



Greimošanas slimību centra **GASTRO ZIŅAS**

nozares jaunumu apskats, diskusijas, analīze

GASTRO ATBALSTA UKRAINU

GASTRO kolektīvs atbalsta ukraiņus un Ukrainas kolēģus.

2. lpp.



GASTRO VIEDOKLIS

Ambulatorās medicīnas vieta mūsdienās.

4. lpp.



GASTRO INFOGRAFIKA

Kas ir "dzeltenais koridors" un "zaļais koridors"?

7.-8. lpp.



GASTRO TĒMA

Kā dietologs var palīdzēt kuņģa-zarnu trakta pacientiem?
Intervija ar dietoloģi dr. Lolitu Neimani.

9.-12. lpp.



GASTRO KARJERA

GASTRO Klientu apkalpošanas centra vadītāja Inga Stikāne.

15.-16. lpp.



GASTRO AICINA DARBĀ

Pievienojieties GASTRO komandai!

18. lpp.



GASTRO VIEDOKLIS

Dr. Ivars Tolmanis par cilvēkresursu problēmu medicīnā.

3. lpp.



GASTRO JAUNUMI

GASTRO uzsāk sadarbību ar Jēkabpils reģionālo slimnīcu.

4. lpp.



GASTRO JAUNUMI

GASTRO komandai pievienojas ārstēdietoloģe Lolita Neimane. GASTRO KRV skrīninga kabinetā – visjaucākās tehnoloģijas. GASTRO pacientiem pieejami pakalpojumi "dzeltenajā režīmā".

5.-6. lpp.



GASTRO SPECIĀLISTI

Intervija ar GASTRO gastroenterologu, Latvijas Gastrointestinālās endoskopijas asociācijas prezidentu dr. Danu Stirnu.

13.-14. lpp.



GASTRO REZIDENTIEM UN STUDENTIEM

Ģimenes ārste-rezidente Telma Amanda Barisa par darbu GASTRO. Aicinām studentus un rezidentus iepazīties ar darbu klīnikā.

17. un 19. lpp.



GASTRO ATBALSTA UKRAINU!

Україна

**Mēs pat iedomāties nevaram,
kādas šausmas un traģēdijas šobrīd ir
jāpārdzīvo Ukrainai un tās tautai...**

Lai sniegtu savu ieguldījumu Ukrainas atbalstam, GASTRO kā uzņēmums, gan arī GASTRO darbinieki individuāli ir iesaistījušies ziedojumu vākšanā Ukrainas atbalstam. Mūsu darbinieki, kuriem ir tāda iespēja, piedāvā Ukrainas bēgļu izmitināšanu savās mājās. Protams, GASTRO piedāvā Ukrainas bēgļu ģimenēm visus valsts apmaksātos pakalpojumus (piemēram, endoskopijas un funkcionālos izmeklējumus).

Tāpat GASTRO var piedāvāt arī darbu tiem Ukrainas civiliedzīvotājiem ar atbilstošu izglītību (medicīnas personālam – ārstiem, ārstu palīgiem, māsām, māsu palīgiem), kuri devušies bēgļu gaitās uz Latviju, šajā jomā sadarbojamies gan ar Nodarbinātības valsts aģentūru, gan Latvijas Investīciju un attīstības aģentūru.

Aicinām ģimenes ārstus un citus kolēģus, kuru uzmanības lokā ir nonākuši Ukrainas iedzīvotāji, kuri bēgļu gaitās devušies uz Latviju un kuriem nepieciešama šāda palīdzība, informēt gan viņus, gan mūs par šādu nepieciešamību.



KOLĒGI! SADARBĪBAS PARTNERI!

Iesaistīsimies Ukrainas atbalsta akcijās! Pašlaik, šajā ļoti grūtajā laikā katra cilvēka atbalsts un attieksme ir svarīga!

GASTRO UKRAINAS BĒGĻIEM



PIETEIKŠANĀS VALSTS APMAKSĀTAJIEM IZMEKLĒJUMIEM:



pa tālruni: **66901212**



e-pastā: **info@gastrocentrs.lv**



DARBA IESPĒJAS UKRAIŅU KOLĒGIEM, KAS DEVUŠĪES BĒGĻU GAITĀS:



pieteikties darbā GASTRO caur **NVA** un **LIAA** piedāvātajiem kontaktiem



rakstot tieši uz GASTRO, e-pasts:
vakances@gastrocentrs.lv

Dr. Ivars Tolmanis: "Medicīna mūsdienās ir komandas, nevis individuāls darbs."

Nav noslēpums, ka Latvijas medicīnas un veselības aprūpes sistēmā kopumā viena no nozīmīgākajām problēmām ir cilvēkresursi. Tas attiecas faktiski uz visiem šīs sistēmas "pakāpieniem", uz visām sistēmā iesaistītajām sastāvdaļām. Sākot no ārstiem un beidzot ar administratīvo un servisa līmeni pacientu apkalpošanā.

Var droši teikt, ka attīstības līmeni medicīnā šobrīd nosaka ne tikai moderni medikamenti, augsti tehnoloģiskas iekārtas un precīza diagnostika un pieejamas modernas ārstniecības metodes. Tikpat nozīmīga, bet brīžiem pat svarīgāka loma ir visu līmeņu personāla kvalifikācija, spēja izmantot zinātnes un tehnoloģiju sniegtās iespējas, kā arī adekvāta sistēmas vadība un administrēšana. Un nebūs lieki piebilst, ka kvalitatīvās atšķirības starp ārstu praksēm, medicīnas iestādēm un institūtiem šobrīd lielā mērā nosaka tieši medicīniskās un administratīvās komandas kapacitāte. Spēja, izmantojot savas zināšanas, prasmes un intelektu, maksimāli efektīvi izmantot un attīstīt pieejamos resursus pacientu un nozares attīstības interesēs ir būtiskākie medicīnas kvalitātes līmeni noteicošie kritēriji.

Lai cik kāda medicīnas iestāde būtu nodrošināta ar vismodernāko aparatūru, lai kādas būtu izmantotās tehnoloģijas, lai cik ērti un ergonomiski būtu iekārtotas telpas, bez atbilstošas personāla kvalifikācijas, bez personāla nemitīgas izglītošanās un darba komandā nebūs iespējams panākt atbilstošu pakalpojumu kvalitāti. Jo neviena tehnoloģija vai mākslīgais intelekts šobrīd vēl nespēj aizstāt cilvēka spēju izvēlēties visatbilstošāko un efektīvāko risinājumu pacienta interesēs.

Un šeit mēs nonākam pie galvenā problēmjautājuma. Tā ir cilvēkresursu problēma mūsu medicīnā. Ārstu un medicīnas māsu trūkums rada ne tikai krīzi nepietiekošā kvalificētā darba-

spēka dēļ, bet noved pie vēl kādas ļoti nevēlamas blakusefektu: tā ir konkurences samazināšanās nozarē, kas savukārt pazemina augstas profesionālās kvalitātes pieprasījumu tirgū.

Pastāvīgais ārstu un māsu trūkums rada vēl vienu blakusefektu: paralēlo nodarbinātību. Proti, ārsti un māsas strādā vairākās darbavietās vienlaicīgi, tādējādi ir gan pārslodzes pašam medicīniskajam personālam, gan grūtības ar iekļaušanos komandā kādā konkrētā darbavietā, gan, protams, augsta kadru mainība. Nenoliedzami, nepilnu darba laiku nodarbinātos ārstus un māsas medicīnas iestādēm ir grūtāk iekļaut komandā, sarežģītāk motivēt un organizēt sekmīgai integrēšanai konkrētās iestādes kvalitātes standartu sistēmā un, kas vēl jo svarīgāk, regulārai profesionālās kvalifikācijas paaugstināšanai. Turklāt nemitīgā pārvietošanās no vienas darba vietas uz otru neļauj arī pilnvērtīgi organizēt darbalaiku, slodzes plānošanu, medicīnas iestādes attīstības plānus, turklāt prasa arī citus papildu resursus gan no darbavietas, gan paša ārsta vai medicīnas māsas.

Medicīna mūsdienās ir komandas, nevis individuāls darbs. Bet moderna medicīnas iestādes komanda nenozīmē tikai ārstus, māsas un citu medicīnas personālu. Tā ir iestādes attīstības plānošana saistībā ar tehnoloģijām, modernu iekārtu iegādi, kvalifikācijas nemitīgu paaugstināšanu, augstu un profesionālu klientu servisu, kvalitatīvu administrāciju un iestādes vadību, bez kuras nodrošināt visu dažādo specialitāšu medicīnas personāla darbošanos



**PASTĀVĪGAIS ĀRSTU
UN MĀSU TRŪKUMS
RADA VĒL VIENU
BLAKUSEFEKTU:
PARALĒLO
NODARBINĀTĪBU.
PROTI, ĀRSTI UN
MĀSAS STRĀDĀ
VAIRĀKĀS
DARBAVIETĀS
VIENLAICĪGI.**

vienotā sazobē pacienta interesēs nav iespējams. Arī individuāli lēmumi, īpaši jau sarežģītākās situācijās, tiek pieņemti arvien retāk.

Tāpēc GASTRO priekšrocība ir pastāvīga, saliedēta, pieredzējusi un daudzpusīga profesionāļu komanda. Vispusīgi ārsti ar lielu pieredzi stacionārajā un ambulatorajā medicīnā, akadēmiskajā darbā un arī zinātnē. Labi apmācīts un saliedēts māsu kolektīvs. Kvalificēti un motivēti saistīto dienestu darbinieki. Jaudīga administratīvā komanda. Tam visam palīdz skaidri mērķi un GASTRO attīstības vīzija. 🔄

Ambulatorās medicīnas vieta mūsdienās un nākotnē

Modernās medicīnas galvenais attīstības virziens un attīstības filozofija šobrīd ietver virzienu uz veselīgu dzīvesveidu, profilaksi un prevenciju. Līdz ar to vismaz attīstītajās valstīs ir ievērojami mainījušās metodes, pieeja un plānošana veselības aizsardzībai un medicīnai. Īpaši tas attiecas uz diagnostiku un terapiju. Pat vissarežģītākās operācijas gremošanas sistēmā šobrīd var veikt ar tādām metodēm un tehnoloģijām, kas pacientam ļauj maksimāli ātri atgriezties viņa pierastajā un dabīgajā vidē – mājās un darbā. Tāpēc mūsdienās arvien retāk pacientam jāiet uz slimnīcu, pavadot tur vairākas dienas un naktis.

