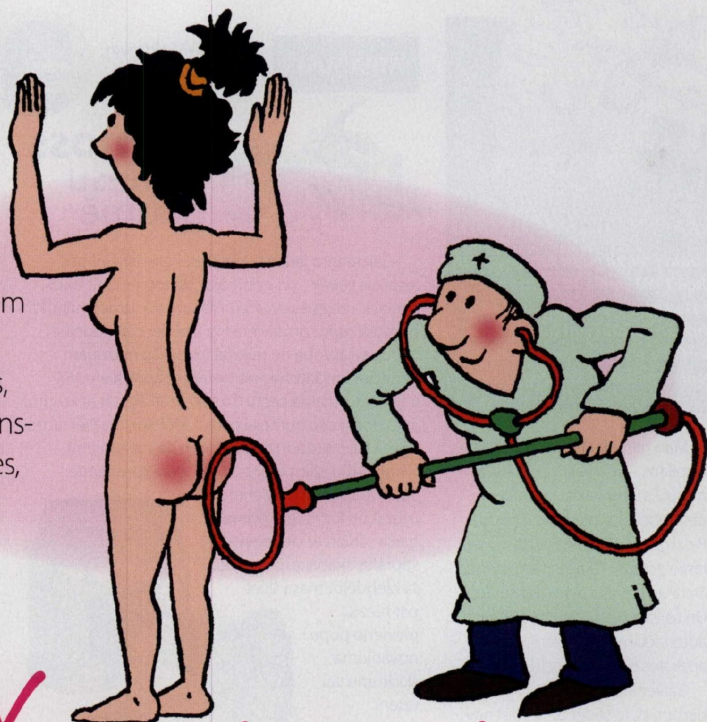


Kādreiz vecie profesori jaunajiem ārstiem mācīja zelta standartu: vispirms ar pacientu aprunājies, tad apskati mēli, acis, izmēri asinsspiedienu un – arī liec izģērbties, jo tad var daudz ko ieraudzīt. Mūsdienās tā vairs nenotiek.



Kas tev pie ģimenes ārsta pienākas?

Mazam priekšvārdam

Saņēmām sašutuma pilnu vēstuli no lasītājas Irīnas, kura ir neizpratnē un apšaubā savu ģimenes ārsta kompetenci. Irīna mums raksta: «Pēc mana lūguma, lai ģimenes ārsts vizītes laikā izmēra asinsspiedienu un paklausās sirdsdarbību, plaušas, sekoja atbilde – nevienā normatīvajā aktā nav rakstīts, ka viņa pienākumos ietilpst veikt šīs darbības, bet gan ārsts pats var izlemt, kā rīkoties. Taču, ja man ir sūdzības par sirdsdarbību? Vai tas neuzliek ārstam par pienākumu veikt pārbaudes?! Lūdzu, paskaidrojiet, kā pacientam rīkoties šādā situācijā un kas īsti ietilpst vizītē pie ģimenes ārsta.»

♥ Ginta Auzniece

SKAIDRO:



EVIJĀ ŠTĀLBERGA

• Nacionālā veselības dienesta Sabiedrisko attiecību daļas vadītāja.

Irīna, gan noteikumi, gan prakse paredz, ka viss, ko ģimenes ārsts vizītes laikā dara, atkarīgs no medicīniskā izvērtējuma. Ko tas nozīmē? Ārstam jāizvērtē tavs veselības stāvoklis, uzklausa sūdzības, pārrunānot tavu pašsajūtu. Viņš uzdod kontroljautājumus – piemēram, par svara izmaiņām, dzīvesveidu, uztura paradumiem. Vārdu sakot, ārsta uzdevums ir vizītes laikā ievākt maksimāli daudz in-

formācijas, pēc kuras tad viņš pats izvērtē, kādas pārbaudes un izmeklējumi tālāk būtu nepieciešami. Var būt arī tā, ka ārsts nesaskata nepieciešamību konkrētās vizītes laikā kaut ko pārbaudīt.

Esī atklāta!

Kas attiecas uz tavu sašutumu... Iespējams, ģimenes ārsts tik tiešām neredzēja vajadzību mērīt asinsspiedienu un

izklausa tavu sirdsdarbību, jo bijī noklusējusi par kādiem būtiskiem, traucējošiem simptomiem. Nebūt nav tā, ka, sakot: «Dakter, es vēlos, lai izmeklējāt to, to un to...», ģimenes ārstam tas uzreiz jādara. Cita lieta, ja tu patiešām slikti jūties, ir kādas nopietnas sūdzības par veselību, bet – tad tas tā arī jāpasaka.

