

Informācija aprūpētājiem



teva

Aprūpētājs ir
nozīmīgs veselības
aprūpes komandas
dalībnieks





Mēs rūpējamies par aprūpētājiem

Tāpēc vēlamies sniegt šeit strukturētu informāciju cilvēkiem, kuri aprūpē hroniski slimus cilvēkus vai invalīdus, kuriem nepieciešama aprūpe mājās.

Latvijā aprūpi mājās var nodrošināt gan sociālais dienests, gan līgumpartneri, piemēram, nevalstiskās organizācijas vai uzņēmumi. Likums nosaka, ka aprūpes mājās pakalpojums jānodrošina visās pašvaldībās.

Pieejamās palīdzības iespējas hroniski slimiem cilvēkiem

- ✓ aprūpe mājās;
- ✓ pavadoņa – asistenta palīdzība;
- ✓ palīgierīces un palīglīdzekļi;
- ✓ drošības pogas ieviešana;
- ✓ siltu pusdienu piegādes pakalpojums;
- ✓ rehabilitācijas centri;
- ✓ pansionāti.

Pieejamās palīdzības iespējas aprūpētājiem

- ✓ finansiāls atbalsts aprūpētājiem;
- ✓ psiholoģisks atbalsts aprūpētājiem.

Pieejamās
palīdzības iespējas
hroniski slimiem
cilvēkiem



Mājas aprūpes pakalpojumi pieaugušajiem

Kā tas darbojas?

Aprūpes mājās pakalpojums tiek sniegts personām, kurām nepieciešama aprūpe mājās līdz 35 stundām nedēļā vai vairāk kā 35 stundas nedēļā, taču persona vēlas turpināt dzīvot savā dzīvesvietā un ir izteikusi vēlmi saņemt aprūpes mājās pakalpojumus.

Personīgā aprūpe:

- personīgās higiēnas nodrošināšana;
- palīdzība tualetē;
- gultas novietošana;
- palīdzība sagērbšanās/izgērbšanās laikā;
- barošana;
- ēdiena gatavošana vai palīdzība šajā procesā;
- medikamentu lietošana.

Ikdienas mājas darbi un palīdzība māsjsaimniecībā:

- pārtikas un citu māsjsaimniecības preču iegāde un piegāde;
- dzīvojamo telpu uzkopšana;
- ūdens ievešana/izvešana;
- iekštelpu kurināmā piegāde, krāsns kurināšana utt.;
- starpniecības pakalpojumi komunālo pakalpojumu, sociālo pakalpojumu, sociālās palīdzības un veselības aprūpes pakalpojumu apmaksai utt.

Papildu pakalpojumi, piemēram, grīdu uzkopšana, logu mazgāšana, palīdzība īpašuma un citu specifisku dokumentu kārtošānā u.c., tiek sniegti par maksu, vienoties ar sociālo pakalpojumu sniedzēju.

Aprūpe mājās tiek nodrošināta gan kā minimāli nepieciešamie aprūpes pakalpojumi (par pašvaldības budžeta līdzekļiem), gan kā paplašinātās aprūpes pakalpojumi (par maksu).

Kurš var pieteikties?

Aprūpes mājās pakalpojums var būt pastāvīgs vai īslaicīgs, un tas ir pieejams:

- ✓ personai, kura vecuma vai garīgās vai fiziskās invaliditātes dēļ nespēj veikt ikdienas darbus un personīgo aprūpi un kurai nav likumīgu apgādnieku (vai ja tie objektīvu apstākļu dēļ nevar sniegt nepieciešamo palīdzību);
- ✓ personai, kurai slimības vai atveseļošanās laikā ir grūtības veikt ikdienas mājas darbus un personīgo aprūpi un kurai nav likumīgu apgādnieku (vai ja tie objektīvu apstākļu dēļ nevar sniegt nepieciešamo palīdzību);
- ✓ pieaugušajiem ar garīgu vai fizisku invaliditāti, kuri objektīvu apstākļu dēļ nevar aprūpēt savus ģimenes locekļus.



