

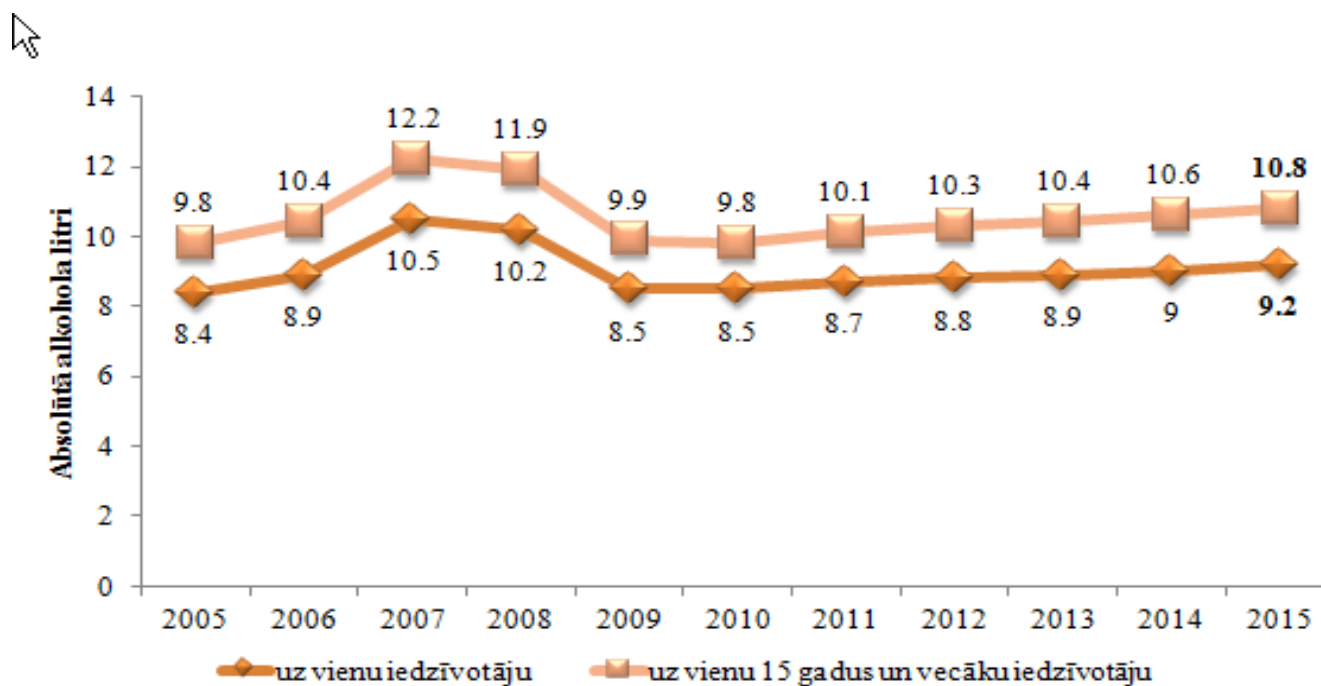
„Apreibinošu vielu lietošana un darba vide”

Astrīda Stirna

**Latvijas Narkologu asociācijas priekšsēdētāja
Valsts SIA “ Rīgas psihiatrijas un narkoloģijas centrs”
Narkoloģiskās palīdzības dienesta vadītāja
Veselības ministrijas galvenais speciālists narkoloģijā**

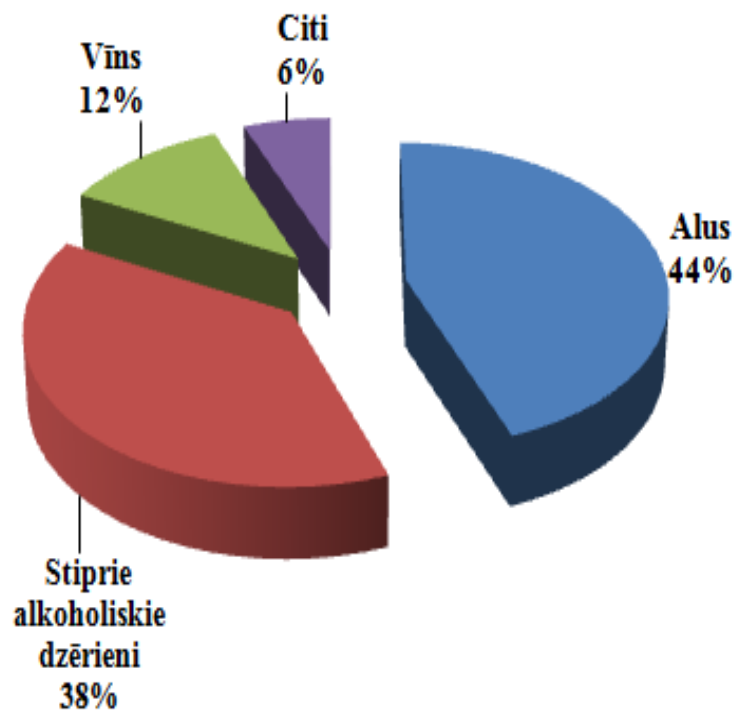
12.10.2017.

