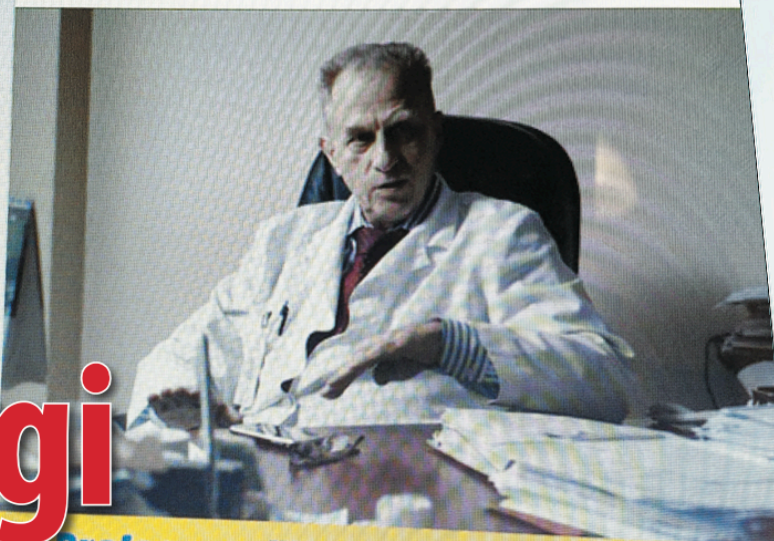


♥ Anija Pelūde

Profesors: "Nenogaliniet sirdi ar ķīmiju, ja spiediens ir virs 140/80, izdzeriet 2 ēdamkarotes normālu..."



Profesors: "Nenogaliniet sirdi ar ķīmiju, ja spiediens ir virs 140/80, izdzeriet 2 ēdamkarotes normālu..."

ORGANIC-LIFE.GA

Latvijas kardiologi melu krātīnā

Konsultanti:



Dr. habil. med. ROMANS LĀČIS

- P. Stradiņa Klīniskās universitātes slimnīcas Sirds ķirurģijas centra konsultatīvās padomes vadītājs.
- Rīgas Stradiņa universitātes profesors.
- Ilggadējs Sirds ķirurģijas centra vadītājs un sirds ķirurgs, kurš veicis arī 26 sirds transplantācijas.



Dr. ILZE AIZSILNIECE

- Latvijas Ārstu biedrības prezidente.
- Ģimenes ārste.
- Apguvusi sabiedrības veselības pamatus Zviedrijā, Šveicē un ASV. Strādājusi Pasaules Veselības organizācijā.

Oktobrī sociālajos tīklos, *feisbukā*, parādījās P. Stradiņa Klīniskās universitātes slimnīcas Sirds ķirurģijas centra konsultatīvās padomes vadītāja, slavenā sirds ķirurga, profesora Romana Lāča fotogrāfija ar uzrunājošu citātu: «Profesors: nenogaliniet sirdi ar ķīmiju, ja spiediens ir virs 140/80. Iedzeriet 2 ēdamkarotes...» Gribas taču redzēt, ko! Uzklīkšķini un piedāvājumā parādīsies uztura bagātinātāja bundžiņa. Bet, lai nostiprinātu uzticību piedāvājumam, tālāk tu vari lasīt rakstu par respektablā konsultanta profesora Romana Lāča nopelniem. Ka viņš savas karjeras laikā operējis vairākus tūkstošus pacientu, bet tagad izgudrojis inovatīvu paaugstināta asinsspiediena ārstēšanas metodi! Viņš apgalvo, ka pēc šādas asinsvadu tīrīšanas izzūd hipertonijs un daudzas citas it kā *neārstējamas* slimības.

Vai tiešām?

Spriežot pēc ikšķīšu skaita, sajūsmināto, atbalstošo, pateicīgo un iepriecināto skaits par šādu ziņu (patiesībā reklāmu!) sniedzas simtos – pretēji tiem, kuri uz šo informāciju noreagējuši ar dusmīgo sejiņu, viņu nav vairāk par desmit. No tā var secināt, ka profesora portrets un vārds ir garants tam, ka – *business rullēs!* Tieši tik vienkārši. Darboņi, kas šo reklāmu ir sagatavojuši un publicējuši sociālajos tīklos, paļaujas uz profesora vārdu un nevainoja-

mo reputāciju. Lieki piebilst, ka ar pašu sirds ķirurgu Romanu Lāči nekāda šāda publiska darbība nav saskaņota.

