



Sāda palīdzība, iespējams, būtu izglābusi jauna cilvēka dzīvību pērn kādā Pierīgas tenisa hallē, kur viņam bija apstājies sirds, bet pirmo palīdzību neprata sniegt ne personāls, ne citi klātesošie, kā arī nebija iegādāts defibrilators.

# Defibrilatori – dzīvības

*Pēkšņa sirdsdarbības apstāšanās gada laikā notiek vairāk nekā tūkstošiem Latvijas cilvēku, piektdaļā gadījumu – publiskā vidē. Svarīga katra sekunde, tāpēc nekavējoties jāsāk sirds masāža vai ritms un asinsrite jāatjauno ar defibrilatora palīdzību. Nevaram lepoties – aparāti sabiedriskās vietās joprojām ir liels retums, jo valdība mediķu padomos neieklaušās. Cilvēki mirst.*

*Ilze Pētersone*

**K**ādā Pierīgas tenisa hallē pagājušajā gadā vīrietim treniņa laikā apstājās sirds. Līdz Neatliekamās medicīniskās palīdzības dienesta (NMPD) brigādes atbraukšanai pirmā palīdzība netika sniegta, jo neviens no halles personāla

vai klātesošajiem neprata veikt netiešo sirds masāžu, kā arī nebija iegādāts automātiskais ārējais defibrilators (turpmāk – AĀD), ar kuru atjaunot normālu sirds ritmu un asinsriti. NMPD cilvēku vairs nespēja glābt, atlika tikai konstatēt, ka iestājusies nāve. "Šis bija viens no kliegdošiem gadījumiem, kas parādīja, cik svarīga ir gan līdzcilvēku prasme sniegt pirmo palīdzību, gan automātisko

defibrilatoru pieejamība," saka NMPD direktore Liene Cipule.

Dienests jau kopš 2015. gada dažādos veidos cenšoties iekustināt jautājumu par AĀD. Kaut ko izdevies pavirzīt uz priekšu, piemēram, veiktas pārrunas ar piegādātājiem, lai Latvijā būtu nopērkams aparāts ar audiopamācību latviešu valodā. Pērn pie mums tādu vēl nevarēja dabūt.

"Izvērtējot pagājušajā gadā vairākus nāves gadījumus, kas bija notikuši sirds apstāšanās dēļ, sapratām, ka jāsāk ar normatīvo regulējumu, tāpēc decembrī par šo jautājumu Veselības ministrijai nosūtījām vēstuli ar ierosinājumu organizēt plašāku darba grupu," stāsta NMPD vadītāja. Pagaidām notikušas ministrijas ierēdņu un NMPD speciālistu tikšanās un sarunas. Cerību par ātrāku AĀD sistēmas izveidošanu un aparātu plašāku pieejamību sabiedriskās vietās viešot Saeimas deputāta un Paula Stradiņa klīniskās universitātes slimnīcas kardiologa Andra Skrides enerģiskā iesaistīšanās.

## Izglābj tikai 8%, pārējie nomirst

"Arī man pašam doma par defibrilatoriem ir diezgan sena, esmu runājis ar kolēģiem, kāpēc mūsu valstī tādu nav, lai gan mirstība no kardiovaskulārajām slimībām ir viena no augstākajām Eiropā. Galvenais nāves iemesls ir miokarda infarkts, un apmēram 50% gadījumos cilvēks līdz slimnīcai nenokļūst, tāpēc ka nomirst pēkšņā nāvē uz vietas ar sirdsdarbības apstāšanos, jo nav saņēmis pirmo palīdzināto palīdzību. Pirms sirdsdarbības apstāšanās gandrīz vienmēr notiek fibrilācija – haotiska kambaru raustišanās – asiņu plūsma uz galvu

# cenā

un citām ķermeņa daļām nenotiek – to sauc par klīnisko nāvi. Izglābt šādu pacientu var tikai ar speciālu aparātu – defibrilatoru," skaidro Saeimas deputāts A. Skride. NMPD sniegtā informācija liecinot, ka no pērn apmēram tūkstoš gadījumiem, kad mediķi steigušies palīgā sirdsdarbības apstāšanās dēļ, izdevies izglābt tikai 8%, nāve konstatēta 82%, no tiem apmēram piektdaļa – sabiedriskās vietās, ko varēja novērst ar defibrilatoru palīdzību.

