



NACIONĀLAIS
ATTĪSTĪBAS
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA
Eiropas Sociālais
fonds

I E G U L D Ī J U M S T A V Ā N Ā K O T N Ē

Materiāls filmai 5.–12. klašu izglītojamajiem filmai par seksuālo un reproduktīvo veselību

Situācijas apraksts un statistikas dati

Seksuālās un reproduktīvās veselības pamats tiek ielikts jau bērnībā un agrīnā pusaudžu vecumā. Jau ilgstoši veselības mācība nav iekļauta skolu mācību programmās un uz jauniešu sliktajām zināšanām norāda gan profesionāļi, gan statistikas dati. COVID-19 pandēmijas ietekmē pilnvērtīga veselības izglītība pēdējo gadu laikā ir bijusi vēl vairāk apgrūtināta¹¹. Detalizētu situācijas izvērtēšanu apgrūtina tas, ka trūkst sistemātiski ievāktu datu par aktuālo situāciju Latvijā un pārmaiņām pēdējo gadu laikā.

Menstruācijas meitenēm sākas 12–13 gadu vecumā². Ir ļoti būtiski jau pirms to sākšanās saņemt uz pierādījumiem balstītu informāciju par mēnešreižu norisi, iespējamām problēmām un to risinājumiem. Svarīgi palīdzēt meitenei mazināt menstruāciju sāpes, lai uzlabotu dzīves kvalitāti un spējas aktīvi iekļauties sabiedriskajā dzīvē.

Latvijā pēdējo gadu laikā katru gadu apmēram 200 jauniešiem līdz 18 gadu vecuma sasniegšanai iestājas grūtniecība. Apmēram trešā daļa (2020. gadā – 57 jauniešes) grūtniecību pārtrauc, pārējās dzemdē. 2020. gadā 0,6% no visām uzskaitē esošajām grūtniecībām bija vecumā līdz 18 gadiem. Salīdzinājumā ar 2010. gadu šis skaitlis ir sarucis divas reizes³, tomēr nav skaidrs, vai tas ir tāpēc, ka ir uzlabojušās jauniešu zināšanas par seksuālo un reproduktīvo veselību, vai vairāk saistāms ar iedzīvotāju vispārējā skaita samazinājumu, īpaši jauniešu vecuma grupā.

Nacionāla līmeņa dati par dzimumdzīves uzsākšanas vecumu pieejami tikai no 2011. gada, kad tas bija 17,64 gadi meitenēm un 17,46 gadi puisiem⁴. Kopš 2003. gada šis vecums nebija būtiski mainījies. Jaunāki dati pieejami nelielā pētījumā par jauniešiem ar policistisko olnīcu sindromu, kur veselo, kontroles grupas, pusaudžu vidū mediānais dzimumdzīves uzsākšanas vecums bija 16,0 gadi⁵. Tas sakrīt ar vidējo vecumu Eiropas Savienības valstu vidū⁶. Vēl

¹Lazdāne G., Rezeberga D., Briedīte I., Olsena S., Pumpure E., Kantāne I., et al. Seksuālās un reproduktīvās veselības aprūpes pakalpojumu pieejamība un iedzīvotāju riska uzvedība COVID-19 laikā. Rekomendācijas pakalpojumu nepārtrauktības nodrošināšanai un iedzīvotāju riska uzvedības mazināšanai. Rīga, Latvija; 2021.

²Pogodina A., Dolgikh O., Astakhova T., Klimkina J., Khramova E., Rychkova L. Health-related quality of life and menstrual problems in adolescents. *J Paediatr Child Health*. 2022 Feb 10. doi: 10.1111/jpc.15895. Epub ahead of print. PMID: 35141982.

³Grūtnieču antenatālās aprūpes rādītāji pa reģioniem. Pieejams: https://statistika.spkc.gov.lv/pxweb/lv/Health/Health__Mates_berna_veseliba/MCH015_antenat_aprupe.px/. Iegūts 13.03.2022.