Likties mierā, ignorēt?

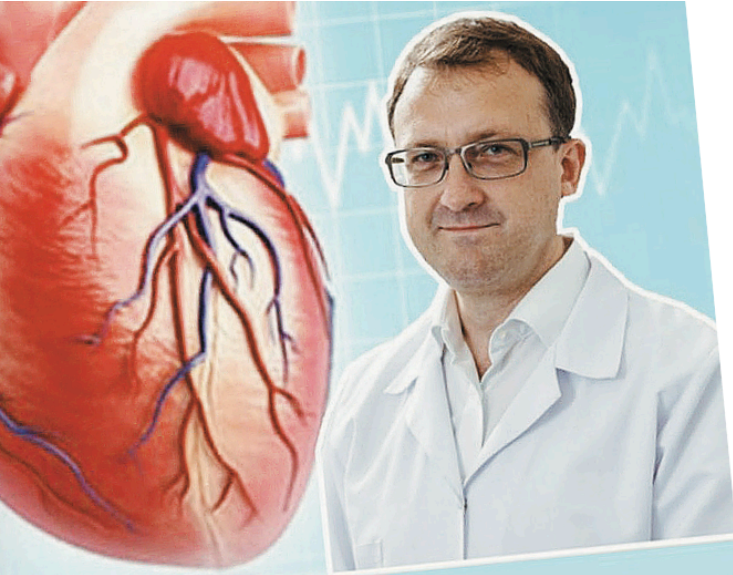
Jā, viņa parādīšanās uztura bagātinātāja reklāmā nebija saskaņota un arī it kā viņa paustais teksts – ne. Taču profesors uz to raugās ar viedu mieru. Suņi rej, bet karavāna iet tālāk. Kardiologi turpina godprātīgi ārstēt savus pacientus un turpinās to darīt. Tāpat viņi turpinās izglītot savus pacientus pa uzticamiem

kanāliem: prese, radio, televīzija, caur pacientu biedrībām, e-vidē caur izglītojošām un informatīvām mājaslapām www.parsirdi.lv un www.parholsterinu.lv. Šādām aktivitātēm jūtams arī rezultāts: pacienti kļūst arvien zinošāki, informētāki un jau retāk uzķeras uz negodīgu reklāmu trikiem.

«Šis ir jau sen piekopts paņēmiens, ka reklāmās tiek izmantoti daudzi populāri cilvēki, viņiem pašiem par to neko nezinot,» saka profesors Romans Lācis. «Pirms vairākiem gadiem es sakārā ar šo tēmu

Latvieši ar savu

DAVIDS
Jūsu a
uznen



...kardiologs Ainārs Rudzītis pārsteidza pasauli
...em pētījumiem. Tas tiešām darbojas ...

FIGUEROA.RU
...sinsspiediens būs normāls, ja
...siet tējkaroti vienkāršu ...

Learn More

Kas ir VESELĪBAS PRATĪBA?

Cilvēka vispārējās spējas iegūt, apstrādāt, saprast pamatinformāciju par veselību un veselības aprūpes pakalpojumiem, tostarp ārstniecību, lai pieņemtu atbilstīgus, savai veselībai nozīmīgus lēmumus.

AVOTS: Informācijas sabiedrības attīstības pamatnostādnes 2014.–2020. gadam.

vērsos pie Drošības policijas. Toreiz bija vēl trakāka situācija. Bija raksts ar visām bildēm un video, ka Maskavā, Krievijas TV 1. kanālā, rādīts raidījums (kaut gan patiesībā nekas tāds nenotika), kurā piedalījies un slavenā Bakuļeva Sirds un asinsvadu ķirurģijas institūta vadītājs Leo Bokerijs. Mums tika uzdoti dažādi jautājumi, un mēs bijām pieslēgti melu detektoriem. Jautāja par zālēm un man arī kaut ko politisku – it kā es esot slikti par Krieviju izteicies... Taču finālā mēs abi reklamējām kaut kādas zāles vai uztura bagātinātāju. Šī informācija izplatījās pa visu milzīgo

Krieviju... Drošības policijā mani toreiz uzklaušīja un teica: «Ko jūs uztraucaties par tādiem niekiem?! Noķert tos, kas šādas negodīgas reklāmas un *feika* ziņas ražo, praktiski nevar, un viņiem ir brīvas rokas – izmanto ļoti daudzu pazīstamu cilvēku foto un autoritāti.» Toreiz es Drošības policijai aiznesu šo diskreditējošo materiālu, lai viņi to pierēģistrē, jo uztraucos, ka kāda varas iestāde varētu pēkšņi padomāt – no manis vajadzētu piedzīt nodokļus par to, ka es reklamēju zāles un tātad saņemu naudu. Jo tajā materiālā bija pat videorullītis, kur es it kā kaut ko runāju. Izskatījās

Jāņem vērā, ka šodienas pārsātinātajā informācijas plūsmā liela daļa pasaules ir viltus.