Kā pieteikties?

Lai saņemtu sociālās aprūpes pakalpojumu, personai vai tās pilnvarotajam pārstāvim jāvēršas tajā sociālā dienesta filiālē, kuras teritorijā ir deklarēta personas dzīvesvieta un/vai persona faktiski dzīvo, un jāiesniedz šādi dokumenti:

- ✓ rakstisks pieteikums pašvaldības sociālajam dienestam;
- ✓ ģimenes ārsta izsniegta izziņa par personas veselības stāvokli, norādot funkcionālo traucējumu veidu(-us) un akūtas infekcijas pazīmes (piemēram, aktīva plaušu tuberkuloze, akūta infekcijas slimība) (ja tādas ir), kas var ietekmēt sociālo pakalpojumu sniegšanu vai kārtību;
- ✓ psihiatra atzinums par personas garīgo veselību un īpašām (psihiatriskām) kontraindikācijām pakalpojumu saņemšanai, ja persona ar garīga rakstura traucējumiem vēlas saņemt pakalpojumus;
- ✓ dokumenti, kas apliecina personas un kopā ar to dzīvojošo ģimenes locekļu ienākumus.

* Sociālais darbinieks var lūgt Jums iesniegt citus dokumentus, ja tie ir nepieciešami lēmuma pieņemšanai!

Aprūpes pakalpojumus pašvaldībās sniedz pakalpojumu sniedzēji, ar kuriem sociālais dienests ir noslēdzis sadarbības līgumu saskaņā ar pašvaldības iepirkumu. Lai saņemtu pakalpojumu, persona pirms pakalpojuma saņemšanas izvēlas pakalpojuma sniedzēju un par to rakstiski informē sociālo dienestu.

Šeit varat vairāk uzzināt par pakalpojumu un katras pašvaldības kritērijiem:
<https://latvija.lv> → Meklēšana → "Aprūpe mājās"



Vairākas organizācijas, kas darbojas Rīgā un citās pilsētās:
Biedrība "Latvijas Samariešu apvienība", biedrība "Latvijas Sarkanais Krusts", SIA "Mājas aprūpe", SIA "Pirmais Patronāžas Serviss", biedrība "Svētā Jāņa palīdzība", AS "Aprūpes birojs", SIA "SENIOR RIGA", SIA "Mentamed".



Pavadoņa - asistenta pakalpojums

Kā tas darbojas?

Pavadoņa-asistenta pakalpojums nodrošina fizisku un informatīvu atbalstu personām, kurām nepieciešama pavadoņa klātbūtne vai kurām ir apgrūtināta pārvietošanās ārpus mājokļa fizisku vai garīgu traucējumu dēļ, apmeklējot valsts vai pašvaldību iestādes un organizācijas veselības aprūpes nolūkā.

Kurš var pieteikties?

- ✓ pieaugušie ar garīga vai fiziska rakstura traucējumiem;
- ✓ personas, kuras sasniegušas pensijas vecumu;
- ✓ bērni ar invaliditāti;
- ✓ personas, kurām nepieciešama palīdzība atvaseļošanās periodā (ja ir radušies funkcionāli traucējumi).



Kā pieteikties?



Sazinieties ar pakalpojuma sniedzēju – biedrība “Svētā Jāņa palīdzība”, Zandartu iela 2a, Rīga, tālr. 67339265, 26317267, e-pasts: transports@svjp.lv

Šeit varat uzzināt vairāk par pakalpojumu:
<https://www.svjp.lv/pakalpojumi/pavadonis-asistents/>

Šeit varat uzzināt vairāk par katras pašvaldības kritērijiem:
<https://latvija.lv> → Meklēšana → “Pavadonis asistents”



Video vizītes pakalpojums

Kā tas darbojas?

