



## Lidojumi grūtniecības laikā

Publicēts: 30.10.2020.

### Ceļošana grūtniecības laikā

Grūtniecības pirmajā un otrajā trimestrī ar komerciālo gaisa transportu iespējams ceļot bez ierobežojumiem. Ceļošanas ierobežojumi attiecas uz trešo trimestri. Tomēr arī grūtniecības sākumā ieteicams konsultēties ar ārstu pirms plānotā ceļojuma.

Atcerieties, ka lidojums var jums sagādāt papildus stresu un iespējamu diskomfortu!

Pastiprināti lidošanas termiņu ierobežojoši faktori ir: ja gaidāms vairāk kā viens mazulis, ja ir jebkāda veida komplikācijas grūtniecības laikā un iepriekšējā grūtniecība noslēgusies ar priekšlaicīgām dzemdībām.

### Lidojuma laikā:

- Lidmašīnas salonā ir samazināts gaisa mitrums, tādēļ ir ļoti svarīgi uzņemt daudz šķidruma!
- Grūtniecēm pastāv palielināts trombu veidošanās risks, tādēļ ir svarīgi ik pa brīdim izkustināt kājas!
- Drošības jostu lidmašīnā jāsprādzē cik vien iespējams zemu zem vēdera!
- Risks, kas saistīts ar drošības jostu izmantošanu grūtniecības laikā ir daudz reiz mazāks, kā nelietojot to lidojuma laikā!

### Pārskats par Latvijas aviokompānijās spēkā esošajiem noteikumiem ceļošanai grūtniecības laikā:

#### *Air Baltic Corporation*

Atļauts ceļot bez ierobežojumiem Līdz 27. grūtniecības nedēļai

Atļauts ceļot ar medicīnisko izziņu, kas izdota ne vēlāk kā 2 nedēļas pirms izlidošanas No 28. – 35. grūtniecības nedēļai

Nav atļauts lidot Pēc 36. grūtniecības nedēļas

Nav atļauts lidot, ja gaidāms vairāk kā viens mazulis Pēc 34. grūtniecības nedēļas

#### *SmartLynx Airlines*

Atļauts ceļot bez ierobežojumiem Līdz 27. grūtniecības nedēļai

Atļauts ceļot ar medicīnisko izziņu, kas izdota ne vēlāk kā 2 nedēļas pirms izlidošanas No 28. grūtniecības nedēļas

Nav atļauts lidot Pēc 32. grūtniecības nedēļas

Nav atļauts lidot, ja gaidāms vairāk kā viens mazulis Pēc 32. grūtniecības nedēļas

PS. Plānojot izmantot citas aviokompānijas, lūdzu, pārliedzieties par tur spēkā esošajiem noteikumiem ceļošanai grūtniecības laikā.

<https://www.caa.gov.lv/lv/lidojumi-grutniecibas-laika>