KĀPĒC NEVAJAG PIRKT neētiskā veidā reklamēto produktu – asinsvadu tīrītāju, kurš tikpat neētiski un nepamantoti nosaukts par zālēm?

- 1. Nav droša, pārbaudāma, kompetenta informācijas avota.** Tā teikt – visi gali ūdeni!
- 2. Neuzraujies uz fantastisko atlaidi! Pilnā cena par 20 kapsulām (viena bundžiņa) esot 78 eiro, bet tagad, tikai šodien, 39 eiro...** Zini, tāds *tikai šodien* bija arī pirms dienas, pirms nedēļas, pirms mēneša, pirms gada!
- 3. Reklāma sola, ka «produkts samazina sirdslēkmju, aterosklerozes un sirds slimību risku, normalizē asinsspiedienu un uztur asinsvadu elastību, piesātina smadzeņu šūnas ar skābekli, normalizē holesterīna līmeni, novērš asins recekļu veidošanos». Un to visu paveic kapsulā esošās vielas koenzīms Q10, vīnogu sēklas, cucurbit C (cucurbita latīniski nozīmē ķirbis – *aut.*), taurīns un kalnu zirņu ekstrakts...** Loģiski spriežot, vai tu tiešām šādam brīnumam ticī? Kardioloģijā, kas balstās uz zinātniski pierādītām ārstēšanas metodēm, asinsspiediena samazināšanai vien izmanto piecas pārbaudītas medikamentu grupas – *prilus* (angiotensīna konvertējošā enzīma inhibitorus) sartānus (angiotensīna II receptoru blokatorus), kalcija kanālu blokatorus, diurētiķus, bēta blokatorus un vēl divas papildu grupas... Un katra iedarbojas citādāk! Tās ir kā notis mūzikā, ar kurām var sacerēt mūziku! Vienas zāles samazina dažādas vielas, kuras veicina asinsvadu saraušanos, tātad asinssvads kļūst platāks, līdz ar to asins plūsmas gultne kļūst lielāka un spiediens samazinās. Ir medikamenti, kuri vairāk vai mazāk darbojas uz asinsvadu sienīgu un to atslābina. Ir zāles, kas samazina impulsāciju, lai nebūtu tik strauja sirds darbība un spiedienu tik ļoti nepumpētu augšā. Vēl ir medikamenti, kas nierēs bloķē bioloģiski aktīvās vielas, kuras piedalās spiediena regulācijā... Savukārt katrā grupā ir daudz līdzīgu medikamentu, un katrs no tiem darbojas atkal mazliet atšķirīgi. Arī katra cilvēka jutība pret medikamentiem ir ļoti individuāla. Ir moderni pretspiediena medikamenti, kas ietver divu vai trīs zāļu kombināciju vienā tabletē, darbojas 24–36 stundas un pat ilgāk... Bet – to mūziku izvēlas, sakomponē ārstējošais ārsts. Pēc tam ir jākontrolē, vai ar zāļu palīdzību var sasniegt vēlamo asinsspiedienu vai ne. Tāpat ir medikamenti, kas normalizē holesterīna līmeni, un ir prettrombu zāles, kas neļauj veidoties asins recekļiem. Katrai problēmai savs medikaments.
- 4. Reklāmrakstā teikts: pēc iedarbības produktam piemīt aspirīna īpašības, efektīvi uzlabo asinsriti visā organismā, tādējādi novēršot asins recekļu veidošanos...** Loģiski man rodas jautājums: kāpēc būtu jāpērk šāds aspirīns – 20 kapsulas par 39 eiro, ja aptiekā var iegādāties drošu tā dēvēto mazas devas *Aspirin Cardio* – 98 zarnās šķīstošās tabletes par 8,21 eiro (*azeta.lv*)?