Veiksmīga sadarbība ar ģimenes ārstu lielākoties balstās uz abpusēji atvērtu komunikāciju, uz sarunu. Tas nozīmē, ka nevajag kautrēties runāt ar ārstu par savām sūdzībām, atzities satraukumā. Esī maksimāli atklāta – jo runa taču ir par tavu pašsajūtu un veselību! Liec nojaust ārstam, ka kaut kas nav tik labi, cik gribētos, un viņš tad arī lūkosies pēc piemērotākajām metodēm, kā noskaidrot tavu bažu

ieneslus. Proti, katrs izmeklējums, ko tu uzskati par nepieciešamu, tev ir JĀPAMATO ar savām sūdzībām, riskiem, kas varētu draudēt... Ģimenes ārsts jāuztver par tādu kā filtru, kas izvērtē mūsu veselības stāvokli, riskus un nosūta tur, kur nepieciešams, lai noskaidrotu iemeslus un situāciju uzlabotu. Kā arī – lai konstatētu, ka viss ir labi.

Raksti sūdzību!

Protams, cilvēki ir dažādi, tostarp arī ārsti... Ja tev tiešām radušās pamatotas šaubas par to, ka tavs ģimenes ārsts varētu nebūt savu uzdevumu augstumos un nav spējis kompetenti izvērtēt tavu stāvokli vai pat apzināti nav darijis kaut ko tavas veselības labā, tev ir tiesības vērsties Veselības inspekcijā. Tā ir institūcija, kuras uzdevums ir uzraudzīt un nepieciešamības gadījumā izvērtēt ārstniecības iestāžu un personu darbu.

Sākumā vari zvanīt pa tālruni 67221244, izstāstīt par radušos situāciju un saņemt speciālistu konsultāciju. Tāpat vari vērsties Veselības inspekcijā ar parakstītu iesniegumu, kurā norādīti tavs vārds, uzvārds, personas kods, dzīvesvietas adrese, kontaktinformācija, ārstniecības iestāde, ārsta vārds, uzvārds un ārstēšanās laiks. Ja ir – vari pievienot arī ārstēšanās izrakstu kopijas. Tas noderēs par pamatu, lai Veselības inspekcijas inspektori pārbaudītu konkrētā ārsta prakses darbību un dokumentus, kuros fiksēts tavs vizītes.

Vēl viens glābiņš – maini ģimenes ārstu

Ja šķiet, ka tev ar esošo ģimenes ārstu nav pa ceļam, tad – maini to. Pagaidām šī ir joma, kur vispār nepastāv nekādi ierobežojumi – ja nepieciešams, tu drīkstī mainīt ģimenes ārstu pat vairākas reizes gadā. Protams, ja ir, ko mainīt...

Pamatā katrs ģimenes ārsts sniedz pakalpojumus savā darbības teritorijā dzīvojošiem, bet, ja praksē ir brīvas vietas, viņš drīkst tevi, pārliecinātu pārdaugavieti, reģistrēt arī, piemēram, savā Juglas praksē. Ja ne – saņemsi atteikumu. Tiesa, atteikt tev nedrīkst tas ģimenes ārsts, kuram prakses vieta ir tavas faktiskās dzīvesvietas teritorijā. Uzzināt, kuri ir šie ārsti, vari rakstot uz e-pasta adresi info@vmnvd.gov.lv un norādot savas faktiskās dzīvesvietas adresi (pilsētu, ielas nosaukumu un mājas numuru) vai zvanot pa bezmaksas informatīvo tālruni 80001234.

Izmanto iespēju!

Valsts apmaksātajā profilaktiskajā programmā, kas tiek realizēta ar ģimenes ārstu starpniecību, ietilpst arī **zarnu vēža skrīnings** jeb – pārbaude uz slēptajām asinīm fecēs sievietēm un vīriešiem no 50 līdz 74 gadiem. Pie ģimenes ārsta vari saņemt testa komplektu, kurš jāaizpilda mājās un jāatnes viņam atpakaļ rezultāta nolaišanai.

