

# Sabiedrības veselības situācija Latvijā un valstiskie risinājumi veselības veicināšanas attīstībai

**Solvita Kļaviņa**

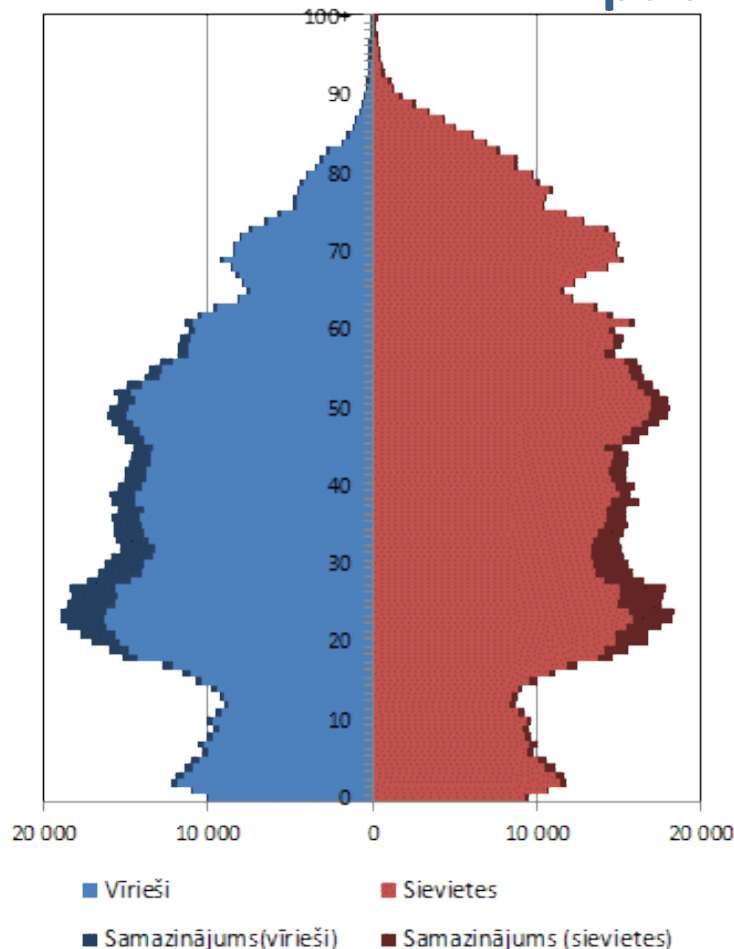
Slimību profilakses un kontroles centrs

Pētniecības, statistikas un veselības veicināšanas  
departaments

Veselības veicināšanas nodaļas vadītāja vietniece

# Sabiedrības veselības situācija Latvijā

Iedzīvotāju dzimuma un vecuma struktūra 2011. gada 1. janvārī un iedzīvotāju skaita samazinājums, salīdzinot ar iepriekš publicētajiem datiem<sup>1</sup>.



Jaundzimušo  
paredzamais mūža  
ilgums(gadi)<sup>2</sup>:

vīriešiem - **69,1** (ES –  
vidēji 76,7)

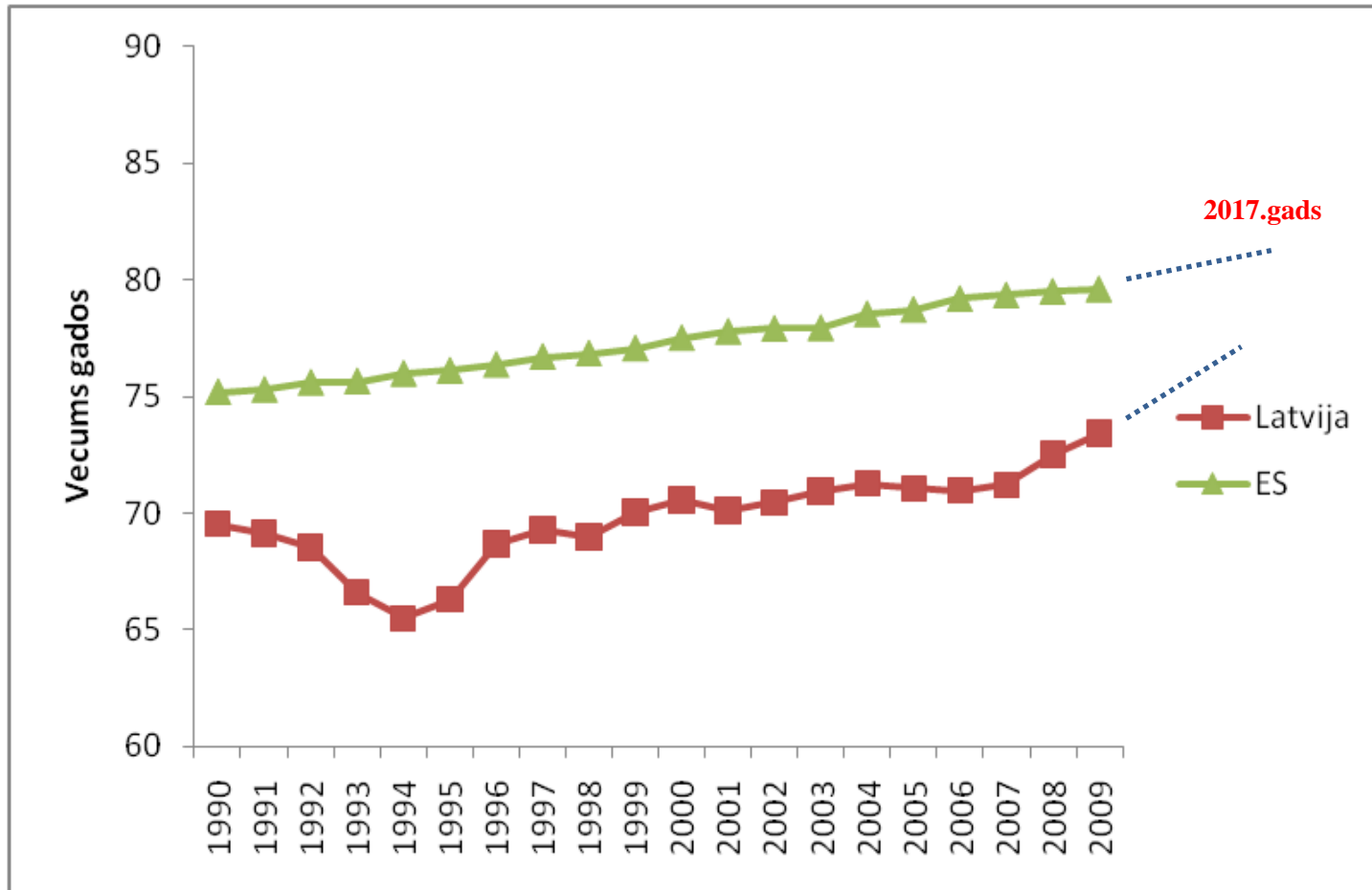
sievietēm – **78,9** (ES –  
vidēji 82,6)

<sup>1</sup>CSB, 2011.gada tautas skaitīšanas dati;