Reģistrētā absolūtā alkohola patēriņš litros uz vienu iedzīvotāju un uz vienu 15 gadus vecu un vecāku iedzīvotāju 2005.–2015. gadā

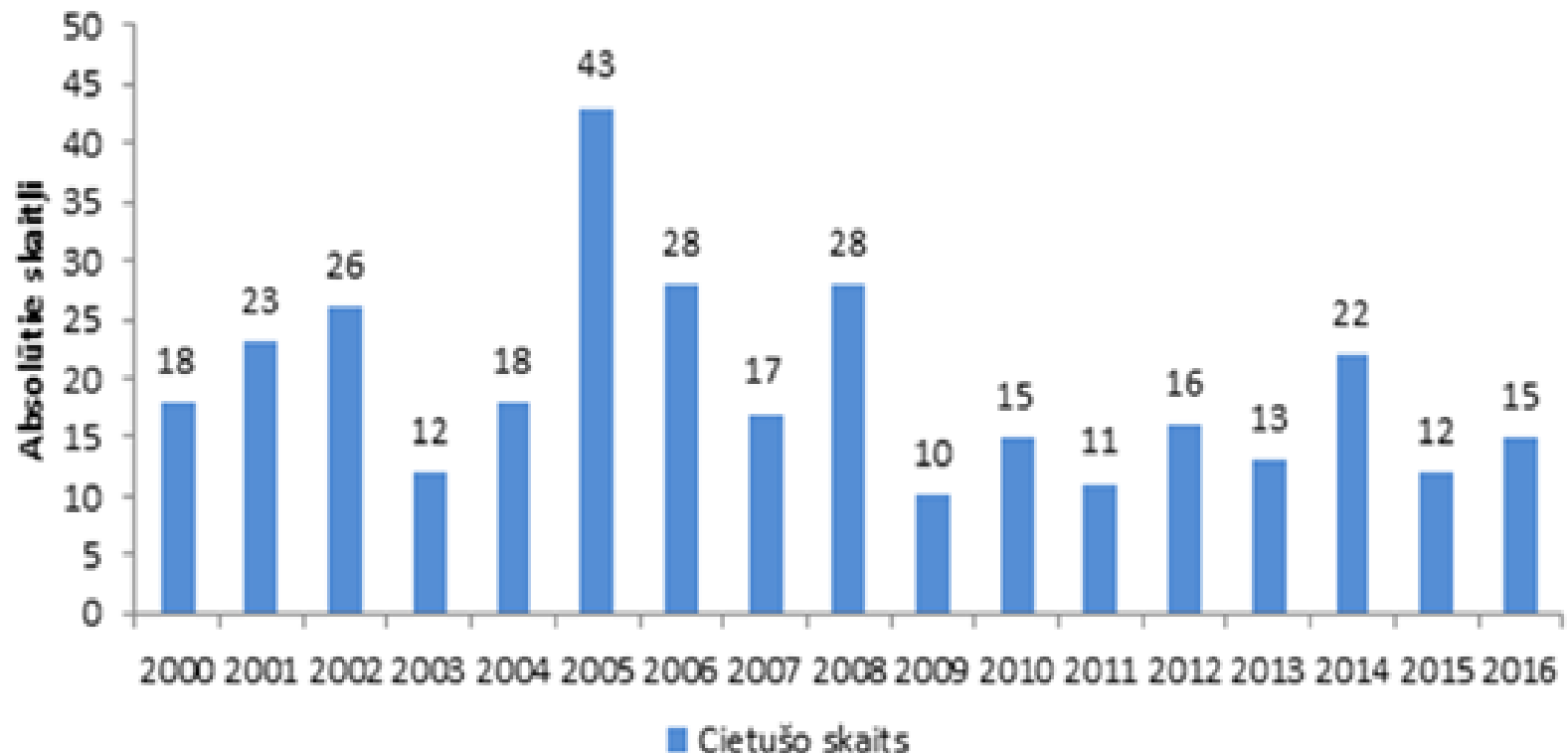


Avots: SPKC, 2016

Reģistrētā absolūtā alkohola patēriņa īpatsvars pēc dzērienu veidiem uz vienu 15 gadus vecu un vecāku iedzīvotāju 2015.gadā

