

*ĀRSTA-SPECIĀLISTA  
KONSULTĀCIJAS PAMATPRINCIPI  
PAR REPRODUKTĪVĀS VESELĪBAS  
JAUTĀJUMIEM*

Dr.paed., dr. Margarita Puķīte  
RSU SKMK docente

# Konsultācija

*Speciālista un indivīda (pāra, ģimenes, u.c. cilvēku) savstarpējās saskarsmes process, kas veicina atklāt un noteikt indivīda vajadzības, pieņemt vispiemērotāko to risinājumu un izdarīt vajadzīgo izvēli.*

# *Reproduktīvā veselība*

- *Ģimenes plānošanas jautājumi*
- *Seksualitāte*
- *Dzīvesveids*
- *Rūpes par reproduktīvo veselību un veselību kopumā - profilakse*

# *Pacientu (klientu) tiesības*

*Indivīdu un pāru tiesības pieņemt lēmumu par bērnu skaitu un intervālu starp viņu piedzimšanu starptautiskajā sabiedrībā atzīta jau sen.*

*1968.gadā Teherānā tika pieņemta Cilvēku Tiesību Deklarācija, kas pamato lēmuma pieņemšanu.*

# *Pacientu (klientu) tiesības*

- 1. Tiesības saņemt informāciju*
- 2. Tiesības saņemt pakalpojumu*
- 3. Tiesības izvēlēties*
- 4. Tiesības uz drošību*
- 5. Tiesības uz konsultācijas drošu vidi*
- 6. Tiesības uz konfidencialitāti*
- 7. Tiesības uz cieņu*
- 8. Tiesības uz komfortu*
- 9. Tiesības uz nepārtrauktu pakalpojumu saņemšanu*
- 10. Tiesības izteikt savu viedokli*

# *Tiesības saņemt informāciju*

- *Sev*
- *Par sevi*
- *Saviem tuviniekiem*
- *Par saviem tuviniekiem*
- *Vecāki par bērniem*
- *Aizbildņi par bērniem*
- *Kur varētu saņemt vairāk informācijas par pacientu interesējošu problēmu?*

# *Tiesības saņemt pakalpojumu*

- *Dažādos veselības aprūpes sistēmas līmeņos (primārā, sekundārā, terciārā)*
- *Pie dažādu profilu speciālistiem*
- *Ievērojot viņa ekonomiskās iespējas*

# *Tiesības izvēlēties*

- *Ģimenes plānošanas metodi*
- *Bērnu skaitu ģimenē*
- *Pakalpojumu kādā no veselības aprūpes iestādēm*
- *Ārsta-speciālista pakalpojumu*
- *Ievērot ārsta-speciālista padomus*



# *Tiesības uz drošību*

- *Aizsargāti pret nevēlamu grūtniecību, slimībām un seksuālo vardarbību*
- *Kontracepcijas metožu negatīvo ietekmi*
- *Sievietes veselības risku grūtniecības laikā (nevēlama grūtniecība - tās atrisinājums)*
- *Pakalpojuma sniegšanas kvalitāti (manipulāciju veikšanas antiseptika)*

# *Tiesības uz konsultācijas drošu vidi*

- *Atsevišķa telpa*
- *Viens ārsts-speciālists*
- *Jābūt pacienta piekrišanai, ja piedalās vēl kāda persona*
- *Pacientam jābūt informētam, kas tiks veikts konsultācijas laikā*

# *Tiesības uz konfidencialitāti*

*Neievērojot šo punktu varam panākt pacienta/klienta izstumšanu no sabiedrības, kas ir ap viņu, zaudēt ticību sev un savām darbībām.*

# *Tiesības uz cieņu*

- *Pieklājība*
- *Uzmanība*
- *Laba apkalpošana utt.*

*Neatkarīgi no rases, izglītības līmeņa,  
ekonomiskā stāvokļa u.c.*

# *Tiesības uz komfortu*

*Pacientam/klientam ir tiesības, saņemot konsultāciju, justies komfortabli.*

*Kādas ir mūsu iespējas nodrošināt šīs pacienta/klienta tiesības?*

# *Tiesības uz nepārtrauktu pakalpojumu saņemšanu*

- *Cik nepieciešams?*
- *Kāds jautājums?*
- *Saņemšanas veids - telefons, e-vidē u.c.*
- *Ieteikt citas šī pakalpojuma vietas, ja tas ir nepieciešams.*