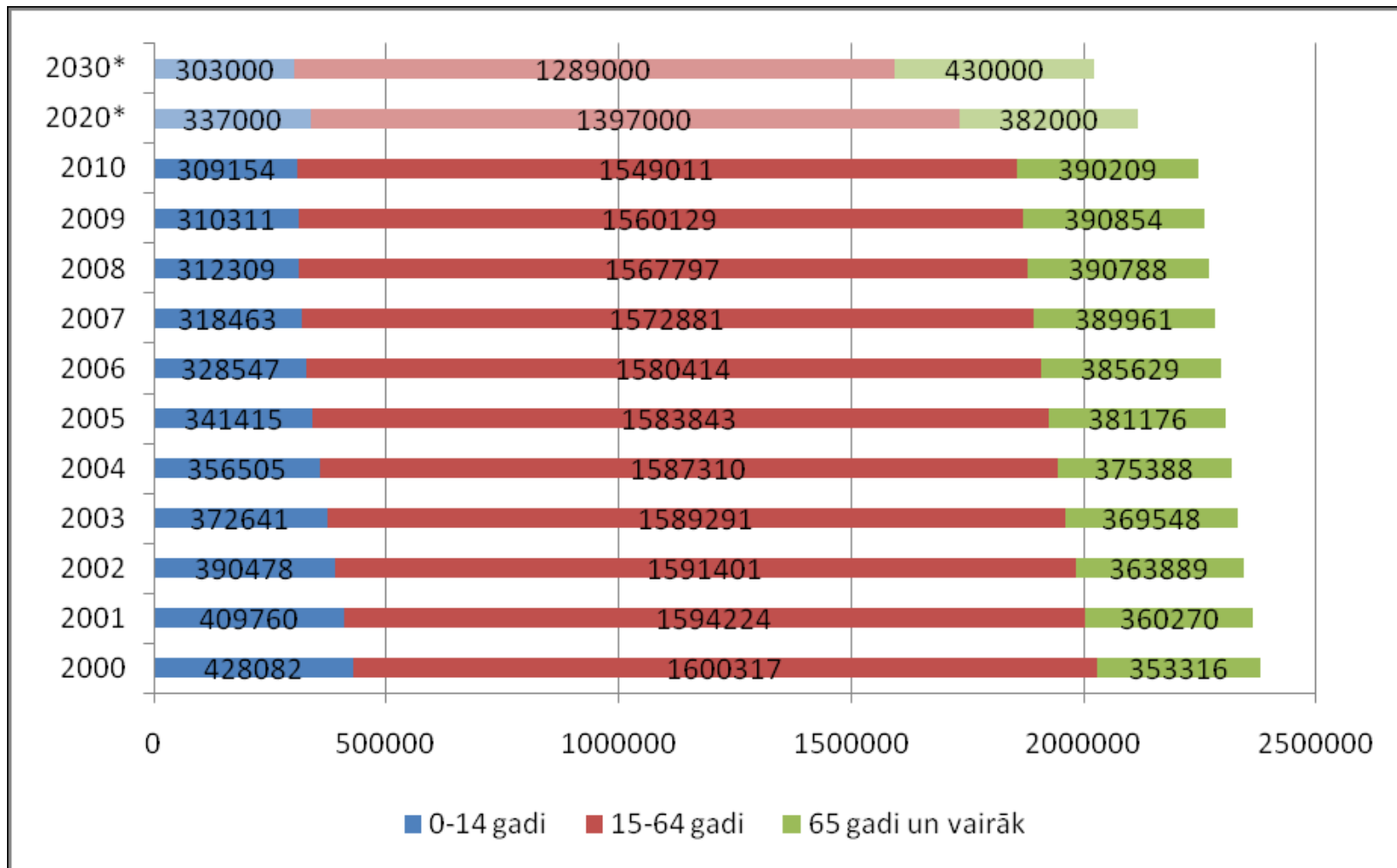
<sup>2</sup>CSB, 13.11.2013.

# Jaundzimušo vidējais paredzamais mūža ilgums Eiropas Savienībā un Latvijā

(PVO European Health for All datu bāze)