⁴Putniņa, A., Iedzīvotāju reproduktīvā veselība. Pārskats par situāciju Latvijā (2003–2011). Rīga, Latvija; 2013. Pieejams: www.paparedszieds.lv. Iegūts: 13.03.2022.

⁵Lidaka L., Lazdane G., Kivite-Urtane A., Gailite L., Dzivite-Krisane I., Stokenberga I. Health-related quality of life and binge eating among adolescent girls with PCOS. *Clin Exp Obstet Gynecol* 2022, 49(3)

jaunāki dati par situāciju Latvijā iegūti pētījumā par pirmā dzimumakta pieredzi sievietēm, kur vidējais vecums pirmajā dzimumaktā sievietēm bija 17 (12–25) gadu. 53,7% (n = 174) aptaujāto atzīmēja, ka lēmums uzsākt dzimumdzīvi bijis plānots, 46,3% (n = 150) apgalvoja, ka tas notika mirkļa iespaidā. 8% (n = 26) aptaujāto atzīmēja, ka pirmais dzimumakts bijis piespiedu no partnera puses⁷.

Runājot par fizisku spēju veikt dzimumaktu, pušiem svarīga ir informācija par normālu ārējo dzimumorgānu anatomiju: dzimumlocekli, dzimumlocekļa priekšādiņu, izmēru un formu variācijām, dzimumlocekļa saitīti, sēklinieku maisiņu, tā saturu utt.^{8,9} Tikpat svarīga ir informācija par iespējamām anatomiskām nepilnībām un iedzimtām koriģējamām īpatnībām/slimībām, tādām kā fimoze, īsa dzimumlocekļa saitīte, kriptorhisms jeb sēklinieka nenoslīdēšana vai tā trūkums, sēklinieku varikoza vēnu paplašināšanās un tās iespējamā saikne ar vīriešu neauglību¹⁰.

Diemžēl nav pieejama statistika par Latvijā sastopamo gadījumu skaitu, kad zēniem fimozes dēļ traucēta dzimumdzīve un pilnvērtīga higiēna (tā ir apgrūtināta vai neiespējama), bet ārsta praksē šādi gadījumi ir sastopami diezgan bieži. Pasaulē līdz 5% pušu 16 gadu vecumā nav pilnībā atvelkama dzimumlocekļa priekšādiņa¹¹, kas prasa ķirurģisku ārstēšanu. Svarīgas ir zēnu vecāku zināšanas par tā saukto fizioloģisko fimozī, kura normāli būtu novērojama līdz 2–6 gadu vecumam^{12, 13}, bet pilnībā novēršama līdz dzimumdzīves uzsākšanai.

Latvijā kontracepciju lieto 57,4% reproduktīvā vecuma sievietes¹⁴. Tomēr nav droši ticamu, detalizētu datu par metodēm, kas tiek lietotas tieši jauniešu vecuma grupā. Nacionāla līmeņa dati pieejami no 2011. gada, kad hormonālo kontracepciju lietoja mazāk nekā 20% jauniešu vecumā līdz 25 gadiem un ap 30% paļāvās uz pārtraukto dzimumaktu¹⁵. Lai arī gandrīz 70% 15–19 gadus veci jaunieši un gandrīz 60% 20–24 gadus veci jaunieši atzīmēja, ka lietojuši prezervatīvu, dati no 2015. gadā veiktā pētījuma par jauniešu seksuālo veselību¹⁶ liecina, ka prezervatīvs netiek lietots visu dzimumaktu laikā un tad kā aizsargāšanās metode tiek

⁶Hansen BT, Kjær SK, Arnheim-Dahlström L, Liaw KL, Juul KE, Thomsen LT, et al. Age at first intercourse, number of partners and sexually transmitted infection prevalence among Danish, Norwegian and Swedish women: estimates and trends from nationally representative cross-sectional surveys of more than 100 000 women. *Acta Obstet Gynecol Scand.* 2020, 01.02.

