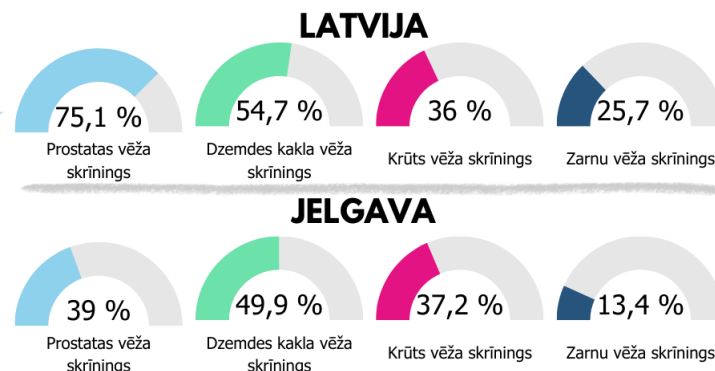
KRŪTS VĒZIS
50-68 g.v.

DZEMDES KAKLA VĒZIS
25-67 g.v.

ZARNU VĒZIS
50-74 g.v.

PROSTATAS VĒZIS
50-75 g.v.

Kopš 2009. gada Latvijā tiek organizētas valsts apmaksātas profilaktiskās pārbaudes, kuru ietvaros, atbilstošās vecuma grupas iedzīvotāji tiek aicināti veikt **bezmaksas vēža skrīningu**. No 2021. gada Latvijā ir ieviesta valsts apmaksāta profilaktiskā pārbaude arī prostatas vēža noteikšanai. **Dzemdē kakla un krūts vēža pārbaudes veikšanai tiek nosūtītas uzaicinājuma vēstules, bet zarnu un prostatas vēža pārbaudes organizē ģimenes ārstu prakses.**



76. attēls. Vēža skrīninga atsauces rādītāji, 2023, NVD

2024. gadā Veselības ministrija **izvirzīja mērķi uzlabot onkoloģijas aprūpi**, īstenojot trīs līmeņu aktivitātes, kas aptver politisko, ierēdniecisko un sabiedrisko jomu. **Tiks izveidots un sertificēts Latvijas vēža centrs**, kas nodrošinās specializētu ārstēšanu, izglītību un pētniecību. Plānots izveidot vienotu onkoloģijas aprūpes pārvaldību, kas uzlabos ārstēšanas kvalitāti un pacientu aprūpes standartus, kā arī slimnīcu sadarbības tīklu resursu apmaiņai un koordinācijai. Tiks izstrādātas vadlīnijas, lai vēža aprūpē izmantotu modernākās tehnoloģijas un labākās prakses.

¹⁵ SSK-10 - Starptautiskās statistiskās slimību un veselības problēmu klasifikācijas