Galvenie iemesli, kāpēc šodien medicīnas iestādē pavadāmais laiks ir jāsamazina līdz minimumam, ir hospitālās infek-

cijas risku novēršana un uzturēšanās izmaksu mazināšana. Šīm problēmām neiztērētos līdzekļus var efektīvi izmantot pacienta interesēs, piedāvājot

augstākas klases diagnostikas un terapijas metodes. Ļoti moderns un mūsdienīgs risinājums ir dienas stacionārs. Tas nozīmē, ka dienas laikā pacientam veic atbilstošu diagnostiku vai ārstēšanu, bet nakts periodu pacients pārļaiž mājās vai citā draudzīgākā dzīves vietā gadījumos, ja diagnostika vai ārstēšana centrā ir jāturpina.

Arī GASTRO mēs rūpējamies par pacientu drošību un mēģinām pacientu labā samazināt tās izmaksas, kas būtu efektīvāk izmantojamas diagnostikas un ārstēšanas mērķu sasniegšanai. 🌐

GASTRO JAUNUMI

GASTRO mediķi uzsākuši plašu sadarbību ar Jēkabpils reģionālo slimnīcu

Šī gada janvāra nogalē pirmās endoskopiskās izmeklēšanas Jēkabpils reģionālajā slimnīcā veica Gremošanas slimību centra GASTRO speciālisti. Sadarbība starp GASTRO speciālistiem un Jēkabpils reģionālo slimnīcu dod iespēju Jēkabpils pilsētas un Jēkabpils reģiona iedzīvotājiem saņemt gastroenteroloģijas jomas pakalpojumus iespējami tuvāk savai dzīvesvietai, vienlaicīgi nodrošinot Gremošanas slimību centrā GASTRO ierasti augsto izmeklējumu un ārstu konsultāciju kvalitāti un tehnoloģisko līmeni.

“Mēs esam gandarīti, ka GASTRO speciālistu darbs un darba kvalitāte tiek novērtēta,” uzsver Gremošanas slimību centra GASTRO valdes priekšsēdētājs dr. Ivars Tolmanis, komentējot GASTRO speciālistu piesaisti darbam Jēkabpils reģionālajā slimnīcā. “Mēs kā savu misiju vienmēr esam uztvēruši ne tikai palīdzības sniegšanu konkrētam pacientam, bet arī visas veselības aizsardzības sistēmas kvalitātes un pieejamības uzlabošanu Latvijā kopumā. Mūsu speciālistu sadarbība ar Jēkabpils reģionālo slimnīcu ir solis šajā virzienā,” uzskata dr. Ivars Tolmanis.

Janvāra sākumā SIA “Jēkabpils reģionālā slimnīca” un Gremošanas sli-

mību centrs GASTRO parakstīja sadarbības līgumu, kas paredz kopīgiem spēkiem un līdzekļiem, apvienojot resursus, nodrošināt SIA “Jēkabpils reģionālā slimnīca” pacientiem gastroenteroloģijas pakalpojumus, tajā skaitā – gastrointestinālo endoskopiju ambulatorajiem, dienas stacionāra un stacionāra pacientiem, funkcionālos izmeklējumus, kā arī nodrošinot ārstu-gastroenterologu konsultācijas, nodrošinot reģiona iedzīvotājiem pieejamāku un kvalitatīvāku pakalpojumu.

Gastroenteroloģijas pakalpojumi Jēkabpils reģionālajā slimnīcā tiek nodrošināti pilnībā atjaunotās, plašās, darbiniekiem un pacientiem ērtās telpās.



Telpas atjaunotas par Latvijas Atveseļošanas un noturības mehānisma plāna īstenošanas ietvaros saņemto finansējumu vairāk nekā 100 tūkstošu eiro apmērā. Atveseļošanas fonds ir jauna budžeta programma, kas izveidota kā koordinēta Eiropas Savienības reakcija Covid-19 krīzei. 🌐

GASTRO komandai pievienojas RSU studiju programmas direktore, pazīstamā dietoloģe Lolita Neimane

Ar šī gada 16. martu Gremošanas slimību centrā GASTRO konsultācijas GASTRO pacientiem uzsākusī Latvijā pazīstamā dietoloģe Lolita Neimane. "Pacientiem ar dažādām gremošanas slimībām ļoti nozīmīgs ir pareizs un sabalansēts uzturs, pareiza un racionāla pārtikas produktu izvēle, aktīva līdzdarbošanās ar speciālistiem," uzsver Lolita Neimane. "Tas var gan samazināt medikamentu lietošanu slimību ārstēšanā, gan arī nodrošināt labas veselības saglabāšanu ilgtermiņā ar pareiza uztura palīdzību jau profilaktiski rūpējoties par sevi un savu veselību," ir pārliecināta pazīstamā dietoloģe.

Pieteikties konsultācijām pie dietoloģes Lolitas Neimanes var, aizpildot pieteikumu GASTRO elektroniskā pieraksta sistēmā mājaslapā gastrocentrs.lv vai zvanot uz GASTRO reģistratūru pa tālruni 66901212 (no pulksten 8:00 līdz 17:00).

"Gremošanas slimību centrs GASTRO pastāvīgi papildina savu jauno pakalpojumu un konsultāciju klāstu, lai no-

drošinātu pacientiem maksimāli plašu diagnostikas, ārstēšanas un konsultāciju klāstu," norāda GASTRO valdes priekšsēdētājs dr. Ivars Tolmanis, "tāpēc esam gandarīti, ka varam piedāvāt tik profesionālas dietoloģes kā Lolita Neimane konsultācijas," saka GASTRO vadītājs.

Plašāku interviju ar dietoloģi Lolitu Neimani lasiet šajā "GASTRO Ziņu" numurā. 🗣️



Dr. Lolita Neimane.

GASTRO kolorektālā vēža skrīninga kabinetā: augstākā līmeņa endoskopi tehnoloģijas

Šī gada sākumā Gremošanas slimību centrā GASTRO ir sācis darboties kolorektālā vēža (KRV) skrīninga kabinets, kas aprīkots ar visjaunākajām un modernākajām endoskopi tehnoloģijām. Tā ir speciāli aprīkota endoskopiju telpa ar augstākās klases un kvalitātes endoskopiju, narkozes un pacienta monitorēšanas tehnoloģijām, ietverot mākslīgā intelekta sistēmu diagnostikas efektivitātes palielināšanai.

Kā norāda GASTRO valdes priekšsēdētājs, dr. Ivars Tolmanis, tādējādi šobrīd GASTRO var piedāvāt Eiropā un pasaulē modernākās tehnoloģijas endoskopiskajās izmeklēšanās un KRV diagnostikā, profilaksē un ārstēšanā: "Mēs vēlamies Latvijas iedzīvotājiem piedāvāt augstākā līmeņa gastroenteroloģiskos pakalpojumus, tāpēc GASTRO nemitīgi



Jaunais kabinets darbībā.

uzlabo un, protams, modernizē gan tehnoloģijas un medicīniskās iekārtas, gan

nodrošina mūsu personāla kvalifikācijas

TURPINĀJUMS 6. LPP.

GASTRO kolorektālā vēža skrīninga kabinetā: augstākā līmeņa endoskopu tehnoloģijas

TURPINĀJUMS NO 5. LPP.

celšanu, lai šīs tehnoloģijas tiktu izmantotas pilnībā, sniedzot mūsu pacientiem maksimāli augstvērtīgus pakalpojumus.”

Kolorektālais vēzis ir viens no biežākajiem gremošanas sistēmas ļaundabīgajiem audzējiem. Vēlīnu un grūti ārstējamu KRV stadiju biežumu un ar to saistīto mirstību var sekmīgi samazināt, ja veic labi organizētu KRV skrīningu. Tas sastāv no vairākiem svarīgiem medicīnisku un organizatorisku pasākumu posmiem, sākot ar sabiedrības informēšanu un beidzot ar vissarežģītākajām diagnostikas un terapijas procedūrām.

Resnās zarnas endoskopija – kolonoskopija – ir viena no svarīgākajām KRV skrīninga procedūrām, jo ar to var audzēja diagnozi apstiprināt, novērst un ārstēt dažādus pirmsvēža stāvokļus, kā arī pilnīgi likvidēt vēzi tā agrīnā attīstības stadijā. Līdz ar to kolonoskopija

ŠOBRĪD GASTRO VAR PIEDĀVĀT EIROPĀ UN PASAULĒ MODERNĀKĀS TEHNOLOĢIJAS ENDOSKOPIKAJĀS IZMEKLĒŠANĀS UN KRV DIAGNOSTIKĀ, PROFILAKSĒ UN ĀRSTĒŠANĀ.

savā ziņā ir unikāla medicīnas procedūra, ietverot profilakses, prevencijas, skrīninga, diagnostikas un terapijas iespējas.

GASTRO ir lielākais skrīninga kolonoskopiju veicējs valstī un pastāvīgi pilnveido centra tehnoloģijas, infrastruktūru un ārstu kvalifikāciju. Viena no svarīgākajām GASTRO misijām ir piedāvāt augsta līmeņa gastroenteroloģiju visiem valsts iedzīvotājiem. GASTRO KRV skrīninga kabinetā veic skrīninga kolonoskopijas valsts organizētās KRV skrīninga programmas ietvaros, dažā-

da līmeņa un sarežģītības resnās zarnas polipektomijas un visa veida citas sarežģītas gremošanas sistēmas endoskopijas un endoskopiskas operācijas.