Video vizītes pakalpojums – nodrošina attālinātu uzraudzību un ikdienas saziņu personām, kuras saņem aprūpi mājās, ar pakalpojumu sniedzēja starpniecību, lai ļautu personām saglabāt pēc iespējas neatkarīgāku dzīvesveidu un novērstu personas emocionālā stāvokļa pasliktināšanos.

Šeit varat uzzināt vairāk par pakalpojumu un tā mērķi:
https://ld.riga.lv/files/Bukleti/Videovizite_2022.pdf

Kurš var pieteikties?

Cilvēki, kuriem ir šādas problēmas:

- ✓ izolācija un vientulība;
- ✓ pašaprūpes spēju trūkums;
- ✓ kognitīvo spēju samazināšanās;
- ✓ ierobežotas fiziskās kustības ārpus mājas;
- ✓ socializācijas trūkums;
- ✓ uzraudzības (drošības) trūkums.



Kā pieteikties?



Sazinieties ar pakalpojumu sniedzēju:

- SIA "Senior Latvia", Baznīcas iela 24-1, Rīga, tālrunis 24829677, 26780040, 23559155, e-pasts: info@mama-ok.eu
- <https://www.mama-ok.eu/>

Palīgierīces un palīglīdzekļi

Kā tas darbojas?

Personām ar ilgstošiem vai pastāvīgiem funkcionāliem traucējumiem ir tiesības saņemt tehniskos palīglīdzekļus par valsts budžeta līdzekļiem, ja tās ir saņēmušas ārsta atzinumu par tehniskā palīglīdzekļa nepieciešamību:

Kurš var pieteikties?

- ✓ 1., 2. un 3. grupas invalīdi;
- ✓ bērni ar invaliditāti līdz 18 gadu vecumam;
- ✓ bērni, kuriem nepieciešams tehniskais palīglīdzeklis, lai mazinātu vai novērstu funkcionālos traucējumus;
- ✓ pieaugušie, kuriem nepieciešams tehniskais palīglīdzeklis, lai mazinātu vai novērstu funkcionālos traucējumus;
- ✓ cilvēki ar anatomiskiem defektiem – protēzes vai ortopēdiskie apavi

Kā pieteikties?



Lai pieteiktos valsts apmaksātajam tehniskajam palīglīdzeklī, klients iesniedz vai nosūta pa pastu Vaivaru Tehnisko palīglīdzekļu centram (VTPC):

- iesniegumu par tehniskā atbalsta piešķiršanu;
- ārstējošā ārsta atzinumu tehniskā palīglīdzekļa saņemšanai (oriģināls);
- attiecībā uz bērnu vai pieaugušo, kuram ir pārstāvis, – pārstāvības tiesību apliecinājoša dokumenta kopiju.

Šeit varat uzzināt vairāk par Vaivaru Tehniskās palīdzības centru:

<https://vtpc.lv/>

Šeit varat uzzināt vairāk par pakalpojumu:

<https://www.lm.gov.lv/lv/tehniskie-paliglidzekli>

Drošības pogas pakalpojums

Kā tas darbojas?

„Drošības pogas” pakalpojums nodrošina nepārtrauktu saziņu, informatīvu atbalstu un palīdzību 24 stundas diennaktī cilvēkiem, kuriem vecuma vai invaliditātes dēļ ir bezpalīdzības situācijas iestāšanās risks. „Drošības pogas” darbībai tiek izmantots īpašs iekšējais telefons, kas ieprogrammēts atbilstoši katras personas īpašajām vajadzībām. Pēc pogas nospiešanas trauksmes raidītājs tiek savienots ar Mājas ārkārtas dienesta centrāli, kur īpaši apmācīti speciālisti, sazinoties ar „drošības pogas” klientu, novērtē viņa situāciju un sniedz atbilstošu palīdzību. Nepieciešamības gadījumā tiek iesaistīts rezerves atslēgu dienests, ārkārtas dienesta komanda, radnieki, kaimiņi, ģimenes ārsts, aprūpētājs un citi speciālisti vai dienesti. Neatliekamā palīdzība un aprūpe ir pieejama 24 stundas diennaktī, tostarp brīvdienās un svētku dienās.