# Prognozētās Latvijas iedzīvotāju skaita izmaiņas

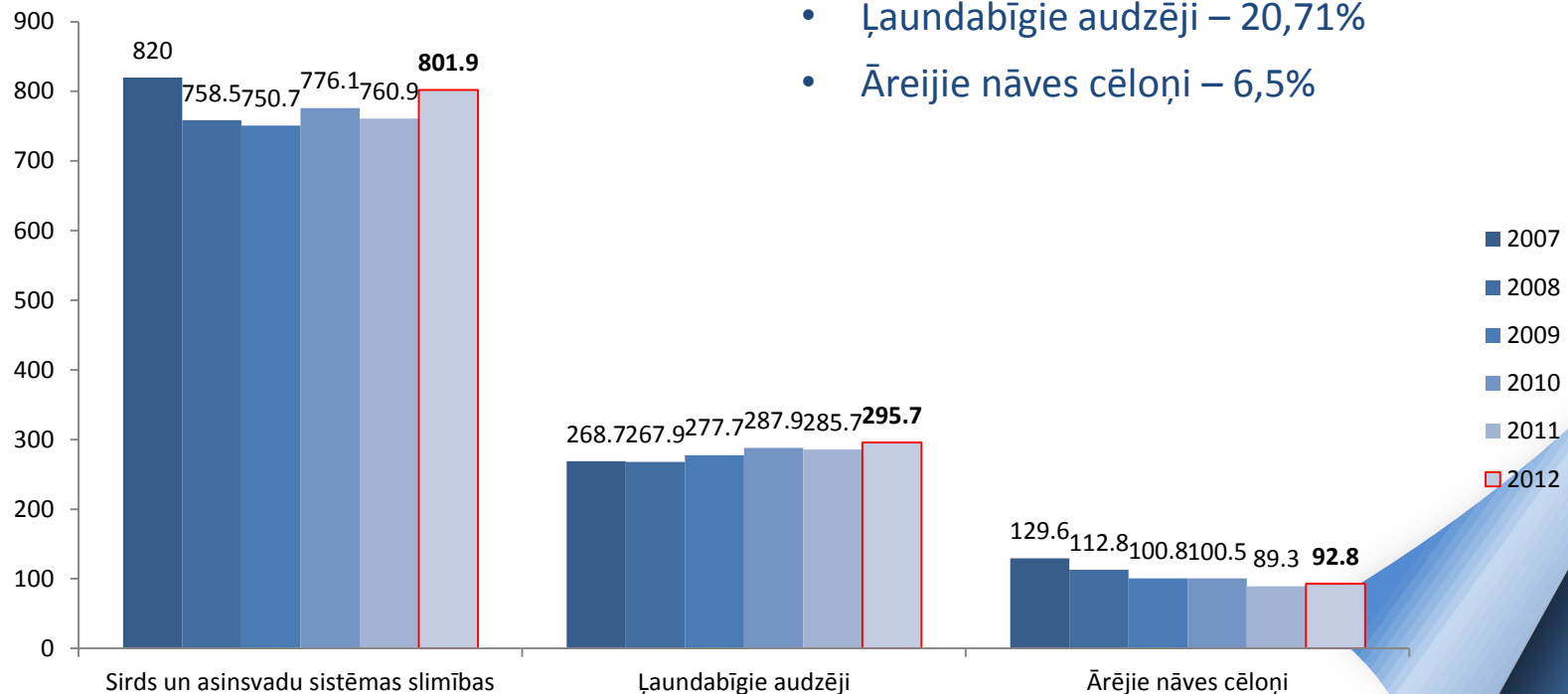


Datu avots: Centrālā statistikas pārvalde

\* Latvijas Universitātes Demogrāfijas centra prognoze, 2009

# Galveno nāves cēloņu īpatsvars kopējā nāves cēloņu struktūrā 2012.gadā

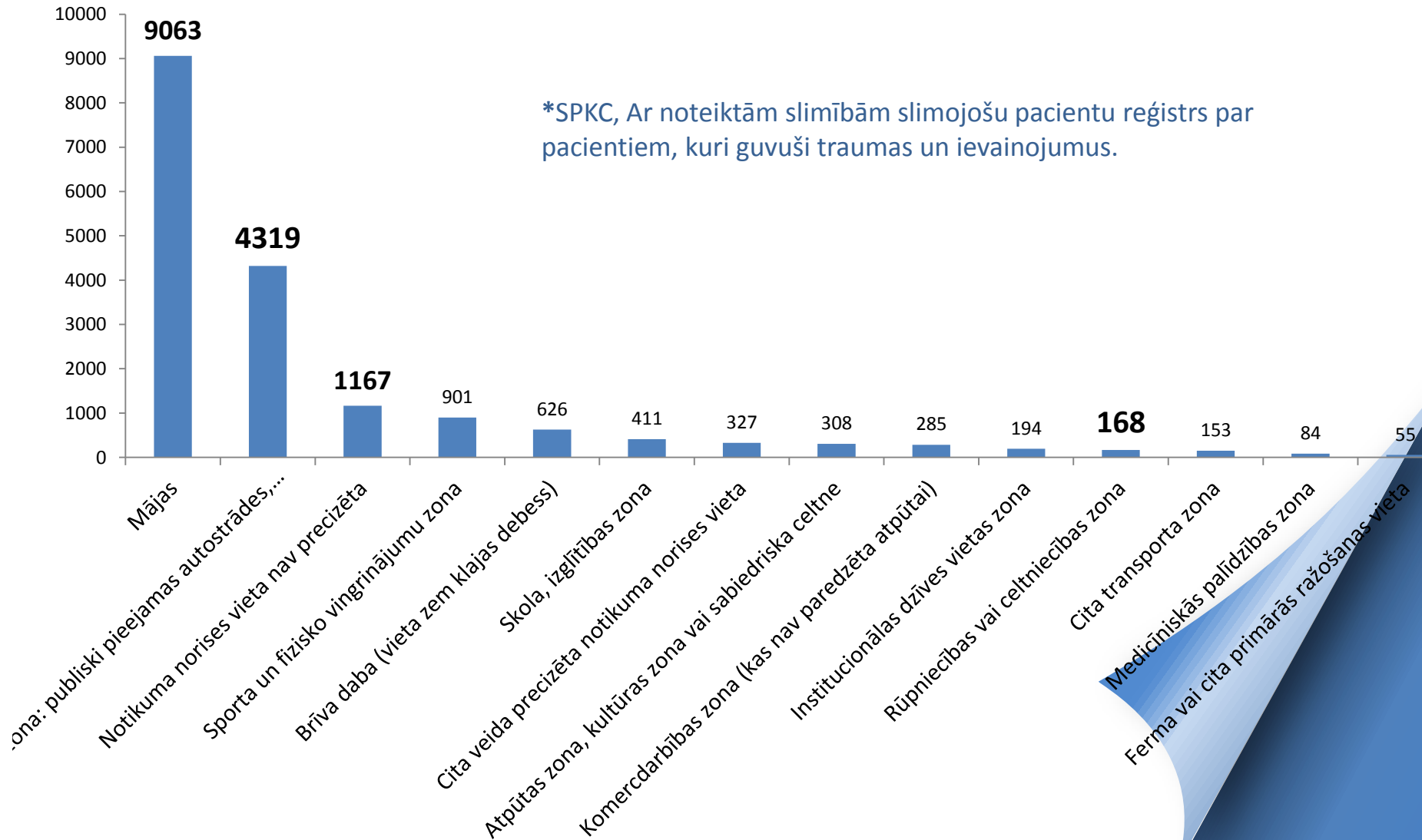
Mirstība no galvenajiem nāves cēloņiem 2007.-2012.gadā uz 100 000 iedzīvotāju<sup>1</sup>



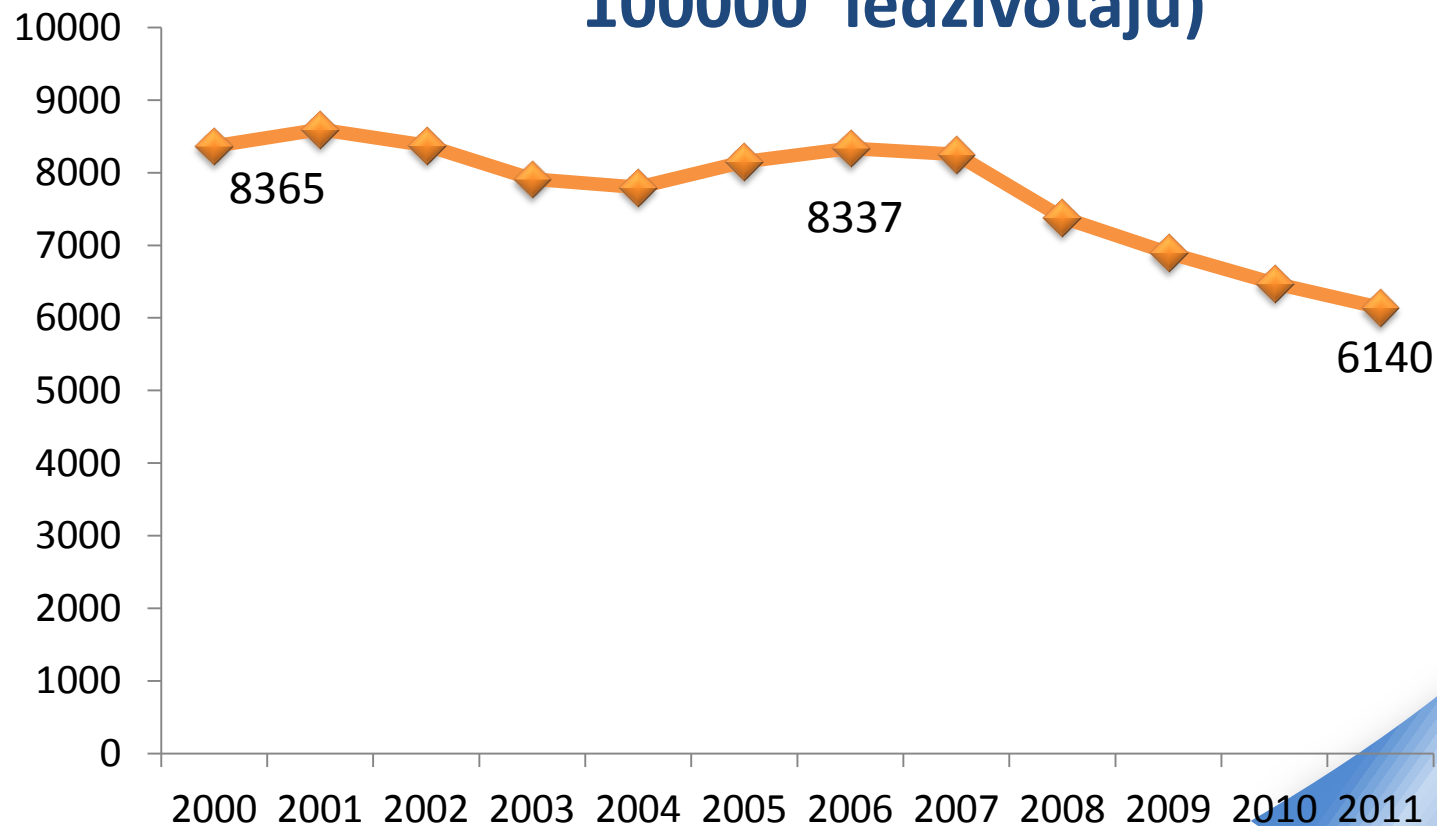
- Sirds un asinsvadu sistēmas slimības - **56,18 %**
- Ļaundabīgie audzēji – 20,71%
- Ārējie nāves cēloņi – 6,5%

<sup>1</sup>Latvijas iedzīvotāju nāves cēloņu datu bāze, 2012.