GASTRO turpina darbu pie kolonoskopiju kvalitātes standarta programmas un tās digitalizācijas attīstīšanas. Pateicoties GASTRO veiksmīgai sadarbībai ar visas Latvijas ģimenes ārstiem, Latvijas Onkoloģijas centru, Veselības ministriju un Nacionālo veselības dienestu, arvien plašākam pacientu lokam būs pieejama visaugstākā līmeņa kolonoskopija. 🌐

GASTRO pacientiem pieejami pakalpojumi “dzeltenajā režīmā”

“GASTRO Ziņās” jau informējām, ka GASTRO pacientiem ir pieejami steidzami izmeklējumi tā dēvētajā “zaļajā koridorī”, kas nozīmē maksimālu ātru gastroenteroloģisku izmeklējumu un diagnostikas veikšanu gadījumos, kad pacientam tiek konstatētas aizdomas par onkoloģisku diagnozi. Šobrīd GASTRO piedāvā izmeklējumus arī “dzeltenā koridora” ietvaros, proti, steidzamus kontroles izmeklējumus pacientiem ar iepriekš konstatētu onkoloģisku saslimšanu.

“Dzeltenais koridors” ir speciāla nosūtīšanas sistēma, lai veicinātu savlaicīgu piekļuvi valsts apmaksātiem medicīniskiem izmeklējumiem, ja iepriekš ir konstatēta onkoloģiska diagnoze. Lai pieteiktos “dzeltenā koridora” izmeklējumiem vispirms nepieciešams saņemt no ģimenes ārsta vai ārsta – speciālista “dzeltenā koridora” nosūtījumu, bet pēc tam nepieciešams pieteikties izmeklējumam ārstniecības iestādē,

kurai ir līgums ar Nacionālo veselības dienestu, tātad – arī GASTRO.

Pieteikšanās uz “dzeltenā koridora” izmeklējumiem Gremošanas slimību centrā GASTRO ir iespējama pa tālruni 66901212 vai e-pieraksta sistēmā gastrocentrs.lv.

Sīkāk par “dzelteno koridoru” un “zaļo koridoru” šajā “GASTRO Ziņu” numurā. 🌐

“DZELTENĀIS KORIDORS” – KAS TAS IR?

“DZELTENĀIS KORIDORS” ir speciāla nosūtīšanas sistēma, lai veicinātu savlaicīgu piekļuvi valsts apmaksātiem medicīniskiem izmeklējumiem gadījumos, ja pacientam ar iepriekš konstatētu onkoloģisku saslimšanu nepieciešams steidzams kontroles izmeklējums.

KĀ SAŅEMT IZMEKLĒJUMU AR “DZELTENĀ KORIDORA” NOSŪTĪJUMU?

- 1 Pacients no ārsta saņem speciālu “DZELTENĀ KORIDORA” nosūtījumu.
- 2 Pacients pierakstās uz izmeklēju ārstniecības iestādē, kurai ir līgums ar Nacionālo veselības dienestu (piemēram, GASTRO) un nosauc nosūtījumā norādīto “DZELTENĀ KORIDORA” kodu.
- 3 Ārstniecības iestāde izmeklējumu veic 14 dienu laikā no pierakstīšanās brīža.



Plašāka informācija: <https://www.vmnvd.gov.lv/lv/onkologijas-dzeltenais-koridors>

Pieteikšanās uz “DZELTENĀ KORIDORA” izmeklējumiem medicīnas centrā GASTRO pa tālruni: 66901212 vai izmantojot e-pieraksts sistēmu www.gastrocentrs.lv

PAZĪMES,
KAS VAR LIECINĀT
PAR GREMOŠANAS
SISTĒMAS
ONKOLOĢISKU
SASLIMŠANU

Asiņaini izdalījumi
Svara zudums bez konkrēta iemesla
Taustāmi veidojumi vēderā vai taisnajā zarnā
Rīšanas grūtības
Pieaugošs nespēks, nogurums un ēstgribas trūkums
Izmaiņas asins analīzēs
Palielināti cirkšņa limfmezgli
Slikta dūša un vemšana, vemšana ar asinīm

“ZAĻAIS KORIDORS” – KAS TAS IR?

“ZAĻAIS KORIDORS” ir speciāla nosūtīšanas sistēma, lai veicinātu savlaicīgu piekļuvi valsts apmaksātiem medicīniskiem izmeklējumiem gadījumos, ja ārstam ir aizdomas, ka pacientam varētu būt onkoloģiska saslimšana.

KĀ SAŅEMT IZMEKLĒJUMU AR “ZAĻĀ KORIDORA” NOSŪTĪJUMU?

- 1 Pacients no ārsta saņem speciālu “ZAĻĀ KORIDORA” nosūtījumu.
- 2 Pacients pierakstās uz izmeklējumu ārstniecības iestādē, kurai ir līgums ar Nacionālo veselības dienestu (piemēram, GASTRO) un nosauc nosūtījumā norādīto “ZAĻĀ KORIDORA” kodu.
- 3 Ārstniecības iestāde izmeklējumu veic 14 dienu laikā no pierakstīšanās brīža.



Plašāka informācija: <https://www.vmnvd.gov.lv/lv/onkologijas-zalais-koridoris>

Pieteikšanās uz “ZAĻĀ KORIDORA” izmeklējumiem medicīnas centrā GASTRO pa tālruni: 66901212 vai izmantojot e-pieraksts sistēmu www.gastrocentrs.lv

PAZĪMES,
KAS VAR LIECINĀT
PAR GREMOŠANAS
SISTĒMAS
ONKOLOĢISKU
SASLIMŠANU

Asinaini izdalījumi
Svara zudums bez konkrēta iemesla
Taustāmi veidojumi vēderā vai taisnajā zarnā
Rīšanas grūtības
Pieaugošs nespēks, nogurums un ēstgribas trūkums
Izmaiņas asins analizēs
Palielināti cirkšņa limfmezgli
Slikta dūša un vemšana, vemšana ar asinīm

Dr. Lolita Neimane: "Dietologs ārstē ar vārdiem, un no šīs komunikācijas tālāk izveidojas uzticība ārstam."

GASTRO komandai no 16. marta ir spēcīgs papildinājums – ārste-dietoloģe Lolita Neimane. Ar viņu, šķiet, nav īpaši jāiepazīstina neviens Latvijas iedzīvotājs – spēcīga personība, var pat teikt "mediju zvaigzne", kuras viedokli uzklausa žurnālisti, kurā ieklausās un kuras padomus ņem vērā tie, kas vēlas padarīt savu uzturu sabalansētu, kuri grib uzlabot savu veselību ar pareizas ēšanas un diētas palīdzību. Šobrīd arī GASTRO pacientiem ir iespējas saņemt pazīstamās dietoloģes konsultācijas, bet "GASTRO Ziņām" viņa stāsta par to, kā dietologs var palīdzēt kuņģa-zarnu trakta pacientiem un kā sadarbojas ar citu specialitāšu ārstiem.

Jūs kā ārste-dietoloģe esat tieši saistīta ar GASTRO specializāciju: kuņģa-zarnu trakta slimību profilaksi. Kāds varētu būt jūsu "piesums" GASTRO pacientiem? Kā jūsu konsultācija vai padoms dos labumu pacienta kuņģa-zarnu trakta slimību diagnostikā un ārstēšanā?

Tas, kas ir dietologa kompetencē, ir ārstēt bez zālēm, proti, ar uzturu. Tieši tas, ko saka diezgan "nodeldetais" Hipokrāta teiciens: "Lai uzturs tavas zāles." Attiecībā uz gremošanas sistēmas slimībām un problēmām šis teiciens ir ļoti patiens. Ir saprotams, ka, ja mēs katru dienu ēdam divas vai trīs reizes dienā, tad tas, ko mēs ēdam, var ļoti ietekmēt veselību. Sevišķi tad, ja gremošanas trakts ir jau nedaudz apslimis vai problemātisks. Varbūt pavisam veselam, jaunam cilvēkam diētas kļūdas neko nemanīs. Es kādreiz arī lekcijās saviem studentiem mēdzu sacīt, ka cilvēks mūža laikā, protams, ļoti individuāli, bet var apēst 45 tonnas ēdiena. Mēdzu sa-

līdzināt ar ziloniem – ja viens zilonis sver kādas piecas sešas tonnas, tad var padomāt, prātā pielikt to kaudzi ar ēdienu blakus. Skaidrs, ka ar gadiem gremošanas trakts nogurst – sākot ar to, ka zobi, mēle, garšas kārpiņas, tad barības vads, kuņģis, zarnu trakts. Nesen studentiem lasīju lekciju par kardioslimībām, par to, kas nosaka paaugstinātus riskus saslimšanai – vecums ir viens no lielākajiem riskiem. Protams, arī smēķēšana un paaugstināts asinsspiediens. Gremošanas orgānu sistēmai ir līdzīgi – uzturam ir milzīga nozīme, ja kaut kas jau sācis niķoties tajā sistēmā. Un, strādājot par dietologu jau ilgu gadu, praksē es redzu, ka uzturs var palīdzēt. Protams, es nesaku, ka var iztikt bez medikamentiem, pilnīgi noteikti nē. Bet paralēli tam, ka tiek lietoti medikamenti, arī ar uztura korekcijām jeb uztura terapiju var uzlabot situāciju.

Varētu teikt, ka pie dietologa vajadzētu vērsties pirms ķeršanās pie zālēm?



KAD KONSULTĒ PRIVĀTĀ KLĪNIKĀ, TAD PACIENTS NĀK PIE MANIS AR PAVISAM CITU MOTIVĀCIJU, JO VIŅŠ PATS IR IZVĒLĒJIES ŠO KONSULTĀCIJU.

Jā, bet arī dialogam interesē izmeklējumi. Un šajā ziņā GASTRO ir kāds ļoti nopietns trumpis: fantastiskā sistēma, kas līdz atrast problēmas ar instrumentālām metodēm. Es arī praksē, konsultējot cilvēkus ar gremošanas problēmām, vienmēr sūtu uz izmeklējumiem. Dažreiz var likties, ka tie ir tikai funkcionālas dabas traucējumi, bet tomēr jāpārlicinās, vai nav kaut kas nopietnāks. Es jau gadiem strādājot, visiem klientiem iesaku griezties pie gastroenterologa, un tālāk jau var veikt izmeklējumus.

