Novecošana, hroniskās slimības, mazkustīgs dzīvesveids un neveselīga pārtika – 21. gadsimta veselības izaicinājumi

Pēteris Apinis,
Latvijas Ārstu biedrības prezidents

BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS
Latvijas Ārstu biedrība

NOVECOŠANA

BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS
Latvijas Ārstu biedrība

BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS

LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA •

Dzīves ilgums kopš 1990. gada ir pagarinājies vidēji par vienu gadu četru gadu laikā.

Latvijā – vēl ātrāk.

Šī tendence turpināsies.

BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS
Latvijas Ārstu biedrība

Cilvēku dzīves ilgums palielinās neatkarīgi no līdzcilvēku pūlēm pretoties šim procesam, ēdot neveselīgi, maz kustoties, smēķējot, dzerot, pārmēru lietojot sāli un cukuru.

BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS
Latvijas Ārstu biedrība

BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS

Tiem, kas šodien sadzīvojuši 50 vai 60 gadus, ar lielāko varbūtību nāksies nodzīvot līdz 90 vai 100 gadiem. Cilvēku ģenētiskais materiāls nosaka garāku dzīvi.

Līdz 2050. gadam medicīna sasniegs iespējas pagarināt katra individuāla cilvēka dzīvi par gadiem divdesmit. Toties šī pagarināšana no 100 uz 120 gadiem būs ļoti ļoti dārga, un visiem naudas nepietiks.

LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA
Latvijas Ārstu biedrība

Skats uz šodienas piecdesmitgadnieku vecumdienām kaut kad šā gadsimta piecdesmitajos.

Neviens nevēlētos 2050. gadā gulēt gultā sociālās palīdzības namā un tikt barotam ar zondi vai karotīti un gaidīt pamperu maiņu.

Sabiedrības veselība, kas ir uz pierādījumiem balstīta zinātne, ir pierādījusi – tie, kas kustas, nenonāk tajā grupā, kur vajadzīgs simtprocentīgs cita cilvēka atbalsts izdzīvošanai.

BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU

BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS

Cilvēka organisma audi, funkcijas un ģenētiskais materiāls arī 2050. gadā atbildīs tam, kāds tas veidojies mūsu senčiem 10,000 gadus atpakaļ lai viņi izdzīvotu dabiskā izlasē.

Cilvēka ķermenis ir veidots lai kustētos.

LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA •

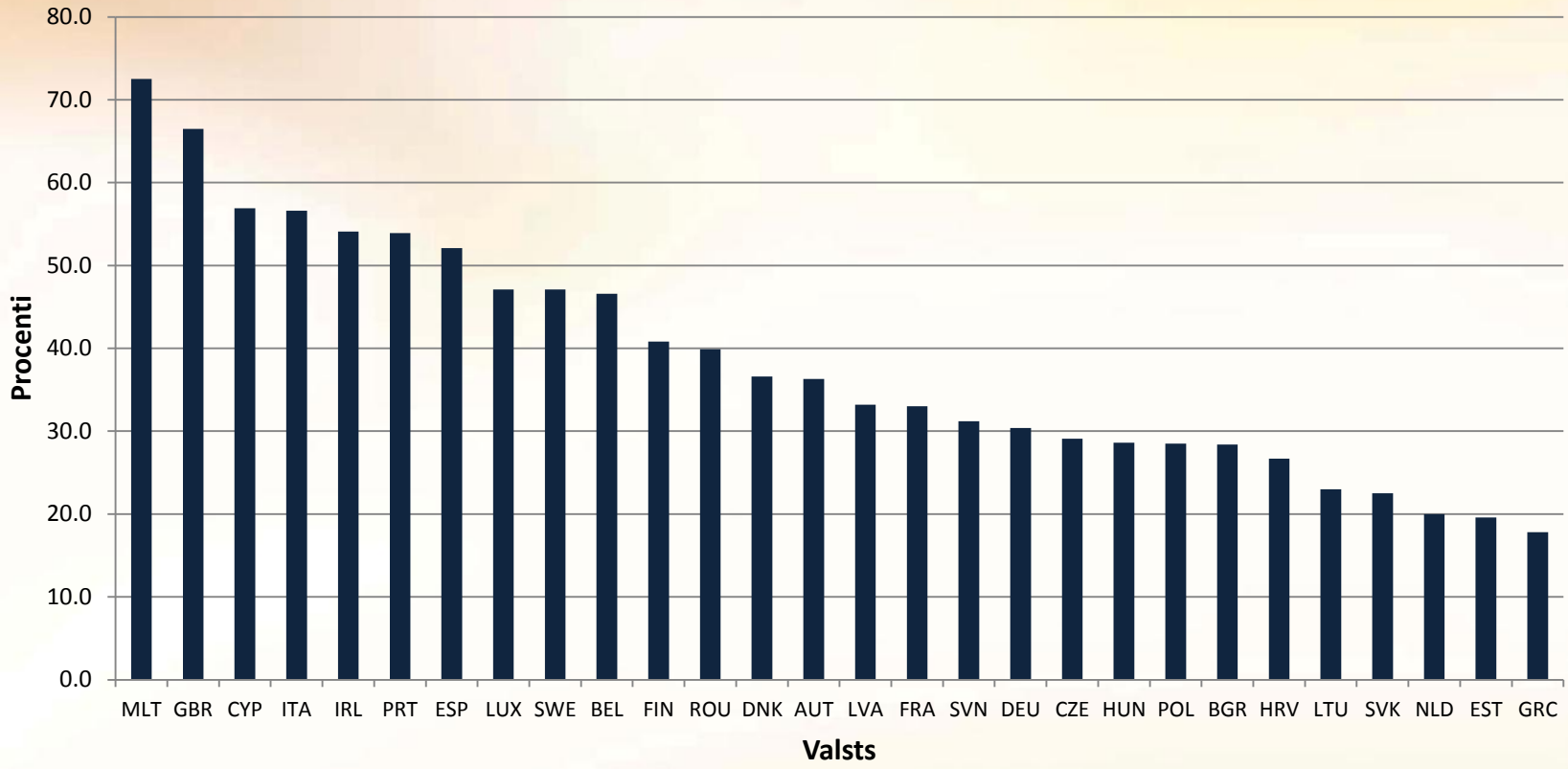
Ķermenisko un garīgo labsajūtu un pilnvērtīgu darbību nosaka fiziskās aktivitātes.