Sazinieties ar pašvaldības sociālo dienestu, lai noskaidrotu, vai pakalpojuma izmaksas var segt valsts/pašvaldība.

Kurš var pieteikties?

- ✓ pieaugušie ar garīga vai fiziska rakstura traucējumiem;
- ✓ personas, kuras sasniegušas pensijas vecumu;
- ✓ bērni ar invaliditāti;
- ✓ personas, kurām nepieciešama palīdzība atveseļošanās periodā (ja ir radušies funkcionāli traucējumi).

Kā pieteikties?



Sazinieties ar pakalpojuma sniedzēju:

- Biedrība „Latvijas Samariešu apvienība”. Jautājiet par pakalpojumu, zvanot pa tālruni 8898 vai 20204022.
- SIA „Mājas aprūpe”, Raņķa dambis 31, Rīga, tālr. 25713555, 20666444, e-pasts: drosibaspoga@majasaprupe.lv
- Šeit varat uzzināt vairāk par pakalpojumu: <https://samariesi.lv/lv/pakalpojumi/drosibas-poga> vai <https://majasaprupe.lv/drosibas-poga/>
- Šeit varat uzzināt vairāk par katras pašvaldības kritērijiem: <https://latvija.lv> → [Meklēšana](#) → [“Drošības poga”](#)

Pakalpojums „Siltu pusdienu piegāde mājās”

Kā tas darbojas?

Siltu pusdienu piegāde mājās tiek nodrošināta personām, kuras fizisku vai garīgu traucējumu dēļ nespēj pašas pagatavot siltu ēdienu, kā arī personām, kuras to nespēj izdarīt dzīves apstākļu dēļ.

Kurš var pieteikties?

- ✓ personas, kuras fizisku vai garīgu traucējumu dēļ nevar pašas pagatavot siltu ēdienu;
- ✓ personas, kuras sadzīves apstākļu dēļ (nav plīts vai tā nedarbojas, ūdens padeve ir atslēgta) nevar pagatavot siltu ēdienu, ja personai nav piešķirts cits pakalpojums, kas apmierina vajadzību pēc ēdiena pagatavošanas.

Kā pieteikties?



- Pakalpojumu sniedz pilnsabiedrība „Complex Food”, Brīvības gatve 369, Rīga, tālrunis 67817012, 29632633, 67293188, e-pasts: complex.food@yahoo.com
- Sīkākai informācijai - sazinieties ar vietējo pašvaldību.

Rehabilitācijas centri

Kā tas darbojas?

Sociālā rehabilitācija ir pasākumu kopums, kas palīdz iemācīties sadzīvot ar funkcionāliem traucējumiem, atjaunot vai apgūt dažādu apstākļu dēļ zaudētās prasmes, palīdz cilvēkiem atgriezties darbā un iesaistīties sabiedriskās aktivitātēs. Šis pasākumu kopums ietver individuāla sociālās rehabilitācijas plāna izstrādi, apmācību vides pielāgošanu un palīglīdzekļus mobilitātes un patstāvīgas dzīves prasmju uzlabošanai.

Kurš var pieteikties?

- ✓ personas ar funkcionāliem traucējumiem (pēc valsts apmaksātas daudzprofesionālas medicīniskās rehabilitācijas (subakūtā posma) pabeigšanas stacionārā vai dienas stacionārā) un prognozējamu invaliditāti darbības vecumā (no 15 gadu vecuma līdz vecuma pensijas vecumam) un pēc darbības vecuma, ja persona strādā;
- ✓ politiski represētas personas, nacionālās pretošanās kustības dalībnieki;
- ✓ Černobīļas AES avārijas seku likvidēšanā iesaistītās personas un cietušie.

