

## **Aptiekāres aicinājums**

**Sigita Čulkstena kopā ar vīru Viesturu vada ne tikai savu *Dzirciema aptieku*, bet ir arī Rīgas Stradiņa universitātes pasniedzēja, Latvijas Farmaceitu biedrības Ētikas komisijas priekšsēdētāja, kā arī savulaik piedalījies farmācijas jautājumu risināšanā valstiskā līmenī.**

### **Kā jums radās iecere atvērt savu aptieku?**

Aptiekas pa- gaisotne mani vilin ja kop- b rn bas. Daudz laika pavad ju Jaunciema aptiek , kur str d ja mana vecmamma. Manu profesijas izv li ietekm ja t s vad t js J nis Norvelis, ko visi oti cien ja un d v ja par aptie era kungu. V zija par savu aptieku, kur pati esmu noteic ja, man bija, jau s kot stud t farm ciju, lai gan toreiz v l bija padomju laiki.

### **Kā to izdevās realizēt?**

Devi desmito gadu s kum abi ar v ru bij m jauni, un jaun b aizraut ba m dz b t liel ka par lo iskajiem apsv rumiem. Man imenes biznesa modelis liekas oti piem rots. T k mans v rs ir finan-u speci lists, man, par laimi, nevajadz ja iedzi in ties gr matved b .

Aptiek ram visos laikos bijis j sp j sabalans t izdz vo-anas un biznesa intereses ar sabiedr bas vesel bas interes m, kuras vienm r j st da augst k.

oti m lu savu darbu, t p c, ja varu savilkt galus un darbiniekiem laikus samaks t algas, ar to piln gi pietiek. Uz muma galven v rt ba ir darbinieki, un man ir oti paveicies, jo m s vieno kop ga izpratne par farmaceita misiju.

### ***Dzirciema aptieka* atrodas Rīgas Stradiņa universitātes Stomatoloģijas institūta telpās un no ielas nav pamanāma, taču parasti tajā valda rosība. Kā pircēji jūs atrod?**

Kad 1995. gad atv r m aptieku, lik s, ka rstniec bas iest d b sim liel k dro- b .

Dro-ī vien par mums uzzina t p c, ka esam izv l ju-ies noteiktus darb bas virzienus. Atra-an s vietas d viens no tiem ir saist ts ar

stomatoloģiju. Gatavojam zāles, kas ir pa īsā svarīgi dermatoloģijā, bērnu, ķermeņa ausu, kakla un deguna slimību ārstēšanas praksē. Aptiekā gatavotu zāļu priekšrocības ir individualizācija sastāvā un devas, daļēji atbilstošas cenas nekā racionāli ražotajām.

Jau vairākus desmit gadus sadarbojamies ar antropozofiskās medicīnas ārstiem. Tā ir integratīvā metode, kuru ārsti lieto gan atsevišķi, gan paralēli klasiskajai medicīnai. Zāles gatavojam no augu, dzīvnieku vai minerālu izcelsmes izejvielām. Tā ir mūsu sirdslieta.

### **Kāpēc iesaistījāties *SirdsAptieka* aptieku apvienībā?**

Tā kā zāļu lieltirgotava *Oribalt* bija un joprojām ir mūsu galvenais sadarbības partneris, apvienība, kurā iesaistījās ar citas neatkarīgas aptiekas, iekļāvāmies organiski. *SirdsAptieka* aptieku apvienība valda draugu attiecībās, un tas ir ļoti daudz. Praktiskais ieguvums ir iespēja piedāvāt saviem klientiem produktus ar atlaidi.

### **Vai cenu atlaides, tāpat kā pašapkalpošanās iespējas aptiekā neveicina pārmērīgu zāļu lietošanu?**

Pēc maniem vārojumiem, pircēji ir saprātīgi un nevajadzīgas preces neiegādājas. Vairums farmaceitu būtu neatbalsta pašapkalpošanās plauktus aptiekās, tāpēc tendenci nosaka resursu taupīšana. Ar mūsu aptiekā ikvienam ir pieejams stends ar ārstniecības augu tējām, kur cilvēki labprāt iepazīstas ar to sastāvu. Tomēr esam pieraduši, ka pircēji jautā padomu mums.

### **Vai ārsts pacientam parasti jau nav izstāstījis, kā lietot zāles?**

Ārsts nosaka zāļu lietošanu, tomēr farmaceita uzdevums ir vairākus reizes visu pacientam paskaidrot, jo zāles ir svarīgi lietot pareizi. Vienlaikus farmaceits arī informē par iespējamo iegādāties līdzīgus analogus.

Mums ir lieliskas attiecības ar ārstiem. Farmaceitam nereti jāsaņemas ar ārstu, lai kaut ko precīzāku vai vienotos par alternatīvu, ja zāles nav pieejamas un tamlīdzīgi. Pacientam tas ir ļoti svarīgi. Ārsti labprāt izmanto mūsu informācijas avotu un iesaista savu terapeitisko ideju risināšanā. Mums ir diezgan radoša atmosfēra.