⁷Briedīte, I., Brokāne, E. (2018) Sieviešu pirmais dzimumakts: vecums, personīgā pieredze, seksuālā uzvedība un

attieksme. https://www.rsu.lv/sites/default/files/imce/Zin%C4%81tnes%20departaments/zinatniskas_konferences/2018/sieviesu_pirmais_dzimumakts.pdf

⁸Campbell-Walsh Urology, 12th Edition, April 13, 2020 by [Alan W. Partin MD PhD](#) (Editor), [Craig A. Peters MD FACS FAAP](#) (Editor), [Louis R. Kavoussi MD MBA](#) (Editor)

⁹Jack McAninchand, Smith and Tanagho's General Urology, 19th Edition, Edition: Illustrated, April 9, 2020.

¹⁰<https://www.nhs.uk/conditions/phimosis/>

¹¹“Phimosis and Paraphimosis” Updated: Aug 05, 2017. Author: Hina Z. Ghory, MD; Chief Editor: Gil Z. Shlamovitz, MD, FACEP

¹²“Phimosis and Paraphimosis” Updated: Aug 05, 2017. Author: Hina Z. Ghory, MD; Chief Editor: Gil Z. Shlamovitz, MD, FACEP

¹³Campbell-Walsh Urology, 12th Edition, April 13, 2020 by [Alan W. Partin MD PhD](#) (Editor), [Craig A. Peters MD FACS FAAP](#) (Editor), [Louis R. Kavoussi MD MBA](#) (Editor)

¹⁴Contraceptive Use by Method 2019: Data Booklet – United Nations – Hugendubel Fachinformationen. Pieejams: <https://www.hugendubel.info/detail/ISBN-9789211483291/United-Nations/Contraceptive-Use-by-Method-2019-Data-Booklet>. Iegūts 13.03.2022.

¹⁵Putniņa, A., Iedzīvotāju reproduktīvā veselība. Pārskats par situāciju Latvijā (2003–2011). Rīga, Latvija; 2013. Pieejams: www.paparedszieds.lv. Iegūts: 13.03.2022.

¹⁶Lidaka L., Viberga I., Stokenberga I. Risk factors for unwanted pregnancy and subsequent abortion among women aged 16 to 25 years in Latvia. *Eur J Contracept Reprod Health Care.* 2015, 01.06.

izmantots pārtrauktais dzimumakts. Kopumā Austrumeiropā maz sieviešu lieto modernas kontracepcijas metodes, un šis rādītājs noteikti būtu jāuzlabo¹⁷.

Latvijā salīdzinājumā ar citām valstīm Eiropā ir zema hlamīdiju un gonorejas incidence gan jauniešu vecuma grupā, gan reproduktīvā vecuma iedzīvotāju vidū vispār. Latvijā hlamīdiju infekcijas incidence 2018. gadā bija 65,05 uz 100000 iedzīvotāju, turpretī, piemēram, Zviedrijā ir 335,61 gadījums uz 100000 iedzīvotāju (piecas reizes vairāk nekā Latvijā), bet Lielbritānijā 388,47 uz 100000 iedzīvotāju (sešas reizes vairāk nekā Latvijā)¹⁸. Līdzīga statistika vērojama arī gonorejas incidencē – 8,4 uz 100000 iedzīvotāju, Zviedrijā 26,8 uz 100000 iedzīvotāju un Lielbritānijā pat 93,2 uz 100000 iedzīvotāju¹⁹. Tas ir skaidrojams ar iedzīvotāju, īpaši jauniešu, zemo informētību par seksuāli transmisīvajām infekcijām (STI), kā arī to, ka nav plaši pieejamas bezmaksas pārbaudes un jaunieši nezina, ka, uzsākot seksuālo dzīvi, ja mainās partneri, vismaz reizi gadā būtu jāveic STI pārbaudes²⁰.

Vairākos pētījumos secināts, ka inficēšanās ar STI novēršanā jauniešu vidū galvenā uzmanība jāpievērš komunikēšanas prasmju attīstīšanai, jo jauniešiem nav pieredzes un izpratnes, ko konkrēti teikt, runājot par seksu²¹. Biežākie informācijas avoti par seksuālo veselību (15–17 gadu vecumā): 1) draugi (73%); 2) klasesbiedri (72%); 3) internets (60%); 4) vecāki (48%); 5) ģimenes ārsts (18%)²².