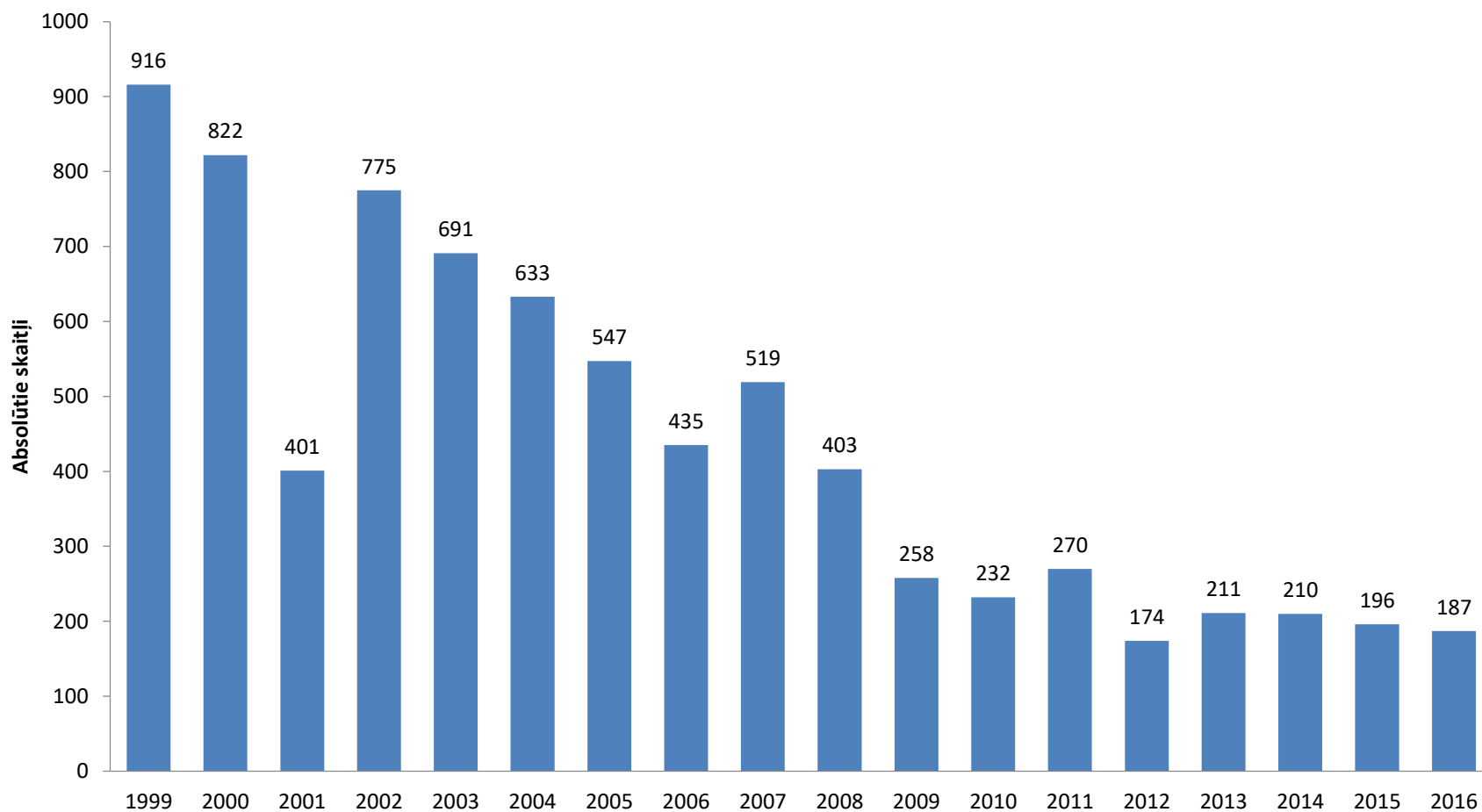


Alkohola reibumā nelaimes gadījumos darba vietās cietušo cilvēku skaits absolūtos skaitļos 2000.- 2016.gadā



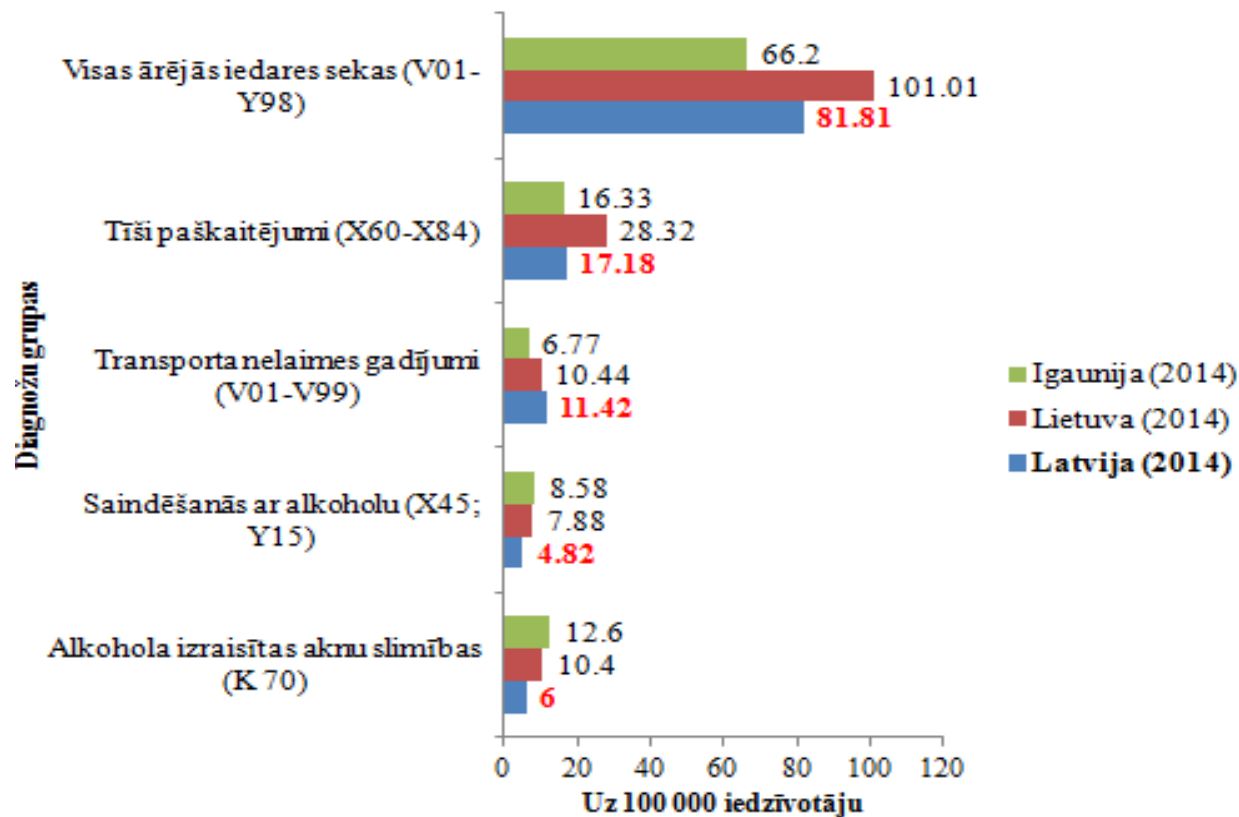
Avots: SPKC

Ceļu satiksmes negadījumu ar cietušajiem skaits (absolūtos skaitļos), kurus izraisījuši transportlīdzekļu vadītāji alkohola reibumā, narkotisko vai citu apreibinošo vielu ietekmē 2001.-2015.gadā