ļoti ticami. Savukārt Drošības policija mani nomierināja: «Šodienas tehnoloģijas ir tik ļoti attīstījušās, ka pietiek no jūsu runas dažus vārdus ierakstīt, lai mākslīgais intelekts atpazītu

jūsu intonāciju un runāšanas stilu un izveidotu jebkuru tekstu tā, it kā jūs to sacītu.» Tagad profesors Lācis arī pats uzskata, ka uz tamlīdzīgām muļķībām nav ko

Kam ir VISLIELĀKĀ nozīme?

Ja gribi, lai asinsspiediena ārstēšana būtu veiksmīga, jābūt...

1. Izpratnei par paaugstināta asinsspiediena rašanās cēloņiem un ārstēšanas nozīmi.
2. Pareizo zāļu pareizām devām, lai sasniegtu ārstēšanas mērķus.
3. Zāļu lietošanas regularitātei.
4. Ilgstošai zāļu lietošanai, jo, pārtraucot tās lietot, hipertensija atjaunojas, turklāt strauji pieaug insulta un infarkta, sirds mazspējas risks

reaģēt. «Jāņem vērā, ka šodienas pārsātinātā informācijas plūsmā liela daļa pasaules ir viltus. Ko jūs varat izdarīt, ja tā ziņa ir *feiks* vai neētiska reklāma? Uzrakstīt un nopublicēt vienu rakstu par to? Un viss. Bet jūs nevarat piecās minūtēs ar savu, vienalga, atmaskojošo vai izskaidrojošo, informāciju sasniegt miljoniem cilvēku pa visiem iespējamajiem kanāliem, no kuriem viņi gūst informāciju. Tas mūsdienās vienkārši vairs nav iespējams. Kā tādā gadījumā pasargāt sevi no viltus zālēm? Mans ieteikums ir klasika: pirms gatavojies ko internetā pirkt un lietot, tomēr vajag aprunāties aci pret aci (!) ar kādu dakteri un uzzināt viņa viedokli. Citādi cīnīties ar šīm neētiskajām medicīnas reklāmām nav iespējams. Bet diemžēl ir arī pietiekami daudz cilvēku, kas vienkārši paļaujas uz reklamēto un rekomendācijām *feisbukā*, jo tā ir vieglāk, tas neprasa piepūli un iedziļināšanos.»

Nav pirmā reize

Un droši vien nebūs pēdējā... Var paironizēt, ka – re, pat šie veiklie darboņi, kas štancē negodīgas uztura bagātinātāju reklāmas un laiž tās tautās, Latvijas Kardioloģijas centru un tā ārstus ir novērtējuši kā *brendu*, zimolu. Vēl šāda un līdzīga satura reklāmās pret savu gribu ir nokļuvuši profesori Andrejs Ērglis un Kārlis Trušinskis. Gluži vai ofensīva!

Pirms pāris dienām sociālajos tīkos parādījās uztura bagātinātāja reklāma, kurā izmantots kardiologa Aināra Rudziša vārds. Viņa foto un skaļš paraksts: «Kāds Latvijas kardiologs ir pārsteidzis pasauli ar noslēpumu – drošu asinsvadu tīrīšanu. Jūsu asinsspiediens būs normāls, ja uzņemsiet tējkaroti vienkārša...» Uzklīkšķini un tu uzzināsi, kas tev jālieto, bet pirms tam, protams, šis preparāts jānopērk.

Karo pašu spēkiem

Dakteris Ainārs Rudzītis savā tvitera kontā ielicis ziņu: «Mīlie draugi! Ja kaut kur redzat šo *fake* reklāmu, tad man nav ar to nekāda sakara. Diemžēl troļļu nekaunībai nav robežu. Policija viņus arī nekā nevar noķert.»

Kad pirms pāris gadiem dakteris Rudzītis un citi viņa kolēģi nokļuva šādā situācijā pirmo reizi, Latvijas Kardioloģijas centra pārstāve par to informēja Patērētāju tiesību aizsardzības centru. Lūk, ko atbildēja PTAC Otrās patērētāju kolektīvo interešu uzraudzības daļas vecākā eksperte: «Paldies par jūsu sniegto informāciju un līdzdalību tirgus uzraudzībā. Saistībā ar jūsu norādīto tīmekļa vietni PTAC ir veicis izpēti un konstatējis, ka vietne ir reģistrēta Krievijā un izvietota uz Šveices servera, kas faktiski nozīmē, ka vietnes darbība ir saistīta ar trešo valstu personām. Līdz ar to

PTAC varētu būt apgrūtinātas iespējas veikt nepieciešamās darbības, lai panāktu pārkāpumu novēršanu vietnē. Jūsu sniegto informāciju PTAC pieņem zināšanai, vienlaikus informējot, ka patērētāju brīdināšanas nolūkā izvērtēs iespēju informāciju par vietni iekļaut PTAC aizdomīgo vietņu sarakstā (pieejams PTAC mājaslapā).»