Daudzviet citur Eiropā un pasaulē, kur iedzīvotāju dzīvība ir augstā vērtē, automātiskie ārējie defibrilatori publiski uzstādīti vietās, kur apgrozās vairāk cilvēku, – dzelzceļa un autostacijās, lidostās, kultūras un sporta būvēs, mācību vietās u. c. "Kad pirms vairākiem



Automātiskais ārējais defibrilators, saīsināti angļu valodā "AED".

## UZZIŅA

### KAS IR AUTOMĀTISKAIS ĀRĒJAIS DEFIBRILATORS?

Automātiskais ārējais defibrilators (AĀD) ir pāmēsājama ierīce, ar kuru var noteikt sirds ritmu un iedarboties uz sirdi ar elektrisku izlādi, sauktu arī par šoku, ja nepieciešams, lai dzīvībai bīstamas aritmijas (sirds kambaru fibrilācijas) gadījumā veiktu normāla sirds ritma un asinsrites atjaunošanu. AĀD izmanto atdzīvināšanas pasākumu laikā, ja pazīmes norāda uz pēkšņu sirdsdarbības apstāšanos.

Avots: Neatliekamās medicīniskās palīdzības dienests



gadiem mācījos lielas aviokompānijas rīkotajosursos, lai iegūtu sertifikātu "Doctor on board" (latv. val. – "ārsts uz borta"), katrs lidaparāts bija aprīkots ar AĀD. Tādus nodrošina arī daudzas citas aviokompānijas, taču to vidū nav mūsu "Air Baltic". Varu teikt, ka joprojām piemums uz nodaļu arī no avioreisiem

atved cilvēkus, kurus vairs nevar izglābt, jo lidmašīnā nav bijis defibrilators," atklāj A. Skride.

Latvijai nekas no jauna nav jāizgudro, jo pasaulē sen veikti aprēķini gan par cilvēku skaitu publiskās vietās, kad nepieciešams uzstādīt defibrilatoru, gan to, kā tas atmaksāsies, palīdzot izglābt cilvēku dzīvības. "Uz katra stūra nav jāliek, taču vietas ar daudz cilvēkiem un palielinātiem riskiem ir jānodrošina ar AĀD," uzsver Saeimas deputāts.

Līdz jautājumam, kas maksās par ierīcēm, darba grupa vēl neesot tikusi, taču prātīgi būtu vienoties, ka valsts un pašvaldības tos finansē savās iestādēs, bet privātie maksā par savos īpašumos uzstādītajiem. Viena aparāta cena ir apmēram 1300–1400 eiro. A. Skridi nebaida finanšu aprēķini. "Esam izgrūduši naudu tik daudzos neefektīvos projektos, kur tālu līdz praktiskai dzīvības glābšanai, taču šī ir lieta, kas reāli var palīdzēt cilvēkiem, turklāt redzam, ka infarkti iedzīvotājus piemeklē arvien agrākā vecumā."

*Esam izgrūduši naudu tik daudzos neefektīvos projektos, kur tālu līdz praktiskai dzīvības glābšanai, taču šī ir lieta, kas reāli var palīdzēt cilvēkiem, turklāt redzam, ka infarkti iedzīvotājus piemeklē arvien agrākā vecumā.*

*Pirms sirdsdarbības apstāšanās gandrīz vienmēr notiek fibrilācija – haotiska kambaru raustīšanās – un asiņu plūsma uz galvu un citām ķermeņa daļām nenotiek – to sauc par klīnisko nāvi. Izglābt šādu pacientu var tikai ar speciālu aparātu – defibrilatoru.*

## 37 aparāti "Rimi" veikalos

Negaidot norādījumus "no augšas", kopš pagājušā gada 37 "Rimi" hipermarketi ir nodrošināti ar ārējiem automātiskajiem defibrilatoriem. Ierīces novietotas veikalu informācijas centros redzamā vietā un atpazīstamas pēc zaļās norādes ar baltas krāsas sirds attēlu un uzrakstu "AED", kas ir latviskās abreviatūras AĀD angļu versija.

"Uzstādot defibrilatorus, mūsu darbiniekiem notika praktiskas apmācības ar mācību defibrilatoru. Regulāri rīkojam papildu apmācības pirmās palīdzības sniegšanā, tostarp arī ar AĀD. Ikvienam "Rimi" strādājošajam par pirmās palīdzības sniegšanu ar defibrilatoru ir pieejams e-mācību video "Facebook" profilā un "Youtube" kanālā\*, daļai darbinieku šis kurss ir obligāts reizi gadā," uzņēmuma veikumu klientu veselības labā skaidro vecākā sabiedrisko attiecību speciāliste Elīna Šakirova.

