




Veselības ministrija



Slimību profilakses un  
kontrols centrs



# Grūtniecība, Tavs mazulis un HIV

# Ievads

Šī brošūra ir paredzēta HIV inficētām sievietēm, kuras plāno grūtniecību vai ir grūtnieces.

Šajā brošūrā Tu atradīsi informāciju:

- Kā rīkoties, ja Tu esi HIV inficēta un plāno grūtniecību;
- Kā rīkoties, ja esi HIV inficēta grūtniece;
- Kā rīkoties, ja uzzini, ka esi HIV inficēta grūtniecības laikā;
- Kā Tu vari pasargāt savu bērnu no HIV inficēšanās riska;
- Par Tavu un Tava bērna aprūpi:
  - pirms grūtniecības iestāšanās,
  - grūtniecības laikā,
  - pēc dzemdībām,
  - laika periodā līdz Tava bērna 1,5 gada vecumam;
- Par valsts apmaksātā mākslīgā piena maisījuma saņemšanas kārtību;
- Par veselīgiem uztura ieteikumiem zīdaiņiem līdz 1 gada vecumam.

# Vispārīga informācija par HIV

**HIV** ir cilvēka imūndeficīta vīruss. Vīruss vairojas, iznīcinot tās asins šūnas, kas atbild par imunitāti, un izraisa imūnsistēmas novājināšanos.

**AIDS** jeb iegūtais imūndeficīta sindroms rodas HIV infekcijas attīstības rezultātā.

Inficēšanās notiek, ja kāds no inficētā cilvēka organisma šķidrumiem, kas satur HIV lielā koncentrācijā — asinis, izdalījumi no dzimumorgāniem (sperma, sekrets, kas izdalās pirms ejakulācijas, maksts sekrets) un mātes piens, nonāk otra cilvēka organismā.

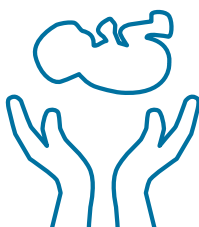
## Ar HIV visbiežāk var inficēties:

- dzimumkontakta laikā ar HIV inficētu personu, ja netiek lietots prezervatīvs;
- veicot dažādas manipulācijas ar potenciāli infekcioziem instrumentiem;
- lietojot kopīgus injicēšanas piederumus;
- bērnam inficējoties no HIV inficētas mātes (vertikālā transmisija).

## HIV inficētas mātes var nodot HIV infekciju bērnam trīs veidos:



**Grūtniecības laikā**



**Dzemdībās**



**Ēdinot bērnu ar savu krūts pienu**

# Kā es varu pasargāt savu bērnu no HIV inficēšanās riska?

## Ja Tu esi HIV inficēta un plāno grūtniecību:

- Tev noteikti ir jāapmeklē ārsts-infektologs\*;
- vizītē ārsts-infektologs\* Tev noteiks efektīvāko ārstēšanās plānu (ja nepieciešams nozīmēs specifiskus medikamentus (antiretroviālo terapiju — ART);
- Tev būs precīzi jāievēro ārsta-infektologa\* ieteiktie ārstēšanās norādījumi;
- Tev jāturpina ārstēšanās arī grūtniecības laikā!



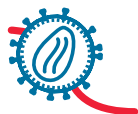
**Ir svarīgi informēt savu ginekologu par savu HIV statusu, lai Tev varētu sniegt visu nepieciešamo palīdzību grūtniecības laikā un Tavs bērns piedzimtu vesels!**



Stājoties grūtniecības uzskaitē, visām sievietēm tiek veikti izmeklējumi (analīzes) HIV infekcijas noteikšanai. **Ir svarīgi laikus apmeklēt ginekologu** (līdz 9.-12. grūtniecības nedēļai), lai veiktu attiecīgos izmeklējumus un nepieciešamības gadījumā uzsāktu ārstēšanu.



ART būtiski samazina risku dzemdēt HIV inficētu bērnu. ART ievērojami samazina vīrusu daudzumu organismā un līdz ar to **risks nodot HIV infekciju bērnam samazinās līdz minimumam.**



**Ja Tu lieto pretvīrusa medikamentus, risks inficēt savu bērnu grūtniecības un dzemdību laikā ir zemāks par 5%!**



Latvijā visām HIV inficētām grūtniecēm pretvīrusa medikamenti un laboratoriskie izmeklējumi (analīzes) **ir valsts apmaksāti!**

\***Vizīti pie ārsta infektologa** jāpiesaka, iepriekš pierakstoties SIA “Rīgas Austrumu Klīniskās universitātes slimnīca” stacionārā “Latvijas Infektoloģijas centrs” (RAKUS LIC) 2. HIV/AIDS ambulatorā nodaļā, reģistratūrā pa tālruni: (+371) 67014532).