Pēdējā laikā arvien lielāka nozīme tiek pievērsta "kompleksai" pacienta ārstēšanai,

proti, tiek meklētas cēloņsakarības pacienta veselības stāvoklim un situācijai. Ne tikai ārstējot, bet arī sniedzot padomus vispārējā veselības stāvokļa uzlabošanā. Kā jūs raksturotu šādu pieeju, kā tai vajadzētu "strādāt" ideālajā variantā un kāda ir situācija mūsu valstī?

Primāri es esmu akadēmiskais cilvēks, esmu pat izveidojusi uztura programmu Rīgas Stradiņa universitātē. Bet šobrīd, man šķiet, ir diezgan populāri vietā un nevietā piesaukt stresu. Skaidrs, ka sava nozīme tam ir, sevišķi, ja skatāmies uz funkcionāliem traucējumiem. Brīžiem

TURPINĀJUMS 10. LPP.

Dr. Lolita Neimane: "Dietologs ārstē ar vārdiem, un no šīs komunikācijas tālāk izveidojas uzticība ārstam."

TURPINĀJUMS NO 9. LPP.

varbūt liekas, ka tiešām vajadzētu skatīties plašāk, jo tad, kad es mācījos, bieži vien ārstam bija lielākas iespējas pašam strādāt ar pacientu. Šobrīd būtībā aiziet pie ģimenes ārsta, cilvēks uzreiz saņem varbūt piecas lapiņas ar nosūtījumiem. Un tad ir jādodomā, kas ir labāk – vai varbūt tavi vecāki, kuri mēģināja sākumā saprast, vai tagadējā situācija, kad skatās visu uzreiz. Bet, protams, no otras puses, šobrīd šīs izmeklēšanas iespējas ir ļoti attīstītas, piemēram, kapsulas, kas apskata zarnas. Katrā ziņā skaidrs ir tas, ka būtu labi, ja tomēr cilvēki skatītos plašāk, nevis katrs speciālists ārstētu tikai "savu orgānu", jābūt arī labam ģimenes ārstam, kurš redz pacienta veselības ainu kopumā. Savukārt vissliktāk ir tad, ja cilvēks pats kaut ko "izdomā", meklē sev kaites internetā un pēc tam iet uz izmeklējumiem, bieži vien par to maksājot, un pats sev uzstāda diagnozi. Tā kā man ir tādas divējādas sajūtas šajā ziņā.

Internets šobrīd ir liela problēma medicīnas jomā?

Es domāju, ka internets ļoti daudziem dara sliktu. Ne tikai meklējot slimības, bet arī uztura ziņā. Tādas versijas, ko šobrīd par uzturu var atrast un ko sludina dažādi pašiecelti uztura speciālisti, blogeri, influenceri, brīžiem izraisa šausmas. Es vienmēr ar studentiem runāju par kritisko



PIRMĀ ATBILDE IR, KA VAJADZĪGS SABALANSĒTS UZTURS. BET KO TAS NOZĪMĒ, KAS TAD MAN IR JĀAPĒD, LAI UZTURS IR SABALANSĒTS?

domāšanu, arī uzturzinātnē. Uzskatu, ka radio, televīzijā, medijos, internetā jāaicina eksperti, jo arī mediķu vidū par uztura terapiju un dietologiem, uztura speciālistiem ir vienkāršots iespaids. Lielākais dietologu izaicinājums ir veidot ēdienkarti. Šeit vairāk ir runa par cilvēkiem ne pirmajā jaunībā, mēdz būt daudzas diagnozes, pat piecas sešas, pat vēl daudz vairāk. Tad pie vienas diagnozes varbūt ir atļauti vieni produkti, pie otras – citi, kas nereti izslēdz tos pirmos. Tādēļ vislielākais izaicinājums ir pateikt nevis tikai to, ko nedrīkst ēst, bet sakombinēt un piedāvāt skatu uz to, ko tad

īsti drīkst. Citādi cilvēks saņems rekomendācijas no kardiologa, kurš teiks, ka, lūk, to nedrīkst, reimatologs pateiks vēl kaut ko, savukārt ķirurgs vēl ko pavisam citu. Un beigās, ja nav skaidrs skats uz to, ko tad drīkst, tad cilvēks saka: "Ja neko nedrīkst, tad kāpēc ir vērts dzīvot?" Arī valsts pārbaudījumos studentiem jāanalizē reāli klīniskie gadījumi no stacionāra pacientiem. Dažreiz tiešām ir ko papildināt, lai saprastu, ko cilvēks lai ēd, lai beigu beigās uzturs ir pietiekams, bet izcilais ķirurga darbs nav bezjēdzīgs. Uzturs, ja to uztveram šādi, tiešām nav tikai diēta svāra

samazināšanai vai veselīga uztura šķīvīš.

Dietologs tiešām vismaz plašākai publikai saistās ar svāra samazināšanu. Kas vēl ietilpst dietologa darbības jomā?

Uzturzinātne māca, kas ir dzīvesveids, un sevī ietver ēšanas paradumus, dzīves paradumus. Bet šis nosaukums ir kļuvis tāds diezgan šaurs. Varbūt tā noticis arī pateicoties tam, ka, sākot no pagājušā gadsimta 80. gadiem, ļoti strauji pieņēmas spēkā "skaistuma etaloni", parādījās glancētie skaistie žurnāli. Un tad radās tievuma kults, jo pirms tam, godīgi sakot, arī liekais svārs nebija tik izteikts. Paskatāties vecos albumus, kur redzami mūsu vecmāmiņas un vec-tētiņi, tur bija pavisam cita situācija nekā tagad. Ja mēs tagad paskatīsimies uz kādu klasisku foto uzņēmumu, tad varam salīdzināt. Ļoti bieži šodienas mazie bērniņi ir stipri apaļiem vaigiem, bet tādi ļoti slaidi ir mazākumā, kā tas bija kādreiz.

Par daudzām fiziskām kaitēm bieži tiek lietots spārnotais teiciens "viss ir galvā". Vai tas attiecas arī uz kuņģa un zarnu trakta kaitēm? Jo bieži tieši kuņģis un zarnu trakts pirmais "cieš", piemēram, no pastāvīga stresa, pārslodzēm, pārdzīvojumiem. Kā jūs komentētu šo saikni – "viss ir

TURPINĀJUMS 11. LPP.

Dr. Lolita Neimane: “Dietologs ārstē ar vārdiem, un no šīs komunikācijas tālāk izveidojas uzticība ārstam.”

TURPINĀJUMS NO 10. LPP.

galvā” un gastroenteroloģiskas problēmas pacientam?

Ja runā par tām funkcionālajām slimšanām, noteikti var piesaukt veģetatīvo distoniju, kas it kā liekas nav nekā nopietns, kaut gan cilvēkam tiešām ir slikti. Es šādos gadījumos redzu GASTRO centra priekšrocību, jo šādam cilvēkam, kuram liekas, ka noteikti ir kaut kas nopietns ar veselību, var reāli veikt kvalitatīvus izmeklējumus. Un tad, kad redzu, ka šajos izmeklējumos pilnīgi viss ir kārtībā, tad cilvēks nomierinās, un var runāt par to, kas notiek citur organismā. Tieši tāpēc viens no instrumentiem arī manā praksē ir uztura dienasgrāmata. Cilvēks pieraksta visu, ko ēd, šobrīd, to, protams, var darīt arī dažādās modernās aplikācijās. Tad ar izslēgšanas un diētas palīdzību var saprast, kura produkcija ir cilvēkam nevēlama. Ņemot vērā, ka ir pieaudzis dažādu alerģiju īpatsvars, tad tas ir īpaši svarīgi. Es gan domāju, ka nedaudz pārspilēta ir šī glutēna un laktozes “nemilēšana”, lai gan vienai daļai cilvēku patiešām uzlabojas veselība, ja šādus produktus nelieto. Bet būtībā tā ir tāda modes lieta. Protams, šīm uzturvielām aizmugurē ir ļoti laba produktu grupa – graudaugi, piena produkti. Jo vairāk es klausos dažādos virtuves raidījumus, lasu dažādus blogus, jo vairāk es saprotu, ka cilvēkam, kuram nav izglītības šajā jomā, ir tiešām ļoti grūti orientēties.

Pareiza ēšana, pareiza uztura veidošana ir viens no priekšnoteikumiem, lai maksimāli “sargātu” savu kuņģa-zarnu sistēmu. Vai ir kādi “universāli” ieteikumi, kas būtu jāņem vērā, lai vēlāk nerastos veselības problēmas tieši šajā jomā? Tāds ieteikumu “komplekts”: kas būtu jāņem vērā, jāsaprot, kam jāpievērš uzmanība?



Nebūšu oriģināla, bet “pamata paka” ir katrā valstī pieņemtie veselīga uztura ieteikumi. Un arī Latvijā jau no pagājušā gadsimta beigām tādi ir. Tie ir aktualizēti arī Veselības ministrijas Uztura padomē, kuras biedrs esmu gadiem. Un šie veselīga uztura ieteikumi ir pamats, bāze, uz kuru tad būtu jābalstās ikvienam. Tikai diemžēl, arī saskaroties ar skolniekiem vai arī tad, kad skolnieks jau ir kļuvis par studentu, un jautājot par to, kas ir veselīgs uzturs, pirmā atbilde ir, ka tas ir sabalansēts uzturs. Bet ko tas nozīmē, kas tad man ir jāapēd, lai uzturs ir sabalansēts? Un tad sākas – griķi, burkāni, citi dārzeņi... Bet cik daudz griķu, cik burkānu, neviens nezina. Respektīvi, šis pamats būtu jāiemāca jau skolā. “Pamata pakā” ir 13 ieteikumi. It kā nav daudz. Sevišķi nozīmīgi ir tos zināt pie daudzām gremošanas sistēmas slimībām. Šajā jomā svarīgi ir arī tas, ko sauc par saudzējošu uzturu: padomus, kuri primāri sevī ietver ēdiena gata-

vošanas veidus. Sākot, pieņemsim, ar tvaicētu, sautētu ēdienu, kas ir saudzējošāks nekā eļļā sacepta, panēta, grauздēta pārtika. Pie gremošanas sistēmas saslimšanām saudzējošajam principam ir ārkārtīgi liela nozīme. Protams, šobrīd arī numur viens mūsu gremošanas traktā tiek uzskatīts zarnu trakts ar savu divu kilogramu mikrobiomu. Agrāk mēs nezinājām, kas tas ir, kas jāēd, lai mikrobioms ir laimīgs, tagad arvien vairāk par to runājam. Esam nonākuši pat līdz zināmā mērā pārspilētam uzskatam, ka tieši mikrobiomasa caur zarnām izraisa teju visas slimības. Kaut sava daļa taisnības tur, nenoliedzami, ir.

