

LĀZA

NR. 172/2023

APKĀRTRAKSTS



**Pirmais
vispasaules
latviešu ārstu
kongress**

Rīga, 18. - 27.6.1989.



LATVIEŠU ĀRSTU UN ZOBĀRSTU APVIENĪBA

JOURNAL OF THE LATVIAN MEDICAL AND DENTAL ASSOCIATION

LĀZA valde

Juris Lazovskis, M.D., Kanāda
LĀZA valdes priekšsēdis
E-pasts: juris.lazovskis@nshealth.ca

Daina Dreimane, M.D., ASV
LĀZA vicepriekšsēde
E-pasts: ddreiman@fastmail.fm

Alda Urtāne, M.D., Norvēģija
LĀZA sekretāre
E-pasts: urtanealda@gmail.com

Zaiga Alksne-Phillips, M.D., ASV
LĀZA kasiere
E-pasts: zap@uw.edu

Atis Bārzdīņš, M.D., ASV
LĀZA kasiera vietnieks
E-pasts: atisbarzdins@gmail.com

Ēriks A. Niedritis, M.D., ASV
LĀZA speciālo projektu koordinators,
Profesora Ilmāra Lazovska Medicīnas
Fonda izveidotājs un vadītājs
E-pasts: erikniedritis@msn.com

Laris Galejs, M.D., ASV
LĀZA biedrzinis Amerikā
E-pasts: larzndi@msn.com

Andis Graudiņš, MB BS (Hons), PhD,
Austrālija
LĀZA biedrzinis Austrālijā, Jaunzēlandē
E-pasts: andis@graudins.com

Kārlis Rācenis, M.D., Latvija
LĀZA biedrzinis ES
E-pasts: karlisracenis@gmail.com

Jānis J. Dimants, Jr., M.D., ASV
priekšsēdis emeritus statusā
E-pasts: dimants@hotmail.com

Uģis Gruntmanis, M.D., ASV
priekšsēdis emeritus statusā
E-pasts: ugis.gruntmanis@gmail.com

Kamena Kaidaka, M.D., Latvija
LĀZA biroja vadītāja, LĀZA Apkārtraksta
redaktore
E-pasts: laza@lazariga.lv

Saziņai Latvijā – Pasta adrese:
Augstienes iela 22, Rīga LV-1024,
Tālr. + 371 29121922
www.lazariga.lv
Facebook: LĀZA pasaulē
Youtube: @LAZALatvia

LĀZA Apkārtraksts Nr. 172 Saturs

SAGLABĀT LAIKMETAM ATBILSTOŠU ROSĪGU GARU	3
LĀZA ATKLĀTĀ VĒSTULE PAR ATBALSTU VESELĪBAS NOZAREI UN SOLĪJUMU IZPILDI	5
PRESERVING THE SPIRIT OF THE ERA IN WHICH WE LIVE	6
LĀZA VADĪBA JAUNĀS ROKĀS (2024-2027)	8
PROFESORA ILMĀRA LAZOVSKA MEDICĪNAS FONDA STIPENDIJAS – LĀZA ATBALSTS MEDICĪNAS STUDENTIEM	14
PROFESORA ILMĀRA LAZOVSKA MEDICĪNAS FONDA STIPENDIĀTI 2023	17
MIRDZA NEIDERE – IZCILA PROFESORE, ZOBĀRSTE, IZCILA LATVIETE	20
VIESPROFESŪRA RSU	25
SIEVIEŠU VESELĪBAS APRŪPE ZIEMEĻVALSTĪS	26
5 ATZIŅAS PAR LATVIEŠIEM	28
MANS TAUTASTĒRPS	30
MEDICĪNAS PĒTNIECĪBĀ LATVIJĀ – KUR ESAM UN KUR GRIBAM BŪT? (ĀRSTA PERSPEKTĪVA)	31
OJĀRA VEIDES FONDA SAKNES PAGĀTNĒ, BET DARBĪBA – LATVIJAS MEDICĪNAS NĀKOTNEI	33
PIEREDZE ORTOPĒDIJAS KLĪNĪKĀ CLINICA SAN FRANCESCO	34
PIEREDZE HELSINKU KLĪNISKAJĀ UNIVERSITĀTES SLIMNĪCĀ	35
PIEREDZE ERASMUS MEDICĪNAS CENTRĀ ROTERDAMĀ	38
INTERVENCIJĀLĀS KARDIOĻOĢIJAS APMĀCĪBAS MAIAMI	39
JAUNO SPECIĀLISTU APMĀCĪBAS BKUS	42
LATVIJAS MEDICĪNAS FONDA (LMF) STIPENDIJAS 2023	44
LMF STIPENDIĀTU PIEREDZES STĀSTI (LATVIJA)	45
LMF STIPENDIĀTU PIEREDZES STĀSTI (ASV UN KANĀDA)	47
DAUDZ LAIMES, JUBILĀR! STARMĒŠU GAISMĀ PROFESORS KRISTAPS KRISTOFERS ZARIŅŠ	50
“55 MINŪTES AR LĀZA”	54
DIENASGRĀMATA 2022/2023	58
“JĒKABA PRĪMAŅA LATVIJAS IEDZĪVOTĀJU ANTROPOĻOĢISKĀS IZPĒTES PROJEKTS” ATDZIMST	61
GADA BALVA MEDICĪNĀ 2022	62
LĀZA BALVAS KONFERENCĒ “HEALTH AND SOCIAL SCIENCES”	63
PAR ATBALSTU UKRAINAI - TRĪS LATVIJAS ANESTEZIOĻOĢI	64
LATVIJAS SARKANĀ KRUSTA ORTOPĒDISKĀ DARBŅĪCA	66
IN MEMORIAM OJĀRS ULDIS ALEKSIS	69
IN MEMORIAM VISVALDIS GEORGS NAGOBADS	71
IN MEMORIAM KRISTAPS JURIS KEGGI	72
IN MEMORIAM DR. ANSIS MUIŽNIEKS	74
LĀZA ZIEDOTĀJU SARAKSTS 2023. GADĀ	77
LĀZA KASES PĀRSKATS 2023	77
FOTOMIRKĻI NO 1. VISPASAULES LATVIEŠU ĀRSTU KONGRESA, 1989. GADS	78

Saglabāt laikmetam atbilstošu rosīgu garu

Juris Lazovskis, LĀZA priekšsēdis

Godātie kolēģi!

Apsveicu jauno valdi! Priecājos lasīt sarakstu, kurā līdz ar mūsu ilggadējiem Ziemeļamerikas kolēģiem un jaunievēlēto Dr. Lari Galeju, Dr. Andis Graudiņš arī turpmāk pārstāvēs Austrāliju, un būs arī pārstāvniecība no Eiropas – Dr. Alda Urtāne Norvēģijā un Kārlis Rācenis Latvijā.

Atsaucot atmiņā LĀZA pēdējos 8 gadus Uģa Gruntmaņa vadībā, domāju, ka tieši šīs atgriezeniskās saites ar Latviju izveidošana un nostiprināšana ir tas, kas LĀZA gadu gaitā izveidojušos atpazīstamību un prestižu atjaunināja un piešķīra laikmetīgu saturu atbilstoši LĀZA devīzei: “Visiem spēkiem veicināt veselības aprūpē un zinātnē iesaistīto studentu, rezidentu, ārstu un zobārstu izglītību un sadarbību”.

Noslēdzoties nozīmīgam posmam LĀZA vēsturē, vēlos izteikt vislielāko pateicību LĀZA iepriekšējiem priekšsēžiem – Bertramam Zariņam, Kasparam Tūteram, Jānim Dimantam, un mūsu pieredzes bagātajiem valdes kolēģiem – Zaigai Alksnei-Phillips un Ērikam Niedrītim, kuri palīdzēja LĀZA principus noturēt un iznest cauri tik mainīgajiem laikiem līdz mūsdienām un saglabāt organizāciju ar tās godīguma un morālo standartu auru.

Kā jebkurai trimdā dibinātai latviešu organizācijai, arī LĀZA ir bijuši šaubu brīži. Latvijai kļūstot brīvai, bija jāpārvērtē savi mērķi, jo viens no tiem – Latvijas brīvības veicināšana – jau piepildīts. Domāju, ka LĀZA sajūtai kā kuģim jūrā, kuram nepieciešams saprast savu kursu, pielika punktu Uģa iniciatīva – pārņemot vadību, aktīvi apzināt LĀZA biedrus, iesaistīties dialogā ar Latvijas medicīnas izglītības un veselības aprūpes organizācijām, personiski veidojot kontaktus ar jaunajiem ārstiem, palīdzot viņiem iegūt praktiskas izglītības iespējas ārzemēs. Uģis LĀZA valdē un vēlāk priekšsēža amatā neienāca kā balta lapa. Uģa raksti Latvijas un ārzemju presē par medicīnas aprūpes problēmām, veselības ekonomiku allaž bija saistoši un balstīti faktos. Kā profesoram un rezidentūras programmas vadītājam vienā no izcilākajām medicīnas augstskolām ASV – *University of Texas Southwestern*, Uģim bija pārlicība, kā izveidot mūsdienu prasībām atbilstošu medicīnas apmācības sistēmu arī Latvijā. Uģis pārcēlās no ASV uz Latviju 2019. gadā, pārceļšanās laikā iegūstot unikālu pieredzi – iepazīstoties ar medicīnas un veselības



Juris Lazovskis, LĀZA priekšsēdis

aprūpes sistēmām, sākot ar Amerikas rietumkrastu – Havaju salām ASV, tālāk Japānā, Vjetnamā, Kambodžā, personiski tiekoties un izzinot valstu izglītības sistēmas problēmas un to praktisko risinājumu. Tā vien šķita, ka Latvijai kā valstij, kas fiziski, garīgi un morāli atbrīvojusies, Uģis būtu bijis lielisks pienesums arī medicīnas izglītības sistēmas uzlabošanai. Taču pilnīga atklātība un absolūtā principialitāte attiecībā uz pārmaiņu nepieciešamību un neatliekamību kontrastēja ar valdošiem vējiem un to noteikto likumdošanu.

Allaž ar lepnumu par LĀZA un Uģa erudīciju gan privāti, gan publiskajā sfērā varēja dzirdēt arī Uģa raizes par Latvijas veselības aprūpes virzību uz privāto medicīnu, veselības aprūpei paredzēto līdzekļu piešķiršanā nereti valdošo nepotismu, necaurskatāmību darījumos ar farmācijas industriju, primārās aprūpes un profilakses atstāšanu novārtā, tai vietā dodot priekšroku dārgām valsts apmaksātām procedūrām, krītošiem Latvijas augstskolu reitingiem.

No 2020. gada Uģis ir atkal ASV – pilna laika endokrinoloģijas profesors Dartmutas universitātē. Tomēr saikne ar Latviju un LĀZA turpinās. Ar Uģa un LĀZAS tiešu iesaisti no 2019. gada stājās spēkā Diasporas likums, kas, cita starpā, arī paredz vienkāršot kārtību, kādā diasporas locekļu ārvalstīs iegūtā izglītība, akadēmiskie grādi un profesionālā kvalifikācija tiek pielīdzināta un atzīta Latvijā.

Tieši Uģa Gruntmaņa un LĀZA Latvijas biroja vadītājas Kamenas Kaidakas aktīvā darbība LĀZA valdē no 2015. - 2023. gadam ir iemesls ne tikai sekmīgi uzplaukušajai sadarbībai ar Latvijas veselības aprūpes un izglītības sistēmu, bet arī pozitīvus rezultātus nesošam entuziasmam. Ikmēneša valdes sanāksmēs veidojās idejas jauniem pasākumiem un turpinājums labām iestrādēm. Dainas Dreimanes digitālās prasmes, uzturot un rūpējoties par LĀZA Facebook lapu, un inovatīvais pienesums, sagādājot aizvien jaunas tēmas un uzturot

ikmēneša ZOOM konferenci “55 minūtes ar LĀZA”, ir labs piemērs sadarbībai, no kuras iegūst gan LĀZA, gan kolēģi Latvijā un citviet pasaulē.

Paldies Dainai arī par LĀZA pārstāvēšanu un ziņojumiem Latvijas Ārstu kongresos, aktīvo dalību RSU studentu zinātniskajās konferencēs. Savukārt valdes locekļu Karīnas Beinertes un Kaspara Tūtera darbība palīdzēja ne tikai sniegt rietumu pieeju gara slimību noteikšanai un ārstēšanai, bet arī iesaistoties diskusijās par Latvijas psihiatrijas izglītību, sekmīgi līdzdarboties, optimizējot bērnu psihiatrijas rezidentūras pārveidi. Atis Bārzdiņš ar savu filozofisko skatu uz ārsta un pacienta attiecībām un akurāto līdzdarbošanos kases pārraudzībā kopā ar allaž finansiāli modro Zaigu Alksni-Phillips palīdzēja gan finansiālam, gan garīgam balansam. Ar Anda Graudiņa pieredzi gan Austrālijā, gan darbojoties Rīgas Stradiņa universitātē LĀZA “pārkontinentālais” loks tika vēl vairāk stiprināts.

Trimdā izveidotā organizācija, kas lēni laiž savas saknes Latvijas veselības aprūpes un izglītības sistēmā, noteikti nav buldozers, kas pie sava mērķa nokļūst, aizslaukot šķēršļus ceļā. Lai kā mēs vēlētos uzlabot situāciju ar veselības aprūpi, izglītību, mēs allaž sastopamies ar realitāti. Liela daļa no LĀZA valdes savā brīvajā laikā kā vieslektori vai algoti mācībspēki ilgāku vai īsāku laiku ir iesaistījušies Latvijas medicīnas augstskolu darbā un labprāt dalījušies savā rietumu valstīs iegūtajā pieredzē medicīniskās izglītības un veselības aprūpes laukā. Mūsu darbība Rīgas Stradiņa universitātē un Latvijas Universitātē, saprotams, bijusi limitēta laikā. Katram mums savi iespaidi, taču ir kopīgs secinājums par nozīmību, mijiedarbojoties ar Latvijas studentiem un rezidentiem, un reizēm samulsums par to, ka nereti tiekam virzīti Latvijas augstskolu ārzemju studentu grupu apmācībai, un ar to līdzi nāk apjausma par medicīnisko augstskolu budžeta papildināšanas avotiem, tāpat arī jautājumi par apmācību kvalitātes uzturēšanu.

Ironiski, ka tieši LĀZA valdes vēlēšanu laikā, 2023. gada rudenī, Latvijas un ārvalstu publiskajā telpā aktualizējās divas tēmas, par kuru risināšanu savulaik enerģiski iestājās Uģis Gruntmanis – lielais ārzemju studentu skaits pret universitāšu kapacitāti un valsts iedzīvotāju skaitu (Zviedrijas ārstu biedrības žurnāls atspoguļo rietumu studentu iespaidus par Austrumeiropas medicīnas studijām) ¹ un ārstu ētikas un medicīniskās

aprūpes kritiskie brīži (Dr. Elīnas Aleksejevas pieredzes atspoguļojums P. Stradiņa Klīniskajā universitātes slimnīcā) ²

Abas situācijas pārrunātas LĀZA valdes sēdēs. Kā nereti, lokālās problēmas ir globālo tendenču atspulgs. Pārrunājot ārzemju studentu jautājumu, tika apjausts, ka situācija nav unikāla Latvijā vien. Kanādas Keipbretonas universitātē ārzemju (galvenokārt Indijas) studentu procents ir pat 67%, kamēr otrs augstākais Kanādas austrumkrastā ir 30% Prinča Edvarda salas universitātē. ³ Tas novedis ne tikai pie redzamām sabiedrības struktūras izmaiņām, bet arī pieejamo dzīvokļu, sabiedriskā transporta, brīvo darbavietu krīzes un nopietniem jautājumiem par mācību kvalitāti. ^{4 5}

Savukārt medicīniskās aprūpes jomā jautājums par to, kurš tad ir par slimnīcā nonākušo pacientu atbildīgais ārsts, Kanādā tiek risināts ar “*most responsible physician*” terminu. “Visatbildīgākais ārsts” tiek nozīmēts, pacientam iestājoties slimnīcā. Tas var būt vai nu uzņemšanas nodaļas ārsts, ģimenes ārsts, ķirurgs vai internists. Slimības gaitā tas var mainīties, un tāpat arī ārpus darba laika tas var būt kāds cits, bet allaž slimības vēsturē jābūt pieejamam šī ārsta vārdam un telefona numuram.

Saglabājot savu vēsturisko lomu rietumos nokļuvušo ārstu saziņai un atbalstam, kā arī “tilta” misiju ar fokusu uz Latviju, LĀZA turpina ar savu ārpus Latvijas pieredzi piedalīties un palīdzēt Latvijas izcelsmes medicīnas profesionāļiem un Latvijas medicīnas izglītībai. Globālai un lokālai situācijai mainoties aizvien straujāk, tai skaitā paredzot mākslīgās inteliģences ienākšanu arī medicīnā, aizvien jauni izaicinājumi ir realitāte, ar ko sastopas LĀZA kā jebkura organizācija.

Uzsākot valdes darbību atjauninātā sastāvā, novēlu saglabāt laikmetam atbilstošu rošīgu garu. Kārlis Apinis kā pirmais LĀZA priekšnieks nevarēja paredzēt izaicinājumus, ar kuriem sastopamies mēs pašreiz – pēc 77 gadiem. No mums pašiem un mūsu adaptācijas spējām un tālredzības ir atkarīga LĀZA tikpat sekmīga pastāvēšana nākotnē. Lai izdodas!

1 https://lakartidningen.se/aktuellt/nyheter/2023/10/lakarstudenter-larmar-om-utbrett-fusk-pa-lakarprogram-i-osteuropa/?fbclid=IwAR1JV4hCApg6kFqAFKR7egorWRP6_TFT6PT8xWAORIF02zDYLy8mEkHq840_aem_AfjAEPy77AHMBPvIKLwex87PehAL1RODn0XCcJD0ETj6Lyb-sMoGjHljt6TnppLtE5s

2 <https://www.lsm.lv/.../23.09.2023-stradina-slimnica.../>

3 Cape Breton University responds to concerns over international student enrolment | CBC News

4 (636) Cash Cows: Foreign student recruitment crisis at Canadian universities | W5 INVESTIGATION- YouTube

5 Foreign students are 'cash cows' for Canadian universities- Study International



Latviešu Ārstu un Zobārstu Apvienība

The Latvian Medical and Dental Association

Latvijas Republikas Valsts prezidentam Egilam Levitam
Latvijas Republikas Saeimas priekšsēdētājam Edvardam Smiltēnam
Latvijas Republikas Saeimas deputātiem
Latvijas Republikas Ministru prezidentam Krišjānim Kariņam
no Latviešu ārstu un zobārstu apvienības (LĀZA)

9.05.2023.

LĀZA atklātā vēstule par atbalstu veselības nozarei un solījumu izpildi

Latviešu ārstu un zobārstu apvienība (LĀZA) savas pastāvēšanas un darbības pirmajos gadu desmitos par savu sapņa piepildījumu uzskatīja iespēju sniegt atbalstu Latvijai, tās medicīnai un cilvēkiem. Tiklīdz vien tas bija iespējams, trimdas latvieši visiem veidiem un spēkiem to arī darīja – gan sniedzot materiālu atbalstu atjaunotās brīvvalsts ārstniecības iestādēm, gan sniedzot profesionālas zināšanas – aicinot pie sevis un braucot arī uz Latviju. Tas bija laiks, kad Latvija izrāvās no PSRS skavām. Sapnis par Latviju kā ES daļu vēl bija tāls, bet ceļš uz to jau iesākts.

Šobrīd, kad Latvija ir pilntiesīga ES dalībvalsts, vēl jo nesaprotamāka ir situācija, ka valsts iedzīvotājiem vissvarīgākā nozare – veselības aprūpe – jau trešo gadu desmitu kā būtiska tiek postulēta tikai partiju sarunās ar vēlētājiem, bet valsts budžetā tā ir pēdējā vietā – Latvijas veselības aprūpes nozares finansējums ir zemākais Eiropas Savienībā (ES) 2023. gadā un nākamajos gados noslīdēs zem 4% no IKP. Kā organizācijai, kas vieno medicīnas jomas profesionāļus visā pasaulē, LĀZA ir vēl skaidrāk redzamas tās milzu atšķirības gan finansējuma jomā, gan attieksmes pret nozares profesionāļiem jomā, kādas pastāv starp valstīm – un Latvija izceļas šajā ziņā, bet ne labā nozīmē.

Kā sabiedriska organizācija LĀZA nav manījusi mērķi – visiem spēkiem atbalstīt sadarbību medicīnas jomā un veicināt Latvijas veselības aprūpes augšupeju, bet to nevar sasniegt tikai ar sabiedrisko organizāciju spēkiem, ja valsts vadība un Saeima problēmas ignorē.

LĀZA izsaka savu atbalstu pacientu un medicīnas profesionālo organizāciju cīņai par pieejamu un kvalitatīvu veselības aprūpi un pievienojas 34 sabiedrisko organizāciju 2023. gada 25. aprīlī parakstītajai vēstulei valdībai un Saeimai, pieprasot iepriekš uzņemto saistību un solījumu izpildi attiecībā uz veselības aprūpes finansējumu, lai:

1. šī gada budžeta ietvaros veselības aprūpes izdevumi tiktu palielināti, sasniedzot 12% apmēru no valsts budžeta izdevumiem (~ +140 milj. euro)
2. 2024. gada budžeta ietvaros nodrošināt veselības aprūpes finansējumu pieaugumu atbilstoši sabiedrības veselības pamatnostādņēm (~ +310 milj. euro)
3. mazināt pieaugošo veselības aprūpes pakalpojumu pacientu līdzfinansējumu un gaidīšanas rindas

Nu jau par tradīciju ir kļuvis, ka sabiedriskas organizācijas ik gadu aicina nopietni vērtēt kritisko situāciju veselības aprūpē. COVID mācība nozarē strādājošajiem ir skarba, bet sena – solīts makā nekrīt. Tomēr laiki mainās, un tiem līdz būtu jāmainās arī valdošo domāšanai – solījumi jāpilda. *Salus populi – suprema lex.* (Tautas labklājība – galvenais likums.)

LĀZA valde: Ugis Gruntmanis, Juris Lazovskis, Zaiga Alksne-Philips, Jānis Dimants, Kaspars Tūters, Ēriks Niedrītis, Daina Dreimane, Andis Graudiņš, Gundars Katlaps, Karīna Beinerte, Atis Bārzdiņš, Aleksandrs Kalniņš, LĀZA biroja vadītāja Latvijā Kamena Kaidaka.

Preserving the Spirit of the Era in Which we Live

Juris Lazovskis, *chairman, LĀZA*

Dear colleagues:

I congratulate our new board members. I was delighted to read the list of our long-term colleagues in America along with the newly elected Dr Laris Galejs. Dr Andis Graudiņš will continue to represent Australia, and we will also be represented in Europe – Dr Alda Urtāne in Norway and Kārlis Rācenis in Latvia.

As I think back to the last eight years of the LĀZA under the leadership of Uģis Gruntmanis, I think about the fact that our reciprocal links with Latvia have established and strengthened the LĀZA over the years that have gone by. Our level of recognition and prestige were renewed and given a modern content in accordance with the LĀZA motto: “To do everything that we can to facilitate the education and partnership of students, residents, doctors and dentists who are involved in health care and science.”

As an important period in the history of the LĀZA comes to an end, I wish to thank from the bottom of my heart my predecessors in the job of chairman – Bertrams Zariņš, Kaspars Tūters and Jānis Dimants. So, too, I cherish our experienced colleagues on the board – Zaiga Alksne-Phillips and Ēriks Niedrītis. They helped to preserve the principles of the LĀZA and to bring them through a period of changing eras to the present day. Our organisation has preserved the aura of its standards of honesty and morality.

As is the case with any organisation established by diaspora Latvians, the LĀZA has experienced moments of doubt. When Latvia regained its independence, we had to revisit our goals because one of the primary ones – facilitating the country’s freedom – had already been achieved. I think that the LĀZA felt itself to be a ship at sea which needed to chart its course. This situation was addressed by Uģis when he took over leadership, actively contacted LĀZA members, launched a dialogue with medical education and health care organisations in Latvia, established personal contacts with young doctors and helped them to gain practical experience during visits abroad. Uģis was not a blank sheet of paper when he first joined the board or when he became the chairman of the LĀZA. He had written many articles in Latvia and abroad about health care problems and the economics of health. These were always fascinating and fact-based. As a professor who headed the programme for residents at one of the best medical universities in

the United States – the University of Texas Southwestern – Uģis felt certain about the ability of establishing a medical education system in Latvia that would be in line with modern principles. Uģis moved from the United States to Latvia in 2019, and during this period he gained unique experience by touring a number of countries to study their health care education programmes and the practical solutions that had been identified. He started on the West Coast of the United States and then travelled to Hawaii, Japan, Vietnam and Cambodia, establishing personal contacts in each of the countries. It seemed that Latvia was a country which was liberated in physical, spiritual and moral terms and that Uģis would make a great contribution toward improving Latvia’s system of medical education. Sadly, his transparency and absolute principles related to the need for immediate change came up against the governing winds of politics and the legislation that was and was not passed.

I was always proud about the erudition of the LĀZA and Uģis Gruntmanis when he spoke publicly about his worries about Latvia’s health care system shifting to the private sector, the nepotism that often governs the provision of health care resources, a lack of transparency in transactions with the pharmaceutical industry, leaving primary health care and preventive care on the back burner, instead giving preference to expensive and state-financed procedures, and, finally, the deterioration in the ratings of higher education institutions in Latvia.

Since 2020, Uģis has been back in Latvia as a full-time professor of endocrinology at Dartmouth University, but he has never broken his links with the LĀZA and Latvia. We were directly involved in preparing the law on the diaspora which took effect in 2019. Among other things it provides for a simplified approach when comparing the education, academic degrees and professional degrees of members of the diaspora to the requirements which prevail in Latvia.

The fact that Uģis Gruntmanis and the office director of the LĀZA in Latvia, Kamena Kaidaka, were active members of the organisation’s board from 2015 until 2023 ensured successful and flourishing co-operation with health care institutions and the educational system in Latvia. Enthusiasm appeared when the results of these processes were positive. Monthly board meetings led to new ideas about events and about how to continue work on projects that had already begun. Daina Dreimane and her digital skills ensured the preservation and

updating of the LĀZA page on Facebook. This was an innovative contribution, and Daina has also organised the monthly conference “55 Minutes with the LĀZA” on Zoom. This is a good example of a partnership that serves the interests of the LĀZA and of colleagues in Latvia and around the world. I wish to thank Daina for representing the LĀZA with reports at congresses of medical professionals in Latvia. She has also taken active part in the scholarly conferences of students at the Rīga Stradiņš University. Board members Karīna Beinerte and Kaspars Tūters helped to introduce a western approach toward diagnosing and treating mental disorders. They also involved themselves in discussions about psychiatry in Latvia and helped actively to optimise and transform residents who specialised in paediatric psychiatry. Atis Bārzdiņš used his philosophical approach toward relations between doctor and patient, and he was very precise when it came to our organisation’s finances. He and Zaiga Alksne-Phillips helped to ensure financial and spiritual balance. Anda Graudiņa, her experience in Australia, and her work at the Stradiņš University in Rīga all helped to strengthen the LĀZA’s “transcontinental” reach.

An émigré organisation which has slowly planted its roots in Latvia’s health care and education system will never be a bulldozer which achieves its goals by sweeping everything in its path away. We really want to improve the situation with health care and education, but we always have to remember the realities of life in Latvia. Many LĀZA board members have served as guest lecturers or salaried faculty members at medical universities in Latvia, and they have been happy to share their western experience in the fields of medical education and health care. Our partnership with the Rīga Stradiņš University and the University of Latvia, of course, has been time-limited. Each of us has his or her own impressions, but we are as one when it comes to the importance of interacting with students and residents in Latvia. We are sometimes bemused because we’re often asked to teach foreign students at Latvia’s institutions of higher education, thus providing more information about how these institutions finance themselves, but also posing questions about the preservation of quality in the educational process.

It was ironic that during the LĀZA board election period in the autumn of 2023, there were two topics in the public arena in Latvia and the world which were at one time energetically addressed by Uģis Gruntmanis – the largest number of foreign students as against the capacity of universities and the population of the

country (the journal of the Swedish Medical Association has written about the impressions of western students who have studied medicine in Eastern Europe),¹ as well as critical aspects of medicinal ethics in the field of medical care (Dr Elīna Aleksejeva has written about her experience at the Stradiņš Clinical University Hospital).²

Both situations have been discussed at LĀZA board meetings. Local issues often reflect global trends. As we discussed the matter of foreign students, we realised that this was not a situation that was unique to Latvia. At the University of Cape Breton in Canada, 67% of students are from abroad and mostly from India. The second highest percentage in Canada is at the University of Prince Edward Island – 30%.³ This has led to fundamental social changes, a crisis in terms of housing, public transportation and jobs, as well as serious questions about the quality of the education process.^{4 5}

Another key issue in the area of medical care relates to which doctor is responsible for a patient who has arrived at hospital. Canada has the principle of the “most responsible physician” – the person who is assigned to a patient when he or she arrives there. It can be a physician from the reception unit, a family physician, a surgeon or an internist. The most responsible physician may change during the process of treatment, and there can also be changes when the original doctor has time off. The documents of the patient, however, must always contain the name and phone number of the most responsible physician.

The LĀZA hopes to preserve its historical role of contacting and supporting doctors who have come to western countries and of serving as a “bridge” with a focus on Latvia. We will continue to share the experience which we have gained abroad to help medical professionals of Latvian origin and the system of medical education in Latvia. As the global and local situation changes ever more swiftly, including the appearance of artificial intelligence in the field of medicine, new challenges are constantly appearing, and the LĀZA, like any organisation, must address them.

As our new board starts its work, I hope that we all preserve the spirit that is required in our day and age. Kārlis Apinis was the first chairman of the LĀZA, and he could not have imagined the challenges which we face now, 77 years later. The future success of the LĀZA will depend on us, our ability to adapt to new circumstances, and our far-sightedness. I wish us all every success!

1 See https://lakartidningen.se/aktuellt/nyheter/2023/10/lakarstudenter-larmar-om-utbrett-fusk-pa-lakarprogram-i-osteuropa/?fbclid=IwAR1JV4hCApg6kFqAFKR7egorWRP6_TFT6PT8xWAORIfO2zDYLy8mEkHq840_aem_AfjAEPy77AHMbPlvIKLwex87PehAL1RODn0XCcJD0ETj6Lyb-sMo

2 See <https://www.lsm.lv/.../23.09.2023-stradina-slimnica.../>

3 See Cape Breton University responds to concerns over international student enrolment | CBC News

4 See (636) Cash Cows: Foreign student recruitment crisis at Canadian universities | W5 INVESTIGATION- YouTube.

5 See Foreign students are 'cash cows' for Canadian universities- Study International.

LĀZA vadība jaunās rokās (2024-2027)

2023. gads bija Latviešu ārstu un zobārstu apvienības (LĀZA) valdes vēlēšanu gads. Balsstiesīgie LĀZA biedri līdz 1. maijam izvirzīja kandidātus jaunajai valdei, bet līdz 24.oktobrim izteica savu nostāju, aizpildot vēlēšanu biļetenu, kurā bija minēti valdes kandidāti. Vēlēšanas notika elektroniski un pa pastu. LĀZA sekretāre Daina Dreimane apkopoja vēlēšanu rezultātus un novembra valdes sēdē informēja par tiem jauno un aizejošo valdi.

Ceļamaizei jaunajai valdei LĀZA biedri deva savus ieteikumus: Turpināt fantastiski iesākto darbu! Sadarboties ar Latvijas ārstiem, rīkot pieredzes apmaiņu ārstiem speciālistiem. Turpināt Zoom konferences un konsultatīvās iespējas. Turpināt atbalstīt Latvijas medicīnas sistēmas attīstīšanu uz rietumu pasaules filozofiskām un ētiskām normām un dot atbalstu jauniem ārstiem un studentiem, lai samazinātu ārstu aizplūdi no Latvijas. Sadarbību un dialogu ar Latvijas Ārstu biedrību, lai kopīgi veicinātu dažādu jaunu ideju ieviešanu, paužot kopēju nostāju dažādos ar veselību saistītos jautājumos publiski. Nepagur! Domāt par jauniem darbiem, bet padarīt arī iesāktos!

2024. gada 7. janvāra sēdē jaunievēlētā valde pieņēma lēmumu par to, kā tiks sadalīti valdes amati. Balsojumā par valdes amatiem bija liela vienprātība.

Juris Lazovskis, Kanāda – LĀZA priekšsēdis

Daina Dreimane, ASV – LĀZA vicepriekšsēde

Alda Urtāne, Norvēģija – LĀZA sekretāre

Zaiga Alksne-Phillips, ASV – LĀZA kasiera

Atis Bārzdriņš, ASV – LĀZA kasiera vietnieks

Ēriks Niedrītis, ASV – LĀZA speciālie projekti, Prof. Ilmāra Lazovska Medicīnas fonda vadītājs

Laris Galejs, ASV – LĀZA biedrzinis Amerikā

Andis Graudiņš, Austrālija – LĀZA biedrzinis Austrālijā un Jaunzēlandē

Kārlis Rācenis, Latvija – LĀZA biedrzinis Eiropas Savienībā

LĀZA eksprezidenti – Bertrams Zariņš, Kaspars Tūters, Jānis Dimants un Uģis Gruntmanis aicināti darboties valdē padomdevēju statusā. Paldies, valdes locekļiem, kuri savu darbu LĀZA valdē nevēlējās turpināt, bet ir devuši daudz laba iepriekšējā periodā – Karīnai Beinertei, Gundaram Katlapam un Aleksandram Kalniņam! Neatsverams ir bijis Kaspara Tūtera un Uģa Gruntmaņa devums, lai vienotu un stiprinātu latviešus visur, kur esam!



Juris Lazovskis, M.D., LĀZA priekšsēdis

Dzimis Rīgā. Beidzis ar izcilību Rīgas Medicīnas institūtu (1985). Ārsts Cēsvainē un Madonā (1985- 1990). Latvijas Medicīnas akadēmijas (tagad Rīgas Stradiņa universitāte) klīniskais ordinators un lektors iekšējās slimībās (1990-1997). Papildinājis zināšanas internajā medicīnā Mineapolē (1997- 2000). Specializējies reimatoloģijā Minesotas Universitātē Mineapolē (2000-2002). Kopš 2003. gada reimatologs Jaunskotijā, Kanādā. No 2009. gada docētājs iekšējās slimībās un reimatoloģijā *Dalhousie U* Halifaksā (Kanāda), no 2018. gada – vieslektors LU. LĀZA valdē kopš 2015. gada. LĀZA sekretārs (2015- 2019), LĀZA vicepriekšsēdis (2020-2023), LĀZA priekšsēdis no 2024. gada 1. janvāra.

„Priecājos, ka 2019. gada septembrī, uzturoties Rīgā un pasniedzot reimatoloģijas nodarbības LU ārzemju studentiem, man bija arī iespēja tikt ar nākamajiem Latvijas reimatologiem – pašreizējiem rezidentiem. Pārrunās tapa skaidrs, ka kādreiz pastāvošā atšķirīgā pieeja

reimatisko slimību diagnostikā un ārstēšanā starp Latviju un ārzemēm strauji izzūd. Ceļošanas un informācijas ieguves un apmaiņas brīvība nojauc barjeras. Medicīniskā taktikā jēdzieni “pie mums” iepretim “pie jums” tāpat ar laiku kļūst vēsturiski. Pakāpeniski uzlabojoties vispārējai veselības aprūpes sistēmai, būs svarīgi paturēt prātā, ka reimatoloģijā lielāks finanšu ieguldījums nenozīmē automātiski pareizākas diagnozes varbūtību un lielāku pacienta gandarījumu par labāku iznākumu. Reimatoloģijā spilgti redzams, kā jau pirmreizējās vizītes laikā iespējams ar lielu varbūtību nokļūt diagnozei uz pēdām, kā, reizēm pat atturoties no dārgu izmeklējumu ordinācijas, ir iespējams nenovirzīties no sākotnēji noteiktās pareizās diagnozes. Pacienta uzklaušanās atvēlēto minūšu vērtība ir lielāka par labumu no plašu laboratorisko izmeklējumu nekritiskas nozīmēšanas. Rietumu patērētāju sabiedrības pārmērību rezultātā dzimušo konfrontējošo jēdzienu “*when Less is More*” (“mazāk ir vairāk”) var tikpat labi attiecināt uz biežāko reimatisko slimību diagnostiku. Arī esenciālie ārstniecības ieteikumi biežākām reimatiskajām

slimībām (kā osteoartrīts, fibromialģija, ģikts) ir lēti un pat bezmaksas. Pēc vairāk nekā 20 gadiem, kas pavadīti rietumu medicīnas sistēmā, ir liels gandarījums atkal sastapties ar Latvijas studentiem un rezidentiem. Gandarījumu nes palīdzēšana saskatīt pozitīvismu un iespējas Latvijā un cenšanās nepieļaut kļūdas, ar kuru sekām pašreiz cīnās rietumu, īpaši Ziemeļamerikas,

medicīna. Mijiedarbība ar Latvijas kolēģiem tiešā saskarsmē un ar tīklošanās radītām iespējām palīdz dalīties ne tikai pieredzē un bagātināt vienu otru, bet caur to – kalpot galējam mērķim – mūsu pacientiem, lai kur gan tie, gan mēs paši atrastos – ārzemēs vai Latvijā – visiem vienā, aizvien sarūkošo attālumu pasaulē.”

Daina Dreimane, M.D., LĀZA vicepriekšsēde



Dzimumsi Latvijā, beigusi Rīgas Medicīnas institūta (tagad RSU) Pediatrijas fakultāti (1980) un klīnisko ordinatūru pediatrijā (turpat, 1990). Strādājusi Ogres rajona poliklīnikā (1980-1985), Rīgas 1. Bērnu slimnīcā (1987-1993). Beigusi pediatrijas rezidentūru Teksasas *Tech* universitātē (1996). Specializējusies bērnu endokrinoloģijā Kalifornijas U Losandželosā (1996-1999). Kopš 1999. strādā kā endokrinoloģe ASV. Diabēta un endokrīno slimību grupā San Antonio, Teksasā (1999-2002). Mācībspēks Dienvidkalifornijas U Losandželosā (2002-2008). Teksasas *Tech* Universitātes Pediatrijas departamenta asociētā profesore un Bērnu endokrinoloģijas klīnikas vadītāja (2008-2018). No 2018. gada strādā par bērnu un pusaudžu endokrinoloģi *Childrens Hospital Orange County*. Ir RSU viesprofesore. Atbalsta Latvijas ārstu un studentu pieredzes apmaiņu. Izveidoja un vada LĀZA Facebook lapu LĀZApasaulē. LĀZA biedre kopš 1999. gada, valdē kopš 2015. gada. LĀZA sekretāre no 2020-2023, LĀZA vicepriekšsēde no 2024. gada 1. janvāra.

“Jauno gadu sagaidot, gribas domās pakavēties pie skaistākajiem brīžiem un paveiktā, kas noguls atmiņā kopā ar 2023. gadu. Katram no mums un visiem kopā šis ir bijis izaugsmes, noturības un kopīgu sasniegumu gads. Ar pateicību un optimismu pārdomāju pēdējo divpadsmit mēnešu notikumus, no kuriem daudzi ir bijuši tieši vai netieši saistīti ar LĀZA. Pēc astoņiem

gadiem LĀZA valdes priekšgalā savas priekšsēža pilnvaras noliek profesors Uģis Gruntmanis. Viņš ir bijis neapstrīdams dzinējspēks un ideju ģenerators, un uz viņa dalību valdē padomdevēja statusā ceram arī nākotnē. Aizejošā valde ir funkcionējusi kā draudzīga un saliedēta komanda, un mēs esam pierādījuši, ka kopā varam darboties organizācijas mērķu un misijas piepildīšanai.

Es ļoti priecājos, kas esmu atkal ievēlēta valdē, un tas nozīmē, ka varēšu turpināt savus iemīļotos projektus ar Facebook un “55 minūtes ar LĀZA”, sadarbojoties ar kolēģiem Latvijā un ārvalstīs.

Raugoties uz priekšu un plānojot darbu kopā ar LĀZA jaunievēlēto valdi, no tās sagaidu jaunas idejas un iespējas. Esmu pārliecināta, ka organizācijas 75 gadus veidotais pamats kalpos kā trampīns tam, ko mēs kopā jaunā sastāvā varam paveikt nākamajā gadā un turpmāk.

Dzīvojot pasaulē, kur turpinās asiņaini konflikti, ciešanas un netaisnība, gribu novēlēt mums visiem spēkiem cīnīties par mieru, lai varam turpināt veidot savu un mūsu nācijas kopīgo likteni.

Lai 2024. gads sniedz prieku, labklājību un piepildījumu ikvienam no jums un jūsu mīļajiem.”

Alda Urtāne, M.D., LĀZA sekretāre



Dzimumsi Latvijā, Preiļos, ārstu ģimenē. Beigusi Rīgas Stradiņa universitāti (2006). Pēc rezidentūras RSU ieguva ginekologa un dzemdību speciālista sertifikātu. Strādāja Bērnu klīniskajā universitātes slimnīcā (BKUS). Papildus specializējusies bērnu un pusaudžu uro-ginekoloģijā Helsinku Universitātes slimnīcā.

Kopš 2013. gada dzīvo Norvēģijā. Strādāja Helse Fonna slimnīcas vispārējā ginekoloģijas un dzemdību

nodaļā, pašlaik vairāk privātp praksē un aktīvi darbojas projektos, lai izglītotu sievietes par dažādiem veselības jautājumiem. LĀZA biedre kopš 2017. gada, LĀZA sekretāre no 2024. gada 1. janvāra.

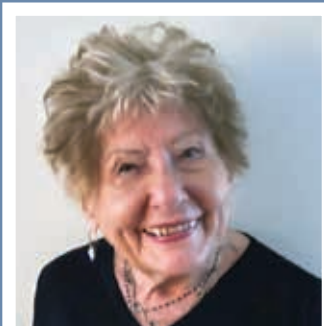
“LĀZU es redzu kā jumtu, kas savieno latviešu ārstus un citus nozares speciālistus visā pasaulē. Es domāju,

ka mēs Latvijas ārstiem esam tikpat noderīgi kā Latvijas ārsti mums. Mēs varam dot ārzemēs iegūtās zināšanas, pieredzi un kontaktus, bet Latvijas ārsti mums palīdz saglabāt medicīnisko saikni ar Latviju. Reizēm pieķeru sevi pie domas, ka nav tik vienkārši saprast savu identitāti. Es vairs īsti neesmu latvietē, bet neesmu arī norvēģiete.

Latvija ir uzņēmusi savu medicīnas attīstības kursu. Ir ļoti interesanti skatīties, kā postpadomju mentalitāte saskaras ar jauno kolēģu eiropisko domu gājienu.

Šis ir ļoti skaists laiks Latvijas medicīnā! Vēlējos pievienoties LĀZA valdes komandai, lai vēl aktīvāk iesaistītos sadarbībā starp latviešu ārstiem visā pasaulē.”

Zaiga Alksne-Phillips, M.D., FAAP, LĀZA kasiere



Dzimumi Rīgā. Beigusi Vašingtonas Universitāti Sietlā ar B.S. (1956) un M.D. grādu (1959), specializējusies pediatrijā. 1977.gadā sāka darbu privātpraksē *Allegro Pediatrics Bellevue*, Vašingtonas pavalstī.

Kopš 1989. gada uzsāka ciešu sadarbību ar Latvijas bērnu ārstiem gan ar lekcijām, pārrunām, konsultācijām, gan sadarbībā ar ASV organizācijām. Ir pilsētu Belvjū (*Bellevue*) un Liepājas sadraudzības projekta iniciatore. 1992. gadā izveidoja Draudzības Māsu pilsētu (*Sister Cities*) sadarbības saites starp Belvjū un Liepāju. Organizēja un piedalījās “*Healing the Children*” sadarbībā, kas veica operācijas un bērnu aprūpi Liepājā un ASV (1993-2000). 1995.gadā Zaigai Alksnei-Phillips pasniegts Liepājas pilsētas Domes Atzinības raksts, viņa saņēmusi Amerikas Latviešu apvienības, Latvijas Republikas Veselības ministrijas un Latvijas Republikas Ministru prezidenta pateicības rakstus. Ir Latvijas Ārstu biedrības Goda biedre. 2005.gadā apbalvota ar Atzinības krustu. Saņēmusi LĀZA Atzinības rakstu Par nozīmīgu ieguldījumu „Latviešu ārstu un zobārstu apvienības” darbā, tās mērķu un uzdevumu realizācijā (2017), par ilggadēju un nesavtīgu devumu RSU studējošo profesionālajā izaugsmē un attīstībā, vairāku gadu garumā atbalstot izglītību, starptautisko pieredzes apmaiņu un pētniecību pediatrijā, Zaigai Alksnei-Phillips piešķirts RSU Goda doktores nosaukums (2020).