# *Tiesības izteikt savu viedokli*

- *Brīvi izteikta kritika*
- *Brīvi izteikta uzslava*
- *Novērtējums konsultācijai - aptaujas anketa, izvērtējums*

# Ārsta-speciālista vajadzības

1. *Vajadzība uzlabot savu kvalifikāciju*
2. *Vajadzība iegūt informāciju*
3. *Vajadzība pēc infrastruktūras*
4. *Vajadzība pēc kontracepcijas līdzekļu uzskates materiāliem*
5. *Vajadzība pēc darba organizācijas*
6. *Vajadzība pēc atbalsta*
7. *Vajadzība pēc cieņas*
8. *Vajadzība pēc uzslavas*
9. *Vajadzība pēc atgriezeniskās darbības saitēs*
10. *Vajadzība pēc pašizteikšanās, pašīstenošanās un pašnovērtējuma*



# *Vajadzība uzlabot savu kvalifikāciju*

- *Asociācijas sēdes*
- *Semināri*
- *Konferences*
- *Kongresi*

# *Vajadzība iegūt informāciju*

- *Sadarbība ar citām organizācijām*
- *Prasme atlasīt nepieciešamo informāciju e-vidē*
- *Sadarbība ar farmācijas kompānijām*

# *Vajadzība pēc infrastruktūras*

- *Darba telpas iekārtojums*
- *Tehniskās infrastruktūras klātbūtne*
- *Darba un darbību organizācija*

# *Vajadzība pēc kontracepcijas līdzekļu uzskates materiāliem*

- *Pacientu/klientu redze, tauste*
- *Ārsta-speciālista drošs stāstījums*
- *Komunikācijas atvieglojums*

# *Vajadzība pēc darba organizācijas*

- *Darbības programma*
- *Darbības vadlīnijas*
- *Profesionālā kompetence*
- *Pedagoģiskā kompetence*

# *Vajadzība pēc atbalsta*

- *Komandas pleca sajūta*
- *Spēja gūt informāciju no kolēģa, nepieciešamības gadījumā*

# *Vajadzība pēc cieņas*

- *Viedoklis*
- *Darbība*
- *Kompetences robežas*


# *Vajadzība pēc uzslavas*

- *Atzinības raksts*
- *Pēc pacientu aptaujas datiem*
- *Prēmijas???*



# *Vajadzība pēc atgriezeniskās darbības saites*

- *Viedoklis par mūsu darbu no pacientu/klientu puses*
- *Komandas locekļu analīze*
- *Supervīzijas*



*Vajadzība pēc pašizteikšanās,  
pašīstenošanās un  
pašnovērtējuma.*

# Konsultācijas mērķi

1. *Saskatīt konkrēto problēmu.*
2. *Noteikt labākos iespējamus variantus šīs problēmas atrisināšanai.*
3. *Izdarīt izvēli, kas atbilst pacientu/klientu vajadzībām, problēmas risinājumam.*
4. *Pieņemt lēmumu vienkāršākam problēmas risinājumam un darboties atbilstoši tam.*
5. *Attīstīt pacientam/klientam nepieciešamās dzīves iemaņas, kas nepieciešamas problēmas risinājumam.*
6. *Piedāvāt atbalstu, saglabājot savus spēkus.*

# *Konsultācijas iespējas*

*Kontracepcijas jautājumos - palīdzēt pieņemt lēmumu par nepieciešamību un vēlmi lietot kontracepciju, palīdzēt izdarīt brīvu un informētu kontracepcijas metodes izvēli, piedāvāt daudzpusīgu informāciju par izvēlēto kontracepcijas metodi, paskaidrot izvēlētās kontracepcijas metodes lietošanu.*

# *Konsultācijas iespējas*

*Problēmas, kas saistītas ar STI -  
paskaidrot papildus izmeklējumu  
nepieciešamību, terapijas principus,  
atkārtotas vizītes noteikšana.*