Tātad par galvenajiem ieteikumiem jau ir parūpējusies valsts?

Savā ziņā, jā, par pamatieteikumiem jau parūpējas valsts. Tikai cilvēki nezina par tiem. Senākos laikos braukāju arī dažādu projektu ietvaros uz skolām, lasīju lekcijas. Ne tikai skolnieki, bet arī skolotāji nezina, ka tādi ieteikumi vispār pastāv. Ministrijas mājaslapā tādi ir gan pieaugušajiem, gan bērniem, senioriem, veģetāriešiem, grūtniecēm. Es ceru, ka būs arī vegāniem. Tam noteikti varētu pievērst vairāk uzmanības. Skolā šis būtu jāiemāca jau no pirmajām klasēm. Man ir prieks, ka mans mazdēliņš iet bērnudārzā un mācās par burkāniem, kāpostiem – zīmē tos, gatavo salātus, un viņam garšo. Bieži gadās dzirdēt, ka mamma atved bērnu uz konsultāciju un saka, ka bērns neēd vispār... Bet viņš taču nav mācīts to darīt.

Mediķiem ir svarīgi apgūt jaunāko un modernāko medicīnā, pacientu apkalpošanā, medicīnas zinātnē un tehnoloģijās. Vai GASTRO šādā ziņā spēj jums kā ārstei-dietologei sniegt nepieciešamo izaugsmi un arī jaunas zināšanas?

TURPINĀJUMS 12. LPP.

Dr. Lolita Neimane: "Dietologs ārstē ar vārdiem, un no šīs komunikācijas tālāk izveidojas uzticība ārstam."

TURPINĀJUMS NO 11. LPP.

Nu, protams, jo būtībā es visu mūžu esmu konsultējusi pacientus, lielu daļu tiešām arī saistībā ar diabētu, metabolo sindromu, ar aptaukošanos. Būtībā, tēlaini runājot, GASTRO pacienti man jau ir bijuši, tikai mazākā skaitā. Es uzskatu, ka mana stiprā puse ir, ka es nepārtraukti mācos pati, nepārtraukti mācu studentiem jaunākās vadlīnijas. Vienkārši universitātes darbā nevar balsīties uz to, ko tu esi kādreiz mācījies, vai varbūt kādā konferencē dzirdējis. Es tiešām esmu zinoša uz pierādījumiem balstītā uzturzinātnē, kas varētu būt arī mans "pienesums" GASTRO pacientiem.

Ja būtu jāsalīdzina pieredze, tad ar ko darbs GASTRO (vai citā privātā klīnikā) atšķiras no darba valsts slimnīcās vai valsts medicīnas centros? Ko jūs kā praktizējoša ārste iegūstat no darba šādā specializētā klīnikā?

Es esmu pabeigusi klīnisko ordinatūru dietoloģijā [tagad to sauc par rezidentūru], un tie bija trīs gadi Stradiņa Klīniskās universitātes slimnīcas Gastrocentrā. Esmu strādājusi arī rehabilitācijas centrā "Vaivari" daudzu gadu garumā. Bet visu savu apzinīgo ārsta mūžu esmu pacientus galvenokārt konsultējusi privāti. Tāpēc varu salīdzināt. Ja, piemēram, man "Vaivaros" ārsts ordinē pacientam dietologa konsultāciju, tas pacients ne vienmēr ir ļoti motivēts. Toties tad, kad konsultē privātā klīnikā, tad pacients nāk pie manis ar pavisam citu motivāciju, viņš pats ir izvēlējis šo konsultāciju. Valsts apmaksātās konsultācijās tā motivācija ne vienmēr ir tā labākā, jo ļoti daudz pacientu nav gatavi kaut ko mainīt savā ēšanas režīmā. Pacienti pārsvarā grib, lai viņam dod medikamentus, jo tā ir vieglāk. Motivācija uztura paradumu mainīšanas ziņā ir numur viens, tai skaitā arī, protams, pie svara samazināšanas. Un jāsaprot, ka arī

TAD PIE VIENAS DIAGNOZES VARBŪT IR ATĻAUTI VIENI PRODUKTI, PIE OTRAS – CITI, KAS NERETI IZSLĒDZ TOS PIRMOS.

daudziem GASTRO pacientiem, ja viņi samazina lieko svaru, samazina tauku daudzumu vēdera dobumā, tas ļoti palīdz. Patiesībā ar to būtu jāsāk.

Mediķi ir slaveni ar savu melno humoru un nezinātājiem dažkārt šķietamo cinismu. Arī jums noteikti ir kāds savs šī "žanra" stāsts gan no studijām, gan darba dzīves, tā teikt, "mediķu stāstiņi"... Varbūt ir kādi atgadījumi vai "pacienta vēlmes", kas šādā rakursā jums palikuši atmiņā?

Es atceros, man pirms vairākiem gadiem atnāca uz konsultāciju pāris ļoti cienījamus gadus. Vīram tiešām bija izteiktas svara problēmas, otrā tipa diabēts. Tur viss bija jādara, lai samazinātu svaru. Saprotams, ar to jābūt ārkārtīgi uzmanīgam, jo šādās situācijās ne visu drīkst tā uzreiz teikt, lai cilvēku neaizvainotu. Es toreiz kaut kā teicu, ja tik traki būs, tad būs jāmirst nost, ja neko nemainīs. Un pēc tam nākamajā reizē viņi abi atnāk, bet sieva stāsta, ka izmaiņas ir kā diena pret nakti. Tiešām mums viss process aizgāja tik labi. Vai vēl vienai skatuves dāmai, dziedātājai teicu, nu, ja tā būs, tad, nu lai piedod man zivju pārdevējs tirgū, bet es teicu, ja tu neko nemainīsi, tad uz skatuves ar tādu svaru kāpt nevar. Ja, protams, neesi akurāt pasaulslavena operas dziedātāja, tad tādas formas nedrīkst būt... Lai gan pēdējā laikā arī tas mainās. Jāsaprot, kurā brīdī tā drīkst pateikt, jo

varbūt cilvēks var pamatīgi apvainoties. Vēl man ir viens tāds teiciens, kas man pašai ļoti patīk – ja kāds saka "es šito nevarēšu, nevarēšu ūdeni dzert vēl vairāk", es saku: "Tad, lūdzu, ierakstiet savā blociņā, ka jūs nekad nebūsiet slaidi. Un patiesībā nav jau visiem jābūt slaidiem, jo tiem slaidajiem vajag, uz kā izcelties." Un tad man saka, ko jūs, dakter, kā jums šitā nav kauns. Bet tā ir. Dietologs būtībā ārstē ar vārdiem, bet no šīs komunikācijas tālāk kaut kad izveidojas uzticība ārstam. Jo es praktiski neizrakstu medikamentus. Tā ir saruna, tā ir gara saruna, pirmajā konsultācijā tā ir stunda. Un, ja mēs kaut ko gribam mainīt uz labo pusi, tad jāatrod vismaz 10 lietas, ko mainīsim.

Noslēgumā – jūsu novēlējums saaviem kolēģiem un visam medicīnas centram GASTRO?

Es gribētu teikt, turēt buru tā, kā līdz šim. GASTRO it ļoti laba slava, ļoti daudz esmu dzirdējusi, pacientus sūtījusi. Tiešām turēt to kvalitātes latiņu, kāda ir iegūta. Protams, var teikt, vienmēr var labāk, augstāk, tālāk, bet nu turēt tiešām to buru. Centrs ir arī iekarojis cieņu citu mediķu vidū, jo ir jau dažādi privātie medicīnas centri. Negribu saukt vārdos vai mēģināt kaut ko salīdzināt, bet ir dažādi gadījumi, jo ne visur vienmēr ir tik laba kvalitāte. Svarīgākais, ka GASTRO ir sapulcējis istu profesionāļu komandu. 🍀

Dr. Dans Stirna: "Būtiski ir no valsts puses pamatīgāk atbalstīt ģimenes ārstus."

GASTRO gastroenterologs Dans Stirna ir ne tikai viens no pieredzējušākajiem un arī GASTRO ilglaicīgākajiem speciālistiem, bet viņa profesionalitāti un pieredzi apliecina arī fakts, ka dr. Stirna ir Latvijas Gastrointestinālās endoskopijas asociācijas prezidents. Tātad – ārsti viņam uzticējuši būt par savas nozares speciālistu priekšstāvi un pārstāvi. Tā ir liela uzticība no mūžam tik kritiskajiem mediķiem. Par savu pieredzi darbā GASTRO un nozarē dr. Dans Stirna stāsta intervijā "GASTRO Ziņām".

Jūs ar GASTRO esat saistīts ilgus gadus. Esat bijis kopā ar GASTRO, pamazām tam kļūstot par vienu vadošajiem gastroenteroloģijas centriem ne tikai Latvijā vien. Ja būtu īsos vārdos "jāpateiktu" GASTRO potenciālajiem pacientiem un sadarbības partneriem – ģimenes ārstiem, tad kāpēc jūs ieteiktu izvēlēties tieši GASTRO?