Fiziskā aktivitāte ietekmē gandrīz visus orgānus un audus, bet regulāra fiziskā slodze šiem orgāniem un audiem ļauj pilnīgot savas funkcijas.

Regulāra fiziskā aktivitāte ievērojami samazina pāragras nāves risku.

BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS
Latvijas Ārstu biedrība

Mazkustība Eiropā – PVO 2008



BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS
Latvijas Ārstu biedrība

BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS

Pasaules medicīnas asociācija (WMA) ar lozungu „vesels caur kustību” ir izplatījusi atziņu, ka treniņi un kustības visvairāk nepieciešami vecāka gadagājuma cilvēkiem.

Vecāku cilvēku sports ir nācijas veselības pamats.

Kustība nozīmē dzīves ilguma pagarināšanos, dzīves kvalitātes palielināšanos un pašapziņas celšanos. Pētījumos pierādīts, ka kustība attālina vai pat vispār novērš demenci

LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA •

Kāpēc –

sports

vecākas paaudzes cilvēkiem, nevis fiziskā kultūra?

BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS
Latvijas Ārstu biedrība

Rīta rosme ir lieli meli,
jo reti kurš ar to nodarbojas.

Sportā tīkams ir sacensību gars,
kas paaugstina endorfīnu izdali,
uzlabo pašsajūtu, rada dzīvesprieku,
mazina depresiju, uzlabo darbspējas,
uzlabo mentālās spējas.

BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS
Latvijas Ārstu biedrība

BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS

Vecāka cilvēka kustības intensitāte:

- pastaiga;
- viegls treniņš (PVO rekomendācija: 5 reizes nedēļā 30 min.);
- piedalīšanās deju svētkos;
- piedalīšanās sporta spēļu komandā senioru čempionātā;
- nopietns treniņš pasaules senioru čempionātam;
- pāreja uz ekstrēmām slodzēm (maratons);
- piedalīšanās izdzīvošanas sporta pasākumos.

LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA
Latvijas Ārstu biedrība

Cilvēku dzīves ilgums –

nozīmīgākais rādītājs veiksmīgai veselības aprūpes sistēmai ir ļoti atšķirīgs atsevišķu valstu vidū, bet īpaši atšķirīgs starp iedzīvotājiem ar dažādu izglītības un ieņēmumu līmeni.

BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS
Latvijas Ārstu biedrība

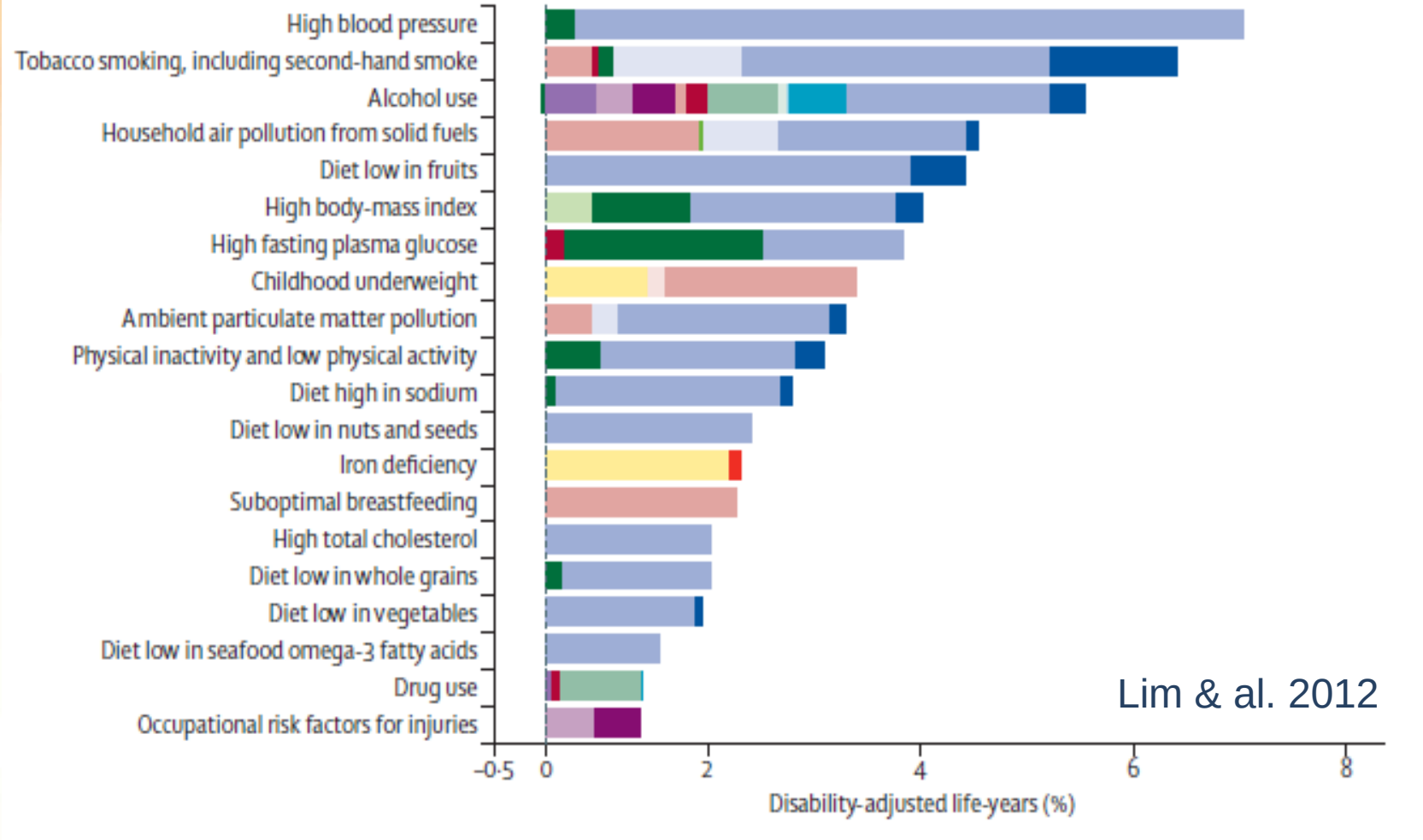
BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS

Cilvēku dzīves ilgumu visvairāk iespaido:

- **izglītības līmenis un veselības izglītotība;**
- **turība un sociālās iespējas;**
- **fiziskā un garīgā aktivitāte;**
- **ļauno ieradumu (smēķēšanas, pārmēra alkohola lietošanas, toksikomānijas) neesamība.**

LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA
Latvijas Ārstu biedrība

Cilvēku mirstību iespaidojošie riska faktori:



Lim & al. 2012

15 no 20 riska faktoriem ir saistīti ar ēšanu

BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS
Latvijas Ārstu biedrība

BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS

Katrs indivīds mūsdienās pretendē uz ļoti lielu kopējās naudas daudzumu savas dzīves pagarināšanai, kas kā likums ir solidāri iemaksāta (budžeta vai apdrošināšanas) nauda.

Visu cilvēku veselības nodrošināšanai nekad naudas nepietiek nevienā valstī.

LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA •

Straujais veselības budžeta pieaugums jebkurā gadījumā kļūs par pārlieku smagu slogu jebkuras valsts budžetam.

BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU

Visās valstīs, neatkarīgi no valsts ekonomiskās bagātības medicīnas sektorā katastrofāli sāk trūkt naudas.
Rodas medicīnas profesionāļu un iedzīvotāju neapmierinātība ar veselības aprūpes sistēmu un veselības aprūpes finansēšanu.

BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS
Latvijas Ārstu biedrība

21. gadsimta medicīna ir paradokss – jo vairāk naudas tiek ieguldīts veselības aprūpē, jo cilvēki dzīvo ilgāk (sadzīvo ar savu hronisko slimību), jo lielāki resursi būs vajadzīgi veselības aprūpei.

BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS
Latvijas Ārstu biedrība

Civilizētās valstīs pieaug izdevumi veselības aprūpei gan absolūtos skaitļos, gan relatīvi pret nacionālo kopproduktu. Jo vienlaikus tā nozīmē vidējā dzīves ilguma pagarināšanos. Un ilgāk dzīvot grib katrs cilvēks, vienalga vai viņš ir strādnieks, ārsts, žurnālists vai politiķis. Pēdējie divi vēlas to sasniegt, nemaksājot par medicīnu.

BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS
Latvijas Ārstu biedrība

Visai raksturīgi, ka politiķi, lāgā nezinādami, ko teikt, mēģina izteikties par medicīnu un iejaukties tajā, no valsts budžeta maksājot par e-veselību, dārgu tehnoloģiju, dārgām ēkām, bet iespēju robežās nemaksājot medicīnas profesionāļiem.

BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS
Latvijas Ārstu biedrība

Globālajā ekonomikā pēdējos trīsdesmit gadus medicīnas īpatsvars pieaug.

Pasaulē kopumā medicīnai un veselības aprūpei tērēto līdzekļu kopapjoms pieaug par 3–5% gadā, tātad ievērojami straujāk nekā visas zemeslodes ekonomiskais kopprodukts.

Izdevumi veselības aprūpei uz vienu cilvēku kopš 1990. gada ir pieauguši par 70%. Tas ir rezultējies vairākos panākumos, kā reālā dzīves ilguma pagarināšanās un mirstības samazināšanās no tādām slimībām kā vēzis.

BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS
Latvijas Ārstu biedrība

BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS

Tātad – lielā mērā zāļu nodrošināšana vai nenodrošināšana, moderna un dārga ārstēšana vai neārstēšana ir politisks jautājums.

Piemēram, palielinot onkoloģisko preparātu apmaksai paredzēto finansējumu divas reizes, situācija būtībā nemainīsies, jo naudas visu pacientu zālēm tāpat nepietiks.

LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA •

BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS

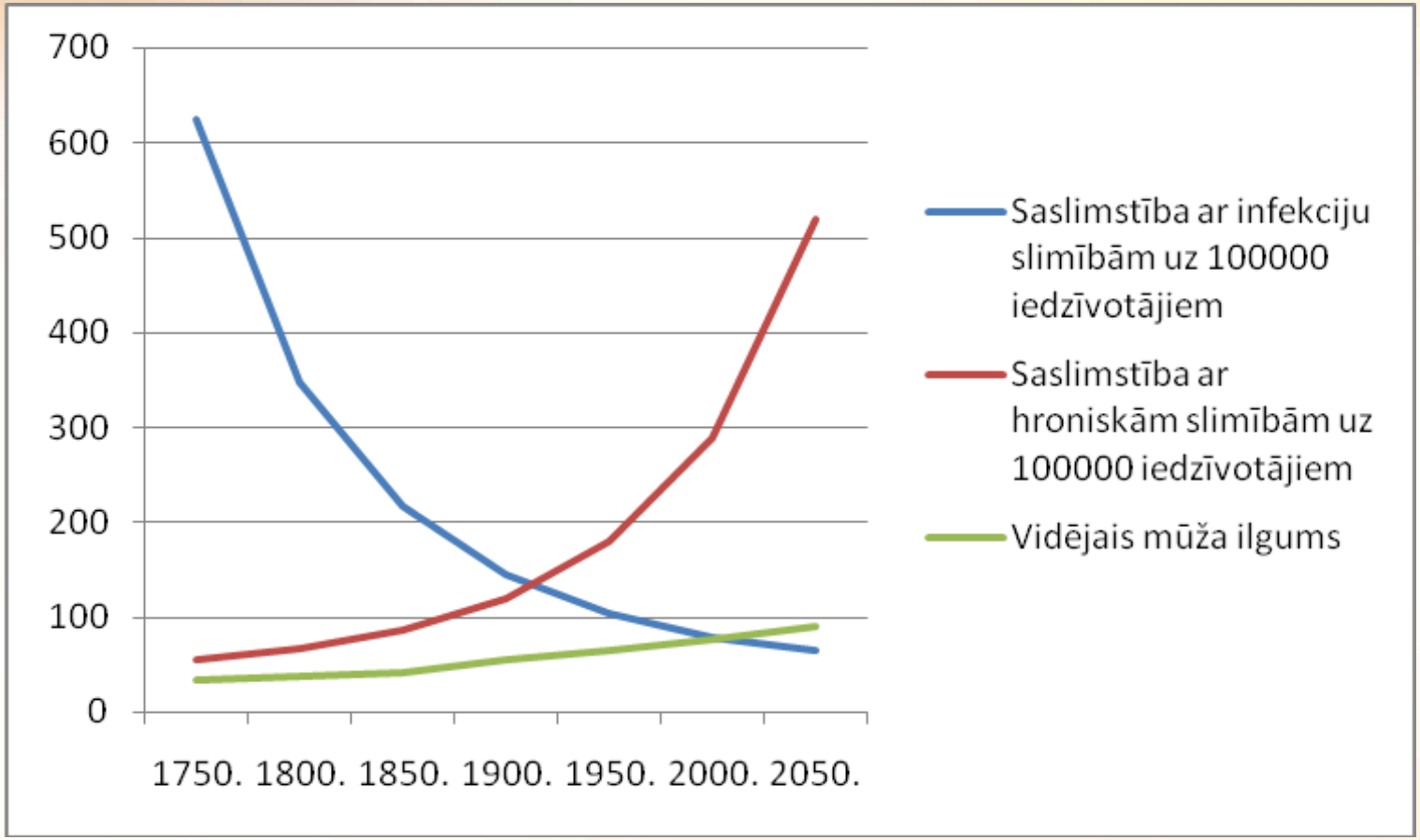
Sabiedrības veselības globālas attīstības un medicīnas panākumu dēļ strauji pieaug katra individuāla cilvēka dzīves ilgums un sabiedrības iedzīvotāju mūža garums kopumā.