Kā pāriet no viena ģimenes ārsta pie cita? Sākumā sazinies ar nolūkotā ģimenes ārsta praksi (ar māšīnu vai ārsta palīgu), un vienojieties par iespējamo reģistrāciju. Pēc tam jaunā ārsta praksē tev būs jāaizpilda speciāla veidlapa, kurā jānorāda iepriekšējais ģimenes ārsts un savas faktiskās dzīvesvietas adrese. Tālāk jaunais ārsts ievadīs tavus datus īpašā informācijas sistēmā, un reģistrācija jaunajā praksē notiks automātiski. Proti, tev nav jāiet pie iepriekšējā ģimenes ārsta uz *atvadu balli*. Kur paliks tava slimības vēsture, tu vaičā... Iepriekšējam ārstam ir PIENĀKUMS nodot tavus datus jaunajam ģimenes ārstam, un tevi šajā procesā ārsts var neiesaistīt. Visticamāk, *vecais* ārsts viņam neatdos visu pacienta ambulatoro kartīti, bet tikai izrakstu, kurā fiksēts, kādas slimības esi pārslimojis, kādu diagnostiku un ārstēšanu saņēmusi.

Reizi gadā – bez maksas

Jā, Ministru kabineta noteikumos Nr. 1529 *Veselības organizēšanas un finansēšanas kārtība* ir noteiktas profilaktiskās pārbaudes, ko ģimenes ārsts var īstenot reizi gadā – profilaktiskos nolūkos. Bet – šī iespēja spēkā tikai tad, ja pēdējā kalendārā gada laikā ne reizi neesi bijusi pie sava ģimenes ārsta.

Kas ietilpst šajā profilaktiskajā pārbaudē? Ģimenes ārsts var noteikt tava ķermeņa svaru, garumu, veikt ādas un gļotādu (piemēram, mutes

ties pēc tavām sūdzībām, hroniskajām slimībām, iedzimtības riskiem un vecuma grupas. Kā uz šādu bezmaksas vizīti pierakstīties? Tev jāzvana uz sava ģimenes ārsta praksi un jāinformē, ka pēdējā gada laikā neesi bijusi pie ārsta un vēlies izmantot bezmaksas profilaktisko apmeklējumu, tad jāvienojas par dienu un laiku. Profilaktiskā pārbaude ir pilnībā valsts apmaksāta, un par to nav jāveic pat pacienta iemaksa 1,42 eiro apmērā.

Nem vērā! Profilaktiskajā ģimenes ārsta bezmaksas vizītē neietilpst bezmaksas laboratoriskie un diagnostiskie izmeklējumi.

Drošības spilvens – dežūrārsts

Ja tev šķiet, ka ģimenes ārsts nav adekvāti novērtējis tavu veselības stāvokli, vai arī tev parādās sūdzības laikā, kad ārsta prakse ir slēgta, tu vari vērsties pie dežūrārstiem, kas pieejami lielākajās Latvijas pilsētās. Sarakstu ar valsts apmaksātiem dežūrārstiem atradīsi Nacionālā veselības dienesta mājaslapā www.vmnvd.gov.lv sadaļā *Kur saņemt medicīnisko palīdzību?*, bet darbdienās laikā no pulksten 8.30 līdz 17.00 informāciju par sev tuvāko dežūrārstu vari uzzināt arī pa bezmaksas informatīvo tālruni 80001234.

Pie dežūrārsta tu drīkstī vērsties neatkarīgi no tā, kura ģimenes ārsta praksē esi reģistrēta, un neatkarīgi no savas deklarētās vai faktiskās adreses. ♥

ĪPAŠAIS JAUTĀJUMS

Vai pacienta nodeva 1,42 eiro ir jāmaksā, ja dodos pēc receptes pie ģimenes ārsta māšīnas?

Atbild Nacionālā veselības dienesta pārstāve EVIJA STĀLBERGA:

– Pacienta iemaksa – 1,42 eiro – jāmaksā par ģimenes ārsta ambulatoru apmeklējumu. Tātad, ja tu aizej uz ģimenes ārsta prakses vietu un tev tur tiek nodrošināts arī ārsta apmeklējums (ārsta konsultācija, kādas pārbaudes), tad ir jāmaksā. Bet, ja māšīna tev izsniedz recepti un ārstu tu pat nesatiec, pacienta iemaksa NAV jāmaksā.