## Reģistrēto traumu gadījumu skaits 2012.gadā pēc norises vietas (absolūtos skaitļos)\*

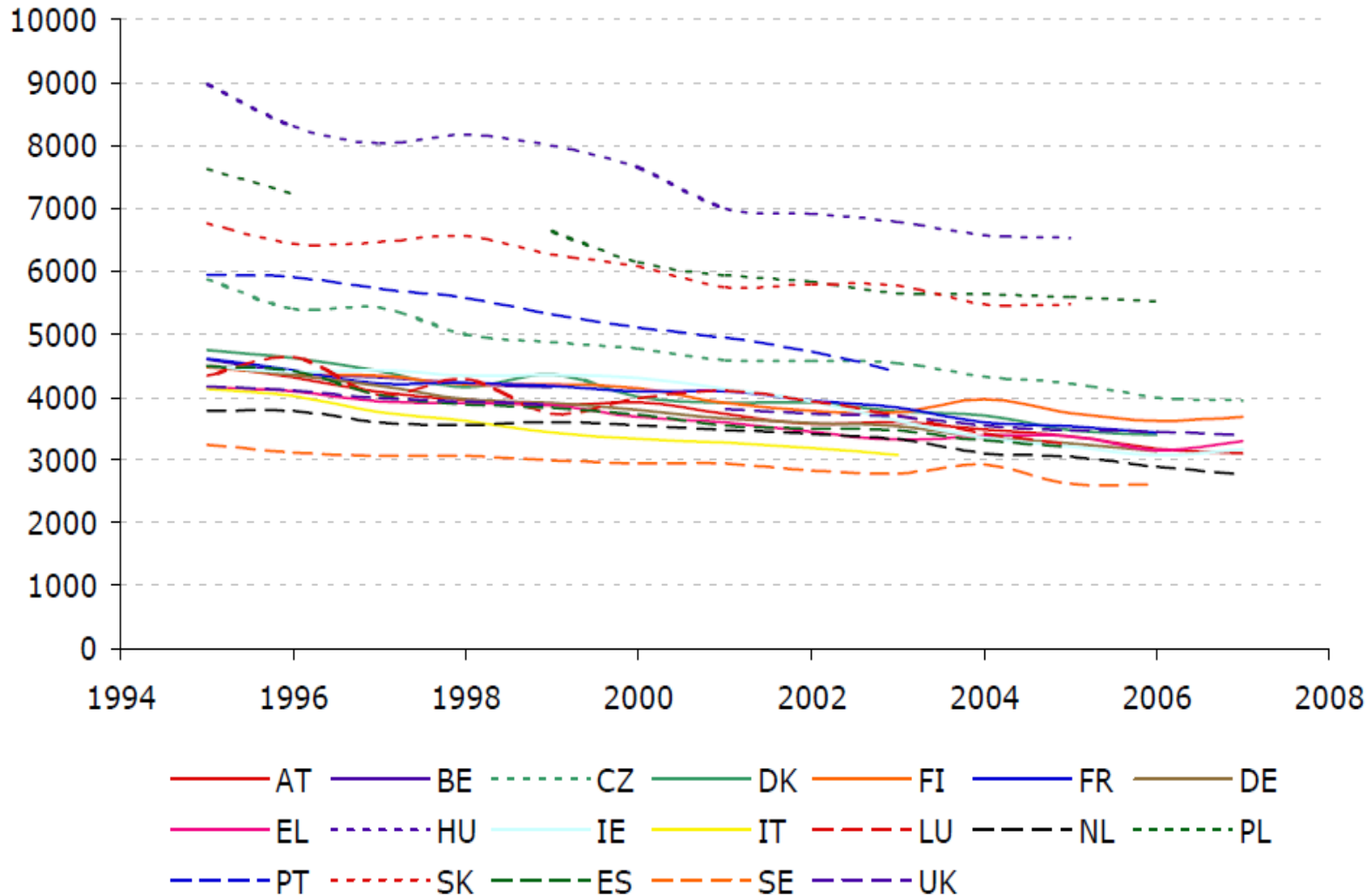


## Potenciāli zaudētie mūža gadi (visi nāves cēloņi, uz 100000 iedzīvotāju)



## Potenciāli zaudētie mūža gadi (visi nāves cēloņi, uz 100000 iedzīvotāju)\*

\*OECD, 2010





# Sabiedrības veselības pamatnostādnes 2011.-2017.

**Mērķis: saglabāt, uzlabot un atjaunot Latvijas iedzīvotāju veselību**

**Pagarināt kvalitatīva mūža ilgumu:**

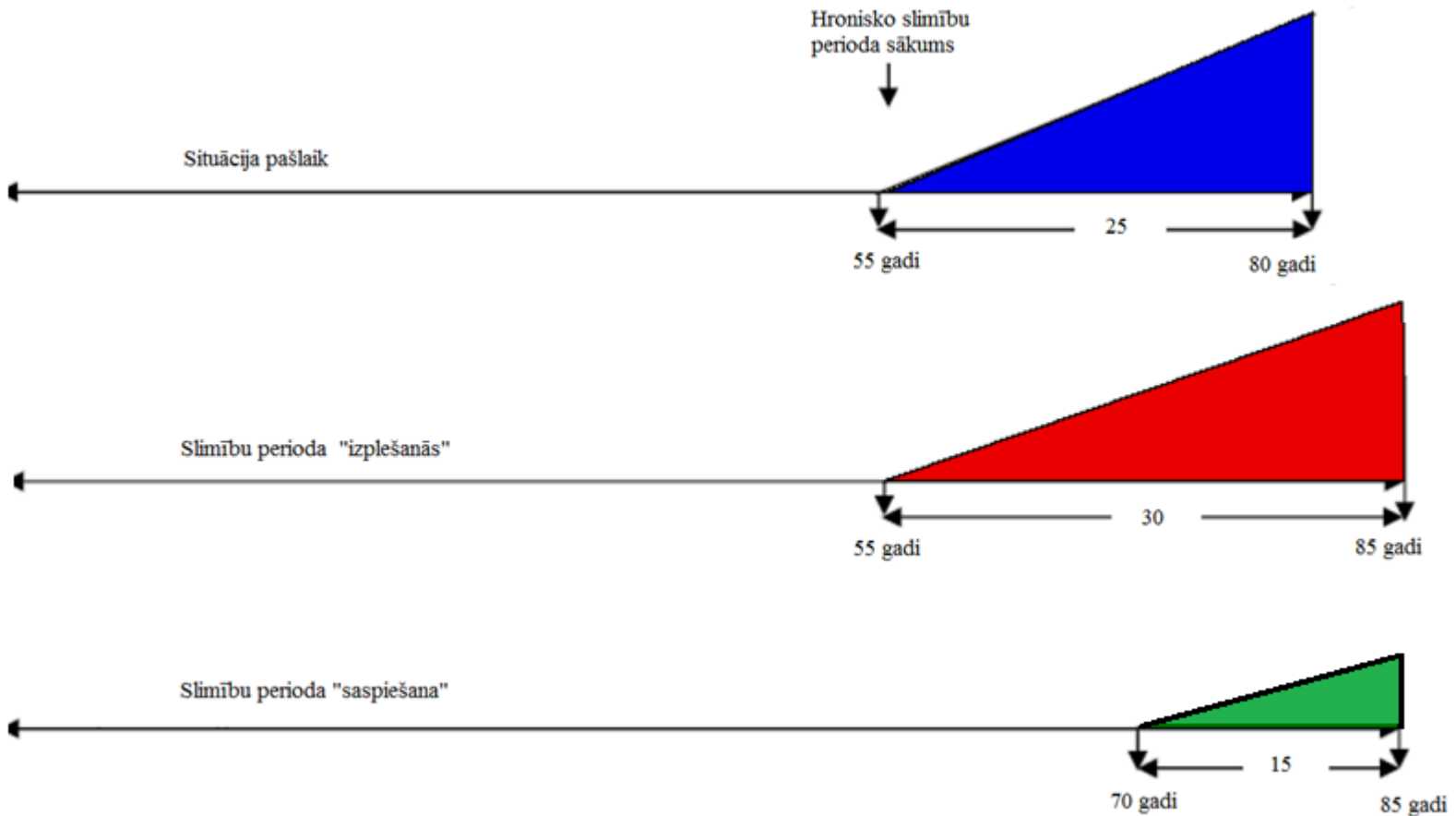
- pagarināt jaundzimušo vidējo paredzamo mūža ilgumu par 2 gadiem
- par 2 gadiem pagarināt veselīgi nodzīvotos dzīves gadus\*
- par 20% samazināt potenciāli zaudētos dzīves gadus\*\*

\* Paredzamais gadu skaits, kas tiks nodzīvoti veselīgi (bez funkcionāliem/ aktivitātes ierobežojumiem )

\*\* Gadi, kurus cilvēks būtu nodzīvojis (līdz 65 gadiem), ja nebūtu miris nelaimes gadījumā vai cita iemesla dēļ (raksturo priekšlaicīgu mirstību un novēršamus nāves cēloņus)



