|  |  |
| --- | --- |
|  |  |
|  |  |

Konference “Uzturs un grūtniecība”

(Rīga, 2015.gada 27.oktobrī)

Mērķis

Neinfekcijas slimības ir galvenais nāves un darba nespējas iemesls Eiropas reģionā. Uzturs un aptaukošanās bērnībā ir izaicinājums sabiedrības veselības jomā ar augstu starptautisku prioritāti. Pierādījumi liecina, ka laika periods no bērniņa ieņemšanas līdz pat bērna divu gadu vecumam ir ļoti svarīgs. Neveselīgs uzturs un nepietiekama fiziskā aktivitāte ir galvenie ietekmējamie neinfekcijas slimību un aptaukošanās riska faktori. Lai atbalstītu uztura un fizisko aktivitāšu uzvedības modeļa izmaiņas, ir nepieciešams steidzami īstenot efektīvus veselības aizsardzības pasākumus. Kā liecina pierādījumi, nosliece uz neinfekcijas slimībām un aptaukošanos var tikt ievērojami ietekmēta augļa attīstības un zīdaiņa vecumā.

Ir nepieciešams steidzami samazināt aptaukošanos un saslimstību ar neinfekcijas slimībām, izmantojot visa mūža pieeju, sākot ar reproduktīvā vecuma sieviešu uztura statusu. Kad sievietei ar neveselīgiem uztura paradumiem un ierobežotām mikroelementu rezervēm iestājas grūtniecība, viņa ir pakļauta pārmērīga svara pieauguma riskam grūtniecības laikā un gestācijas diabēta riskam. Ir skaidri zināma uztura nozīme agrīnā vecuma posmā un ir nepieciešamība pēc apstiprinātām vadlīnijām par labo praksi mātes uztura stāvokļa uzlabošanai, kuras varētu izmantot starptautiski. Tās ir nepieciešamas, lai atbalstītu valstu valdību centienus nevērst mātes aptaukošanos, ar to saistītās perinatālās komplikācijas un komplikācijas mātei, vairāku mikrouzturvielu deficītu grūtniecēm, radītu atbilstošu agrīnas barošanas praksi un novērstu to radītas neinfekciju slimības.

2014.gadā Pasaules Veselības organizācijas Eiropas reģionālais birojs veica pētījumu par valstu uztura, fizisko aktivitāšu un svara pieauguma ieteikumiem pirmsgrūtniecības periodam, grūtniecības laikā, pēc dzemdībām, bērna zīdīšanas laikā, kā arī zīdaiņiem un maziem bērniem. Pētījumā piedalījās piecdesmit viena no 53 Eiropas reģiona dalībvalstīm. Valstu atbildes liecina, ka visas dalībvalstis nav pilnībā pārņēmušas un iestrādājušas esošos Pasaules Veselības organizācijas ieteikumus. Pētījums arī atklāj plašas atšķirības starp dalībvalstīm to augstas kvalitātes standartu izstrādē mātes, zīdaiņa un maza bērna veselībai. Latvija ir valsts, kas izrāda īpašu interesi un bažas par jautājumiem, kas skar uzturu, grūtniecību un bērna veselību. Valsts izlēma uzsākt inovatīvu iniciatīvu - izstrādāt nacionālās vadlīnijas par uzturu un svara pieaugumu grūtniecības laikā.

Šī konference sniegs iespēju diskutēt par jaunākajām šī brīža tendencēm Eiropā šajā jomā, par Pasaules Veselības organizācijas nostāju un Latvijas kā vienas no vadošajām valstīm šajā jomā izstrādātajiem ieteikumiem par uzturu grūtniecības laikā.