

# MĀTES MIRSTĪBA LATVIJĀ



Veselības ministrija



Slimību profilakses un  
kontrolēšanas centrs



LATVIJAS GINEKOLOGU UN DZEMDĪBU  
SPECIĀLISTU ASOCIĀCIJA

No 2013. līdz 2015. gadam 20 sievietes mirušas grūtniecības laikā, dzemdībās vai 42 dienu laikā pēc tām:



no mirušajām sievietēm grūtniecības laikā neapmeklēja veselības aprūpes speciālistu



no mirušajām sievietēm grūtniecības laikā bija ierobežota ginekologa, vecmātes vai ģimenes ārsta pakalpojumu pieejamība (sociāla rakstura problēmas)

## PLĀNOJOT GRŪTNIECĪBU:



ja esi vesela, veic vispārējās veselības pārbaudes pie ģimenes ārsta



ja Tev ir kāda hroniska vai infekciju saslimšana, regulāri veic pārbaudes pie ģimenes ārsta vai speciālista



ja nezini, kur saņemt veselības aprūpes pakalpojumus, vai ārstu sasniegt traucē kādi apstākļi, vērsies savā pašvaldībā vai pie sociālā darbinieka

## IESTĀJOTIES GRŪTNIECĪBAI:



līdz 12. grūtniecības nedēļai stājies grūtnieču uzskaitē pie ginekologa, ģimenes ārsta vai vecmātes



ja grūtniecība noris gripas sezonā, konsultējoties ar ģimenes ārstu, veic vakcināciju pret sezonālo gripu



ja Tev mājās ir mazi bērni, plāno kā uzraudzībā viņus atstāsi (ja būs jādodas uz slimnīcu)



veic visus ārsta nozīmētos izmeklējumus noteiktajā laikā



nelieto atkarību izraisošas vielas



noskaidro sev tuvāko slimnīcu, kurā visu diennakti vari saņemt palīdzību un dodies turp, ja grūtniecības laikā jūties slikti vai parādās kādi neparasti simptomi, piemēram, sirdsklauves, galvassāpes, sapampusi viena kāja u.c.

## STĀJOTIES GRŪTNIEČU UZSKAITĒ:



Tev tiks nodrošināti visi nepieciešamie izmeklējumi un veselības aprūpe, kas saistīta ar grūtnieču aprūpi



visi skrīninga programmā\* paredzētie izmeklējumi, kas saistīti ar grūtnieču aprūpi, ir valsts apmaksāti



visi izmeklējumi, kas saistīti ar pēcdzemdību periodu, 6.-8. nedēļā pēc dzemdībām ir bezmaksas

## PĒC DZEMDĪBĀM



Ja bērnus vairāk neplāno un vajadzīgs padoms drošas kontracepcijas izvēlē, vērsies pie sava ginekologa vai ģimenes ārsta. Finansiālu grūtību gadījumā Tava pašvaldība var Tevi atbalstīt!



Par visiem ar grūtniecību saistītajiem jautājumiem vari lasīt:

[WWW.GRUTNIECIBA.LV](http://WWW.GRUTNIECIBA.LV)



Ikviens ir atbildīgs par savu un savu tuvāko cilvēku veselību!



Ja redzi vai zini kādu grūtnieci, kas, iespējams, nav saņēmusi veselības aprūpi grūtniecības laikā, iedrošini viņu apmeklēt ginekologu!