Sabiedrībā pieaug vecu ļaužu īpatsvars.

Veselības aprūpē dominē vecu hronisku iedzīvotāju ārstēšana.

LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA •
Latvijas Ārstu biedrība

Ļoti nopietnas izmaiņas skārušas saslimstību



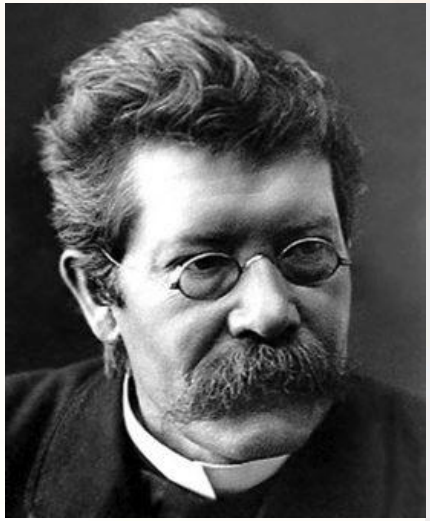
BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS
Latvijas Ārstu biedrība

NOVECOJOŠS DARBASPĒKS

BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS
Latvijas Ārstu biedrība

BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS

Rūdolfa Blaumaņa “Skroderdienās Silmačos” Pindacīša, Bebene un Tomuļmāte bija attiecīgi 42, 46 un 48 gadus jaunas meitenes.



LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA
Latvijas Ārstu biedrība

Tipisks 21. gadsimta Latvijas darbspēks:

60 gadus veca kundze.

Jau veikta onkoloģiska operācija.

Viņai ir otrās – trešās pakāpes adipozitāte, viņai ir 2. tipa cukura diabēts, hipertonija, sirds asinsvadu mazspēja, arī elpošanas mazspēja. Liekā svara problēmas rada sāpes ceļa un gūžas locītavās. Redzes un dzirdes problēmas. Viņai ir izrakstīti 8 līdz 12 dažādu nosaukumu medikamenti, lai ārstētu katru no slimībām.

BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS
Latvijas Ārstu biedrība

Tipisks 21. gadsimta 50 gadu darbaspēks Latvijā:

70 gadus veca kundze.

BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS
Latvijas Ārstu biedrība

2010. gadā vidējais ārsts Latvijā ir 58 gadus veca lēdija.

2030. gadā vidējais ārsts Latvijā būs 64 gadus veca kundze.

BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS
Latvijas Ārstu biedrība

2010. gadā vidējais ārsts Latvijā ir 58 gadus veca lēdija

2030. gadā vidējais ārsts Latvijā būs 64 gadus veca kundze

BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS
Latvijas Ārstu biedrība

BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS

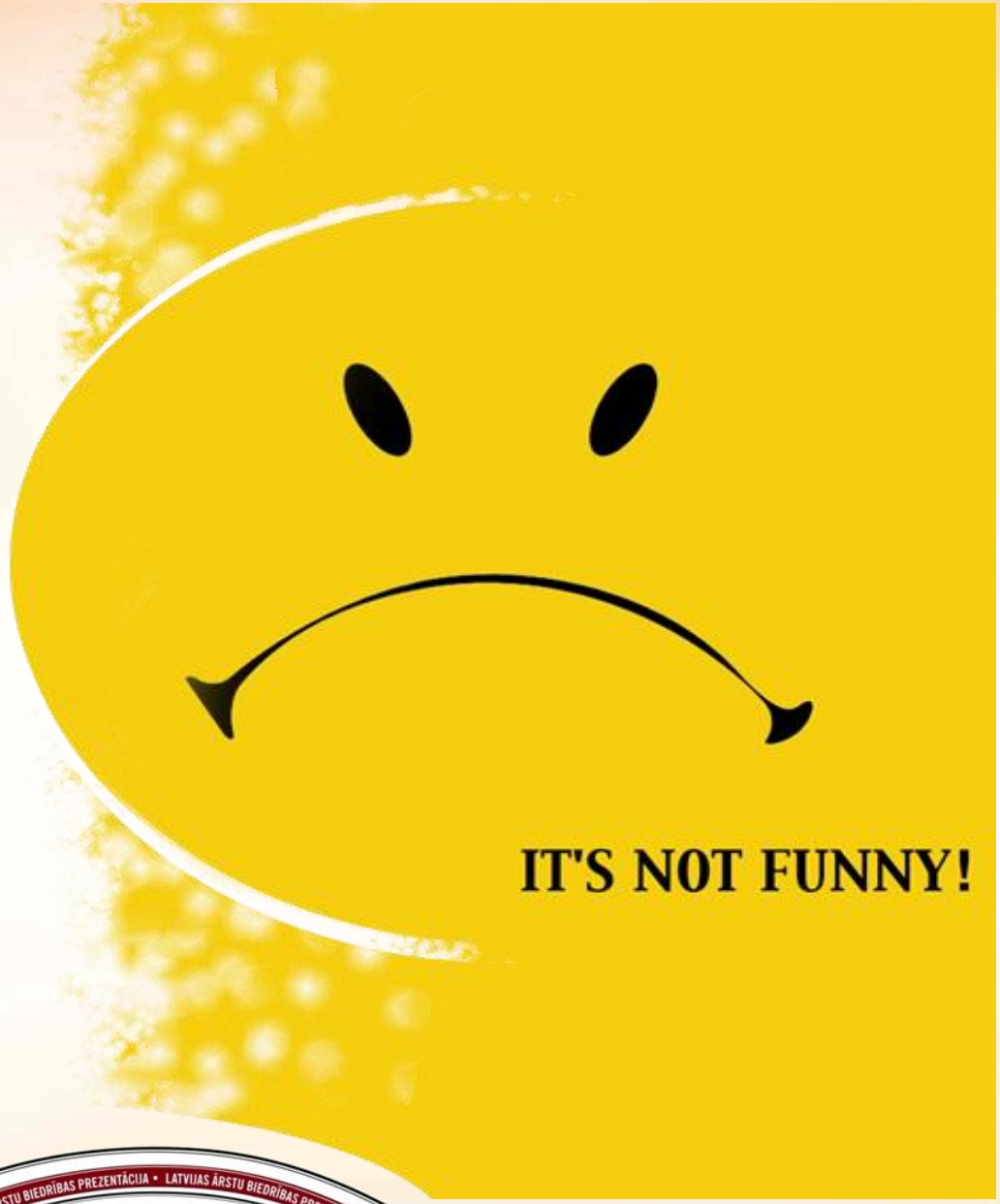
Polipragmāzija ir 21. gadsimta problēma. Ja ārsts izraksta vairāk nekā trīs dažādas tabletes, varam būt gandrīz simtprocentīgi droši, ka pacients sajauks: kuras tabletītes lietojamas pa vienai trīs reizes, kuras – pa divām četras reizes dienā.

LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA •

Latvijas Ārstu biedrība

BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS

Vēl trakāk, ja pacients bijis pie vairākiem ārstiem, kuri visi, labi būdami, savu recepti izrakstījuši.



LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA •

MAINĪGĀ PASAULE VESELĪBAS JOMĀ

BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS
Latvijas Ārstu biedrība

20. gadsimta sākumā ar jēdzienu *diēta* saprata vajadzību "kārtīgi paēst", jo slimnieki galvenokārt bija neēduši vai vismaz nepilnvērtīgi ēduši.

21. gadsimta sākumā ar diētu saprot galvenokārt nepieciešamību "ēst mazāk".

BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS
Latvijas Ārstu biedrība

BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS

20. gadsimta sākumā par spēcinošu režīmu uzskatīja krāsns sakurināšanu un likšanos slimības gultā. 21. gadsimta sākumā par spēcinošu uzskata:

- **aktīvu kustību režīmu,**
- **peldēšanu baseinā,**
- **skriešanu,**
- **Norūdīšanās procedūras.**

LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA •

Pacients kļuvis daudz izglītotāks, to nosaka informācijas plūsma – zāļu firmas burtiski apber pacientu ar informāciju, pacients nereti agrāk izlasa jaunumus globālajā tīmeklī nekā dzīves un darba nodzītais ārsts.

BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS
Latvijas Ārstu biedrība

Pacients bez priekšzināšanām nespēj atšķirt īstu informāciju no melīgas.

21. gadsimtā, kurš tiek dēvēts par informācijas laikmetu, internetā atrodas bezgala daudz bezjēdzīgas, melīgas un kaitīgas informācijas.

BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS
Latvijas Ārstu biedrība

BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS

Pierādījumi liecina par nepieciešamību lietot trīs uzturbagātinātājus:

- **zivju eļļu vecāka gadagājuma pacientiem;**
- **folskābi grūtniecēm;**
- **fluora tabletes bērniem.**

Pārējo uzturbagātinātāju lietošana ir tikai reklāmas un mārketinga rezultāts

LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA •

GALVENĀS PROBLĒMAS UZTURA JOMĀ

BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS
Latvijas Ārstu biedrība

Atpazīsti labos un sliktos taukus! Lieto zivis un kvalitatīvu augu eļļu!

- **vislabākie tauki – zivs tauki, īpaši ja zivs dzīvojusi aukstajās jūrās.**
- **ļoti labi tauki – olīveļļa.**
- **labi tauki – kvalitatīva rapšu eļļa un citas nerafinētas augu eļļas.**
- **slikti tauki – dzīvnieku un piena tauki (uzturā samazināt!).**

BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS
Latvijas Ārstu biedrība

Visslikākie tauki –

mākslīgi radītie *trans* tauki, kas veidoti augu eļļu rūpnieciskas apstrādes (nepilnīgas hidrogenācijas) rezultātā. Parasti šie tauki ražoti no palmu eļļas, tie ir termoizturīgi, veido produktam nepieciešamo konsistenci (nu gluži kā plastmasa).

Veselības ziņā identiski veselīga ir eļļa motora dzinējā un tā palmu eļļa, no kuras gatavo čipšus.

BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS
Latvijas Ārstu biedrība

Trans tauki uzturā:

- margarīnā un citos uz maizes smērējamos produktos;
- iepakotā jeb fasētā pārtikā – dažādos kūku gatavošanas maisījumos, saldējumā, šokolādē un šokolādes konfektēs;
- ātrajās uzkodās – frī kartupeļos, fritētos vistas gabaliņos (fritēšanai tiek izmantotas eļļas, kuras satur transtauksābes), čipšos.

BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS
Latvijas Ārstu biedrība

Trans tauki uzturā:

- gaļas izstrādājumos – desās, cīsiņos, gaļas produktos;
- saldētos pārtikas produktos – pīrāgos, vafelēs, picās, panētos zivju pirkstiņos, zivju burgeros;
- konditorejas izstrādājumos – smalkmaizītēs, cepumos, kūkās, donatos.

BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS
Latvijas Ārstu biedrība

Pārmērīgs vārāmās sāls daudzums uzturā:

Cilvēkam dienā nepieciešams 2 g vārāmās sāls.

Vidējais latvietis patērē 10–12 g.

Uzdevums būtu sāls daudzumu samazināt līdz 5 g.

BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS
Latvijas Ārstu biedrība

Pārmērīgs cukura daudzums uzturā:

Izvairīties no saldinātajiem dzērieniem!

BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS

Nepietiekams šķidruma daudzums uzturā:

Vīrietim vajadzētu dienā izdzert vismaz 2 litrus ūdens, sievietei – 1,5 litrus

BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS
Latvijas Ārstu biedrība

Nepietiekams šķiedrvielu daudzums uzturā:

Vislabākais šķiedrvielu avots ir pilngraudu produkti

BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS
Latvijas Ārstu biedrība

BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS

Nepietiekams sakņu un dārzeņu daudzums uzturā:

Vajadzētu lietot saknes, dārzeņus un augļus 5 reizes dienā.

LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA •

Latvijā aptuveni 30% ēšanas ir par solidāru (nodokļu maksātāju) naudu – armijā, skolā, cietumā, slimnīcā, sociālās palīdzības namā.

Ēšanu reāli dotē darbvietās, augstskolās, pašvaldībās.