Nodibinājusi “Dr. Zaigas Alksnes Phillips Stipendiju” Vītola Fondā, atbalstot studijas trim rezidentiem pediatrijā. Kopš 2021. gada jūnija ir pensijā. Turpina apmeklēt lekcijas, piedalās ZOOM semināros, ceļo, daudz lasa un vairāk izbauda kulturālos pasākumus, kā arī kopā pavadīto laiku ar trim pieaugušiem bērniem un diviem mazdēliem. LĀZA sekretāre (1998-2002), LĀZA Ziņu redaktore (2001-2005), vicepriekšsēde (2008-2015) un LĀZA kasiere kopš 2015. gada.

„Iespēja novērot cilvēku pieeju, aprūpi citās valstīs paceļ izglītības līmeni ārstiem, studentiem un skolotājiem. Sevišķi vēlos pieminēt, cik nozīmīga bija pieredzes apmaiņa invalīdu un bērnu ar attīstības traucējumiem aprūpes laukā. Personīgu prieku man dara dotā iespēja savā mājā izmitināt piecus Latvijas ārstus, kuri ieguva pieredzi ne tikai savā specialitātē, bet novēroja sistēmu un darbības organizāciju, ārstu - pacientu attieksmi un ieguva profesionālas draudzības, kas veicina turpmāko informācijas apmaiņu. Pricējājos un atbalstu LĀZA tagadējo un turpmāko darbību – galvenokārt atbalstīt jaunos ārstus ne tikai ar iespējām tālākai izglītībai, bet palikt un strādāt Latvijā. Tas ir panākams tikai tad, ja strādāšana un darbs ir apmierinošs, ir atzinība, attiecīga alga un nav jāstrādā vairākās darbavietās. Latvijā ir ļoti vajadzīgi tādi speciālisti kā psihiatri, psihologi, sociālie darbinieki, kas veicinātu tautas veselību.”

Atis Bārzdiņš, M.D., LĀZA kasiera vietnieks



Dzimis Latvijā. Pabeidza Latvijas Medicīnas akadēmiju (šobrīd RSU) 1994. gadā. Pēc iekšējīgo slimību rezidentūras pabeigšanas Rīgā, 1997. gadā uzsaka pēcdiploma apmācību ASV. Beidza iekšējīgo

slimību rezidentūru *NYU Downtown Hospital* (2000-2003), hematoloģijas un onkoloģijas *fellowship* programmu *St. Luke's-Roosevelt* slimnīcā Ņujorkā (2003-2006). Kopš

2004. gada praktizē savā specialitātē Kolorado, Floridā, kopš 2010. gada – Vašingtonas štatā. Kopš 2013. gada strādā *Pacific Medical Centers*, daudzspecialitāšu grupā kā praktizējošs medicīniskais onkologs un hematologs Sietlā, ASV. LĀZA valdē kopš 2019. gada, LĀZA kasiera vietnieks no 2019. gada.

“Pirmajā posmā, kad darbojos valdē, pildīju LĀZA kasiera palīga pienākumus, piedalījies “55 minūtes ar LĀZA” veidošanā, vadot divus no šiem ikmēneša

pasākumiem: vienu par jautājumiem hematoloģijā, kas aktuāli ģimenes ārstiem, otru par ārstu aizbraukšanu no Latvijas. Par pēdējo – ārstu aizbraukšanas jautājumu – kopā ar Dr. Andi Graudiņu (Austrālija) un Dr. Dainu Dreimani (ASV) veidojām “LĀZA Apkārtrakstā” publicētus pārskatus, kuros analizējām iemeslus, sekas un risinājumus tam, kāpēc ārsti izvēlas atstāt dzimteni, un kā veicināt vai nu to atgriešanos, vai nozīmes saglabāšanu Latvijā. 2021. gadā piedalījies atklātās vēstules sagatavošanā, izsakot LĀZA valdes viedokli par Latvijas Republikas Satversmes 110. panta grozījumiem, kas varēja ietekmēt viendzimuma pāru un viņu bērnu tiesības Latvijā.

Izvirzot savu kandidatūru vēl vienam LĀZA valdes sasaukumam, plānoju turpināt uzsākto darbu gan kasiera palīga lomā, gan arī citās LĀZA aktivitātēs. Vēlos piedalīties diskusijās un stimulēt talantus, kas varētu rast risinājumus Latvijai specifiskām problēmām. Ceru piedalīties diskusijā par nacionālo psihotraumu un tās nozīmi Latvijas tautas un diasporas garīgajā veselībā un attīstības procesos. Vēlos arī turpināt dalīties savā pieredzē, kas iegūta, strādājot vēža slimnieku aprūpē ASV, un censties palīdzēt uzlabot paliatīvo aprūpi Latvijā. Personīgā līmenī vēlos saglabāt saikni ar dzimteni.”

Ēriks A. Niedrītis, M.D., LĀZA speciālo projektu koordinators Profesora Ilmāra Lazovska Medicīnas Fonda izveidotājs un vadītājs



Dzimis Ņujorkā. Apmeklējis Longailendas latviešu skolu un Rietummičiganas Universitātes Latviešu valodas un vēstures kursus. Beidzis ar uzslavu *Brown U Rodailenda* ar Sc.B. grādu (1980) un Sirakjūsas U (*Syracuse University*) Ņujorkas štatā ar M.D. grādu (1984). Papildinājis zināšanas *Winthrop University Hospital* Longailendā (1987) un ģimenes medicīnā *Long Island Jewish Medical Center* (1988). Specializējies vispārējā medicīnā. Kopš 1988. gada privāta prakse Longailendā, kur ir vienīgais latviešu ārsts un puse prakses ir latvieši. Ārsts konsultants un eksperts *Zucker Hillside Psychiatric Hospital division of Long Island Jewish Medical Center Northwell Health*. Ņujorkas Ev. lut. draudzes valdes loceklis. Dejo Ņujorkas deju kopā JUMIS. Latvijas Nacionālās Opera Ģildes valdes loceklis. Latviešu Federālās Kredītbiedrības valdes loceklis. Raksta latviešu valodā rakstus ASV latviešu avīzei “Laiks” par LĀZA. Rīkojis Ziemeļamerikas Latviešu Dziesmu Svētkos LĀZA sēdes, piedalījies Pirmajā Vispasaules latviešu ārstu kongresā (1989). LĀZA vicepriekšsēdis (1986-1991), LĀZA speciālo projektu koordinators no 1991. gada, Profesora Ilmāra Lazovska Medicīnas Fonda izveidotājs un vadītājs.

“Mūsu Prof. Ilmāra Lazovska Medicīnas fonds kopš dibināšanas ir sniedzis pāri par 100 medicīnas studentu stipendijām. Pirmie stipendiāti tagad jau paši ir cienījami

ārsti un pasniedzēji. Turpināsim piešķirt stipendijas no mūsu ierobežotajiem fonda līdzekļiem, ar lielu pateicību pieņemot arī finansiālo atbalstu no Ojāra Veides Fonda. Tomēr ceram nākotnē saņemt prāvus ziedojumus, ko varētu glabāt kā līdzekļu avotu stipendijām, lietojot tikai procentus. Ja latviešu ārstu skaits ārzemēs samazinātos, mēs tad varētu paļauties uz šiem procentu līdzekļiem stipendijām no neaizskaramā kapitāla. Tāpat cerams, ka tagad tie ārsti, kuri agrāk saņēma stipendijas, būs atsaucīgi un ziedos fondam, lai varam atbalstīt Latvijas studentus un arī saglabāt prof. Ilmāra Lazovska piemiņu.

Turpināsim arī jau seno tradīciju – Ziemeļamerikas Latviešu Dziesmu Svētkos LĀZA sietus, ieskaitot 2024. gadā Toronto 4. jūlijā. Ar lepnumu varu teikt, ka mēs no visām latviešu profesionālām organizācijām vēl arvien rīkojam Dziesmu Svētku laikā tikšanos ar latviskām lekcijām un draudzīgām pārrunām ar kolēģiem pie pusdienu galda un vīna glāzes ar kontaktu izmaiņu. Mūsu mērķis ir palielināt zobārstu skaitu LĀZA biedru rindās, kā arī aicināt medmāsas, fizioterapeitus un citus kolēģus, kam interesē latviešu tautas veselība, pievienoties LĀZA.”

Laris Galejs, M.D., LĀZA biedrzinis Amerikā

Dzimis Eimsā (*Ames Iowa*), Amerikas Savienotās Valstīs. Beidzis Aijovas Valsts Universitāti ar M.D. grādu (1992). Mācījies *William Beaumont* slimnīcā, Detroitā internatūrā un ķirurģijas rezidentūrā (1993-1994), tad specializējies uroloģijas rezidentūrā (1995-1998). Dienējis

8 gadus ASV karaspēkos, dienestu beidzis kā pulkvežleitnants (1998-2006). Pēc tam strādājis privātpraksē – vispirms Omahā, Nebraskas štatā, tad Detroitas



apkārtnē, bet pēdējie 3 gadi Ziemeļmičiganā. Bijis asociētais profesors *Wright State University* Deitonā, Ohaio štatā, militārajā medicīnas skolā (*Uniformed Services University of Health Sciences*) un Nebraskas Universitātē Omahā, Nebraskas štatā. Mācījis urologiju un ģimenes medicīnu rezidentiem. Korporācijas *Lettonia* loceklis. Dzied Mičiganas Latviešu korī, piedalījās dziesmu un deju svētkos Rīgā 2023. gadā. LĀZA valdē kā LĀZA biedrzinis Amerikā no 2024. gada 1. janvāra.

“Bērnībā biju ļoti aktīvs latviešu sabiedrībā un arī skautos – gan amerikāņu, gan latviešu. Biju Ērgļu Skauts.

Absolvēju Garezera Vasaras vidusskolu (1984). Gan skautos, gan pēc tam karaspēka daļās atkārtoti mācīja – “*service before self*” (domā par citiem, nevis par sevi). Tagad, kad darba slodze mazāka, bērni pieauguši, gribu ziedot savu laiku un savas spējas tautai, cik varu. LĀZA ir gan daudz mainījusies pēdējos 20 gados. Kādreiz tā bija tikai diasporas organizācija. Ir labi, ka valdē tagad ir vairāki Latvijas latvieši. Gribu darboties, lai saites paliek arvien ciešākas starp diasporas un Latvijas ārstiem, protams, it īpaši ar urologiem. Sākot darbu LĀZA valdē, zinu, ka būs daudz iespēju, kā to paveikt.”

Andis Graudiņš, MB BS (Hons), PhD, LĀZA biedrzinis Austrālijā, Jaunzēlandē



Dzimis Austrālijā. Ieguvis savu medicīnisko grādu Jaundienvīdvelsas Universitātē (1984) un turpmāk specializējies neatliekamās medicīnas specialitātē (*Australasian College of Emergency Medicine*). Izstudējis

klīnisko toksikologiju Masačūsetsas Universitātes Medicīnas centrā pie Bostonas, ASV un ieguvis doktora grādu (PhD) toksikoloģijā Sidnejas Tehniskajā universitātē (*Sydney Technical University*). Strādāja Sidnejā akadēmiskajās slimnīcās, palīdzēja izveidot tajās Klīniskās toksikoloģijas nodaļas. 2009. gadā pārcēlās uz Melburnu un vada Monaša Universitātes slimnīcas Toksikoloģijas nodaļu un MU toksikoloģijas pētniecības programmu. Ir Monaša Universitātes (*Monash University*) Medicīnas fakultātes profesors. Konsultē toksikoloģijas jautājumos Saindēšanas informācijas centrā, *Austin Hospital*, Melburnā. Kopš 1998. gada ir tuvas saites ar Rīgas Austrumu klīniskās universitātes slimnīcas (RAKUS) Toksikoloģijas nodaļas ārstiem, kur vairākas reizes viesojies, kā arī pasniedzis seminārus, lekcijas un sastrādājis pētniecības projektos. Kopš 2019. gada viesprofesors RSU Anestezioloģijas un reanimatoloģijas katedrā, kur apmāca medicīnas studentus neatliekamās medicīnas un klīniskās toksikoloģijas aktualitātēs ierakstītā lekcijas programmā gan latviešu, gan angļu valodā. Aktīvi piedalās latviešu sabiedrības dzīvē. Dzied

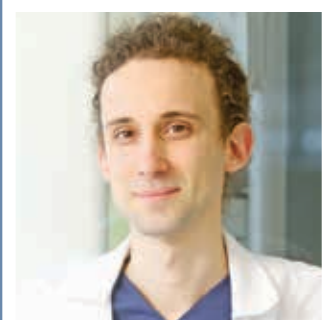
Melburnas latviešu vīru korī “Veseris” un jauktajā korī “Daina”, kā arī turpina dejojot tautas deju grupā “Piektais Ritenis”. Austrālijas Latviešu kultūras dienu Melburnā (2023) organizācijas komitejas loceklis. LĀZA valdes loceklis kopš 2019. gada. LĀZA biedrzinis Austrālijā un Jaunzēlandē no 2024. gada 1. janvāra.

„Austrālijas saistība ar LĀZA ir bijusi minimāla pēdējos gados. Ir svarīgi atjaunot Austrālijas biedru skaitu LĀZA saimē ar nolūku stiprināt saites starp Austrālijas medicīnas profesionāļiem un Latvijas medicīnas, zobārstniecības un farmācijas studentiem, rezidentiem un medicīnas speciālistiem.

Ir svarīgi stiprināt Latvijas medicīnas akadēmisko un pētniecības ietekmi pasaules rangā, it sevišķi sniegt vairāk pētniecības rakstus angļu valodas medicīnas presē. Ar šādu mērķi ir svarīgi uzsākt sadarbību ar ārpus Latvijas latviešu pētniekiem ar pieredzi dažādās pētījumu metodēs, kā arī ar labām angļu valodas žurnālu ziņošanas prasmēm.

Kā LĀZA valdes loceklis ceru turpināt dot padomu un palīdzēt veicināt sadarbošanos klīniskajā un pētniecības jomā tālajā Austrālijā. Tāpat uzskatu, ka it sevišķi svarīgi mums visiem uzturēt, attīstīt un glabāt latviešu valodu, kultūru, vēsturi un tradīcijas, lai nodrošinātu to nodošanu nākamajām paaudzēm gan Latvijā, kā arī latviešu diasporā.”

Kārlis Rācenis, M.D., LĀZA biedrzinis ES



Dzimis Latvijā. Beidzis Rīgas Stradiņa universitātes Medicīnas fakultāti (2015) un rezidentūru internajā medicīnā (2018) un

nefroloģijā (2022). Strādā P. Stradiņa Klīniskajā universitātes slimnīcā (PSKUS) Nefroloģijas centrā. Ir mācībspēks RSU un strādā pētniecībā par bakteriofāgu izmantošanu infekciju ārstēšanā, kā arī piedalās dažādos

nefroloģijas pētījumos. Vadīja Latvijas Jauno ārstu asociāciju (LJĀA) (2017-2020), bija arī Latvijas Ārstu biedrības valdē. Aktīvi iesaistījies dažādos veselības politikas veidošanas jautājumos, piedalījies valstisku dokumentu izveidē - ārsta standarts, jaunais algu modelis, rezidentūras organizēšana, veselības aprūpes finansējums u.c. Covid-19 laikā vadīja vienu no lielākajām Covid-19 nodaļām valstī PSKUS. Līdz 2023. gadam bija Latvijas Nefrologu asociācijas sekretārs. 2023. gadā ieguva *Dr. med.* grādu. LĀZA valdes loceklis un LĀZA biedrzinis ES no 2024. gada 1. janvāra.

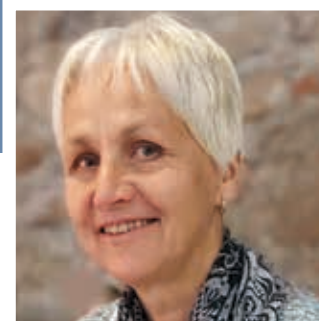
“Uzskatu, ka pie amatam/vietām nedrīkst sēdēt sēdēšanas pēc, ja ir, ko dot, tad ir jāstrādā. Ja esmu iesaistīts kādā organizācijā, darbā, tad tam nododos nopietni un pēc savas sirdsapziņas. Noteikti ir arī ētikas

un morāles principi, pie kuriem pieturos. To redzu arī kā vienu LV medicīnas sabiedrības trūkumiem, ētikas normu, reizēm arī profesionālo normu, neievērošanu/pārkāpšanu savstarpēji, pret jaunākiem un vecākiem kolēģiem, pret sievietēm, pret pacientiem.

Viens no maniem nelieliem sapņiem ir par veiksmīgāku apmaiņu organizēšanu. Uzskatu, ka jaunajiem ārstiem no Latvijas ir aktīvi jānododas uz ārzemēm, lai paplašinātu savu redzesloku. Šāda pieredze ilgtermiņā veicinās Latvijas medicīnas veiksmīgu attīstību.

Ļoti novērtēju LĀZA līdz šim paveikto un tās ikdienas paveiktos darbus! Mana vēlme un pienesums LĀZA tiešā mērā var būt saistīts ar organizācijas ciešāku sasaisti ar Latvijas medicīnas notikumiem.”

Kamena Kaidaka, M.D., LĀZA biroja vadītāja Latvijā, LĀZA Apkārtraksta redaktore



Dzimumi Latvijā. MD grādu ieguvusi Rīgas Medicīnas institūtā 1987. gadā (tagad RSU). Zinātniski pētnieciskais darbs no 1987-1990 LZA Organiskās sintēzes institūtā (OSI), vēlāk praktizējoša ārste, no 1997. gada medicīniskā redaktore veselības žurnālā, galvenā redaktore žurnālā "Latvijas Ārsts" (2001 -2012). Apbalvota ar Atzinības krustu 2010. gadā. Latvijas Ordeņu brālības valdes locekle. Publikāciju autore sabiedriskajos medijos. Aktīva sabiedriskajā darbā. LĀZA biedre kopš 2016. gada. No 2016. gada LĀZA biroja vadītāja Latvijā, "LĀZA Apkārtraksta" redaktore, LMF administratore Latvijā (no 2022).

„LĀZA tie ir četri burti, bet tik daudz dažādu seju, tik atšķirīgi un bagāti dzīves stāsti. Ir labi redzēt, ka LĀZA ir domapmaiņas vieta dažādām paaudzēm no dažādām zemēm. Un tas, ko redzu šobrīd, ka domapmaiņa palīdz pieņemt gudrus un nākotnē vērstus risinājumus, ka LĀZA nav vientuļa sala, bet tā sadarbojas ar senām un jaunākām sabiedriskām kustībām, ar Latvijas valsts institūcijām, ar

sabiedriskajiem medijiem, kuros LĀZA vārds un tās viedoklis ir bieži dzirdams. „Cilvēks dzīvo tik augstu dzīvi, cik augstu lido viņa domas”, šos rakstnieka un Pirmā pasaules kara virsnieka Kārļa Štrāla vārdus gribu teikt visiem, kas lasa Apkārtrakstu, un novēlēt vienmēr piedomāt pie tā, ko domājam. Apkārtraksts, ko LĀZA jau kopš tās dibināšanas laika ir saglabājusi kā nemainīgi svarīgu izdevumu, lai tajā krātu un nodotu tālāk savu biedru domas, darbus un vēlmes, ir vēl viens lietišķs pierādījums, ka visos laikos tikai vienojoties kopējiem mērķiem, tikai atmetot nemitīgas rūpes par savu labklājību, var stāties pretī agresijai un var arī to uzveikt. Un LĀZA biedru dzīvesstāsti, ko var lasīt Apkārtraksta daudzajos numuros, tam ir apliecinājums. Lai iedvesmojamies no drosmīgiem, uzņēmīgiem un sirdsgudriem cilvēkiem! Lai paši kādam varam būt iedvesmas avots!”

Aicinām atjaunot savu aktīvu darbību LĀZA vai pievienoties LĀZA!

Aicinām pievienoties LĀZA veselības aprūpes nozares profesionāļus un zinātniekus kopējam mērķim – visiem spēkiem veicināt veselības aprūpē un zinātnē iesaistīto studentu, rezidentu, ārstu un zobārstu izglītību un sadarbību neatkarīgi no Jūsu pašreizējās dzīves vietas.

***LĀZA biedrus lūdzam sūtīt atjaunotu informāciju par saviem kontaktiem uz laza@lazariga.lv
Par iespējām kļūt par LĀZA biedru lūdzam skatīt www.lazariga.lv sadaļā /Par LĀZA/iestāties***

Profesora Ilmāra Lazovska Medicīnas fonda stipendijas – LĀZA atbalsts medicīnas studentiem

Kamena Kaidaka, LĀZA biroja vadītāja Latvijā

Nenoliegsim, ka katrs no mums kādā savas dzīves brīdī ir saņēmis atbalstu. Varbūt pat nav tik svarīgi, cik liels, iespaidīgs, tas bijis, bet tieši tas, ka atbalstu saņēmām, ir nozīmīgākais. Tāda ir arī Profesora Ilmāra Lazovska Medicīnas fonda dibinātās stipendijas sūtība – atbalstīt vecāko kursu medicīnas studentus viņu izvēlētajā dzīves ceļā. 2023. gadā LĀZA jau 18 reizi piešķir Prof. Ilmāra Lazovska Medicīnas fonda stipendijas labākajiem Rīgas Stradiņa universitātes un Latvijas Universitātes Medicīnas fakultātes studentiem, lai palīdzētu un atbalstītu viņus ceļā uz ārsta amatu. Tas ir vienreizējs finansiāls atbalsts, uz ko var pretendēt vecāko kursu medicīnas studenti,

kam ir ne tikai labas sekmes mācībās, plašs interešu loks, bet kas arī savu turpmāko dzīvi ir nolēmuši saistīt ar ārsta profesiju Latvijā. Aktīva sabiedriskā darbība un dalība sociālos projektos, kā arī ģimenes finansiālā situācija arī tiek ņemta vērā. LĀZA ar prieku atbalsta arī jaunās ģimenes. Stipendija 500–1000 USD apjomā tiek piešķirta 3–5 pretendentiem katru gadu. Kopš 2016. gada tiek piešķirtas arī veicināšanas stipendijas, kas apjoma ziņā ir mazākas, bet tāpat nozīmīgas. Pieteikumus izvērtē un lēmumu pieņem Profesora Ilmāra Lazovska Medicīnas fonda stipendiju komisija. Kopējais stipendiju apjoms 2023. gadā bija 6 000 USD.



2023. gada Profesora Ilmāra Lazovska Medicīnas fonda stipendiāti un LĀZA biedri un atbalstītāji svinīgajā LĀZA sarīkojumā Latvijas Ārstu biedrībā 2023. gada 30. jūnijā. Stipendiāts Antons Miščenko (RSU/4. kurss) atradās mācībās ASV. No kreisās: Anna Ilva Miķelsone, Elīna Fainveice, Agate Kristena Krieviņa, Aija Tumova, Dāniels Makoveckis, Dr. Edīte Lazovska, Dr. Ēriks Niedrītis, Evita Kokina, Marta Anna Ozoliņa, LĀZA biedri Dr. Atis Bārzdiņš (ASV), Dr. Daina Dreimane (ASV), Latvijas Jauno ārstu asociācijas valdes loceklis Dr. Jānis Vētra, LĀZA biedre Dr. Annemarija Linares (ASV, Latvija), Dr. Kamena Kaidaka.

Un te ir vieta nelielai atkāpei, lai atgādinātu, kāpēc tapa fonds, kas nu jau daudzus gadus atbalsta studentus. Latviešu ārstu un zobārstu apvienība jeb LĀZA, ir apvienība ko 1947. gadā Vācijā Eslingenā dibināja Otrā pasaules kara beigu posmā no padomju okupācijas trimdā devušies latviešu ārsti un zobārsti, lai stiprinātu viens otru, lai balstītu un palīdzētu izdzīvot jaunajos, skarajos svešatnes apstākļos. LĀZA kodolu veidoja LU Medicīnas fakultātes profesori un pasniedzēji. Laiki mainījās, un apvienības biedru klusi lolotā cerība, ka reiz lāziešu zināšanas atkal noderēs Latvijai, ar otro Atmodu ir papildījušās. Tagad LĀZA biedriem ir



LĀZA balvas stipendiātiem

jauns mērķis – “visiem spēkiem veicinātu veselības aprūpē un zinātnē iesaistīto studentu, rezidentu, ārstu sadarbību un izglītību”. Profesors Ilmārs Lazovskis bija viens no pirmajiem Latvijas ārstiem, kas savienoja abas pasaules – viņa viesošanās Ziemeļamerikā kopā ar Tautas fronti 1989. gadā bija kā pirmā bezdelīga – pavasara vēstnese. Tad jau bija 1989. gada vasarā Pirmais Vispasaules latviešu ārstu kongress, jaunas tikšanās, jaunas draudzības saites starp trimdas un Latvijas kolēģiem. Profesora Ilmāra Lazovska aiziešana mūžībā 2003. gadā bija sāpīgs brīdis visai latviešu sabiedrībai, neatkarīgi no kontinenta, kurā dzīvoja. Kā savās atmiņās par profesoru Lazovski raksta LĀZA valdes loceklis, onkologs Atis Bārzdiņš no Sietlas – “Profesors Ilmārs Lazovskis bija viens no spilgtākajiem sava laika Latvijas inteliģences paraugiem, kas pievērsa uzmanību ne tikai šauri profesionāliem jautājumiem, bet arī tautas kultūrai un dzīves izkopšanai kopumā. Tieši šāda daudzšķautņaina darbība dažādās dzīves sfērās radīja profesora īpašo reputāciju un ietekmi, kas turpinās arī ilgi pēc viņa aiziešanas.”

Vēlme saglabāt profesora piemiņu arī bija iemesls, kāpēc neilgi pēc profesora nāves LĀZA biedrs un valdes loceklis ģimenes ārsts no Ņujorkas Ēriks Niedrītis nodibināja Profesora Ilmāra Lazovska Medicīnas fondu, kam līdzekļus sniedz LĀZA biedri un atbalstītāji, bet pēdējos gados to ļoti dāsni atbalsta arī Ojāra Veides fonds, kas ir Kanādā dibināts fonds, lai saglabātu kāda cita cilvēka piemiņu – latviešu ārste profesore Irēne Groduma ar šo fondu vēlējās saglabāt sava brāļa Ojāra Veides – LU medicīnas studenta, kurš krita Otrā pasaules kara laikā, piemiņu.

Pirmie Profesora Ilmāra Lazovska Medicīnas fonda stipendiju 2005. gadā saņēma tagad jau pieredzes bagāti ārsti – Aina Ivanova, Andrejs Ivanovs, Roberts

Veidemanis, Madara Kapeniece un Mārtiņš Malzubris. Šo 18 gadu laikā stipendijas ir saņēmuši 103 medicīnas studenti. Par to, kā stipendija izlietota, kā tā noderējusi, stipendijas saņēmēji sniedz aprakstu, ko ik gadus publicē žurnālā “LĀZA Apkārtraksts”. Kā saka Dr. Aina Kratovska, kura 2006. gadā saņēma LĀZA atbalstu, viņai studiju laikā tas bijis ļoti nopietns un ļoti vajadzīgs atbalsts, lai varētu turpināt mācības un arī saprast, cik vērtīgi ir pārvarēt nedrošību un rīkoties, lai sasniegtu mērķi. Nu jau RSU docētāja, Rīgas Austrumu klīniskās universitātes slimnīcas radioloģe Aina Kratovska pati ir sniegusi rekomendācijas saviem labākajiem studentiem un rezidenti, lai arī viņi varētu saņemt LĀZA atbalstu, kas savulaik tik nopietni ir ietekmējis viņas pašas profesionālo izaugsmi.

Pretendentiem līdz 15. aprīlim bija jāiesniedz pieteikuma dokumenti, bet pēc iesniegto dokumentu izskatīšanas, atlases komisija tikās ar pretendentiem Latvijas Ārstu biedrībā klātienē. 2023. gads bija pirmais gads pēc COVID pandēmijas, kad atkal saruna ar pretendentiem notika pie apaļā galda. Pandēmijas laikā tās bija virtuālas tikšanās. Sarunā ar 14 pretendentiem piedalījās LĀZA valdes locekļi – fonda veidotājs un vadītājs Dr. Ēriks Niedrītis (ASV), asoc. prof. Daina Dreimane (ASV), vēsturnieks Mārtiņš Vesperis, kurš no 2023. gada ir Okupācijas muzeja darbinieks, prof. Ilmāra Lazovska dzīvesbiedre Dr. Edīte Lazovska, Latvijas Jauno ārstu asociācijas valdes loceklis Dr. Jānis Vētra un LĀZA biroja vadītāja Dr. Kamena Kaidaka (Latvija). Konkurence bija sīva, jo visi pretendenti tiešām bija pelnījuši atbalstu, parādīdami gan izcilas sekmes, gan būdami aktīvi sabiedriskajā dzīvē. Ļoti nozīmīgu vietu lēmuma pieņemšanā komisija piešķir arī rekomendācijā teiktajam. Rekomendācijas sniedza studentu pasniedzēji.



RSU dekāne prof. Jana Pavāre sveic LĀZA stipendiātus

Visi pretendenti pēc sarunas ar komisiju dāvanā saņēma "LĀZA Apkārtrakstu" nr. 171. un ielūgumu uz LĀZA svinīgo sarīkojumu 30. jūnijā Latvijas Ārstu biedrībā kopā ar saviem atbalstītājiem un pasniedzējiem.

Tomēr ne visi konkursi vienmēr beidzas ar uzvarām, lai gan, kā atzina paši pretendenti, arī dalība konkursā bija atkal jauna pieredze, atkal jauna cīņa un uzvara pār neuzņēmību, pār šaubām par sevi. Džili un nozīmīgi pretendenti būtību atklāja arī tie citāti un atziņas, ko topošie ārsti izvēlējās par savu dzīves moto un ierakstīja pieteikumā. "Es nevaru tikai tad, kad nedaru! Tiklīdz daru, tā varu!" – šos vārdus izvēlējās LU Medicīnas fakultātes 6. kursa studente Agate Kristena Krieviņa, un to patiesuma apliecinājums ir arī konkursa rezultāts.

2023. gadā Profesora Ilmāra Lazovska Medicīnas fonda stipendiju 1000 USD apjomā ieguva četri Latvijas medicīnas augstskolu vecāko kursu studenti – Elīna Fainveice (RSU/4. kurss), rekomendāciju sniedza prof. Ilze Grope, bērnu infektoloģe, un Dr. Ieva Puķīte, pediatre, bērnu gastroenteroloģe; Dāniels Makoveckis (RSU/4. kurss), rekomendāciju sniedza doc. Gita Gersone, RSU Fizioloģijas un bioķīmijas katedra, un prof. Ilze Štrumfa, RSU Patoloģijas katedras vadītāja; Antons Miščenko (RSU/4. kurss), rekomendāciju sniedza doc. Jevgenijs Proskurins – RSU MF Fizikas katedras vadītājs, un Dr. biol. Artūrs Ābols – Latvijas Biomedicīnas pētījumu un studiju centra vadošais pētnieks; Aija Tumova (RSU/6. kurss), rekomendāciju sniedza asoc. prof. Ingus Skadiņš – RSU Medicīnas fakultātes prodekāns, docētājs RSU Bioloģijas un mikrobioloģijas katedrā un asoc. prof. Kaspars Auslands – Rīgas Austrumu klīniskās universitātes

slimnīcas neiroķirurgs, RSU Neiroloģijas un neiroķirurgijas katedras docētājs.

Profesora Ilmāra Lazovska Medicīnas fonda veicināšanas stipendijas (500 USD) ieguva četri studenti: Marta Anna Ozoliņa (LU/5. kurss), rekomendāciju sniedza asoc. prof. Džanna Krūmiņa, Anatomijas un histoloģijas katedra, un doc. Dagnija Gulbe, LU Medicīnas fakultātes lektore; Agate Kristena Krieviņa (LU/6. kurss), rekomendāciju sniedza prof. Gundega Knipše – LU MF Anatomijas un histoloģijas katedras vadītāja, un Ph.D. Kaspars Peksis – otorinolaringologs; Evita Kokina (RSU/5. kurss), rekomendāciju sniedza Ph.D. Gunta Laizāne, RSU Pediatrijas katedra, BKUS 21.nodaļas virsārste, bērnu infektoloģe, un Dr. Ingvars Rasa, endokrinologs, RAKUS stacionārs Gaiļezers, LOKMSA prezidents; Anna Ilva Miķelsone (RSU/6. kurss), rekomendāciju sniedza prof. Gunta Lazdāne, Dzemdniecības un ginekoloģijas katedra, Sabiedrības veselības institūta vadošā pētniece RSU, un asoc. prof. Anna Miskova, ginekoloģe, dzemdību speciāliste, RSU Dzemdniecības un ginekoloģijas katedra.

Profesora Ilmāra Lazovska stipendijas saņēmējiem un viņu draugiem, LĀZA biedriem un atbalstītājiem 30. jūnija rīts bija īpaši skaists. Jau Dziesmu svētku pieskandinātajā Rīgā rīta agrumā saules pielietajās Latvijas Ārstu biedrības telpās kopā nāca LĀZA stipendiāti, LĀZA valdes locekļi, biedri un atbalstītāji, kā arī stipendiātu viesi. Stipendiātus sveica Fonda vadītājs Ēriks Niedrītis, pasniedzot Sertifikātu un ar LĀZA atbalstu tapušo grāmatu "Tā mēs atgriezāties..." par vienu no LĀZA dibinātājiem – anatomu, antropologu prof. Jēkabu Prīmani. Siltus ceļavārdus izvēlētajā profesijā teica RSU dekāne prof. Jana Pavāre, Latvijas Ārstu biedrības prezidente Ilze Aizsilniece, prof. Ilmāra Lazovska dzīvesbiedre Dr. Edīte Lazovska, LĀZA sekretāre asoc. prof. Daina Dreimane (ASV), LĀZA valdes loceklis Dr. Atis Bārzdiņš (ASV), LĀZA biedri Dr. Mārgers Kravals (Kanāda) un Dr. Annemarija Linares (ASV, tagad Latvija). No stipendiātu saimes pateicības vārdus par atbalstu teica RSU students Dāniels Makoveckis, vēlreiz uzsverot, cik atbalsts un uzmanība ir katram no stipendiātiem nozīmīga, un sakot lielu paldies LĀZA par ilggadējo atbalstu un arī visiem, kas bija atnākuši sveikt stipendiātus. Nekur zāle nav zaļāka, nekur maize nav bez garozas – tie bija LĀZA biedra Dr. Mārgera Kravala gudrības vārdi Latvijas studentiem, tomēr ceļš uz zināšanām nav iezīmēts ar valstu robežām, šis ceļš ir ejams visu mūžu, jo tāda ir medicīnas būtība – vienmēr pētīt, domāt, rast risinājumu, lai cilvēka mūžs būtu veselīgāks – tāpat skaistāks.

Prof. Ilmāra Lazovska medicīnas fonda stipendiju pasniegšanas sarīkojuma 2023. gada 30. jūnijā ieraksts skatāms LĀZA You Tube kanālā.

Profesora Ilmāra Lazovska Medicīnas fonda stipendiāti 2023

2023. gada jūlijā profesionālās apmaiņas programmas ietvaros devos uz Varnu (Bulgārija), kur mēnesi biju praksē *St. Marina Hospital* Bērnu hematoonkoloģijas nodaļā. Biju patīkami pārsteigta par to, cik atbalstošs bija nodaļas personāls. Mūsu mentori-dakteri daudz uzmanības pievērta pacientu fizikālajai izmeklēšanai. Augusta beigās devos uz Poznaņu (Polija), kur notika Eiropas Onkologu skolas rīkoti kursi studentiem "Multidisciplinārā pieeja onkoloģijā". Ar medicīnas studentiem un profesoriem strādājām pie projektiem – prezentācijām, ko aizstāvējām

Medicīna vienmēr saistās ar slimību un izveseļošanās procesiem. Cilvēks saslimst un ļoti ilgojās pēc savas veselības. Ja veselība ir atjaunota, cilvēks atkal var domāt par dzīves kvalitāti. Arī es, paldies Dievam tikai metaforiski, biju nonācis līdzīgā situācijā, kad es ilgojos pēc komforta un vismaz pamatlīmeņa ērtībām, ko vajag medicīnas studentam. Man bija dators, skaists un vidēji jauns. Tas kalpoja kopš pirmā kursa, kad es vēl tikai uzsāku savu garo ceļu medicīnā. Mans elektronizētais un digitālais draugs pavādīja ar mani veselus 5 gadus, kaut nebiju tam pirmais saimnieks. Ar laiku tas kļuva vecāks, bet augstā mans dators aizgāja digitālajā mūžībā.

Esmu RSU 1. gada rezidente neiroķirurģijā. Katru dienu es dodos uz Rīgas Austrumu klīnisko universitātes slimnīcu un esmu gandarīta gan par savas profesijas izvēli, gan par sev apkārt esošajiem cilvēkiem un iespēju mācīties no nozares speciālistiem. Pieteikšanās stipendijai un pats intervijas process bija iespēja atskatīties uz 6 studiju gadiem un novērtēt pašam savus sasniegumus. Studiju laikā centos izmantot katru brīdi lietderīgi – paralēli medicīnas studijām aktīvi darbojos pētniecībā un citās ārpusstudiju aktivitātēs, tostarp RSU *International Student Conference* organizēšanā un studentu zinātnisko pulciņu darbībā, kā arī ieguvu godalgotas vietas starptautiskās

Elina Fainveice



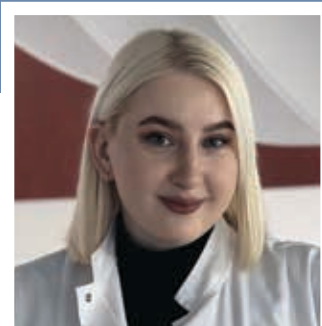
kursa noslēgumā. Domāju, ka tā ir liela vērtība jau studiju laikā iepazīties ar topošajiem speciālistiem no dažādām pasaules malām. Par jaunām zināšanām, iemaņām un iespaidiem, ko ieguvu šajā vasarā, vēlos sirsnīgi pateikties LĀZA un Profesora Ilmāra Lazovska Medicīnas fonda stipendijas sniegtajam atbalstam. Esmu pārliecināta, ka starptautiska pieredze ir nepieciešama ikvienam Latvijas medicīnas studentam.

Dāniels Makoveckis



Mans jaunais dators palīdz man gan justies ērti mācībās, gan nedaudz programmēt. Pašlaik es turpinu attīstīt savu pētījumu par digitālā rīka izveidi. Tas ir grūts un pamatīgs darbs paralēli studijām, tāpēc veltīt daudz laika es tam nevaru. Toties ar maziem soļiem, ceru, ka nonāksu pie lielā mērķa. Profesora Ilmāra Lazovska Medicīnas fonda stipendija palīdzēja man atkal justies "digitāli" veselam. Paldies par šo iespēju attīstīties, dzīvot ērti, pētīt manu mīļo medicīnu.

Aija Tumova



studentu konferencēs. Par iegūto Profesora Ilmāra Lazovska Medicīnas fonda stipendiju man bija iespēja piedalīties *European Association of Neurosurgical Societies (EANS) Neurosurgery & Technology at the Service of Humanity 2023*, kongresā Barselonā un iegādāties noderīgus studiju materiālus, tai skaitā *Mark S. Greenberg "Handbook of Neurosurgery"* mācību grāmatu. Stipendija mani atbalstīja un motivēja ne vien finansiāli, bet arī kalpojusi kā mudinājums tiekties augstāk savu mērķu sasniegšanā.



Antons Miščenko

Es izsaku pateicību Prof. Ilmāra Lazovska Medicīnas fonda stipendijai, kas man deva iespēju izpētīt ķirurga profesiju ārpus Latvijas. Saņemto stipendiju esmu izmantojis, dodoties Latvijas

Medicīnas studentu asociācijas (LaMSA) apmaiņas programmā uz Ēģipti, lai teju mēnesi vērotu un kļūtu par daļu no pediatrikās ķirurģijas nodaļas komandas. Šī

pieredze bija nozīmīga un vērtīga manā profesionālajā attīstībā. Nākotni vēlos saistīt ar ķirurģiju, taču vēl neesmu izlēmis, kurā specialitātē, tādēļ pēdējos divus gadus esmu voluntējis dažādās jomās, kā proktoloģijā, torakālajā ķirurģijā un vispārējā ķirurģijā. Ņemot vērā, ka mana ikdienas dzīve ir cieši saistīta ar mācībām, brīvprātīgo darbu slimnīcās un pētniecisko darbu, brīvais laiks un finansiālie resursi ir bijuši ierobežoti. Bez stipendijas dalība apmaiņas programmā nebūtu iespējama.



Agate Kristena Krieviņa

Stipendija deva iespēju apmeklēt divas starptautiskas konferences. Neilgi pēc universitātes absolvēšanas apmeklēju *VIII Baltic ENT Congress* Viļņā, Lietuvā. Šogad minētā konference īpaši fokusējās uz tādām

tēmām kā funkcionāla endoskopiska deguna blakusdobumu ķirurģija, galvas un kakla onkoloģija, krākšana un obstruktīva

miega apnoja, balss traucējumi un citas praksē būtiskas un bieži sastopamas tēmas. Starptautiskajā konferencē es ne tikai papildināju teorētiskās zināšanas, apmeklējot konferences ietvaros rīkotās lekcijas, bet arī uzstājos ar savu pētījumu. Otra konference, kuru apmeklēju ar stipendijas atbalstu, bija *Baltic Sleep Meeting 2023*, kas šogad norisinājās Rīgā. Stipendija mani atbalstīja un iedrošināja. 2023. gada rudenī uzsāku rezidentūru otolaringologa specialitātē.



Marta Anna Ozoliņa

Savu ceļu medicīnā esmu sākusi, iegūstot ārsta palīga izglītību 2015. gadā un neatliekamās medicīnas ārsta palīga sertifikātu 2022. gadā paralēli studijām universitātē. Kopš 2016. gada paralēli studijām esmu

strādājusi arī NMPD un palīdzējusi Latvijas veselības aprūpei Covid-19 pandēmijas laikā. Par LĀZA stipendiju uzzināju, pateicoties LU sociālajiem tīkliem. Pieteikties stipendijai mani mudināja mana ģimene, kā arī atbalstīja manas

pasniedzējas – asoc. prof. Džanna Krūmiņa un doc. Dagnija Gulbe. Kopš stipendijas iegūšanas esmu kļuvusi par Latvijas Kardioloģijas centra izveidotās Jauno kardiologu skolas LU atbildīgo vadītāju un LU MF kardioloģijas un kardioķirurģijas zinātniskā pulciņa vadītāju. Esmu uzsākusi arī zinātnisko pētniecību kardioloģijā profesora Gustava Latkovska vadībā. Pats galvenais stipendijas iegūšanas mērķis vēl gaida īsto mirkli, lai to varētu izmantot – tas ir apmeklēt ehokardiogrāfijas kursus, lai padziļinātu savas zināšanas un nākotnē varētu šo izmeklējumu arī veikt kā kardiologs.



Ilva Miķelsone

Šobrīd jau esmu uzsākusi savas darba gaitas kā jaunais ārsts - rezidents specialitātē ginekologs, dzemdību speciālists. Ļoti svarīgi ir turpināt iegūt jaunas zināšanas un attīstīties, kas ne vienmēr ir iespējams tikai

rezidentūras ciklos vien. Tāpēc vēlos pateikties LĀZA, kas sniedza nesamērojamu atbalstu rezidentūras gaitu

uzsākšanai. Par šo stipendiju es varēju iegādāties jaunāko 2022. gadā iznākušo "*Williams Obstetrics*" grāmatu par dzemdniecību, kas ir viena no svarīgākajām dzemdniecības "ābecēm" un ļaus padziļināti apgūt nepieciešamās teorētiskās zināšanas, kuras studiju laikā vēl nebija sanācis iegūt. Taču pamatā stipendiju izmantoju, lai uzsāktu apmācības ginekoloģiskās endoskopiskās ķirurģijas jomā – *The Gynaecological Endoscopic Surgical Education and*

Assessment (GESEA) Educational Programme kursos, ko piedāvā Eiropas Ginekoloģiskās endoskopijas asociācija. Pašas apmācības notiek tiešsaistē, taču apmācību gaitā ir arī vairāki eksāmeni, t. sk. praktiskie, kurus ir iespējams

nokārtot dažādu starptautisku kongresu laikā. Pateicoties stipendijai, esmu varējusi arī ielānot braucienus uz šiem kongresiem jau 2024.gadā.

Evita Kokina



Piedalīšanās Profesora Ilmāra Lazovska Medicīnas fonda stipendijas konkursā man bija kā dzinējs. Sarunas ar žūrijas locekļiem un citiem konkursa dalībniekiem noslēguma pasākumā radīja īpašu motivāciju virzīties uz priekšu un censties sasniegt savus mērķus. Tur iepazīnu tik daudz iedvesmojošu cilvēku, no kā varu un gribu ņemt piemēru. Lai sasniegtu savus mērķus un atvieglotu mācības, par iegūtajiem līdzekļiem iegādājos *Apple iPad* planšetdatoru, kam komplektā nāk īpaša pildspalva, līdz ar to varu veikt pierakstus ar roku. Ar šīs ierīces palīdzību ikdienā iespējams nēsāt līdzī pilnīgi visus savus

pierakstus un atvērt tos jebkurā laikā. Tā kā ikdienā bieži esmu ceļā Rīga–Daugavpils, novērtēju, ka līdzī nav jāņem lielās klades un grāmatas. Viss gatavošanās laiks, lai varētu pieteikties stipendijai, bija lieliska pieredze, man bija liels gods atbildēt uz stipendijas komisijas uzdotajiem jautājumiem intervijā. Noteikti iesaku piedalīties stipendiju konkursā jebkuram studentam. Pat ja neizdodas iegūt stipendiju, šī pieredze paliks atmiņā uz visu mūžu!