Latvijā joprojām vērojama HIV infekcijas gadījumu skaita palielināšanās, īpaši heteroseksuālu dzimumattiecību ceļā sievietēm²³. Tāpēc ļoti būtiski informēt jaunus cilvēkus par infekcijas pārneses ceļiem un tās profilaksi.

Statistikas dati liecina, ka Latvijā katru gadu dzemdes kakla vēzi konstatē apmēram 240 sievietēm un ik gadu ar šo slimību mirst vidēji 110 sieviešu. Ir pierādīts: gandrīz visos gadījumos dzemdes kakla vēzi izraisa cilvēka papilomas vīruss (CPV). Tas izraisa arī anālā kanāla vēzi, mutes dobuma un rīkles vēzi, vulvas un maksts vēzi, kā arī dzimumlocekļa vēzi vīriešiem²⁴. Dzimumlocekļa vēzis lielākoties sastopams neapgraizītiem vīriešiem (kā tas arī ir Latvijā vairāku gadu laikā) – tikai 0,4–0,6% no visiem vēžiem Eiropā, ASV, bet ar augstu mirstību (~22%), jo netiek laikus diagnosticēti pacientu zināšanu trūkuma dēļ^{25,26}. Vislabākā

¹⁷Ewerling F, Victora CG, Raj A, Coll CVN, Hellwig F, Barros AJD. Demand for family planning satisfied with modern methods among sexually active women in low- and middle-income countries: who is lagging behind? *Reprod Health*. 2018, 06.03.

¹⁸ECDC. Chlamydia Annual Epidemiological Report for 2018 Key facts. Pieejams: <https://www.ecdc.europa.eu/>, iegūts 13.03.2022.

¹⁹ ECDC. Gonorrhoea Annual Epidemiological Report for 2018 Key facts. Pieejams: <https://www.ecdc.europa.eu/>, iegūts 13.03.2022.

²⁰Walensky RP, Jernigan DB, Bunnell R, Layden J, Kent CK, Gottardy AJ, et al. Morbidity and Mortality Weekly Report Sexually Transmitted Infections Treatment Guidelines, 2021 Centers for Disease Control and Prevention MMWR Editorial and Production Staff (Serials) MMWR Editorial Board. 2021.

²¹Donné L., Hoeks J., Jansen C. (2017). Using a narrative to spark safer sex communication. <https://doi.org/10.1177/0017896917710967>

²²https://www.health.qld.gov.au/__data/assets/pdf_file/0036/727785/sexual-health-18-survey-findings.pdf

²³Marty L., Lemsalu L., Ķīvīte-Urtāne A., Costagliola D., Kaupe R., Liniņa I., et al. Revealing HIV epidemic dynamics and contrasting responses in two WHO Eastern European countries: insights from modeling and data triangulation. *AIDS*. 2021, 15.03. 35(4):675–80.

²⁴Informācija par cilvēka papilomas vīrusu | SPKC. Pieejams: <https://www.spkc.gov.lv/lv/informacija-iedzivotajiem-par-cpv>. Iegūts: 13.03.2022.

²⁵Campbell-Walsh Urology, 12th Edition, April 13, 2020 by [Alan W. Partin MD PhD](#) (Editor), [Craig A. Peters MD FACS FAAP](#) (Editor), [Louis R. Kavoussi MD MBA](#) (Editor)