3. SVID ANALĪZE

Stiprās puses	Vājās puses	Iespējas	Draudi
Noteiktas prioritārās jomas veselības veicināšanā, nodrošinot mērķtiecīgu un stratēģisku pieeju	Ārstniecības personu zemā ieinteresētība veselības veicināšanā	Dalība ESF projektā Nr. 4.1.2.2/1/24/I/021 "Veselības veicināšanas aktivitātes Jelgavā" no 2025. gada marta līdz 2029. gada 31. decembrim	Iestāžu zemā motivācija un izpratnes trūkums par veselības veicināšanas iniciatīvu ieguvumiem ierobežo to iesaisti
Veselības veicināšanas nodaļas aktīva darbība	Nepietiekams bezmaksas fizisko aktivitāšu piedāvājums pieaugošajam pieprasījumam	VVN stiprināšana ar papildu finansējumu kapacitātes uzlabošanai	Novēlota sporta un aktīvās atpūtas infrastruktūras renovācija palielina bojājumu risku, nākotnes izmaksas un ierobežo tās izmantošanu
Jelgavas valstspilsētas dalība Nacionālā veselīgo pašvaldību tīklā	Nav vienotas sadarbības sistēmas veselības veicināšanā	Izveidot visaptverošu uzraudzības sistēmu, iesaistot atbildīgās institūcijas NVPT monitoringā	Attieksme pret veselības veicināšanu kā mazsvarīgu jomu kavē tās attīstību un resursu piesaisti
Veselības veicināšanas konsultatīvās komisijas profesionālais atbalsts veselības politikas jautājumos	Nepilnīgi attīstīts veloceļu tīkls un nepietiekami attīstīta sporta un aktīvās atpūtas infrastruktūra	Stiprināt sadarbību ar NVO un pašvaldības struktūrvienībām efektīvākai resursu izmantošanai	Sociālekonomiskā nevienlīdzība ierobežo piekļuvi veselības aktivitātēm
Pašvaldības budžets veselības veicināšanas mērķu sasniegšanai	Aizspriedumi un nepareizi priekšstati par vieglas intensitātes sporta vērtību un iespējām	Delegēt konkrētas veselības veicināšanas aktivitātes atbilstošām pašvaldības struktūrvienībām	Nepietiekama sabiedrības veselībratība un izpratne par profilaksi
Labiekārtota pilsētvide un attīstīta brīvpieejas sporta infrastruktūra	Nepietiekamas sabiedrības zināšanas par veselības veicināšanas un profilakses jautājumiem	Attīstīt sadarbību ar vietējo privāto sektoru	Informācijas trūkums par veselības aprūpes pieejamību
Efektīvi izmantoti informācijas kanāli un aktīvi sociālo tīklu konti	Kritiskās problēmas veselības veicināšanas un slimību profilakses jomā netiek pietiekami aktualizētas sabiedrībā	Izglītības iestāžu aktīvāka dalība NVVST	
Plaša sabiedrības iesaiste, līdzdalība un organizāciju atbalsts veselības veicināšanā	Ierobežotas iespējas specifiskām mērķa grupām, piemēram, personām ar kustību traucējumiem vai citām īpašām vajadzībām		
Mērķēts ES fondu finansējums veselības veicināšanas un slimību profilakses aktivitāšu īstenošanai	Nepietiekams finansējums veselības veicināšanas iniciatīvām		



4. STRATĒĢISKĀ DAĻA

VĪZIJA

Jelgavnieks ir vesels un aktīvs, kā arī informēts par veselīga dzīvesveida nozīmi.

Iedzīvotājam rūp sava un tuvinieku veselība, tiek pieņemti atbildīgi un tālredzīgi lēmumi.



Veselības veicināšanas

STRATĒĢISKIE UZSTĀDĪJUMI JELGAVĀ

2025.-2034. gadam

MĒRĶI

M1: Uzlabot iedzīvotāju iesaisti fiziskās aktivitātēs

M3: Samazināt alkohola patēriņu iedzīvotāju vidū

M5: Uzlabot iedzīvotāju psihisko veselību

M7: Samazināt saslimstību ar infekciju slimībām

M9: Veicināt zobu un mutes dobuma higiēnas ievērošanu

M2: Uzlabot iedzīvotāju ēšanas paradumus

M4: Palielināt nesmēķētāju īpatsvaru

M6: Palielināt iedzīvotāju iesaisti ikgadējās profilakses apskatēs pie ģimenes ārsta