“Vārdi ir domu drānas” Prof. Ilmārs Lazovskis

Latvijas vecāko kursu medicīnas studentus LĀZA aicina pieteikties Profesora Ilmāra Lazovska Medicīnas fonda stipendijai 2024. Pieteikšanās termiņš - 15. aprīlis. Viss par pieteikšanos [www.lazariga sadaļā Stipendijas](http://www.lazariga.sadaļa.lv)

Latvijas Jauno ārstu asociācijas valdei – sekmes darbā!

2023. gada 11. oktobrī tika ievēlēti četri jauni Latvijas Jauno ārstu asociācijas valdes locekļi - Rūdolfs Vilde (5. gada rezidents pneimonoloģijā, PSKUS), Aija Tumova (1. gada rezidente neiroķirurgijā, RAKUS), Aleksandrs Dorogojs (3. gada rezidents uroloģijā, RAKUS), Alise Singha (sertificēta ģimenes ārsts). Darbu valdē turpinās ģimenes ārste Katrīna Priede. Valdes priekšsēdētāja pienākumus turpmāk pildīs neirologs Jānis Vētra, savukārt par priekšsēdētāja vietnieci ievēlēta anestezioloģe reanimatoloģe Anna Klēšmite-Blūma.

Bija prieks sadarboties ar līdzšinējo valdi, ko vadīja Dr. Artūrs Šilovs, bet noteikti sadarbību turpināsim arī ar jauno valdi, kurā ir gan LĀZA biedri, gan stipendiāti. Tā ka sadarbība būs cieša, jo intereses mums kopējas. Novēlam sekmes turpmākajos izaicinājumos!



Anna Klēšmite-Blūma, Alise Singha, Rūdolfs Vilde, Katrīna Priede, Jānis Vētra, Aija Tumova, Aleksandrs Dorogojs

Mirdza Neidere – izcila profesore, zobārste, izcila latviete

Dr. Kamena Kaidaka, LĀZA biroja vadītāja Latvijā

Mirdza Neidere 2023. gada 21. augustā atzīmēja savu 90 gadu jubileju. Viņas ģimenes loks, draugu un kolēģu loks ir ļoti plašs, un vienmēr viņa ir atradusi spēku un laiku sniegt atbalstu visiem, kam tas vajadzīgs.

Bufalo Universitātes profesores Mirdzas Neideres vārds ir labi zināms medicīnas pasaulē – 1964. gadā ASV viņa kārtoja eksāmenu un kļuva par pirmo sievieti, kas jebkad bija sertificēta mutes un sejas-žokļu patoloģijā. Līdz pat 2021. gadam Mirdza Neidere mācīja ASV Ņujorkas štata Bufalo Universitātes (BU) bakalaura programmas un maģistrantūras zobārstniecības studentus. 1988. un 2001. gadā Alfa Omega zobārstniecības brālība “Alpha Omega dental fraternity” viņu nosauca par “Gada skolotāju”, 2001. gadā Dr. Mirdzai Neiderei piešķirts Bufalo Universitātes Kanclera apbalvojums par izcilību apmācīšanā (*SUNY Chancellor's Award for Excellence in Teaching*), bet 2002. gadā Mirdza Neidere ieguva “Izcils profesors-pasniedzējs” statusu (“*SUNY Distinguished Teaching Professor*”). 2004. gadā Mirdza Neidere bija viena no trim pirmajiem Bufalo Universitātes jaunizveidotās balvas “*Outstanding Contributions to International Education at UB*” saņēmējiem par izcilu ieguldījumu starptautiskajā sadarbībā BU, atzīstot viņas



Bufalo Universitātes žurnāls UB DENTIST /2022

nozīmību universitātes attiecībās ar Latviju. Kā raksta Bufalo Universitātes ziņu izdevums 2004. gada pavasarī – „Jau drīz pēc tam, kad Latvija ieguva neatkarību no bijušās Padomju Savienības, Neidere atbalstīja Latvijas



Mičiganas Universitātes Zobārstniecības skola, 1958



Mirdza Neidere, Mičiganas Zobārstniecības skolas sekretāre, 1958.g. Foto no ģimenes arhīva

Medicīnas akadēmiju, konsultējot tās Zobārstniecības skolu un uzņemot fakultātes pārstāvjus īslaicīgām vizītēm BU. Viņa bieži atgriežas Latvijā, lai lasītu lekcijas un sniegtu palīdzību Stomatoloģijas institūtam Rīgā” (no *UB International* ziņu izdevuma, 2004. gada pavasaris). Mirdzas Neideres devums novērtēts arī Latvijā – 2005. gada 29. jūnijā viņa saņēma Rīgas Stradiņa universitātes (RSU) Goda doktora (*Doctor Honoris Causa*) nosaukumu par RSU Stomatoloģijas fakultātes izglītības attīstības veicināšanu. 57 gadus viņa ir strādājusi gan kā pasniedzēja, gan zinātniece. Mirdzas Neideres ieguldījums pētniecībā ir ne tikai vadītie medicīnas doktoru zinātniskie darbi, bet arī vairāk nekā 100 zinātniskās publikācijas starptautiski atzītos izdevumos.

Savas aktīvās darba gaitas Dr. Neidere beidza 2021. gadā, tomēr viņas iesaistītais Latvijas medicīnas atbalsta darbs turpinās. Tas aizsākās tūlīt pēc Latvijas neatkarības atgūšanas, vienlaikus ar iesaisti Latviešu ārstu un zobārstu apvienībā (LĀZA). Mirdza Neidere ir bijusi LĀZA valdē, bijusi organizācijas biedrīniece, kopā ar Dr. Zaigu Alksni-Phillips izdevusi “LĀZA Ziņas”. Otrais pasaules karš arī viņas likteni pāršķēla – ģimene devās bēgļu gaitās un 1950. gada martā no Vācijas pārcēlās uz ASV. Par Dr. Mirdzas Neideres dzīves daudzajām šķautnēm, par viņas dzīvesceļa liktenīgiem pavērsieniem būtu jāveido jauns raksts, bet šoreiz apstāsimies pie profesores Mirdzas Neideres neizsīkstošās sadarbības ar RSU Stomatoloģijas fakultāti. Par to savās pārdomās Mirdzas Neideres nozīmīgās jubilejas sakarā dalās RSU kolēģi.



Mirdza Neidere darbavietā, 1957-58



Zobārste Mirdza Neidere starp kolēģiem, 1957

Prof. Ilga Urtāne, RSU Stomatoloģijas institūta Ortodontijas klīnikas vadītāja

Bija 1991. gada 18. novembra priekšvakars, Latvijas vēl trauslās neatkarības pirmsākums, kad Bufalo Universitātes profesore Mirdza Neidere ieradās Rīgā. Bija pagājuši 47 gadi, kopš viņa kā 11 gadus veca meitene kopā ar ģimeni 1944. gadā bēgļu gaitās bija atstājusi Latviju. Mirdzas Neideres mērķis bija satikt Zobārstniecības fakultātes mācību spēkus, iepazīties ar Latvijas zobārstniecību un saprast, kā varētu palīdzēt. Pirms kara viņas māte bija ieguvusi zobārsta diplomu un tēvs ārsta diplomu Latvijas Universitātē. Mirdza no savas mātes bija dzirdējusi par profesora Kārļa Barona (1865–1944) laika zobārstniecības izglītību Latvijā, ka tā bijusi apritē ar Eiropu, ka bija izveidotas studentu klīnikas ar Vācijā ražotām iekārtām un tehnisko aprīkojumu, ka daudzi docētāji bija guvuši izglītību Rietumos un izveidojusies tā laika Latvijas docētāju paaudze. Diemžēl pēc 50 padomju gadu ietekmes Latvijā Mirdza Neidere sastapās ar nabadzīgo

materiāli tehnisko izglītības bāzi un ar nepietiekamām pasaules zināšanām par zobārstniecības zinātņi un tehnoloģijām. Mirdza no sirds vēlējās dāsni dalīties ar to, ko bija ieguvusi Amerikā – ar labu zobārstniecības izglītību, pieredzi un pasaules zinātnes redzējumu. Mēs to ļoti novērtējām, jo mums bija dzirkstoša vēlme mainīties un iet rietumu virzienā.

Pirms vīzītes Latvijā Mirdza Neidere bija iesaistījusies un atbalstīja sadarbības veidošanu ar Rīgas Tehnisko universitāti un profesoru Ivaru Knētu. Viena no RTU studentu grupām jau atradās Bufalo Universitātē, lai apgūtu informācijas tehnoloģiju apmācības kursu. Var teikt, ka šajā laikā veidojās pirmsākumi Rīgas Biznesa skolai pie RTU, ko tagad sekmīgi vada Jānis Grēviņš – toreiz bijušais students Bufalo Universitātē, un tagad sekmīgi turpina attīstīt sadarbību starp universitātēm.

Jau pirmajā ierašanās reizē Mirdzai Neiderei bija plāns, kā pievērsties zobārstniecības attīstībai. Viņa uzskatīja, ka svarīgi ir mūsu docētājiem dot pasaules redzējumu un zināšanas. Par mūsu ikdienas realitāti, kas tālu atpalika no rietumu pasaules iespējām, viņa mācēja izteikties bez pazemojuma un pārmetumiem, bet uzmundrinot un parādot ceļu. Man pirmajai krita laimīgā loze ar iespēju braukt uz Bufalo Universitāti. Un tā jau 1992. gada februārī Mirdza Neidere bija sagādājusi finanses, kur lielu daļu sedza Sorosa fonds, lai segtu viena mēneša vizīti Bufalo Universitātē (ASV) un dalību Starptautiskajā zobārstniecības zinātnes kongresā Bostonā, kā arī vizīti Kanādā. Viesmīlīgās Mirdzas mājas bija paredzētas tikai vēliem vakariem, naktīm un agriem rītiem, jo viss pārējais laiks bija saplānots pa dienām un stundām, lai iepazītos ar Bufalo Universitātes klīnikām, īpaši ar orālās patoloģijas un periodontoloģijas nodaļu, kurā Mirdza Neidere strādāja un vienlaikus ieņēma augstu pozīciju universitātes zinātnes vadībā. Es redzēju, kāda cieņa un augsta reputācija Mirdzai Neiderei ir no kolēģu puses. Dr. Neidere uzsvēra, ka zobārstniecības attīstībā nozīmīga loma ir zinātnēi. Māka rakstīt projektus un dabūt tiem finanses ir ceļš uz attīstību, bet, ja no desmit uzrakstītiem projektiem kaut vai diviem būs veiksmīgs rezultāts, tas arī ir labi. Zobārstniecības izglītības un zinātnes līmenis

Bufalo Universitātē bija ļoti augsts, pat salīdzinot ar citām ASV universitātēm. Ļoti interesants man bija brauciens uz Bostonu un dalība kongresā, Hārvarda Universitātes apmeklējums un tikšanās ar Bostonas latviešu izcelsmes ārstiem un zobārstiem. Mirdzas entuziasms un spēja sniegt pēc iespējas vairāk informācijas, iepazīstinot ar zobārstniecību un Amerikas dzīves kultūru, bija apbrīnas vērts. Neaizmirstama bija vizīte Toronto; Zobārstniecības skolas apskate ar plašām, bagātām materiāli tehniski nodrošinātām studentu apmācības klīnikām, iepazīšanās ar Kanādas latviešu sabiedrību un īpaši ar Pētera Apse ģimeni, kurai turpmāk bija nozīmīga loma Latvijas zobārstniecības attīstībā. Manas vizītes noslēgumā Mirdza Neidere bija noorganizējusi tikšanos ar latviešu izcelsmes zobārsti Ilzi Lakstīgalu, kura visus turpmākos gadus sadarbojās ar Stomatoloģijas institūtu, gan uzņemot savās mājas institūta speciālistus no Latvijas kongresu un pasākumu braucienos uz Ņujorku, gan dodot iespēju savā privātpraksē apgūt praktiskās iemaņas, kā arī ziedojoš lidzekļus pirmās studentu preklīnikas izveidošanai Stomatoloģijas institūtā.

Toreiz redzot un piedzīvojot Amerikas zobārstniecības attīstības līmeni, man bija profesionālais šoks un vienlaicīgi tā bija arī augsta latīņa visai manai turpmākai profesionālai dzīvei, kuras mērķis bija skaidrs – Zobārstniecības fakultātes un Stomatoloģijas institūta attīstība. Atmiņas par vizīti Bufalo Universitātē un Mirdzas Neideres augstsirdību glabāju kā dārgu pērli.

Pēc manas vizītes Bufalo Mirdza vairākas reizes ieradās Latvijā, lai tuvāk iepazītos ar mūsu speciālistiem periodontoloģijā un orālajā patoloģijā, novadītu pārrunu seminārus un uzdāvinātu jaunākās grāmatas. Viņa turpināja meklēt iespējas mūsu kolēģiem doties uz Bufalo Universitāti un apmeklēt Amerikas zobārstniecības zinātniskos kongresus. Varētu teikt, ka Mirdza veidoja sadarbības tīklu starp latviešu izcelsmes zobārstiem, ražotāju kompānijām un Sorosa fondu, lai sniegtu palīdzību Latvijas zobārstniecības attīstībai. Pēc neilga laika Mirdza Neidere bija sagatavojusi vizīti un nodrošinājusi finansējumu Terapeutiskās stomatoloģijas katedras pasniedzējām. Viena no tām bija Ingūna Grīnvalde. Viņa atceras, ka 1996. gada brauciens uz Bufalo Universitāti deva jaunu pavērsienu Latvijas periodontoloģijas attīstībā un jaunu mācību programmu izveidošanā. Uzsākt jaunu virzienu nebija viegli, radās daudzas neskaidrības un šaubas, un šādās reizēs varējām saņemt Mirdzas Neideres padomus. Ciešāka profesionālā sadarbība izveidojās arī ar Orālās patoloģijas katedras vadītāju profesori Ingrīdu Čēmu. 2023. gadā prof. Neidere ar entuziasmu gatavoja kārtējo vizīti mūsu fakultātes periodontoloģijas docētājam un rezidentūras programmas vadītājam Anetei Vaškevičai. Mirdza Neidere visu dara no sirds.



Mirdza Neidere, Rīgas Stradiņa universitātes Goda doktore, 2005. gads. RSU arhīva foto

Andris Ābeltiņš, asoc. profesors, RSU Zobārstniecības fakultātes dekāns

Pirmo reizi Mirdzu Neideri satiku 2022. gada 5. maijā, kad biju pirmajā vizītē Bufalo Universitātē. Pirms tikšanās jau biju dzirdējis labus vārdus par viņu no Jāņa Grēviņa un Ilgas Urtānes. Mūsu tikšanās notika BU Zobārstniecības skolā (*School of Dental Medicine*), kur Mirdza Neidere mūs sagaidīja ar uzrunu skaidrā latviešu valodā.

Tālāk bija vairākas tikšanās ar Bufalo Universitātes Zobārstniecības fakultātes pārstāvjiem, kurās Mirdza Neidere ņēma aktīvu dalību un varēja redzēt, ka viņai bija liela autoritāte Amerikas kolēģu vidū. Tikšanās bija ļoti veiksmīgas, un radās priekšnosacījumi tālākai sadarbībai starp universitātēm. Tika panākta vienošanās par Anetes Vaškevičas vizīti Bufalo Universitātē 2023. gada rudenī uz 1 mēnesi, un šīs vizītes izmaksas segtu Mirdza Neidere no saviem personiskajiem līdzekļiem.

Starp BU un RSU 2023. gada aprīļa beigās oficiālā vizītē tika noslēgts līgums par sadarbību zobārstniecības jomā. Līguma parakstīšanas ceremonijā piedalījās arī Mirdza Neidere.

Pēc līguma ceremonijas norisinājās neformāls pasākums *School of Dental Medicine*, kur bija uzaicināti kolēģi no zobārstniecības specialitātēm un RSU delegācijas

pārstāvji. Nākamā bija pilna darba diena ar pārrunām par iespējamo sadarbību, kurā aktīvu dalību ņēma Mirdza Neidere. Vizīti BU uzskatu par ļoti veiksmīgu, un par vienu no veiksmīgi veidojošajiem faktoriem uzskatu Mirdzas Neideres veikumu BU. Profesores tiešums, asais prāts un lieliskās komunikācijas spējas bija mūsu sadarbības garants.



Latvijas delegācija Bufalo Universitātē 2022. gada maijā. No kreisā: asoc. prof. Ingus Skadiņš, RSU Medicīnas fakultātes dekāna vietnieks, doc. Jānis Grēviņš, RTU Rīgas Biznesa skolas direktors, prof. Ilze Grope, RSU Tālākizglītības fakultātes dekāne, emeritētā profesore Mirdza Neidere, Bufalo Universitātes Zobārstniecības skola, asoc. prof. Andris Ābeltiņš, RSU Zobārstniecības fakultātes dekāns, Joseph Gambacorta, Bufalo Universitātes Zobārstniecības skolas asociētais dekāns akadēmiskajos jautājumos, un Toms Baumanis, RSU administrācijas un attīstības prorektors. BU arhīva foto

Anete Vaškevica, zobārste, periodontoloģe, RSU Stomatoloģijas institūts

Es strādāju Rīgas Stradiņa universitātes Stomatoloģijas institūtā ar pacientiem, zobārstniecības studentiem un Periodontoloģijas apakšprogrammas rezidentiem. 2023. gada rudenī (4.sept-2.okt.) man bija iespēja gūt pieredzi un veidot kontaktus ASV, Bufalo Universitātē.

Tas nebūtu iespējams bez RSU Goda doktores Mirdzas Neideres gādības un pašai izvēlētajā ieguldījuma šajā projektā. Es novērtēju to, ka varēju mācīties ne tikai akadēmiski, bet arī mācīties dzīves gudrību un to, kā veiksmīgi veidot kontaktus ar cilvēkiem ASV. Viņa parūpējās, lai es uzzinu ne tikai to, kā notiek studējošo apmācība Bufalo Universitātē, bet arī iepazītu Amerikas kultūru. Profesore Neidere, viņas draugi *John* un *Kathy*

Lazarus, kā arī profesors *Stefan Ruhl* ar sievu *Christina Ruhl* parūpējās par to, lai mana kultūras dzīve Bufalo būtu tikpat aizraujoša, kā Bufalo universitātes apmeklējumi.

Kamēr tur viesojos, vietējā avīzē iznāca raksts, ka Bufalo ir visdraudzīgākā pilsēta ASV, un es to varu pilnībā apstiprināt, jo, lai gan biju iegādājusies autobusa mēnešbiļeti, man to izdevās izmantot mēneša laikā tikai divas reizes. Universitātes darbinieki bija ļoti atsaucīgi un piedāvāja mani gan aizvest uz universitāti, gan atpakaļ uz viesnīcu katru no dienām, kamēr tur viesojos. Profesore Neidere Bufalo Universitātē tiek ļoti cienīta, mīlēta, un katram no universitātes darbiniekiem bija kāds stāsts par to, kā viņa viņiem bija kādreiz palīdzējusi. Katru vakaru



Bufalo Universitātes Zobārstniecības skolas pirmsklīnikas telpas, 2023



Prof. Mirdza Neidere un Anete Vaškevica pie Bufalo arhitektūras pērles Martin House, 2023

saņēmu no viņas zvanu un jautājumu par to, kā man pavadītājā dienā ir gājis. Professore Mirdza Neidere ir tāds cilvēks, kas priecājas kopā ar priecīgajiem un uzmundrina tos, kam ir kādas grūtības. Šis brauciens ir bijis vērtīgs ne tikai man, bet arī turpmākai RSU Stomatoloģijas institūta attīstībai, jo varēju izpētīt ne tikai Bufalo Universitātes Periodontoloģijas programmu, kurai analoģu es vadu Rīgas Stradiņa universitātē, bet arī tādas zobārstniecības apakšspecialitāšu programmas, kurām Latvijā un arī Eiropā nav līdzīgu pilna laika klātienes programmu – “Temporomandibulārās locītavas slimības un orofaciālās sāpes”.

Šīs rezidentūras programmas vadītāja Dr. *Yoly Gonzalez-Stucker* ir atvērta sadarbībai ar RSU Stomatoloģijas Institūtu un periodontoloģijas apakšprogrammu, un definējusi vairākas idejas, kā mēs varētu uzsākt sadarbību.

Rezidentūras programmas “Orālā un mutes, sejas žokļu patoloģija” rezidentūras programmas vadītājs Dr. *Alfredo Aguirre* ir izveidojis lielāko digitālo mutes dobuma patoloģiju histoloģisko preparātu kolekciju ASV, kura tiek lietota Valsts eksāmenos. Bufalo universitātē sadarbība starp protezēšanas un periodontoloģijas rezidenti ir ļoti cieša. Rezidenti ir kopēji semināri, kuros analizē dažādus klīniskos gadījumus, tāpat kā Rīgas Stradiņa universitātes Stomatoloģijas institūtā. Šos seminārus drīkst apmeklēt arī zobārstniecības studenti.

Ar profesores Mirdzas Neideres palīdzību esmu apzinājis vairākus potenciālās sadarbības ceļus starp Rīgas Stradiņa universitāti un Bufalo universitāti, kas ar laiku dotu iespēju Latvijai attīstīties un augt zinātnes sasniegumos!

Vēlos izteikt pateicību profesorei Mirdzai Neiderei par man do to iespēju papildināt savas zināšanas Bufalo universitātē. Zobārstniecības fakultātes vārdā pateicamies par neizsīkstošu ieguldījumu Latvijas zobārstniecības izglītības attīstībā, vēlam možu garu, dzirkstošu entuziasmu, labu veselību un būt gandarītai par padarīto.

Vēlējumam pievienojas arī LĀZA valde un visi kolēģi, kuriem ir bijusi iespēja būt kopā ar profesori Mirdzu Neideri.

Viesprofesūra RSU

Asoc. prof. Daina Dreimane, bērnu un pusaudžu endokrinoloģe *Childrens Hospital Orange County, ASV, RSU viesprofesore, LĀZA vicepriekšsēde*

Mana sadarbība ar Latvijas kolēģiem daudzu gadu garumā ir sagādājusi man prieku un gandarījumu. Ir daudz personīgu un profesionālu draudzību Latvijas ārstu un izglītotāju vidū, ar dažiem regulāri satiekamies starptautiskās konferencēs, kā arī apmaināmies ar viedokļiem. Esmu lasījusi lekcijas gan pēcdiploma apmācībasursos, gan Latvijas Ārstu biedrības rīkotos Latvijas Ārstu kongresos, gan piedalījusies Pasaules Latviešu Zinātnieku kongresā un RSU Studentu Zinātnes nedēļā. Šoreiz pastāstīšu par darbu kopā ar Rīgas Stradiņa universitātes Bērnu slimību katedru, kas aizsākās 2022. gada martā, kad parakstīju divu gadu kontraktu par viesprofesora funkciju uzņemšanos.

Ar profesori Daci Gardovsku bijām bieži runājušas par to, kā labāk un efektīvāk apmācīt studentus klīniskajās disciplīnās, īpaši, ja trūkst pacientu, kas var uzskatāmi demonstrēt simptomus retāk novērotām saslimšanām. Kā rosināt studenta domu procesu, mērķtiecīgu anamnēzes ievākšanu, fizikālo izmeklēšanu, diferenciālo diagnostiku? ASV studenti "rotē" sešu nedēļu blokos un strādā līdz ar rezidentiem vispārējā pediatrijā, kur vienā nodaļā parasti stacionēti bērni gan ar akūtām infekciju slimībām, gan, piemēram, diabētu, nieru slimībām, astmu un cistisko fibrozi, neitropēniju. Tā sešu nedēļu laikā apgaitās ir iespēja izrunāt daudzas slimību diagnozes, ārstēšanas plānus un vērot šos pacientus dinamikā. RSU ir nedaudz savādāk, bet abos gadījumos katrs students nekad praktiski studiju laikā neredz pacientus ar visām saslimšanām, kas pēc programmas ir jāzina. Studenti klīnikā ierodas ar labām zināšanām pirmsklīniskajās disciplīnās un ir zinātkāri un griboši tās pielietot praksē pie slimnieka gultas. Salīdzinot ar manu studiju laiku, ir tik daudz vairāk mācību līdzekļu, kas ir pieejami, neizejot no mājas, un medicīnas literatūra ar pat pavisam nesenām publikācijām dabūjama caur mobilo telefonu. Tomēr nekas nevar aizstāt labu pacienta demonstrāciju un diskusiju, jo caur saviem pacientiem mēs mācāmies un savu pacientu gadījumus atceramies.

Par viesprofesūras iespēju varu zināmā mērā pateikties COVID pandēmijai, kas mūs iemācīja un piespieda darboties un sadarboties attālināti. Man nebūtu iespējams fiziski braukt uz Rīgu mācību gada laikā, bet caur ZOOM un Panopto platformām ir iespējams gan



Daina Dreimane un asoci. prof. Ivetā Dzīvīte-Krišāne, bērnu endokrinoloģe, pediatre BKUS

vadīt seminārus, gan ierakstīt lekcijas. Rudens semestrī ierakstīju divas lekcijas. Par Panopto platformu, godīgi sakot, nebiju sajūsmā, jo redīgēt pašai savu ierakstīto izrādījās ne visai vienkārši, tāpēc ceru, ka klausītāji piedos tās dažas epizodes ar "valodas raustīšanos". Bija arī negaidīti dīvaini lasīt lekciju pašai sev, raugoties ekrānā, neredzot audiENCES reakciju, kā tas notiek parastā auditorijā. Beigu beigās bija vieglāk lekciju ierakstīt ZOOM un tad "pārcelt" uz Panopto. Paldies Alisei Ķierpei, kas man palīdzēja ar to visu tikt galā.

Otrs bija klīnisko gadījumu seminārs 2023. gada novembra sākumā Pediatrijas Ekselences programmas ietvaros. Reizi mēnesī 18:00 pēc Latvijas laika visi studenti, rezidenti un arī pasniedzēji, kam ir interese, var caur ZOOM piedalīties 90 minūšu seminārā, ko vada viens no četriem šī gada pediatrijas viesprofesoriem. Tiek sagatavoti trīs klīniski gadījumi par vienu tēmu, skarot dažādus vienas saslimšanas vai patoloģijas aspektus un ilustrējot tos ar reālu pacientu datiem un izmeklējumiem. Mana tēma bija par bērnu adipozitāti, tās diferenciālo diagnozi un mūsdienu ārstēšanas līdzekļiem. Šī programma ir jaunums, tāpēc ne mēs, ne profesore Gardovska nezināja, ko sagaidīt, bet interese bija milzīga. Pirmajos trijos semināros katram lektoram caur ZOOM pievienojās ap 270 klausītāju. Seminārs notika angļiski, auditorija bija ieinteresēta un klausījās uzmanīgi, uzdeva jautājumus, un pēc semināra dalībnieki vēl varēja pakavēties un padiskutēt. Katra semināra beigās, lai dabūtu kredītu, studentam jāatbild uz 10 programmētas kontroles jautājumiem. Izrunājām Cushing sindromu, Prader Will sindromu un eksogēnas aptaukošanās gadījumu ar "aizdomīgu" genotipu, un jaunus medikamentus, ko var pielietot arī jauniešiem un bērniem. Bija lieliski runāt, redzot ieinteresētu audienci un veidojot profesionālu dialogu par tēmu.



Daina Dreimane un prof. Dace Gardovska, RSU Pediatrijas katedras vadītāja

Esmu plānojusi šos divus gadus veltīt darbam ar RSU un gribētu, lai man būtu vairāk iespēju piedalīties apmācībā. Ļoti ceru, ka varēšu pastrādāt arī ar rezidentiem un endokrinoloģijas rezidentiem, jo cauri gadiem man ir uzkrājusies liela pieredze un nav trūcis interesantu un ilustratīvu klīnisko gadījumu, ar ko labprāt dalītos ar Latvijas kolēģiem. Lekciju lasīšana mūsdienās, kad ir tik daudz labu informācijas avotu, varbūt vairs nav tik aktuāla, bet semināri par tēmām, ar konkrētu pacientu gadījumu analīzi, kas ilustrē diagnostikas domu procesu, ir ļoti vērtīgi. Viena no barjerām ir 10 stundu laika starpība, kas apgrūtina tiešraides pasākumus, bet, kā ir teikts, kur ir gribēšana, tur ir varēšana. Paldies profesorei Dacei Gardovskai par šo iespēju!

Sieviešu veselības aprūpe ziemeļvalstīs

LĀZA valdes locekle **Alda Urtāne**, ginekoloģe-dzemdību speciāliste, Norvēģija

Pēc statistikas datiem skandināvu valstīs dzīvo vislaimīgākie cilvēki pasaulē. Vislaimīgākie cilvēki esot Somijā, tad seko Norvēģijas, Dānijas, Islandes un pāris vietas zemāk – Zviedrijas iedzīvotāji.

Kad es 2012. gadā sāku dzīvot Somijā, īsti nevarēju saprast, kādēļ pēc statistikas somi ir vislaimīgākie, bet ikdienas dzīvē tā neizskatās. Liela daļa cilvēku ir vientuļi. Skandināvu vēsā mentalitāte neveicina ciešu ģimenisku saišu veidošanu. 30 % pāru dzīvo kopā, bet nevēlas precēties. Pēdējo gadu laikā šis procents strauji pieaug. Ja neapmierina partneris, tad var atrast citu. Attiecības ģimenē ir ciešas, bet tanī pašā laikā – virspusējas. Tā veidojas ģimenes ar “maniem”, “taviem” un “mūsu” bērniem. Pusaudži agri uzsāk seksuālas attiecības, cerot aizpildīt silto attiecību trūkumu ģimenē. Veco ļaužu aprūpes namos ciemiņi ir reta parādība. Ziemas tumšajos mēnešos pašnāvību skaits strauji pieaug.

Man bija interesants novērojums pēcdzemdību poliklīnikā Espo (Helsinki piepilsēta). Jaunā māmiņa ierodas poliklīnikā 6 nedēļas pēc dzemdībām. Izskatās nogurusi, neizgulējusies. Pēc pāris vārdiem sāk raudāt. Viņa saka, ka būt māmiņai esot ļoti grūti. Vecmāte jaunajai māmiņai atbild – tu esi somiete, tu esi stipra!

Vēl man atmiņā ir palicis kādas somietes stāsts par krievu karaspēka iebrukumu Somijā 1939. gada 30.

1. 1939. gada novembra pēdējā dienā sākās tā dēvētais Ziemas karš, kad uz Somijas un Padomju Savienības robežas iedārdējās lielgabali. Atšķirībā no Baltijas valstīm, kas pakļāvās agresoram, Somija vienatnē stājās pretim padomju impērijai un izturēja. Somi varonīgi pretojās 105 dienas, līdz piespieda Staļinu noslēgt pamieru. Tas bija panākums, kas stiprina somu pašapziņu arī pēc 80 gadiem. Pilns raksts lasāms: Somi nosargāja savu brīvību <https://www.la.lv/somi-nosargaja-savu-brivibu>

novembrī, kad sākās Ziemas karš¹. Vislielākā diskusija somu vidū pirms kaujām esot bijusi par to, kur mēs viņus visus raksim, jo Somijas zemes nepietiks visam krievu karaspēkam. Par zaudējumu karā pat nevarēja būt runa!

Manuprāt, ziemeļvalstīs cilvēki sevi sauc par vislaimīgākajiem, jo viņi ir lepni par savu tautu, zemi un valodu. Viņiem svarīgi ir nācjas kopīgie sasniegumi. Individuālajiem pārdzīvojumiem ir sekundāra nozīme.

Pēc diviem pavadītiem gadiem Helsinku universitātes slimnīcā, es atgriezos Latvijā, tomēr ļoti drīz saņēmu darba piedāvājumu Norvēģijā, kur strādāju nu jau 10 gadus.

Norvēģijā, Zviedrijā, Dānijā, Islandē un Somijā sieviešu veselības aprūpes sistēma ir ļoti līdzīga. Grūtniecība tiek uztverta kā dabiska dzīves sastāvdaļa. Lielākā daļa grūtnieču ginekologu bērna gaidīšanas laikā un dzemdībās nesatiek. Apmēram 11. grūtniecības nedēļā tiek paņemtas asins analīzes, noskaidroti riska faktori un uzrakstīta grūtnieču karte (parasta A4 lapa). Tālāk novērošana parasti notiek pie vecmātes. Tikai sarežģījumu gadījumā sievietē atkal nonāk pie ģimenes ārsta, kurš tālāk var nosūtīt pie speciālista. Arī sonogrāfiju veic īpaši apmācīta vecmāte. Ja vecmātei ir aizdomas par patoloģiju, tikai tad grūtniece nonāk pie ginekologa. Par šo jautājumu nākas diskutēt gandrīz ar katru pacientu,

kas nav norvēģiete. It sevišķi pārsteigtas ir sievietes no Ukrainas. Ukrainā grūtniece pie ginekologa parādās vismaz 5 reizes grūtniecības laikā.

Norvēģijā ginekologs nav tiešās pieejamības speciālists. Tas nozīmē, ka "pa tiešo" pie ginekologa nav iespējams nokļūt. Ģimenes ārsts ir pārslogots. (Katram ģimenes ārstam ir apmēram 2000-2500 pacienti). 3,9% Norvēģijas iedzīvotāju nav sava ģimenes ārsta, un rinda dzīves laikā tā arī var nepienākt. Šīm pacientēm grūtniecības laikā tiek piešķirts pagaidu ģimenes ārsts, kurš, visticamāk, ir ārsts pirms specializācijas (uzreiz pēc 6. medicīnas kursa).

Pēc Norvēģijas Ārstu biedrības datiem uz 2023. gada 1. septembri 3,9% Norvēģijas iedzīvotāju vēl nav bijis piešķirts ģimenes ārsts. Šī ir ļoti interesanta situācija – no vienas puses, Norvēģijā ļoti trūkst ģimenes ārstu, it sevišķi lauku reģionos, no otras puses – norvēģi negrib iet pie ārstiem, kas ir ieguvuši specialitāti ārpus Norvēģijas robežām. Vienam ģimenes ārstam nedrīkst būt vairāk nekā 2500 pacientu. Vairāk nekā 235 000 cilvēku vienkārši "stāv rindā", kamēr parādīsies kāds jauns ģimenes ārsts vai arī kāds pacients nomirst.

Visiem ārstiem pēc medicīnas studijām ir divu gadu prakses periods. 6 mēneši ir jāpavada terapijas, 6 – ķirurģijas, 6 – ginekoloģijas vai psihiatrijas un 6 – ģimenes ārsta praksē. Paralēli darbam nodaļā ir nakts dežūras uzņemšanas nodaļā.

Dzemdību nodaļas tiek sadalītas pēc aprūpes līmeņa. Viszemākais līmenis ir dzemdību zāle, kur uz vietas nav pieejams ginekologs un anesteziologs. Tādas dzemdību zāles parasti ir tālu Norvēģijas ziemeļos. Lai gan tuvumā ir pieejams ātrās palīdzības helikopters vai militārā lidmašīna, šādas dzemdības ir riskants pasākums. Ne vienmēr laika apstākļu dēļ helikopters var doties ceļā. Otrs līmenis ir mazās slimnīcas, kur uz vietas ir vecmāte. Ginekologs un anesteziologs ir maksimums 10 minūšu attālumā no slimnīcas. Šādās slimnīcās drīkst dzemdēt sievietes, sākot no 36. grūtniecības nedēļas, vienaugļa, galvas guļas bērnu. Sieviete var būt ne insulīna atkarīgs diabēts, viegla preeklampsija. Nākošais aprūpes līmenis ir dzemdības no 32. grūtniecības nedēļas. Šinīs nodaļās pieņem arī dvīņu dzemdības, tūpļa guļas dzemdības. Grūtniecei var būt insulīnatkarīgs cukura diabēts vai preeklampsija. Šinīs slimnīcās ir arī neonatoloģijas nodaļa, kurā 24 stundas diennaktī ir pieejams neonatologs. Visaugstākais aprūpes līmenis ir universitātes slimnīcā. Šinīs slimnīcās dzimst dziļi neiznesti bērni, kā arī bērni, kuriem pēc dzemdībām būs nepieciešama operācija kādas iedzimtas patoloģijas dēļ.



Ģimenes ceļojums uz Lofotu salām Norvēģijas ziemeļos 2022. gadā

- Mājas dzemdības Norvēģijā nav populāras. Ja jaunā māmiņa vēlas, viņa var doties mājās 3 stundas pēc bērna piedzimšanas. Vienvietīgas palātas ir ļoti reti pieejamas.
- Dzemdībās medicīnas personālam nav atļauts kliegt, izteikt aizskarošus komentārus par sievieti. Nedrīkst pielietot fizisku spēku. Dzemdībās ir pieejama epidurālā anestēzija un par to nav jāmaksā.
- Visas darbības un manipulācijas vispirms ir jāaskaņo ar pacientu, tikai pēc tam drīkst rīkoties.
- Ja dzemdībās ir bijuši sarežģījumi, iesaistītajam medicīnas personālam ir pacientam jāpaskaidro pirms došanās mājās, kādēļ tā notika un kādēļ bija nepieciešama tieši šī ārstēšana. Reizēm ir nepieciešama vēl viena saruna pāris mēnešus pēc dzemdībām.
- Ja ir notikusi kļūda ārstēšana procesā – tas pacientam ir jāizstāsta.
- Pat ja sieviete iesper ārstam ar kāju, nedrīkst uz to reaģēt. Drīkst apjautāties, kādēļ viņa tā dara? Vai viņai kaut kā var palīdzēt?
- Pirms dzemdībām sieviete var uzrakstīt nodaļai vēstuli par to, kas viņai dzemdību laikā ir svarīgi. Viņas vēlmes iespēju robežās tiek īstenotas.
- Norvēģijā sieviete nevar izvēlēties plānveida ķeizargrieziena operāciju, jo ilgtermiņā tas nav labi sievietes un bērna veselībai.

Norvēģu ārsti baidās strādāt kopā ar nezināmiem ārstiem no Austrumeiropas, jo darba laikā šiem ārstiem "viss ir skaidrs". Viņi reti uzdod jautājumus, bet slimnīcā rezultāts ir atkarīgs no komandas darba. Ja viens komandas posms nedarbojas vai darbojas daļēji, sekas var būt katastrofālas. Kad es strādāju Latvijā, nezināšana tika pielīdzināta nekompetencei. Tas nozīmēja, ka studiju laikā neesi pietiekami apguvis mācību materiālu. Strādājot ārzemēs, papildus vēl nāk valodas barjera. Norvēģijā dežūras laikā ir pilnīgi normāli piezvanīt uz augstākas aprūpes līmeņa slimnīcu un aprunāties ar dežūrējošo speciālistu. Saruna parasti notiek profesionāli un mierīgi, pat ja jautājums ir ļoti vienkāršs. Arī speciālistu asociācijas sēdēs ir nepieklājīgi neuzdot pēc lekcijas jautājumus lektoriem. Pat ja lekcija ir bijusi ļoti vāji izstrādāta, kolēģi uzsāk diskusiju, ko šeit varētu darīt labāk. Arī kritika tiek uztverta ļoti pozitīvi.

Lai arī Norvēģija ir bagāta valsts, katru gadu tiek diskutēts, kā katra nodaļa varētu samazināt izdevumus. Ja Latvijā taupīšana notiek uz ārstu rēķina, tad Norvēģijā tās ir medicīnas iekārtas, pakalpojumi. Akūtā palīdzība tiek sniegta nekavējoties, bet plānveida manipulācijas un operācijas ir jāgaida ļoti garā rindā. Taupīts tiek, piemēram, uz jaunu operācijas instrumentu iegādi, sonogrāfu utt. Norvēģi pie ārsta iet tikai galējās nepieciešamības gadījumā. Arī ātro palīdzību drīkst izsaukt tikai ārkārtas gadījumā. Dzemdības, piemēram, nav ārkārtas gadījums.

Kopumā veselības aprūpes sistēma Norvēģijā ir taisnīga. Onkoloģijas un akūtie pacienti palīdzību saņem nekavējoties, bet profilaktiskās apskates rindu var gaidīt ļoti ilgi. Privāto klīniku ir ļoti maz. Pat ja cilvēks ir ļoti bagāts, viņam nav iespējams samaksāt un tikt rindā pirmajam pie vislabākā profesora.

5 atziņas par latviešiem

Atis Bārzdiņš, *LĀZA valdes loceklis, onkologs un hematologs Sietlā, ASV*

Iepriekšējos gados Apkārtrakstā runāju par atziņām, kas gūtas ārsta darba gaitās, kā arī pieskāros tam, ar ko sastapos, aizbraucot no Latvijas 1997. gadā un uzsākot ārsta gaitas ASV.

2023. gads bija man nozīmīgs, meklējot ceļu atpakaļ uz Latviju un latvisko. Kopā ar Sietlas latviešu kori gatavojāmies un piedalījāmies Dziesmu un deju svētkos Rīgā, kur izdevās arī pavadīt brīžus ar LĀZA biedriem un atbalstītājiem. Tā nu šoreiz nolēmu dalīties ar dažām pārdomām par Latviju un latviešiem.

Šīs pārdomas nav radušās tikai pēdējā gada laikā. Lai arī ASV esmu nodzīvojis jau vairāk nekā 26 gadus un esmu kļuvis par šīs valsts pilsoni, savā domāšanā noteikti neesmu kļuvis par tipisku amerikāni. Mana pasaules uztvere bija jau izveidojusies tajos dzīves pirmajos 27 gados, ko pavadīju Latvijā. Tāpēc tajos brīžos, kad mēģinu izprast pats sevi, domās atgriežos Latvijā.

Ir skaidrs, ka tas, kādi mēs esam, ir likumsakarīgs mūsu vēstures rezultāts. Šeit vēlos pacelt dažus jautājumus, kas saistīti ar visu mūsu kolektīvo pieredzi, ar īpašu fokusu uz tautas pārdzīvoto psihotraumu.



Atis Bārzdiņš Dziesmusvētku estrādē kopā ar Sietlas Latviešu Kori

Esam pragmatiski sapņotāji

Kā tauta apzināmies, ka esam mazi un lielos pasaules procesos bieži nespēcīgi spēlētāji. Kolektīvi mums nav daudz grandiozu pasauli izmainošu ambīciju, reāli apzinoties, ka mūsu likteni bieži noteiks tas, kas notiks ārpus Latvijas robežām. Kā tautai mums pastāvīgi jāmeklē sabiedrotos un jāpielāgojas reģionālajām ģeopolitiskajām realitātēm.

Taču, par spīti visam, klusi sevī nesam personīgu lieluma sajūtu, kas dziļi ieprogrammēta mūsu sirmās tautas pašapziņā. To spilgti nedefinēja jau Auseklis, aprakstot grimušo Gaismas kalna stalto pili, kas pacelsies, kad reiz uzminēsim sirmajā ozolā un dziļās siržu rētiņās

paslēpto pils vārdu. Tad, gaismas starus margodama, tālu tiks laista tautas slava.

Mēs tāpēc bieži no sevis sagaidām daudz. Latvieši ir ar mieru sev uzstādīt ambiciozus mērķus un neatlaidīgi strādāt gadiem ilgi, lai tos sasniegtu. Ja kas ir pārlietu vienkāršs, ērts vai trekns, mēs ātri kļūstam aizdomīgi. Mēs zinām, ka nekas mums nenāks viegli, nav pat ko cerēt! Ja kur jāiespraucas pa mazu šķirbiņu, mēs to izdarīsim. Ja jāienāk pa atvērtām durvīm, mēs drīzāk kautrīgi paiesim malā un palaidīsim citus pa priekšu.

Spārnus plēšam uzmanīgi

Ir tautas, kam ir milzīga pieredze, pārņemot svešas zemes, atrodot jaunas tirgus iespējas, izmantojot pakārtotu darbaspēku, uzvarot karus un citādi pastāvot cilvēces attīstības noteicēju priekšgalā. Tādām tautām bieži ir bijuši karaliskie nami, aristokrātija, bagātie uzņēmēji un tirgoņi, kas gadsimtos ir palīdzējuši attīstīt uzņēmības tradīcijas, garu un iemaņas. Šādu tautu pārstāvjiem bieži pastāv labi trenēta acs uz iespējām un ir efektīva starp-personālā komunikācija, pat manipulācija, kā arī individuāla pašapziņa, kas atļauj emocionāli pārdzīvot tos mikrokonfliktus, kas neizbēgami veidojas ekonomiski aktīvu indivīdu mijiedarbības procesā.

Pretstatā, latviešiem nācās gadu simtiem dzīvot sistēmā, ko radīja un vadīja citas tautas. Mums svarīgāka bija izturība un ne uzņēmība. Tāpēc, domāju, mums biežāk gribas stabilitāti un negribam sevi pakļaut nevajadzīgam riskam. Daudziem no mums ir grūti pieņemt radikālus biznesa vai darba pārkārtošanas lēmumus. Pietrūkst ticības tai neskaidrību pilnajai takai, pa kuru jāiet, lai atrastu visefektīvākos risinājumus. Mums, šķiet, vienam otru iedrošināt ir svarīgāk, nekā amerikāņiem, angļiem vai francūžiem.