²⁶Jack McAninchand, Smith and Tanagho's General Urology, 19th Edition, Edition: Illustrated, April 9, 2020. Pogodina A., Dolgikh O., Astakhova T., Klimkina J., Khramova E., Rychkova L. Health-related quality of life and

profilakse pret šo vīrusu ir vakcinācija. Vakcīna pret CPV vakcinācijas kalendārā paredzēta 12 gadu vecumā, bet to iespējams saņemt jau no deviņu gadu vecuma. Kopš 2022. gada janvāra valsts apmaksāta vakcīna pieejama arī zēniem²⁷. Lai arī vakcinācijas aptvere uzlabojas un meiteņu vidū pārsniedz 62,3%, vairāk nekā 30% meiteņu tomēr nav vakcinētas, un sagaidāms, ka arī puīšiem sākotnējā vakcinācijas aptvere nebūs augsta. Par vakcīnas pieejamību pret CPV puīšiem no 9 līdz 12 gadu vecumam daļai jauniešu vecāku un ģimenes ārstu nav zināšanu. Kopumā Latvijas sabiedrībā detalizētas zināšanas par CPV un vakcināciju pret to ir zemas²⁸, tādēļ ļoti būtiski informēt jauniešus un viņu vecākus par vakcinācijas iespējām, tās drošību un efektivitāti. Jauniešu uzdotie jautājumi vecākiem un ģimenes ārstiem varētu aktualizēt šo profilakses aspektu, un vakcinācija varētu kļūt aktīvāka.

Nav pieejama statistika, cik bieži Latvijā sastopama vīriešu neauglība sēklinieku vēnu varikozes dēļ, bet pasaulē lēš, ka varikocēle sastopama aptuveni 15% jaunu vīriešu un 35–40% neauglīgu vīriešu būs diagnosticējama varikocēle²⁹. Jauniešiem svarīga informācija par vēlamu vizīti pie urologa pēc pubertātes iestāšanās, kā arī to, kā atpazīt varikocēli.

Kodolīgs satura apraksts

Jauniešu izpratni par seksuāli reproduktīvo veselību nosacīti veido divas kategorijas: zināšanas par dzimumorgānu anatomiju un dzimumdzīves fizioloģiju un psihoemocionālā izpratne par dzimumattiecībām. Svarīgas ir abas kategorijas, tāpēc visās epizodēs iekļauti gan fizioloģiskie, gan psihoemocionālie aspekti.

1. epizodē runāts par svarīgo meitenēm 11–13 gadu vecumā– menstruāciju sākšanos un ar to saistītajām hormonālajām izmaiņām, kas nes līdzi arī nepatīkamas sajūtas, pārdzīvojumus par pumpām un apmatojuma veidošanos uz ķermeņa.

2. epizodē, kas mērķēta zēniem 11–13 gadu vecumā, iekļauta informācija par normālu ārējo dzimumorgānu anatomiju, iespējamām anatomiskām nepilnībām un iedzimtām koriģējamām īpatnībām/slimībām.

3. epizodē atrodami skaidrojumi par sava ķermeņa izpētīšanu, pirmajām dzimumattiecībām, kontracepcijas nozīmi un dažādu metožu efektivitāti, kā arī drošu seksu un iemesliem, kāpēc svarīgi izvairīties no seksuāli transmisīvajām infekcijām.

Visās filmas epizodēs uzsvērts, kā pusaudži jūtas, kamēr notiek pārmaiņas ķermenī, sniegts iedrošinājums un empātiski padomi.

Metodoloģiski ieteikumi, kā strādāt ar filmu

Mācību filma veidota, lai sekmētu valsts pamatizglītības standartā norādītās caurviju prasmes, konkrētāk, meiteņu un zēnu kritisko domāšanu un problēmsituāciju risināšanu dažādās pubertātes perioda situācijās, un rosinātu pieņemt labvēlīgu lēmumu atbilstīgi savai

menstrual problems in adolescents. *J Paediatr Child Health*. 2022 Feb 10. doi: 10.1111/jpc.15895. Epub ahead of print. PMID: 35141982.

²⁷Vakcinācijas noteikumi [Internet]. Pieejams: <https://likumi.lv/ta/id/11215-vakcinacijas-noteikumi>. Iegūts: 13.03.2022.