M8: Palielināt vēža skrīninga atsaučības līmeni

M10: Uzlabot starpinstitutionālo sadarbību veselības veicināšanai

RĪCĪBAS VIRZIENI

RV1: IEDZĪVOTĀJU IESAISTE REGULĀRĀS UN PIETIEKAMĀS FIZISKĀS AKTIVITĀTĒS

RV2: VESELĪGA UN PILNVĒRTĪGA UZTURA LIETOŠANAS VEICINĀŠANA

RV3: ATKARĪBU PROFILAKSE

RV4: PSIHISKĀS VESELĪBAS VEICINĀŠANA

RV5: SLIMĪBU PROFILAKSE

RV6: SADARBĪBA UN INFORMĀCIJAS APRĪTE



Rezultatīvie rādītāji Programmas 2034 efektivitātes uzraudzībai

Rīcības virziens	Mērķis			
	Programmas 2034 efektivitātes rādītāji	Bāzes vērtība (atsauces gads)	Sagaidāmā tendence (mērķa gads)	Datu avots
RV1: Iedzīvotāju iesaiste regulārās un pietiekamās fiziskās aktivitātēs	M1: Uzlabot iedzīvotāju iesaisti fiziskās aktivitātēs			
	Pieaug iedzīvotāju īpatsvars, kuri brīvajā laikā veic vismaz 30 minūšu ilgus fiziskos vingrinājumus 2-3 reizes nedēļā un biežāk	24,1% (2022)	Pieaug ↑ (2034)	Latvijas iedzīvotāju veselību ietekmējošo paradumu pētījums, Zemgales reģions, SPKC
	Pieaug aktīvās atpūtas infrastruktūras objektu skaits Jelgavas valstspilsētas pašvaldībā	Veloceliņu kopgarums – 37,7km Rotaļu laukumi – 19 Āra trenāžieru laukumi – 7 Basketbola laukumi – 4 Pludmales volejbola laukumi – 5 (2023)	Pieaug ↑ (2034)	JVPI "Pilsētsaimniecība"
RV2: Veselīga un pilnvērtīga uztura lietošanas veicināšana	M2: Uzlabot iedzīvotāju ēšanas paradumus			
	Pieaug iedzīvotāju īpatsvars, kuri 3-5 reizes nedēļā un biežāk uzturā lieto svaigus dārzeņus un augļus un ogas	Svaigi dārzeņi – 81,6% Augļi un ogas – 72,6% (2022)	Pieaug ↑ (2034)	Latvijas iedzīvotāju veselību ietekmējošo paradumu pētījums, Zemgales reģions, SPKC
	Samazinās iedzīvotāju skaits ar lieko svaru un aptaukošanos	Lieks svars – 43,7% Aptaukošanās – 24,5% (2022)	Samazinās ↓ (2034)	Latvijas iedzīvotāju veselību ietekmējošo paradumu pētījums, Zemgales reģions, SPKC
RV3: Atkarību profilakse	M3: Samazināt alkohola patēriņu iedzīvotāju vidū			
	Samazinās personu īpatsvars, kuri pēdējās nedēļas laikā lietojuši alkoholiskus dzērienus vismaz vienu reizi	Alus lietošana – 29,7% Vīna lietošana – 23,5% Stiprais alkohols – 30,9% (2022)	Samazinās ↓ (2034)	Latvijas iedzīvotāju veselību ietekmējošo paradumu pētījums, Zemgales reģions, SPKC
	M4: Palielināt nesmēķētāju īpatsvaru			



Rīcības virziens	Mērķis			
	Programmas 2034 efektivitātes rādītāji	Bāzes vērtība (atsauces gads)	Sagaidāmā tendence (mērķa gads)	Datu avots
	Palielinās nesmēķētāju īpatsvars	58,8% (2022)	Pieaug ↑ (2034)	Latvijas iedzīvotāju veselību ietekmējošo paradumu pētījums, Zemgales reģions, SPKC
	Palielinās ikdienas smēķētāju īpatsvars, kuri izsaka vēlmi atmest smēķēšanu	6,9% (2022)	Pieaug ↑ (2034)	Latvijas iedzīvotāju veselību ietekmējošo paradumu pētījums, Zemgales reģions, SPKC
RV4: Psihiskās veselības veicināšana	M5: Uzlabot iedzīvotāju psihisko veselību			
	Samazinās personu īpatsvars, kuri pēdējā mēneša laikā izjutuši saspringtību, stresu un nomāktību	59,2% (2022)	Samazinās ↓ (2034)	Latvijas iedzīvotāju veselību ietekmējošo paradumu pētījums, Zemgales reģions, SPKC
	Mirstības gadījumu skaits no tīša paškaitējuma saglabājas nemainīgs	0 uz 100 000 iedz. (2023)	Nepieaug ≈ (2034)	SPKC, Jelgavas valstspilsēta
RV5: Slimību profilakse	M6: Palielināt iedzīvotāju iesaisti ikgadējās profilakses apskatēs pie ģimenes ārsta			
	Palielinās iedzīvotāju īpatsvars, kuri savu veselību novērtē kā diezgan labu vai labu	42,6% (2022)	Pieaug ↑ (2034)	Latvijas iedzīvotāju veselību ietekmējošo paradumu pētījums, Zemgales reģions, SPKC
	Pieaug iedzīvotāju īpatsvars, kuri pēdējā gada laikā ir veikuši bezmaksas profilaktisko veselības pārbaudi pie ģimenes ārsta	40% (2022)	Pieaug ↑ (2034)	Latvijas iedzīvotāju veselību ietekmējošo paradumu pētījums, Zemgales reģions, SPKC
	M7: Samazināt saslimstību ar infekciju slimībām			
	Samazinās hroniska un akūta C hepatīta gadījumu skaits	80,3 uz 100 000 iedz. (2023)	Samazinās ↓ (2034)	SPKC, Jelgavas valstspilsēta
	M8: Palielināt vēža skrīninga atsaucības līmeni			