Gremošanas slimību centrā GASTRO pacienti jūtas ērti, droši un gaidīti, jo, papildus augsta līmeņa profesionāliem pakalpojumiem un jaunākajām medicīnas tehnoloģijām, GASTRO rūpējas arī par pacientu komfortu un drošību. Ikdienā GASTRO centrs nodrošina pacientiem plašu un kvalitatīvu diagnostisko un ārstniecisko gremošanas sistēmas izmeklējumu spektru. Izmeklējumu un konsultāciju laiki tiek regulāri plānoti, piemērojoties pacientu iespējām. Pacientiem ir iespējas pieteikties izmeklējumiem un konsultācijām gan telefoniski, gan elektroniski GASTRO mājaslapā. Apmācīts reģistratūras personāls spēj katram pacientam individuāli izskaidrot

sagatavošanās pasākumus jebkurai manipulācijai vai konsultācijai.

Pacientu ērtībām ir iespējams saņemt gan diagnostiskos un ārstnieciskos pakalpojumus, gan arī zinošu un pieredzējušu gastroenterologu konsultācijas vienuviet.

Jūs esat arī Latvijas Gastrointestinālās endoskopijas asociācijas prezidents. Tātad kolēģi jums uzticas. Bet ko mediķiem dod dalība profesionālajās asociācijās un biedrībās?

Profesionālās asociācijas būtībā apvieno mediķus specifisku interešu aspektā. Asociācija pamatā veic izglītojošas funkcijas specialitātē, informē par nacionāla un starptautiska līmeņa mācību semināriem, konferencēm. Galvenā uzmanība tiek pievērsta kvalitātes pamatstandartu un vadlīniju ievērošanai specialitātē ikdienas praksē. Asociācijas vadošie speciālisti izstrādā normatīvos dokumentus specialitātē, sasaistē ar Veselības ministrijas un Nacionālā veselības dienesta izvirzītajiem uzdevumiem. Asociācijas saietos Lat-



vijas labākie speciālisti aizraujoši un interesanti dalās savā ilggadējā darba pieredzē, tādējādi iedvesmojot jaunos kolēģus papildus aktivitātēm un sarežģītāku iemaņu apgūšanai.

Kā augsta līmeņa profesionālim jums noteikti ir viedoklis – kādai būtu jābūt modernai un mūsdienīgai pieejai pacientu veselības problēmu diagnostikā un ārstēšanā. Kā, jūsuprāt, notiek veselības sistēmā Latvijā?

Nav noslēpums, ka pacientu vidū pārliecinoši dominē vecāka gadagājuma cilvēki, tāpēc pareizais virziens būtu kompleksa pieeja pacientu ārstēšanā. Ideālajā variantā ģimenes ārstam jābūt kā galvenajam pacienta veselības stāvokļa vērtētājam un padomdevējam, sasaistot vienotā veselumā izmeklējumu, analīžu un speciālistu slēdzienus, nodrošinot maksimāli labāko iespējamo medicīnisko aprūpi. Man ir iespāids, ka lielākā daļa ģimenes ārstu tādā veidā jau sekmīgi strādā. Būtiski ir no valsts puses pamatīgāk atbalstīt ģimenes ārstus, mazinot dokumentu un normatīvo prasību birokrātiju, bet palielinot finansējumu ģimenes ārstu praksēm, kas

NAV NOSLĒPUMS, KA PACIENTU VIDŪ PĀRLIECINOŠI DOMINĒ VECĀKA GADAGĀJUMA CILVĒKI, TĀPĒC PAREIZAIS VIRZIENS BŪTU KOMPLEKSA PIEEJA PACIENTU ĀRSTĒŠANĀ.

TURPINĀJUMS 14. LPP.

Dr. Dans Stirna: "Būtiski ir no valsts puses pamatīgāk atbalstīt ģimenes ārstus."

TURPINĀJUMS NO 13. LPP.

nodrošinātu papildu medicīnas māsu un palīgu piesaisti ikdienas darba vajadzībām.

Ar kādiem speciālistiem visvairāk vajadzētu sadarboties endoskopiju veicējiem? Un kāda šī sadarbība ir jums?

Endoskopiju speciālistiem tradicionāli ir laba sadarbība ar ģimenes ārstiem, gastroenterologiem, ķirurgiem, onkologiem. Arī manā ikdienas praksē regulāri sadarbojos tieši ar šiem kolēģiem, un, manuprāt, mūsu sadarbība ir veiksmīga.

Cik daudz taisnības ir slavenajā teicienā, ka visas fiziskas kaites "sākas galvā", jo īpaši bieži šis teiciens tiek lietots, ja runājam par gremošanas sistēmas saslimšanām. Savukārt tradicionāli par "vēdera kaitēm" runājam saistībā ar mūsdienu straujo dzīvesveidu, stresu, pārslodzēm...

Daļēji šādam apgalvojumam var piekrist. Samērā bieži saikne "viss ir galvā" un funkcionālie gastroenteroloģiskie traucējumi ir pierādāma. Nopietnas organiskas gremošanas trakta saslimšanas jau izvirza konkrētu ārstēšanu problēmu risināšanai, tad gan skaidrojums – "jums tas viss ir galvā" nav pieņemams.

Jūsu veiktie izmeklējumi prasa līdzdarbību arī no pacienta puses. Sākot jau ar pareizu sagatavošanos izmeklējumiem un beidzot ar vistriviālāko savu problēmu "nenoslēpšanu" no ārsta. Ko jūs ieteiktu pacientiem, kuriem nepieciešams veikt izmeklējumus?

Pacientiem ieteicams uzticēties sa-

IDEĀLAJĀ VARIANTĀ ĢIMENES ĀRSTAM JĀBŪT KĀ GALVENAJAM PACIENTA VESELĪBAS STĀVOKĻA VĒRTĒTĀJAM UN PADOMDEVĒJAM.

vam ģimenes ārstam vai attiecīgās jomas speciālistam, un pēc iespējas vairāk jautāt un runāt par jebkurām neskaidrībām.

Ko vajadzētu darīt pacientiem, lai viņiem nerastos gastroenteroloģiskas problēmas jau sākotnēji?

Es ieteiktu ēst ar mēru un labi izgulēties.

GASTRO ir viens no modernākajiem gastroenteroloģijas centriem ne tikai Latvijā vien. Vai GASTRO tehnoloģiskā attīstība spēj jums kā pieredzējušam ārstam-gastroenterologam sniegt nepieciešamo izaugsmi un arī jaunas zināšanas?

GASTRO klīnikas vadība regulāri seko jaunāko tehnoloģiju attīstībai un rūpējas par to ieviešanu arī mūsu ikdienas praksē, atbilstoši klīnikas darba specifikai. GASTRO speciālisti vienmēr tiek atbalstīti mācību kursu apmeklēšanā Latvijā vai ārzemēs tieši jauno tehnoloģiju apguves aspektā.

Vai ir iespējams salīdzināt darbu GASTRO kā privātajā klīnikā un valsts slimnīcu sniegtos pakalpojumus pacientiem?

No valsts slimnīcām darbs GASTRO lielākoties atšķiras ar darba organizācijas efektivitāti un lēmumu pieņemšanas ātrumu, atalgojuma konkurētspēju.

Tradicionāls "GASTRO Ziņu" jautājums: mediķi ir slaveni ar savu melno humoru un nezinātājiem dažkārt šķietamo cinismu. Arī jums noteikti ir kāds savs šī "žanra" stāsts gan no studijām, gan darba dzīves, tā teikt, "mediķu stāstiņi"...

Pacients: "Dakter, vai pēc gastroskopijas es varēšu spēlēt klavieres?"

Ārsts: "Jā, pavisam noteikti."

Pacients: "Nu, ļoti interesanta procedūra, jo līdz šim klavieres nekad neesmu spēlējis..."

Noslēgumā – jūsu novēlējums saviem kolēģiem un visam Medicīnas centram GASTRO?

Uzturēt možu garu, nepadoties rutīnai un izdegšanai.

Vai ir kas tāds, kas palicis nepajautāts, bet ko noteikti gribētu pateikt "GASTRO Ziņu" auditorijai: ģimenes ārstiem, kolēģiem-speciālistiem, GASTRO sadarbības partneriem?

Novēlu visiem labu veselību! 🍀

Inga Stikāne: "Mums jābūt iejūtīgām, emocionāli stabilām, elastīgām un precīzām."

Var teikt bez pārspilējuma, ka Inga Stikāne un viņas vadītā GASTRO Klientu apkalpošanas centra meitenes ir GASTRO vizītkarte, jo tieši ar Klientu apkalpošanas centra starpniecību pie GASTRO mediķiem nonāk visi pacienti. Tieši Inga un viņas Klientu apkalpošanas centrs saņem zvanus, uzklausā sūdzības un vajadzības, sniedz pirmās konsultācijas un izskaidro, kas un kā pacientam jādara.

Arī, ierodoties uz izmeklējumiem un procedūrām, vispirms pacients satiek tieši Klientu apkalpošanas centra darbinieces. Tāpēc tikai loģiski sarunu ar Klientu apkalpošanas centra vadītāju Ingu Stikāni sākt ar jautājumu: mēdz teikt, ka teātris sākas no ģērbtuves, tāpēc, mazliet vienkāršojot, var pārfrāzēt šo teicienu: klinika sākas no reģistratūras. Kā vērtējat: kādām jābūt tām prasmēm, zināšanām un attieksmei pret pacientu, kas jāprot jums un jūsu darbiniecēm?

- Jā, mana nodaļa ir tā, kas pacientam rada pirmo iespaidu – gan runājot pa tālruni, gan sagaidot pacientu klātienē. Mums, visām Klientu apkalpošanas centra meitenēm, jābūt iejūtīgām, emocionāli stabilām, elastīgām un precīzām. Zināšanas var iegūt tikai pašā strādāšanas procesā, bet bez emocionālās stabilitātes gan neiztikt jau sākumā. Jābūt gatavām konstanti attīstīt un atjaunot savas prasmes un zināšanas, noteikti ir jāspēj strādāt komandā.

- Katrs cilvēks, uzsākot jaunu darbu, specializējoties kādā jomā vai nozarē, grib veidot karjeru. Jūs GASTRO esat kāpusi pa karjeras kāpnēm savā jomā. Kā vērtējat šos gadus, kas pavadīti GASTRO?