Jūtam dziļi, bet rezervēti

Latviešiem izrādīt savas īstās emocijas reizēm nenākas viegli, vai arī mums nav vienkārši vienam otra priekšā atvērties. Iespējams, ka emocijas un domas ir pārlietu komplicētas, varbūt pat šķiet, ka tās varētu būt pretrunā ar kolektīvo stāstu, tāpēc klusējam.

Mūsu tautas zemapziņu vēl iespaido okupācijas gados gūtā trauma. Laikā, kad vairums cilvēces atkopās no Otrā pasaules kara murga, mūsu vecāki un vecvecāki piedzīvoja tālākas briesmas, pazemojumu un iebiedēšanu okupācijas apstākļos. Klusēšana par piedzīvoto bija nepieciešamība, un neizraudātās asaras pamazām kļuva par augsni cinismam un nespējai ticēt gan sev, gan arī citiem cilvēkiem, kas, bieži pat negribot, tika nodots arī nākamajām paaudzēm. Padomju sistēma tālāk apspieda mūsu individualitāti un iniciatīvas izrādīšanu.

Tiem, kas no okupācijas izmuka, nonākot trimdā, šī dinamika, protams, bija savādāka. Viņiem parasti nebija jāpiedzīvo tādu pašu kolektīvo bezspēcību, kāda tā bija tiem, kas palika Latvijā. Bija citas grūtības: iekļaušanās sabiedrībā, kam nebija pazīstama un parasti arī neinteresēja tā drāma, ko tie bija pārdzīvojuši. Saglabāt identitāti svešumā un to nodot saviem bērniem nebija vienkārši. Taču tas bieži tika darīts ar apbrīnojami neatlaidību.

Mana paaudze izauga laikā, kad Latvijas un ārzemju latvieši beidzot satikās. Šī dinamika bija netriviāla. No vienas puses mēs apbrīnojām vienu otru, no otras puses – bieži bija grūti pilnībā saprast, kāpēc mēs jutāmies un uzvedāmies tik atšķirīgi.

Reizēm dzīvojam mītu varā

Tautās, kas ilgstoši pastāvējušas individuālas brīvības apstākļos, to pārstāvjiem izveidojas intuitīva spēja darboties sinerģiski. Lai arī indivīdu intereses un uzskati var nesakrist, tie spēj efektīvi savstarpēji komunicēt apzinātā un neapzinātā līmenī, līdzīgi kā neironi veselīgā nervu sistēmā.

Kad tauta ir bijusi apspiesta, šāda intuitīvas komunikācijas spēja tiek traucēta. Psihologi, kas pēta personības attīstības procesus nebrīves apstākļos, norāda¹, ka apspiestībā "īstais pats" indivīdā paliek neattīstīts, neatpazīts un nenosaukts. Tā vietā, lai spētu izdzīvot apspiestības apstākļos, rodas "nepatiesais pats". Tas indivīdu savstarpējo sapratni traucē tās neapzinātajā un instinktīvajā līmenī. Kā ievainoti neironi šādi cilvēki vai nu klusē, vai reaģē pārlietu agresīvi, vai arī atsauca uz viltus signāliem. Reizēm triviālas situācijas var radīt negaidītus emocionālus uzplūdus.

Man nepatīk mūs salīdzināt ar disfunkcionāliem neironiem, taču domāju, ka šāda analogija palīdz raksturot, kā reizēm notiek sadarbība starp mums, latviešiem. Turēšanās pie neveselīgiem ieradumiem un iekapsulētās traumas, kas gūtas okupācijas laikā, palīdz uzturēt kolektīvus mītus un noteikt uzvedības veidus, kas traucē optimālā attīstībā.

Šeit nāk prātā mūsu reizēm bipolārās attiecības ar varu un autoritāti. Atkarībā no situācijas neapzināti pretojamies jebkuram, kas mums ko pavēl, aizrāda vai iesaka (tai skaitā arī valdība vai eksperti), vai tieši pretēji – varam klausīt autoritātei nekritiskā paklausībā, tai piešķirot gandrīz mitoloģiskas spējas. Es domāju, ka dinastisks vai hierarhisks favorītisms latviešiem ir sociāli pieņemamāks, nekā tas būtu ASV vai Rietumeiropā.

1 Parktal, A (2021) Traumatic past and Estonian social unconscious. Psyhoanaluus.ee



Jacob Lemmon, Dace Sortland un Atis Bārzdriņš pie "Gaismas kalna", 2023

Spējam pielāgoties un augt

Ja mums ir iespēja paskatīties uz sevi no malas, tad redzam, ka, neskatoties uz piedzīvotajām grūtībām, esam dinamiska un elastīga tauta. Mēs izrādāmies daudz spējīgāki pielāgoties un augt, nekā paši reizēm to atzīstam. Progress, ko Latvija un latvieši pēdējos 30 gados izgājuši, ir apbrīnas vērts. Mēs esam atgriezušies demokrātijā, un sabiedrība ir strauji mainījusies, risinot daudzas no tām problēmām, kas izveidojās okupācijas rezultātā.

Latviešu tautas gaišākie prāti savā neatlaidībā turpina attīstīt tās tradīcijas, kas mums palīdzējušas pārdzīvot 20. gadsimta traģēdijas. Dziesmu un deju svētku tradīcijas evolūcija šeit ir labs piemērs. Tā ne tikai netaisās iznīkt, bet spēj pulcēt rekordlielu dalībnieku skaitu, nodrošinot arī skaitļos augošās diasporas fizisku un garīgu piesaisti Tēvzemei.

Jaunā paaudze, kas izaugusi kopš Latvijas neatkarības atgūšanas, ir daudz efektīvāka savstarpējā komunikācijā un, šķiet, ir uzņēmīgāka nekā mēs, kas izaugām "attīstīta sociālisma" norietā. No tautas izdzīvošanas viedokļa svarīgākais uzdevums, šķiet, ir pārliecināt šos jauniešus palikt Latvijā un palīdzēt radīt apstākļus, kuros tie nebaidītos pasaulē laist bērnus.

Šķiet, reizēm no sevis un viens no otra sagaidām pārlietu daudz. Varbūt šāds prasīgums pret sevi ir vienīgais veids, kā tik maza tauta kā latvieši var nostāvēt mūsu sarežģītajā ģeopolitiskajā situācijā. Taču varbūt paslēptajā Gaismas kalna pils vārdā ir arī gudrība, kā to izdarīt vieglāk, ērtāk, elastīgāk. Kā bez bailēm domāt patstāvīgi, turpināt doties pretī nākotnes neskaidrībai ar ticību gan saviem, gan arī līdzcilvēku spēkiem un kolektīvajai gudrībai.



Mans tautastērps

Zaiga Alksne-Phillips

Mans Lielvārdes tautastērps ir vēsturisks. Es to pirmoreiz uzvilku Minhenē, Vācijā, beidzot pamatskolu 1949. gadā. Tas tika šūts no drēbes, kas bija līdzatvestas no Latvijas. Pēc tam lielums tika pielāgots pēc vajadzības, un beidzamo reizi es to uzvilku kādus 10-12 gadus atpakaļ. Īsto Lielvārdes jostu es atvedu no Latvijas pirms 24 gadiem, bet vainadziņu un mīci mana mammaņa, atstājot Latviju, bija paņēmusi sev līdz. Atceros, ka laikā, kad tika atklāts un publiski atzīts Hitlera-Stalīna pakts, 1989. gadā stāvēju tautastērpā ar Latvijas karogu demonstrācijā *Seattle Center* Sietlā, ASV.

P.S. Ja Jums ir savs tautastērps un tā stāsts, sūtiet to laza@lazariga.lv LĀZA vēstures lapai "Mans tautastērps"



Medicīnas pētniecībā Latvijā – kur esam un kur gribam būt? (Ārsta perspektīva)

Dr. med. Kārlis Rācenis, RSU Militārās medicīnas pētījumu un studiju centra pētnieks un doktorants, P. Stradiņa KUS, LĀZA valdes loceklis

Mūsdienu medicīna ir balstīta uz zinātnes atklājumiem un pierādījumiem. Tāpat kā citviet Rietumu pasaulē, arī Latvijā šis princips ir pamats pacientu ārstēšanā. Pētījumi medicīnā ir bāzēti vispirms jau laboratorijas pētījumos un tikai tad klīniskos pētījumos. Pacientu iesaiste tajos balstās uz konkrētiem iekļaušanas kritērijiem, tādiem kā klīniski simptomi, diagnozes u.c. Klīnisko pētījumu rezultāti kalpo kā vispārīgums un pierādījums diagnostikas vai terapijas stratēģijai un vadlīniju izveidei. Šāda veida pieejai ir daudz trūkumu, jo iekļautie pacienti, lai gan vienādi pēc atsevišķiem faktoriem (piem., slimības), tomēr ir ar būtiskām individuālām atšķirībām. Tāpēc pētījumu rezultāti var nesniegt vēlamu efektu, izmantojot to rezultātus klīniskā praksē.

Daudz tiek apskatīta un vērtēta individualizēta ārstniecības pieeja, kura arī ir balstīta pētījumos. Tā spēj izvērtēt indivīda unikālos faktorus, lai pielāgotu un izvēlētos veiksmīgāko diagnostikas, ārstēšanas stratēģiju, tādējādi arī samazinot ar ārstēšanu saistītās blakusparādības. Individualizētas ārstniecības ieviešana šobrīd saskaras ar daudziem šķēršļiem, piemēram, sarežģīta ģenētiskā un molekulārā diagnostika, komplicēta liela apjoma datu analīze un apstrāde, kompleksi ētikas apsvērumi (īpaši ārstēšanas izvēli balstot ģenētiskajā analīzē), izmaksas un pieejamība, standartizēšanas grūtības, medicīnas profesionāļu izglītības trūkums un plašas starpdisciplināritātes nepieciešamība. Tiek strādāts pie virknes tehnoloģiju, lai individualizēto pieeju izmantotu arvien vairāk, bet līdz ikdienas praksei (ar atsevišķiem izņēmumiem) vēl ir daudz darāmā. Tāpēc labākais, ko varam darīt arī Latvijā, ir ievērot pierādījumos balstītās medicīnas pieeju un izmantot individualizētās ārstniecības pieeju kā papildinājumu. Pārāk plaši izmantotais sauklis "individualizēta ārstniecības pieeja" reizēm sevī slēpj nekompetenci un nezināšanu, kā izmantot pierādījumos balstīto pieeju. Tas noved pie pacientu neatbilstošas ārstēšanas un individualizētās ārstniecības pieejas nonivilēšanas.

Pētniecības procesa un rezultātu izpratni mēs veidojam, mācoties augstskolā, lasot publikācijas ar atšķirīgiem rezultātiem, analizējot dažādās vadlīnijas un redzot likumsakarības, ārstējot pacientus. Tomēr vislabākā izpratne rodas, pašam iesaistoties pētījumu veikšanā, datu analīzē, rezultātu izvērtēšanā un



secinājumu radīšanā. Aktīva pētniecība ļauj kritiski paskatīties gan uz saviem rezultātiem, gan citu, tā parāda, cik daudz trūkumu ir plašā daļā pētījumu un to radītajos secinājumos. Ārsts-pētnieks kļūst par ekspertu savā jomā un saprot – jo vairāk es pētī, jo mazāk viennozīmīgu un neapstrīdamu atbilžu iegūstu. Skaidrs, ka izglītības un ārstniecības iestādes kļūst par nozares līderiem, ne tikai izcili ārstējot pacientus, bet arī, galvenokārt, radot jaunas atziņas un zināšanas pētījumos. Latvijas loma plašajā pasaules medicīnas zinātnes pētniecībā ir ieraugāma un ik gadu attīstās, bet tā ir nepietiekama, lai mēs un arī starptautiskā sabiedrība mūs varētu dēvēt par spēcīgiem dalībniekiem pētniecības veikšanā. Šai problēmai ir vairāki cēloņi, ar kuriem saskaras ārsti, kuri veic medicīnas pētniecību Latvijā.

Ārsta pamata uzdevums ir pacientu ārstēšana, tāpēc ikviens jaunais ārsts primāri pievēršas savai profesionālajai pilnveidei. Pirmajos 3-5 ārsta darba gados tiek apgūti būtiskākie ārstēšanas un diagnostikas principi izvēlētajā specialitātē. Apmācības laiks ir tik intensīvs praktiskajā medicīnā, ka pētniecībai šajā procesā ir otršķirīga loma. Izvēloties jau agrīni saistīt savu nākotnes ceļu ar pētniecību, pastāv liels risks, ka daļēji būs jāaudē profesionālo iemaņu attīstība. Atsevišķos gadījumos ir iespēja pievērsties tikai un vienīgi pētniecībai, tomēr šāds scenārijs Latvijā ir vērojams ļoti reti. Medicīnas studiju

un rezidentūras laikā kā obligāta prasība ir noteikta pētniecības veikšana, kas ir veicinošs solis, bet tas ne vienmēr ir pietiekams, jo liela daļa jauno ārstu pētniecību nākotnē neturpina. Šāda prakse ir normāla, jo ne visi ārsti turpinās savu nākotnes karjeru universitātēs un/vai universitātes slimnīcās.

Ārsti, no kuriem sagaidām izcilu pētniecību, uzsāk doktorantūras studijas. Varētu šķist, ka tas ir neefektīvs veids, kā radīt kvalitatīvu pētniecību Latvijā, bet esošajos apstākļos tas ir lielākais trumpis jauno pētnieku izveidē. Tas skaidrojams ar to, ka pētniecības veikšana Latvijā ir slikti apmaksāta (ja vispār ir apmaksāta) un nav novērtēta ne no sabiedrības, ne valsts puses. Ārstiem-pētniekiem savs zinātniskais darbs ir jāveic no pamatdarba brīvā laikā, lielai daļai tas kļūst par neapmaksātu hobiju. Arī doktorantūras studijas finansiālo jautājumu nespēj atrisināt, jo valsts stipendiju apjoms ir niecīgs (var iegūt 140,00 EUR stipendiju mēnesī). Tikai retajiem ir iespēja iesaistīties pētniecības projektos, lai iegūtu grantus savu pētījumu veikšanai un saņemtu par to atalgojumu, ne tikai segt materiālu izmaksas. Tomēr doktora grāda iegūšana darbojas kā sava veida stimuls pētniecības veikšanā un pabeigšanā, jo tā paver nākotnes akadēmiskās un pētniecības iespējas, kas jau ir apmaksātākas un prestižākas. Šis modelis, viennozīmīgi, nespēj veicināt izcilu pētniecību, tāpēc nebūtu pareizi nosodīt Latvijas ārstus-pētniekus par nepietiekamu veikumu, jo bez sistēmiskām izmaiņām, kas ļautu doktorantūras laikā iegūt atalgojumu un finansējumu pētniecībai un kas būtu salāgojama ar ārsta ikdienas praktisko darbu, labāku rezultātu nespēsīm iegūt. Jāatzīmē, ka vērojamas arī pozitīvas tendences, piemēram, doktorantu grantu izveide kā iniciatīva no augstskolām, kuru ietvarā paredzēts pētniecības un atalgojuma finansējums. Šāda veida pieejai būtu jābūt arvien plašākai un noturīgākai, lai mēs spētu uzlabot kvalitāti un palielināt konkurenci.

Ne mazāk būtiska ir pētniecības tradīcija. Domāju, ka tikai šobrīd (aptuveni pēdējos 10 gadus) pēc neatkarības atgūšanas spējam organizēt un sasniegt augstu pētniecības līmeni tāpat kā Rietumu pasaulē. Atšķirības pētniecības organizēšanā, apmaksā un starptautiskā sadarbībā padomju gados un mūsdienās nav veicinājušas noturīgas pētniecības tradīcijas un virzienu attīstību.

Tikai tagad varam vērot, ka tiek veidoti spēcīgi pētniecības virzieni Latvijā. Tam ir savs skaidrojums, jo tikai daļa no padomju laika pētniecības iestrādēm tika turpināta, lielākā daļa ārstu pievērsās tieši praktiskām lietām un to sakārtošanai. Bija nepieciešama Rietumu standartu ieviešana ikdienas praksē. Tas nozīmē, ka par aktīvu un kvalitatīvu pētniecību varam domāt tikai tad, kad esam daudz maz sakārtojuši praktisko medicīnu. Daudzās nozarēs tas ir noticis, bet ir daļa nozaru, kur vēl joprojām neesam sasnieguši Rietumu pasaules ārstniecības standartus. Ir nepieciešamas dažas jauno ārstu paaudzes, kuras būs pieradušas pie pētniecības kā daļas no savas ārsta dzīves, kur pētniecība tiek veikta kvalitatīvi, nesasteigti, ievērojot ētikas normas un ir viena no ikdienas medicīnas sastāvdaļām.

Pētniecības veikšanā un kapacitātes uzlabošanā liela nozīme ir valsts stratēģiskam redzējumam. Valstī būtu jāstiprina, t.sk. finansiāli, pētījumu veikšana ar zināmu stabilitāti, lai varētu veidot izcilības virzienus, kur iepriekš veiktā pētījuma rezultāti ir nākamā pētījuma pamats. Tāpat būtu jāveicina starptautiska sadarbība, kur bieži palīdz arī Latvijas izcelsmes pētnieki ārzemēs. Finansējuma trūkums un reizēm arī bailes no svešā ir būtiski faktori, kas neveicina ārzemju izcilāko pētnieku darbību Latvijā. Mēs redzam, ka tikai palēnām šis virziens attīstās. Vēl ir krietns darbs darāms, lai mēs varētu sasniegt vidējo Eiropas līmeni.



research
Latvia
Value Through Knowledge

06.01.-26.01.2023. IZSTĀDE "ZINĀTNE LATVIJAI 2023"

Izstāde apskatāma:
P.- slēgts
O. T. C.: 11.00 - 21.30
Pk. S.: 10.00 - 23.00
SV.: 11.00 - 21.30

ĀGENSKALNA TIRGUS,
Nometņu ielā 64, Rīgā





 EUROPAISKAIS
SĀTUMS
Eiropas Reģionālās
attīstības Fonds

Izstādes un kalendāra Zinātne Latvijai 2023 reklāmas plakāts. RSU pārstāv Kārlis Rācenis

Ojāra Veides fonda saknes pagātnē, bet darbība – Latvijas medicīnas nākotnei

Dr. Juris Lazovskis, *Ojāra Veides fonda vadītājs*

Savus mūža iekrājumus Dr. Emma Irēne Groduma (1916-2007), Saskačevanas Universitātes Medicīnas fakultātes profesore, izlēma nodot Latvijas jauno mediķu izglītībai un 2009. gadā izveidoja fondu sava brāļa, Latvijas Universitātes Medicīnas fakultātes studenta Ojāra Veides piemiņai. Nu jau 13 gadus Fonds finansiāli atbalsta Latvijas medicīnu. Katru gadu 4-6 jaunažiem medicīnas speciālistiem ir iespēja saņemt stipendiju \$ 2500 apmērā. Līdz katra gada 15. septembrim Ojāra Veides Fonds gaida pretendentu pieteikumus atbalstam nākamajam periodam. Fonds ir gatavs savu darbību paplašināt un aicina arī citus tautiešus to atbalstīt.

Ojāra Veides sapnis bija kļūt par ārstu. Viņa izaugsmes ceļš aprāvās smagajās Otrā pasaules kara cīņās 1945. gada pavasarī. Viņa māsa Dr. Irēnei Grodumai savu sapni par tālāku izglītību izdevās piepildīt, līdzīgi kā tūkstošiem citu tautiešu, kas devās trimdā, kad Latvija nonāca komunistu nebrīvē. Sapnis par brīvu Latviju, vajadzība vienam otru atbalstīt un iedrošināt – tie bija motīvi, kas 1947. gadā Eslingenā radīja Latviešu ārstu un zobārstu apvienību (LĀZA), par kuras biedri vēlākos gados kļuva arī Irēne Groduma. Laikam ejot, savu pašpalīdzības un vien rietumos dzīvojošo mediķu apvienojošo funkciju LĀZA aizvien vairāk nu paplašinājusi, iesaistot Latvijas mediķus – daloties ar pieredzi, sniedzot uzmundrinājumu un atbalstu.

LĀZA un arī Ojāra Veides Fonda izveides motīvi nu ir vienoti – palīdzēt Latvijas veselības aprūpē iesaistītiem profesionāļiem piepildīt viņu sapņus. LĀZA un Ojāra Veides Fonda sadarbība ir cieša un produktīva – gan piešķirot stipendijas labākajiem Latvijas medicīnas studentiem, gan jauniem veselības aprūpē iesaistītiem profesionāļiem palīdzot apmaksāt individuāli izkārtotas studijas rietumu pasaulē. 2022. gada stipendiju saņēmēji, mūsu Latvijas kolēģi fizioterapeite Linda Kornete, bērnu kardiologs Emīls Šmitiņš, radiologs Nauris Zdanovskis, ķirurgs Kristaps Eglītis, plastiskais ķirurgs Vadims Ņefjodovs, radiologs Artūrs Šilovs, iegūstot jaunas pieredzes rietumos, ne tikai auguši profesionāli, bet arī ar savu pieredzi spējuši dalīties ar citiem, kļūstot par mācībspēkiem, vadot organizācijas (piemēram, Dr. Šilovs, bija Latvijas Jauno ārstu asociācijas valdes priekšsēdētājs). Pat neilga pieredze rietumu zinātnes un sabiedrības tradīcijās spēj ietekmēt tālāku specialitātes izvēli, pavērt gaišāku skatu uz medicīnu



kopumā. Ojāra Veides Fonda finansiāls atbalsts LĀZA ļauj ik gadus saņemt Prof. Ilmāra Lazovska stipendijas arī 5-10 Latvijas medicīnas vecāko kursu studentiem. Viens no pirmajiem stipendiātiem ir Dr. Mārtiņš Malzubris, patreizējais Traumatoloģijas un ortopēdijas slimnīcas Traumatoloģijas centra vadītājs. 2022. gadā Latvijas valsts viņam piešķīra Triju Zvaigžņu ordeņa virsnieka nosaukumu, tādējādi atzīstot Dr. Malzuba izcilo darbību traumatoloģijā un rekonstruktīvajā ķirurģijā un sniedzot palīdzību ievainotajiem Ukrainas karavīriem Krievijas iesāktajā karā.

Ar ticību labā uzvarai pār pretspēku, palīdzot piepildīt sapņus un stiprinot uzticību ideāliem, Ojāra Veides fonds turpinās savu misiju. Fondā pašreiz darbojas Dr. Inese Flude, Dr. Ingrīda Šķetris un es – Dr. Juris Lazovskis, un mūsu padomdevējs, iepriekšējais fonda vadītājs Dr. Kaspars Tūters. Visi šobrīd dzīvojam Kanādā.

Ojāra Veides fonds kopš tā dibināšanas ir reģistrēts Kanādā. Kā labdarības organizācijai tam ir nodokļu atlaides, kas šo fondu padara finansiāli izdevīgu ziedojumiem. Katrs ziedotājs, ieguldot 2500 Kanādas dolāru fonda darbībā, stiprinās Latvijas medicīnu un arī savu saikni ar Latviju. Fondam ir iespēja sekot līdz mūsu stipendiātu profesionālajai izaugsmei un vēstīt par to arī plašākai sabiedrībai. Fonds būs pateicīgs par jebkura apjoma ziedojumu.

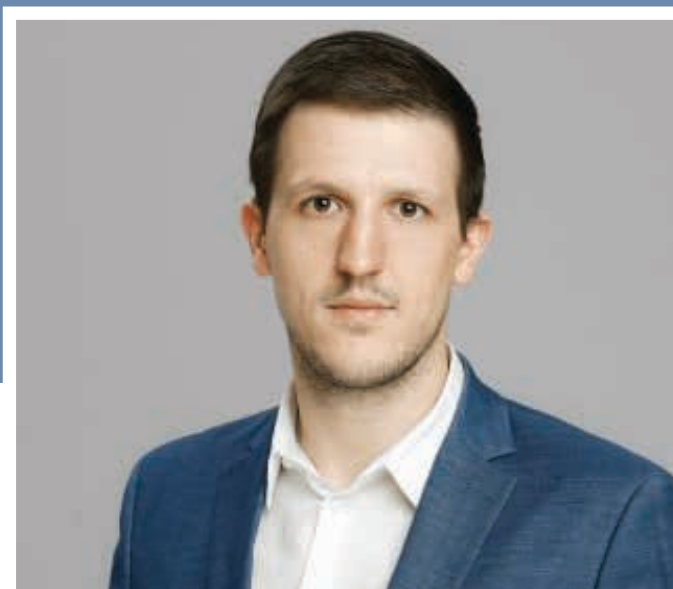
Ideāli un sapņi nosaka mūsu eksistenci. Ja tie ir īsti, tie nepakļaujas grūtībām un apspiešanai. Tie dzīvo ar mums. Tie vadījuši mūs visus, kas nonākuši svešumā un pakāpeniski, iegūstot zināmu labklājību, neaizmirstam Latviju un visu latvisko.

Vairāk informācijas par ziedojumu Kanādā reģistrētam Ojāra Veides Fondam iespējams saņemt pa e pastu:

fludehome@gmail.com vai juris.lazovskis@nshealth.ca

Pieredze ortopēdijas klīnikā Clinica San Francesco

Vadims NeĶfodovs, plastikas ķirurgs
Latvijas Mikroķirurģijas centrā,
Ojāra Veides fonda stipendiāts 2022



No 2022. gada decembra līdz 2023. gada februārim piedalījies pieredzes apmaiņas praksē Itālijas pilsētā Veronā, kur apguvu plauksta ķirurģiju ortopēdijas klīnikā *Clinica San Francesco*. Šī klīnika Itālijā izceļas ar veiksmīgu jaunāko tehnoloģiju ieviešanu pacientu aprūpē. Klīnikas plauksta ķirurģu komanda – *Enrico Carità, Alberto Donadelli, Mara Laterza* – bija pirmie, kuri Itālijā veica plauksta īkšķa pamatnes (karpometakarpālās) locītavas endoprotezēšanu ar labiem rezultātiem. Vēlējos doties praksē uz šo klīniku, lai apgūtu plauksta operāciju tehnikas, kuras šobrīd Latvijā netiek praktizētas. Organizēt un izplānot šo braucienu nebija viegls uzdevums, jo līdz praksei ar šiem ārstiem nekad nebiju komunicējis. Dr. *Carità* kontaktinformāciju ieguvu Eiropas Rokas ķirurģijas asociāciju federācijas (*Federation of European Societies for Surgery of the Hand*) mājaslapā un saņēmis drosmi rakstīju e-pastu ar lūgumu uzņemt mani – pilnīgi svešu un nepazīstamu personu – praksē uz 3 mēnešiem. Biju sajūsmā, pat nedaudz izbrīnīts, kad saņēmu apstiprinošu atbildi. Braucienam sāku gatavoties uzreiz, kad saņēmu apstiprinošo atbildi – sāku pašmācības ceļā

apgūt itāļu valodu. Protams, nekādu ievēribas cienīgu līmeni tādā veidā nevarēju sasniegt, tomēr apgūtais bija diezgan noderīgi. Pirmajā dienā, kad ieradās klīnikā, administratorēm bija jāpaskaidro, kas esmu un ko es šeit gribu, protams, itāļu valodā. Lai gan neviens nezināja, ka tāds ārsts no Latvijas ieradīsies, personāls bija ļoti laipns un atsaucīgs. Tiku pie sava skapīša un zināju, kur no rīta jādodas. Prakses laikā apguvu vairākas līdz šim neredzētas operācijas – iepriekš minēto plauksta īkšķa pamatnes protezēšanu, spieķakaula proksimālās locītavas virsmas endoprotezēšanu, endoskopisko karpālā kanāla dekompresiju, elkoņa locītavas artroskopiju u.c.. Nedaudz pārsteidza un lauza stereotipus (domājot "slinkie slaisti" itāļi) klīnikas darba organizācija un padarītā darba apjoms. Operācijas no rīta tika uzsāktas



Dr. Vadims NeĶfodovs (trešais no kreisās) kopā ar itāļu kolēģiem Clinica San Francesco, 2023

agri un bez aizķeršanās, un darbs klīnikā turpinājās līdz astoņiem vakarā. Efektīva darba organizācija bija iespējama pietiekoša personāla (īpaši vidējā personālā) dēļ, jo darbs tika sadalīts divās maiņās. Attiecīgi darbinieki nebija pārslogoti ar pārāk garām darba stundām. Vērojot ikdienā dažādas operācijas, ievēroju arī dažus “trikus” – piemēram, pie trapecveida kaula ekskizijas (pielieto pie dažādām plaukstas īkšķa pamatnes locītavas artrozes operācijām) sākumā veikt trapecveida kaula osteotomiju (pāršķelt kaulu uz pusēm) – tādā veidā samazinot kopējo operācijas laiku. Ar šādiem “*tips and tricks*”, kā arī nestandarta klīniskiem gadījumiem, uzreiz dalījos ar saviem kolēģiem Latvijas Mikroķirurģijas centrā, attālināti piedaloties mūsu ierastajās rīta sanāksmēs.

Ikdienas dzīvē ārpus klīnikas un darba laika arī nepietrūka izaicinājumu. Uz Itāliju devāmies visa ģimene kopā – mana sieva un divi bērni. Vecākajam bērnam bija jānodrošina mājniecība visu prombūtnes laiku. Atšķirībā no attālinātās mācības pandēmijas laikā mājniecība, t.i., jaunās vielas apguve, bija jānodrošina mums pašiem. Savukārt jaunākais bērns tajā brīdī bija zīdains, kuram

uzmanība bija jāvelta ne tikai dienas laikā, bet arī naktīs. Brīvdienās centāmies atslogot prātu no ikdienas rūpēm, devāmies apskatīt pašu Veronu, kā arī apskatījām skaistās tuvākās pilsētas – Milānu un Boloņu.

Jāatzīst, ka, atgriežoties Latvijā, pagaidām neesmu pielietojis klīniskā praksē apgūtās operācijas. Latvijā plaukstas locītavu endoprotezēšana šobrīd nav valsts apmaksāta, savukārt implantī ir pārāk dārgi, lai pacienti varētu atļauties tos nopirkt paši. Taču, lai ieviestu šīs tehnoloģijas Latvijā, pirmais solis ir šo tehnoloģiju apgūšana. Šobrīd ar kolēģiem strādājam pie tā, lai rastu iespēju arī Latvijas pacientiem šādu ārstēšanu saņemt. Tāpēc esmu pārliecināts, ka prakses laikā iegūtās zināšanas un prasmes nākotnē būs Latvijā noderīgas.

Prakses brauciens nebūtu iespējams bez atbalsta, ko saņēmu no ERASMUS programmas (esot Rīgas Stradiņa universitātes Rezidentūras studiju fakultātes students), kā arī saņemot Ojāra Veides fonda stipendiju. Šis atbalsts ļāva ne tikai doties praksē uz ārzemēm, bet arī šo laiku pavadīt kopā ar ģimeni.

Pieredze Helsinku Klīniskajā universitātes slimnīcā

Kristaps Eglītis, ķirurgs onkologs
Rīgas Austrumu klīniskajā universitātes slimnīcā,
Ojāra Veides fonda stipendiāts 2022

Viss sākās ar manu ierakstu sociālo mediju platformā Twitter, kur gribēju gūt uzmundrinājumu no kolēģiem brīdī, kad biju tuvu izdegšanai. Profesors Uģis Gruntmanis, izlasījis ierakstu, atbildēja, ka būtu vērts kādu brīdi pastrādāt ārpus Latvijas. Tā bija sēkla plānam par braukšanu pieredzes apmaiņas programmā.

Pēdējo gadu laikā Latvijas Onkoloģijas centrā sanāca strādāt kopā ar mikroķirurgu *Dr.med.* Jāni Zariņu, un garās operācijās, piemēram, krūšu rekonstrukcija ar vēdera priekšējās sienas muskulokutānu lēveri (DIEP) vai krūšu rekonstrukcija ar augšstilba mediālās virsmas muskulokutānu lēveri (TUG), bija laiks parunāt par dažādām profesionālām pieredzēm. Viena no vietām, kuru atzinīgi novērtēja Dr. Zariņš, bija Helsinku Universitātes slimnīca, kur viņš bija pavadījis 6 mēnešus. Šo pašu vietu kā labu esam novērtēja arī mikroķirurgs *Dr. med.* Dzintars Ozols, kurš bija stažējies šajā universitātes slimnīcā.



15 gadu vecumā pirmo reizi sāku asistēt krūts vēža operācijās Latvijas Onkoloģijas centrā, taču līdz šim nebija sanācis apskatīties, kā to klātienē dara speciālisti citās klīnikās, tāpēc vēlme iemācīties, kā strādā citur, bija milzīga, īpaši, ja tā ir valsts, kur medicīnas nozare netiek atstāta novārtā kā no valdības, tā iedzīvotāju puses.



*Pie operāciju galdā ar diviem pieredzējušākajiem nodaļas ķirurgiem.
No kreisās Dr. Päivi Vaara, Dr. Kristaps Eglītis, Dr. Alexandar Voynov, 2022*

Atbraucot uz Helsinku Universitātes slimnīcu, mani laipni uzņēma un iepazīstināja ar Krūts ķirurgijas nodaļas ķirurgiem, kā arī plastiskajiem ķirurgiem, kuri daļa vienu operāciju bloku ar 13 operāciju zālēm. Krūts ķirurgijas nodaļā strādā 10 ķirurgi, no kuriem 4 ir plastikas ķirurgi. Nodaļas ķirurgi veic apmēram 1700 krūts operācijas gadā, no kurām 1200 ir krūts vēža operācijas. Tas ir aptuveni 25% no visā Somijā izoperētajiem krūts vēža gadījumiem gadā.

Pirmajā dienā jutos priecīgs, ka beidzot varēšu atpūsties no krievu valodas, jo Latvijā liela daļa personāla joprojām runā krieviski. Ļoti patīkami bija, ka viss personāls bez grūtībām runāja angļiski. Mani iepazīstināja ar pieredzējušāko krūts ķirurgu Dr. Alexandar Voynov, kurš šogad bija saņēmis Helsinku Universitātes slimnīcas Gada ārsta titulu (pirmo reizi to saņēma ķirurgs). Sasveicinājāmies, sāku runāt, uzdevu jautājumus par nākamās operācijas apjomu un tehniku, taču dakteris atbildēja ļoti izvairīgi, es teiktu, ka pat nedaudz iedomīgi. Pēc neilga laika dzirdēju, ka sarunā ar kolēģi viņš runāja krieviski, pēcāk piegāju klāt un atkārtoti uzdevu jautājumu par nākamās operācijas apjomu, tikai krieviski, un saņēmu atbildi pavisam ar citu attieksmi un atdevi. Kopš tā brīža Dr. Alexandar bija mans mentors – mācījos no viņa dažādas krūts ķirurgijas tehnikas, pirmsoperācijas atzīmējumu veikšanu, uzzināju daudz jauna par pēcoperācijas periodu. Dakteris pirms 20 gadiem bija emigrējis no Bulgārijas, tāpēc arī zināja krievu valodu. Darbadienās viņš nodarbojās ar krūts ķirurgiju, brīvdienās ar transplantologiju – pārsvarā ar nieru un aizkuņģa dziedzera transplantāciju. Man tā likās ļoti neparasta ķirurģisko specializāciju spektra kombinācija. Vēl interesantāk likās, ka krūts ķirurgijas nodaļu vada traumatologs, asociētais profesors Tuomo Meretoja ar

H indeksu 50, kurš ir publicējis vairāk nekā 100 zinātniskos rakstus, kas citēti apmēram 40 000 reizi.

Daudz un pacientam ļoti noderīgas lietas iemācījos jau pirmajā nedēļā, piemēram, Helsinku KUS pat pēc lielajām krūts un paduses operācijām pacientēm nedod opioīdu grupas pretsāpju medikamentu Promedolu, kā to rutīnā darām mēs. Šis medikaments ir sens, un no tā var rasties pierašana un aizcietējumi. Tā vietā operācijas beigās ķirurgs apšpricē skartos audus,

fascijas, muskuļus ar lokālo pretsāpju medikamentu bupivakaīnu, kas strādā 8-10 stundas, pēc kurām tad pacients pats var iedzert NSAIDS vai Paracetamolu, ja ir tāda nepieciešamība. Bupivakaīns noņem sāpes lokāli, tāpēc pacientam pirmajās 10 stundās pēc operācijas nav nekādu sāpju, līdz ar to nav paaugstināts asinsspiediens un samazinās asiņošanas risks agrīnajā pēcoperācijas periodā. Protams, pacientam jāpiekrodina, ka tas, ka nesāp, nenozīmē, ka nekas netika izdarīts, un nevajadzētu aktīvi kustēties un cilāt rokas vismaz pirmās divas dienas.

Ļoti interesanti no menedžmenta viedokļa likās, ka pacienti paši aiziet uz operāciju zāli, ja veselības stāvoklis to atļauj. Latvijā pacients tiek vests ar gultu no nodaļas uz operāciju bloku. Tas aizņem vietu, laiku un resursus.

Pacienti lielākoties pēc krūts operācijām devās mājās tajā pašā dienā. Izņēmumi ir pacienti ar izteiktām blakusslimībām, kad pacienti devās mājās nākamajā dienā. Pēc operācijas pacienti tiek novirzīti uz *recovery room*, līdzīgi kā pie mums Latvijā, taču pēc pamošanās tiek nogādāti uz nākamo telpu, kur pacients tiek vertikalizēts, pamostas līdz galam. Pacientu apraudzīt, pirms laišanas mājās, ierodas operējušais ķirurgs.

Nedēļu pēc operācijas pacients ierodas pie pārsienamās māšas, kur tiek veikta pirmā pārsiešana, drenas evakuācija, ja tāda atstāta. Pirmā ārsta vizīte ir pēc divām nedēļām.

Pirmajā nedēļā redzēju krūts rekonstrukciju ar audu ekspanderi, kas novietots prepektorāli un nostiprināts ar prolēna sietiņu. Šī bija viena no operācijām, kuru ļoti vēlējos redzēt un iemācīties. Pacientei bija ar krūtsгалu saistīts krūts vēzis. Sākumā tika veikta ādu saglabājoša mastektomija caur paraareolāru lapveida griezienu, tad ievietots audu ekspanderis, kas uzpildīts līdz 300ml, tas

piestiprināts pie muskuļa ar prolēna tīklu, kas nostiprināts no apakšas un laterālās puses. Tūlītējais kosmētiskais efekts bija labs, taču audu ekspanderis nākamo mēnešu laikā tiks uzpildīts līdz 500ml, lai būtu simetrija ar otru krūti. Stažēšanās laikā runāju ar vairākiem pieredzējušiem speciālistiem, un plastiskie ķirurgi uzsvēra, ka prepektorālas rekonstrukcijas šobrīd ir modes lieta un tā saistāma ar lielākiem infekcijas un *implant loss* riskiem, jo svešķermenis atrodas tuvāk potenciālai infekcijai, nekā ja tas atrastos aiz muskuļa, kā to parasti darām mēs Latvijas onkoloģijas centrā. Taču nepieciešami rūpīgi izstrādāti prospektīvi pētījumi, lai varētu precīzāk izvērtēt abu šo tehniku riskus un ieguvumus.

Pieredzes apmaiņas programmas laikā atkārtotju piemirstās un iemācījos no jauna vairākas sektorālo rezekciju onkoplastiskās ķirurģijas metodes un knifus, piemēram, *roundblock* metodi, *rotational flap* metodi, *batwing* metodi, krūtsgala jaunizveidošanu, tauku transplantāciju u.c. metodes. Šīs metodes plaši izmanto visā pasaulē un arī mani kolēģi Latvijā, taču katram ķirurgam ir savs rokraksts, savi knifi tāpēc ir ļoti vērtīgi apskatīties dažādas prakses un tad izvēlēties sev piemērotāko. Informācija, esot jaunā vidē, arī tiek daudz savādāk uztverta.

Helsinki KUS lielākā daļa krūts dziedzeru rekonstrukcijas pēc mastektomijām tiek veiktas ar autologiem, jeb pacientes pašas dabīgajiem audiem, piemēram, DIEP-rekonstrukcija ar vēdera sienas priekšējo muskulokutāno lēveri, TUG-rekonstrukcija ar augšstilba mediālās virsmas muskulokutāno lēveri, LD-*m. latissimus dorsi* muskulokutāno lēveri. To var atļauties bagātas valstis ar lieliem resursiem, jo operācijas ir ļoti ilgas un sarežģītas, taču ilgtermiņa rezultāti bieži ir labāki nekā pēc implantu ievietošanas.

Viena no lietām, ko ļoti vēlējos iemācīties, ir, kā rotēt krūtsgalu pēc ādu saglabājošas mastektomijas ar mediālo zemādas asinsvadu kājiņu. Savā pieredzē to parasti darījām uz apakšējās asinsvadu kājiņas, kas asociējas ar lielāku pilnīgu vai daļēju krūtsgala nekrozes risku un lielāku deepitelizējamās zonas apjomu. Šo, man jauno, metodi jau sanāca izmēģināt pie mums Latvijā, un agrīnie pēcoperācijas rezultāti bija ļoti labi. Pilnīgi uzreiz atgriežoties izmantoju atsāpinašanu operācijas laikā ar Bupivakāinu. Visas pacientes ir ļoti apmierinātas, jo nav sāpju agrīnajā pēcoperācijas periodā, un esmu nedaudz samazinājis darbu mēsīnām.

Vēl viena interesanta metode, ko redzēju, ir radioaktīvo sēklu izmantošana pacientēm ar nepalpējamiem audzējiem (<1cm izmērā) un mikrokalcinātu zonām. Tās tiek injicētas neilgi pirms operācijas un ievērojami atvieglo audzēja atrašanu. Tās atrod ar speciāla detektora



Pie operāciju galda ar Dr. Alexandar Voynov plkst. 20:00 pirms beidzam piekto abpusējo krūšu operāciju tajā dienā.

palīdzību, kuru ķirurgs izmanto operācijas laikā, un šo pašu detektoru izmanto paduses sargmezgla atrašanai, kas iezīmēts ar tehnēciju.

Nebijusi pieredze man bija redzēt dzimummaiņas operācijas, kuras Helsinki KUS veic apmēram 40 gadā, un tās ir valsts apmaksātas pēc psihiatru un konsilija atzinumiem. Krūšu “maskulinizācijas” veikšanai ir vajadzīgi vairāki etapi, sākumā – ādu saglabājoša mastektomija, pēc tam liekās ādas reducēšana apakšējos polos un ap areolu.

Ļoti patīkami bija redzēt, ka visā Somijā ir vienota datorsistēma, kas ļauj ātri piekļūt dažādiem izmeklējumiem jebkuram pacientam. Praktiski vispār vairs nav papīrdarbu, kas aizņem daudz laika pie mums Latvijā, viss ir digitalizēts un ērti pieejams.

Daudzas no šīm iepriekšminētajām lietām var un vajadzētu ieviest Latvijā, bet tas ir tikai un vienīgi finanšu un laika jautājums. Lielāko daļu no iegūtās informācijas nodošu saviem nodaļas kolēģiem mutiskas prezentācijas veidā, interesantākās lietas esmu dokumentējis fotogrāfiju veidā.

Milzīgs paldies Ojāra Veides stipendiju fondam un LĀZA par iespēju iegūt neatsveramu profesionālo pieredzi!

Pieredze Erasmus medicīnas centrā Roterdamā

Nauris Zdanovskis, invazīvais radiologs Rīgas Austrumu klīniskajā universitātes slimnīcā, RSU doktorants, Ojāra Veides fonda stipendiāts 2022

Pateicoties Ojāra Veides Fonda sniegtajam atbalstam, man bija iespēja stažēties Erasmus medicīnas centrā Roterdamā, Nīderlandē, kur pavadīju trīs mēnešus.

Šajā laikā es padziļināti iepazīnos ar neiroradiologa ikdienas darbu, kas nozīmē:

- Neiroradioloģisko izmeklējumu aprakstīšanu angļu valodā, kas deva man iespēju attīstīt gan savas profesionālās zināšanas, gan valodu prasmes.
- Aktīvu dalību dažādās multidisciplinārajās sanāksmēs (MDS), tai skaitā neirodeģeneratīvo saslimšanu, neironkoloģijas un neiroimunoloģijas MDS, kur tika apspriesti jaunākie atklājumi un ārstēšanas stratēģijas.
- Dalību rezidentu apmācībās gan kā klausītājam, gan dalībniekam, tai skaitā "žurnālu klubā", kur tika pārrunāti jaunākie pētījumi un to praktiskā nozīme klīniskajā darbā.

Stažēšanās man deva iespēju apvienot teorētiskās zināšanas un praktisko pieredzi, kas ir būtiski manu doktorantūras studiju kontekstā un manai disertācijas tēmai par "Galvas smadzeņu kvalitatīvu un kvantitatīvu radioloģisko biomarkieru izmaiņu saistību ar kognitīvo funkciju". Es ieguvu unikālu ieskatu par to, kā galvas smadzeņu kvantitatīvie mērījumi tiek pielietoti ikdienas darbā neiroradioloģijā, lai diferencētu tādus stāvokļus kā Alcheimera slimība, agrīna demence, primāra progresīva afāzija, vaskulāra demence, Parkinsona slimība, multisistēmu atrofija u.c.