*<http://www.ippf.org>*

# *Konsultācijas iespējas*

*Ģimenes plānošanas jautājumi - sagatavot pāri bērna piedzimšanai, palīdzēt iegūt informāciju par krūts barošanu, palīdzēt pieņemt lēmumu par grūtniecības saglabāšanu vai tās pārtraukšanu.*

*<http://www.ippf.org>*

# *Konsultācijas iespējas*

*Pārrunāt problēmas, kas saistītas ar  
reproduktīvo un seksuālo veselību  
kopumā - savstarpējās attiecības,  
motivācija rūpēties par savu veselību,  
u.c.*

*<http://www.ippf.org>*

# *Konsultācijas nodrošinājums*

- *Konfidencialitātes un privātuma ievērošana.*
- *Nodrošināt pavadošo personu nodarbinātību.*
- *Telpas iekārtojuma atbilstība konsultācijas mērķim.*
- *Konsultācijas laikā izmantotie uzskates līdzekļi.*



# *Konsultācijas norises gaita*

- *Visa uzmanība tiek veltīta pacientiem/klientiem.*
- *Brīdiniet par šīs konsultācijas konfidencialitāti.*
- *Noskaidrojiet vizītes mērķi un kādu informāciju vēlas iegūt.*
- *Uzmanīgi klausieties, ko parādiat ar sava ķermeņa neverbāliem žestiem.*
- *Atvēliet laiku klientiem izteikt savas vēlmes un viedokļus.*

# *Konsultācijas norises gaita*

- *Ja ir nepieciešama papildus informācija, tad droši uzdodiet jautājumus, paskaidrojot par to nepieciešamību, risinot konkrēto problēmu.*
- *Uztveriet pacientu/klientu acu skatienu.*
- *Klausoties paralēli neveiciet ierakstus.*
- *Uzmundriniet pacientus/klientus ar teicieniem "es klausos", "turpiniet" u.c.*
- *Palīdziet pacientiem/klientiem izteikt savas vajadzības.*

# *Konsultācijas norises gaita*

- *Palīdziet pacientiem/klientiem veltīt visu uzmanību pārrunājamaī tēmai.*
- *Uz pacientu/klientu jautājumiem centieties atbildēt godīgi, tieši un izvērsti saprotami.*
- *Iesaistiet pacientus/klientus aizpildīt nepieciešamo dokumentāciju, sekojot, lai tas tiktu paveikts kārtīgi.*
- *Paskaidrojiet turpmākās rīcības plānus, ja ir nepieciešama kāda papildus darbība.*

# *Konsultācijas norises gaita*

- *Nosūtiet pacientus/klientus uz visām nepieciešamajām ārstnieciskajām izmeklēšanām, kas nepieciešams konkrētās problēmas risināšanai.*
- *Nodrošiniet atbalstu un izpratni no savas puses, taču tā, lai pacients/klients nepaļautos tikai un vienīgi uz jums.*
- *Norunājiet savlaicīgi par nākošo konsultācijas nepieciešamību un laiku.*

# *Nepieciešams zināt*

*Riska faktorus dažādās vecuma grupās,  
kas ietekmē reproduktīvo veselību.*

*Atvieglo izveidot konsultācijas plānu un  
ārsta-speciālista darbības tās laikā.*

# *Pusaudži un jaunieši*

- *Kaitīgie ieradumi un atkarības*
- *Seksuāli transmisīvās infekcijas*
- *Nevēlamas grūtniecības pārtraukšana*
- *Neadekvātas ķermeņa masas izmaiņas*
- *Pārlietu liela un neadekvāta fiziska slodze*
- *Dzimumorgānu iedzimtās anomālijas*
- *Stresa klātbūtne*

# *Reproduktīvais vecums*

- *Kaitīgie ieradumi un atkarības*
- *Ilgas laika periods pirms grūtniecības iestāšanās*
- *Ilgstoši lietota hormonālā kontracepcija*
- *Dažādu reproduktīvās orgānu sistēmas saslimšanu agrīna klātbūtne*
- *Psiholoģiskās problēmas*
- *Stresa klātbūtne*

