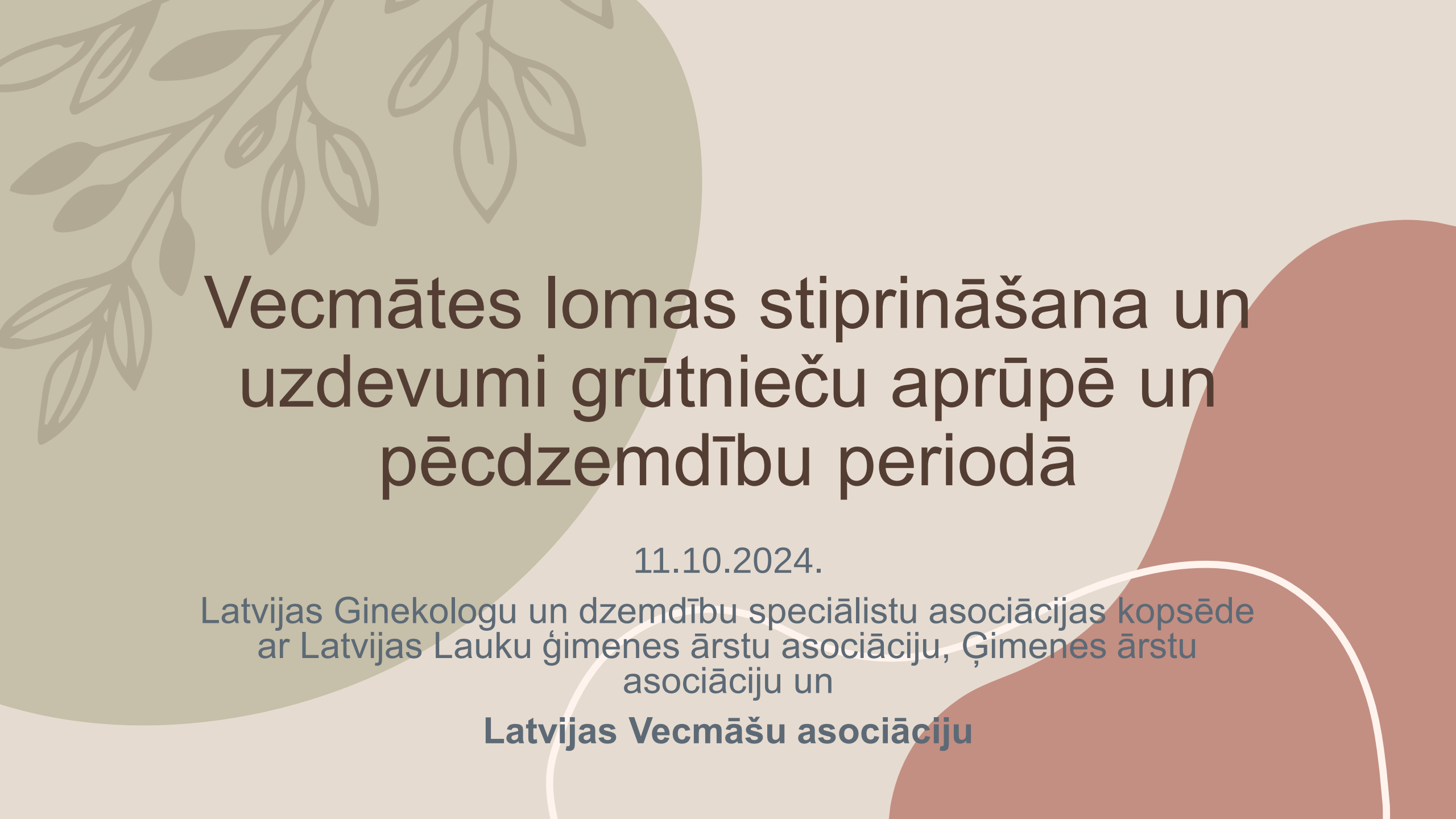




Vecmātes lomas stiprināšana un uzdevumi grūtnieču aprūpē un pēcdzemdību periodā

11.10.2024.