Avots: Ceļu satiksmes drošības direkcija, 2016

Standartizētie mirstības rādītāji no ārējās iedarbības sekām un ar alkohola lietošanu tieši saistītām slimībām uz 100 000 iedzīvotāju Baltijas valstīs

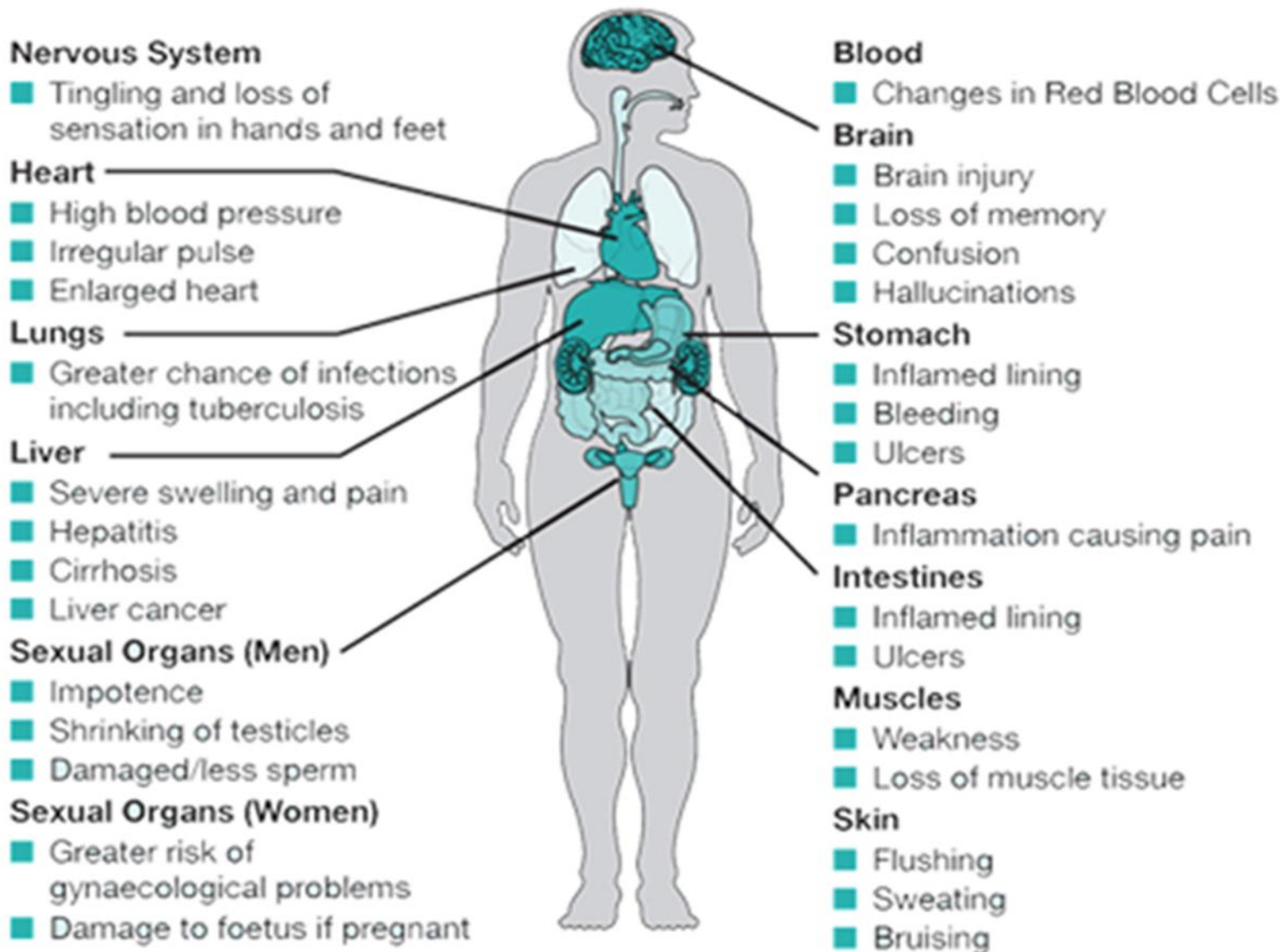


Avots: Pasaules Veselības organizācijas DMDB (European Detailed Mortality database)