Kā pieteikties?

Lai pieteiktos valsts budžeta finansētai sociālajai rehabilitācijai, personai jāvēršas pie ārsta un pašvaldības, kuras teritorijā ir deklarēta personas dzīvesvieta, sociālajā dienestā. Vispirms ģimenes ārstam vai ārstējošajam ārstam jāizsniedz izziņa, kurā jānorāda diagnozes kodi saskaņā ar Starptautisko slimību klasifikatoru ICD-10 un tas, vai ir medicīniskas kontrindikācijas sociālās rehabilitācijas pakalpojumu saņemšanai. Individuālo rehabilitācijas plānu personām ar paredzamu invaliditāti izstrādā ārstējošais ārsts. Ārsta izsniegtā izziņa jāuzrāda tās pašvaldības, kurā personai ir deklarēta dzīvesvieta, sociālajā dienestā. Jums ir jābūt personu apliecinošam dokumentam

Šeit varat uzzināt vairāk par pakalpojumu un procesa aprakstu:
<https://www.siva.gov.lv/lv/pakalpojumi/sociala-rehabilitacija>

www.siva.gov.lv → Pakalpojumi → Sociālā rehabilitācija



Ilgstošas sociālās aprūpes un sociālās rehabilitācijas institūcijas pakalpojums pieaugušajiem

Kā tas darbojas?

Ilgstošas sociālās aprūpes un sociālās rehabilitācijas institūcija nodrošina mājokli, ikdienas sociālo aprūpi un sociālo rehabilitāciju personai, kura vecuma vai veselības stāvokļa dēļ nespēj sevi aprūpēt.

Kurš var pieteikties?

Galvenais kritērijs ir tas, ka personai ir jāsaņem ārsta atzinums, ka tai ir nepieciešama diennakts aprūpe un ka tā nespēj pati par sevi parūpēties. Katrā pašvaldībā var būt atšķirīgi nosacījumi. Lai iegūtu sīkāku informāciju, sazinieties ar vietējo pašvaldību.



Kā pieteikties?



Šeit varat uzzināt vairāk par pieteikšanos un finansiālo atbalstu:
<https://latvija.lv> → Meklēšana → "Ilgstošas sociālās aprūpes un sociālās rehabilitācijas institūcijas pakalpojums pilngadīgām personām"

Uzziniet vairāk par valsts piedāvātajām sociālās aprūpes institūcijām:
<https://www.lm.gov.lv/lv/valsts-socialas-aprupes-centri>



—
Aprūpētājiem
pieejamās
palīdzības iespējas.



Finanšu atbalsts

Kā tas darbojas?

Ja aprūpi nodrošina personas ar invaliditāti ģimenes loceklis vai cita tuva persona, sociālais dienests ar viņu noslēdz līgumu par radnieka aprūpi mājās. Ir iespējams arī pieprasīt pabalstu transporta izdevumu kompensēšanai personām ar invaliditāti.

Kurš var pieteikties?

Pabalstu izmaksā personai, kura ir vecāka par 18 gadiem un kurai invaliditātes dēļ ir nepieciešama īpaša aprūpe smagu funkcionālu traucējumu dēļ.

Kā pieteikties?



Sociālajā dienestā aizpildiet iesniegumu, norādot aprūpes mājās pakalpojumu sniedzēju (personas datus), kā arī norēķinu kontu, uz kuru sociālais dienests pārskaitīs piešķirtās materiālās palīdzības summu: <https://www.vsaa.gov.lv/lv/pakalpojumi/pabalsts-personai-ar-invaliditati-kurai-nepieciešama-kopsana>

vai www.vsaa.gov.lv → [Pakalpojumi](#) → [Pabalsti un atlīdzības](#) → [Pabalsts personai ar invaliditāti, kurai nepieciešama kopšana](#)