Rīcības virziens	Mērķis			
	Programmas 2034 efektivitātes rādītāji	Bāzes vērtība (atsauces gads)	Sagaidāmā tendence (mērķa gads)	Datu avots
	Pieaug vēža skrīninga atsaucība	Dzemdnes kakla vēzis – 49,98% Krūts vēzis – 37,24% Sievietes, zarnu vēzis – 14,49% Vīrieši, zarnu vēzis – 11,99% Prostatas vēzis – 39,00% (2023)	Pieaug ↑ (2034)	NVD, Jelgavas valstspilsēta
	M9: Veicināt zobu un mutes dobuma higiēnas ievērošanu			
	Pieaug iedzīvotāju īpatsvars, kuri zobus tīra 1x dienā vai biežāk	84,5% (2022)	Pieaug ↑ (2034)	Latvijas iedzīvotāju veselību ietekmējošo paradumu pētījums, Zemgales reģions, SPKC
RV6: Sadarbība un informācijas aprīte	M10: Uzlabot starpinstitucionālo sadarbību veselības veicināšanai			
	Veselības veicināšanas pasākumu un sadarbības partneru skaita pieaugums	Sadarbības partneri – 9 Pasākumu skaits sadarbības rezultātā – 44 (2023)	Pieaug ↑ (2034)	JSLP



5. RĪCĪBAS PLĀNS

Nr.p.k.	Uzdevumi un rīcības	Izpildes termiņš	Atbildīgā institūcija	Sadarbības partneri	Iespējamais finanšu avots	Izpildes rādītāji
Rīcības virziens 1						
Iedzīvotāju iesaiste regulārās un pietiekamās fiziskās aktivitātēs						
1.1.	Veicināt lielāku iedzīvotāju izpratni par un iesaisti fiziskajās aktivitātēs					
1.1.1.	Īstenot daudzveidīgas fiziskās aktivitātes, pielāgojot nodarbības dažādām mērķa grupām	2025.-2034.	JSLP, APD	Pašvaldības institūcijas, NVO, Augstākās izglītības iestādes, SPKC	Ikgadējā budžeta ietvaros, projektu finansējums	1.Īstenoto pasākumu skaits 2.Dalībnieku skaits īstenotajos pasākumos 3.Dalībnieku mērķa grupa 4.Dalībnieku novērtējums par pasākumu
1.1.2.	Organizēt izglītojošus pasākumus, popularizējot fizisko aktivitāšu nozīmi veselībai un motivētu iedzīvotājus	2025.-2034.	JSLP, APD	Pašvaldības institūcijas, NVO, Ārstniecības iestādes, SPKC	Ikgadējā budžeta ietvaros, projektu finansējums	1.Īstenoto pasākumu skaits 2.Dalībnieku skaits īstenotajos pasākumos 3.Dalībnieku mērķa grupa 4.Dalībnieku novērtējums par pasākumu
Rīcības virziens 2						
Veselīga un pilnvērtīga uztura lietošanas veicināšana						
2.1.	Izglītīt iedzīvotājus par veselīga uztura paradumiem					
2.1.1.	Organizēt izglītojošus pasākumus par veselīgu uzturu dažādām mērķa grupām	2025.-2034.	JSLP, APD	Pašvaldības institūcijas, NVO, PVD, SPKC, SIA "Jelgavas ūdens"	Ikgadējā budžeta ietvaros, projektu finansējums	1.Īstenoto pasākumu skaits 2.Dalībnieku skaits īstenotajos pasākumos 3.Dalībnieku mērķa grupa 4.Dalībnieku novērtējums par pasākumu par pasākumu