²⁸Patel H., Sherman S. M., Pčolkina K., Strazdiņa K., Viberga I., Redman C. W., et al. Barriers and motivators for uptake of cervical cancer prevention strategies in Eastern Europe: The perspective from Latvia. *Acta Dermatovenerologica Alpina, Pannonica Adriat*. 2019. 28(3):107–11

²⁹“Varicocele in Adolescents” Updated: Sep 16, 2020. Author: James M. Elmore, MD; Chief Editor: Marc Cendron, MD

veselībai un drošībai³⁰. Filma akcentē tādu tikumu veidošanos kā atbildība, drosme, godīgums, savaldība, taisnīgums un tolerance³¹. Filmas forma un vizuālais risinājums izvēlēti, ievērojot pusaudžu vecuma iezīmes un īpatnības. Pusaudži dažādas dzīves situācijas labāk uztver un atpazīst jauniešu stāstījumā, kuri ir nedaudz vecāki, pavisam nesen izdzīvojuši un pārdzīvojuši tādas pašas izjūtas un sajūtas kā pusaudži, tādējādi tiek radīts patiesu un reālu notikumu atspoguļojums. Lai saglabātu pusaudžu uzmanības noturību, jauniešu stāstījums mijas ar nepabeigtiem ilustratīviem zīmējumiem, kas rosina vizualizēt filmā dzirdēto.

Pēc mācību filmas epizodēm sagatavoti pusaudžiem domāti jautājumi. Pusaudži modelē situācijas, kurās, pamatojoties uz filmas saturu, tiek piedāvāts iedomāties sevi kādā filmas epizodē, iejusties dažādās situācijās, veicinot empātiju, un ļauj detalizētāk veidot izpratni par filmā iesaistīto varoņu rīcības motīviem, prognozēt rīcības sekas. Tas palīdz pārdomāt savu uzvedību un attieksmi un, padziļinoties izpratnei, sekmē attieksmes un uzvedības maiņu. Jautājumi formulēti otrajā personā, akcentējot personiskumu un atbildību izvēles veikšanā. Pamatojoties uz mācīšanās pieejas maiņu izglītības kontekstā, diskusijas jautājumi veidoti tā, lai pusaudžim atbilstīgi valsts pamatizglītības standarta un pamatizglītības programmu paraugiem³² sekmētu caurviju prasmes, vērtības, tikumus un pusaudžu prasmi mācīties iedziļinoties.

Jautājumi rosina atbildi meklēt patstāvīgi. Svarīgi, lai pieaugušais, kas pēc mācību filmas noskatīšanās diskutē ar pusaudzi par izmaiņām ķermenī, fizioloģiskām izmaiņām, kontracepcijas nozīmi un dažādu metožu efektivitāti, seksuāli transmisīvajām infekcijām, virza sarunu, radot iespēju pusaudžim brīvi reflektēt par redzēto. Pieaugušais rada labvēlīgu un rosinošu situāciju atklātai diskusijai, pusaudzis atbild pieaugušā ierosinājumam. Diskusija notiek, paužot savu viedokli abpusēji. Ja pusaudzis nav sapratis filmas kontekstu, pieaugušais, ņemot vērā situāciju, papildus uzdod arī citus jautājumus, lai pārliecinātos, ka pusaudzis saprot un pieņem sava ķermeņa pārmaiņas un fizioloģiskās izmaiņas, izprot kontracepcijas iespējas.

Izmantotā literatūra

1. Lazdāne G., Rezeberga D., Briedīte I., Olsena S., Pumpure E., Kantāne I., et al. Seksuālās un reproduktīvās veselības aprūpes pakalpojumu pieejamība un iedzīvotāju riska uzvedība COVID-19 laikā. Rekomendācijas pakalpojumu nepārtrauktības nodrošināšanai un iedzīvotāju riska uzvedības mazināšanai. Rīga, Latvija; 2021.

2. Grūtnieču antenatālās aprūpes rādītāji pa reģioniem. Pieejams: https://statistika.spkc.gov.lv/pxweb/lv/Health/Health__Mates_berna_veseliba/MCH015_ante_nat_aprupe.px/. Iegūts 13.03.2022.