## Ja Tu esi HIV inficēta grūtniece:

- Tev noteikti ir jāapmeklē ārsts-infektologs\*;
- ārsts-infektologs\* nozīmēs Tev specifiskus pretvīrusa medikamentus (antiretrovirālo terapiju — ART);
- šos medikamentus Tev būs jālieto kā norādījis ārsts-infektologs\*:
  - gan grūtniecības laikā,
  - gan dzemdībās.



**Ir svarīgi informēt savu ginekologu par savu HIV statusu, lai Tev varētu sniegt visu nepieciešamo palīdzību grūtniecības laikā un Tavs bērns piedzimtu vesels!**



Stājoties grūtniecības uzskaitē, visām sievietēm tiek veikti izmeklējumi (analīzes) HIV infekcijas noteikšanai. **Ir svarīgi laikus apmeklēt ginekologu** (līdz 9.-12. grūtniecības nedēļai), lai veiktu attiecīgos izmeklējumus un nepieciešamības gadījumā uzsāktu ārstēšanu.



ART būtiski samazina risku dzemdēt HIV inficētu bērnu. ART ievērojami samazina vīrusu daudzumu organismā un līdz ar to **risks nodot HIV infekciju bērnam samazinās līdz minimumam.**



**Ja Tu lieto pretvīrusa medikamentus, risks inficēt savu bērnu grūtniecības un dzemdību laikā ir zemāks par 5%!**



Latvijā visām HIV inficētām grūtniecēm pretvīrusa medikamenti un laboratoriskie izmeklējumi (analīzes) **ir valsts apmaksāti!**

\***Vizīti pie ārsta infektologa** jāpiesaka, iepriekš pierakstoties SIA “Rīgas Austrumu Klīniskās universitātes slimnīca” stacionārā “Latvijas Infektoloģijas centrs” (RAKUS LIC) 2. HIV/AIDS ambulatorā nodaļā, reģistratūrā pa tālruni: (+371) 67014532).

## Ja Tu uzzini, ka esi inficēta ar HIV grūtniecības laikā:

- Tev nekavējoties ir jāapmeklē ārsts-infektologs\*, lai uzsāktu ART;
- ārsts-infektologs\* izvērtēs un ieteiks efektīvāko ārstēšanās plānu;
- šos medikamentus Tev būs jālieto kā norādījis Tavs ārsts-infektologs\*:
  - gan grūtniecības laikā,
  - gan dzemdībās.



**Ir svarīgi informēt savu ginekologu par savu HIV statusu, lai Tev varētu sniegt visu nepieciešamo palīdzību grūtniecības laikā un Tavs bērns piedzimtu vesels!**



Stājoties grūtniecības uzskaitē, visām sievietēm tiek veikti izmeklējumi (analīzes) HIV infekcijas noteikšanai. **Ir svarīgi laikus apmeklēt ginekologu** (līdz 9.-12. grūtniecības nedēļai), lai veiktu attiecīgos izmeklējumus un nepieciešamības gadījumā uzsāktu ārstēšanu.



ART būtiski samazina risku dzemdēt HIV inficētu bērnu. ART ievērojami samazina vīrusu daudzumu organismā un līdz ar to **risks nodot HIV infekciju bērnam samazinās līdz minimumam.**



**Ja Tu lieto pretvīrusa medikamentus, risks inficēt savu bērnu grūtniecības un dzemdību laikā ir zemāks par 5%!**



Latvijā visām HIV inficētām grūtniecēm pretvīrusa medikamenti un laboratoriskie izmeklējumi (analīzes) **ir valsts apmaksāti!**

\***Vizīti pie ārsta infektologa** jāpiesaka, iepriekš pierakstoties SIA “Rīgas Austrumu Klīniskās universitātes slimnīca” stacionārā “Latvijas Infektoloģijas centrs” (RAKUS LIC) 2. HIV/AIDS ambulatorā nodaļā, reģistratūrā pa tālruni: (+371) 67014532).

# Vai manam bērnam būs nepieciešami pretvīrusa medikamenti pēc piedzimšanas?

- Jā! Tavam bērnam jau dzemdību nodaļā sāks dot speciālus pretvīrusa medikamentus.
- Izrakstoties no dzemdību nodaļas, Tev izsniegs pretvīrusa medikamentus, un tie būs jāturpina dot bērnam arī mājās, precīzi 4 nedēļas, saskaņā ar ārsta norādēm (ievērojot intervālus starp lietošanas reizēm).



**Pretvīrusa  
medikamenti ir droši  
Tava bērna veselībai!**

## Kā es varēšu pārliecināties, ka bērns nav inficējies ar HIV?

Uzreiz pēc bērna piedzimšanas nav iespējams noteikt, vai Tavs bērns ir vai nav inficējies ar HIV, tādēļ nepieciešama bērna veselības uzraudzība vismaz līdz bērna 1,5 gadu vecumam.

