



Līdzcilvēku izglītojošā projekta

ATPAZĪSTI SAVAS SĀPES

ietvaros cilvēki* aizpildījuši veselības pašpārbaudes testu

*respondentu skaits 5000

Aizpildīja atpazīšanas un izvērtēšanas testu



GALVASSĀPĒM



MUGURAS SĀPĒM



♂ 11% Tikai katrs 10. respondents ir **vīrietis**



Vai vīriešiem sāp mazāk?

Nē, vīrieši mazāk rūpējas par savu veselību.



balstoties uz testa rezultātiem

78% noteikti nepieciešama konsultācija ar ģimenes ārstu vai neirologu

16% no viņiem ar ārstu par savām galvas vai muguras sāpēm nav konsultējušies.

Tā vietā, lai dotos pie ārsta, cilvēki pārsvarā izvēlās nogaidīt vai lieto bezrecepšu pretsāpju medikamentus.

75%

Lieto bezrecepšu medikamentus galvassāpju novēršanai

NSPIL bieža lietošana var izraisīt



medikamentu atkarīgas galvassāpes

kunga-zarnu trakta bojājumus

nieru bojājumu

Pašārstēšanās var būt neefektīva/ un pat kaitīga.

NSPIL – nesteroidie pretiekaisuma līdzekļi

DIEMŽĒL TIKAI

17% sāpju mazināšanai veic kādas fiziskas aktivitātes

80% Lieto bezrecepšu medikamentus savu sāpju mazināšanai un ir konsultējušies ar ārstu

Retām galvassāpju un nespecifisku muguras sāpju epizodēm bezrecepšu medikamenti ir gana efektīvi.



Situācijā, kad būtu nepieciešami citi specifiskāki pretsāpju līdzekļi un tie ir rekomendēti (piem., antikonvulsanti, antidepresanti), **pacienti tos nelieto, subjektīvi baidoties no blakusparādībām.**

18% atstāja savus kontaktus, lai uzzinātu par speciālistu pieejamību un iespējami ātru pierakstu.



Gandrīz puse no tiem apstiprināja savu vēlēšanos pierakstīties pie neirologa, lai pārrunātu efektīvāko terapiju sāpju ārstēšanai.

Diemžēl vēlāk puse no tiem, kam tuvākajā laikā tika atrasts un veikts pieraksts pie speciālista, vizīti atcēla.



Attālinātas konsultācijas izvēlējās tikai

9 klienti

Attālināta konsultācija galvassāpju un muguras sāpju gadījumos ir līdzvērtīga klātienes konsultācijai, kuras laikā ir iespējams noskaidrot, vai ir sarkano karogu simptomi, kādi ir sāpju provocējošie faktori u.tml.