- Laikam varu teikt, ka pati vēl līdz šim pa īstam neesmu aptvērusi, cik strauji patiesībā ir noticis mans "karjeras lēciens" GASTRO. Katrā ziņā varu aplicināt: karjeras iespējas, kas paveras, strādājot šeit, noteikti ir lielākas manā līdzšinējā darba dzīvē. Kad sāku strādāt

**KĀ JAU JEBKURĀ
DARBĀ AR KLIENTIEM
– PIEDZĪVOJUMU
NETRŪKST, BET
PACIENTU DATU
AIZSARDZĪBA NEĻAUJ
ŠOS STĀSTIŅUS
IZPAUST...**

GASTRO, man nebija īstas pārliecības un pat nākotnes plānu saistībā tikai ar šo darbavietu, jo galu galā – medicīnas nozarē mana pieredze bija pilnīga "nulle". Godīgi sakot, pati domāju, ka ilgi šeit nebūšu... Pat vārdu "kolonoskopija" dzirdēju vispār pirmo reizi mūžā... Toties tas informācijas apjoms, kas bija jāapgūst, jāiemācās, jāprot pielietot sarunās ar pacientiem – "uzgāzās" man uz galvas kā milzīga sniega kupena. Sāku, var teikt, no paša pirmā pakāpiena – Klientu apkalpošanas centra speciālista amata.

Aptuveni pēc pusgada, kad jau, kā man pašai šķita, biju "ielauzījies" savā amatā, mani vadība vienkārši nolika fakta priekšā: jāaizvieto mana tā brīža vadītāja viņas slimības laikā. Turklāt tas notika visu GASTRO lielo pārmaiņu vidū – e-pieraksta ieviešana, atbilžu saglabāšana "Datamed" sistēmā, citas jaunas un pavisam vēl neierastas tehniskas lietas... Citiem vārdiem, man pat grūti tā vienkārši aprakstīt, cik pārbi-



jusies biju. Bet laikam jau te var tikai citēt veco teicienu par radikālo peldēt-mācīšanu bērniem – izmet no laivas, un peldi. Tā teikt, vai nu iemācies, vai... Lai vai kā, bet pēc šī patiešām man ļoti stresainā laika arī nāca piedāvājums no GASTRO vadības – kļūt par Klientu centra vadītāju, nevis aizvietotāju. Acīmredzot šo pārbaudījumu biju izturējusi...

- Tas tiešām ir liels darba novērtējums. Saprotams, ka piekritāt piedāvātajam darbam...

- Nevarētu teikt, ka piekritu uzreiz, jo pati nebiju pārliecināta, vai tikšu galā, kā izdosies sastrādāties ar kolēģiem, esot jau vadītājas amatā. Un šeit es varu teikt tikai to labāko par GASTRO vadību, jo tajā brīdī vadība izrādīja milzīgu atbalstu un iedrošinājumu, nodrošināja individuālas apmācības ar mentoru. Tieši šis atbalsts bija tas, kas man nozīmēja visvairāk. Protams, ka uznāk paguruma brīži, un šķiet, ka rokas nolaižas, bet esmu izbaudījis to, ka šajā komandā ir atļauts nākt izkratīt sirdi un meklēt risinājumus. GASTRO ļoti novērtē, ja tu esi vērsts uz pārmaiņām un esi ieinteresēts kopējā uzņēmuma attīstībā.

TURPINĀJUMS 16. LPP.

Inga Stikāne: "Mums jābūt iejūtīgām, emocionāli stabilām, elastīgām un precīzām."

TURPINĀJUMS NO 15. LPP.

- Jūs un jūsu darbinieces pirmās sastopas ar pacientiem. Kādas ir šo pacientu gaidas, nākot, zvanot vai rakstot elektroniski GASTRO Klientu centram?

- Vispirms pacients sagaida iedziļināšanos viņa konkrētajā gadījumā. Tas ir arī saprotams, jo katrs cilvēks, sastopoties ar kādu problēmu, īpaši veselības jomā, ir pats sev svarīgākais, bet problēma visnozīmīgākā konkrēta cilvēka dzīvē tajā brīdī. Tāpēc pacients sagaida, ka arī ārstniecības iestādē būs atbalstoša attieksme: mums patiešām rūp jūsu problēma. Iespēju un saprāta robežās šo atbalstu cenšamies arī sniegt.

- Un ko jūs sagaidītu no pašiem pacientiem? Vai kādu labāku sagatavošanos tam, ko viņi cer saņemt no GASTRO, kādas specifiskas lietas, kas viņiem būtu iepriekš jāsaprot, kas par sevi "jāsameklē" vai kam jānoskaņojas...

- Tas, ko gribētu sagaidīt no pacienta, ir atbildība pret gatavošanos procedūrai un vēlme sadarboties ar medicīnas personālu. Lai pacients izprot to, ka, pirmkārt, veiksmīga procedūra lielā mērā ir atkarīga no visu iesaistīto sadarbības, tai skaitā no viņa paša, no tā, cik viņš pats ir labi izpildījis savu "mājas darbu".

- Bieži vien specifiski medicīniski izmeklējumi, ārstēšana, diagnožu noteikšana ir sarežģīts un "ierindas pacientam" grūti saprotams process. Kā šajā ziņā, komunicējot ar klientiem, var palīdzēt jūsu vadītais Klientu apkalpošanas centrs?

- Tas, ko mēs cenšamies darīt, ir runāt ar pacientu viņam saprotamā valodā bez sarežģītiem terminiem. Mūsu Klientu apkalpošanas centrs pavada

LAIKAM VARU TEIKT, KA PATI VĒL LĪDZ ŠIM PA ĪSTAM NEESMU APTVĒRUSI, CIK STRAUJI PATIESĪBĀ IR NOTICIS MANS "KARJERAS LĒCIENS" GASTRO.

ļoti daudz laika katru darba dienu katram pacientam individuāli nenogurstoši skaidrojot, kā pareizi sagatavoties procedūrai, cik ierasties un kam ir jābūt līdzī. Medus maize manām ausīm ir, ja pacients sniedz atgriezenisko saiti, pasakot, ka sniegtā informācija bija izcila un viegli saprotama. Tad es jūtu, ka šo lielo ieguldīto darbu patiesi novērtē.

- Un, turpinot iepriekšējo jautājumu, kā jums šķiet, cik zinoši ir jūsu klienti?

- Būtībā pacientus var iedalīt divās lielās grupās. Vieni ir tie, kuri nāk pie mums uz izmeklējumiem ne pirmo reizi. Ar viņiem sagatavošanas darbs ir vieglāks, jo viņi jau ir ļoti zinoši par sagatavošanas procesiem, dokumentu aizpildīšanu un atbilžu saņemšanas iespējām. Savukārt tos pacientus, kuri ierodas pirmoreiz vai kuriem trūkst kādas informācijas, tos, protams, izglītojam un informējam mēs.

- Atgriežoties pie jūsu personiskās karjeras GASTRO. Kā atšķiras tie darba pienākumi, kad sākat strādāt kā medicīnas reģistratore, no pienākumiem tagad, kad jūsu pārziņā ir visa saziņa ar klientiem?

- To pat nevar salīdzināt. Sākumā es biju atbildīga tikai par savu kā Klientu apkalpošanas centra speciālista darbu. Tagad es atbildu par sevi un vēl 6 darbiniekiem. Sākumā reģistrēju pacientus klātienē uz procedūrām, šobrīd koordinēju visu KAC speciālistu darbu. Mana

tiešā saziņa ar klientiem ir krietni samazinājusies, lielākoties man jau tiek problēmsituāciju risināšana, kuras, par laimi, GASTRO ir salīdzinoši maz. It sevišķi, ja zinām, cik ļoti sensitīva ir veselības tēma un cik ļoti cilvēki jūtīgi uztver informāciju un sarunas par veselības problemātiku. Galvenais pienākums ir procedūru pieraksta plānošana, tur ļoti noder mana struktūrveida domāšana un pievēršanās detaļām. Bet viens ir skaidrs: šis amats neļauj atslābt...

- Provokatīvs jautājums: kāds varētu būt jūsu nākamais solis karjerā Gremošanas slimību centrā GASTRO?

- Par to vēl būtu agri runāt, jo esmu tikai ieskrējusies šajā amatā, bet jebkurā gadījumā ceru, ka viss ies uz augšu, nevis uz leju...

- Jums, vistiešāk saskaroties ar GASTRO pacientiem un klientiem, noteikti arī ir kāds kuriozs vai pat jautrs atgadījums?

- Kā jau jebkurā darbā ar klientiem – piedzīvojumu netrūkst, bet pacientu datu aizsardzība neļauj šos stāstījumus izpaust...

- Noslēgumā – jūsu novēlējums saviem kolēģiem un visam Medicīnas centram GASTRO?

- GASTRO es novēlu sasniegt savu lielāko mērķi, kļūt par Eiropas līmeņa gastroenteroloģijas centru. Novēlu stiprināt komandu ar uz attīstību vēršiem kolēģiem. 🍀

Ģimenes ārste-rezidente Telma Amanda Barisa: "GASTRO man radās padziļinātāka izpratne par to, kas notiek ar pacientu."

Kā pirmā gada rezidente ģimenes medicīnā līdz šim savus mācību ciklus esmu aizvadījusi ģimenes ārsta praksē, neatliekamās medicīnas centrā – slimnīcas uzņemšanas nodaļā, kā arī ginekoloģijā, dzemdniecībā un paliatīvajā aprūpē, tāpēc 2022. gada februārī divu nedēļu darbs Medicīnas centrā GASTRO gastroenteroloģijas cikla laikā noteikti ir bijis ļoti produktīvs laiks, kas devis daudz manā līdzšinējā apmācībā.