### **Pēc kādiem principiem piedāvājat bezrecepšu zāles?**

Cilvēku priekšstatī par veiksmīgu veselības problēmas risinājumu ir ļoti atšķirīgi. Tādēļ vajadzīgs, vai pircējs labāk grib mīkškas zāles, augu preparātus vai homeopātiskus līdzekļus. Citādi gadās, ka tas, kurš neatstāj homeopātiju, kļūst neapmierināts, ka nav piedāvāti mīkši medikamenti, vai arī otrādi.

Vienam ir piedāvājums ekonomiski izdevīgāko risinājumu. Ja zāļu cena atbilst patērētāja vai iedzīvotāju reizes, kāpēc gan to neizmanto?

### **Kā vērtējat e-receptes ieviešanu?**

Ja vien nerodas tehniskas problēmas, tas atvieglo farmaceita darbu, turklāt nevajadzīgs uzkrāt papildus receptes, taču flūī, ka e-veselības sistēmā netiek izmantots tas potenciāls. Farmaceitam vajadzētu piedalīties zāļu lietošanas uzraudzībā, kā to paredz Farmācijas likums. Diemžēl elektroniskajā sistēmā neredzam visas pacienta lietotās zāles un nevaram brīdināt, piemēram, par dubultmedikāciju: vienlaikus lietot mūsdienu sāļus vai līdzīgās aktīvās vielas zāles.

### **Vai, jūsuprāt, cilvēki medikamentus nelieto par daudz?**

Farmaceita kompetence liedz apstrādātārstu nozīmēto zāļu nepieciešamību. Ja pacients mums atklāj kādas problēmas, sazināties ar ārstu. Labprāt ar aptiekas apmeklētājiem runājam par veselīgu dzīvesveidu, fiziskajām aktivitātēm, miega un ēšanas paradumiem, kā arī profilakses pasākumiem.

Citviet pasaulē zāļu patēriņš ir lielāks nekā Latvijā, tomēr tas ir aktuāls arī pie mums. Diemžēl nereti zāles tiek lietotas, lai novērstu iepriekš lietoto medikamentu blakusparādības. Acīmredzot vajadzētu stiprināt imenes ārstu institūciju, jo viņi vislabāk varētu izvērtēt dažādu speciālistu izrakstoto zāļu klāstu.

### **Vai farmaceitiem pietiek laika pircēju konsultēšanai?**

Ja aptiekāstāv rinda, bet ar kādu apmeklētāju j runā ilgāk, vairāk iedziļinoties viņa problēmā, palīdzētu apsūsties un mazliet pagaidīt, kamēr tiks apkalpoti citi pircēji.

Farmaceita uzdevums ir novērtēt zāļu blakusparādības un uzstāt mērķi, sazināties ar ārstu un raudzīties, kādā veidā problēmu varētu atrisināt.

Novērst zāļu blakusparādības ar citiem medikamentiem nebūtu pareizi.

Vis m m su darbiniec m oti pat k farmaceita darbs, t p c ar baud m cilv ku m lest bu. Ja gripas laik k ds atn k v lu vakar un nepiecie-ams izgatavot z les, tad j novelk m telis un tas j izdara.

### **Daudzus gadus jautājumu farmaceutam bija iespējams uzdot arī jūsu veidotajā vortālā *I-aptieka*. Vai ar konsultācijām klātienē nepietiek?**

Visvair k jaut jumu internet uzdeva latvie-i, kas p rc lu-ies dz vot uz rzem m, bieffi piebilstot: tikai nesakiet, ka man j prasa rstam! Jaut jumi p rsvar bija tik nopietni, ka, protams, ieteicu v rsties pie daktera. Ar , apkalpojot aptiekas klientus, bieffi pirms z u ieg des s t m konsult ties ar rstu, jo daflk rt pacienta probl ma var b t jau samilzusi. Patlaban vort ls ir sl gts, bet – gada laik tiks atv rts jaun uzlabot veidol .

### **Ko no aptiekas plauktiem lietojat savā ģimenē?**

Galvenok rt izmantojam antropozof s z les, k ar dafl dus vitam nus. Esmu p rliecin ta, ka ar uzturu neuz emam visas organismam nepiecie-am s vielas. Lab k profilaksei dzert vitam nus un miner lvielas nek rst t slim bu.

### **Vai jūsu bērni ir izvēlējušies farmaceita profesiju un būs kam atstāt aptieku?**

Farm ciju stud m su d ls Kristi ns. Vi –zin ja, ka m s ar v ru to grib tu, ta u cent mies neietekm t vi a izv li. Uzskatu, ka aptiek ra darbs ir piem rots ar v rietim, ja vien vi am piem t emp tija. Daudzi n k pie farmaceita k fl lsird g s m sas un v las past st t ne tikai par sav m slim b m, bet ar cit m probl m m. Varb t cilv ki pat vair k par z l m mekl k du, kas uzklausa.