- Tev regulāri jāierodas uz konsultācijām pie ārsta infektologa-pediatra\*\*.
- Ārsts uzraudzīs Tava bērna veselības stāvokli.
- Ārsts nozīmēs nepieciešamos laboratoriskos izmeklējumus, lai pārbaudītu, vai bērns nav inficējies ar HIV.
- Par to, ka Tavs bērns ir piedzimis neinficēts ar HIV, liecinās speciālie laboratoriskie testi.
- Lēmumu par šo testu veikšanu un bērna novērošanas ilgumu ārsts infektologs-pediatriņš pieņems individuāli atbilstoši bērna veselības stāvoklim.

**\*\*Vizītei pie ārsta infektologa-pediatra** jāpiesakās, iepriekš pierakstoties RAKUS LIC HIV/AIDS ambulatorās nodaļas reģistratūrā pa tālruni: 67014532, norādot, ka Tu vēlies pieteikt bērnu pirmajai vizītei pie ārsta infektologa-pediatra.

# Kāda būs turpmākā mana bērna veselības uzraudzība?

Pēc bērna piedzimšanas Tev kopā ar bērnu būs jāapmeklē ārsts infektologs-pediatri\*\* **vismaz 4 reizes:**



## 1. VIZĪTE — kad Tavam bērnam būs **4-6 nedēļas**:

- Tev kopā ar bērnu jānododas uz konsultāciju pie ārsta infektologa-pediatra\*\*, tad, kad dzemdību nodaļas ārsts Tev to būs rekomendējis.



- **Svarīgi!** Uz vizīti pie ārsta obligāti līdzī jāņem bērna dzimšanas apliecība vai bērna pase / ID karte, mātes pase. **Nosūtījums no ģimenes ārsta NAV nepieciešams!**



- Vizītes apmeklējuma mērķis ir veikt Tava bērna veselības pārbaudi, paņemt materiālus laboratoriskiem izmeklējumiem (analīzes), izskaidrot turpmāko bērna veselības stāvokļa uzraudzības kārtību, kā arī ārsts izvērtēs nepieciešamību bērnam turpmāk lietot medikamentus.



- **Ja ir nepieciešama pediatra konsultācija, to ir iespējams saņemt arī telefoniski, zvanot uz RAKUS LIC pa tālr. (+371) 67014558.**



## 2. VIZĪTE — kad Tavam bērnam būs **6 mēneši**.



## 3. VIZĪTE — kad Tavam bērnam būs **1 gads**.



## 4. VIZĪTE — bērna **1,5 gada vecumā**.

Paralēli vizītēm pie infektologa-pediatra\*\*, regulāru bērna veselības aprūpi uzrauga ģimenes ārsts, pie kura Tu esi reģistrējusi bērnu.



**Vizīte pie ārsta infektologa-pediatra\*\* , laboratoriskie izmeklējumi (analīzes) Tavam bērnam ir valsts apmaksāti!**

\*\***Vizītei pie ārsta infektologa-pediatra** jāpiesakās, iepriekš pierakstoties RAKUS LIC HIV/AIDS ambulatorās nodaļas reģistratūrā pa tālruni: 67014532, norādot, ka Tu vēlies pieteikt bērnu pirmajai vizītei pie ārsta infektologa-pediatra.



# Vai es drīkstu ēdināt bērnu ar savu krūts pienu?



HIV inficēta māte **NEDRĪKST** ēdināt bērnu ar savu pienu, jo vīruss atrodas arī mātes pienā un ir iespējama jaundzimušā inficēšanās.



Latvijā kopš 2017. gada aprīļa visiem bērniem, kuri dzimuši HIV inficētām mātēm, līdz gada vecumam tiek nodrošināts mākslīgais piena maisījums.

## Kur es varu saņemt bezmaksas mākslīgo piena maisījumu bērnam?



**INFORMĒ** dzemdību nodaļu, kurā Tu plāno dzemdēt, lai mākslīgais piena maisījums tiktu sagādāts savlaicīgi.



**PIRMO REIZI** mākslīgo piena maisījumu Tev izsniegs dzemdību nodaļā, kurā notiks dzemdības. Mākslīgā piena maisījuma daudzums būs **paredzēts līdz bērna 6 nedēļu vecumam**.



**NĀKAMO** mākslīgā piena maisījuma devu Tu saņemsi, kad dosies pie ārsta infektologa-pediatra uz pirmo konsultāciju RAKUS LIC.



RAKUS LIC ar ārstu vienosieties par kārtību, kā saņemt nākošās mākslīgā piena maisījuma devas **līdz bērna viena gada vecumam**.



