



Tervise
Arengu
Instituut

Kuhu kaob tervis ja mida teha?

Annika Veimer

Harrastussportlane

Tervise Arengu Instituud direktor

Tallinn, 20.11.2023



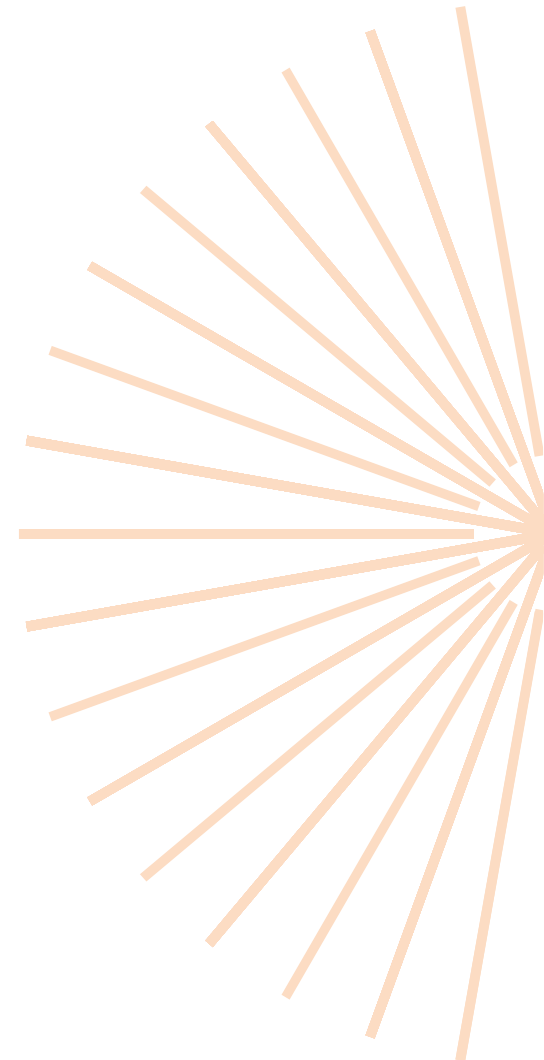
Viimased 20 aastat on toonud rahvastiku tervisesse nii muresid kui ka rõõme

- Eesti inimeste elu on pikenenud
- Haigused seavad vähem piiranguid
- Vähisuremus on languses
- Suremus narkootikumide, HIV-i, tuberkuloosi tõttu on väiksem
- Vähenenud on igapäevasuitsetamine ja alkoholitarvitamine
- Terviselõhe on jätkuvalt suur
- Iga kolmas inimene tajub tervisest tulenevaid piiranguid
- Vähki haigestumine kasvab
- Eri uimastite tarvitamine sage ning turul on uued tooted
- Ülekaalulisus on teravnev probleem
- Vaimse tervise mured sagenevad

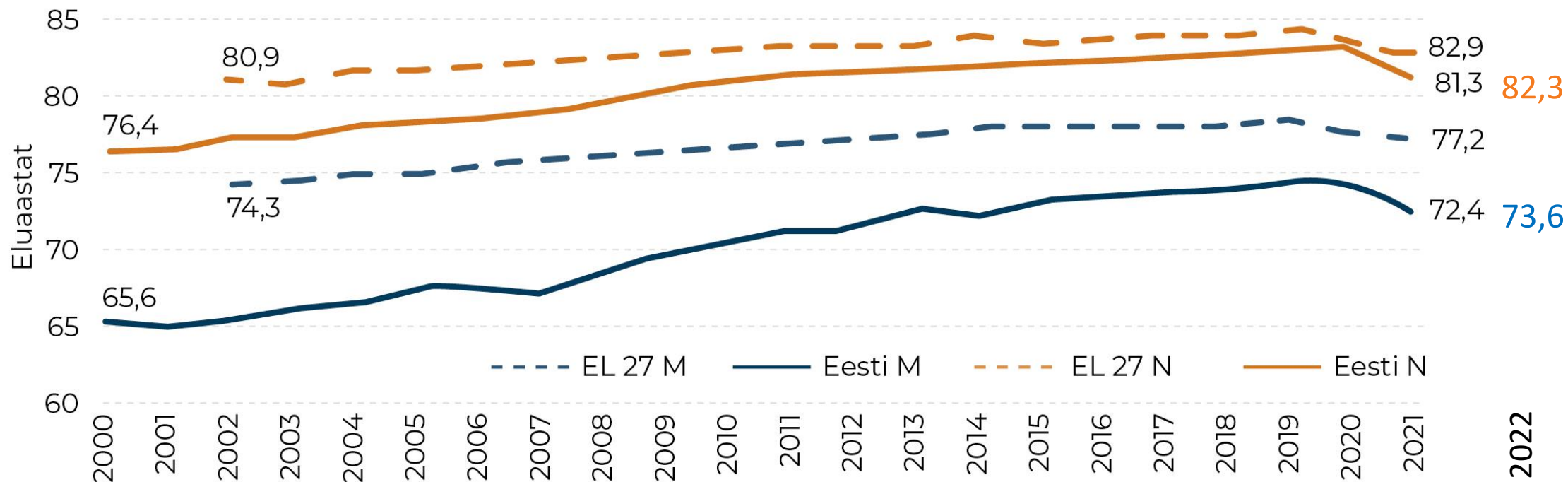
Muutust aitab luua valdkondadeülene koostöö ja ennetus



TERVISEPÖÖRE



Oodatav eluiga sünnihetkel, 2000–2021



Allikas: Eurostat

Surmapõhjused aastal 2022

Kokku oli 2022. a **17 157** surmajuhtu.