Mirstība no saslimšanām, kas tieši saistītas ar alkohola lietošanu

Alkohola kaitējoši pārmērīga lietošana (SSK-10 kods F10.0,1)
Alkohola atkarība (SSK-10 kods F10.2,3)
Alkohola psihozes (SSK-10 kods F10.4-9)
Saindēšanās ar alkoholu (X45; Y15)
Alkohola encefalopātija (SSK-10 kods G31.2)
Alkohola epilepsija (SSK-10 kods G40.5)
Alkohola <u>polineuropātija</u> (SSK-10 kods G62.1)
Alkohola <u>kardiopātija</u> (SSK-10 kods I42.6)
Alkohola pankreatīts (SSK-10 kods K86.0)
Alkohola taukainā aknu deģenerācija (SSK-10 kods K70.0)
Alkohola hepatīts (SSK-10 kods K70.1)
Alkohola aknu fibroze un skleroze (SSK-10 kods K70.2)
Alkohola aknu ciroze (SSK-10 kods K70.3)
Alkohola izraisīta aknu mazspēja (SSK-10 kods F70.4)
Alkohola izraisīta aknu slimība bez precizējuma (SSK-10 kods K70.9)

Ilgtermiņa pārmērīga alkohola lietošanas sekas



Steatosis
(taukainā
hepatoze)
Alkohola
hepatīts
Fibroze
Ciroze
Vēzis

Atkarības slimība

- Pamatojoties uz zinātniskiem pierādījumiem, ir secināts, ka **atkarības slimība ir primāra, hroniska un progresējoša slimība, kas palielina mirstības risku, tā ir arī neizārstējama, bet noteikti ārstējama slimība.** Šī ir saslimšana, kas ietekmē pacienta
- **fizisko** (somatoneiroloģiskais stāvoklis),
- **psihisko** – (personība, raksturs, uzvedība, domāšana un emocionalitāte);
- **sociālo** veselību (sociālā adaptācija, attiecības ar līdzcilvēkiem un darbs) - personību kopumā.

Biopsihosociālais modelis(1)

Trīs galvenie faktori, kas ietekmē atkarības veidošanos:

1. **Bioloģiskie** faktori:

- iedzimtība,
- vielas panesamība;

2. **Psiholoģiskie** faktori:

- neadekvāts pašvērtējums,
- nepietiekama paškontrolē,
- saskarsmes grūtības,
- mērķtiecības trūkums,
- nespēja pretoties vides spiedienam;

Biopsihosociālais modelis(2)

3. **Sociālie** faktori:

- vielas pieejamība (tai skaitā cena),
- tradīcijas,
- sabiedrībā valdošā attieksme pret apreibinošo vielu lietošanu.

Biopsihosociālais modelis arī nosaka dažādu speciālistu (ārsts narkologs, citu specialitāšu ārsti, ārstu palīgi, psihologs, psihoterapeits, sociālais pedagogs, sociālais darbinieks, med.māsa) kā **multiprofesionālas komandas nepieciešamību atkarības slimības profilaksē, diagnostikā, ārstēšanā un pacientu aprūpē.**

Kas ir atkarība?

- **Noliegums**- nespēja atzīt, ka nespēj kontrolēt lietošanu;
- **Nespēja kontrolēt apreibinošu vielu lietošanu**- pat ja atkarīgais cilvēks saprot lietošanas bīstamību, nespēj apstāties;
- **Atkarība** visu laiku **progresē**. Atkarīgais riskē pazaudēt visu-ģimeni, mājas, draugus un darbu.

Nekas nemainās bez profesionālas ārstēšanas

Kas ir līdzatkarība?

Slimīga reakcija, kas attīstās veselam cilvēkam ilgstoši atrodoties ciešā kontaktā ar atkarības slimnieku.

Līdzatkarīgiem raksturīgs:

- Slimības noliegums
- Pārspīlēta atbildības sajūta
- Nespēja kontrolēt
- Vainas sajūta

Katrs atkarīgais iesaista savā slimībā 6-8 cilvēkus, padarot tos līdzatkarīgus

Atcerieties:

- Slēpjot faktus par kolēģu atkarību darba vietā, Jūs tikai “palīdziet” šiem kolēģiem grimt slimībā vēl dziļāk
- Pieredzējuša darbinieka ārstēšana ir lētāka par jauna darbinieka meklēšanu un apmācību
- ***Profilaktiskie pasākumi vienmēr ir ievērojami lētāki kā jau notikušu negadījumu seku likvidācija***

Atcerieties:

- Svarīgi ir apzināties, ka pat vismazākais izlietotais alkohola u.c. apreibinošu vielu daudzums **rada ietekmi uz cilvēka organismu** - koordināciju, redzi, dzirdi, reakciju, spriešanas spēju u.c.
- Alkohola u.c. apreibinošu vielu lietotāji ar augstu toleranci (panesamību) var diezgan veiksmīgi (sākumā) slēpt regulāro lietošanu, tiekot galā ar standarta darba uzdevumiem

Alkohola toksiskā iedarbība ir atkarīga no alkohola koncentrācijas asinīs, kuru ietekmē dažādi faktori:

- **Individuālie** faktori: dzimums, vecums, ķermeņa masas indeksa, veselības stāvoklis.
- Alkoholisko dzērienu **stiprums** (gāzētie alkoholiskie dzērieni un dzērieni ar zemu alkohola daudzumu ātrāk iesūcas asinīs), **devas, dzeršanas ātrums, dzēriena raksturojums**.
- **Hipotermija**. Zema ķermeņa temperatūra un atdzišana kavē uzsūkšanās procesu.
- **Citu vielu klātbūtne** (kofeīns, kokaīns, amfetamīns paātrina uzsūkšanas procesu, barbiturāti, benzodiazepīni – aizkavē).
- **Šķidrumu lietošana, smēķēšana, uztura veids, medikamenti** u.c. Ēdiens ar augstu lipīdu daudzumu aizkavē alkohola uzsūkšanos.