Nevienam nav tiesību par nodokļu maksātāju naudu dot neveselīgu uzturu ar *trans* taukiem, pārmēra sāli, pārmēra cukuru, kas samazina cilvēka mūža garumu.

BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS
Latvijas Ārstu biedrība

BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS

Vislielākais kaitējums Latvijas iedzīvotāju veselībai – smēķēšana (t.sk. pasīvā smēķēšana).

- No 170 pērn Latvijā ugunsgrēkos dzīvi sadegušajiem vismaz trešdaļa šo ugunsgrēku izraisījuši smēķējot (parasti gultā dzērumā). Tātad 60 līķu uz tabakas tirgotāju sirdsapziņas.
- Vismaz trešdaļai no dzīvojamo māju ugunsgrēkiem ar nopietnām sekām (Latvijā > 300 gadā) cēlonis ir smēķēšana.

LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA
Latvijas Ārstu biedrība

Smēķēšana

Smēķēšana bieži ir cēlonis lauksaimniecības ēku, darbvietu un arī milzīgiem mežu ugunsgrēkiem.

Katrs otrais mežu ugunsgrēks ir nomesta nenodzēsta izsmēķa radīts.

BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS
Latvijas Ārstu biedrība

Smēķēšana

Tabakas lietošana ir viens no briesmīgākajiem tautsaimniecības slogiem. Latvijā tabakas izstrādājumu naudiskais apgrozījums ir aptuveni 400 miljoni latu, tas ir gandrīz tikpat, cik valsts tērē medicīniskiem pakalpojumiem. Liela daļa no tabakai tērētās naudas aiziet kontrabandas cigaretēs, par ko nekādi nodokļi netiek maksāti.

BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS
Latvijas Ārstu biedrība

Smēķēšana

Smēķētājs gadā nokūpina 500–1000 latu. Smēķētājam nav tiesību gausties par sliktu valsts ekonomisko stāvokli, jo tieši šādā veidā nauda “aizplūst” no Latvijas.

BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS
Latvijas Ārstu biedrība

BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS

Smēķēšana

Slogs tautsaimniecībai kopumā ietver tiešās izmaksas, kas attiecas uz palielinātajiem veselības aprūpes izdevumiem par slimībām, kas saistītas ar tabaku.

Eiropas savienības Baltajā grāmatā teikts, ka vismaz ceturtā daļa (24– 32%) valsts veselības aprūpes izdevumu saistīti ar to slimību ārstēšanu, ko tiešā veidā izraisījis alkohols un tabaka.

LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA •

Smēķēšana

Smēķētājs vairāk slimo, šajā laikā nestrādā, nerada pievienoto vērtību, taču pārtiek no sociālā budžeta, tas ir, no nodokļu maksātāju nudas. Smēķētāju darba ražīgums ir mazāks par nesmēķētāju darba ražīgumu – smēķējot ir samazināta asins apskābekļošana plaušās un smēķētāja asinīs ir mazāka skābekļa saturācija, līdz ar to ātrāk veidojas nogurums, uzmanības traucējumi. Bez tam smēķētājs pamanās darba laikā uzsmēķēt, šajā laikā nestrādājot.

BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS
Latvijas Ārstu biedrība

Smēķēšana

Smēķēšana pie stūres izraisījusi tūkstošiem autoavāriju uz zemeslodes. Tās notiek, jo uzmanība tiek novērsta aizsmēķēšanai.

BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS
Latvijas Ārstu biedrība

Smēķēšana

Smēķēšana otra cilvēka klātbūtnē ir noziegums, jo tieši kaitē šā otra cilvēka veselībai. Cilvēks, kas spiests smēķēt pasīvi – proti, cita izelpotos dūmus, saņem vismaz 60% no cigaretes kaitējuma – gan nikotīnu, gan darvas pilienus. Tātad pasīvais smēķētājs arī tiek pietuvināts insultam, plaušu un kuņģa vēzim, nogrieztai kājai.

BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS
Latvijas Ārstu biedrība

Smēķēšana

Noziedzīga ir smēķēšana bērna klātbūtnē. Astma, plaušu iekaisums, sirds un asinsvadu mazspēja, agrīna leikoze rodas bērnam no vecāku smēķēšanas viņa klātbūtnē

Neapšaubāmi vislielākais noziegums ir smēķēšana grūtnieces klātbūtnē. Smēķēšana grūtnieces klātbūtnē ir vardarbība pret sievieti un viņas nedzimušo bērnu – tā reāli apdraud šī nedzimušā bērna dzīvību.

BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS
Latvijas Ārstu biedrība

Paldies par uzmanību!

BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS PREZENTĀCIJA • LATVIJAS ĀRSTU BIEDRĪBAS
Latvijas Ārstu biedrība