Latvijas Ginekologu un dzemdību speciālistu asociācijas kopsēde
ar Latvijas Lauku ģimenes ārstu asociāciju, Ģimenes ārstu
asociāciju un

Latvijas Vecmāšu asociāciju



Mērķi

Vecmāte – patstāvīga ārstniecības
persona

Vecmāte – primārā antenatālās aprūpes
sniedzēja

Vecmāte – primārā pēcdzemdību
aprūpes sniedzēja mātei un veselam
jaundzimušajam

Vecmāte – aprūpe, veselības
veicināšana, izglītošana un slimību
profilakse



Vecmāte ir primārā
antenatālās aprūpes
sniedzēja

Igaunijā
Zviedrijā
Dānijā
Islandē
Norvēģijā
Lielbritānijā
Nīderlandē
Austrālijā

u.c.

Vecmātes uzdevumi grūtnieces aprūpē

- Konsultēt ģimeni grūtniecības plānošanas laikā*
- Patstāvīgi nodrošināt grūtnieces aprūpi;
- Veikt skrīninga programmā ietvertos izmeklējumus;
- Izglītēt sievieti un viņas ģimeni par grūtniecības, dzemdību un pēcdzemdību norisi, zīdīšanu, vesela jaundzimušā aprūpi un pašaprūpi;
- Sniegt nepieciešamo atbalstu sievietei un viņas ģimenei grūtniecības laikā;
- Informēt ginekologu dzemdību speciālistu par riska faktoriem, jaunatklātiem riska faktoriem grūtniecības laikā;
- Sadarboties ar citiem grūtnieces aprūpē iesaistītajiem speciālistiem (multidisciplināra komanda);
- Pārzināt fizioloģiskas grūtniecības norisi, savlaicīgi atpazīt riskus.

Ieguvumi patstāvīgai vecmātes nodrošinātai antenatālajai aprūpei Latvijā

- Grūtniecei primāri nepieciešama pierādījumos balstīta, holistiska, uz cilvēku centrēta, personalizēta aprūpe nevis ārstēšana;
- Veselīgas grūtniecības veicināšana, pašaprūpes veicināšana;
- Sieviešu un ģimeņu sagatavošana dzemdībām (mazina trauksmi un bailes, mazina EA izvēli dzemdībās, veicina sadarbību, samazina pēcdzemdību depresiju riskus u.c.);
- Mazāka grūtniecības medikalizācija;
- Zemākas izmaksas:
 - Vecmātes profesijas iegūšanas izmaksas zemākas par ārsta profesijas iegūšanas izmaksām;
 - Vecmātes darba izmaksas ir zemākas par ārsta – speciālista darba izmaksām;
- Ārsta speciālista laiks netiek tērēts pacienta izglītošanai un aprūpei, ārsts var vairāk laika veltīt ārstēšanai, sarežģītu situāciju risināšanai u.tml.;



Vecmāte ir primārā
pēcdzemdību aprūpes
sniedzēja mātei un veselam
jaundzimušajam

Igaunijā

Zviedrijā

Dānijā

Norvēģijā

Lielbritānijā

Īrijā

Nīderlandē

Beļģijā

Somijā

Austrālijā

Vecmātes uzdevumi pēcdzemdību periodā

- Nodrošināt 2 mātes un vesela jaundzimušā aprūpes vizītes agrīnā pēcdzemdību periodā – 3.-5. un 10.-14. pēcdzemdību dienā.*
- Uz klausīt un izvērtēt sievietes sūdzības.
- Sniegt situācijai atbilstošas, pierādījumos balstītas rekomendācijas;
- Atbalstīt pacienti, lai sekmētu viņas veiksmīgu pielāgošanos jaunajai sociālajai lomai un pārvarētu ar to saistītās grūtības;
- Novērtēt pacientes psihoemocionālo stāvokli (izmanto depresijas un trauksmes skrīninga jautājumus no PHQ-2 un GAD-2);
- Novērtēt un izmeklēt māmiņu – pašsajūtu, vitālos rādītājus, dzemdes blīvumu un augstumu, lohiju raksturu, krūtis, laktāciju, keizargrieziena rētu, kāju tūskas, iegurņa pamatnes disfunkcijas simptomus.