Alkohola ietekme uz auto vadīšanu

0,2 – 0,5 ‰. Vairs nevar precīzi uztvert kustīgus gaismas avotus. Rodas grūtības telpas vērtējumā. Pieaug drosme riskanti braukt. **Sekas:** nav iespējams precīzi novērtēt attālumu līdz pretim braucošām automašīnām; riskantāka braukšana, piemēram, pārdroša apdzīšana, distances neievērošana.

0,5 – 0,8 ‰. Attāluma nepareiza noteikšana. Mainoties gaismas apstākļiem, pavājinās acu piemērošanās spējas. Atslābst sarkanās gaismas uztvere. Pazeminās reakcijas spējas un uzmanība. Līdzsvara traucējumi.

Sekas: grūtāk uztverams sarkanās gaismas signāls, bremžu un apstāšanās signāli, ceļa bīstamo vietu nožogojumi; rodas grūtības piemērojoties atšķirīgiem gaismas apstākļiem, piemēram, pārejot no tālajām gaismām uz tuvajām; nepareizi tiek noteikts attālums, piemēram, līdz asam ceļa līkumam; motociklisti un riteņbraucēji nespēj noturēties savā rindā.

Alkohola ietekme uz auto vadīšanu

0,8 – 1,2 ‰. Sākas eiforija, atslābināšanās, savu spēju pārvērtēšana, redzes leņķa samazināšanās („tuneļa skatiens”).

Ļoti pasliktinās priekšmetu uztveršana un attāluma (telpas dziļuma) vērtējums.

Sekas: ievērojami riskantāks braukšanas veids; redzes traucējumi pēc tuvo un tālo gaismu pārslēgšanas; pārāk vēlu tiek pamanīti gājēji, riteņbraucēji, uz ielas stāvoši transportlīdzekļi; sānu telpa tiek vērtēta nepareizi – var tikt aizķerti garāmbraucoši transportlīdzekļi.

1,2 – 2,4 ‰. Sākas pilnīga braukt nespēja. Arvien vairāk pasliktinās acu piemērošanās spēja mainīgai gaismai. Būtiski pasliktinās uzmanība un koncentrēšanās. Spēcīga eiforija un atslābināšanās, pārmērīga pašapziņa. Stipri palēnināta un traucēta reakcija. Vidēji un stipri līdzsvara traucējumi.

Sekas: ārkārtīgi riskants braukšanas veids; lielas problēmas sagādā orientēšanās; kļūdas autovadīšanas kustībās, piemēram, bremžu vietā tiek nospiests gāzes pedālis.

Smēķēšana un darba vide



Smēķēšana un darba vide

- Tabaka rada vienu no spēcīgākām atkarībām
- Vislielāko mirstību izraisošā atkarība
- Katru gadu pasaulē 200 miljardi ASV dolāri tiek tērēti smēķēšanas izraisīto slimību ārstēšanai
- No 100 cilvēkiem, kuri uzsāk smēķēšanu, apmēram 80 turpina ilgākā laika periodā un kļūst atkarīgi
- Cik tiek patērēts darba laiks smēķēšanas pauzēm???

Medicīniskās pārbaudes alkohola, narkotisko, psihotropo un toksisko vielu ietekmes noteikšanai

Medicīniskās pārbaudes alkohola, narkotisko un psihotropo vielu ietekmes noteikšanai veic gadījumos, kad likumdošana paredz **disciplināru, administratīvu vai kriminālatbildību**

par alkohola, narkotisko un psihotropo vielu lietošanu.

Medicīnisko pārbaūžu juridiskais pamats

Medicīniskās pārbaudes alkohola, narkotisko, psihotropo un toksisko vielu ietekmes noteikšanai veic ārsts saskaņā ar virkni likumiem un Ministru kabineta noteikumiem.

Piemēram- LR Satversmi, Krimināllikumu, Kriminālprocesa likumu, Civillikumu un Civilprocesa likumu, Ārstniecības likumu, Ceļu satiksmes likumu u.c.

Medicīniskās pārbaudes alkohola, narkotisko, psihotropo un toksisko vielu ietekmes noteikšanai

- Medicīnisko pārbaudi alkohola, narkotisko, psihotropo un toksisko vielu ietekmes noteikšanai **transportlīdzekļu vadītājiem veic** un atzinumu sniedz saskaņā ar 2005. gada 11. janvāra Ministru kabineta noteikumiem **Nr. 15** "Kārtība, kādā nosakāma alkohola koncentrācija asinīs un izelpotajā gaisā un konstatējams narkotisko vai citu apreibinošo vielu iespaids".
- 2008.gada 6.jūnija Ministru kabineta noteikumi **Nr.394** „Alkohola, narkotisko, psihotropo vai toksisko vielu ietekmes pārbaudes kārtība”; attiecas uz **visām pārbaudāmajām personām, izņemot** transportlīdzekļu vadītājus.

Alkohola, narkotisko, psihotropo un toksisko vielu ietekmes noteikšanas medicīniskā pārbaude tiek veikta, pamatojoties

uz:

- tiesībaizsardzības iestādes (prokuratūras, tiesas, valsts vai pašvaldības policijas) amatpersonas nosūtījumu;
- valsts vai pašvaldības iestādes, komercsabiedrības vai citas institūcijas vadītāja rakstiska nosūtījuma, kurā norādīts pārbaudes iemesls;
- pēc fiziskas personas pieprasījuma, ja tā iesniedz ārstniecības iestādē iesniegumu, kurā pamatota pārbaudes nepieciešamība, un uzrāda personu apliecinošu dokumentu.