<http://www.ippf.org>

# *Pārejas vecums*

- *Nestabila menstruālā un ovariālā ciklu darbība*
- *Dishormonālie procesi organismā*
- *Kaitīgie ieradumi un atkarības*
- *Vielmaiņas izmaiņas*
- *Stresa klātbūtne*

<http://www.ippf.org>



# Vecums

- *Bailes no ārstu-speciālistu apmeklēšanas*
- *Stresa klātbūtne*
- *Blakus esošo orgānu saslimšanu klātbūtne*

<http://www.ippf.org>

## *Konsultējot par kontracepcijas jautājumiem, ārstam- speciālistam jāprot:*

- *Palīdzēt pieņemt lēmumu par nepieciešamību lietot dzimumattiecību laikā kādu no kontracepcijas metodēm.*
- *Palīdzēt pieņemt brīvprātīgu lēmumu uzsākt kādas konkrētas kontracepcijas metodes lietošanu.*
- *Sniegt pilnīgu informāciju par izvēlētās kontracepcijas metodes darbību, efektivitāti, indikācijām, lietošanu, kontrindikācijām un blaknēm.*

## *Konsultējot par kontracepcijas jautājumiem, ārstam- speciālistam jāprot:*

- *Izskaidrot kā jārīkojas, ja ir atklātas izvēlētās kontracepcijas metodes blaknes vai sākušās raizes par kontracepcijas efektivitātes mazināšanos.*
- *Brīdināt, kādos gadījumos steidzīgā kārtā jāsaazinās ar savu ārstu, ja tika neievērota izvēlētās kontracepcijas metodes lietošana.*

*Iesakot kādu konkrētu kontracepcijas metodi pacientei, kura ir griezusies ar šādu jautājumu pie ārsta-speciālista, jāņem vērā:*

- *Abu partneru vecums.*
- *Kaitīgo ieradumu klātesamība sievietei.*
- *Seksuālo partneru skaits.*
- *Vispārējais veselības stāvoklis - uroģenitālā orgānu sistēma, gastrointestinālā orgānu sistēma, kardiovaskulārā orgānu sistēma, endokrīno orgānu sistēma, centrālā nervu sistēma, maņu orgānu sistēma.*
- *Dzimumattiecību biežums.*
- *Pašas vēlmes.*

*Lai ārsts-speciālists spētu profesionāli konsultēt pacientus par seksuālās un reproduktīvās veselības jautājumiem, viņam jābūt:*

- *Zinošam par seksuālās un reproduktīvās veselības iespējamām problēmām un to risināšanas ceļiem.*
- *Informētam par iedzīvotājiem pieejamiem dienestiem, kuri spēj palīdzēt atrisināt problēmas, kas saistītas ar seksuālo un reproduktīvo veselību.*
- *Zinošam par iedzīvotāju vajadzībām, kas skar seksuālo un reproduktīvo veselību.*
- *Motivācijai un vēlmei sniegt šo konsultāciju.*

# *Konsultēšanas prasmes*

- *Prasme aktīvi klausīties,*
- *Prasme neverbāli komunicēt,*
- *Pārfrāzēšanas prasme,*
- *Prasme uzdot jautājumus,*
- *Prasme atklāt savas izjūtas,*
- *Prasme sniegt informāciju.*

# Attieksme

- *Nenosodīt,*
- *Neuzmākties ar savām vērtībām,*
- *Atklāt savu siltumu un nemazināt pacientu ar savu uzmanību,*
- *Būt atsaucīgam un iejūtīgam,*
- *Būt ieinteresētam pacienta labsajūtas klātbūtnei,*
- *Nepārtraukti pilnveidot savas zināšanas un prasmes,*
- *Mācīties no savām kļūdām,*
- *Izprast pašam sevi un izprotot dzīvi, saprast cilvēkus, kuriem ir atšķirīgi dzīves uzskati un veids.*



*"Cilvēks ir tik laimīgs, cik  
pats to vēlas."*

*Abrahams Linkolns*





***Paldies par uzmanību!***