³⁰<https://mape.skola2030.lv/resources/122>

³¹Skola 2030. *Vērtības un tikumi*. Tiešsaistē: <https://www.skola2030.lv/lv/macibu-saturs/merki-skolenam/vertibas-un-tikumi>. Iegūts: 14.04.2022.23. MK noteikumi Nr. 747. "Noteikumi par valsts pamatizglītības standartu un pamatizglītības programmu paraugiem". Pieejams: <https://likumi.lv/ta/id/303768-noteikumi-par-valsts-pamatizglitibas-standartu-un-pamatizglitibas-programmu-paraugiem>

³²MK noteikumi Nr. 747. "Noteikumi par valsts pamatizglītības standartu un pamatizglītības programmu paraugiem". Pieejams: <https://likumi.lv/ta/id/303768-noteikumi-par-valsts-pamatizglitibas-standartu-un-pamatizglitibas-programmu-paraugiem>

3. Putniņa, A., Iedzīvotāju reproduktīvā veselība. Pārskats par situāciju Latvijā (2003–2011). Rīga, Latvija; 2013. Pieejams: www.paparedszieds.lv. Iegūts: 13.03.2022.
4. Lidaka L., Lazdane G., Kivite-Urtane A., Gailite L., Dzivite-Krisane I., Stokenberga I. Health-related quality of life and binge eating among adolescent girls with PCOS. *Clin Exp Obstet Gynecol* 2022, 49(3)
5. Hansen BT, Kjær SK, Arnheim-Dahlström L, Liaw KL, Juul KE, Thomsen LT, et al. Age at first intercourse, number of partners and sexually transmitted infection prevalence among Danish, Norwegian and Swedish women: estimates and trends from nationally representative cross-sectional surveys of more than 100 000 women. *Acta Obstet Gynecol Scand*. 2020, 01.02.
6. Contraceptive Use by Method 2019: Data Booklet – United Nations – Hugendubel Fachinformationen. Pieejams: <https://www.hugendubel.info/detail/ISBN-9789211483291/United-Nations/Contraceptive-Use-by-Method-2019-Data-Booklet>. Iegūts 13.03.2022.
7. Lidaka L., Viberga I., Stokenberga I. Risk factors for unwanted pregnancy and subsequent abortion among women aged 16 to 25 years in Latvia. *Eur J Contracept Reprod Health Care*. 2015, 01.06.
8. Ewerling F, Victora CG, Raj A, Coll CVN, Hellwig F, Barros AJD. Demand for family planning satisfied with modern methods among sexually active women in low- and middle-income countries: who is lagging behind? *Reprod Health*. 2018, 06.03.
9. ECDC. Chlamydia Annual Epidemiological Report for 2018 Key facts. Pieejams: <https://www.ecdc.europa.eu/>, iegūts 13.03.2022.
10. ECDC. Gonorrhoea Annual Epidemiological Report for 2018 Key facts. Pieejams: <https://www.ecdc.europa.eu/>, iegūts 13.03.2022.
11. Walensky RP, Jernigan DB, Bunnell R, Layden J, Kent CK, Gottardy AJ, et al. Morbidity and Mortality Weekly Report Sexually Transmitted Infections Treatment Guidelines, 2021 Centers for Disease Control and Prevention MMWR Editorial and Production Staff (Serials) MMWR Editorial Board. 2021.
12. Marty L., Lemsalu L., Ķīvīte-Urtāne A., Costagliola D., Kaupe R., Liniņa I., et al. Revealing HIV epidemic dynamics and contrasting responses in two WHO Eastern European countries: insights from modeling and data triangulation. *AIDS*. 2021, 15.03. 35(4):675–80.
13. Informācija par cilvēka papilomas vīrusu | SPKC. Pieejams: <https://www.spkc.gov.lv/lv/informacija-iedzivotajiem-par-cpv>. Iegūts: 13.03.2022.
14. Vakcinācijas noteikumi [Internet]. Pieejams: <https://likumi.lv/ta/id/11215-vakcinacijas-noteikumi>. Iegūts: 13.03.2022.
15. Patel H., Sherman S. M., Pčolkina K., Strazdiņa K., Viberga I., Redman C. W., et al. Barriers and motivators for uptake of cervical cancer prevention strategies in Eastern Europe: The perspective from Latvia. *Acta Dermatovenerologica Alpina, Pannonica Adriat*. 2019. 28(3):107–11