Medicīniskās pārbaudes

CDT (Ogļhidrātu deficīta transferīns)

Latvijā kopš 04.2016. ir iespēja noteikt CDT ar Nefelometrijas metodi.

Noderīgs, lai identificētu personas ar hronisku, augstu alkohola patēriņu un monitorētu abstinences ilgumu.

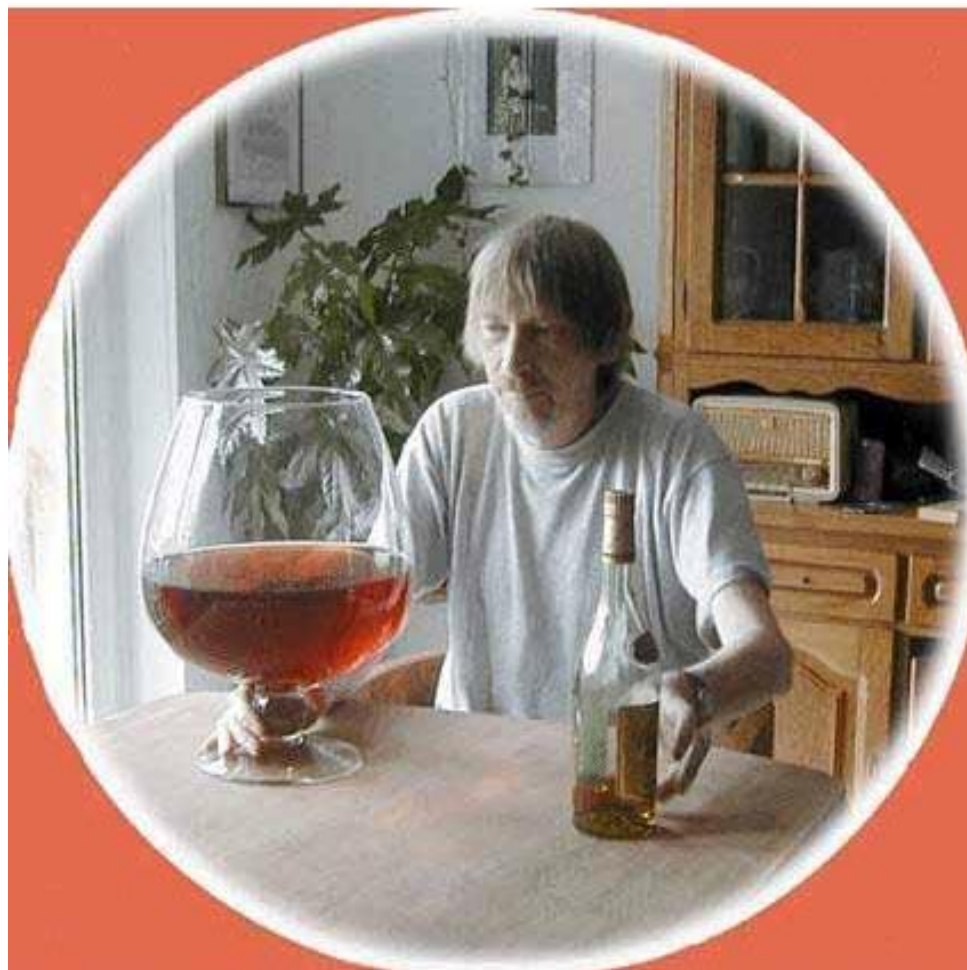
Pētījumos pierādīts, ka tas ir specifisks marķieris paaugstinātas alkohola lietošanas gadījumos.

Tiek uzskatīts, ka tā ir precīzākā un specifiskākā pašreiz pieejamā paaugstinātas alkohola lietošanas noteikšanas metode.

CDT izmantošana juridisko jautājumu risināšanai

- Autovadīšanas apliecības atgūšanai
- Tiesu toksikoloģijā
 - pēc nāves izmeklēšanā ;
 - ceļu satiksmes negadījumu izmeklēšanā (50-75% saistīti ar alkohola lietošanas problēmām);
 - ģimenes problēmu risināšanā-bērna aizbildniecība u.c. jautājumi.