## Mērķis - pagarināt veselīgi nodzīvoto mūža daļu un saīsināt slimības periodu



# Risinājums?

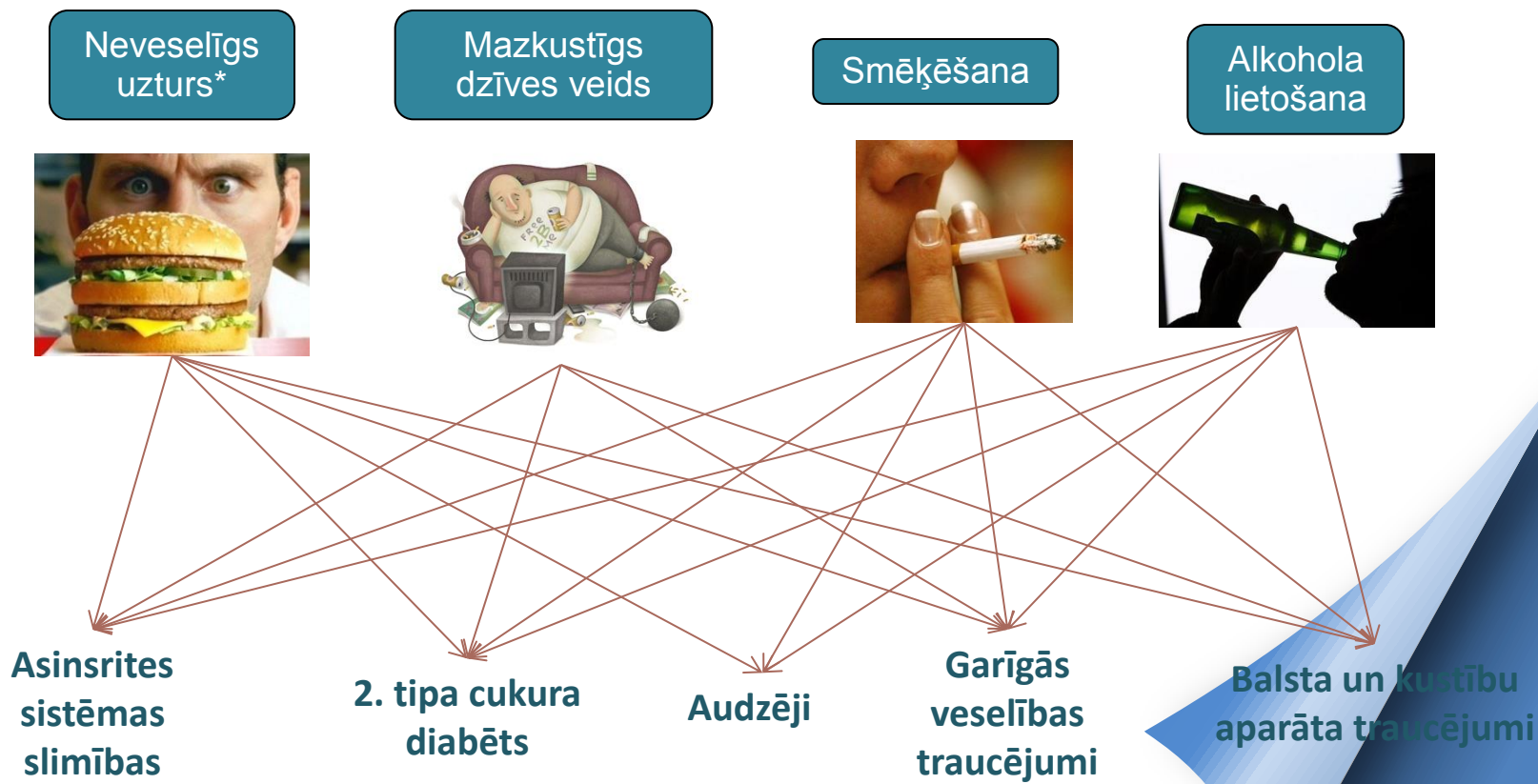
## Veselīga dzīves veida veicināšana:

- Vairāk kustību – sports, fiziskās aktivitātes
- Psihoemocionāla labklājība
- Neinfekciju slimību (t.sk. onkoloģijas) profilakse
- Traumatisma mazināšana


*Veselības izglītība*



## Neinfekcijas slimību attīstību ietekmējošie faktori



\* Pārtikas produkti ar augstu sāls, cukura un tauku saturu  
Avots: EK Veselības un patērētāju ģenerāldirektorāts (DG SANCO)



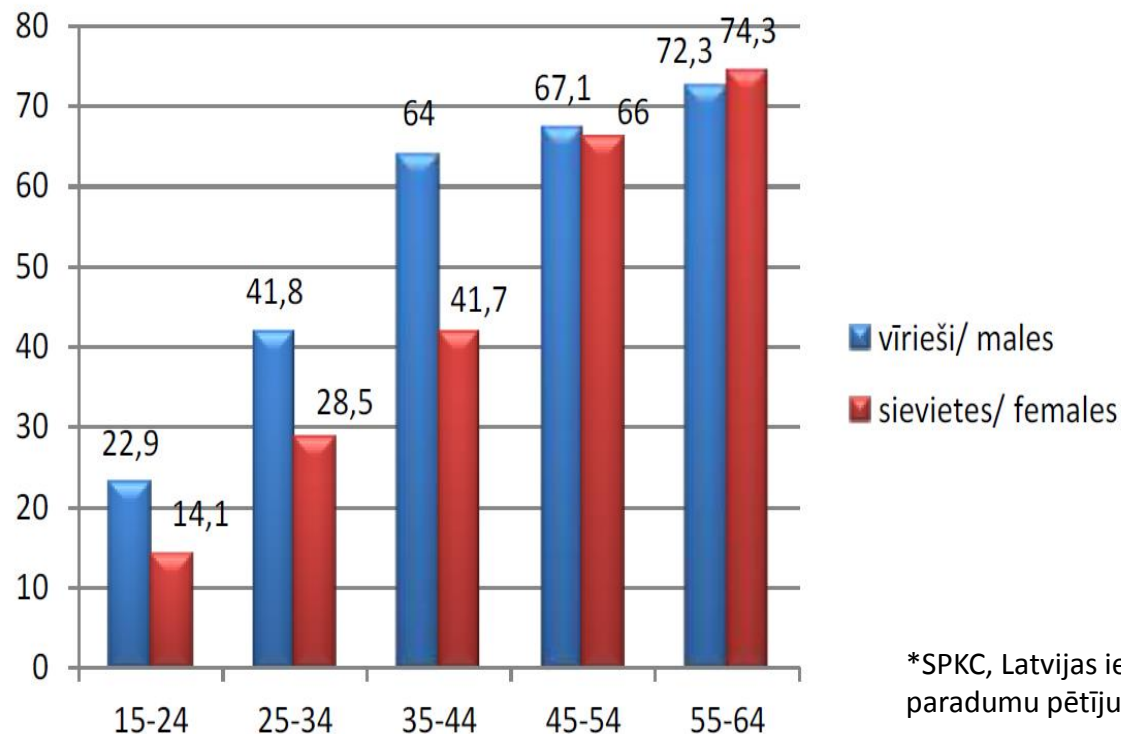
**Par ko liecina statistikas  
un pētījumu dati....**

## Ķermeņa masa

Liekās ķermeņa masas un aptaukošanās īpatsvars populācijā ir relatīvi liels – kopumā **49,1%** (2010.g. – 45,1%) respondentu:

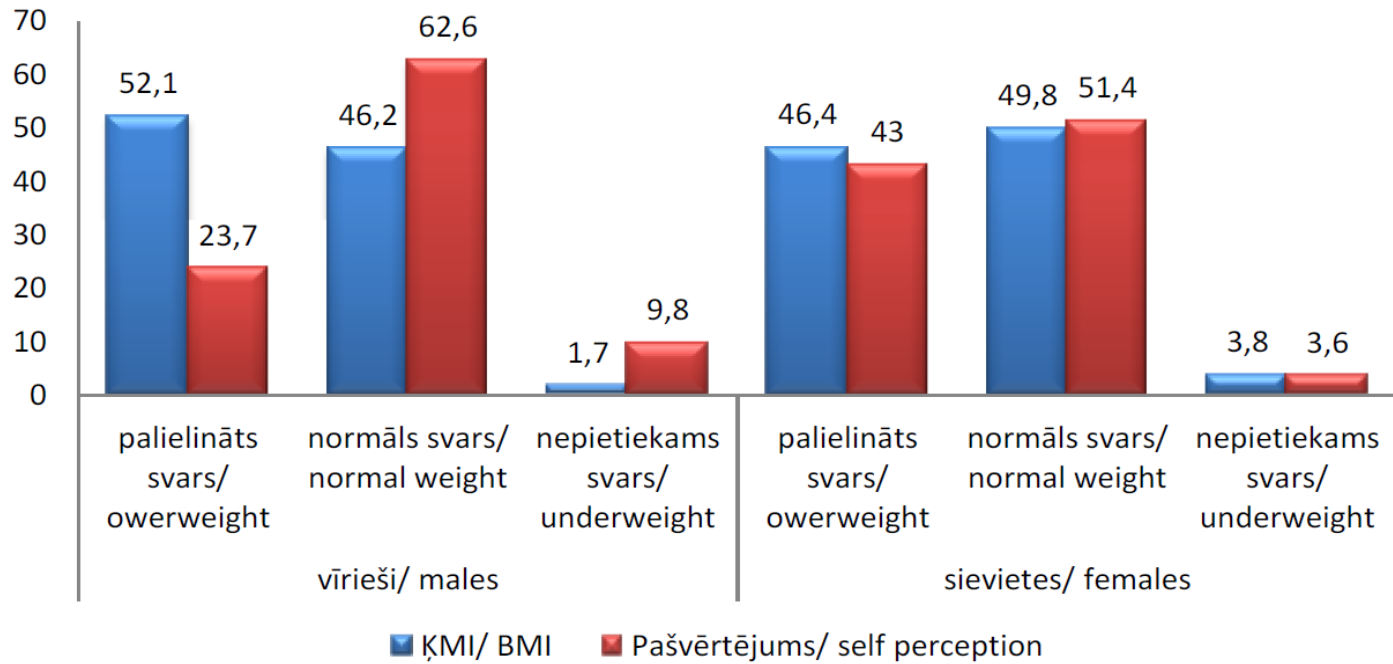
- ✓ 52,1% (44,8%) vīriešu
- ✓ 46,4% (45,4%) sieviešu

Normāla ķermeņa masa ir **48,0%** respondentu.



\*SPKC, Latvijas iedzīvotāju veselību ietekmējošo paradumu pētījums, 2012

## Aprēķinātais ĶMI\* un respondentu pašvērtējums par savu ķermeņa masu (%)



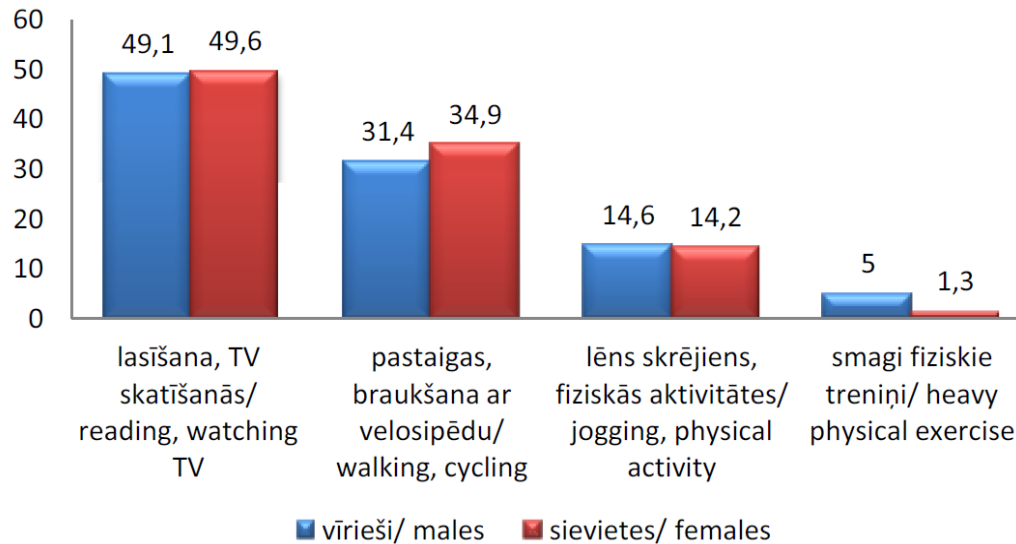
\*ĶMI = Ķermeņa masa (kg)/ Auguma garums (m)<sup>2</sup>

\*\*SPKC, Latvijas iedzīvotāju veselību ietekmējošo paradumu pētījums, 2012

# Fiziskās aktivitātes

Pietiekams fizisko aktivitāšu līmenis – **vismaz 5 reizes nedēļā, vismaz 30 min** mērenas intensitātes fiziskās aktivitātes:

✓ **tikai 15%** respondentu (17,2% vīriešu un 12,9% sieviešu).



✓ Neskatoties uz pasīvo brīvā laika pavadīšanas veidu, 37,6% (2010.g. – 38,0%) vīriešu un 43,5% (46,6%) sieviešu savu fizisko formu vērtē kā vidēju.

\*SPKC, Latvijas iedzīvotāju veselību ietekmējošo paradumu pētījums, 2012





# Alkohola lietošana

- ✓ Visaugstākais alkohola lietotāju īpatsvars - vecuma grupā no 25 līdz 54 gadiem.
- ✓ Visaugstākais stipro alkoholisko dzērienu lietotāju īpatsvars ir vīriešiem vecuma grupā no 45 līdz 54 gadiem.
  - ✓ stipros alkoholiskos dzērienus pēdējās nedēļas laikā lietojuši kopumā 23,1% respondentu (33,4% vīriešu un 13,5% sievietes);
  - ✓ mazalkoholiskos kokteiļus pēdējās nedēļas laikā lietojuši kopumā 10,0% respondentu (9,7% vīriešu un 10,3% sievietes), augstākais īpatsvars ir sievietēm vecumā no 15 līdz 34 gadiem
- ✓ Sievietēm populārākais alkoholiskais dzēriens ir vīns, vīriešiem – alus.
- ✓ Vismaz sešas alkohola devas\* vismaz vienu reizi nedēļā lietojuši 14,1% respondentu.