Jāmin arī, ka Erasmus medicīnas centrs ir galvenais realizētājs pasaules līmeņa pētījumam "Rotterdam study". Tas ir viens no nozīmīgākajiem epidemioloģiskajiem un kohortas pētījumiem pasaulē, kas veltīts ilgtermiņa izpētei dažādās medicīnas nozarēs. Šis pētījums ir unikāls ar savu plašo mērogu un ilgstošo datu vākšanu, kas ļauj iegūt vērtīgu informāciju par dažādu neirodeģeneratīvu slimību, sirds un asinsvadu slimību, skeleta un locītavu slimību u.c. slimību attīstību un gaitu. "Rotterdam study" ir būtisks avots jaunu biomarkieru atklāšanā, lai atklātu dažādas slimības agrīnā stadijā, tādējādi uzlabojot sabiedrības veselību un dzīves kvalitāti. Stažēšanās laikā ikdienā strādāju ar kolēģiem, kas tiešā veidā ir iesaistīti šī pētījuma realizācijā, un tā ieguvu neatsveramu pieredzi par pasaules līmeņa pētniecību.

Kā praktizējošam invazīvajam radiologam īpaši interesanti bija redzēt, kā tiek organizēts darbs invazīvās radioloģijas nodaļā Erasmus medicīnas centrā. Bija iespēja novērot un piedalīties dažādās invazīvās procedūrās, tostarp biopsijās, trombektomijās, aneirismu embolizācijās un asinsvadu stentēšanā. Saistībā ar invazīvo radioloģiju jāmin, ka Nīderlandē tika un arī pašlaik tiek realizēti vairāki nozīmīgi pētījumi invazīvās radioloģijas nozarē, kas, visticamāk, ietekmēs nozares attīstību visā pasaulē (piemēram, MR CLEAN, MR CLEAN LATE).

Ieguvu papildu ieskatu par dažādām tehnoloģijām un pieejām, kas tiek izmantotas Eiropā, un šīs zināšanas ir tieši pielietojamas manā ikdienas darbā. Ieguvu arī plašāku skatījumu par atbilstošu radioloģijas informācijas sistēmu darbību, kurām ir liela nozīme radiologa ikdienas



Dr. Nauris Zdanovskis pie Erasmus medicīnas centra Roterdamā, 2023

darbā. Erasmus medicīnas centrā es redzēju, kā tās spēj sinerģiski sadarboties, lai nodrošinātu precīzāku radioloģisko diagnostiku, optimizētu pacientu plūsmu un samazinātu kļūdu risku radiologa ikdienas darbā. Ikdienā bija pieejama jaunākā mākslīgā intelekta programmatūra, prioritizācijas rīki, kā arī bija iespēja doties uz jaunu mākslīgā intelekta rīku prezentācijām. IT sistēmu integrācija ar radioloģijas datu bāzēm un citām medicīnas jomām nodrošināja ātru un efektīvu informācijas apmaiņu starp dažādiem speciālistiem, tādējādi uzlabojot multidisciplinārās sadarbības kvalitāti.

Mana pieredze Erasmus MC apliecināja, ka IT risinājumu attīstība un integrācija ir neaizstājams solis, veicinot radioloģisko izmeklējumu efektivitāti un precizitāti. Šis tehnoloģiskais progress ir ievērojami palielinājis diagnostikas un ārstēšanas iespējas, vienlaikus samazinot kļūdu risku un uzlabojot pacientu drošību.

Kopumā pieredze Erasmus medicīnas centrā ir bagātinājusi manu izpratni par neiroradioloģijas jomu, sniedzot jaunus skatupunktus un idejas, kuras varu integrēt savā profesionālajā un pētnieciskajā darbā.

Intervencionālās kardioloģijas apmācības Maiami

Emīls Šmitiņš, bērnu kardiologs BKUS,
pediatrs un ehokardiogrāfijas eksperts,
Ojāra Veides fonda stipendiāts 2022

Par ārstu esmu sapņojis kļūt no 3 gadu vecuma. Jau studiju laikā Rīgas Stradiņa universitātē (RSU) otrajā kursā sapratu, ka vēlos savu profesionālo karjeru veidot bērnu kardioloģijā. Pēdējos studiju gados aktīvi gāju voluntēt pie profesores I. Lubauas bērnu kardioloģijā BKUS. Pēc RSU absolvēšanas iestājos Pediatrijas rezidentūrā, kur vairāk iepazīnos ar Bērnu kardioloģijas un kardiokirurgijas klīnikas ārstiem, un mani padziļināti ieinteresēja invazīvā bērnu kardioloģija.

Pediatrijas rezidentūras un bērnu kardioloģijas rezidentūras laikā papildus apmācības programmām aktīvi gāju voluntēt un tiku apmācīts bērnu invazīvajā kardioloģijā.

Latvijā ik gadu tiek veiktas apmēram 100-120 invazīvās sirds manipulācijas bērniem. Pēdējos 20 gadus Latvijā sirds invazīvās manipulācijas veic sirds ķirurgs Dr. Valts Ozoliņš, kura vadībā piecus gadus esmu piedalījies un apmācīts invazīvajās sirds manipulācijās. Ņemot vērā, ka Latvijā līdz šim ir bijis tikai viens speciālists, kas spēja nodrošināt šo pakalpojumu, šī nozare ir bijusi īpaši sarežģīta gan no ārsta noslodzes puses, gan no pakalpojuma nepārtrauktības nodrošināšanas puses, tādēļ papildus speciālistu apmācība ir ļoti svarīga. Lielākoties invazīvās sirds operācijas tiek veiktas plānveida kārtā, bet apmēram 10-15 operācijas gadā tiek veiktas akūtā kārtā, tādēļ operāciju jeb pakalpojuma nepārtrauktība ir īpaši apdraudēta. Tāpat pasaulē pie operāciju galda lielākoties iet vismaz 2 invazīvie bērnu kardiologi un speciāli apmācīta operāciju māsa, jo liela daļa operāciju ar vienu operatoru



ir nedrošas, kādēļ nepieciešami vismaz 2 speciālisti un operāciju māsa uz vienu operāciju.

Papildu rezidentūras apmācībām esmu līdz šim piedalījies dažādās konferencēs un apmācībās Eiropā, kā arī esmu Eiropas Bērnu kardioloģijas un iedzimto sirds slimību asociācijas biedrs (AEPC). Eiropas bērnu kardioloģijas un iedzimto sirds slimību asociācija 2022. gada vasarā izsludināja konkursu ar 6 vietām Eiropas jauniešiem invazīvajiem kardiologiem un rezidentiem atmaksātiem kursiem SCAI (*Society for Cardiovascular Angiography and Interventions*) "Fellows course" Maiami. No APEC puses tika atmaksāti kursi un viesnīca 4 naktīm,

bet ceļa izvedumi un papildu naktsmītnes bija jāsedz no saviem līdzekļiem.

Pateicoties Ojāra Veides fondam, man bija unikāla iespēja apmeklēt Kardiovaskulārās un intervencionālās kardioloģijas biedrības rīkotās apmācības jaunajiem intervencionālās kardioloģijas ārstiem Maiami, Floridā, kas norisinājās no 02.12.2022. līdz 06.12.2022.

Apmācībās piedalījām apmēram 60 jauno speciālistu, pārsvarā no ASV, bet arī no Kanādas, Brazīlijas, Japānas, Polijas, Vācijas, Nīderlandes un Beļģijas. Apmācības vadīja vieni no pasaules labākajiem iedzimto sirdskaišu inervencionālistiem: Dr. Frenks Ings (*Frank Ing*), UC Davis, ASV, Abhais Divekars (*Abhay Divekar*), Dallasa, ASV, Kristofers Petits (*Christopher Petit*), Ņujorka, ASV, Dr. Regina Bokenkampa (*Regina Bokenkamp*), Amsterdama, Nīderlande, u.c.

Mācības bija izcili organizētas ar intensīvu apmācību grafiku. Katra mācību diena sākās plkst. 7:00 un beidzās ap 21:00, kā arī 20-40 min pārtraukumi starp mācību blokiem. Pirmā apmācību diena bija veltīta pašu pamatu apguvei, kā piemēram: kā droši sagatavot operācijas zāli, kādiem nosacījumiem jāizpildās sekmīgas operācijas

veikšanai, tāpat atsevišķa lekcija, kā vadīt operāciju un kā rīkoties neplānotu komplikāciju gadījumā. Atsevišķā lekcijā tika pastiprinātas zināšanas hemodinamikas novērtēšanā dažādās situācijās un pie dažādām sirdskaitēm. Pārējās dienās apmācību bloki tika veidoti atbilstoši katrai sirdskaitei. Apmācības sākās ar teorētisko sadaļu, kam sekoja tikpat ilga praktisko iemaņu sadaļa, kas tika organizēta uz 3D apmācību moduļiem, kā arī uz iepriekš sagatavotām darba stacijām.

Apmācību laikā tiku iepazīstināts un apmācīts veikt manipulācijas ar dažādiem pieejamiem materiāliem, kas mums Latvijā pašreiz nav pieejami, kā arī apguvu gan teorētiski, gan praktiski dažādas tehnikas un manipulācijas invazīvajās sirdskaišu korekcijās. Kā piemēram, apguvu ātriju starpsienas defektu slēgšanu ar *Gore* ātriju starpsienas defekta slēdzējierīci, kurai ir daudz būtisku priekšrocību salīdzinājumā ar mums pieejamajām slēdzējierīcēm. Diemžēl birokrātisku iemeslu dēļ daudzi materiāli, ieskaitot iepriekš pieminēto ierīci, mums Latvijā nav pašreiz pieejami.

Šo kursu laikā ieguvu dažādu operāciju ieskatu un praktiskās iemaņas tādām operācijām kā ātriju plūsmas regulējošās ierīces implantācijā *Fontan* tuneļa



Jaunie invazīvie kardiologi no Nīderlandes, Polijas, Vācijas, Itālijas un Latvijas

fenestrācijas lokalizācijā un artērijas vārstuļa nomaiņas procedūrā. Ņemot vērā, ka pasaulē bērnu invazīvie kardiologi operē arī GUCH (pieaugušos ar iedzimtām sirdskaitēm), bet Latvijā mēs operējam principā bērnus un jauniešus līdz 18 gadu vecumam, mums šādas procedūras ir ļoti retas, jo plaušu artērijas vārstuļu transvazāla nomaiņa un *Fontan* fenestrācijas izveide vai paplašināšana visbiežāk ir nepieciešama pieaugušo vecumā. Lai vai kā, neilgi pēc atgriešanās no kursiem, Bērnu klīniskajā universitātes slimnīcā sadarbībā ar kolēģiem no Berlīnes sirds centra/ *Charite* klīnikas ārstiem veicām transvazālu pulmonālā vārstuļa nomaiņu, kuras laikā iegūtās zināšanas bija būtiski svarīgas operācijas veiksmīgai norisei.

Kursu laikā izveidoju lielu kontaktu loku gan ar jaunajiem ārstiem no Eiropas un ASV, kas palīdzēja risināt dažādus jautājumus uz vietas atrodoties Maiami, kā arī joprojām konsultējos ar šiem speciālistiem no visas pasaules sarežģītu operāciju plānošanā.

Pēc kursiem sadarbībā ar Dr. F. Ingu un Dr. V. Agarvalu (V. *Aggarwal*) esmu izveidojis operācijas drošības protokolu, kas ir pielāgots mūsu klīniskās vajadzībām. Pēc Bērnu kardioloģijas un kardiokirurģijas klīnikas apspriedes, kad esam vienojušies par plānoto operāciju, tiek veidots operācijas protokols, kur detalizēti tiek aprakstīts pacienta aktuālais stāvoklis, nepieciešamais aprīkojums, operācijas gaita pa soļiem, iespējamās komplikācijas un pēcoperācijas aprūpe, kas ir būtiski uzlabojusi operācijas dalībnieku (operācijas māsu, anesteziologu un cita medicīnas personāla) sagatavošanās laiku, saīsinājis operācijas laiku, kā arī būtiski uzlabojusies pacientu drošība.

Tāpat kursos ieguvu papildu zināšanas, kā un ko pārrunāt ar pacientu pirms un pēc operācijas. Ņemu par piemēru Nīderlandes un ASV pieredzi, līdz ar to šobrīd pirms katras operācijas ar bērnu un bērna vecākiem izrunājam detalizēti operācijas gaitu, ieguvumus, iespējamās komplikācijas un pēcoperācijas aprūpi. Lai gan šī pieeja prasa aptuveni vienu līdz pusotrai stundai papildus laika, pacienti un viņu vecāki šādu komunikāciju vērtē izteikti atzinīgi. Domāju, ka ģimenei, nonākot medicīnas iestādē, īpaši pirms sarežģītām operācijām, kā sirdskaišu korekcija vai diagnostika, viens no galvenajiem stresa un pārdzīvojumu iemesliem ir neziņa, ko ilgākas sarunas laikā var kļiedēt un nomierināt gan bērnu, gan vecākus. Tāpat sarunas laikā pacientiem un viņu vecākiem ir iespēja iepazīties, aptaustīt, izpētīt arī materiālus, ko lietojam operācijas laikā. Šādus materiālus esmu sagatavojis no pieejamajiem paraugiem, ko esmu savācis vairāku gadu laikā.

Tāpat ar kursos iegūtajām zināšanām esmu ieviesis uzlabojumus operāciju gaitā, kas samazina iespējamās komplikāciju riskus.



Emīls Šmitiņš operācijas laikā

Pateicoties kursos iegūtajiem kontaktiem, man ir bijusi iespēja piedalīties dažādās apmācības pēc kursies. Piemēram, sadarbībā ar Dr. *Enrico Piccinelli* esmu piedalījies invazīvās kardioloģijas apmācībās *Bambino Gesù* slimnīcā Romā, kā arī tiek plānotas 2 mēnešus ilgas apmācības/ observācijas programma UC Davis medicīnas centrā ASV, Dr. F. Inga vadībā.

Papildus apmācības ārpus mūsu slimnīcas ir vitāli svarīgas pacientu drošības un operāciju gaitas uzlabošanai.

Ojāra Veides fonda stipendija

Līdz katra gada 15. septembrim Latvijas ārsti, rezidenti un citas ārstniecības personas ar augstāko medicīnisko izglītību var iesniegt pieteikumu Ojāra Veides Fonda stipendijai, ja apmācības paredzētas divu gadu laikā. Fonda valde var izskatīt arī "steidzamus pieteikumus", ja tie ir labi pamatoti. Fonds nesniedz vairākkārtēju atbalstu. Pieteikšanās kārtība www.lazariga.lv sadaļā Stipendijas.

Jauno speciālistu apmācības BKUS

Aija Bromulte, *kliniskā psiholoģe,*
PAPRP komandas vadītāja

Kamēr mūsu vērtības, kultūra un dzīves apstākļi mainās, mūsu pamata grūtības kā cilvēkiem ir nemainīgas. Attiecību veidošana ir sarežģīta, bet nepieciešama. Traumas ir neizbēgamas, bet atkopšanās ir iespējama. Emocijas nav iespējams noliegt, bet tās var tikt pieņemtas un regulētas. Dzīves mērķis nav atrodams – to nepieciešams veidot.

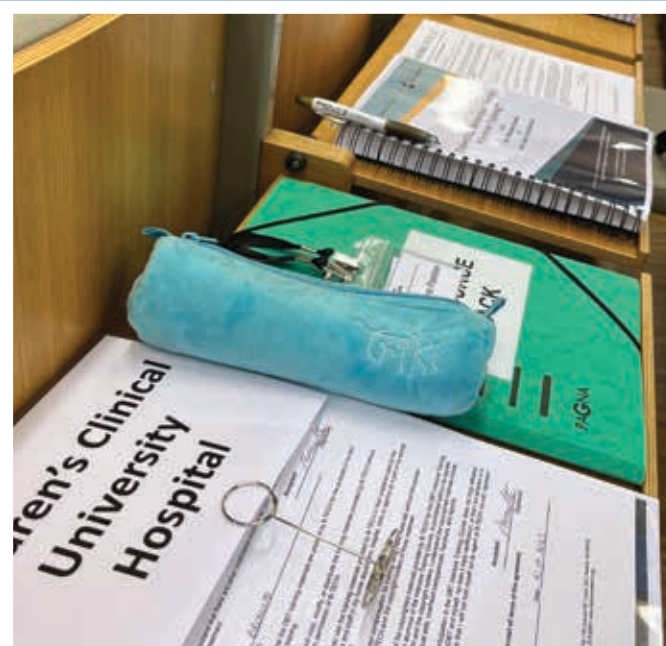
/Marks Meinsons/

Lai izprastu dialektiski biheiviorālās terapijas (turpmāk DBT) ieviešanas būtiskumu Bērnu klīniskās universitātes slimnīcas Bērnu un jauniešu psihiskās veselības centrā (BJPVC), ir nepieciešams saprast laiku pirms tam. Kopš 2022. gada sākuma BJPVC uzsāka aktīvi risināt pakalpojuma izveidi pusaudžiem un jauniešiem, kuri izmanto neadaptīvas emociju regulācijas prasmes (paškaitējums, atkarību izraisošu vielu lietošana, vecumam neatbilstoša seksualizēta uzvedība, cita opozicionāra uzvedība, piemēram, zagšana, skolas neapmeklēšana u.c.) un pašnāvības mēģinājumus kā problēmu risinājumu. Tika novērots, ka šādi jaunieši nodaļā lielākoties nonāk atkārtoti un ka viņiem ir nepieciešams saņemt specializētu palīdzību un uzraudzību arī pēc izrakstīšanās no nodaļas. Bieži vien šajos gadījumos nepieciešama arī papildus ģimenes iesaiste un apmācība, kā reaģēt krīzes situācijās un kā novērst bīstamu situāciju atkārtošanos.

Pirmo sešu mēnešu laikā izveidojām multidisciplināru komandu un pašmācības ceļā veidojām pakalpojuma vadlīnijas. Novērojām, ka ir nepieciešams ilgāks rehabilitācijas laiks, nekā līdz šim piedāvātie 3 mēneši; bija nepieciešams papildu iesaistīt vecākus un piešķirt ģimenes konsultācijas; ļoti svarīgi bija psihiatra pieejamība akūtās krīzes situācijās.

2023. gada sākumā secinājām, ka speciālistiem akūtā dienas stacionāra programmā ir nepieciešama specializēta apmācība, kas fokusējas uz pašnāvības riska novēršanu, paškaitējošo darbību un pašnāvības mēģinājumu mazināšanu. Veiksmīgam komandas darbam bija vajadzīga supervizora piesaiste, konkrētu kritēriju izveide, kas precīzāk atlasītu pacientu grupu.

Kolēģe bērnu psihiatre Karīna Beinerte ieteica iepazīties ar DBT programmu. Secinājām, ka tas mums ir nepieciešams. Metode ir pētījumos pamatota un tiek izmantota darbā ar šādu pacientu grupu pasaules mērogā, uzrādot, ka pacienti, kuri saņem DBT pakalpojumu, samazina paškaitējošās darbības



un pašnāvniecisku žestu izmantošanu kā problēmas risinājumu, samazinās pacienta bezcerības sajūtu, pacienti retāk atkārtoti stacionējami psihiatrijas nodaļā, uzlabojas emociju regulācijas prasmes un dinamiskā parādās jauni iemesli dzīvot, uzlabojas komunikācijas prasmes ģimenē un vecāku spēja tikt galā ar jauniešiem. Pateicoties Karīnas Beinertes iesaistei un iniciatīvai, piesaistot ziedojumus, LĀZA un Dr. Laumas Upelnieks-Katis atsaucībai, ieguvām iespēju šo metodi apgūt!

Mācības norisinājās 10.07.2023-14.07.2023, kopumā apmācīti 7 speciālisti: 2 psihiatri, 2 KBT terapeiti, 2 klīniskie psihologi un viens deju-kustību terapeits. Mācību ietvaros saņēmām 2 elektroniskās grāmatas, no kurām apguvām teorijas bāzi, lai kursu laikā spētu koncentrēties uz padziļinātu praktisko zināšanu apguvi. Papildus mācību laikā ieguvām "Intensīvo DBT terapijas metodes kursu materiālus" (*Dialectical Behaviour Therapy Intense Training; handouts*). Kursu materiālus papildinājām ar pasniedzēju skaidrojumiem un rekomendācijām. Kursu ietvaros mums bija iespēja apspriesties ar nozares speciālistiem par atlasē kritērijiem programmai, piedalīties lomu spēlēs, trenējot prasmes, saņemt atbildes uz neskaidriem jautājumiem, saņemt konsultāciju par sarežģītiem pacientu gadījumiem utml.

Esam no sirds pateicīgi par dāsno ziedojumu, kas ir devis mums iespēju iegūt jaunas prasmes individuāli un komandā. Jūsu ziedojums ir viens no DBT pamatprincipa pierādījumiem, ka cilvēki savā starpā ir saistīti un mēs ar savu rīcību spējam uzlabot arī apkārtējo labsajūtu! Apmācību rezultātā ieguvām iespēju uzlabot profesionālās kompetences, efektīvāk palīdzēt jauniešiem

ar smagu paškaitējumu un pašnāvības mēģinājumiem, iekļaut uz ģimeni vērstu terapijas metodi BJPVC; sniegt atbalstu kolēģiem krīzes situācijās un pārņemt smagāko ambulatoro pacientu aprūpi. Neilgā laikā jau pamanām, ka DBT komanda sniedz lielu pienesumu visam centram. Esam izglītojuši kolēģus par DBT, dalāmies ar noderīgiem materiāliem, novērtēšanas anketām un spējam efektīvāk sniegt palīdzību krīzē nonākušām ģimenēm. Pēc kursu pabeigšanas uzlabojusies arī mūsu pašu pašpārliecība strādāt ar hroniski smagiem psihiatrijas pacientiem, samazinot izdegšanas risku. Komandas dalībnieki uzrāda lielāku apmierinātību ar darbu un komandas sapulču norisi. DBT komandas izveide paver iespējas veidot sadarbību ar citām komandām

un dalīties pieredzē. Esam sākuši jaunu novērtēšanas aptauju ieviešanu pakalpojuma kvalitātes novērtēšanai, kas būs noderīgi pētniecības procesā. Kolēģi ir motivēti mācīties un pielietot jaunās zināšanas, piemēram, tiks veikts pētījums maģistra darba ietvaros, pētot fizisko aktivitāšu ietekmi uz emocionālo labklājību, tiek izstrādātas ergoterapeitu vadlīnijas darbam psihiatrijā ar jauniešiem, kas līdz šim Latvijā nav iekļauts apmācības programmā.



Bērnu un jauniešu psihiskās veselības centra dialektiski biheiviorālās terapijas komanda, 2023

Lai veiksmīgi turpinātu uzsākto darbu, mums būs nepieciešams turpināt izglītoties. Esam ļoti pateicīgi Latviešu ārstu un zobārstu apvienībai, jo jūtam, ka jūsu atbalsts mums ir "atvēris ceļu" uz ko jaunu un aizraujošu, un, vissvarīgākais, arī efektīvāk spējam palīdzēt uzlabot pacientu dzīves kvalitāti.

Lielā pateicībā, BJPVC DBT komanda

LĀZA interneta seminārs – pieredze un zināšanas pāri robežām

2023. gada 22. februārī notika LĀZA interneta seminārs – Bērnu vecumā līdz 6 gadiem attīstības novērtēšana ģimenes ārsta praksē. To varam uzskatīt par pēdējo no bērnu un pusaudžu psihiskai veselībai veltīto semināru cikla, ko LĀZA sāka 2018. gadā. Paldies visiem semināru lektoriem un dalībniekiem!

No 2024. gada sāksies LĀZA interneta semināri dažādās medicīnas nozarēs, kur sarunas tēmu var ierosināt ikviens no LĀZA biedriem un sadarbības partneriem, kā arī iesaistīties satura veidošanā ar savu pieredzi un zināšanām.

**Aicinām kļūt par semināru veidotājiem!
Gaidām tēmu pieteikumus laza@lazariga.lv**

Pateicība!

Ar Dr. Lauma Upelniēks-Katis dāšanu atbalstu nu jau vairākus gadus LĀZA nodrošina izglītības programmas bērnu un pusaudžu psihiskās veselības uzlabošanai Latvijā. Kā viens no lielākajiem un arī ilgtermiņā nozīmīgākajiem darbiem ir jaunais apmācību kurss, kurā sagatavo speciālistus, kuri spēs palīdzēt bērniem un pusaudžiem ar smagām emocionālām problēmām. Apmācību nodrošina respektablā "British Isles DBT training" speciālistu komanda no Lielbritānijas.

**LĀZA valde pateicas par ziedojumiem, kas ļaus arī turpmāk uzlabot pakalpojumu kvalitāti Latvijā!
Kopējiem spēkiem darīsim mūsu bērnus laimīgākus!**

LĀZA valde

Latvijas Medicīnas Fonda (LMF) stipendijas 2023

Kamena Kaidaka, LMF biroja administratore Latvijā



2023. gadā Latvijas Medicīnas fonds piešķir Zariņu medicīnas studiju ceļojuma stipendiju astoņiem jaunajiem Latvijas ārstiem, lai viņiem būtu iespēja apgūt jaunas zināšanas pasaules vadošajās klīnikās un vest tās uz Latviju. LMF Studentu Stipendiju saņēma seši ASV un Kanādas latviešu jaunieši, kuriem bija iespēja strādāt un iepazīt Latviju un veselības aprūpes iestādes. 2023. gadā LMF stipendijām deva 48 250 USD. LMF stipendiju komisija rūpīgi izvērtēja līdz 15. maijam iesniegtos pieteikumus un ļoti atbildīgi pieņēma lēmumu par atbalstu.

Zariņu medicīnas studiju ceļojuma stipendiju 4000 USD saņēma Dr. Marta Paeglīte, BKUS 3. gada rezidente bērnu psihiatrijā, lai apgūtu praktiskās zināšanas *Maudsley Hospital* Londonā; 6000 USD atbalstu saņēma Dr. Zane Ruduša un kolēģes Indra Surkova un Marika Čakare, lai Ļubļanas Onkoloģijas institūtā varētu apgūt jaunu ārstēšanas metodi onkoloģijas pacientēm un pielietot to Latvijā; 5000 USD atbalstu saņēma 4. gada rezidents ķirurgijā Dr. Pāvils Plūme, lai apgūtu aknu ķirurģiju Karolinskas klīniskajā universitātes slimnīcā Zviedrijā; 3500 USD saņēma bērnu kardioloģe Dr. Luīze Auziņa, lai papildinātu savas zināšanas bērnu kardioloģijas intensīvās terapijas nodaļā *Boston children's hospital*; Dr. Edgars Ķiecis saņēma 4000 USD, lai varētu turpināt apgūt dermatoveneroloģijas diagnostikas un terapijas

metodes *Hospital Universitario Central de Asturias* (HUCA), Spānijā; uroloģijas rezidente Dr. Ieva Znotiņa saņēma 6000 USD stipendiju, lai apgūtu jaunākās ķirurģijas metodes uroloģijā *Massachusetts General Hospital*, ASV; radioloģijas rezidents Dr. Artūrs Šilovs saņēma 4000 USD stipendiju, lai stažētos neiroinvasīvās radioloģijas centrā Bufalo, ASV. Medicīnas studente Veronika Solovjova saņēma 750 EUR atbalstu apmācībām vasaras skolā *Anaesthesia directed to acute medicine* Nīderlandē.

LMF Studentu Stipendija, lai dotu iespēju jauniešiem, kas dzīvo un mācās ārpus Latvijas universitātēs, koledžās vai medicīnas skolās, iespēju gūt praktisku pieredzi Latvijā P.Stradiņa Klīniskajā universitātes slimnīcā vai kādā citā ārstniecības iestādē un papildinātu zināšanas un praktiskās iemaņas medicīnā, 2023. gadā saņēma jaunieši no ASV un Kanādas – Darius Baginskis, Tija Sīka, Lūkas Grīviņš, Ieva Griffin-Rupnere, Ērika Heinze, Lija Ābele. Stipendijas apjoms katram šogad – 2500 USD.

Stipendijas kuratori ir LMF valdes loceklis Dr. Aleksandrs Kalniņš (ASV) un LMF valdes loceklis prof. Dainis Krieviņš (Latvija).

7. jūlijs bija īpaša diena visiem stipendiātiem un arī LMF valdei, jo dziesmu svētku pacēluma gaisotnē notika tikšanās viesnīcā *Grand Poet* mājīgajās telpās Rīgā. Arī LMF dibinātājs prof. Bertrams Zariņš savulaik kā jauns ārsts saņēmis stipendiju, lai dotos apgūt artroskopiju. Tikai tā, ar mērķtiecīgu atbalstu, var notikt attīstība medicīnā. Tā ir nozare, kurā ir personības, bet kurā ir arī kopēja atbildība par katra cilvēka veselību. LMF savu atbalstu Latvijas medicīnai sniedz jau kopš 1990. gada. LMF sniegtais atbalsts nesarūk, tas tikai palielinās gan skaitļos, gan darbības plašumā.

Plašāka informācija par Latvijas Medicīnas Fondu (LMF) un tā stipendijām: <http://latvianmedicalfoundation.org/>



LMF valde un LMF Zariņu medicīnas studiju ceļojuma stipendiju saņēmēji. No kreisās: LMF valdes locekļi prof. Kristaps Zariņš, prof. Dainis Krieviņš, stipendiāti Dr. Luīze Auziņa, Dr. Marta Paeglīte, Dr. Pāvils Plūme, Dr. Zane Ruduša, Dr. Edgars Ķiecis, Dr. Ieva Znotiņa, LMF valdes locekļi Kristaps Zariņš Jr., prof. Bertrams Zariņš un prof. Jānis Tupesis. Hotel Grand Poet, Rīga, 2023. gada 7. jūlijs.

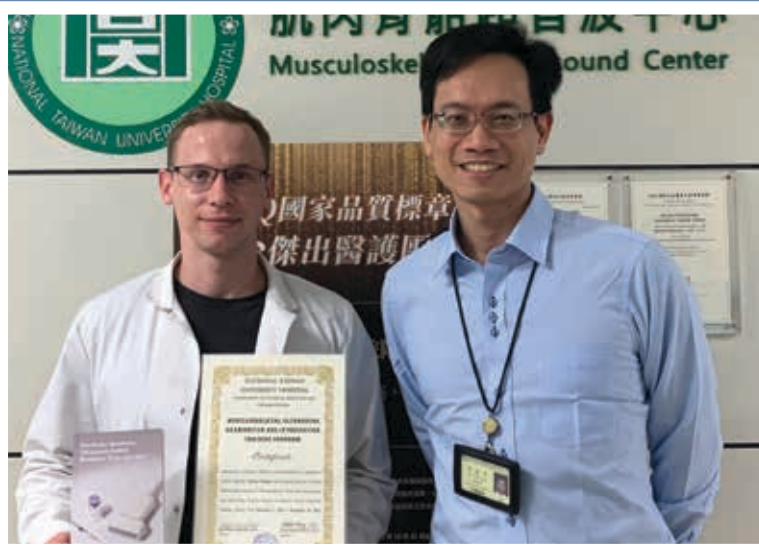
LMF stipendiātu pieredzes stāsti (Latvija)

Plašāki apraksti par stipendiātu pieredzi latvianmedicalfoundation.org/lmf-scholarships

Dr. Matīss Mežals

Fizikālās un rehabilitācijas medicīnas ārsts, algologs, Rīgas 1. slimnīca, Veselības centrs 4. Stipendijai rekomendēja prof. Ināra Logina, RSU algoloģijas rezidentūras vadītāja, un Dr. Natālija Zolbina, Rīgas 1. slimnīcas valdes priekšsēdētāja. Stažējās 2023. gada decembrī Taivānas Nacionālajā universitātes slimnīcā (NTUH), Taivānā, LMF Stipendija – 5000\$

LMF stipendiju ieguva 2020. gadā, tomēr to izmatot varēju tikai tagad. Apmaiņa ļāva piedalīties rehabilitācijas klīnikas darbā un iepazīties ar rehabilitācijas niansēm Taivānā. Lielāko daļu no laika pavadīju muskuloskeletālās ultrasonogrāfijas nodaļā, kur varēja iepazīties ar vairāku ārstu darba niansēm, veicot ultrasonogrāfijas izmeklējumu, kā arī iegūstot zināšanas jaunās injekciju veikšanas tehnikās. Pieredze bija sevišķi noderīga, jo ļāva praksē pieredzēt pasaulē labi atpazīstamu ārstu – Dr. Ke-Vin Chang, Dr. Wei-Ting Wu un Dr. Chueh-Hung Wu ārstēšanas pieeju. Slimnīcā būtisks uzsvars tiek likts uz reģeneratīvo medicīnu, izmantojot injekcijas kā



Dr. Matīss Mežals, saņemot sertifikātu un grāmatu no Chueh-Hung Wu

proloterapija un PRP (*patelate rich plasma*). Ļoti noderīgu pieredzi ieguva arī, piedaloties botulīna toksīna injekciju veikšanā, tas ļāva uzzināt jaunas nianšes, kā padarīt šīs injekcijas efektīvākas savā praksē.

Dr. Ieva Znotiņa

Rīgas Austrumu klīniskās universitātes slimnīcas 3. gada uroloģijas rezidente. Rekomendēja prof. Vilnis Lietuvietis. Stažējās 2023.g. 22.maijs-3. jūlijs, *Massachusetts General Hospital*, ASV. LMF Stipendija – 6000\$

Mans mērķis bija iegūt visaptverošu izpratni par klīnisko darbu plūsmu un pacientu vadības procesiem uroloģijas nodaļā, novērot dažādas diagnostikas un ārstēšanas procedūras, tai skaitā operācijas, konsultācijas un pēcoperāciju pacientu aprūpi. Vēlējos iepazīties ar inovatīvām tehnoloģijām un aprikojumu, ko izmanto uroloģijas praksē. Savas stažēšanās laikā piedalījos vairāk nekā 60 operācijās un 30 ambulatorajās manipulācijās, kā arī apmeklēju lekcijas un seminārus, kas tika organizēti divas reizes nedēļā sadarbībā ar Hārvarda Medicīnas skolu (*Harvard Medical School*). Īpaši interesējos par rekonstruktīvo uroloģiju, tāpēc uzskatu, ka MGH bija vispiemērotākā vieta, kur šīs prasmes apgūt. Slimnīcā strādā izcili plastiskie ķirurgi, kas sadarbojās ar urologiem un ik dienas veica vairākas rekonstruktīvās operācijas



Dr. Ieva Znotiņa pēc operācijas ar Uroloģijas-onkoloģijas klīnikas vadītāju Dr. Douglas Dahl

gan terapeitiskos, gan kosmētiskos nolūkos. Ikdienā starp operācijām bija iespēja apmeklēt treniņu telpu (*skills lab*), kas īpaši iekārtota rezidentiem, lai praktizētos gan laparoskopiskajās procedūrās, gan robota asistētajā ķirurģijā.

Dr. Artūrs Šilovs

4. gada rezidents radioloģijas specialitātē, ārsts stažieris Rīgas Austrumu klīniskās universitātes slimnīcas Neatliekamās radioloģijas nodaļā. Asistenta p.i. RSU Radioloģijas katedrā. Rekomendēja Dr. Aina Kratovska, prof. Ardis Platkājis. Stažējās 2023.g. 4.marts -31. marts, *Clinical and Translational Research center, Bufalo U, ASV*. LMF Stipendija – 4000 \$

Jacob's institute regulāri pieņem ārstus no ārvalstīm stažēties, bet man īpaši paveicās, jo biju pirmais, kuru pieņēma kopš Covid-19 pandēmijas sākuma, kad tika apstādinātas visas programmas. Vienu mēnesi pavadīju ļoti aktīvā darbā, jo jau no pirmās dienas mani pieņēma kolektīvā ļoti ātri. Jāsaka, ka galvenais kultūršoks kontekstā ar atšķirībām starp Eiropas centriem, kur esmu bijis, un ASV ir pētniecības līmenis, kā arī sadarbības ar industriju un industrijas iesaiste inovatīvo tehnoloģiju



Dr. Artūrs Šilovs un profesors Adnanu Siddiqui Bufalo Universitātē, 2023

ieviešanā klīniskajā darbā. Diemžēl jāsecina, ka pētniecībā gan finansējuma ziņā, gan organizatoriski pat tuvākajos gados nebūsim spējīgi konkurēt, galvenokārt, jo nespējam atrisināt pamata problēmas – cilvēkresursu trūkums un nepietiekamais finansējums pamata ārstēšanas vajadzībām.

Dr. Luīze Auziņa

Bērnu kardioloģe, Bērnu klīniskā universitātes slimnīca. Rekomendēja prof. Inguna Lubaua, BKUS bērnu kardioloģe, rezidentūras programmas vadītāja, Dr. Valts Ozoliņš, BKUS bērnu kardioloģijas klīnikas vadītājs. Stažējās 2023.g. septembrī, *Boston Children's hospital, ASV*. LMF Stipendija – 3500 \$

Vēlos uzsvērt *Boston Children's hospital* infrastruktūras nianšes un nemedicīniskos jautājumus. Pats būtiskākais, ko vēlētos ieviest BKUS, ir, ka vecāki var vienmēr pa nakti palikt pie sava bērna, kurš atrodas ITN. Bostonas slimnīcas ITN katrs pacients atrodas savā palātā, ar atsevišķu gultu piederīgajam. Vecāki tiek ļoti daudz iesaistīti arī ārstu un māsu savstarpējās apspriedēs. Slimnīcā darbojas plaša komanda pacientu un vecāku atbalstam – ģimenes atbalsta centrs, spēļu terapieti, suņi ar to saimniekiem, mūziķi, aktīvs ir slimnīcas radio, kurā uzstājas un saturu



Dr. Luīze Auziņa kopā ar Bostonas Bērnu slimnīcas kolēģiem, 2023

veido arī pacienti. Slimnīcā ir 4 iekšējie dārzi, kur personāla pavadībā laiku iespējams pavadīt arī ITN pacientiem, ja stāvoklis to pieļauj. Manas vizītes laikā esmu ieguvusi ļoti vērtīgas jaunas zināšanas un pieredzi, esmu apjautusi, uz ko bērnu kardioķirurģija tiecas nākotnē.

Veronika Solovjova

RSU 4. studiju gada studente. Rekomendēja Dr. Pēteris Kļava, Bērnu KUS anesteziologs reanimatologs. Stažējās 2023.g. 1.-7. jūlijs. Apmācības vasaras skolā "*Anaesthesia directed to acute medicine*" Nīderlandē. LMF Stipendija – 750 \$

Tā kā par savu nākotnes profesionālo sfēru esmu izvēlējusies anestezioloģiju-reanimatoloģiju, atrodot informāciju par šo vasaras skolu, zināju, ka tā ir pieredze, ko vēlos gūt. Pirmais iespaids bija, ka nekad līdz šim



Veronika Solovjova kopā ar pasniedzēju vasaras skolā "*Anaesthesia directed to acute medicine*" Nīderlandē, 2023

nebiju satikusi cilvēkus, kas tik ļoti "degtu" par darbu, ko viņi dara. Klausījos lekcijas par pirmās palīdzības sniegšanu dažādos apstākļos, anestezioloģijas vēsturi, intensīvo terapiju un dakteru personīgo faktoru ietekmi uz veikto darbu kvalitāti. Jāsaka, ka lekcija par personīgo faktoru ietekmi lika man paskatīties uz ārsta profesiju

no cita skatupunkta. Noteikti katram studentam iesaku nebaidīties un piedalīties pēc iespējas vairāk ārpusstudiju aktivitātēs. Tas ne tikai paplašinās redzesloku, bet arī palīdzēs atrast savu sirdslietu. Vēlos pateikt milzīgu paldies katram, kas piedalījās šī brauciena realizēšanā. Ļoti novērtēju man sniegto LMF atbalstu.

Dr. Edgars Ķecis

LU 3. gada rezidents dermatoloģijā, veneroloģijā. Stipendijai rekomendēja Dr. Zaiga Kravale, P. Stradiņa Klīniskās universitātes slimnīcas 14.nodaļas virsārste.

Stažējas Astūrijas Centrālajā universitātes slimnīcā (*Hospital Universitario Central de Asturias*) Spānijā 2023-2024. gadā (pusgada apmaiņas programmā). LMF Stipendija – 4000\$

Spānijā oficiālā darba diena ir septiņas stundas, turklāt pēdējā stunda ir ierēķināta dokumentācijas sarakstīšanai un organizatoriskiem darbiem, piemēram, lai atzvanītu pacientiem par izmeklējumu rezultātiem. Mani uzrunā arī koleģiālā gaisotne. No pirmās dienas mani uztver kā savējo: rāda, māca, komentē, dod praktiski darīt un atbild uz visiem maniem jautājumiem. Iesaista projektos, piemēram, ārste, ar kuru kopā strādāju, brīvdienās raksta: "Edgar, būs interesants gadījums, atnāc, safotografē, uzrakstīsim klīnisko gadījumu." Latvijā darba vide



Edgars Ķecis pie Astūrijas Centrālās universitātes slimnīcas Spānijā

mēdz būt arī ne tik draudzīga. Vēl viens no pozitīviem pārsteigumiem ir datu digitalizācija Astūrijas slimnīcā, kur izmanto *Cerner Millennium* sistēmu, kas apvieno pacienta slimības vēsturi, radioloģijas un laboratoriskos izmeklējumus, elektroniskās receptes. Papīra vēsturu te nav nevienā nodaļā. Mana prakse turpinās.

LMF stipendiātu pieredzes stāsti (ASV un Kanāda)

Plašāki apraksti par stipendiātu pieredzi latvianmedicalfoundation.org/lmf-scholarships

Darijus Baginskis

2023. gada 18. augustā pabeidzu savu praksi Paula Stradiņa Klīniskās universitātes slimnīcas Zinātniskā institūtā. Tur es pavadīju astoņas nedēļas administratīvajā praksē. Par LMF Studentu stipendiju uzzināju tad, kad piedalījos Garezera Vasaras vidusskolā Amerikā. Kopš 2020. gada vēlējos pieteikties, bet pandēmijas dēļ tikai 2023. gadā man izdevās pieteikties stipendijai. Stipendijas laikā gan strādāju Stradiņos, gan arī piedalījos Dziesmu un Deju Svētkos ar "Daugaviņu", dejas grupu no Toronto (Kanāda). Stipendijai noteicu divus mērķus: (a) lai iemācītos vairāk par Latvijas veselības sistēmu un kā tā



Darijus Baginskis Dziesmu svētku estrādē, 2023

atšķiras vai līdzinās Kanādas un Amerikas sistēmām, (b) lai saprastu, kā vairākas nozares slimnīcās kopīgi darbojas, lai veiktu pētnieciskos darbus. Galvenokārt stipendijas laikā pavadīju savas dienas, strādājot Izglītības daļā Zinātniskā Institutā.

Bez šaubām es ieteiktu citiem pieteikties šādam piedzīvojumam – nostrādāt praksē Latvijā. Lepojos par tādu iespēju, ko Latvijas Medicīnas Fonds piedāvā ārzemju studentiem. 2023. gada vasara paliks atmiņā uz mūžu – dzīvojot, strādājot, runājot un mācoties Latvijā 10 nedēļas.

Ērika Heinze

2023. gada vasarā es varēju piepildīt savu vēlēšanos un strādāt medicīnas laukā kā fizioterapeites praktikante. Es esmu ārkārtīgi laimīga, ka es varēju baudīt vasaru Latvijā un iemācīties par fizioterapijas profesiju. Es nokārtoju praksi Nacionālā Rehabilitācijas Centrā (NRC) "Vaivari" 2022.gadā, kad biju nolēmusi turpināt studijas *Northwestern University* Čikāgā, lai iegūtu doktora grādu fizioterapijā. 2023.gada jūnija sākumā es aizbraucu uz Latviju un pavadīju astoņas nedēļas NRC "Vaivari". Nodaļā bija pacienti visādos vecumos ar dažādām diagnozēm. Daudzi bija pēc gūžu, ceļa locītavas endoprotezēšanas vai amputācijas operācijām. Arī bija citi, kam ir iedzimtas slimības, un ukraiņi, kam bija kara ievainojumi. Pirms šīs prakses es daudz nebiju sadarbojusies ar maziem bērniem. Es biju pārsteigta par to, kā fizioterapija un citas specialitātes var palīdzēt bērniem viņu attīstībā. Pateicos Latvijas Medicīnas Fondam (LMF) par man piešķirto stipendiju!