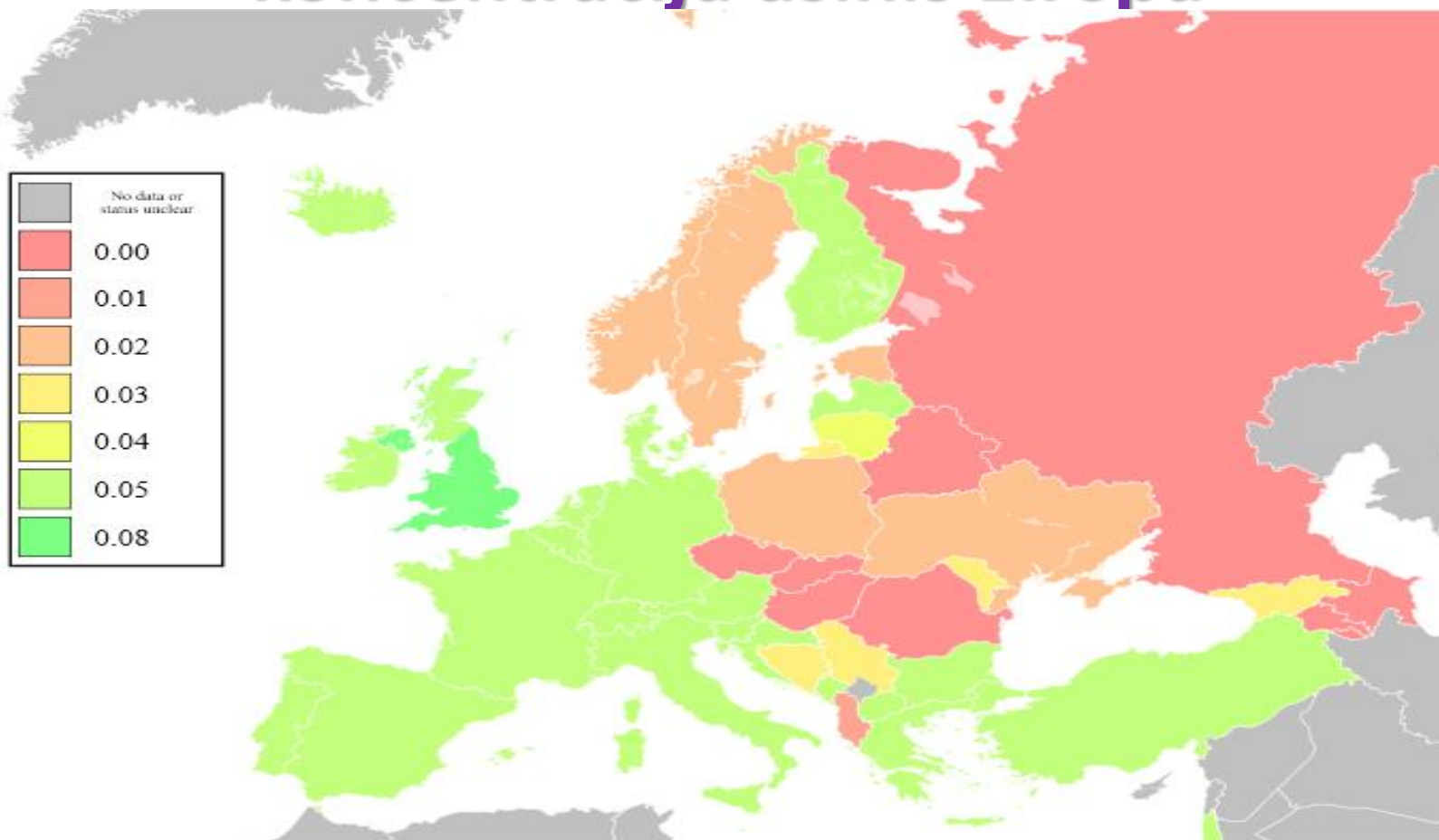
My Doctor said "Only 1 glass of alcohol a day". I can live with that.



Pārmērīga
alkohola
lietošana ir arī
jautājums par
definīciju ...

Kādam
vajadzētu būt
alkohola
lietošanas
aizliegumam?

Maksimāli pieļaujamā alkohola koncentrācija asinīs Eiropā



Apreibinošu vielu lietošana un problēmas darba vidē

- Nelaiemes gadījumi darbā;
- Produktivitātes zudums, pasliktinās darba spējas;
- Darba kavējumi;
- Attiecību pasliktināšanās kolektīvā;
- Ietekme uz uzņēmuma tēlu;
- Kļūdas lēmumu pieņemšanā;
- Palielinās konfliktu situācijas ar kolēģiem un vadību;
- Kadru mainība, biežāka darba vietas maiņa;
- Papildus izmaksas jaunu darbinieku meklēšanā un apmācībā...

Risinājumi

- Atkarību izraisošo vielu lietošanas **profilakse**
- Agrīna psihisko traucējumu un atkarību **diagnostika**
- Kompleksa **ārstēšana**- medikamentozā terapija, kombinācijā ar psihoterapiju

Atkarības pacientu aprūpe Latvijā

Ambulatorais dienests

|

Stacionārs

|

Motivācijas programma

|

12 soļu (Minesotas) programma

|

Rehabilitācijas programmas

|

AA, AL, AN

Terapijas rezultāti atkarīgi :

- No pacienta **motivācijas** pārtraukt vai samazināt apreibinošu vielu lietošanu;
- No atkarības slimības **ilguma un smaguma**;
- No dažādu ārstēšanas metožu **pieejamības**:
 - sabiedrības informēšana par ārstēšanas iespējām
 - pacientu maksātspēja nosaka ārstēšanās ilgumu (pacientu iemaksas, medikamentu kompensēšana)

Secinājumi

Apreibinošu vielu lietošana un atkarība ir problēma darba vietās!

Rīcība:

1. Iestāžu un struktūrvienību vadītāju apmācības programmas izstrādāšana un ieviešana apreibinošu vielu lietošanas un atkarības problēmu atpazīšanā un rīcībā
2. Uzraudzība un kontrole-darba līgumos paredzēt nepieciešamību veikt regulāras profilaktiskās pārbaudes, veicot analīzes, lai kontrolētu apreibinošu vielu lietošanu
Pozitīvi piemēri- jūrnieki, banku darbinieki, avio kompāniju un sabiedriskā transporta darbinieki ...
3. Ārstēšanas kursu apmaksā būs lētāk nekā jaunu darbinieku meklēšana un apmācība



Paldies par uzmanību !