Līdz šim rezidentūras laikā mācību cikli aizritējuši atbilstoši manai specializācijai ģimenes medicīnā. Pirmais aizvadītais mācību cikls ģimenes ārsta praksē deva ieskatu par biežākajām pacientu sūdzībām, kā arī ļāva izprast darba specifiku. Pēc šī cikla lielākā daļa rezidentu tika nosūtīti darbam slimnīcās, lai palīdzētu Covid-19 inficēto pacientu ārstēšanā. Es nokļuvu Paula Stradiņa Klīniskās universitātes slimnīcas Neatliekamās medicīnas centrā, kur kopā ar ārstiem devos gan pie Covid-19 inficētajiem, gan ar citām akūtām slimībām atvestajiem pacientiem.

Ģimenes medicīnas rezidentūras ietvaros nav iekļautas apmācības uzņemšanas nodaļā, bet, manuprāt, tur pavadītais laiks bija nenovērtējams ieguvums, kas ļāva labāk sagatavoties dažādām akūtām situācijām, kuras var gadīties arī manā nākotnes praksē. Pēc slimnīcas uzņemšanas nodaļā pavadītiem diviem mēnešiem, kad Covid-19 pacientu skaits bija samazinājies, mēs varējām atgriezties apmācību ciklos.

Ģimenes medicīnas rezidentu mācības pārsvarā notiek ambulatorās pieņemšanas vietās, kur kopā ar ārstu uzklusām pacientu sūdzības, nozīmējam izmeklējumus, lemjam par terapiju un sniedzam ieteikumus pacientiem.

2022. gada februārī divas nedēļas pavadīju GASTRO, izejot gastroenteroloģijas ciklu. Varu teikt, ka man ļoti paveicās, tiekot nosūtītai uz apmācībām tieši šeit. Salīdzinot ar ambulatorām pieņemšanas vietām, GASTRO centrā man radās padziļinātāka izpratne par to, kas notiek ar pacientu pēc tam, kad es kā ģimenes ārsts to nosūtu pie gastroenterologa uz konsultāciju vai izmeklējumiem. Daudz labāk un precīzāk iespējams izprast indikācijas un kontraindikācijas dažādām manipulācijām, iegūt lielāku izpratni par pacientu optimālāku sagatavošanu endoskopijām.

GASTRO veikto izmeklējumu klāsts ir ļoti plašs, tāpēc man bija iespēja redzēt arī tādus izmeklējumus, ko citviet Latvijā nemaz neveic, piemēram, barības vada manometriju. Tāpat piedalījos



elptestu veikšanā zarnu disbiozes, laktozes nepanesības, H.pylori noteikšanai. Par tiem medicīnas studiju laikos bija stāstīts tikai teorētiski, tāpēc nenovērtējama apmācībās ir izdevība redzēt šos testus īstenotus dzīvē. Turklāt īpaši svarīgi ir arī tas, ka GASTRO centrā man bija ne tikai iespēja vērot šīs manipulācijas un izmeklējumus, bet arī mācīties no profesionāliem ārstiem un medmāsām ar ilgu gadu pieredzi gastroenteroloģijā.

Svarīga, protams, ir arī attieksme pret jaunajiem speciālistiem, rezidenti, studenti. Tas, nenoliedzami, palīdz augt un pilnveidoties. Tāpēc esmu gandarīta, ka viss kolektīvs ir ļoti atsaucīgs, laipns, ziņošs un erudīts. Turklāt ne tikai medicīnā, bet arī citās jomās – komandas darbā, savstarpējā komunikācijā un atbalstā. Jaunam ārstam ir svarīgi sajūst iedrošinājumu un pieredzējušā kolēģa atbalsta plecu.

Esmu pateicīga par GASTRO pavadīto laiku, noteikti esmu ieguvēja, jo, salīdzinot ar apmācībām, kur piedalītos tikai pacientu konsultācijās, šeit pieredzēju un guvu ievērojami vairāk praktisku zināšanu. Ceru uz ilglaicīgu GASTRO centra un ģimenes medicīnas rezidentu sadarbību arī nākotnē! 🍀

**SVARĪGA, PROTAMS, IR ARĪ
ATTIEKSME PRET JAUNAJIEM
SPECIĀLISTIEM, REZIDENTIEM,
STUDENTIEM. TAS, NENOLIEDZAMI,
PALĪDZ AUGT UN PILNVEIDOTIES.**

Pievienojies GASTRO komandai!

Šajā "GASTRO Ziņu" numurā sākam jaunu rubriku "GASTRO aicina darbā", kurā publicēsim aktuālās vakances darbam Gremošanas slimību centrā GASTRO.

Aicinām mūsu nākamos kolēģus ņemt vērā, ka

- pieteikšanās uz vakancēm jāveic līdz 2022. gada 8. aprīlim;
- pieteikšanās notiek, nosūtot pieteikumu uz e-pastu vakances@gastrocentrs.lv;
- pamata darba vieta ir Gremošanas slimību centrā GASTRO, Gaiļezera ielā 1, Rīgā;
- iespējams arī darbs GASTRO filiālē Jēkabpilī;
- visas vakances ir pieejamas arī Ukrainas bēgļiem.

GASTRO piedāvā:

- darbu lielākajā nozares uzņēmumā ar galveno un vienīgo prioritāti – augsta līmeņa gastroenteroloģija un hepatoloģija;
- iespēju mācīties, strādāt un pilnveidoties pieredzējušu un daudzpusīgu speciālistu komandā;
- iespēju apgūt dažāda spektra un sarežģītības līmeņa endoskopijas un citas gastroenteroloģijas procedūras;
- iespēju paralēli darbam attīstīt akadēmisko un zinātnisko karjeru;
- ilgtermiņa vispusīgas prakses un karjeras izaugsmes iespējas;
- konkurētspējīgu un paveiktajam darbam un kvalifikācijai atbilstošu akorda algu;
- veselības apdrošināšanu u.c. papildu priekšrocības.

...

Aicinām mūsu komandā Ārstu/-i- Gastroenterologu/-ģi

Darba pienākumi:

- veikt konsultācijas un citus ārsta pienākumus atbilstoši kvalifikācijai ambulatori un dienas stacionārā;
- piedalīties jauno speciālistu apmācībā, pētniecībā un centra kvalitātes standartu pilnveidošanā.

Prasības pretendentiem:

- gastroenterologa sertifikāts;
- vēlme pilnveidot un attīstīt profesionālo kvalifikāciju;
- spēja strādāt komandā un sadarboties.

...

Aicinām mūsu komandā Ārstu/-i- Gastroenterologu/-ģi ar specializāciju gastrointestinālo endoskopiju veikšanā

Darba pienākumi:

- veikt gremošanas sistēmas endoskopijas un citus ārsta pienākumus atbilstoši kvalifikācijai ambulatori un dienas stacionārā;
- piedalīties jauno speciālistu apmācībā, pētniecībā un centra kvalitātes standartu pilnveidošanā.

Prasības pretendentiem:

- gastrointestinālās endoskopijas metodes sertifikāts;
- vēlme pilnveidot un attīstīt profesionālo kvalifikāciju;
- spēja strādāt komandā un sadarboties.

...

Aicinām mūsu komandā Ārstu/-i-Hepatologu/-ģi

Darba pienākumi:

- veikt konsultācijas un citus ārsta pienākumus atbilstoši kvalifikācijai ambulatori un dienas stacionārā.

Prasības pretendentiem:

- hepatologa sertifikāts;
- vēlme pilnveidot un attīstīt profesionālo kvalifikāciju;
- spēja strādāt komandā un sadarboties.

...

Aicinām mūsu komandā Ārstu/-i stažieri

Darba pienākumi:

- veikt konsultācijas un citus ārsta pienākumus atbilstoši kvalifikācijai ambulatori un dienas stacionārā;
- asistēt sertificētiem ārstiem-gastroenterologiem un endoskopistiem;
- piedalīties jauno speciālistu apmācībā, pētniecībā un centra kvalitātes standartu pilnveidošanā.

Prasības pretendentiem:

- ārsta grāds vai diploms;
- vēlme mācīties, pilnveidot un attīstīt profesionālo kvalifikāciju;
- spēja strādāt komandā un sadarboties.

...

Aicinām mūsu komandā Ārsta Palīgu

Darba pienākumi:

- veikt ārsta nozīmētās medicīniskās manipulācijas pacientiem atbilstoši savai kompetencei;
- savlaicīgi un precīzi atspoguļot par pacientu iegūto informāciju, veiktās manipulācijas un nozīmēto terapiju medicīniskajā dokumentācijā;
- sagatavot dažādus dokumentus ārsta uzraudzībā;
- nodrošināt administratīvo atbalstu ārstam.

Prasības pretendentiem:

- atbilstoša izglītība;
- reģistrācija Ārstniecības personu reģistrā;
- vēlme pilnveidot un attīstīt profesionālo kvalifikāciju;
- spēja strādāt komandā un sadarboties.

• KAS?

Aizraujoša iespēja **studentiem un rezidentiem!**

• KUR?

Greimošanas slimību centrā **GASTRO**.

• KO?

Greimošanas slimību centrs GASTRO piedāvā medicīnas un māszinības studentiem **izstrādāt savus pētniecības darbus** un visa veida specialitāšu rezidentiem **iziet gastroenteroloģijas kursu**.

• KĀPĒC?

Studentiem un rezidentiem tiek dota iespēja iepazīties ar centra ikdienas darbību un praksēm. Tas iekļauj **gan klientu apkalpošanu, gan pacientu novērošanu, kā arī pētniecību un medicīnas statistiku**.

• AR KO?

Pētniecību un praktisko iemaņu apguvi ir iespējams **apvienot arī ar darbu** Greimošanas slimību centrā GASTRO.

• KĀ?

Ja Tevi interesē gastroenteroloģija, raksti uz **vakances@gastrocentrs.lv**.

Greimošanas slimību centrs GASTRO ir **vadošā gastroenteroloģijas klīnika Latvijā**, viens no modernākajiem nozares centriem **Baltijā un visā Ziemeļaustrumu Eiropā**.

Izmanto iespēju iepazīties ar GASTRO un saņemt pieredzējušu ārstu palīdzību zināšanu apgūvē gastroenteroloģijas jomā.

**GAIDĪSIM
GREIMOŠANAS SLIMĪBU
CENTRĀ GASTRO!**