Nr.p.k.	Uzdevumi un rīcības	Izpildes termiņš	Atbildīgā institūcija	Sadarbības partneri	Iespējamais finanšu avots	Izpildes rādītāji
2.2.	Izglītēt iedzīvotājus par aptaukošanās profilaksi					
2.2.1.	Organizēt izglītojošus pasākumus par veselīga ķermeņa svara nozīmi un uzturēšanu	2025.-2034.	JSLP	Pašvaldības institūcijas, NVO, SPKC, Ārstniecības iestādes	Ikgadējā budžeta ietvaros	1.Īstenoto pasākumu skaits 2.Dalībnieku skaits īstenotajos pasākumos 3.Dalībnieku mērķa grupa 4.Dalībnieku novērtējums par pasākumu
Rīcības virziens 3 Atkarību profilakse						
3.1.	Mazināt dažāda veida atkarību izraisošo vielu lietošanu un procesu atkarības					
3.1.1.	Organizēt izglītojošus pasākumus par atkarību profilaksi	2025.-2034.	JSLP, APD	Pašvaldības institūcijas, NVO, SPKC, Ārstniecības iestādes	Ikgadējā budžeta ietvaros, projektu finansējums	1.Īstenoto pasākumu skaits 2.Dalībnieku skaits īstenotajos pasākumos 3.Dalībnieku mērķa grupa 4.Dalībnieku novērtējums par pasākumu
Rīcības virziens 4 Psihiskās veselības veicināšana						
4.1.	Uzlabot iedzīvotāju psihoemocionālo labklājību					
4.1.1.	Organizēt izglītojošus pasākumus iedzīvotājiem par psihiskās veselības jautājumiem	2025.-2034.	JSLP, APD	Pašvaldības institūcijas, NVO, SPKC, Ārstniecības iestādes	Ikgadējā budžeta ietvaros, projektu finansējums	1.Īstenoto pasākumu skaits 2.Dalībnieku skaits īstenotajos pasākumos 3.Dalībnieku mērķa grupa 4.Dalībnieku novērtējums par pasākumu
4.1.2.	Organizēt tematiskas un praktiskas nodarbības dažādām mērķa grupām par ģimenes emocionālās labklājības nostiprināšanu	2025.-2034.	JSLP, APD	Pašvaldības institūcijas, NVO, SPKC, Ārstniecības iestādes	Ikgadējā budžeta ietvaros, projektu finansējums	1.Īstenoto pasākumu skaits 2.Dalībnieku skaits īstenotajos pasākumos 3.Dalībnieku mērķa grupa 4.Dalībnieku novērtējums par pasākumu



Nr.p.k.	Uzdevumi un rīcības	Izpildes termiņš	Atbildīgā institūcija	Sadarbības partneri	Iespējamais finanšu avots	Izpildes rādītāji
4.1.3.	Organizēt izglītojošas un profilaktiskas nodarbības skolēniem par cieņpilnu attiecību veidošanu un ņirgāšanās mazināšanu	2025.-2034.	JSLP, APD	Pašvaldības institūcijas, SPKC, Augstākās izglītības iestādes	Ikgadējā budžeta ietvaros, projektu finansējums	1.Īstenoto pasākumu skaits 2.Dalībnieku skaits īstenotajos pasākumos 3.Dalībnieku mērķa grupa 4.Dalībnieku novērtējums par pasākumu
4.1.4.	Organizēt diskusiju grupas dažādām mērķa grupām pieredzes apmaiņai un savstarpējam atbalstam par aktuāliem emocionālās labklājības jautājumiem	2025.-2034.	JSLP	Pašvaldības institūcijas, NVO, SPKC, Ārstniecības iestādes	Ikgadējā budžeta ietvaros	1.Īstenoto pasākumu skaits 2.Dalībnieku skaits īstenotajos pasākumos 3.Dalībnieku mērķa grupa 4.Dalībnieku novērtējums par pasākumu
Rīcības virziens 5 Slimību profilakse						
5.1.	Uzlabot ģimenes veselībratību agrīnai slimību profilaksei					
5.1.1.	Organizēt informatīvus un izglītojošus pasākumus dažādām iedzīvotāju mērķa grupām par mutes dobuma un zobu higiēnas ieviešanas priekšrocībām slimību profilaksē	2025.-2034.	JSLP	Pašvaldības institūcijas, SPKC, Privātās institūcijas (bērnodārzi)	Ikgadējā budžeta ietvaros	1.Īstenoto pasākumu skaits 2.Dalībnieku skaits īstenotajos pasākumos 3.Dalībnieku mērķa grupa 4.Dalībnieku novērtējums par pasākumu
5.1.2.	Organizēt izglītojošus pasākumus par seksuālās un reproduktīvās veselības jautājumiem dažādām mērķa grupām	2025.-2034.	JSLP, APD	Pašvaldības institūcijas, Ārstniecības iestādes, SPKC	Ikgadējā budžeta ietvaros, projektu finansējums	1.Īstenoto pasākumu skaits 2.Dalībnieku skaits īstenotajos pasākumos 3.Dalībnieku mērķa grupa 4.Dalībnieku novērtējums par pasākumu
5.2.	Mazināt infekcijas slimību izplatīšanās riskus					
5.2.1.	Izglītēt sabiedrību par vakcināciju un vakcīnregulējamām slimībām	2025.-2034.	JSLP	Pašvaldības institūcijas, Ārstniecības iestādes, SPKC,	Ikgadējā budžeta ietvaros	1.Īstenoto pasākumu skaits 2.Dalībnieku skaits īstenotajos pasākumos