16. "Phimosis and Paraphimosis" Updated: Aug 05, 2017. Author: Hina Z. Ghory, MD; Chief Editor: Gil Z. Shlamovitz, MD, FACEP

17. "Varicocele in Adolescents" Updated: Sep 16, 2020. Author: James M. Elmore, MD; Chief Editor: Marc Cendron, MD

18. <https://www.nhs.uk/conditions/phimosis/>

19. Campbell-Walsh Urology, 12th Edition, April 13, 2020 by [Alan W. Partin MD PhD](#) (Editor), [Craig A. Peters MD FACS FAAP](#) (Editor), [Louis R. Kavoussi MD MBA](#) (Editor), & [2](#)

20. Jack McAninchand, Smith and Tanagho's General Urology, 19th Edition, Edition: Illustrated, April 9, 202021.

21. Pogodina A., Dolgikh O., Astakhova T., Klimkina J., Khramova E., Rychkova L. Health-related quality of life and menstrual problems in adolescents. J Paediatr Child Health. 2022 Feb 10. doi: 10.1111/jpc.15895. Epub ahead of print. PMID: 35141982.

22. Skola2030. *Vērtības un tikumi*. Tiešsaistē: <https://www.skola2030.lv/lv/macibusaturs/merki-skolenam/vertibas-un-tikumi>. Iegūts: 14.04.2022.23.

23. MK noteikumi Nr. 747. "Noteikumi par valsts pamatizglītības standartu un pamatizglītības programmu paraugiem". Pieejams: <https://likumi.lv/ta/id/303768-noteikumi-par-valsts-pamatizglitibas-standartu-un-pamatizglitibas-programmu-paraugiem>

24. https://www.health.qld.gov.au/data/assets/pdf_file/0036/727785/sexual-health-18-survey-findings.pdf

25. Donné L., Hoeks J., Jansen C. (2017). Using a narrative to spark safer sex communication. <https://doi.org/10.1177/0017896917710967>

25. Briedīte, I., Brokāne, E. (2018) Sieviešu pirmais dzimumakts: vecums, personīgā pieredze, seksuālā uzvedība un attieksme. https://www.rsu.lv/sites/default/files/imce/Zin%C4%81nes%20departaments/zinatniskas_konferences/2018/sieviesu_pirmais_dzimumakts.pdf

27. <https://mape.skola2030.lv/resources/122>

Veselības ministrijas un Slimību profilakses un kontroles centra izstrādātie aktuālie materiāli par mācību filmas tēmu

1. <https://www.spkc.gov.lv/lv/grutnieciba>
2. <https://www.spkc.gov.lv/lv/cilveka-papilomas-virusi>
3. <https://www.spkc.gov.lv/lv/hiv-profilakses-punkti>
4. <https://www.esparveselibu.lv/temturis/reproduktiva-veseliba>

Materiālu sagatavoja

Lāsma Līdaka, sertificēta ārstniecības persona – ginekoloģe, dzemdību speciāliste, atbilstoši nolikuma 9.2.6.2.2.7.punktam.

Ieva Briedīte, sertificēta ārstniecības persona – ginekoloģe, dzemdību speciāliste, atbilstoši nolikuma 9.2.6.2.2.7.punktam

Alvis Laukmanis, sertificēta ārstniecības persona – urologs, atbilstoši nolikuma 9.2.6.2.2.8.punktam

Līga Āboltiņa –izglītības metodiķe un/vai izglītības iestādes pedagoģe, atbilstoši nolikuma 9.2.6.2.2.6.punktam

Materiāls tapis Veselības ministrijas īstenotā Eiropas Sociālā fonda projekta "Kompleksi veselības veicināšanas un slimību profilakses pasākumi" (identifikācijas Nr. 9.2.4.1/16/I/001) ietvaros.