**Ja Tu laikus uzsāksi ART, un Tavs bērns pēc dzimšanas saņems nepieciešamos pretvīrusa medikamentus, kā arī Tu neēdināsi bērnu ar savu krūts pienu, risks, ka bērnam būs HIV infekcija, ir niecīgs.**

# Kādi ir veselīga uztura ieteikumi zīdaiņu ēdināšanai, kuri saņem mākslīgo piena maisījumu?



**No 0 līdz 4 mēnešu vecumam** mākslīgais piena maisījums Tavam bērnam ir mātes piena aizstājējs un vienīgais uzturs.



**Sākot no 2 līdz 4 nedēļu vecuma atceries** ēdināšanas starplaikos bērnam piedāvāt padzerties vārītu, atdzesētu ūdeni.



**Sākot no 4 mēnešu vecuma** mazulim ir jāuzsāk dot arī papildus uzturs, to ieviešot pakāpeniski:

- piebarošana jāuzsāk ar dārzeņu biezeni, pēc tam pievienojot augļu biezeni un putru;
- zīdaiņa uzturu daudzveido atbilstoši vecumam.



**Līdz 8 mēnešu vecumam** mākslīgais piena maisījums tiek piedāvāts katrā ēdienreizē.



**No 8 līdz 12 mēnešiem** mākslīgo piena maisījumu lieto 2 līdz 3 reizes diennaktī.



**Lai arī zīdaiņu ēdināšanas pamatprincipi ir vienoti, jāatceras, ka katra mazuļa vajadzības ir jāizvērtē individuāli, konsultējoties ar ģimenes ārstu vai pediatru.**

## Kontakti:

- **SIA “Rīgas Austrumu Klīniskās universitātes slimnīca” stacionārs “Latvijas Infektoloģijas centrs” (RAKUS LIC)** 2. HIV/AIDS ambulatorā nodaļa:  
adrese: Linezera iela 3, Rīga  
tālrunis: (+371) 67014532  
interneta vietne: [www.aslimnica.lv](http://www.aslimnica.lv) skat. sadaļu “2.HIV ambulatorā nodaļa”.
- **Slimību profilakses un kontroles centrs** (papildu informācija par HIV):  
interneta vietne: [www.spkc.gov.lv](http://www.spkc.gov.lv) skat. sadaļu “HIV profilakse”.
- **Biedrība “AGIHAS”** (Atbalsta grupa inficētajiem HIV un AIDS slimniekiem):  
interneta vietne: [www.agihas.lv](http://www.agihas.lv)  
e-pasts: [agihas.lv@inbox.lv](mailto:agihas.lv@inbox.lv)  
tālrunis: (+371) 20207737  
[www.facebook.com/agihaslv](https://www.facebook.com/agihaslv)
- **“AGIHAS” grupa sievietēm:**  
e-pasts: [agihas\\_women@inbox.lv](mailto:agihas_women@inbox.lv)  
uzticības tālrūni: (+371) 24801359  
[www.facebook.com/AGIHASwomen](https://www.facebook.com/AGIHASwomen)

**Ja ārsta padoms nepieciešams ārpus Jūsu ģimenes ārsta darba laika,  
zvaniet uz ģimenes ārstu konsultatīvo tālruni 66016001.**

Tālruņa darba laiks: darba dienās no plkst. 17:00 – 8:00,  
bet brīvdienās un svētku dienās — visu diennakti.

Ģimenes ārstu konsultatīvā tālruņa ārstniecības persona sniegs medicīniskus padomus vienkāršu slimību gadījumos, kad nav nepieciešama neatliekamā medicīniskā palīdzība. Var būt situācijas, kad bez ģimenes ārsta vai ārsta speciālista palīdzības zvanītāja problēmu nevar atrisināt, šādos gadījumos mediķis ieteiks pēc iespējas ātrāk doties pie ārsta vai arī pāradresēs zvanu Neatliekamās medicīniskās palīdzības dienestam, ja sūdzības par veselību būs tādas, kas apdraud veselību vai dzīvību.





Informācijas pārpublicēšanas un citēšanas gadījumā atsauce uz  
Slimību profilakses un kontroles centru obligāta

Duntes iela 22, k-5, Latvija, LV-1005  
Tālrunis: +371 67501590  
E-pasts: [info@spkc.gov.lv](mailto:info@spkc.gov.lv)  
Mājas lapas vietne: [www.spkc.gov.lv](http://www.spkc.gov.lv)

Seko mums sociālajos tīklos:  
[draugiem.lv/sveiksunvesels](http://draugiem.lv/sveiksunvesels)  
[facebook.com/SPKCentrs](https://facebook.com/SPKCentrs)  
Youtube: Slimību profilakses un kontroles centrs

Bezmaksas izdevums