Vecmātes uzdevumi pēcdzemdību periodā

- Izjautāt sievieti par uzturu un miegu, grūtniecības un dzemdību laikā lietotajiem medikamentiem;
- Pievērst uzmanību grūtniecības laikā bijušajām veselības problēmām un to iespējamām sekām;
- Identificēt pēcdzemdību komplikācijas;
- Pārrunāt dzemdību gaitu;
- Novērtēt jaundzimušo – aktivitāti, ādas stāvokli un krāsu, acis, muti, nabas brūci, urināciju, vēdera izeju, ja iespējams, noteikt jaundzimušā svaru;
- Novērtēt zīdīšanas efektivitāti, sniegt atbalstu;
- Novērtēt jaundzimušā ēdināšanu;
- Novērtēt un sniegt rekomendācijas par jaundzimušā celšanu, pozicionēšanu un hendlinga pamatprincipiem;

Vecmātes uzdevumi pēcdzemdību periodā

- Novērtēt un sniegt rekomendācijas par emocionālās piesaistes veidošanu un stiprināšanu ar jaundzimušo;
- Informēt un izglītēt pacienti par aktivitātēm un atpūtu pēcdzemdību periodā; personīgo higiēnu, dzimumdzīvi pēc dzemdībām, kontracepcijas iespējām, zīdīšanu, vesela jaundzimušā aprūpi un higiēnu, bērnam drošu vidi, neatliekamām situācijām;
- Konsultēties ar ģimenes ārstu vai ārstu speciālistu, ja nepieciešams;
- Pirmajā mājas vizītē novērtēt mātes un jaundzimušā dzīvesvietas apstākļus un dzīvesveidu (vardarbība, sociālie riski);
- Aizpildīt pēcdzemdību vizītes protokolu (2 eksemplāri).

Vecmātes vizīte 6.-10. pēcdzemdību nedēļā

- Izvērtēt sievietes fizisko un psihoemocionālo labklājību;
- Veikt asinsspiediena, pulsa mērījumus, KMI noteikšanu, tūsku izvērtēšanu;
- Veikt ginekoloģisko apskati (plīsumi, operatīvas dzemdības, ir sūdzības, sāpes u.c.);
- Izvērtēt iegurņa pamatnes disfunkcijas simptomus, sniegt rekomendācijas;
- Izvērtēt bērna zīdīšanas režīmu, novērtēt krūšu veselību;
- Veikt pārrunas par vitamīnu un pārtikas piedevu lietošanu un veselīgu uzturu;
- Veikt pārrunas par ģimenes plānošanas jautājumiem un kontracepcijas izvēli zīdīšanas laikā.

Ieguvumi patstāvīgai vecmātes nodrošinātai pēcdzemdību aprūpei Latvijā

- Nepārtraukta un savlaicīga mātes aprūpe pēc izrakstīšanas no stacionāra (mājvizītes);
- Īsāks stacionēšanas laiks (mājvizītes);
- Vesela jaundzimušā aprūpe mājas apstākļos;
- Veiksmīgāka un ilgstošāka zīdīšana;
- Psihoemocionālo problēmu savlaicīga atpazīšana un rekomendāciju sniegšana;
- Jaundzimušā dzīvesvietas vides un drošības novērtējums;
- Kontracepcija ģimenes plānošanas nolūkos;
- Zemākas izmaksas:
 - Vecmātes profesijas iegūšanas izmaksas zemākas par ārsta profesijas iegūšanas izmaksām;
 - Vecmātes darba izmaksas ir zemākas par ārsta – speciālista darba izmaksām;
- ~~Ārsta speciālista laiks netiek tērēts pacienta izglītošanai un aprūpei, ārsts var vairāk~~
laika veltīt ārstēšanai, sarežģītu situāciju risināšanai u.tml.

Vecmātes loma primārajā veselības aprūpē. Ieguvumi.

- Ātrāka speciālista pieejamība;
- Sievietes aprūpe visa mūža garumā;
- Plašāka aptvere Valsts vēža skrīninga programmām;
- Sievietes un ģimenes aprūpe grūtniecības laikā un visā pēcdzemdību periodā;
- Viegļāk pieejami veselības veicināšanas un slimību profilakses pasākumi;
- Uz sievieti, ģimeni centrēta aprūpe;
- Aprūpes nepārtrauktība;
- Ārsta speciālista laiks netiek tērēts pacienta izglītošanai un aprūpei, ārsts var vairāk laika veltīt ārstēšanai, sarežģītu situāciju risināšanai u.tml.



Pateicos par klātesamību un veltīto uzmanību!



vecmasuasociacija@gmail.com

Linda Veidemane

veidemanel@gmail.com