Nr.p.k.	Uzdevumi un rīcības	Izpildes termiņš	Atbildīgā institūcija	Sadarbības partneri	Iespējamais finanšu avots	Izpildes rādītāji
				NVD		3.Dalībnieku mērķa grupa 4.Dalībnieku novērtējums par pasākumu
5.2.2.	Koordinēt HIV profilakses punkta darbību un kaitējuma mazināšanas programmu atbilstoši normatīviem	2025.-2034.	JSLP	Pašvaldības institūcijas, Ārstniecības iestādes, SPKC, Augstākās izglītības iestādes	Ikgadējā budžeta ietvaros	1.EDUS atskaite 2.Īstenoto pasākumu skaits 3.Dalībnieku skaits īstenotajos pasākumos 4.Dalībnieku mērķa grupa
5.2.3.	Veicināt sabiedrības izglītošanu par infekcijas slimību profilaksi, izmantojot vietējos plašsaziņas līdzekļus un sociālos tīklus	2025.-2034.	JSLP	SPKC	Ikgadējā budžeta ietvaros	1.Izveidoto publikāciju skaits
5.2.4.	Organizēt izglītojošas nodarbības par personīgās higiēnas nozīmi infekciju profilaksē personām ar invaliditāti un citām sociāli mazaizsargātām grupām	2025.-2034.	JSLP	Pašvaldības institūcijas, Ārstniecības iestādes, SPKC, Privātās institūcijas (bērnudārzi)	Ikgadējā budžeta ietvaros	1.Īstenoto pasākumu skaits 2.Dalībnieku skaits īstenotajos pasākumos 3.Dalībnieku mērķa grupa
5.2.5.	Organizēt izglītojošus pasākumus par imunitātes nozīmi un vitamīnu lomu infekcijas slimību profilaksē	2025.-2034.	JSLP	Pašvaldības institūcijas, SPKC, NVO	Ikgadējā budžeta ietvaros	1.Īstenoto pasākumu skaits 2.Dalībnieku skaits īstenotajos pasākumos 3.Dalībnieku mērķa grupa 4.Dalībnieku novērtējums par pasākumu
5.3.	Palielināt valsts apmaksātā vēža skrīninga atsaucību					
5.3.1.	Informēt iedzīvotājus par valsts apmaksāto vēža skrīninga programmu	2025.-2034.	JSLP	Pašvaldības institūcijas, Ārstniecības iestādes, SPKC, NVD, NVO	Ikgadējā budžeta ietvaros	1.Īstenoto pasākumu skaits 2.Dalībnieku skaits īstenotajos pasākumos 3.Dalībnieku mērķa grupa 4.Dalībnieku novērtējums par pasākumu
5.3.2.	Organizēt izglītojošas nodarbības par agrīnas vēža diagnostikas nozīmi un pašpārbaudes tehniku	2025.-2034.	JSLP	Pašvaldības institūcijas, Ārstniecības iestādes, SPKC, NVO	Ikgadējā budžeta ietvaros	1.Īstenoto pasākumu skaits 2.Dalībnieku skaits īstenotajos pasākumos 3.Dalībnieku mērķa grupa 4.Dalībnieku novērtējums par pasākumu