"Rimi" ir pieredzējis situāciju, kad apmeklētājam jāsniedz pirmā palīdzība. Pērn, kamēr vēl nebija izvietoti AĀD, kādai apmeklētājai Bīķernieku veikalā pēkšņi kļuvis slikti ar sirdi, un līdz NMPD brigādes atbraukšanai pašiem darbiniekiem vajadzēja viņu uzturēt pie dzīvības. "Sievieti izdevās glābt, pateicoties darbinieka Emila ātrajai reakcijai un tam, ka iesaiste atdzīvīšanas pasākumos notika laikus," stāsta uzņēmuma pārstāve. Pēc ierīču uzstādīšanas tās vēl nav nācies izmantot, taču ik dienas "Rimi" veikalos visā Latvijā apmeklē tūkstošiem cilvēku un iespējams, ka kādam būs nepieciešama palīdzība, patstāv vienmēr.

Nepieciešamības gadījumā defibrilatorus dzīvības glābšanai varēs lietot ne tikai "Rimi" darbinieki. Uzņēmuma pārstāve apliecina, ka AĀD ir pieejams ikvienam veikala apmeklētājam, kurš ir

## UZZIŅA

### IZSAUKUMI AR SIRDSDARBĪBAS APSTĀŠANOS

2018. GADĀ

■ Neatliekamās medicīniskās palīdzības dienests (NMPD) izsaukumos veicis reanimāciju 1272 pacientiem:

sabiedriskās vietās – 279 (21,9%) pacientiem; iecienītu klātbūtnē mājās vai sabiedriskās vietās – 462 (36,2%) pacientiem.

■ Līdz NMPD brigādes atbraukšanai kāds no klātesošajiem atdzīvīšanu veica 179 gadījumos.

■ Sirdsdarbība apstājas lielākoties vīriešiem – izsaukumu divas reizes vairāk nekā pie sievietēm, pacientu vidējais vecums 64,1 gads.

■ NMPD brigādes uz šādiem izsaukumiem ierodas vidēji 10,7 min laikā (pilsētās – 8,6 min, citur – 15,8 min).

Avots: Neatliekamās medicīniskās palīdzības dienests

gatavs iesaistīties pirmās palīdzības sniegšanā, atliek tikai pajautāt aparātu veikala infocentra darbiniekam.

Kā stāsta NMPD vadītāja, ne tikai "Rimi" domā par saviem klientiem. Ierīces izvietotas arī citās sabiedriskās vietās Latvijā, taču nav izveidota vienota sistēma un regulējums, kur tām jāatrodas un kā NMPD saņem par AĀD informāciju. "NMPD vajadzīga informācija, kur atrodas katrs defibrilators, lai varām to ieteikt lietot cilvēkam, kas mums piezvanījis par sirdsdarbības apstāšanos. Savukārt tiem, kas aparātus izvietoti savā iestādē, jāzina, kam viņi nodod informāciju par AĀD, kur ierīcēm jāatrodas, par to pieejamību, uzturēšanu

lietošanas kārtībā, atbildīgajiem u. c. Tāpēc jāsaņem ar normatīvo regulējumu – izmaiņām likumā un Ministru kabineta noteikumiem," uzskata L. Cipule un piebilst, ka tikpat svarīgi ir papildināt apmācības programmu pirmās palīdzības sniegšanā ar defibrilatora darbības apguvi.

## Vajag rokas un gribu rīkoties

Katru nedēļu apmēram piecas līdz sešas reizes NMPD brigāde dodas uz izsaukumu, kad cilvēkam kļuvis slikti ar sirdi sabiedriskā vietā, stāsta neatliekamās medicīnas ārsta palīgs Ervīns Šmatčenko. "Šādos gadījumos līdz cilvēku iesaiste ir ļoti svarīga, jo tās ir situācijas, kad izšķirošas ir pirmās minūtes, un tūlītēja pirmās palīdzības sniegšana dod lielākas iespējas glābt dzīvību. Tieši tāpēc sabiedrības līdzdalība ir tik būtiska. Veikt sirds masāžu nav sarežģīti, jo nepieciešamas vien rokas un griba rīkoties," ikvienu nebaudīties sniegt pirmo palīdzību mudina mediķis. "Rimi" mācību video viņš soli pa solim demonstrē pirmās palīdzības sniegšanu un defibrilatoru lietošanu no brīža, kad konstatēts, ka cilvēks ir bezsamaņā un nepelno, līdz ierodas mediķu brigāde.