Ērika Heinze rehabilitācijas centrā Vaivari kopā ar fizioterapeiti Dr. Daci Stirāni, 2023

Lūkass Grīviņš

Es esmu latvietis, dzimis Amerikā. Pašlaik esmu Rietummičiganas universitātes 4. klasē, studēju biomedicīnas zinātnes. Par Latvijas Medicīnas fonda prakses programmu uzzināju ne tikai caur Amerikas Latviešu apvienību (ALA), bet arī pateicoties ģimenei un draugiem, kuri ir piedalījušies iepriekš. Daži iemesli, kāpēc es apņēmos vasarā piedalīties praksē Paula Stradiņa Klīniskā universitātes slimnīcā, bija šī pieredze, lai pilnveidotu manu latvietību un palīdzētu grūtībās nonākušiem cilvēkiem. Man vēlreiz jāpauž, cik pateicīgs esmu par slimnīcas komandu, viņi pret mani izturējās ar cieņu, lika justies gaidītam, mēģināja mani mācīt, lai gan mana latviešu valoda nav tā stiprākā. It sevišķi medicīnas terminoloģijā. Operāciju zālē pārsvarā biju dalībnieks un novērotājs. Nekautrējos ieteikt citiem vasaru pavadīt Stradiņa slimnīcā, LMF praksē. Zināšanas, kas iegūtas, atrodoties slimnīcā, ir nepārspējamā amerikāņu bakalaura studentam. Tāpēc man vēlreiz jāizsaka pateicība Dr. Dainim Krieviņam, Dr. Mārcim Gediņam, Dr. Kasparam Ķīsim, Dr. Sergejam Kovaļovam, Dr. Aigaram Lācim, Dr. Gunāram Mednim, Dr. Robertam Rumbam un



Lūkass Grīviņš P. Stradiņa Klīniskā universitātes slimnīcā

Dr. Vladislavam Strodam, Stradiņa slimnīcas Asinsvadu nodaļai. Paldies par iespējām un cieņu, ko jūs visi izrādījāt man, un pēc 10 gadiem es ceru, ka es varēšu piedāvāt savas zināšanas un draudzību atkal jūsu vidē.

Ieva Griffin-Rupnere

Es ilgus gadus esmu domājusi iet praksē Latvijā. Kopš Garezera Vasaras Vidusskolas sākuma esmu dzirdējusi brīnišķīgus stāstus par piedzīvojumu pilnām vasarām, ko varēja iegūt prakses dēļ. Stāstus par dziļāku draudzību, kultūras mācību, vēliem vakariem un visādām iespējām. Kad beidzot pienāca laiks, kad es pati varēju šo piedzīvojumu piedzīvot, es zināju, ka vēlos padziļināt savas zināšanas LOR specialitātē, lai gatavotos universitātes mācībām maģistra grādam. Mana prakse bija vairākās pilsētās un vietās Latvijā. Es arī jutu, ka nākotnē varbūt atgriezīšos Latvijā, lai pastrādātu te. Agrāk par to nedomāju valodas prasmes dēļ. Nekādā citā vietā Ziemeļamerikā man nebūtu bijusi iespēja iegūt šādu pieredzi. Es tādēļ ieteiktu visiem, kas var un vēlas, pieteikties un piedalīties šādā praksē. Man bija iespēja



Ieva Griffin-Rupnerte Bauskas slimnīcā

ne tikai justies, kā būtu dzīvot manā senču zemē, bet arī iegūt nepieciešamo pieredzi savai nākotnei.

Tija Sīka

2022. gada rudenī, kamēr es veicu savus mājas darbus Viskonsinas Universitātē, es saņēmu e pastu no mana tēva, kurā bija bilde no Laika avīzes. Tur bija raksts par iespēju pieteikties Latviešu Ārstu un Zobārstu Apvienības un LMF stipendijām. Man bija prieks lasīt, ka ar stipendiju man būtu iespēja atgriezties Latvijā un iegūt unikālu pieredzi strādāt manā interešu laukā – zobārstniecībā. Ar ģimenes un draugu palīdzību sarunāju strādāt un vērot Dr. Judīti Bērziņu un Dr. Līvu Lapši *Medical Group Dens*, Rīgā. Sirsnīgs paldies Latvijas Medicīnas fondam par stipendiju un iespēju iegūt internacionālas zināšanas zobārstniecībā Latvijā. Es sirsnīgi pateicos klīnikas administratoriem, asistentiem, tehniķiem un zobārstiem



Tija Sīka un klīnikas *Medical Group Dens* galvenā zobārste Dr. Judīte Bērziņa, Rīgā, 2023

par neaizmirstamu vasaru. It sievišķi pateicos Dr. Judītei Bērziņai, kas mani pieņēma un deva man iespēju iesākt manu zobārstniecības karjeru un kopā svinēt Jāņus.

Lija Ābele

Šovasar man bija lieliska iespēja gūt pieredzi Paula Stradiņa Klīniskajā universitātes slimnīcā, sekojot līdzi un mācoties no daktera Kārļa Rāceņa. Jau vairākus gadus sekoju līdzi tam, kā ir gājis citiem GVV absolventiem, strādājot vasarā Latvijā. Pēc sarunām ar absolventiem es sapratu, ka man ļoti arī gribētos šo iespēju izmantot. Tā kā šajā vasarā notika arī Dziesmu un deju svētki – tas bija vēl viens iemesls, lai dotos uz Latviju. Prakses laikā es vēlējos atrasties medicīniskā vidē, tāpēc izvēlējos praksi organizēt caur LMF. Šobrīd Alabamas Universitātē es studēju *'Operations Management'* un *'Food and Nutrition'*, bet iepriekš gūtās zināšanas universitātē mani ir motivējušas izzināt un iemīlēt medicīnas zinātni.



Lija Ābele un Dr. Kārlis Rācenis P. Stradiņa Klīniskajā universitātes slimnīcā, 2023

Šīs prakses laikā es vēlējos gūt atbildi uz jautājumu, ko biju pati sev uzdevusi – vai es vēlos turpināt studēt medicīnu? Un pateicoties šai praksei, es sapratu, ka jā.

Daudz laimes, jubilār! Starmešu gaismā profesors Kristaps Kristofers Zariņš

Kamena Kaidaka, LĀZA un LMF administratore Latvijā
Vitālijs Zvirgzdiņš, Rīgas Austrumu klīniskās universitātes slimnīcas Asinsvadu ķirurģijas nodaļas vadītājs

Pirms 80 gadiem, 1943. gada 2. decembrī, Tukumā luterāņu garīdznieka Riharda (pilnajā vārdā Richards Arturs Otto) un Marijas Zariņu ģimenē piedzima dēls Kristaps Kristofers kā trešais bērns. Viņu jau sagaidīja māsa Antra (dzimusi 1941.gadā, Rīgā) un brālis Bertrams (dzimis 1942.gadā, Rīgā). 1944. gadā ģimene devās bēgļu gaitās, jo tās liktenis padomju režīmā būtu izlemts ātri – Rihards Zariņš bija beidzis LU Teoloģijas fakultāti, tika ordinēts par mācītāju un drīz vien sāka kalpot Rīgas Doma baznīcas draudzē. Zariņu ģimenes ceļš kopā ar tūkstošiem latviešu bēgļu vispirms veda uz Zviedriju, bet 1946. gadā – uz ASV. Rihards Zariņš no 1946. līdz 1998. gadam vadīja lielo Ņujorkas latviešu evaņģēliski luterisko draudzi. Visi Zariņu bērni bija centīgi un ieguva labu izglītību. Un visiem viņiem ir kāda no tēva un mātes mantota īpašība – būt dāsniem un atbalstošiem.

“Atbalstot labus, centīgus un spējīgus cilvēkus, notiks labas lietas arī nākotnē”, teicis asinsvadu ķirurgs prof. Kristaps Zariņš, kad visi trīs bērni dibināja “Richarda Zariņa piemiņas fondu” LU Vēstures fakultātes atbalstam 2013. gadā. Šis pats motīvs ir pamatā arī Latvijas Medicīnas fonda (LMF) darbībai, kuru abi brāļi Zariņi dibināja ASV kā bezpeļņas organizāciju Latvijas medicīnas atbalstam drīz pēc Pirmā vispasaules latviešu ārstu kongresa. Kopš 2023. gada Kristaps Kristofers Zariņš ir LMF valdes priekšsēdētājs.



Prof. Kristaps Kristofers Zariņš

Kristapa Zariņa ceļš medicīnā vijies cauri vairākām ASV augstskolām: beidzis *Brooklyn Technical High School* Ņujorkā (1960), ieguvis B.A. grādu *Lehigh University* Pensilvānijā (1964), M.D. grādu *Johns Hopkins University School of Medicine* Baltimorā (1968), pēc tam specializējies *University of Michigan* vispārīgajā ķirurģijā (sertificēts 1975) un asinsvadu ķirurģijā (sertificēts 1983). Pēc militārā dienesta ASV (1974-1976) aicināts uz Čikāgu un no 1976.gada strādāja Čikāgas Universitātes Medicīnas centra slimnīcā par asinsvadu ķirurgu un tai pašā gadā iecelts par Vaskulārās laboratorijas direktoru. Kristaps Kristofers Zariņš vadīja Čikāgas Universitātes Asinsvadu ķirurģijas klīniku (1976 - 1993), bet 1993.gadā pēc Stenforda Universitātes uzaicinājuma pārcēlās uz Kaliforniju un līdz 2005. gadam vadīja Asinsvadu ķirurģijas klīniku un paralēli arī vadīja pētniecības darbu. Stenforda Universitāte atzinusi viņu par izcilu starptautiski atzītu speciālistu savā nozarē un 1993.gadā Kristapam Zariņam piešķīra godpilno akadēmisko posteni „*Walter Clifford and Elsa Rooney Chidester Professorship in Surgery*”, novērtējot viņa devumu pasaules medicīnas zinātnē.

Profesora Kristapa Zariņa dzīves gājums, ko var lasīt arī Stenforda Universitātes mājaslapā, ir 80 lpp garš, bet Latvijai visnozīmīgākā ir tā profesora dzīves daļa, kas saistīta ar Dzimteni. Var teikt, ka Latvijas un ASV traumatologu ortopēdu sadarbību aizsāka tolaik Čikāgas Universitātes asinsvadu ķirurga profesora Kristapa Zariņa piedalīšanās starptautiskajā biomehānikas konferencē Rīgā 1986. gadā, ko organizēja profesors Haralds Jansons. Jau nākamajā gadā Rīgā operācijas veica ASV profesori



Bertrams, Rihards un Kristaps Zariņi, 1993

traumatologi ortopēdi Kristaps Keggi un Bertrams Zariņš, bet 1989. gads bija lielo pārmaiņu gads, kad Rīgā ieradās latviešu ārsti no visas pasaules uz Pirmo vispasaules latviešu ārstu kongresu, kura organizācijā liela loma bija arī Kristapam Zariņam kā kongresa organizācijas komitejas vicepriekšsēdim. 35 gadi ir pagājuši kopš pirmā kongresa, kura iedvesmas avots bija trimdas ārsti, bet tagad Latvijas ārstu kongresi ir kļuvuši jau par tradīciju.

Kristaps Zariņš ir vairāk nekā 40 pasaules un Amerikas profesionālo medicīnas biedrību un komiteju biedrs, viņš darbojās daudzās starptautiskās medicīnas žurnālu redkolēģijās, piem., kopš 1977.gada žurnālā *Journal of Surgical Research* (1983-1996 – tā galvenais redaktors), *Annals of Vascular Surgery* (no 1993), *Journal of Endovascular Therapy* (no 1994), *Journal of Vascular Surgery* (1987-1999), *The Journal of Cardiovascular Surgery* (2007-) u.c.. Kristaps Zariņš ir Latvijas Zinātņu akadēmijas ārzemju loceklis (1990), Latvijas Asinsvadu ķirurģu asociācijas biedrs (1990), Amerikas ķirurģu savienības loceklis (1977), Latviešu Ārstu un zobārstu apvienības (LĀZA) biedrs (1980), LAMZA (Latviešu akadēmisko mācībspēku un zinātnieku apvienība) biedrs, u.c. Kristaps Zariņš ir vairāk nekā 500 zinātnisku darbu autors, K.Zariņa un B.Gerversa grāmata „Asinsvadu ķirurģijas atlants” [Zarins CK, Gewertz BL. Atlas of Vascular Surgery, Churchill Livingstone, Inc., New York, 1988; sec. edition 2005] tulkota daudzās pasaules valstu valodās (arī latviešu) un par oficiālu mācību līdzekli atzīta Japānā, Ķīnā, Dienvidkorejā, Polijā, Zviedrijā un citās valstīs.

Kristaps Zariņš ir saņēmis apbalvojumus par savu veikumu: Paula Stradiņa balvu medicīnā (1998) par nozīmīgiem pētījumiem vaskulārajā ķirurģijā un palīdzību Latvijas medicīnas attīstībai, Triju Zvaigžņu ordeni (2003), LZA Lielo Medaļu par izciliem sasniegumiem asinsvadu ķirurģijā un Latvijas un ārzemju mediķu vienotības stiprināšanā (2009), RSU Goda doktors (2010), LĀB Goda biedrs (2021), *Best Doctor of America*, *America' Top Doctors*, Latviešu ārstu un zobārstu apvienības Atzinības rakstu, ko prof. Kristaps Zariņš saņēma LĀZA 70 gadu jubilejas konferencē 2017. gada 20. septembrī Rīgas Stradiņa Universitātē. Viņa toreiz lasīto lekciju par savu profesionālo darbību var redzēt LĀZA mājaslapā.

Kopš savas pirmās vizītes Latvijā Kristaps Zariņš ir atbalstījis Latvijas mediķus un savas zināšanas nodevis asinsvadu ķirurģiem. Pēc Kristapa Zariņa ierosinājuma 2008. gadā P.Stradiņa Klīniskās universitātes slimnīcā asinsvadu ķirurģa LU prof. Daiņa Krieviņa vadībā tika uzsākti pētījumi jaunām un modernām vēdera aortas ārstēšanas metodēm. Kristaps Zariņš ar kolēģiem Stenforda Universitātē uzsāka pētījumus neinvazīvai sirds asinsvadu patoloģijas diagnosticēšanai, pielietojot



Kristaps Kristofers Zariņš un Valdis Zatlers – RSU Goda doktori, 2010

matemātiskās modelēšanas metodi, kas izmanto datortomogrāfijā iegūtos datus. Šīs metodes pirmo aprobāciju un attīstību pacientiem Kristaps Zariņš veica sadarbībā ar Latvijas Kardioloģijas centra kardiologiem un radiologiem (PSKUS). Šobrīd šī metode ieguvusi pielietojumu visā pasaulē. Arī šobrīd Kristaps Zariņš ir ļoti aktīvs asinsvadu pētniecībā. 2023. gadā jauns starptautisks sadarbības projekts uzsākts ar PSKUS Asinsvadu ķirurģijas centru.

Bet kā operējošs asinsvadu ķirurgs sadarbību ar Latvijas slimnīcām Kristaps Zariņš sāka jau Pirmā vispasaules latviešu ārstu kongresa laikā 1989. gadā un veica ne vienu vien operāciju kopā ar Latvijas ārstiem. Viens no viņa draugiem un kolēģiem ir Rīgas Austrumu klīniskās universitātes slimnīcas Asinsvadu ķirurģijas nodaļas vadītājs *Dr. med.* Vitālijs Zvirgzdiņš.



Kristaps Zariņš, Kamena Kaidaka un Uģis Gruntmanis LĀZA jubilejas konferencē RSU, 2017

“Mēs ar Kristapu Zariņu esam pazīstami jau kopš 1988. gada – sākumā bija pazišanās vēstuļu līmenī, bet tad ļoti nozīmīgais Pirmais vispasaules latviešu ārstu kongress 1989. gadā, un kopš tā laika mēs esam savu draudzību uzturējuši. Ja man pavisam īsi būtu jāraksturo Kristaps, es teiktu, ka Kristaps ir ļoti sirsnīgs, izpalīdzīgs cilvēks, ļoti profesionāls savā jomā.

Viņš ir zinātkārs zinātnieks, kurš atbalsta visu jauno, ja redz, ka to ir vērts atbalstīt – tomēr racionāli un mērķtiecīgi izvērtēdams idejas. Kristaps ir ļoti latvisks cilvēks, vienmēr ir bijis ļoti atbalstošs Latvijas asinsvadu ķirurgiem, jaunajiem kolēģiem. Viņu abu ar brāli Bertramū jau drīz pēc 1989. gada ārstu kongresa dibinātais Latvijas Medicīnas fonds (LMF) vienmēr ir atbalstījis Latvijas ārstus.

Kristapam ir tāda īpaša, smalka, bet ļoti iedarbīga humora izjūta – ar pāris trāpīgiem vārdiem viņš var sarunas gaitu ievirzīt atkal racionālā gultnē, ja nu kāds pa ceļam ir nomaldījies un pazaudējis sarunas pavedienu. Bet viņa humors ir saudzīgs, ne iznīcinošs.

Kristaps ir arī ļoti sportisks, jaunībā nodarbojās ar triatlonu. Tā mēs arī visos kongresos to sportisko līniju esam saglabājuši un skrējuši kopā – sākot ar ārstu kongresu 1989. gadā, kad bija noorganizēts dalībnieku skrējieni Vecāku kāpās, un tā turpinājuši skriet arī Amerikā asinsvadu ķirurgu kongresos.

Mans pirmais brauciens uz Ameriku bija 1990. gadā, kad mēs abi ar sirds ķirurgu profesoru Jāni Volkolakovu bijām uzaicināti uz kongresu Losandželosā. To kopīgi rīkoja Amerikas asinsvadu ķirurgu asociācijas (ISCVS

North American chapter un *Society for Vascular Surgery* (SVS)). Kongresa programmā bija arī dalībnieku sportisks skrējieni, ko mīļi dēvēja par “Klibotāju skrējieni”. Skrējiena nosaukums bija cieši saistīts ar asinsvadu ķirurgu ļoti lielu pacientu grupu, kuriem sakarā ar perifēro artēriju slimību raksturīgs simptoms ir pārejošā klibošana (*Claudicatio Intermittens*). Tā nu arī skrējenam nosaukums bija saistīts ar klibošanu, bet neviens no dalībniekiem jau nu nekliboja, skrējām kā vējš, un visiem tas patika, bija jautri. 1991. gadā abi ar Kristapu skrējām Bostonā, 1992. gadā – Čikāgā. Kamēr vien bija šī tradīcija – skrējām. 1999. gadā Kristaps bija Amerikas Asinsvadu ķirurģijas asociācijas prezidents, bet uz to laiku jau cilvēki bija kļuvuši racionālāki un Vašingtonā vairs jau nebija šī “klibotāju” skrējiena. Laiks pagājis – Kristaps ir pievērsies golfam, bet es vēl turpinu skriet un spēlēt tenisu.

Man un arī visiem maniem kolēģiem ļoti svarīga bija mūsu pirmā klātienē tikšanās ar Kristapu Latvijā ārstu kongresa laikā 1989. gadā, kad Kristaps atbrauca uz mūsu slimnīcu “Gaiļezers” un mēs kopā operējām pirmo pacientu, izmantojot intraoperatīvo angiogrāfiju, kādu ASV jau lietoja, bet Latvijā tā bija pirmā reize. Tikai tagad, izmantojot jau digitālos angiogrāfus, kas mums ir operāciju zālē, mēs varam daudz labāk kontrolēt operācijas rezultātu. Arī savās nākamajās vizītēs Latvijā Kristaps brauca pie mums, un kopā mēs operējām slimniekus. Viens no Kristapa pacientiem bija arī padomju represijas izcietušais luterāņu mācītājs, LU teoloģijas profesors Roberts Emīls Feldmanis, viņš tika operēts mūsu slimnīcā.



Zinta un Kristaps Zariņi pie RSU ēkas Rīgā, 2019

Ar Kristapa palīdzību mēs no Latvijas varējām apmeklēt starptautiskos kongresus. Tas ļoti, ļoti palīdzēja, lai īsā laikā apgūtu jaunas, ļoti noderīgas zināšanas. 90os gados mums atbalsts bija ļoti svarīgs, jo bija jau arī valodas barjera – ne visi labi zināja angļu valodu, Kristaps kā latviešu un angļu valodā runājošs kolēģis bija ļoti izpalīdzīgs. Kristaps ir palīdzējis daudziem mūsu asinsvadu ķirurgiem ātrāk ieiet starptautiskajā aprītē. 1990. gadā, kad bijām pirmoreiz ASV uz šo lielo kongresu, 60 asinsvadu ķirurgus no visām trim Baltijas valstīm uzņēma Starptautiskajā Asinsvadu ķirurģu asociācijā, un mums visiem 5 gadus asociācija sūtīja kā atbalstu bez maksas profesionālos žurnālus – 20 - Latvijai, 20 - Lietuvai un 20 - Igaunijai.

Esmu arī ciemojies pie Kristapa viņa mājā pat vairākkārt. 2007. gadā biju Stenforda Universitātē stažēties, un tad divas nedēļas Kristaps man deva naktsmājas. Iepazīnu viņa ļoti jauko ģimeni. Kristapa sieva Zinta ir viņam liels atbalsts. Viņu visi trīs bērni arī nav tālu aizgājuši no medicīnas. Zinu, ka Kristaps pie sevis ir izmitinājis daudzus tautiešus, kuriem ir bijusi vajadzība būt Amerikā. Manas kolēģes Dr. Sanita Ponomarjova, kura tagad ir Invazīvās Radioloģijas nodaļas vadītāja stacionārā "Gaiļezers", un Dr. med. Patrīcija Ivanova, tagad docente Latvijas Universitātes Ķirurģijas katedrā un arī asinsvadu ķirurģe slimnīcā, abas savulaik saņēma LMF atbalstu un stažējās Eiropas vadošajās klīnikās, un ļoti daudz no šīs pieredzes guva. Domāju, ka brāļiem Zariņiem ir izdevies atbalstīt pareizos cilvēkus un atbalsts nesis labus augļus.

Kaut arī Kristaps pēc savas 70 gadu jubilejas aizgāja no Asinsvadu ķirurģijas klīnikas vadības Stenforda Universitātē un ir Stenforda Universitātes emeritētais profesors, tomēr otra viņa kaislība ir zinātne un pētniecība. Pašreiz viņš pēta tieši sirds asinsvadu neinvazīvas izmeklēšanas metodes, kas svarīgi visiem asinsvadu slimniekiem, jo parasti necieš tikai viens apasiņošanas baseins. Un šīs pētniecības darbs viņu atkal saista ar Latviju.

Esmu Kristapam teicis, ka cilvēki dalās divās grupās – vienā ir tie, kuriem "ienāk prātā", otrā – kuriem neienāk. Un Kristaps pieder pie pirmajiem.

Ļoti daudz pārmaiņu ir bijis mūsu pazīšanās un draudzības laikā, daudz ir lielu ieguvumu, bet daudz kas arī ir gājis mazumā – un viena no izzūdošajām vērtībām ir romantika. Bet tā kā abi esam decembra bērni, tad mūsu dzimšanas dienas ir visromantiskākajā laikā, kad gaisā virmo sirsnība un pateicība, un viens otram steidzam vēlēt visu to labāko. Jubilāram vēlu to, ko mums katram visvairāk vajag – veselību. Pārējo jau tad var iegūt pats. Daudz laimes, Kristap, labu veselību! Un labu mums visiem šo gadu!"



Vitālijs Zvirgzdiņš un Kristaps Zariņš pēc kongresa dalībnieku skrējiena ASV, 1992



LMF valdes priekšsēdētājs Kristaps Kristofers Zariņš kopā ar 2023. gada LMF stipendiāti Dr. Luīzi Auziņu.

“55 minūtes ar LĀZA”

Kamena Kaidaka, LĀZA biroja vadītāja Latvijā

Sarunu cikls “55 minūtes ar LĀZA”, ko savā Facebook platformā gandrīz katra mēneša trešajā trešdienā plkst. 18.00 pēc Latvijas laika veidojam jau kopš 2021. gada par tēmām, kas interesē mūs pašus un vairumu no mūsu kolēģiem, ir kļuvis par LĀZA vienu no vizītkartēm – līdzās stipendijām, bērnu psihoterapijas semināriem un ikgadējam Apkārtrakstam.

Zoom sarunas publicējam tiešraidē Facebook LĀZA vietnē, kur tad saglabājas sarunu ieraksti 6 mēnešus. Katru sarunu vada viens no valdes locekļiem, ir uzaicināti 2-4 runātāji, bet pārējiem interesentiem ir iespējas iesaistīties caur Zoom kā klausītājiem un arī komentēt un uzdot jautājumus. Saikne ar biedriem un ieskats gan viņu aktivitātēs, gan iesaiste organizācijas aktivitāšu plānošanā mums ir ļoti svarīga. Turklāt bieži vienkārši gribas aprunāties, paklausīties, kā klājas, kas jauns, un apmainīties idejām. LĀZA nav vienīgā organizācija, kam grūtības ar saziņu un komunikāciju, jo mūsu biedri dzīvo ne tikai dažādās valstīs, bet arī dažādos kontinentos un dažādās laika zonās. Retās tikšanās reizēs, piemēram, Ziemeļamerikas Latviešu Dziesmusvētku laikā vai Latvijas Ārstu kongresā, ir klāt tikai nedaudzi, tāpēc ikmēneša saruna, kaut attāli vienam no otra, ir gaidīta.

“55 minūtes ar LĀZA” 18. janvārī – “LĀZA būtība un sūtība”

Sarunā piedalījās LĀZA valdes locekļi.

Kādi ir tuvākie un tālākie nākotnes plāni, jo 2023. gads bija valdes vēlēšanu gads. Kā varam atbalstīt tos projektus, ko uzsākuši mūsu biedri – konkrēti hospiss sistēmas izveidi. Ko ņemt vērā, izsludinot LĀZA stipendijas. Vienu no ieteikumiem jau realizējam – komisijā ir iepriekšējo gadu stipendiāti un ir sadarbība ar Latvijas Jauno ārstu asociāciju.

“55 minūtes ar LĀZA” 15. februārī – “LĀZA stipendijas”

Sarunu vadīja Dr. Kamena Kaidaka. Sarunā piedalījās Dr. Aina Kratovska – 2005. un 2006. gada Prof. Ilmāra Lazovska Medicīnas fonda stipendiāte, Ojāra Veides fonda stipendiāte 2012. gadā, Rīgas Austrumu klīniskā universitātes slimnīcas klīnikas "Gaiļezers" invazīvā radioloģe, RSU docētāja; Dr. Helēna Dauvarte, 2016. gada Prof. Ilmāra Lazovska Medicīnas fonda stipendiāte, Gastroenteroloģijas rezidente, LĀZA biedre; Marks Smirnovs, 2022. gada Prof. Ilmāra Lazovska Medicīnas fonda stipendiāts, RSU/6 kurss. No LĀZA: Dr. Ēriks Niedrītis, Dr. Kaspars Tūters, Dr. Zaiga Alksne-Phillips,



**55 MINŪTES
AR LĀZA**

trešdien, 18. janvārī
18.00 pēc LV laika

Šoreiz runāsim par LĀZA būtību un sūtību,
tuvākiem un tālākiem nākotnes plāniem.

Detālas un ZOOM saite sekos. Kā vienmēr, varēs sekot
tiesraidē caur LAZA Facebook mājas lappu



Dr. Daina Dreimane, Dr. Juris Lazovskis, Dr. Uģis Gruntmanis, Dr. Atis Bārzdiņš.

Runājām ar LĀZA stipendiātiem par to, kā stipendijas ir ietekmējušas viņu profesionālo dzīvi. Kādas domas un pārdomas jau ar laika distanci par to, kam un kādu atbalstu vajadzētu medicīnas studiju laikā un kādu pēc studijām. Kā saprast, kam atbalsts visvairāk vajadzīgs, pirms LĀZA izsludina 2023. gada stipendijas? Ko nozīmē dot un ko ņemt? Mazliet filozofiskas pārdomas ar reāliem lēmumiem.

“55 minūtes ar LĀZA” 19. aprīlī – “Par veselības aprūpes finansēšanu”

Sarunu vadīja endokrinologs, LĀZA priekšsēdis līdz 2024. gadam Uģis Gruntmanis. Sarunas biedri: ģimenes ārsts un internists, Latvijas Lauku ģimenes ārstu asociācijas valdes loceklis Ainis Dzalbs, RSU Maģistra programmas "Veselības vadība" direktore Daiga Behmane, PVO pārstāvniece Latvijā vadītājs līdz 2024. gadam Uldis Mitenbergs.

Tēma ir ļoti aktuāla, šķiet ka situācija veselības aprūpē kļūst arvien saspringtāka. Par finansiālo krīzi Latvijas veselības aprūpes sistēmā un kāpēc politiķiem šķiet, ka vajag privātu veselības apdrošināšanu; par dažādiem finansēšanas modeļiem un par to, ko tie dod dažādām iedzīvotāju grupām, par valsts atbildību, par līdzekļu sadali un medikamentu cenu politiku. Par vērtības balstītas veselības aprūpes konceptuālo pieeju, lai orientētos uz sasniedzamo rezultātu un datus balstītu lēmumu pieņemšanu, kas ir jebkuras veselības sistēmas

“55 minūtes ar LĀZA” viesi

efektivitātes pamatā. Par salīdzinājumu ar citām ES valstīm – Latvijas veselības aprūpes finansējums un iedzīvotāju aizsardzību pret finanšu riskiem. Arī skatoties no mūsu viedokļa – Latvijā ir ļoti zems māsu skaits uz 1000 iedzīvotājiem un tas arī ietekmē gan veselības aprūpes pieejamību, gan kvalitāti. Par to visu un vēl vairāk diskutējam 55 minūtes.

“55 minūtes ar LĀZA” 17. maijā - “Par vardarbību dzemdībās. Vai tas ir aktuāli?”

Sarunā piedalījās un to vadīja Alda Urtāne, ginekoloģe un dzemdību speciāliste (Norvēģija), Elizabete Pumpure, ginekoloģe un dzemdību speciāliste, starptautiska pētījuma IMAGiNE EURO par dažādiem dzemdību aprūpes aspektiem vadītāja (Latvija) un Ieva Pekša Kontrerasa, vecmāte Oslo Universitātes slimnīcā (*Oslo Universitetssykehus*) (Norvēģija). Latvijā veiktais pētījums par sieviešu pieredzi dzemdību iestādēs bija ar ļoti satraucošiem rezultātiem, ko publicēja laikraksts IR. Sarunas dalībnieku pieredze ir ļoti atšķirīga, atšķirīga ir arī ārstniecības iestāžu politika. Ir daudz “zem tepiķa slaucītu” jautājumu, kas tomēr būs jārisina arī Latvijā.

“55 minūtes ar LĀZA” 16. augustā – “LĀZA valdes kandidāti”

Sarunu vadīja Kamena Kaidaka. Sarunas dalībnieki – LĀZA valdes jaunie kandidāti – Alda Urtāne (Norvēģija), Laris Galejs (ASV), Kārlis Rācenis (Latvija). Bija interesanta saruna ar nākošās LĀZA Valdes kandidātiem par to, kas viņus motivē un iedvesmo. Varējām uzdot jautājumus un dalīties pārdomās un atziņās, ko vajag nākotnē darīt, no kā vajag atteikties. Saruna notika vēlēšanu priekšvakarā, jo vēlēšanas septembrī/oktobrī. Dr. Strobls jautāja, kāpēc nepiedalās zobārsti – un šis ir jautājums arī no LĀZA valdes visiem. Ļoti vēlētos, lai latviešu zobārsti visā pasaulē atkal vienotos zem LĀZA zīmes, kā tas bija, kad LĀZA dibināja 1947. gadā.

“55 minūtes ar LĀZA” 18. oktobrī - “Latvijas ārstu pieredzes iespējas ārpus Latvijas” – pirmā no cikla par rezidentūru sarunām

Sarunu vadīja Kamena Kaidaka un Daina Dreimane. Sarunas dalībnieki – Ojāra Veides fonda un Latvijas Medicīnas fonda stipendiāti: Dr. Rasma Vārna, internās medicīnas ārste P. Stradiņa KUS; Dr. Luīze Auziņa, bērnu kardioloģe BKUS; Dr. Jānis Vētra, neirologs P. Stradiņa KUS, un sarunā piedalījās arī Veselības ministrijas Nozares cilvēkresursu attīstības nodaļas vadītāja Kristīne Kļaviņa.

Privātās sarunās bieži dzirdams, ka Latvijas studenti un rezidenti neizmanto visas iespējas pabūt medicīnas vidē ārpus Latvijas dažādu iemeslu dēļ. No tiem, kas bijuši, ir vairumā pozitīvas atsauksmes. Tāpēc gribējām dzirdēt jauno ārstu, kas guvuši pieredzi ārpus Latvijas kā LMF vai

Aina Kratovska



Helēna Dauvarte

Marks Smirnovs



Ainis Dzalbs

Daiga Behmane



Uldis Mitenbergs



Uģis Gruntmanis



Elizabete Pumpure



Ieva Pekša Kontrerasa



Laris Galejs



Kārlis Rācenis



Alda Urtāne



Rasma Vārna

Ojāra Veides fonda stipendiāti, kas ir bijis tas svarīgākais ieguvums. Tāpat runājām par iespēju veidot jau sistēmu, kurā ir iekļauta iespēja stažēties, un kāda varētu būt LĀZA biedru iesaiste šajā jau Veselības ministrijas apstiprinātajā sadarbības ar diasporu virzienā.

Kristīne Kļaviņa jau pēc diskusijas sagatavoja vēl papildu informāciju par rezidentūru ārpus Latvijas. Nākošajā ES fondu periodā 2021 - 2027 paredzēti aptuveni 5 milj. eiro, lai jaunajiem Latvijas ārstiem dotu iespēju rezidentūras ietvaros iegūt ārvalstu pieredzi.

2023. gada 19. decembra MK sēdē tika pieņemti noteikumi, kuri nosaka pamatnosacījumus ESF finansētiem pasākumiem, lai uzlabotu ārstniecības personu, ārstniecības atbalsta personu, farmaceitiskās aprūpes pakalpojumu sniedzēju un sociālajā jomā strādājošo speciālistu kvalifikāciju, prasmes un iemaņas, kā arī pilnveidot zināšanas un uzlabot veselības aprūpes pakalpojumu pieejamību iedzīvotājiem. Šeit ir saite uz MK noteikumiem.¹

MK noteikumi attiecībā uz rezidentiem šobrīd ir ļoti vispārīgi, tajos noteikts:

- viena no mērķa grupām ir rezidenti īpaši atbalstāmajās specialitātēs.
- finansējuma saņēmējs (VM) izstrādā kārtību (cilvēkresursu apmācību plāns), kādā veicama rezidentu piesaiste, rezidentu atlases nosacījumi) - tātad konkrēti šobrīd nav noteikts, kāds tieši no ESF būs atbalsts rezidentiem, pie tā jāstrādā jaunajā gadā.
- runājot ar nozari, gan atsevišķu asociāciju pārstāvjiem, gan Latvijas Jauno Ārstu asociāciju - finansējums būtu jānodrošina tiem rezidentiem, kuri kaut kādu mācību ciklu vai metodi, var apgūt ārvalstīs - piem., kur ir dažādas sarežģītas metodes jāapgūst un Latvijā ne visās jomās ir iespējama augstākā kompetence, vai arī tīri gūt pieredzi, ko atvest atpakaļ uz Latviju.
- saskatām arī sadarbību ar Latviešu Ārstu un Zobārstu apvienību, piemēram, diasporas ārsti varētu iesaistīties, lai palīdzētu dibināt kontaktus ārvalstu klīnikās utml.

Šobrīd nekādi termiņi nav noteikti, bet VM mērķis būtu 2024.gadā izstrādāt atbalsta nosacījumus, atbalsta mehānismu un sākt ieviešanu. Atbalstāmās specialitātes varētu būt īpašas metodes, mācību kursi, kur Latvijā nav kompetence tik augstā līmenī - to tad atbilstoši kritērijiem noteiktu rezidentūras programmu vadītāji, asociācijas, klīniskās universitātes slimnīcas vai metodiskie centri, kur tieši atbalsts nepieciešams. VM aicinās LĀZA uz pirmajām diskusijām, ideju apmaiņu kopā ar Latvijas Jauno ārstu asociāciju, LĀB, universitātēm u.c.

1 https://tapportals.mk.gov.lv/legal_acts/bb1c8103-e3dd-4c99-9e02-1917e62f2d52

**“55 minūtes ar LĀZA” 15. novembrī - “Par rezidentūru un ilgstošu praksi ārzemēs un atgriešanos Latvijā”.
Otrā no cikla par rezidentūru sarunām**

Sarunu vadīja Dr. Daina Dreimane. Piedalījās Dr. Anna Saliņa, interniste, bronholoģe pneimonoloģe, šobrīd P. Stradiņa KUS, rezidentūras laiku mācījās Šveicē. Dr. Karīna Beinerte, šobrīd bērnu psihiatre BKUS, rezidentūra bērnu psihiatrijā Apvienotajā Karalistē Londonā, kopumā 12 gadi pavadīti AK (no tiem 9 gadi rezidentūra), atgriezās Latvijā 2022. gadā, un Dr. Roberts Feders, kardiologs, šobrīd savā privātp praksē, atgriezās pirms 4 gadiem, rezidentūra Berlīnē (kopumā 10 gadi Vācijā). Sarunas jautājumi: kā katrs no kolēģiem nokļuvis ārpus Latvijas, kādas mācības un ieteikumi, ja vēlies doties ārpus Latvijas mācīties. Kas bijuši pozitīvi, kas negatīvi pārsteigumi un iespaidi?

Ko ir izdevies pārņemt, ieviest savā vai savas nodaļas praksē un ko līdz šim varbūt nav izdevies? Ko iesakāt studentiem rezidentiem un kā labāk sagatavoties ārzemju praksei vai rotācijai? Profesionālajā vidē sarunas dalībnieki bija sajutuši ļoti labvēlīgu attieksmi un arī ļoti distancētu attieksmi – atkarīgs no valsts, kur esi. Bet pārvarēšana, jauni iespaidi, pieredze, kas gūta, nav atsverama.

**“55 minūtes ar LĀZA” 24. janvārī - “Par rezidentūru un ilgstošu praksi ārzemēs un neatgriešanos Latvijā”.
Trešā saruna ciklā par rezidentūru**

Sarunu vadīja Dr. Kamena Kaidaka. Piedalījās Dr. Atis Bārzdīņš, onkohematologs (ASV), Dr. Juris Lazovskis, reimatologs (Kanāda), Dr. Antra Leice, bērnu psihiatre un psihoterapeite (Zviedrija), Dr. Daina Dreimane, pediatre un bērnu endokrinoloģe (ASV).

Šoreiz turpinājām sarunu par rezidentūru ārzemēs un to, kas pamudināja palikt ārpus Latvijas. Kā bija iejusties jaunajā pasaulē? Kas bija tas galvenais, kas noteica lēmumu neatgriezties Latvijā, un vai tas bija skaidrs jau no paša sākuma? Vai ir bijusi vēlēšanās un iespējas sadarboties ar kolēģiem Latvijā formāli vai neformāli? Atskatoties uz nodzīvotajiem gadiem, kas ir iegūts un kas ir varbūt zaudēts, ko varbūt darītu savādāk? Katram no runātājiem tas ir bijis savs atšķirīgs ceļš, tomēr sajūta, ka esi starp divām pasaulēm, paliek. Un paliek sajūta, ka esam divas pasaules, kaut tik ļoti gribētos, lai tā plaisa nebūtu tik liela.

“55 minūtes ar LĀZA” 21. februārī - "Vardarbība pret medicīnas darbiniekiem"

Runājām gan par fizisku, gan verbālu, gan morālu vardarbību.

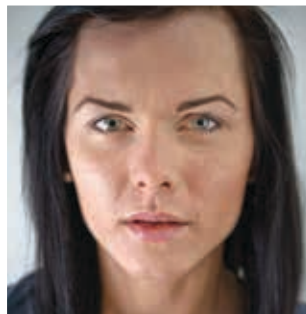
Paldies, visiem sarunu “55 minūtes ar LĀZA” dalībniekiem par jūsu laiku, jūsu darbu un atziņām!

Luīze Auziņa



Jānis Vētra

Kristīne Kļaviņa



Anna Saliņa

Karīna Beinerte



Roberts Feders

Antra Leice



Dienasgrāmata 2022/2023

*Annemarija Linaresa, ārste, juriste,
sabiedriskā labuma organizācijas AMOS līdzdibinātāja*

2022. gadā ASV dzirdēju no Latvijas vadības pārstāvjiem uzaicinājumu pārcelties uz dzīvi Latvijā un izveidot savu uzņēmumu vai ārstniecības iestādi hospisa jomā, jo tas bija mans darba lauks ASV daudzus gadus. Biju sajūsmināta un biju gatava arī to darīt. Ieradās Rīgā 2022. gada 3. decembrī kopā ar vīru Oskaru uz dzīvi Latvijā. Mūsu pieaugušie bērni ar savām ģimenēm palika ASV. Gribējām jau pārcelties novembra sākumā, bet mana ASV darbavieta lūdza man palikt amatā līdz novembra beigām. Un es piekritu. Mums bija plānots ielidot Rīgā 2. decembrī, bet nokavējām lidojumu no Parīzes uz Rīgu. Risinājums bija lidot uz Helsinkiem, pārnakšņot un nākamā rītā lidot tālāk uz Rīgas. Nezināju, ka tas paredzēja nākotnē notiekošos notikumus. Par saviem pirmajiem iespaidiem Latvijā, par savu mērķi – veidot hospiss sistēmu, kādā pati strādāju ASV, jau rakstīju LĀZA Apkārtrakstā Nr. 171. Šoreiz, kas manā dzīvē notika gada laikā – īsa dienasgrāmata.



Annemarija Linaresa

2022. gada decembris

3. decembrī ieradāmies ar vīru Rīgā bez koferiem, kuri kaut kur mētājās 3 dienas pa Franciju. Dzīvoklis bija jau noīrēts ilgtermiņā septembrī, kad pēdējo reizi biju Rīgā uz 9. Latvijas Ārstu kongresu un LĀZAs 75. jubileju. Dzīvoklis ļoti labā vietā – Klusajā centrā. Ar kājām viss pieejams.

Apcieņoju Rūres hospisa pilotprojektu Liepājā un Hospiss LV hospisa pilotprojektu Rīgā, kā arī Rīgas Austrumu klīniskās universitātes slimnīcas (RAKUS) Paliatīvās aprūpes nodaļu.

Nosvinēju pirmoreiz Ziemassvētkus Latvijā.

Meita Ģertrūde mēneša beigās atbrauca ciemos uz nedēļu.

2023. gada janvāris

Tīklojos un centos uzzināt visu būtisko par Latvijas veselības sistēmu.

Apcieņoju Maltas Ordeni un RAKUS Geriatrijas nodaļu.

Pievienojos Sv. Pestītāja Anglikāņu baznīcai Vecrīgā, kur tiku ievēlēta baznīcas valdē.

Pievienojos korporācijas “Dzintras” kopai Rīgā, kur esmu aktīvi piedalījies gan konventa darbā, gan literārajos vakaros, Kalpaka ballē, Dzintru un Baltijas tautu komeršā, grāmatu klubā un Dzintru 100 gadu jubilejas plānošanas komitejā.

Okupācijas muzejs ierakstīja manu interviju par trimdnieku atmiņām.



Rīga



Pasaules latviešu zinātnieku kongresā, Rīgā, 2023. gada 29. jūnijs

2023. gada februāris

Baudīju laiku, ceļojot ar vīru par Latviju un Romu un Firenzi brīvdienās.

Iesāku piedalīties Saeimas hospisa likumprojekta komisijas darba grupā.

2023. gada marts

Piedalījos "Dzintras" māsas korporācijas "Indlas" komeršā Tartu, Igaunijā.

Palīdzēju Hospiss LV rīkot Hospisa Forumu Latvijas Universitātes Lielajā aulā. Mēneša beigās baudīju dažas dienas Vīnē ar vīru.

Pievienojos Amerikas Tirdzniecības palātai Latvijā un darbojos viņu veselības darba grupās. Pievienojos Jaunās Vienotības partijai un darbojos viņu veselības darba grupā, kā arī Saeimas darba grupās, kas attiecas uz paliatīvo aprūpi.

2023. gada aprīlis

Kopā ar divām līdzdibinātājām reģistrējām labdarības organizāciju, ārstniecības iestādi un sociālo uzņēmumu AMOS ar mērķi piedāvāt starpdisciplināru atbalstu mājās Latvijas iedzīvotājiem, kuriem ir smaga, hroniska vai neārstējama slimība. Līdzekļus nespējām savākt, lai uzsāktu darbu, bet valdības finansējuma nebija. Darbību

nevarējām uzsākt.

2023. gada maijs

Atbalstīju Latvijas sapņu hokeja komandu, kā arī basketbolistus. Gatavojos baudīt XXVII Vispārējos latviešu Dziesmu un XVII Deju svētkus, kam 150. gadu vēsture.

Aizbraucu uz Lietuvas medicīnas korporācijas pasākumu ar vīru.

Dažas dienas pavadīju, kopā ar vīru baudot Milānu.

Lai gan jau janvārī es pieprasīju uzturēšanās atļauju savam laulātajam, tas nav vēl sakārtots. PMLP (Pilsonības un migrācijas lietu pārvalde) slodze esot bijusi milzīga, un atbilde vēl nebija 30. maijā, kad vīram beidzās 180 dienu uzturēšanās atļauja kā tūristam. Viņam bija jāatstāj Šengenas zonu uz 180 dienām, kamēr es paliku Rīgā.

2023. gada jūnijs

Baudīju Jāņus pirmo reizi Latvijā. Piedalījos LĀZAS Prof. Ilmāra Lazovska Medicīnas fonda stipendiju pasniegšanā Latvijas Ārstu biedrības namā Rīgā 30. jūnijā.