Nr.p.k.	Uzdevumi un rīcības	Izpildes termiņš	Atbildīgā institūcija	Sadarbības partneri	Iespējamais finanšu avots	Izpildes rādītāji
5.4.	Samazināt veselības riskus, kas saistīti ar sirds un asinsvadu slimībām					
5.4.1.	Izglītēt iedzīvotājus par sirds un asinsvadu slimības profilaksi	2025.-2034.	JSLP, APD	Pašvaldības institūcijas, Ārstniecības iestādes, SPKC, NVO	Ikgadējā budžeta ietvaros, projektu finansējums	1.Īstenoto pasākumu skaits 2.Dalībnieku skaits īstenotajos pasākumos 3.Dalībnieku mērķa grupa 4.Dalībnieku novērtējums par pasākumu
5.4.2.	Organizēt ekspresmērījumu kampaņas (holesterīna, cukura līmeņa, asinsspiediena u.c. mērījumu veikšana)	2025.-2034.	JSLP	Pašvaldības institūcijas, Ārstniecības iestādes, SPKC, NVO	Ikgadējā budžeta ietvaros	1.Īstenoto pasākumu skaits 2.Dalībnieku skaits īstenotajos pasākumos 3.Dalībnieku mērķa grupa 4.Dalībnieku novērtējums par pasākumu
Rīcības virziens 6 Sadarbība un informācijas aprite						
6.1.	Stiprināt sadarbību starp Veselības veicināšanas nodaļu un citām pašvaldības institūcijām					
6.1.1.	Aktīvi piedalīties Veselības veicināšanas konsultatīvā komisijā	2025.-2034.	JSLP	Pašvaldības institūcijas	Ikgadējā budžeta ietvaros	1.Sēžu skaits
6.2.	Uzlabot resursu plānošanu un izmantošanu					
6.2.1.	Veidot un stiprināt sadarbību kopīgu pasākumu rīkošanai, lai sasniegtu plašāku auditoriju un efektīvāk izmantot esošos resursus	2025.-2034.	JSLP	Pašvaldības institūcijas, Ārstniecības iestādes, NVO	Ikgadējā budžeta ietvaros	1.Īstenoto pasākumu skaits 2.Dalībnieku skaits īstenotajos pasākumos 3.Dalībnieku mērķa grupa 4.Dalībnieku novērtējums par pasākumu 5.Iesaistīto sadarbības partneru skaits
6.2.2.	Izstrādāt sadarbības programmas ar augstākām izglītības iestādēm, lai piedāvātu prakses vietas studentiem	2025.-2034.	JSLP	Pašvaldības institūcijas, Augstākās izglītības iestādes	Ikgadējā budžeta ietvaros	1.Īstenoto pasākumu skaits 2.Dalībnieku skaits īstenotajos pasākumos 3.Dalībnieku mērķa grupa 4.Dalībnieku novērtējums par pasākumu



Nr.p.k.	Uzdevumi un rīcības	Izpildes termiņš	Atbildīgā institūcija	Sadarbības partneri	Iespējamais finanšu avots	Izpildes rādītāji
						5.Pieņemto praktikanu skaits
6.2.3.	Informēt institūcijas par iespējām iesaistīties valsts līmeņa veselības veicināšanas iniciatīvās un kampaņās un to ieguvumiem, nodrošinot atbalstu tēmās, kas ir VVN kompetencē	2025.-2034.	JSLP	Pašvaldības institūcijas, NVO	Ikgadējā budžeta ietvaros	1.Īstenoto pasākumu skaits
6.3.	Veicināt sabiedrības līdzdalību veselības veicināšanās attīstībā Jelgavā					
6.3.1.	Sniegt iedzīvotājiem iespēju realizēt savas iniciatīvas, veicinot līdzdalību un plašākas sabiedrības interesi par veselības veicināšanas jautājumiem	2025.-2034.	JSLP	Pašvaldības institūcijas	Ikgadējā budžeta ietvaros	1.Īstenoto pasākumu skaits 2.Dalībnieku skaits īstenotajos pasākumos 3.Īstenotās iniciatīvas 4.Dalībnieku novērtējums par pasākumu
6.3.2.	Attīstīt brīvprātīgā darba iespējas VVN pasākumu īstenošanā	2025.-2034.	JSLP	Pašvaldības institūcijas, NVO, Augstākās izglītības iestādes	Ikgadējā budžeta ietvaros	1.Brīvprātīgo skaits