"Vēlēšanās ir, prasmes jāpilnveido," iedzīvotāju vēlmi iesaistīties pirmās palīdzības sniegšanā visai optimistiski vērtē NMPD speciālās brigādes vadītāja, operatīvā vadības centra vecākā dežūrārste Ieva Tīruma. Pēdējā laikā esot novērojama tendence, ka ļaudīm interesē dzīvības glābšana un viņi vēlas apmeklēt kursus, kuros to var apgūt.

Laikā, kamēr brigāde nokļūst līdz cietušajam, liela nozīme ir dienesta ārstiem un konsultantiem, kas palīdzības sniedzējam skaidro, kā jārikojas konkrētajā situācijā, uzsver I. Tīruma. "Ļoti svarīgi, lai cilvēks, kas mums ir piezvanījis, uzmanīgi klausītos, ko viņam saka NMPD darbinieks, jo tieši šī informācija var palīdzēt glābt dzīvību. Saziņa notiek līdz pat brigādes atbraukšanai, tāpēc vēlam uzsvērt, ka lieki ir izrādīt satraukumu, steigties vai neklausīt.

*Ļoti svarīgi, lai cilvēks, kas mums ir piezvanījis, uzmanīgi klausītos, ko viņam saka NMPD darbinieks, jo tieši šī informācija var palīdzēt glābt dzīvību.*

\* <https://www.youtube.com/watch?v=lje88plURII>.



NMPD neatliekamās medicīnas ārsta palīgs Ervīns Šmatčenko "Rimi" mācību video soli pa solim rāda, kā sniegt pirmo palīdzību un lietot defibrilatoru.

Konsultants ir kā situācijas uzraugs glābējam." Bailes no neizdošanās vai personas nejaušas savainošanas, piemēram, ribu lūzuma elpināšanas dēļ, jānoliek malā, jo jebkurš lēmums par labu dzīvības glābšanai ir cietušā cerība, turklāt ar konsultanta palīdzību darbošanos var piekorigēt vēlamo virzienā.

Pastāv objektīvi apstākļi, kas otram neļaus palīdzēt vai palīdzība būs jāpārtrauc – tie ir paša cilvēka spēki. Katram jāizvērtē, vai varēs izvilkēt cietušo no

gultas, automašīnas u. c., novietot uz cietas pamatnes, lai veiktu sirds masāžu. Ja tās laikā cilvēks jūt spēku izsīkumu, atdzīvināšana jāpārtrauc un jāgaida brigāde, kas turpinās procesu, citādi glābšana var beigties ar divu cilvēku nāvēm.

### Kā Karlu izglāba defibrilators

Kāda 43 gadus veca sieviete vārdā Karla Leonarda personīgi piedzīvoja, ko nozīmē, ka iestāde, kurā strādā, bija

37 "Rimi" hipermarketi ir nodrošināti ar defibrilatoriem. Ierīces, kas novietotas redzamā vietā informācijas centros, var izmantot gan veikala darbinieki, gan apmeklētāji.

parūpējusies gan par ārejo automātisko defibrilatoru, gan precīzu aprakstu, kā ar to rīkoties. Viņa strādāja skolā, bet AĀD ierīce ikdienā atradās blakus raktāmgaldam un gadījās nereti pret aparātu sasist galvu. Reiz pažēlojusies pat direktoram, lai aizvāc to kasti tālāk no darba vietas, taču šodien to novērtē atziņīgi: "Ironiski, bet tā kaste izglāba manu dzīvību."

Kādu rītu Karla sajūtās ļoti slikti – "it kā smadzenes sasaltu līdz krūtīm" – un pēkšņi viņas sirds apstājās. Skolā bija izstrādāts ārkārtas medicīniskās palīdzības plāns, un medmāsa Alise Habina saskaņā ar to sāka sirds masāžu un izmantoja defibrilatoru, līdz ieradās neatliekamās medicīniskās palīdzības brigāde. Karlu nogādāja slimnīcā, implanēja kardiovertera defibrilatoru, sievietes dzīvība bija glābta.

Tagad viņa ir iesaistījies Amerikas Sirds asociācijas brīvprātīgo darbā un dodas arī uz pasākumiem, lai pastāstītu savu pieredzi. Karla slavē aparātu, taču saprot, ka tas nav brīnumdaris, jo spējis izglābt viņas dzīvību tikai drosmīga un prasmīga cilvēka rokās. **IV**

Rakstā izmantota informācija no Amerikas Sirds asociācijas mājaslapas.