Šeit varat saņemt pieteikuma veidlapu pabalstam par transporta izdevumu kompensēšanu: <https://www.vsaa.gov.lv/lv/pakalpojumi/pabalsts-transporta-izdevumu-kompensesanai-personai-ar-invaliditati>

vai www.vsaa.gov.lv → [Pakalpojumi](#) → [Pabalsti un atlīdzības](#) → [Pabalsts transporta izdevumu kompensēšanai personai ar invaliditāti](#)

Šo iesniegumu var uzrakstīt pats pacients, bet, ja persona nespēj patstāvīgi uzrakstīt iesniegumu, to rakstveidā var izdarīt kāds no radniekiem, taču iesniegums jāparaksta pašam pacientam vai viņa likumīgajam pārstāvim (piemēram, tā var būt pilnvarotā persona).



Psiholoģiskais atbalsts

Vispārēja psiholoģiskā palīdzība aprūpētājiem:



Krīžu un konsultāciju centrs "Skalbes"

Profesionāla palīdzība, atbalsts un informācija krīzes situācijā ikvienam. bezmaksas krīzes tālruņa numurs: 67 222 922 vai 27 722 292. Tālrunis 116123 ir paredzēts psihoemocionālajam atbalstam pieaugušajiem.



Sociālais projekts "Parunāsim?"

Atbalsta tālrunis vientuļiem cilvēkiem, kuri vēlas aprunāties (lai aprūpētājiem būtu brīvs laiks atpūtai). „Parunāsim?” tālrunis: 26 564 564 (maksā par zvanu atkarīga no zvanītāja operatora). Uz šo tālruni var zvanīt katru darba dienu no plkst. 11.00 līdz 19.00. Šeit netiek sniegta psiholoģiskā palīdzība, bet notiek ikdienas sarunas. Maksimālais zvana ilgums ir 40 minūtes. Jautājiet vietējai pašvaldībai par iespējām katrā novadā.



Stiprini stipros

Jau ceturto gadu pēc kārtas Latvijas medijs „Delfi” sadarbībā ar labdarības organizāciju „Ziedot.lv” aicina atbalstīt ģimenes, kuras dzīvo ar ilgstoši aprūpējamu radnieku. Aprūpētāji ir vienīgais atbalsts šiem cilvēkiem, tāpēc „Stiprini stipros” vāc ziedojumus, lai atvieglotu smagi slimu tuvinieku ikdienas dzīvi. Par saziņotajiem līdzekļiem tiek sniegta palīdzība gan tiem, kas pieteikušies palīdzībai kārtējā gadā, gan iepriekšējo gadu akciju varoņiem. Visi līdzekļi, kas tiks savākti virs šīs summas, tiks novirzīti citām ģimenēm, kuras pieteiksies Ziedot.lv projekta „Stiprini stipros” atbalstam.

Uzzināt vairāk: <https://www.delfi.lv/stiprinistipros-2021/>



Sagatavoja UAB Teva Baltics filiāle Latvijā.

Šī brošūra ir paredzēta tikai informatīviem nolūkiem kā vispārējs izglītības palīg līdzeklis. Tā neaizstāj licencēta veselības aprūpes speciālista padomu, diagnozi vai ārstēšanu. Šī brošūra neaizstāj ieteikumus, kurus sniedz veselības aprūpes speciālists, kurš pārzina Jūsu veselības stāvokli un medicīnas datus. Vienmēr lūdziet padomu savam veselības aprūpes speciālistam par visiem jautājumiem, kas varētu attiekties uz Jūsu veselības stāvokli vai ārstēšanas iespējām. Nekad neignorējiet veselības aprūpes speciālistu ieteikumus un nekavējieties ar šāda padoma meklēšanu, paļaujoties uz šajā brošūrā ietvertu informāciju. NPS-LV-NP-00069

teva.lv → Rūpes par veselību