Aizdomīgo vietņu sarakstu neatradu, bet, no otras puses, loģiski spriežot, kurš gan pirms *feisbuka* skatīšanās ver vaļā PTAC mājaslapu un skatās, kura vietne tagad ir aizdomīga? Vismaz savu paziņu lokā šādu divainīti nezinu.

Tādā veidā patērētāji – gan ārsti, gan pacienti – faktiski paliek bez savu tiesību aizsardzības.

Ko par radušos situāciju saka Latvijas Ārstu biedrības prezidente Ilze Aizsilniece? «Esam ārstus izglītojuši, ko darīt, ja viņiem draud, – kā jārikojas, kur

pietiekama, tad nekādas negodīgas reklāmas un *feika* ziņas viņus neaizraus un neapmulķos. Veselībasprātība mūsdienās ir ne mazāk svarīga kā, piemēram, prasme lasīt un rakstīt. Tāpēc Latvijas Ārstu biedrība pacientiem un sabiedrībai ir izstrādājusi informatīvu un inovatīvu platformu www.butveselam.lv. Pašlaik ikvienam pieejama pirmā daļa – *Kas ir cilvēks?* –, kur redzami 3D anatomijas attēli ar aprakstiem latviešu valodā, jo mūsdienīga ārstēšana nav iespējama bez pacienta izpratnes par cilvēka ķermeņa uzbūvi un organisma darbību. Bet tiks atklāta arī portāla otrā daļa – *Kā būt veselam?*»

Veselībasprātība nozīmē, ka – *es saprotu elementāras lietas*. Bet ne tikai! Te joti būtiska ir spēja ievākt informāciju, jautāt un diskutēt par veselību, tai skaitā spēja saprast, kuram materiālam var ticēt, vai informācijas avots ir drošs un kas ir meli. Veselībasprātība sākas ģimenē, kur jau bērns iegūst sākotnējo informāciju, tāpēc liela nozīme ir pašu vecāku veselībasprātībai. Veselībasprātība turpinās skolā, bet kopš 2005./2006. mācību gada veselības mācību pamatskolā kā atsevišķu priekšmetu vairs nemāca, un, kā saka ģimenes ārste Ilze Aizsilniece, to jau var just – ir izaugusi paaudze, kurai stipri klibo zināšanas bioloģijā un kas neatšķir baktēriju no vīrusa: «Veselībasprātībā mēs esam pēdējā vietā Eiropā. Vajadzētu no jauna ieviest skolās veselības mācību, kā arī vairāk pievērsties veselības mācībai pirmsskolas iestādēs. Tam būs laiks, ja skolotājus atbrīvos no nevajadzīgajiem atskaišu darbiem un nemitīgās informācijas ievadīšanas par bērniem.»

Vai secinājumi skaidri? ♥

Veselībasprātība mūsdienās ir ne mazāk svarīgi kā, piemēram, prasme lasīt un rakstīt.

jāvēršas un kā Latvijas Ārstu biedrība var palīdzēt, bet šis ir gadījums, kad ārstam par negodīgo reklāmu obligāti jāziņo *feisbukam*. LĀB nevar mesties to darīt, jo, piemēram, dakteris Rudzītis nav biedrību pilnvarojis to darīt. Ja viņš vērstos pie LĀB pēc juridiskas palīdzības vai pēc tiesiskas aizstāvības, biedrība noteikti darītu, ko varētu, lai *feisbuka* izņem ārā neētisko reklāmu. Tas, pirmkārt. Otrkārt, vajag vienkārši veicināt veselības prātību. Ja ikvienam iedzīvotājam Latvijā tā būs

Projektu *Ārsti šokā* finansē Mediju atbalsta fonds no Latvijas valsts budžeta līdzekļiem. Par *Ārsti šokā* saturu atbild izdevniecība *Žurnāls Santa*.

MAF
Mediju atbalsta fonds