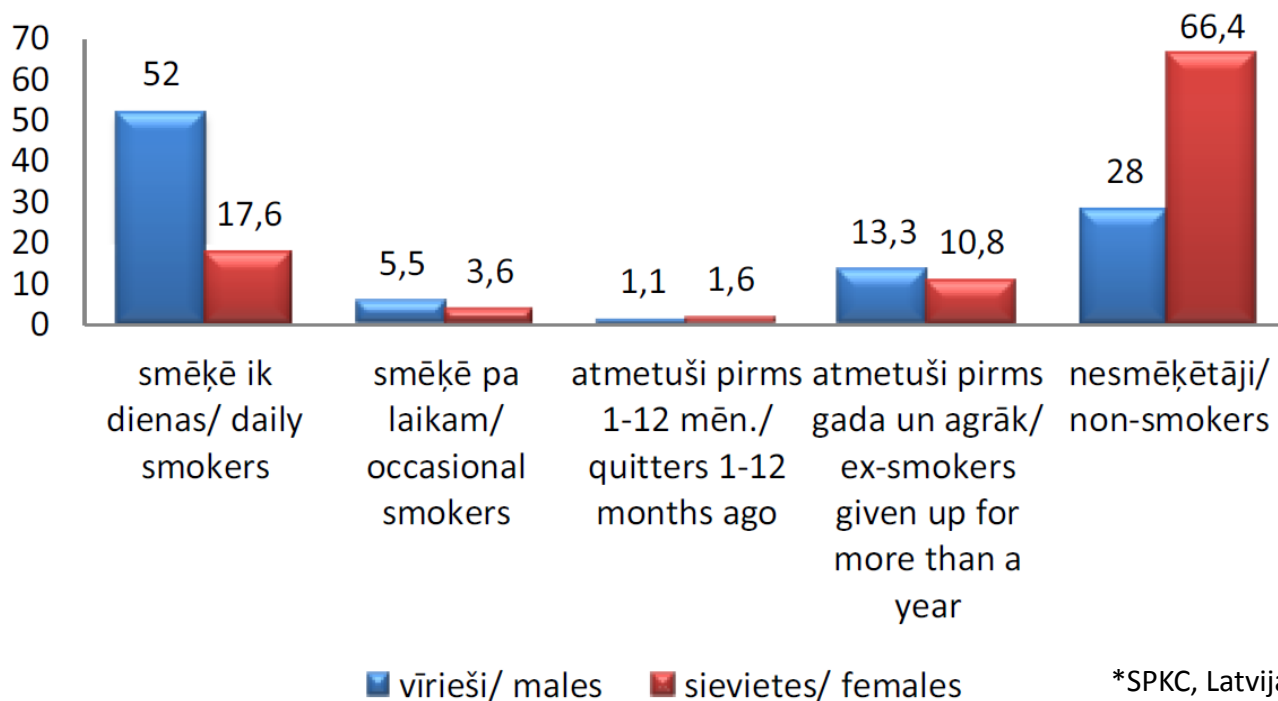


\*1 deva: 40ml stipro alkoholisko dzērienu vai 100ml vīna, vai 1 pudele (500ml) alus.

\*\*SPKC, Latvijas iedzīvotāju veselību ietekmējošo paradumu pētījums, 2012

# Smēķēšana

Katru dienu smēķē 34,3% (2010.g. – 33,7%) respondentu (52,0% vīriešu un 17,6% sievietes)



# Smēķšana darba vietā

9,6% (2010.g. – 14,2%) vīriešu un 2,8% (3,3%) sieviešu ir spiesti pavadīt ik dienu vairāk nekā 1 stundu piesmēķētās darba telpās.

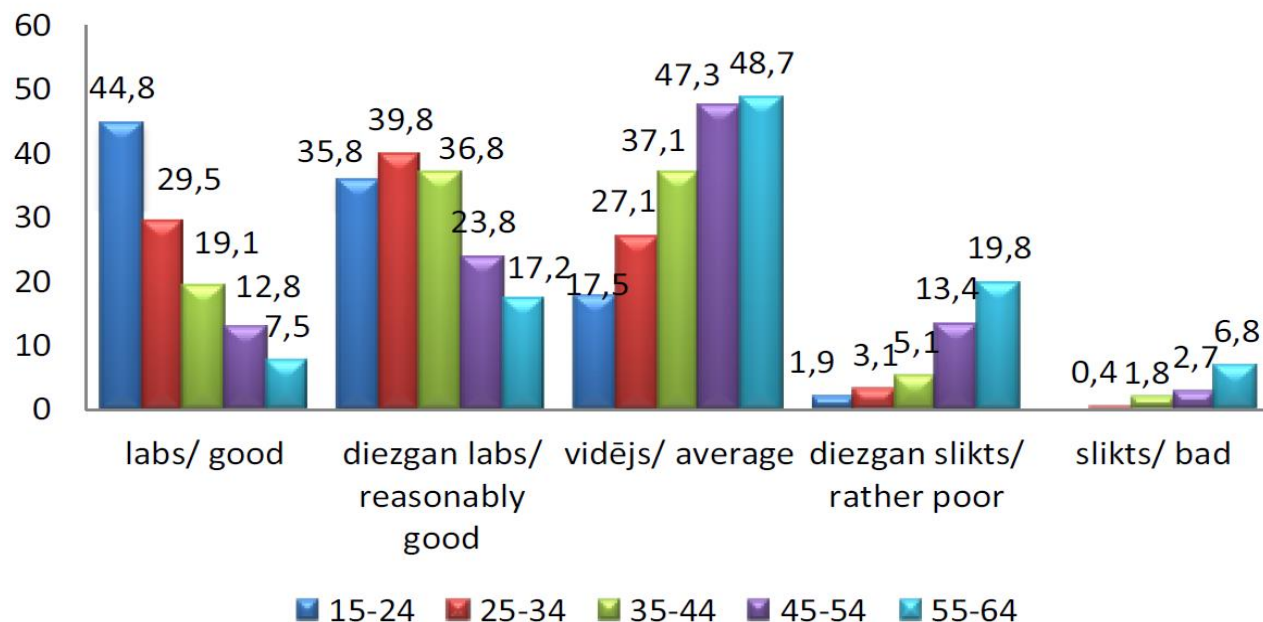
57,2% (2010.g. – 52,7%) - darbā ir pilnībā aizliegts smēķēt;

34,5% (40,1%) - smēķēt var speciāli norādītās vietās;

12,3% (10,8%) vīriešu un 2,9% (2,1%) sieviešu – smēķēšanai vispār nav ierobežojumu.

Kopumā Latvijas iedzīvotāji, gan vīrieši 93,1%, gan sievietes 95,9% ir apmierināti ar smēķēšanas ierobežojumiem darbavietās.

## Veselības stāvokļa pašvērtējums, vecuma grupās (%)



# Veselības veicināšana

- ✓ process, kas rada iespēju katram cilvēkam **pastiprināt kontroli pār savu veselību** un uzlabot to:
  - konsultācijas,
  - informācijas izplatīšana,
  - izglītošana,
  - personisko iemaņu attīstīšana,
  - dzīvesveida un paradumu maiņas veicināšana
  
- ✓ vienmēr tiek vērsti **uz sabiedrību kopumā** vai kādu tās grupu;
- ✓ **ekonomiski izdevīgākais un efektīvākais veids** slimību cēloņu novēršanā, nepieļaujot slimību rašanos, veicinot iedzīvotājus uzņemties atbildību par savu veselību.



# Partneri veselības veicināšanā

Pašvaldība

Iestādes un  
organizācijas



Privātais sektors

Sabiedrība

# Valsts veselības veicināšanas darba organizācijas modelis (no 2012.gada)

**Valdība - Saeima , Ministru kabinets:** dažādu nozaru politikas veidošana



**Veselības ministrija/atbildīgās VM padotības iestādes:** koordinācija, vadlīniju izstrāde, metodiskais atbalsts pašvaldībām, aktivitāšu veikšana

Valsts veselības veicināšanas politikas ieviešana caur pašvaldībām

**Pašvaldību kontaktpersonas veselības veicināšanā (86)**

**Nacionālais veselību veicinošo pašvaldību tīkls (27)**

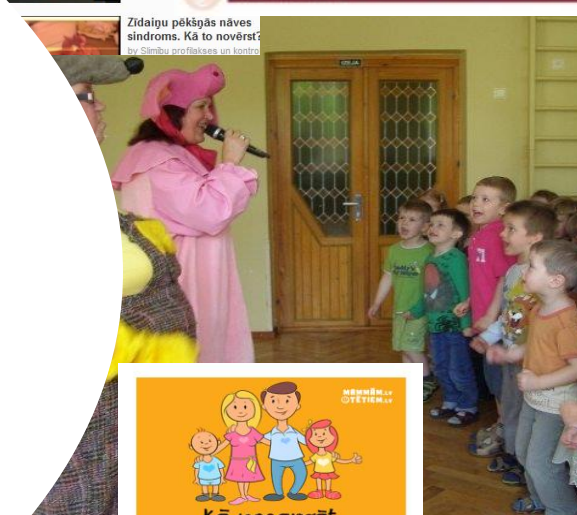
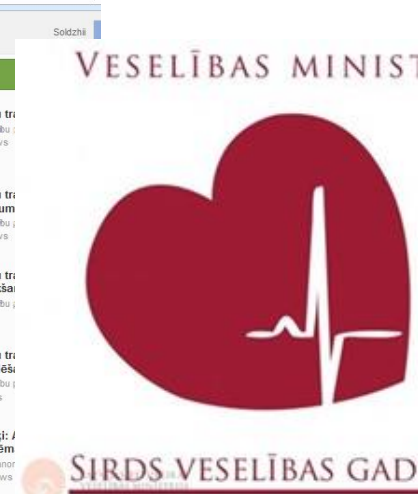
**Pašvaldības, NVO:** pasākumu un aktivitāšu īstenošana

SPKC organizētas veselības veicināšanas aktivitātes

Aktivitātes iedzīvotāju veselības veicināšanai

## SPKC organizētas veselības veicināšanas aktivitātes

- Izglītojoši pasākumi dažādām iedzīvotāju mērķa grupām par veselības veicināšanas jautājumiem
- Sabiedrības informēšanas kampaņas
- Aktuālā informācija [www.spkc.gov.lv](http://www.spkc.gov.lv)
- Drukātie materiāli.