6. PROGRAMMAS 2034 ĪSTENOŠANAS UZRAUDZĪBA

Programmas 2034 īstenošanas uzraudzības sistēmas pamatuzdevums ir nodrošināt savlaicīgu un rezultatīvu Stratēģijas īstenošanu un veikt īstenošanas procesa analīzi.

Uzraudzība tiek veikta, lai:

- 1) analizētu Programmā 2034 definēto veselības veicināšanas efektivitātes rezultatīvo rādītāju tendences,
- 2) novērtētu Rīcības plāna īstenošanu,
- 3) identificētu jaunus attīstības izaicinājumus un iespējas,
- 4) informētu par Programmas 2034 īstenošanu sabiedrību un citus interesentus.

Par resursu piešķiršanu Rīcības daļā noteikto uzdevumu un rīcību īstenošanai atbildīga ir Jelgavas valstspilsētas pašvaldības dome, kā arī liela daļa Rīcības daļā plānoto rīcību tiks īstenotas ESF projekta Nr. 4.1.2.2/1/24/I/021 "Veselības veicināšanas aktivitātes Jelgavā" ietvaros, kura īstenošanas termiņš ir no 2025. gada marta līdz 2029. gada 31. decembrim.

Par Programmas 2034 īstenošanas koordinēšanu un uzraudzību atbildīga ir Jelgavas valstspilsētas pašvaldības iestādes "Jelgavas sociālo lietu pārvalde" Veselības veicināšanas nodaļa. Visas darbības Rīcības daļā minēto uzdevumu un rīcību īstenošanai tiks koordinētas atbilstoši SPKC 2023. gadā izdotajām vadlīnijām "Vadlīnijas pašvaldībām veselības veicināšanā" un Nacionālā veselīgo pašvaldību tīkla ikgadējam darba plānam.

Veselības veicināšanas nodaļa līdz katra gada 1. oktobrim sagatavos Programmas 2034 īstenošanas pārskatu par paveikto iepriekšējā gadā, plānoto rīcību īstenošanu kavējošiem vai citiem Programmas 2034 īstenošanu ietekmējošiem faktoriem. Sagatavotais Pārskats tiks izskatīts Veselības veicināšanas konsultatīvās komisijas sēdē un publicēts pašvaldības tīmekļa vietnē www.jelgava.lv. Jelgavas valstspilsētas pašvaldības iestādes "Centrālā pārvalde" Attīstības un pilsētplānošanas departamenta projektu vadītājs līdz katra gada 1. septembrim sagatavos ziņojumu par ESF projekta Nr. 4.1.2.2/1/24/I/021 ietvaros īstenotajām aktivitātēm.

Ikgadēji tiks monitorētas Stratēģiskās daļas rezultatīvo rādītāju izmaiņas. Efektivitātes bāzes vērtības iegūtas no:

- Latvijas iedzīvotāju veselību ietekmējošo paradumu pētījuma par 2022. gadu (Slimību profilakses un kontroles centrs);
- Slimību profilakses un kontroles centra sniegtās informācijas;
- Nacionālā veselības dienesta sniegtās informācijas;
- Jelgavas valstspilsētas pašvaldības iestādēm pieejamās informācijas.

Lai izvērtētu izmaiņas, plānots katru gadu pieprasīt informāciju no augstākminētajām institūcijām. Nākošo Latvijas iedzīvotāju veselību ietekmējošo paradumu pētījumu SPKC veiks 2024. gadā un publicēs 31.12.2025. (pētījums tiek veikts ik pēc 2 gadiem).

Nepieciešamības gadījumā Programma 2034 tiks aktualizēta.



NACIONĀLAIS
VESELĪGO
PAŠVALDĪBU
TĪKLS