Piestrādāju pie ASV ārsta iegūtās kvalifikācijas atzīšanas Latvijā, kas bija krietni garš un dārgs process (aptuveni 1000€ par AIC (Augstākās Izglītības centra) apmaksu un dokumentu un sertifikātu tulkošanu, kas bija vesela kaudze ar dokumentiem).



Annemarija un Oskars Linaresi Amerikas Tirdzniecības palātas (AmCham) sarīkojumā ar Latvijas valsts prezidentu Edgaru Rinkeviču, 2024. 12.02

2023. gada jūlijs

Baudīju XXVII Vispārējos latviešu Dziesmu un XVII Deju svētkus pirmo reizi Latvijā.

2023. gada augusts

15. augustā pabeidzu *Quantic School of Business and Technology*, ASV Vašingtonā, kur studēju attālināti, ieguvu maģistra grādu biznesā (*Executive MBA*). Aizbraucu uz Mičiganas pavalsti ASV uz divām nedēļām uz ģimenes svinībām *Labor Day* svētkos.

2023. gada septembris

Saņēmu lēmumu par manas izglītības un profesionālās kvalifikācijas atbilstību Latvijas Republikas noteiktām prasībām.

Izbraucu uz Albāniju pie vīra, kurš dzīvoja Albānijā uz dažiem mēnešiem, jo Latvijas migrācijas lieta vēl nebija sakārtota.

2023. gada oktobris

Nosvinēju savu dzimšanas dienu Rīgas Operā.

2023. gada novembris

Piedalījos pirmo reizi Rīgas Lāčplēša dienas svinībās un studenšu un studentu korporācijas 18. novembra gājienā no LU uz Brāļu kapiem, kur Latvijas Republikas proklamēšanu atzīmējām ar uzrunām, dziesmām un ziediem.

Noliku nepieciešamo C1 latviešu valodas pārbaudi, lai varētu reģistrēties kā ārstniecības persona Latvijā.

Vēlreiz biju ciemos pie vīra Tirānā, Albānijā, kur lietus vien gāza. Mēneša beigās mēs ar vīru nosvinējām Pateicības Dienu ar ģimeni Mičiganā.

2023. gada decembris

Decembrī vēl biju procesā reģistrēties kā ārsts Latvijā. Šobrīd procesā arī ir ārsta specialitāšu atzīšana internā medicīnā, geriatrijā un paliatīvā medicīnā. Tas arī ir dārgs (720€ par trim specialitātēm) un mēnešiem garš process, ko tikai drīkst uzsākt pēc pamatkvalifikācijas atzīšanas.

Latvijā vīrs vēlreiz atgriezās 6. decembrī. Pēc 12 mēnešiem vēl gaidījām migrācijas uzturēšanās atļauju, lai Oskars varētu ilgāk par 180 dienām gadā dzīvot Latvijā.

AMOS

Labdarības organizācija, ārstniecības iestāde un sociālais uzņēmums AMOS, līdzdibināja Annemarija Linaresa

“Jēkaba Prīmaņa Latvijas iedzīvotāju antropoloģiskās izpētes projekts” atdzimst

RSU un LĀZA informācija

2024. gada 14. februārī Rīgas Stradiņa universitatē sadarbības memorandu parakstīja Cēsu novada pašvaldības, Roche Latvia un RSU pārstāvji. Memoranda mērķis ir kopīgi īstenot pirms gandrīz 90 gadiem veiktā pētījuma “Jēkaba Prīmaņa Latvijas iedzīvotāju antropoloģiskās izpētes projekts. Piebalga” atkārtojumu, izmantojot 21. gadsimta tehnoloģijas. Pētījuma ekspedīcijas notiks 2024. gada jūlijā un augustā. Noteiktajā laikā plānots iesaistīt 500 Jaunpiebalgas un Vecpiebalgas iedzīvotāju. Pētījuma vadītājs ir RSU Anatomijas un antropoloģijas institūta profesors Jānis Vētra. Piebaldzēni pētījumam var pieteikties, rakstot prof. Jānim Vētram: janis.vetra@rsu.lv

Pirms 87 gadiem notika pirmais Piebalgas iedzīvotāju antropoloģiskās izpētes projekts profesora Jēkaba Prīmaņa vadībā, lai noskaidrotu cilvēku fiziskās uzbūves attīstību un arī izmaiņas. Tika apsektas mājas un nomēriti vairāk nekā 3000 Vecpiebalgas un Jaunpiebalgas iedzīvotāju. Pašlaik RSU uzsākusi antropoloģisko pētījumu, kas balstīts uz tolaik ievāktajiem datiem, kuri šobrīd glabājas RSU Anatomijas muzejā. RSU īstenotais projekts notiks divās daļās: seno datu apstrāde un atkārtota antropoloģiskā pētījuma veikšana Jaunpiebalgas un Vecpiebalgas iedzīvotājiem. Tāpat paredzēts veikt ģenētiskā materiāla vākšanu, uzkrāšanu un analīzi, kā arī salīdzināt no jauna iegūtos datus ar vēsturiskajiem, tāpat izvirzīt hipotēzi par Piebalgas nākotnes iedzīvotāju antropoloģisko attīstību.

Tā mēs atgriezāties...

“Tagadnē neviena tauta savā miesas uzbūvē nav viengabalaina, bet tajā ietilpst dažādi tipi.”

J. Prīmanis, 1937

2017. gadā ar nozīmīgu LĀZA atbalstu biedrība “Skaldū Raksti” izdeva vēsturnieces Ritas Grāveres grāmatu par vienu no LĀZA dibinātājiem – prof. Jēkabu Prīmani “Tā mēs atgriezāties... Ārsts, anatoms, antropologs Jēkabs Prīmanis”.

Ar šo piemiņas grāmatu dzimtenē no tālās Amerikas savā 125. gadskārtā atgriezās Latvijas Brīvības cīņu dalībnieks, pirmais latviešu anatoms, viens no anatomikuma un tā muzeja veidotājiem, fenomenāls anatomijas pasniedzējs, vairākām ārstu un mākslinieku paaudzēm neaizmirstams pedagogs kā Latvijā, tā arī Amerikā, pirmās anatomijas terminoloģijas vārdnīcas izveidotājs, arī antropologs, ne tikai fiziskās antropoloģijas



Roche Latvia vadītājs Rauls Vēliņš, RSU rektors Aigars Pētersons un Cēsu novada domes priekšsēdētājs Jānis Rozenbergs, parakstot sadarbības memorandu, RSU, 14.02.2024

pētījumu organizētājs Latvijā, bet arī sociālantropoloģijas aizsācējs – profesors Jēkabs Prīmanis. Grāmatā kopā ar Jēkabu Prīmani Latvijā atgriezās daudzi vārdi, kas līdz 1944. gadam bija Latvijas medicīnā nozīmīgi, bet vēstures notikumu slota tos mēģinājusi aizslaucīt no atmiņu skatuves. Grāmatā ir daudz vēsturisku fotogrāfiju, un tā dod labu ieskatu antropoloģiskajās ekspedīcijās, kuras notika Latvijas teritorijā, un ne tikai...



Ekspedīcijas dalībnieki Vecpiebalgā. Uz zirga Nikolajs Cauna, 1936 (fotogrāfija no grāmatas “Tā mēs atgriezāties...”). Nikolajs Cauna (1914-2007) - anatoms antropologs, LU anatomijas asistents (1942-1944) Baltijas universitātes docētājs (1946-1948), Daremas universitātes ārkārtas profesors (1948-1961), no 1961- anatomijas profesors Pitsburgas universitatē, ASV, LĀZA biedrs.

Gada balva medicīnā 2022

LĀB informācija

“Gada balva medicīnā 2022” bija nozīmīgs notikums Latvijas veselības nozarē. Svinīgā ceremonija, ko rīko Latvijas Ārstu biedrības, 2023. gada pavasarī notika jau 13. reizi. Ceremonijā tika piešķirtas dažādas balvas un speciālbalvas, atzīstot izcilus medicīnas speciālistus un viņu ieguldījumu. Balvu “Gada cilvēks medicīnā 2022” saņēma medicīnas māsa Sarmīte Cīrule, kas sākoties Krievijas iebrukumam Ukrainā, devās uz fronti kā mediķis. Par “Gada notikumu medicīnā 2022” tika atzīta Paula Stradiņa Klīniskās universitātes slimnīcas (PSKUS) Sirds ķirurģijas centra un Rīgas Austrumu klīniskās universitātes



“Gada balvas medicīnā” statuetes “Dzīvības asns” autors Armands Jēkabsons

slimnīcas (RAKUS) Onkoloģijas centra speciālistu kopdarbs – veikta unikālā operācija pacientam ar primāru aknu audzēju, kura izplatība sasniedza sirds labo priekškambari. “Balvu par mūža ieguldījumu medicīnā” saņēma divas izcilas personības – anestezioloģe un reanimatoloģe Vija Cera un fiziologs un kardiologs Vilnis Dzērve-Tāluts.



Vija Cera

Vija Cera ir izcila, nesavtīga un savā laikā vadošā savas nozares speciāliste, specializētas septisko un toksikoloģisko pacientu reanimācijas aizsācēja Latvijā. Bijusi Rīgas 5. slimnīcas nodaļas vadītāja, kā

arī vadījusi Gailezera slimnīcā nodaļu. Ilgstoši bijusi Rīgas Austrumu klīniskās universitātes slimnīcas (RAKUS) Toksikoloģijas centra vadītāja un virsārste (1987-2015). Triju Zvaigžņu ordeņa virsniiece (1998). Ir Latvijas Ordeņu brālības biedre, apbalvota ar LĀB II pakāpes Goda zīmi “Tempus Hominis” (2010) un ir LĀB goda biedre (2016). Vija Cera ir daudzu Latvijas anesteziologu un reanimatologu darba audzinātāja un izcila padomdevēja kolēģiem.

zinātniskais vadītājs. 2018. gadā saņēmis D.H. Grindeļa balvu par mūža ieguldījumu Latvijas medicīnā. LĀB valdes loceklis (2010-2022), viceprezidents (2010-2018). Saņēmis Atzinības krusta 4. šķiru (2012). Apbalvots ar LĀB II pakāpes Goda zīmi “Tempus Hominis” (2011) un ir LĀB goda biedrs (2022).



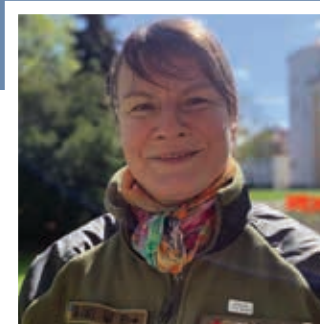
Vilnis Dzērve-Tāluts

Vilnis Dzērve-Tāluts ir Latvijas Universitātes Kardioloģijas un reģeneratīvās medicīnas institūta vadošais pētnieks, viņa virsvadībā tapuši starptautiski atzīti sirds un asinsvadu slimību un to riska faktoru epidemioloģiskie pētījumi,

kas nozīmīgi Latvijas sirds un asinsvadu slimību profilakses programmu veidošanā. V. Dzērve-Tāluts ir vairāk nekā 200 zinātnisku publikāciju autors, tai skaitā publikācijām un pētījumu protokoliem par meldonija klīniskajiem pētījumiem kardioloģijā. Vairāku Latvijas Ārstu kongresu

Sarmīte Cīrule

Sarmīte Cīrule, slimnīcas (RAKUS) vispārējās aprūpes māsa, ir pirmā māsa no Latvijas, kas 2022. gada septembrī devās uz Ukrainu, lai strādātu kara hospitālī pašā frontes līnijā. Sarmīte Cīrule ir savas vienības galvenā mediķe, kas neraugoties uz decembra beigās gūto kontūziju, ir apņēmusies Ukrainā palikt līdz uzvarai! Sarmītei smagajos kara apstākļos palīdz pieredze, kas iegūta gan Īrijā, gan uz kuģa pie Dānijas krastiem, kur viņa pildījusi medicīnas virsnieka pienākumus. Viņas pārliecību par to, ka taisnība uzvarēs, stiprina ticība Dievam un uzsāktās vēstures maģistrantūras studijas, kas tagad uz laiku noliktas malā, lai palīdzētu ukraiņu tautai. Sarmīte Cīrule ir apliecinājums patiesai drosmībai un pašizliedzībai, tam, ka arī viens ir karotājs. Tāpēc Latvijas Ārstu biedrības valde apbrīnā un pateicībā ir lēmusi, ka māsa Sarmīte Cīrule ir “Gada cilvēks medicīnā 2022”.



LĀZA balvas konferencē “Health and Social Sciences”

LĀZA un RSU informācija

Ik gadu Rīgas Stradiņa universitātē norisinās viens no lielākajiem studentu zinātnes notikumiem Ziemeļeiropā – RSU Starptautiskā studentu konference, kas kopā pulcē ne tikai studējošos no Latvijas, bet arī no visas Eiropas. Konference norisinājās 2023. gadā no 27.- 28. martam Rīgas Stradiņa universitātē, bet zinātnes nedēļa turpinājās.

Latviešu ārstu un zobārstu apvienība bija lēmusi piešķirt LĀZA Speciālo balvu – 250 EUR žūrijas komisijas atzītiem darbiem. Kā darbu, kurš būtu pelnījis specbalvu bērnu/ jauniešu psihoterapijā žūrija atzina darbu *Generalized Anxiety Symptoms Among High School Students: Prevalence, Socio-Demographic And Academic Factors*, autore – Adelīna Nikitenko.

Par starpdisciplināro jomu visatbilstošākais un augstu novērtēts darbs no žūrijas puses bija Sindijas Kezikas darbs – *Sexual health in family medicine - scope, potential and barriers*.

Grāmatu par anatomu antropologu Jēkabu Prīmani “Tā mēs atgriezāties” saņēma morfoloģijas sekcijas uzvarētāji, grāmatu par gastroenterologu Nikolaju Skuju “Nikolajs Skuja” saņēma iekšķīgās medicīnas sekcijas uzvarētāji. Arī *case reports* sekciju uzvarētāji saņēma balvā LĀZA dāvinātās grāmatas.

Patīkami redzēt, ka RSU studentu konferences balvu saņēmēju vidū ir arī LĀZA Prof. Ilmāra Lazovska Medicīnas fonda stipendiāti!

LĀZA valde ir lēmusi, ka LĀZA speciālās balvas un grāmatu balvas būs arī 2024. gada 21.- 22. marta konferencē “Health and Social Sciences” divu sekciju uzvarētājiem.

Plašāka informācija isc.rsu.lv



Par atbalstu Ukrainai - trīs Latvijas anesteziologi

Profesors Aleksejs Miščuks, Latvijas Universitātes Medicīnas fakultāte, Traumatoloģijas un ortopēdijas slimnīca
Dr.med. Edgars Vasiļevskis, RSU Anestezioloģijas un reanimatoloģijas katedra un Anatomijas un Antropoloģijas institūts, Rīgas 1. slimnīca un DAP sāpju klīnika

Asoc. profesore Iveta Golubovska, Latvijas Universitātes Medicīnas fakultāte, Traumatoloģijas un ortopēdijas slimnīca



Anesteziologi Edgars Vasiļevskis, Iveta Golubovska un Aleksejs Miščuks pie reģionālās slimnīcas Ivanofrankivskā, 2024

"Viss ir ļoti vienkārši. Esam trīs ārsti anesteziologi no Latvijas. 2022. gada maijā mēs organizējam Baltijas reģionālās anestēzijas konferenci, pieaicinājām arī anesteziologus no Ukrainas. Jūnijā paši redzējām, kas notiek aktīva kara laikā Ukrainā. Redzējām, kādi izaicinājumi ir Ukrainas kolēģiem. Sapratām, ka nedarīt neko nevaram. Tas bija tikai sākums.

Doma, ko darīt un kādā veidā palīdzēt cilvēkiem Ukrainā, veidojās ļoti ātri. Skaidrs, ka mūsu pieredze reģionālā anestēzijā ir pieprasīta un kara laikā aktuāla.

Jautājums: kā tu vari palīdzēt pēc iespējas lielākam cilvēku skaitam? Atbilde: vajag iemācīt maksimālu ārstu skaitu darīt to, ko protam vislabāk – reģionālo anestēziju. Tas ir ceļš.

2024. gadā mēs jau otro reizi braucām kopā uz Ukrainu, šoreiz uz Ivanofrankivsku. Jau pēc pirmās reizes, kad bijām Kijivā, sapratām, cik apmācības kolēģiem Ukrainā ir nepieciešamas un ka viņi pēc tam reģionālo anestēziju pielieto savā darbā. Vairākkārt no Ukrainas atsūtīja bildes, lepojoties, ka veiksmīgi izmantojuši ultrasonoskopiju un reģionālo anestēziju.

Galvenais iespaids Ukrainā ir cilvēki. To, ko saskati cilvēku acīs. Sāpes un sēras, bet arī vienlaikus lepnums un nelaužamā gatavība visu pārvarēt. Palīdzēt viņiem mācīties, lai glābtu cilvēkus no sūpēm, ir mūsu pienākums, tāpēc uzaicinājām kolēģus arī pie mums, uz Latviju, uz mūsu slimnīcām.

Vienam cilvēkam tas viss nav pa spēkam, protams, tāpēc varu tikai lepoties, ka man ir tādi draugi, kolēģi un domu biedri kā *Dr.med. Edgars Vasiļevskis* un asoc. profesore *Iveta Golubovska*."

Aleksejs Miščuks



Latvijas anesteziologu vadītie kursi reģionālajā anestēzijā Ukrainas kolēģiem Ivanofrankivskā, 2024. gada janvārī

"Ideja braukt uz Ukrainu un dalīties ar mūsu pieredzi radās 2022. gada Baltijas reģionālās anestēzijas konferencē Rīgā, kur ZOOM piedalījās anesteziologs no Ukrainas. Viņš stāstīja par ikdienas darbu, sniedzot palīdzību un veicot anestēziju karā ievainotajiem. Piedāvājām mūsu palīdzību, un Ukrainas kolēģi atsaucās. Tā kopā ar kolēģiem no Traumatoloģijas un ortopēdijas slimnīcas un LU profesoriem Ivetu Golubovsku un Alekseju Miščuku gatavojāmies ceļā. Pirmajā braucienā uz Kijivu devāmies, īsti neapjaušot, kas kolēģiem nepieciešams, un turklāt

bija arī zināms uztraukums par došanos kara zonā. Bet 2024. gada braucienā uz Ivanofrankivsku jau bija skaidrs, ka slimnīcām ir piegādāta aparatūra, bet nav nepieciešamo zināšanu reģionālās anestēzijas un analgēzijas veikšanai. Un tā tik ļoti ir vajadzīga, operējot karā ievainotos Ukrainas aizstāvjus un civiliedzīvotājus! Kursos piedalījās 50 anesteziologi un apmēram 70 sekoja kursiem attālināti. Kolēģi apguva bāzes zināšanas darbā ar sonogrāfijas aparātu un veicot blokādes.

Zinātkāre un entuziasms kolēģu acīs arī kara laikā deva neatkārtojamu gandarījuma sajūtu par zināšanu nodošanu. Un atgriezoties Latvijā – lepnums par padarīto. Mums visiem ir pārlicība, ka noteikti brauksim un dalīsimies ar zināšanām atkal!"

Edgars Vasiļevskis

"Man ir prieks un lepnums par to, ka man ir tādi draugi un kolēģi, ar kuriem jau otro reizi braucām kopā uz Ukrainu mācīt kolēģus veikt reģionālos blokus, lai palīdzētu ievainotajiem karavīriem brūču dziedināšanā.

Man lielākais šoks bija Ukrainas slimnīcas liftā, kad mēs braucām kopā ar jaunu puisi, varbūt 20 gadus vecu, kuram bija abu roku amputācija, ar sprādzienu sakropļota seja un, acīmredzot, arī aklums. Nespēju novaldīt asaras.

Mans lielākais pārsteigums, ka ukraiņu ārsti ir pilnīgi atteikušies no krievu valodas saziņas procesā gan ar mums, gan savā starpā, gan ar pacientiem. Lai apmācības procesā nebūtu grūtības tiem, kas labi nepārzin angļu valodu, bija tulkotāja, kas tulkoja lekcijas un jautājumus.

Mums Latvijā ir ko pamācīties.

Interese no kolēģu puses bija milzīga. Veicot blokādes pacientiem, apkārt sastājās ārstu grupa, kas uzdeva jautājums un filmēja procesu. Ukrainas ārstiem nav viegli, jo kopš 2019. gada nevarēja izbraukt apmācību nolūkā COVID - 19 epidēmijas dēļ, pašlaik izbraukšana ir ārkārtīgi ierobežota aktīvā kara dēļ.

Atvadoties viņiem acīs ir kaut kāda neizsakāma cerība un skumjas, jo mēs braucam prom, bet viņi paliek ...

Ļoti ceru, ka mēs jau 2024. gada pavasarī varēsi uzņemt ukraiņu ārstus Latvijā mūsu slimnīcās, lai turpinātu apmācības.

Paldies, Latvijas Medicīnas fondam (LMF) par finansiālu atbalstu, lai segtu tās izmaksas, kas rodas šādā programmā."

Iveta Golubovska



Kursu nodarbības ultrasonoskopijā un reģionālajā anestēzijā Ivanofrankivskā, 2024



Kursu nodarbības ultrasonoskopijā un reģionālajā anestēzijā Ivanofrankivskā, 2024



Ukrainas kritušo varošu piemiņas iela Ivanofrankivskā, 2024

Latvijas Sarkanā Krusta ortopēdiskā darbnīca

Mārtiņš Vesperis, vēsturnieks, Latvijas Okupācijas muzejs

Ir kāds teiciens: “Laiki mainās, bet cilvēku tikumi un netikumi nemainās!”. To varētu ļoti labi attiecināt uz šī brīža situāciju, kas noris visā pasaulē, kad personīgu hegemonisku ambīciju dēļ totalitāro un autoritāro režīmu vadītāji visām iespējamām un neiespējamām metodēm cenšas realizēt savus iedomātos plānus. Karš Ukrainā, kas noris no 2014. gada, un Krievijas iebrukums 2022. gadā pierāda šādu režīmu visatļautību, pārkāpjot jebkuras starptautiskās vienošanās un pieņemtās normas.

Vieni no lielākajiem cietējiem konfliktos ir uz atlikušo mūžu sakropļotie cilvēki, kuri ir sakropļoti gan fiziski, gan arī psiholoģiski un kuriem abu veidu ārstēšanai nepieciešams laiks un līdzekļi. Ielūkojoties vēsturē, 20. gadsimtā pirmoreiz masveida palīdzības sniegšana valstiskā mērogā parādās 1. pasaules kara laikā un pēc tā, kad sabiedrība ar valsts vai sabiedrisku organizāciju atbalstu sāka rūpēties par fiziski sakropļotajiem, veidojot sanatorijas, atpūtas iestādes, protēžu darbnīcas u.t.t. Pavisam 1. pasaules kara gados Latvijas teritorijā, pēc aptuvenām aplēsēm, mobilizēja 250 000–300 000 iedzīvotāju.

Jau kara laikā, bet daudz intensīvāk pēc kara, ar valstu atbalstu sāka izgatavot dažādas protēzes karā cietušajiem, vispirms jau karavīriem. Latvijā šādu palīdzības sniegšanu uzņēmās organizācija Latvijas Sarkanais Krusts, kas, vienojoties ar Latvijas valsti, uzsāka protēžu apgādi kara invalīdiem jau 1919. gadā. Nedaudz vēlāk, izprotot lielo nepieciešamību pēc protēzēm un citiem palīgīdzekļiem, tā noorganizēja savu protēžu darbnīcu, kas nodrošināja gan kara invalīdus, gan arī nelaimes gadījumos sakropļotos civiliedzīvotājus.



1920. gadā Latvijā bija ap 2400 kara invalīdu, starp tiem, ar kāju bojājumu – 191 cilvēks; ar kājas pirkstu vai pēdas bojājumu – 30 cilvēki; ar rokas bojājumu – 85 cilvēki; ar rokas pirkstu bojājumu – 175 cilvēki. Pārējiem invalīdiem bija dažādi citi trūkumi un bojājumi. Tie slimoja ar dažādiem nervu un dzīslu bojājumiem, kā arī ar nesaaugušiem kauliem ievainojuma vai lūzuma vietās.

Latvijas Sarkanā Krusta ortopēdiskā darbnīca bija Latvijā vienīgā plaši izveidotā iestāde ortopēdiskā nozarē, kas apgādāja pilsoņus ar vajadzīgiem ortopēdiskiem priekšmetiem. Tā savu darbu iesāka 1921. gada 1. janvārī telpā, kas tika ierīkota pie LSK ārstniecisko līdzekļu noliktavas agrākajā Krievijas Sarkanā Krusta Rīgas nodaļas slimnīcā un žēlsirdīgo māsu skolā Rīgā, Ģertrūdes ielā 5A. Darbs darbnīcā tika iesākts jau janvārī, kad tika uzstādītas dažādas iekārtas, kā arī nokomplektēts personāls.

Darbnīcā no 1921. līdz 1935. gadam strādāja vācbaltiešu ārsts, radiologs, ortopēds Dr. Reinholds Zengbušs (*Reinhold von Sengbusch*, pilnajā vārdā Reinholds Aleksandrs fon Zengbušs; 26.07.1869. Rīgā–26.11.1944. Pozenē, vācu okupētajā Polijā)¹, bet no 1935. gada kā speciālists ortopēds – Dr. med. Raimunds Pavasars (1902–1985)² – pēc 1947. gada LĀZA biedrs, LĀZA Apkārtraksta redaktors (1969–1980). Tehniski-administratīvo pusi vadīja J. Bērziņš, bet no 1923. gada – virsleitnants un Lāčplēša Kara ordeņa kavalieris, kurš pats bija kara invalīds, Artūrs Baumhammers (06.01.1893 Rīga–29.03.1967 Rokvilā, ASV). No 1934. gada kā tehnisks organizators sāka strādāt inženieris Jānis Kormans (1882–1950), bet A. Baumhammers bija LSK darbnīcas vadītājs.



LSK ortopēdiskajā darbnīcā izgatavotās protēzes. Fotografis: J.Rieksts. Rīga, 1923. PSMVM krājums: Falb 12/13

1 Reinholds fon Zengbušs- Nacionālā enciklopēdija (enciklopedija.lv)
2 Valmieras puikam Raimundam Pavasaram – 110, R. Grāvere, LĀZA Apkārtraksts Nr. 161

Darbnīcā vispirms izgatavoti mākslīgie locekļi kara invalīdiem, kuri ievainoti cīņās par Latvijas atbrīvošanu. Pēc tam bija kārta tiem, kuri zaudējuši savus locekļus 1. Pasaules karā. Apkalpoti tika arī 1905. gadā, Krievijas-Japānas (1904-1905) karā un atsevišķos gadījumos pat citās armijās cietušie. Trešajā kārtā bija visi pārējie invalīdi, kam mākslīgie locekļi bija vajadzīgi un kam viņi jau ir, bet jau nodiluši vai bojāti. LSK pakāpeniski uzsāka apkalpot arī privātpersonas, kuriem bija nepieciešamība pēc protēzēm. 1921. gadā LSK darbnīca apgādāja 123 invalīdus ar 210 mākslīgiem locekļiem un citiem ortopēdiskiem priekšmetiem. 57 invalīdiem, kuri locekļus bija saņēmuši jau agrāk no citām valstīm, mākslīgie locekļi remontēti tika par 101134 rbļ. Visiem cīņu invalīdiem kā jaunie, tā arī remontētie mākslīgie locekļi un citi ortopēdiskie priekšmeti tika izsniegti pilnīgi par brīvu kā pabalsts no LSK. Privātpersonām izgatavotas protēzes par 39300 rbļ.

Sākto savu darbību, LSK darbnīca bija spiesta vajadzīgos pusfabrikātus pasūtīt no ārzemēm, kas savas kvalitātes ziņā nebija piemēroti Latvijas apstākļiem. Tika secināts, ka gandrīz katram atsevišķam gadījumam jāveido savas konstrukcijas ar piemērotiem noslēdzējiem. Darbnīcu vajadzēja piemērot šīm prasībām. Tika paplašināta smēde, mehāniskā nodaļa un no jauna ierīkota koku apstrādes nodaļa. Tika arī palielināts darbinieku skaits. Protēžu tērauda stieņi, kā arī visas citas daļas tika pagatavotas uz vietas smēdē. Attīstoties Latvijas rūpniecībai, LSK darbnīca pasūtīja arī speciāli piemērotas ādas ortopēdiskām vajadzībām.

No 1921. līdz 1922. gada beigām LSK bija reģistrēti 456 lūgumi pēc mākslīgiem locekļiem jeb protēzēm. 1922. gadā tika apgādāti ar protēzēm un citiem ortopēdiskiem priekšmetiem 132 invalīdi par 1113400 rbļ. Veikti arī protēžu remonta darbi gan Latvijā gan citās valstīs dzīvojošajiem invalīdiem. 113 vecajām protēzēm veikts kapitālremonts. 1922. gadā kopā remontētas 128 protēzes un aparāti. Pēc privātpersonu lūguma izgatavotas 14 protēzes. 1922. gadā darbnīca arī pagatavojusi pēc pašu izstrādātas konstrukcijas invalīdu ratiņus-pašbraucējus, ar kādiem varēs apgādāt tos invalīdus, kuriem nevar pielikt protēzes, vai arī, kuriem ir paralizētas kājas. 1924. gadā LSK darbnīca ar mākslīgiem locekļiem bija apgādājusi gandrīz visus kara invalīdus. Tā rezultātā arvien vairāk tika pieņemti pasūtījumi no privātpersonām, kuras sakropļotas darbā vai nelaimes gadījumā. Lai pagatavotu mākslīgo locekli, sakropļotajai personai bija jāierodas darbnīcā, kur viņu ārsts apskatīja un izmērija, kādu locekli vajag. Pēc mēra pagatavoja ģipša modeli un uz tā uzvilka attiecīgas ādas un tērauda daļas. Pēc tam ģipša modeli izņēma un locekli pielaiķoja cietušajam. Ja vēl kas bija vajadzīgs, tad veica labojumus un tad izsniedza



LSK ortopēdiskajā darbnīcā pašbraucamo ratiņu izgatavošana. Fotogrāfs: J. Rieksts. Rīga, 1923. PSMVM krājums: Falb 12/12



LSK ortopēdiskajā darbnīcā izgatavoto protēžu veidi. Fotogrāfs: J. Rieksts. Rīga, 1923. PSMVM krājums: Falb 12/14

pasūtītājam. Protēzes vai korsetes pagatavošana ilga ap 2 mēnešiem, jo modeļa žāvēšana prasīja ilgu laiku. Liela vērtība tika pievērsta protēzes kārtīgai nēsāšanai, lai tā ātri nesabojātos aiz netīras turēšanas, nenošlaucīšanas, neapģērbšanas ar protēzes zābaku u.c. No 1921. līdz 1924. gadam darbnīcā bija reģistrēti 800 lūgumi pēc ortopēdisku priekšmetu izgatavošanas, no tiem 514 kara invalīdu, bet 286 privātpersonu. No 1925. gada darbnīca sāka apgādāt kara invalīdus ar otro eksemplāru kā rezerves protēzi.

Privātu slimnieku apkalpošana bija sarežģītāka nekā invalīdu. Tur bez parastām amputācijām ir gan kaulu tuberkulozes sekas, gan arī protēžu izgatavošana kājām pēc pārslimotas bērnu paralīzes (triekas) pieaugušiem cilvēkiem. Šādi ortopēdiski priekšmeti maksāja apmēram 160 – 180 Ls, ko ne katrs varēja atļauties iegādāties,



LSK ortopēdiskās darbnīcas vecā ēka. Fotogrāfs: nezināms.
Rīga, 1922.-1924. PSMVM krājums: Falb 139/93

tomēr pašam staigāt, nevis lietot kružus, bija izdevīgāk. LSK darbnīcas ortopēdijas nodaļā tika izgatavoti arī ortopēdiskie zābaciņi vienai vai abām kājām pirmajiem dzīves gadiem bērniem, kuri piedzimuši ar sakropļotām pēdām. Tādi zābaki viņiem bija nepieciešami pēc operācijas, kad kājas tika izņemtas no gīpša, jo nācās mācīties staigāt no jauna. LSK darbnīcā tika apkalpoti arī slimnieki, kuri bija slimojoši ar kaulu tuberkulozi. Viņiem tika izgatavotas ortopēdiskās korsetes mugurkaulam. Šādas korsetes valkāja ne tikai vīrieši, bet arī sievietes un bērni. Ļoti bieži ortopēdiskos priekšmetus pasūtīja arī no Lietuvas un Igaunijas, pat atsevišķos gadījumos arī no Vācijas. Ortopēdiskā darbnīca ik gadu piedalījās Rīgas starptautiskās izstādēs.

Privātpersonas tika sakropļotas dažādos nelaiemes gadījumos gan uz laukiem, gan rūpniecības iestādēs, gan arī citur. Darba invalīdu skaits ar katru gadu pieauga, ko veicināja dzīves mehanizācija. Tāpat upurus radīja dzirnavas un gateri, kā arī bieži cieta jaunsaimnieki, spridzinot celmus vai akmeņus ēku celšanai. Pilsētās invaliditāti ieguva fabrikās un darbnīcās, apkalpojot mašīnas. Tāpat upurus prasīja modernā, straujā satiksme. Darbnīcai nācās apkalpot arī personas, kuras bija mēģinājušas veikt pašnāvību.

LSK ortopēdiskā darbnīca 1930. gadā paplašināja savu darbību, ierīkojot ortopēdisku apavu nodaļu, kurā strādāja speciālists un viens palīgs. Līdz šim ortopēdiskos apavus gatavoja ārpus darbnīcas privāti kurpnieki. 1933. gada rudenī pēc arhitekta Aleksandra Klinklāva (1899-1982) projekta Pērnavas ielā 62, Rīgā tika uzsākta jaunas trīs stāvu ēkas būvniecība LSK darbnīcas un LSK ārstniecisko līdzekļu noliktavas vajadzībām. Jauno moderno celtni iesvētīja 1934. gada 20. novembrī.

1940. gadā Latvijas Sarkanā Krusta biedrība tika iekļauta PSRS Sarkanā Krusta un Sarkanā Pūsmēness biedrībā. Visas līdzšinējās iestādes tika nodotas valsts pārziņā. Laika posmā no 1940. gada decembra līdz 1941. gada jūnijam tās nosaukums bija Darbnīca „Ortopēds”. Nacistiskās Vācijas laikā no 1941. gada beigām ortopēdiskā darbnīca tika iekļauta “Tautas Palīdzības” organizācijā, kā “Tautas Palīdzības darbnīca”. Pēc PSRS otrreizējas okupācijas tā bija pazīstama ar nosaukumu „Rīgas protēžu ortopēdiska rūpnīca”, vēlāk pārdēvēta par Republikānisko eksperimentālo protēžu ortopēdisko centru” – vienīgo bijušajā Padomju Savienībā, bet kopš Latvijas neatkarības atjaunošanas no 2001. gada saukta par a/s "Protezēšanas un ortopēdijas centrs".

Pirmās Latvijas Republikas laikā (1918-1940) LSK ortopēdiskajai darbnīcai bija ļoti nozīmīga loma kara invalīdu un civilo invalīdu apkalpošanā, nodrošinot tos ar dažāda veida ortopēdiskām protēzēm, kā arī dažādiem palīglīdzekļiem. Faktiski tā bija vienīgā nozīmīgā organizācija, kas nodrošināja invalīdus ar nepieciešamām protēzēm vai palīglīdzekļiem. Kopumā no 1921. līdz 1940. gadam LSK ortopēdijas darbnīcā tika izgatavotas 1783 kāju protēzes, 664 kāju aparāti, 157 darba stutkājas, 2890 pāru ortopēdisko zābaku un 1640½ pāru šņorzābaku (protēžu zābaku), kā arī 6544 pāru ortopēdisko zoļu (pēdu plāksnes). Vēl tika izgatavotas 268 rokas protēzes, 715 ortopēdiskās korsetes, 89 invalīdu ratiņi (pašbraucamie) un 1486 pāri kružu, kā arī 997 spieķi, kurus sāka izgatavot 1930. gadā. Vēl darbnīcā izgatavoja acu protēzes, stumjamus ratiņus, bandāžas un citus palīglīdzekļus.



LSK Prof. Jāņa Jankovska Liepājas kaulu tuberkulozes sanatorijas slimnieks ar LSK darbnīcā izgatavoto protēzi. Fotogrāfs: nezināms. Liepāja, 20. gs. 30. gadu vidus. Liepājas muzeja krājums: LM 58247

In memoriam Ojārs Uldis Alekšis

(29.03.1923-11.01.2023)

Kad šīs zemes ceļi izstaigāti, dvēsele aiziet debesīs. Kopā ar baltajām ziemas dienām 2023. gada sākumā no mums aizgāja arī ārsts Ojārs Uldis Alekšis. Laipnība, godaprāts, savaldība un reizē arī strikta neiecietība pret meli, viltu un netaisnību, cieņa, galantums, draudzība, gudrība, profesionālisms, nesavtība, uzņēmība un atkal un atkal cilvēcība. Un gribētos vēl rakstīt visas tās labākās īpašības, kādas vien var savā vārdu krājumā atrast, lai pēc iespējas pilnīgāk raksturotu cilvēku, kurš savā garajā mūžā tik daudziem ir bijis blakus, tik daudziem palīdzējis, tik daudzus glābis.

Viņa ķirurga mūžs sākās latviešu leģionāru rindās Otrā pasaules kara frontē. Kara beigas viņa dzīvē nozīmēja izsūtījumu, tik ne uz rietumiem, bet austrumiem, un arī lielu brīnumu – palikt dzīvam.

Ojārs Uldis Alekšis dzimis 1923. gada 29. martā Rīgā mežziņa un skolotājas ģimenē. Uzaudzis Kupravā un Dzērbenē. 1936. gadā beidzis Dzērbenes 6-klasīgo pamatskolu, tālāk mācījies Cēsu valsts ģimnāzijā, kas atradās Bērzinē pie Gaujas ielejas. Viņa latviešu valodas skolotājs bija ārsta Nikolaja Skujas, Ulda Alekša vēlāko gadu kolēģa un drauga, tēvs Aleksandrs Skuja – izcils pedagogs un vairāku mācību grāmatu autors, Jāņa Endzelīna domubiedrs. 1941. gada 15. jūnijā, jau padomju okupācijas varas apstākļos, beidzis Cēsu valsts ģimnāziju, Ojārs Uldis Alekšis tā paša gada decembrī, jau vācu varas apstākļos un kara laikā, iestājās Latvijas Universitātes (*Universitāt in Riga*) Medicīnas fakultātē, kur mācījās līdz 1943. gada jūnijam, kad kopā ar gandrīz visiem kursa biedriem tika iesaukts latviešu leģionā, nosūtīti uz apmācībām Paplakā pie Liepājas, bet no turienes uz Baltezeru (kur agrāk bija bērnu sanatorija). Tur bija ierīkotas kazarmas un jauniesauktos jau mobilizētie ārsti, tai skaitā Dr. Ēvalds Ezerietis, apmācīja pamatzināšanās kara medicīnā.

Frontē Ojārs Uldis Alekšis atradās no 1943. gada septembra, sākumā Krievijā (Volhovas purvos) līdz 1945. gada 8. maijam Kurzemē. Viņš bija operāciju zāles feldšeris 19. divīzijas 1. sanitārās rotas galvenajā pārsiešanas punktā, kur ievainotajiem veica arī neatliekamas operācijas. 1944. gada Ziemassvētku asiņaino kauju laikā Ojārs Uldis Alekšis kopā ar citiem ārstiem un feldšeriem tika nokomandēts palīdzēt uz Irlavas lazareti, kur strādāja bez atpūtas sešas dienas un naktis. Viens no šajās smagajās kaujās ievainotajiem, operētajiem un izglābtajiem leģionāriem bija Pauls Vanags, vēlāk Daugavas Vanagu Centrālās valdes ģenerālsēkretārs.



Pēc Vācijas bruņoto spēku kapitulācijas, kad karadarbība izbeidzās arī Kurzemē, Ojārs Uldis Alekšis, tāpat kā daudzi leģionāri, nokļuva Sarkanās armijas gūstā. Jūnijā visi Kurzemes gūstekņi bruņotas apsardzes pavadoībā tika kājām dzīti uz PSRS Iekšlietu ministrijas nometni Jelgavā pie cukurfabrikas. No turienes tālāk lopu vagonos jau sākās ceļš uz filtrācijas nometni Krievijā, kur galastacija Uldim Ojāram Aleksim 1945. gada 18. jūnijā bija Jasnaja Poļana, Tulas apgabalā, 100 km uz dienvidiem no Maskavas. Rakstnieka Ļeva Tolstoja muižā bija ierīkota filtrācijas nometne Nr. 0308 lielākā sastāvdaļa (nometne Nr.24) pie Skuratovogo| og|raktuvēm.

Smagie darba apstākļi raktuvēs, uzturs, ko grūti saukt par uzturu, aukstums, antisantitārie dzīves apstākļi, zarnu infekcijas un citas saslimšanas - tas viss bija par iemeslu ieslodzīto smagai novājināšanai un bieži arī nāvei. Arī Ojāru Uldi Aleksi smagais darbs, bads un slimības bija novārdzinājušas, bet viņam laimējās nokļūt leģionāra, ārsta Nikolaja Skujas tuvumā 18.nometnes hospitālī, kur Nikolajs Skuja kā ieslodzītais strādāja. Tā sākās abu ārstu mūža draudzība. Ojārs Uldis Alekšis ir teicis, ka Nikolajs Skuja izglāba viņa dzīvību. Bet Nikolaja Skujas dzīvību filtrācijas nometnē izglāba ukraiņu ārsts Dehtjars,

neļaudams jaunajam kolēģim nomirt no smagas zarnu infekcijas.

Ieslodzītie mazās vēstulītēs saviem piederīgajiem lūdza palīdzību, lai tie vēršas pie Latvijas augstākās priekšniecības ar lūgumu pasteidzināt atbrīvošanu, argumentējot ar nepietiekamo medicīnas darbinieku skaitu Latvijā. Tas arī tika darīts. Ojāra Ulda Alekša tēvs lūdza Paula Stradiņa palīdzību, Stradiņš devās pie Kirhenšteina. Iespējams, ka šie lūgumi līdzēja, jo pēc gūstā pavadītiem 13 mēnešiem gan Nikolaju Skuju, gan Ojāru Uldi Aleksi atbrīvoja un 1946. gada jūlijā iedeva brīvbiļetes no Jasnaja Poļana caur Maskavu uz mājām Latvijā. Pārpildītos vilcienos abi ārsti atgriezās dzimtenē.

Tā kā Rīgā ārstu trūka, Nikolajam Skujam no 1946. gada septembra atļāva strādāt par asistentu Latvijas Universitātes Medicīnas fakultātes Propedeutikas katedrā un klīnikā, ko tolaik vadīja docente Marta Vīgante. Mācību telpas bija barakā pie Liepājas ielas (tagad P. Stradiņa KUS teritorija). Ojārs Uldis Alekšis devās pie dekāna Baloža ar lūgumu atjaunot studijas Ārstniecības fakultātes 3. kursā, bet Nikolaja Skujas mudināts uzsāka arī voluntēt kopā ar kursabiedriem Agni Štiftu un Irmu Kešāni-Groti pie jaunā asistenta Nikolaja Skujas. Tā Nikolajs Skuja kļuva gan par draugu, gan skolotāju.

1950. gadā Ojārs Uldis Alekšis studijas LU Medicīnas fakultātē sekmīgi beidza un sāka praktizējoša ārsta darbu Rankā, kur saslima ar tuberkulozi un ārstējās sanatorijā. Pēc atveseļošanās bija jāmeklē jauna darba vieta, un tā bija Slokā. Lielu lomu jaunā ārsta dzīvē toreiz un arī vēlāk nospēlēja profesors Pauls Stradiņš, kurš bija pamanījis Ojāra Ulda Alekša talantu un neatlaidību un uzaicināja viņu darbā Republikāniskajā slimnīcā par Onkoloģijas (6.) nodaļas vadītāju. P. Stradiņš nosūtīja Ojāru Uldi Aleksi mācīties arī pie kara ķirurga profesora Nikolaja Amosova Kijevā uz kursiem, kur Dr. Alekšis apguva torakālās ķirurģijas pamatzināšanas. Atgriezies Rīgā, Alekšis bija pirmais un vienīgais torakālais ķirurgs, gan tikai bez lielas prakses. Ojārs Uldis Alekšis ir pamatoti saucams par torakālās ķirurģijas aizsācēju Latvijā.

Pēc prof. Paula Stradiņa nāves O. Alekšis pārgāja strādāt uz Rīgas 1. slimnīcu, kur bija ķirurģijas nodaļas vadītājs līdz pat deviņdesmito gadu sākumam.