**Pašvaldību lomas palielināšana  
iedzīvotāju veselības veicināšanā**

# Kāpēc uzsvars tiek likts uz darbību vietējā līmenī?

- ✓ sabiedrības veselības jautājumu lokāla specifika
- ✓ iespējas ātrai, operatīvai un precīzai rīcībai
- ✓ atbalsta mehānisms valsts sabiedrības veselības politikas īstenošanai



Atbalsts pašvaldībām  
iedzīvotāju veselības  
veicināšanā



Apstiprinātas  
2011.gada  
29.decembrī  
ar Veselības  
ministrijas  
rīkojumu Nr.243



## Vadlīniju mērķis

Sniegt pašvaldībām atbalstu zinātniski pamatotas informācijas veidā, lai tās varētu realizēt funkciju – veicināt iedzīvotāju veselību un tādējādi:

saglabātu pašvaldības iedzīvotāju veselību un palielinātu veselīgo dzīves gadu un mūža ilgumu pašvaldības iedzīvotājiem, samazinātu un novērstu nevienlīdzības veselībā.



# Latvijas Nacionālais veselīgo pašvaldību tīkls



SPKC, pašvaldību uzņemšana tīklā, 10.10.2013.

## Pasaules Veselības organizācijas Veselīgo pilsētu kustība



- pirmā programma, kur Pasaules Veselības organizācija (PVO) sadarbojas tieši ar vietējām autoritātēm vietēja līmeņa veselības jautājumu risināšanai.

# Latvijas Nacionālā veselīgo pašvaldību tīkla veidošanas mērķi



Koordinatoru  
tikšanās un  
apmācības

Kopīgi  
projekti

Pašvaldību lomas  
stiprināšana  
veselības  
veicināšanā

Metodisks  
atbalsts

SPKC  
organizēti  
veselības  
veicināšanas  
pasākumi

Instrumenti Valsts  
veselības  
veicināšanas  
politikas ieviešanā

Pieredzes  
apmaiņa



## Aktualitātes

- **Tikšanās ar pašvaldību vadības pārstāvjiem, lai runātu par veselības veicināšanas nozīmi:**
  - Skrundas novada pašvaldība (28.11.2013.);
  - Jēkabpils pilsētas pašvaldība (21.02.2014.)
- **Pieredzes apmaiņas braucieni:**
  - Ogres pašvaldība (13.12.2013.);
  - Liepāja (plānots 13.06.2014.)
- **Izglītojoši semināri un apmācības (plānots 12.06.2014.)**

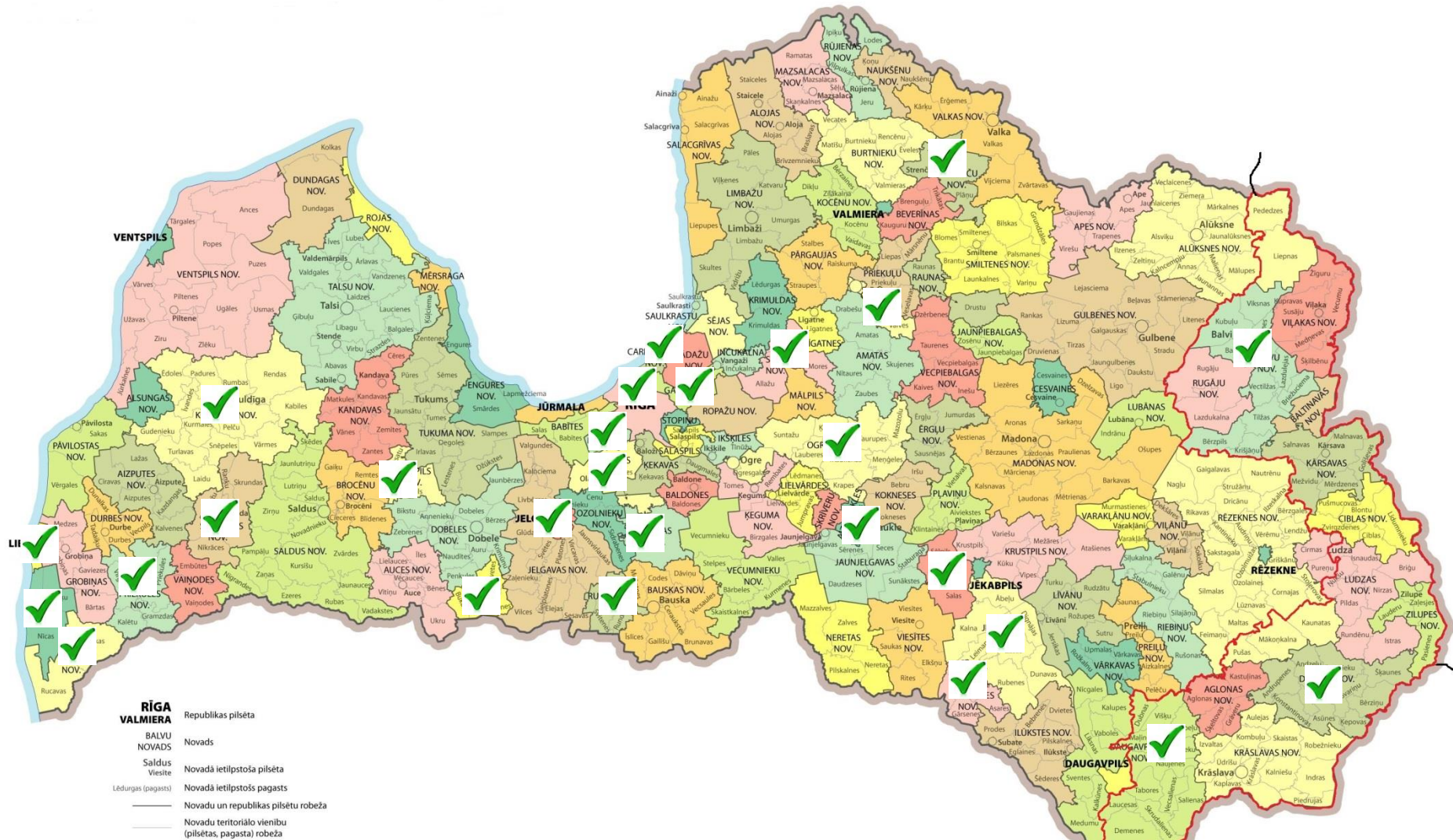


# Latvijas Nacionālais veselīgo pašvaldību tīkls

2014.gads



Aizkraukles, Aknīstes, Balvu, Cēsu, Daugavpils,  
Garkalnes, Iecavas, Jaunpils, Kuldīgas,  
Mārupes, Nīcas, Ogres, Olaines, Priekules,  
Rucavas, Rundāles, Salas, Siguldas, Strenču,  
Tērvetes, Carnikavas, Dagdas **novadi** un  
Jēkabpils, Jelgavas, Liepājas, Skrundas un Rīgas  
**pašvaldības**



***“Veselība nav izmaksas – tā ir investīcijas.”***

*Dr Mary Baker MBE,  
President, European Brain Council*



**Paldies!**



[Solvita.Klavina@spkc.gov.lv](mailto:Solvita.Klavina@spkc.gov.lv)

Tālr. 67387611