Daudzus gadus viņš ir bijis arī pedagogs Rīgas Medicīnas institūtā (vēlāk Latvijas Medicīnas akadēmijā) – no 1959. gada kā asistents, no 1973. gada kā docents. No 1992. līdz pat 2000. gadam bijis Zemessardzes Studentu rotas ārsts, Zemessardzes štāba Medicīnas daļas priekšnieks un ekspertīzes komisijas priekšsēdētājs. Ojārs Uldis Alekšis ir monogrāfijas "Neatliekamā torakālā ķirurģija" (1981) autors, tulkojis monogrāfijas

J. Heglins "Ķirurģiskā izmeklēšana" (1985) un A. Rozenfelds "Ievads alternatīvajā medicīnā" (1999), daudzu zinātnisku publikāciju autors.

Ojārs Uldis Alekšis bija studentu korporācijas *Fraternitas Lataviensis* filistrs, studentu biedrības un kora Dziesmuvara senietis un biedrības atjaunotājs 2000. gadā (Ojārs Uldis Alekšis bija kora Dziesmuvara dalībnieks jau pirmās brīvvalsts laikā), kā arī biedrības priekšsēdētājs un no 2013. gada – Goda biedrs, savulaik Haralda Medņa vadītā vīru kora Tēvzeme dziedātājs un Goda biedrs, Rīgas Doma draudzes kora dziedātājs. Darbojies Latvijas Nacionālo karavīru biedrībā un Latviešu Virsnieku apvienībā – bijis tās valdes loceklis. Kopš 2005. gada bija Latvijas Ordeņu brālības (LOB) biedrs un daudzkārt ievēlēts gan Domē, gan valdē. Kopš 2013. gada – LOB Goda biedrs.

Ojārs Uldis Alekšis ir saņēmis arī daudz pagodinājumu un apbalvojumu, kas visi godam pelnīti. 1996. gadā – Zemessardzes komandiera Atzinības raksts; 1999. gadā Latvijas valsts aizsardzības fonda Lāčplēsis Goda zīme un Aizsardzības ministrijas Goda zīme Par ieguldījumu bruņoto spēku attīstībā; 2000. gadā – 1991. gada barikāžu dalībnieka Piemiņas zīme; 2002. gadā NBS komandiera Goda zīme Par nopelniem; 2003. gadā – Aizsardzības ministra Goda raksts Par ieguldījumu NBS medicīnas dienesta darba attīstībā; 2004. gadā – Aizsardzības ministra apbalvojums Atzinības Goda zīme; 2005. gadā Zemessardzes komandiera Goda zīme un arī valsts augstākais apbalvojums – Viestura ordenis, 2007. gadā piešķirts Latvijas Ārstu biedrības Goda biedra nosaukums, 2013. gadā – Latvijas Ordeņu brālības Goda biedra nosaukums, 2018. gadā – Latvijas Ārstu biedrības „Gada balva par mūža ieguldījumu medicīnā”.

Ojāra Ulda Alekša dzīves moto – “ir jāvar”, lai kalpo mums palicējiem. Lai viegls un gaišs ceļš tālāk...

Kamena Kaidaka

***Dziesmu vairogš atsita bultas,
Dziesmu skaņa pārņēma troksni,
Dziesmu vara aizdzina karu,
Tautu izglāba dziesmu gars!
/Auseklis/***



In memoriam Visvaldis Georgs Nagobads (1921.18.11.-2023.31.03.)

2023. gada 31. marta rīts bija brīdis, kad sākās jauns ceļš – ceļš mūžībā – latviešu leģionāram, ārstam Visvaldim Georgam Nagobadam. Šīs zemes ceļus viņš bija staigājis 101 gadu. Tas ir gana garš un notikumiem bagāts ceļš. Latviešu ārstu un zobārstu apvienībā viņam bija īpaša loma, jo Dr. Nagobads bija viens no organizācijas senbiedriem, gadu skaitā visbagātākais tās biedrs un arī vienmēr klātesošs gan domās, gan arī darbos. Vēl 2022. gada 30. jūnijā Visvaldis Nagobads kopā ar LĀZA biedriem un draugiem atzīmēja organizācijas 75 gadu jubileju Minesotā. Prof. Jāņa Tupeša vārdi šajā konferencē bija par to, kas ir laime. Tik it kā ierastas trīs lietas – ja ir, ko darīt, ja ir, ko mīlēt un ja ir, uz ko cerēt. Un tāda bija Visvalža Nagobada dzīve – darbīga, mīlestības piepildīta un mūžīgā ticībā un cerībā labajam cilvēkos!

Visvaldis Georgs Nagobads dzimis 1921. gada 18. novembrī Rīgā tolaik pazīstamā sabiedriskā darbinieka un Rīgas pilsētas 2. ģimnāzijas direktora Ernesta Nagobada ģimenē. Pēc vidusskolas beigšanas Visvaldis Nagobads uzsāka studijas Latvijas Universitātes Medicīnas fakultātē. Pēc pirmajiem diviem studiju kursiem sākās karš un Nagobadu iesauca latviešu leģionā, kur viņš dienēja sanitārajā rotā un strādāja frontes slimnīcā kopā ar citiem latviešu ārstiem – Pauli Dzintaru, Raini Bērziņu, Kārli Zvejnieku. 1944. gadā Nagobads nonāca bēgļu nometnē Tībingenē, Vācijā (franču zonā). 1951. gadā Tībingenes Universitātē Visvaldis Nagobads pabeidza medicīnas studijas un ieguva ārsta diplomu un jau jūnijā izceļoja uz ASV, kur sākumā strādāja par sanitāru slimnīcā, bet trīs mēnešos jau apguva angļu valodu tiktāl, ka varēja strādāt zviedru hospitalī par internu. Tālāk jau sekoja studijas rezidentūrā Minesotas Universitātē un pētījumi tolaik jaunā jomā – hormonu terapija. Visvaldis Nagobads lasīja un tulkoja no angļu valodas grāmatas par moderno medicīnu. Vācu un franču valodu abi ar māsu Ainu viņi bija apguvuši jau bērnībā, tēva mudināti.

1958. g. Nagobads uzsāka darbu kā Minesotas Universitātes hokeja komandas ārsts, bet 1967. gadā kļuva par ASV hokeja valstsvienības ārstu. Nagobads ir pirmais latviešu ārsts, kurš 1984. gadā ieguvis *Fellow American College Sports Medicine* grādu. Līdz pat 1990. gadam viņš bija ne tikai ASV hokeja valstsvienības ārsts, bet arī padomdevējs trenerim un hokejistu draugs un dažbrīd pat audzētāvs. Visiem latviešiem neaizmirstams ir 1980. gads, kad ASV hokeja izlases komanda, kuras sastāvā lielākā daļa bija studenti, uzvarēja pasaules hokejā



dominējošo Padomju Savienības komandu Leikplesidas (NY) Olimpiskajās spēlēs. Visvaldis Nagobads par savu dzīvi sportā ir sarakstījis grāmatu *“Gold, Silver, Bronze”*. Grāmatas vāku rotā foto no gaviļu mirkļa 1980. gada spēlē, kad Dr. Nagobads finālā uzskrējis uz ledus laukuma un apkampies ar vienu no izlases zvaigznēm Džimiju Kreigu (*Jim Creig*). Autors grāmatu ar ierakstu 2016. gada 5. janvārī ir dāvinājis arī Latvijas Nacionālajai bibliotēkai.

„Viņš ir viens no visvairāk mīlētajiem un cienītajiem cilvēkiem hokeja sportā,” par mūsu tautieti *Dr. med. Visvaldi Nagobadu* teicis ASV Hokeja federācijas prezidents *Ron Degregorio*.

Dr. Nagobads pats pirmais saņēmis Starptautiskās ledus hokeja federācijas (IIHF) *Paul Loicq* balvu (2003. gadā), kā arī ir pirmais latvietis un pirmais ārsts, kurš uzņemts ASV Hokeja Slavas zālē (*Hall of Fame*) 2010. gadā.

Visvaldis Georgs Nagobads bija to ārstu vidū, kas 1989. gadā ar pirmo tiešo reisu no Helsinkiem ieradās Rīgā (toreiz vēl Latvijas PSR galvaspilsētā) uz Pirmo Vispasaules latviešu ārstu kongresu. Abi kopā ar māsu Ainu viņi ieelpoja ne tikai Latvijas lauku ziedu smaržu, bet paši atnesa brīvības elpu Latvijai. Aina Nagobads-Ābola pēc Latvijas neatkarības atgūšanas kļuva par Latvijas vēstnieci Francijā, bet Visvaldis Nagobads, Dzimtenes mīlestības vadīts, ilgus gadus centies, cik vien iespējams, palīdzēt Latvijas sportam un sporta medicīnai, palikdams ASV. Savulaik iesācis sūtīt uz Latvijas Traumatoloģijas slimnīcu ģipsi, šuves, dažādas ortopēdijas lietas, palīdzējis organizēt Latvijas ārstu tālākizglītošanos ASV un

sadarbības veidošanu ar kolēģiem Eiropā. Dr. Nagobads arī palīdzējis likt pamatus sporta medicīnas attīstībai Latvijā pēc neatkarības atgūšanas. Dr. Nagobads kā līdzdalībnieks un atbalstītājs darbojies Pasaules latviešu Trīszvaigžņu spēļu organizēšanā Latvijā, kuru pirmās sacensības notika 1993. gadā Valmierā. Vienmēr centies būt klāt Latvijas ārstu kongresos. Visvaldis Nagobads bijis arī Amerikas Latviešu apvienības Sporta nozares valdes loceklis. 2001. gadā viņš apbalvots ar Latvijas augstāko valsts apbalvojumu – Triju Zvaigžņu ordeni.

2011. gadā Visvaldis Nagobads saņēma Latvijas Ārstu biedrības Goda biedra nosaukumu. Latviešu ārstu un zobārstu apvienība 2016. gadā un arī 2022. gadā Visvaldim Georgam Nagobadam pasniedza Atzinības rakstu kā vienam no LĀZA veidotājiem un pateicās viņam par ieguldījumu ārzemju latviešu ārstu apvienošanā un apvienības darba veicināšanu, bet 2018. gadā V. Nagobads saņēma PBLA balvu par mūža ieguldījumu Latvijas vārda popularizēšanā pasaulē ar savu darbu hokeja un sporta

medicīnā ASV, kā arī nenogurstošu palīdzību Latvijai, veidojot Latvijas sporta medicīnas pamatus pēc valsts neatkarības atgūšanas. Dr. Nagobads bijis arī Daugavas Vanagu mūža biedrs (Milvoku apvienībā).

Garajā dzīves ceļā bija uzkrātas daudzas atziņas, ar kurām Visvaldis Nagobads dāsni dalījies arī intervijās un aprakstos, kas tapuši gan Latvijas presē, gan ārpus tās. Nenovērtējams devums bija arī viņa klātbūtnes valdzinājumam, viņa smaids un draudzīgais rokas spiedienam. Ir cilvēki, kuri ir kā iedvesmas avots. Visvaldis Nagobads tāds bija.

“Mēs visi esam zaudējuši lielu patriotu, humānistu, personību, lielu cilvēku, kolēģi, draugu. Mēs viņu vienmēr atcerēsimies. Un Mūžīgā Gaisma lai atspīd viņam! Lai viņam vieglas trimdas smiltis...”

Ar šiem Dr. Jāņa Dimanta vārdiem mēs atvadāmies no Visvalža Georga Nagobada un izsakām dziļu līdzjūtību ģimenei un visiem, kas tur viņu gaišā piemiņā.

Kamena Kaidaka

In memoriam Kristaps Juris Keggi (9.08.1934-4.07.2023)

Kad Latvijā dziesmu svētkos visapkārt bija tik daudz prieka un krāsu, kopā ar rietumu vējiem atnāca kāda vests, kas katram mākonim apvilka skumju un tumšu maliņu – mūžībā devies Kristaps Juris Keggi – izcils ārsts, daudzu jo daudzu traumatologu skolotājs un liels mecenāts. Viņa dzīves stāsts kopā ar paša sarūpēto arhīvu glabājas Paula Stradiņa Medicīnas vēstures muzejā, kuram to ārsts dāvināja savā 80 gadu jubilejas reizē, viesojoties Latvijā. Viņa dzīves nemateriālais devums nav ne saskaitāms, ne aprakstāms – tie ir simti, pat tūkstoši, ārstētu un izārstētu cilvēku likteņu, tie ir simti un tūkstoši jauno ārstu, kam Kristaps Keggi ir palīdzējis izprast ārsta darba nianšes, apgūt jaunas terapijas iespējas traumatoloģijā ortopēdijā.

Kristaps Juris Keggi dzimis 1934. gada 9. augustā Rīgā ķirurga Jāņa Keggi ģimenē. Viņa vectēvs bija folklorists, pedagogs un mācītājs Ludis Bērziņš (1870-1965). Otrā pasaules kara laikā 1944. gadā kopā ar ģimeni Kristaps devās bēgļu gaitās uz Vāciju, 1949. gadā pārcēlās uz ASV. Studēja medicīnu Jeila Universitātē (1951-1959), bija Jeila-Ņūheivenas Universitātes slimnīcas (*Yale-New Haven Hospital*) rezidents, 1964. gadā ASV Ortopēdisko ķirurgu valde viņam piešķīra ortopēda sertifikātu. Vienu gadu Kristaps Keggi piedalījās Vjetnamas karā (1965-



1973) kā kara ārsts mobilajā militārajā hospitālī. 1966. gadā sāka strādāt Jeila Universitātē, izveidoja inovatīvas videolekcijas ortopēdiskajā ķirurgijā. 1989. gadā viņš

kļuva par Jeila Universitātes ortopēdijas un rehabilitācijas klīnisko profesoru. Viņš ir bijis vecākais pētnieks Jeila Universitātes Medicīnas skolā. Strādājis par Locītavu aizstāšanas centra direktoru Jeila-Ņūheivenas slimnīcā. Bijis Voterberijas slimnīcas Locītavu ortopēdiskās rekonstrukcijas centra direktors. Praktizējis ortopēdisko ķirurģiju Svētās Marijas slimnīcā (1969-1989) un Voterberijas slimnīcā (1969-2018). 2008. gadā viņu ievēlēja par Jeila Universitātes pilntiesīgu profesoru, bet 2010. gadā viņam piešķirts ortopēdijas un rehabilitācijas emeritus profesora statuss.

Kopš 1987. gada Kristaps Keggi regulāri apmeklēja Latviju, kur veica paraugoperācijas, vadīja seminārus, lasīja lekcijas. 1988. gadā viņš ASV nodibināja Keggi Ortopēdijas fondu, kas atbalstīja daudzu pasaules valstu ārstu un māsu izglītības projektus, tai skaitā arī Latvijas. 1989. gads ir īpašs arī Latvijai, jo Kristaps Keggi piedalījās Pirmā Vispasaules latviešu ārstu kongresa organizēšanā Rīgā. 1990. gadā Jūrmalā Kristaps Keggi nodibināja sava vectēva Luda Bērziņa memoriālo muzeju mājā, kurā no 1934. līdz 1944. gadam dzīvojis Ludvigs Ernests Bērziņš. 1991. gadā Kristaps Keggi piedalījās Pasaules latviešu zinātnieku kongresa organizēšanā Rīgā. 1994. gadā Paula Stradiņa Medicīnas vēstures muzejs un Latvijas Zinātņu akadēmija viņam piešķīra Paula Stradiņa balvu.

Kristaps Keggi bija apbalvots ar Triju Zvaigžņu ordeni IV šķiru, bija Latvijas Ordeņu brālības biedrs, Latvijas Zinātņu akadēmijas goda loceklis, Rīgas Stradiņa universitātes un Latvijas Universitātes Goda doktors, P. Stradiņa balvas laureāts, Latvijas Ārstu biedrības

Goda biedrs, saņēmis Atzinības rakstu no Latviešu ārstu un zobārstu apvienības, kuras biedrs bija vairākas desmitgades. Kristaps Keggi bija viens no svarīgākajiem pamatākmeņiem, kas palīdzēja Latvijas medicīnai Atmodas laikā sasniegt starptautisku līmeni. 2017. gadā arī Latvijas prezidents Raimonds Vējonis novērtēja Kristapa Keggi ieguldījumu Latvijas medicīnā, izglītībā, sportā un kultūrā un pasniedza viņam Prezidenta īpašo Cildinājuma Rakstu. Par Kristapu Keggi 2022. gada 9. Latvijas Ārstu kongresā varējām skatīties dokumentālo filmu “Kristapa Keggi daudzās dzīves”. 2022. gada nogalē dienas gaismu ieraudzīja Kristapa Keggi paša stāsts par savu gadsimtu - grāmata “Mans gadsimts: atmiņas par karu, mieru un pirmatklājumiem operāciju zālē” (*“My Century: A Memoir of War, Peace and Pioneering in the Operating Room”*).

Viņa akadēmiskās intereses ir aptvērušas visus ortopēdiskās ķirurģijas aspektus, bet darba mūža noslēgums tika veltīts gūžas locītavas protezēšanas ķirurģijai, jomai, kurā viņš uzskatīts par īpašas, audus saudzējošas, pieejas pionieri pasaulē. *“Republican American”* 2023. gada 5. jūnijā rakstā *“Middlebury’s pioneering surgeon Keggi dies at 88”* citē prof. Keggi kolēģa Dr. Maikla Kaplana (*Michael Kaplan*) vārdus: “Viņš bija ortopēdijas gigants un Amerikas varonis, kura metodes, ārstējot Vjetnamas kara laikā ievainotos, tiek izmantotas vēl šodien”.

2023. gada jūlijā sākās vēl viena Kristapa Keggi dzīve – dzīve mūžības laukos, kur mēs visi reiz viņu atkal satiksim. Dzijā līdzjutībā visai ģimenei un visiem mums, kas zināja un pazina šo izcilo cilvēku!

Kamena Kaidaka

“Kristapam Keggi –
izcilam ķirurgam – ar
cerību kopā ilgi un
raženi kalpot savai
tautai.”

Viktors Kalnbērzs
1992. gada 7. janvārī



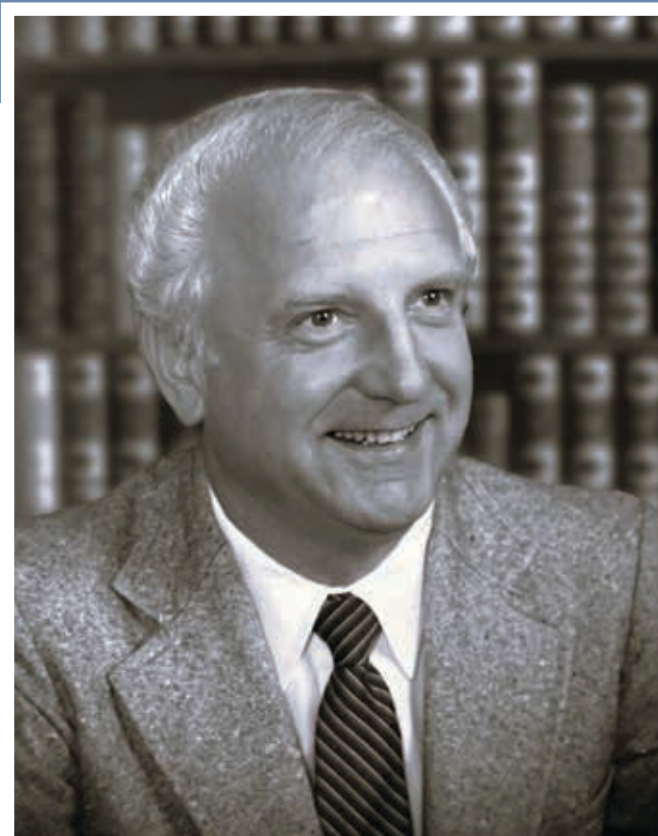
In memoriam Dr. Ansis Muižnieks

(1928.7.10.- 2024.12.02)

„Kā paskrējis laiks” – tik bieži sakām, kad ir kāds pieturas punkts, kas liek apstāties un pamest skatu atpakaļ. “Kā paskrējis laiks”, var teikt šobrīd, kad pieturas punkts ir 2024. gada 12. februāris Rīgā – diena, kad mūžības ceļos devies ārsts, viens no aktīvākajiem LĀZA biedriem, ASV sabiedrīks darbinieks, īstens Latvijas patriots – Ansis Muižnieks. Ja piestāj un velta laiku tam, lai ieraudzītu Anša Muižnieka dzīves gājumu, tad redzams, ka viņa ceļš vijies cieši blakus Latvijas liktenim. Nekad, pat trimdā esot, saikne ar Latviju nav pārtrūkusi. Un nu Ansis Muižnieks ir atkal atgriezies Latvijā, zemē, no kuras viņa dzīves ceļš sācies.

Ansis Muižnieks dzimis 1928. gada 7. oktobrī Raunā. Muižnieku ģimenē Ansis bija trešais bērns – viņu sagaidīja brālis Jānis un māsa Rita. Pēc pieciem gadiem – jaunākais brālis Vilis. Otrais pasaules karš aizdzina Muižnieku ģimeni bēgļu gaitās Vācijā, kur Ansis 15 gadu vecumā strādāja smagu darbu kādā tanku fabrikā pie Štutgartes. Vācijā Ansis Muižnieks pabeidza vidusskolu, bet Eiropā nepalika. Tālāk trimdas ceļš veda pāri okeānam, un 1949. gadā Ansis Muižnieks ieradās ASV. Pēc dienesta ASV armijā Korejas kara laikā 1955. gadā viņš beidza Kolumbijas universitāti Ņujorkā, iegūstot bakalaura grādu bioloģijā, bet 1959. gadā Kolumbijas medicīnas koledžā (*College of Physicians and Surgeons*) ieguva medicīnas doktora (*doctor of medicine*) grādu. Sekoja internatūra un rezidentūra iekšējajās slimībās Dienvidkalifornijas universitātē Losandželosā. Pēc sertifikātu un licenču iegūšanas Dr. A. Muižnieks 1964. gadā uzsāka privātprakti iekšējajās slimībās Klērmontā (Losandželasas priekšpilsētā), ko līdz 1975. gadam apvienoja ar klīniskā docētāja (*assistant professor*) darbu universitātes slimnīcā.

Savu aktīvo praksi Klērmontā Dr. A. Muižnieks beidza 1996. gadā, taču vēl joprojām palika vairāku profesionālo organizāciju (*L.A. County, California and American Medical Society, LĀZA, LMF un LMRF*) loceklis. Viņa aktīvā darbība Latviešu ārstu un zobārstu apvienībā (LĀZA) ļāva Ansim Muižniekam būt klātesošam sadarbībā ar Latviju. Saraksti ar radiem Latvijā Dr. A. Muižnieks aizsāka 70. gados, turklāt viņš ļoti interesējās par medicīnas stāvokli dzimtenē. Kolēģu stāsti par Latvijā redzēto un “LĀZA Apkārtrakstā” lasītais deva stimulu vairāk piedalīties palīdzības darbā gan individuāli, gan kā LĀZA valdes loceklis. Muižnieku ģimene sāka atbalstīt un uzņemt savās mājās daudzus Latvijas mediķus, sabiedrīkos darbiniekus un māksliniekus, organizēt viņiem uzstāšanās



Losandželosā, palīdzēja viesiem iepazīt un ceļot pa toreiz vēl svešo ASV. 1991. gadā Dr. Ansis Muižnieks par godu savam bērnības ārstam Rūdolfam Skaidrajam Raunā iedibināja balvu “Muižnieku ģimenes gadskārtējā prēmija labākajam Latvijas lauku ārstam” 500 ASV dolāru apmērā. Muižnieku prēmijas pirmais laureāts bija Dr. Māris Rēvalds Zaubē. Fonds gan savu darbību dažādu apstākļu dēļ uz laiku pārtrauca.

Dr. Ansis Muižnieks ir piedalījies daudzās palīdzības akcijās, ko LĀZA rīkoja Latvijas medicīnas labā. Visās šajās akcijās viņš uzņēmies aktīvu lomu gan kā iniciators, gan arī finansiāls atbalstītājs, ziedojot savus personiskos līdzekļus. Piemēram, Raunas ambulancei sagādāja EKG, hemoglobīnometrus, ambulances materiālus, finansiāli atbalstīja rentgenaparāta iegādi. Kad Ansis Muižnieks no ASV, kas bija un palika viņa pastāvīgā dzīves vieta, varēja atkal vismaz uz laiku ierasties Dzimtenē, tad viņa acis redzēja daudzas lietas un vietas, kur vajadzīga palīdzība. Raunas skolai savākti datori, sniegta palīdzība Traumatoloģijas un ortopēdijas slimnīcai, Bērnu slimnīcai “Gaiļezers”, Bērnu kardioloģijas centram, klīniskajai slimnīcai “Gaiļezers” (oftalmoloģijas instrumentu ziedojumi), atbalstīta sonogrāfa iegāde Lielvārdei, sniegts atbalsts Paula Stradiņa Medicīnas vēstures muzejam, Pestīšanas Armijas Bērnu veselības aprūpes centram, Latvijas Ģimenes centram, Nacionālajam rehabilitācijas

centram „Vaivari”. Ar aktīvu Anša Muižnieka līdzdalību tika uzsākta Paula Stradiņa Klīniskās universitātes slimnīcas elektroniskā medicīnas centra izveide un slimnīcas iekšējā datorizācijas programma jau 1999. gadā. A. Muižnieks kā Latvijas Medicīnas fonda (LMF) valdes loceklis palīdzējis savākt ziedojumus, lai varētu iegādāties angiogrāfu P. Stradiņa klīniskajai slimnīcai. Visa Muižnieku ģimene iesaistījās ziedojumu vākšanā Latvijas slimniekiem (īpaši bērniem), kuriem bija nepieciešama palīdzība, kādu tolaik Latvijā nevarēja sniegt. Pateicoties Muižnieku ģimenes ierosmei, Latvijā ieviesta moderna Rietumu oftalmoloģikā aprūpe, ko A. Muižnieka kolēģis Dr. Džons Makdermots uzsāka klīniskajā slimnīcā “Gaiļezers”, vēlāk nodibinot Latvijas-Amerikas Acu centru Rīgā.

Kopš Pasaules latviešu ārstu 2. kongresa 1993. gadā Dr. Ansis Muižnieks bijis vairākkārt kongresa rīcības komitejā kā LĀZA pārstāvis, piedalījās kongresos, kad vien iespējams, bija klāt arī Profesora Ilmāra Lazovska Medicīnasfonda stipendiju pasniegšanā Latvijas medicīnas studentiem. Dr. Ansis Muižnieks bija aktīvs LĀZA valdes loceklis, tai skaitā sekretārs un kasieris, Ziemeļamerikas biroja vadītājs. Viņš ir arī vairākus gadus vadījis LĀZA Dienvidkalifornijas kopu. Dr. Muižnieks organizēja 1999.

gadā LĀZA konferenci Kalifornijā (turienes dziesmu svētku laikā), piedalījās LĀZA konferences “Par mātes un bērna veselību Latvijā” rīkošanā Rīgā 2000. gadā, kā arī LĀZA konferences organizēšanā 2002. gada 20. jūlijā Čikāgā (ASV latviešu dziesmu svētku laikā). No 2001. līdz 2004. gadam Ansis Muižnieks kopā ar Maiju Pozemkovsku uzņēmās arī “LĀZA Apkārtraksta” redaktora pienākumus.

Kopā ar sievu Ingrīdu Dr. Ansis Muižnieks izaudzinājis trīs latviskus bērnus – Pēteri, Nilu un Daci. Mazu ieskatu ģimenes bagātajā vēsturē sniedz Ingrīdas un meitas Daces kopdarbs – grāmata “Sievietes džungļos” (1996).

2002. gada 12. aprīlī Ansim Muižniekam par nopelniem Latvijas labā tika piešķirts 5. šķiras Triju Zvaigžņu ordenis, 2008. gadā – Latvijas Ārstu biedrības Goda biedra nosaukums, 2017. gadā – LĀZA Pateicības raksts “Par ieguldīto darbu, laiku un mīlestību Latvijas ārstu, māsu un citu veselības jomas speciālistu izglītošanā, par atbalstu viņu profesionālajai izaugsmei”.

Atvadoties sakām Ansim Muižniekam, paldies, par viņa stipro garu un labajiem darbiem sabiedrības labā! Gūt var dodot... Un šo vārdu patiesuma apliecinājums ir Dr. Anša Muižnieka mūžs.

Kamena Kaidaka

Paldies Ansim Muižniekam par skaisto mūžu! Atvadu vārdi

Dr. Zaiga Alksne-Phillips, LĀZA kasiere

Cik skumji bija saņemt sēru ziņu. Manās acīs Ansis paliks mūžīgs un nemirstīgs. Liekas, ka vakardien bija Pirmais latviešu ārstu kongress, kad iepazinās ar vienmēr smaidošo un laipno kolēģi Ansi Muižnieku. Tā arī bija mana pirmā iepazīšanās ar LĀZA. Anša pozitīvā koleģiālā pieeja, draudzība un vēsturiskie stāsti par LĀZA mērķiem un toreizējo darbību, kas līdz 1989. gadam vairāk bija sazināšanās un sakaru uzturēšana starp latviešu ārstiem un zobārstiem ārpus Latvijas (trimdā), mani aizrāva. Toreiz es kā vienīgā sieviete lielā privātā pediatrijas praksē Sietlā, tai pašā laikā trīs mazu bērnu māte, aizņemības dēļ nevarēju iestāties LĀZA, bet to veicu 90os gados. Tai laikā vairākas reizes sadarbība ar LĀZA mēs satīkamies un izbaudījām laipnību Anša un Ingrīdas Rīgas mājā. Dr. Ansis Muižnieks ir vienmēr bijis jauno ārstu pozitīvais atbalsts un draugs. No visas sirds to darot, Ansis un Ingrīda palīdzēja un atbalstīja Latvijas medicīnu un LĀZA. Tādu dārgakmeņu nav daudz. Paldies Tev, Ansi!

Dr. Uģis Gruntmanis, LĀZA expriekšsēdis

Ansi Muižnieku pirmoreiz satiku gandrīz pirms 30 gadiem. Toreiz es kā jauns Latvijas ārsts uz 3 mēnešiem

biju pie Kristapa Keggi Jeila universitātē, kad Kristaps man teica, ka latviešu internists no Kalifornijas labprāt mani uzaicinātu uz savu privātpraksi, lai es redzētu, kāda tā ir.

Ansis mani sagaidīja savā Jaguāra auto, iededzis un smaidīgs un nogādāja pie sevis mājā, kurā bija arī tenisa laukums un baseins, tas man viss likās kā Holivudas filmās. Pie pacientiem slimnīcā viņš devās uzvalkā, ar visiem slimnīcā mani laipni iepazīstināja, sēžot slimnīcas ārstu lounge, iedzerot kafiju ar kādām uzkodām. Ansis privātpraksē kā internists veica sigmoidoskopijas, pulmonālās funkcijas testus... bija sirsnīgs un laipns ar personālu un pacientiem. Tas bija mans “wou” moments, gribu līdzināties Ansim!

Braucot prom, Ansis ar sievu Ingrīdu lūdza ierakstu viesu grāmatā... Sākot to šķirstīt, biju šokā, jo pie viņiem bija viesojušies viss Latvijas mākslas un mūzikas zieds. Māja bija gaumīgi iekārtota ar šo Latvijas mākslas izcilību darbiem. Vienu dienu Ansis man teica, lai nenāku uz pieņemšanām praksē, bet aizveda mani uz Disnejlendu, pēc tam piektdienas vakarā devāmies uz viņu mājiņu kalnos, divas dienas pagāja, ejot pa kalnu takām, viņš uzdeva jautājumus, stāstīja. Ansis mani iedrošināja mācīties USMLE licenzēšanas eksāmeniem.

Atvadījāties kā draugi, un kopš mūsu pirmās tikšanās 1993. gadā esam tikušies daudzas reizes gan Latvijā, gan Kalifornijā, kad uz turieni pārcēlāmies ar ģimeni 1999. gadā. Ansis man teica, ka man noteikti jāstājas LĀZA, jo "nepieciešamas jaunas idejas un domas".

Kad kļuva par LĀZA vadītāju, sazvānījos ar Ansi, izrunājām viņa gaitas LĀZA valdē, viņš man deva sirsnīgus un vērtīgus padomus. Visa Anša dzīve un darbi pagāja ar domām, kā palīdzēt Latvijai, Latvijas medicīnai pēc neatkarības atgūšanas.

Sirsnība, dzīvesprieks un vēlme palīdzēt bija lietas, ko vienmēr atcerēšos, domājot par Ansi! Paldies Tev!

Dr. Juris Lazovskis, LĀZA priekšsēdis

Man vien iznāca ar Ansi Muižnieku satikties pāris reizes manu vecāku vasarnīcā Saulkrastos. Toreizējos laikos, kad tikko bijām iznākuši no pusgadsimta padomju tumsas režīma, atceros viņu kā inteligentu, patiesi sirsnīgu un cilvēcīgu latviešu džentlmeni no Kalifornijas. Runājot ar viņu, pagāja vien pāris minūtes, lai šķīstu, ka esam pazīstami jau ilgstoši. Rietumnieciska atvērtība, tiešums, spēja uzklaut un iedziļināties – bija toreiz kaut kas reti sastopams. Viņš bija viens no rietumu latviešu ārstu plejādes, kuri ar visu sirdi atbalstīja medicīnas aprūpes sistēmas pārveidi, un tīri personiski – arī atbalstīja ideju gatavoties Amerikas ārstu eksāmeniem. Viņa ģimene bija dziļi iesaistījusies palīdzībā Latvijai – gan tieši uz vietas – Rīgā, gan no Amerikas, allaž laipni uzņemot Latvijas ciemiņus.

Maija Pozemkovska, RSU Medicīnas vēstures institūta docente

Šķiet, ka ar Ansi Muižnieku iepazīnos 1997. gadā, kad LĀZA grandiozi svinēja 50 gadu jubileju Rīgā. Dažus gadus vēlāk Ansis mani uzrunāja, veidot LĀZA Apkārtrakstu kopā ar viņu, jo biju uzņēmies vadīt LĀZA biroju Rīgā papildus manam pamatdarbam Paula Stradiņa Medicīnas vēstures muzejā. Kopš 2001. gada muzejs kļuva par LĀZA pulcēšanās vietu. Sākotnēji ļoti bijos no Apkārtraksta rediģēšanas, jo man šajā jomā nebija nekādas pieredzes, taču tieši Ansis mani uzmundrināja un visādos veidos atbalstīja, solot, ka rakstus un "lielos darbus" darīšot viņš. Es tam noticēju, lai gan patiesībā Ansis aizbildinājās ar to, ka nevarot ilgi sēdēt pie datora un tamlīdzīgi, tāpēc pamazām Apkārtraksta rediģēšana nonāca pilnībā manā pārziņā. Tomēr Anša "stiprais plecs" bija jūtams un sniedza lielu pašvērtību. Viņš ļoti rūpējās, lai Apkārtraksta veidošanai LĀZA sarūpētu birojam datoru un skeneri, un, ja nemaldos, tas bija pirmais dators, kas bija tikai manā lietošanā, un tas ilgi kalpoja. Iespējami bieži uzturējām kontaktu, reizēm ciemojos arī Anša mājās Āgenskalnā – gan Baložu ielā, gan Mārtiņa ielā, kur Ansis apmetās pie dēla ģimenes vēlāk. Ziemas mēnešus Ansis pārļaida pie meitas "siltajās zemēs" un parasti atvadoties teica, ka "varbūt tiksimies, ja būšu vēl dzīvs". Diemžēl pēdējos gados mūsu kontakti pārtrūka, taču visai bieži par viņu atcerējos – viņa smaidu, humoru un labestību. Lai gaišs ceļš viņsaulē!



In memoriam

“Cik maza sēkla –
bet cik liels ir koks!
Cik īss ir mūžs –
cik daudz var tajā gūt,
ja mazai sēklai
ieliek sirdi līdz!”

/Daina Avotiņa/

Uz sveces liesmu raugoties, pieminēsim visus
sev tuvos, kas devušies mūžības ceļā!

Lai gaišs šis ceļš ikvienam, ko pavada mūsu
domas!

Kristaps Juris Keggi, MD
09.08.1934 Rīga, Latvija – 04.07.2023 ASV

Sigrida Renigers, dz. Mežciems, MD
06.02.1926 Rīga, Latvija – 06.07.2023 Alabama, ASV

Rota Otto, dz Dalderis, DDS
1931 Valmiera, Latvija – 16.08.2023 Vankūvera,
Kanāda

Munters Manfrēds, MD
11.12.1936 Rīga, Latvija – 21.06.2023 Aleksandrija,
Virdžīnija, ASV

Visvaldis Georgs Nagobads, MD
18.11.1921 Rīga, Latvija – 31.03.2023 ASV

Ansis Muižnieks, MD
07.10.1928 Rīga, Latvija – 12.02.2024 Rīga, Latvija

LĀZA ZIEDOTĀJU SARAKSTS 2023. GADĀ

ANDREJEVA WRIGHT, LIVA	USD 100.00
ANDREJEVA, ANITA	EUR 30.00
BĀRZDIŅŠ, ATIS	USD 1000.00
CIGUSIS ALDERMAN, ALEKSANDRA	USD 70.00
CILNIS, JURIS	USD 20.00
DIMANTS, JANIS	USD 210.00
DINDZANS, VINCENTS	USD 100.00
DREIMANE, DAINA	USD 1000.00
EGLĪTIS, JĀNIS	EUR 35.00
ERTEL, INTA	USD 210.00
FLUDE, INESE	EUR 75.00
GALEJS, LARIS	USD 300.00
GRŪBE, BAIBA	USD 250.00
GRUNTMANIS, UGIS	USD 1000.00
JANNERS, SIGURDS	USD 200.00
KATLAPS, GUNDARS	USD 1000.00
KRUSTIŅŠ, EDUARDS	EUR 215.00
KŪLĪTIS, ZINTA	USD 25.00
JURIS LAZOVSKIS	EUR 1100.00
ANNEMARIJA LINARES	EUR 250.00
MAČS, JURIS	USD 200.00
NEIDERS, MIRDZA	USD 500.00
OSOLIŅŠ, ARTHUR JURIS	USD 300.00
PHILLIPS, ZAIGA	USD 100.00
PRIEDE, ANTRA	USD 70.00
SCHULTZ, BIRUTA	USD 20.00
URTĀNE, ALDA	USD 300.00
ZARIŅŠ, KRISTAPS	USD 500.00
ZEMĪTIS, ANDRIS	EUR 25.00
Mērķa ziedojumi:	
Prof. Ilmāra Lazovska medicīnas fondam	
ŠLESERS, JURIS	USD 50.00

LĀZA kases pārskats 2023

IENĀKUMI:	USD 24390.00
	EUR 5475.00
Biedru nauda	USD 3846.00
	EUR 3745.00
Ziedojumi LĀZA	USD 7420.00
	EUR 1730.00
Ziedojums Prof. I. Lazovska Medicīnas Fondam	
	USD 50.00 (nodots Fondam)
Ziedojums no Ojāra Veides Fonda	
Prof. I. Lazovska Fonda stipendiātiem	
	USD 5985.00 (2023. gadam)
	USD 7139.00 (2024. gadam)

Galvenie IZDEVUMI:

LĀZA galvenie izdevumi ir saistīti ar Apkārtrakstu – tā sagatavošana, izdevniecība un izsūtīšana (EUR 9292.00). Pārējie izdevumi (EUR 6503.00), pieminot dažus, ir saistīti ar LĀZA administratīvo darbu, mājaslapas uzturēšanu, publikācijām presē, PayPal komisija (EUR 262.00) u.c. tehniskām izmaksām. Izdevumi USD saistīti ar Prof. Ilmāra Lazovska Medicīnas fonda stipendijām (USD 6000.00), BKUS Fondam par DBT apmācībām jaunajiem speciālistiem (USD 5498.00), ZOOM platformas abonēšanu (USD 750.00), atbalsts Latvijas Jauno ārstu asociācijas rīkotai konferencei (USD 1086.00), balvām RSU jauno zinātnieku konferencei (USD 560.00), nodokļu speciālistam (USD 500.00), ziedojums "Garezeram" (USD 250.00) u.c.

2023. gada 31. decembrī *Bank of America* LĀZA konta atlikums ir USD 32 495.00 (USD 3875.00 ir atlikums no Dr. Laumas Upelniēks-Katis ziedojuma).

LĀZA ASV ir sabiedriskā labuma organizācija. (*The Latvian Medical And Dental Association is a Qualified 501 (c) (3) and all donations to LĀZA are tax deductible in USA.*)

Neviens no valdes locekļiem nav atalgots un nesaņem honorāru par piedalīšanos LĀZA valdes darbā.

Ja ir jautājumi par šo sniegto LĀZA kases pārskatu, biedru naudu vai ziedojumu, lūdz sazināties ar Dr. Zaiga Alksne-Phillips zap@uw.edu vai tel. ASV 425822 7272.

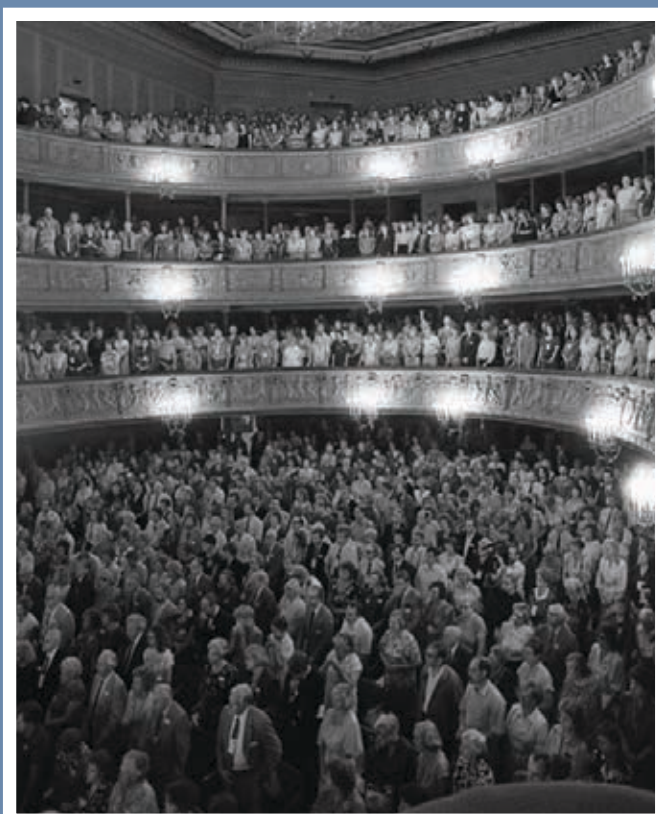
Paldies visiem LĀZA biedriem, kas nomaksājuši biedra naudu un ir ziedojuši LĀZA!

Sirsnīgi pateicos Dr. Atim Bārzdiņam par PayPal maksājumu sakārtošanu!

Zaiga Alksne-Phillips, LĀZA kasiere



Fotomirkļi no 1. Vispasaules latviešu ārstu kongresa, 1989. gads



Latvijas Ārstu biedrība un Latviešu ārstu un zobārstu apvienība aicina kopā atzīmēt kongresa 35 gadu jubileju 21. jūnijā LĀB namā Skolas ielā 3, Rīgā

LĀZA



LATVIEŠU ĀRSTU UN ZOBĀRSTU APVIENĪBA

4. jūlijā

no plkst. 13.00 līdz 17.00
Dziesmu Svētku galvenajā
viesnīcā Sheraton Center
Toronto

LĀZA KONFERENCE

Programmā

Neliels atskats LĀZA vēsturē un darāmais šodien
LĀZA biedru lekcijas par starptautiskajā medicīnas telpā
piedzīvoto, par izaicinājumiem ārstiem jaunajos
ģeopolitiskajos apstākļos
Kultūras programma
Pusdienas un sirsnīgas sarunas



Pieteikties vēlams līdz
6.06

ĒRIKS NIEDRĪTIS

1 917 797 8249
erikniedritis@msn.com



XVI LATVIEŠU DZIESMU
UN DEJU SVĒTKI
KANADĀ

Žurnāls LĀZA Apkārtraksts ir Latviešu ārstu un zobārstu apvienības (LĀZA) izdevums.
Iznāk kopš 1947. gada.

Žurnāls iznāk reizi gadā, to bezmaksas saņem LĀZA biedri un atbalstītāji.

Par žurnāla iegādi interesēties laza@lazariga.lv

Par rakstos pausto informāciju ir atbildīgs raksta autors.

Pārpublicēšanas un citēšanas gadījumā atsauce obligāta.

Žurnālā izmantoti materiāli no LĀZA arhīva, P. Stradiņa Medicīnas vēstures muzeja, kā arī autoru un LĀZA biedru privātiem arhīviem.

1. vāka foto: Kristaps Zariņš, Bertrams Zariņš, Kristaps Keggi un Viktors Kalnbērzs 1. Vispasaules latviešu ārstu kongresa gājienu priekšgalā pie Brīvības pieminekļa, 1989. gada 18. jūnijs

REDAKTORE: KAMENA KAIĐAKA; TULKOJUMS: KĀRLIS STREIPS;
DATORGRAFIKA, MAKETĒŠANA: KĀRLIS KAIĐAKS
SAGATAVOTS: BIEDRĪBA SKALDU RAKSTI; TIPOGRĀFIJA: UNITEDPRESS



JOURNAL OF THE LATVIAN MEDICAL AND DENTAL ASSOCIATION

LATVIEŠU ĀRSTU UN ZOBĀRSTU APVIENĪBA

LĀZA, 2023. RĪGA