Võrreldes 2021. a on surmade arv vähenenud 6,5%

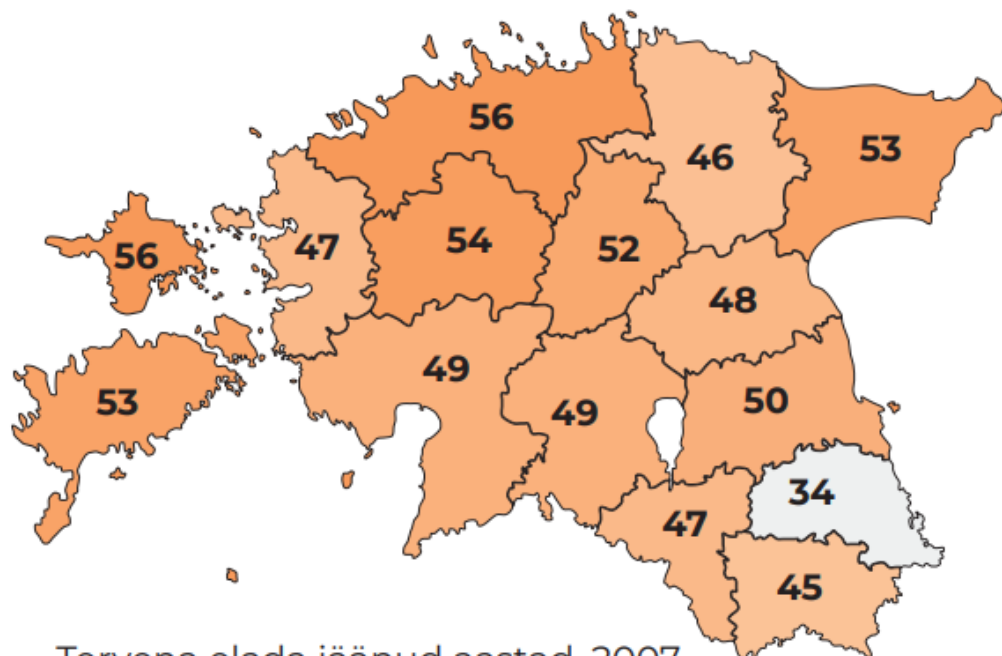


Tervena elada jäänud aastates on Eestis suur sooline ja piirkondlik lõhe (2007 ja 2021)

Eesti keskmine **52,0** aastat

Mehed **49,6** eluaastat

Naised **54,3** eluaastat



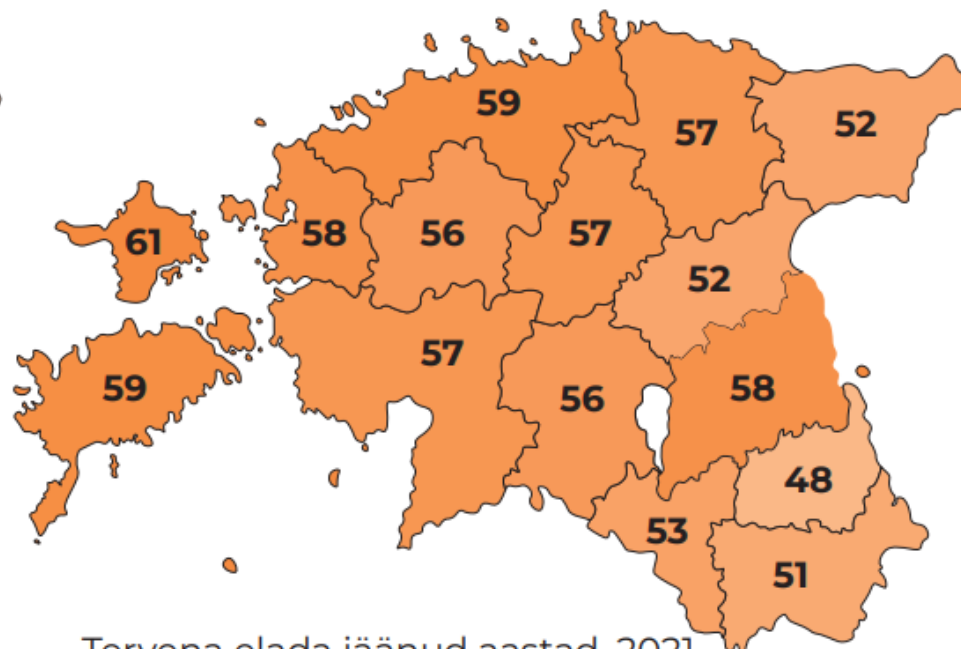
Tervena elada jäänud aastad, 2007

34 — 61

Eesti keskmine **56,5** aastat

Mehed **54,9** eluaastat

Naised **58,0** eluaastat



Tervena elada jäänud aastad, 2021

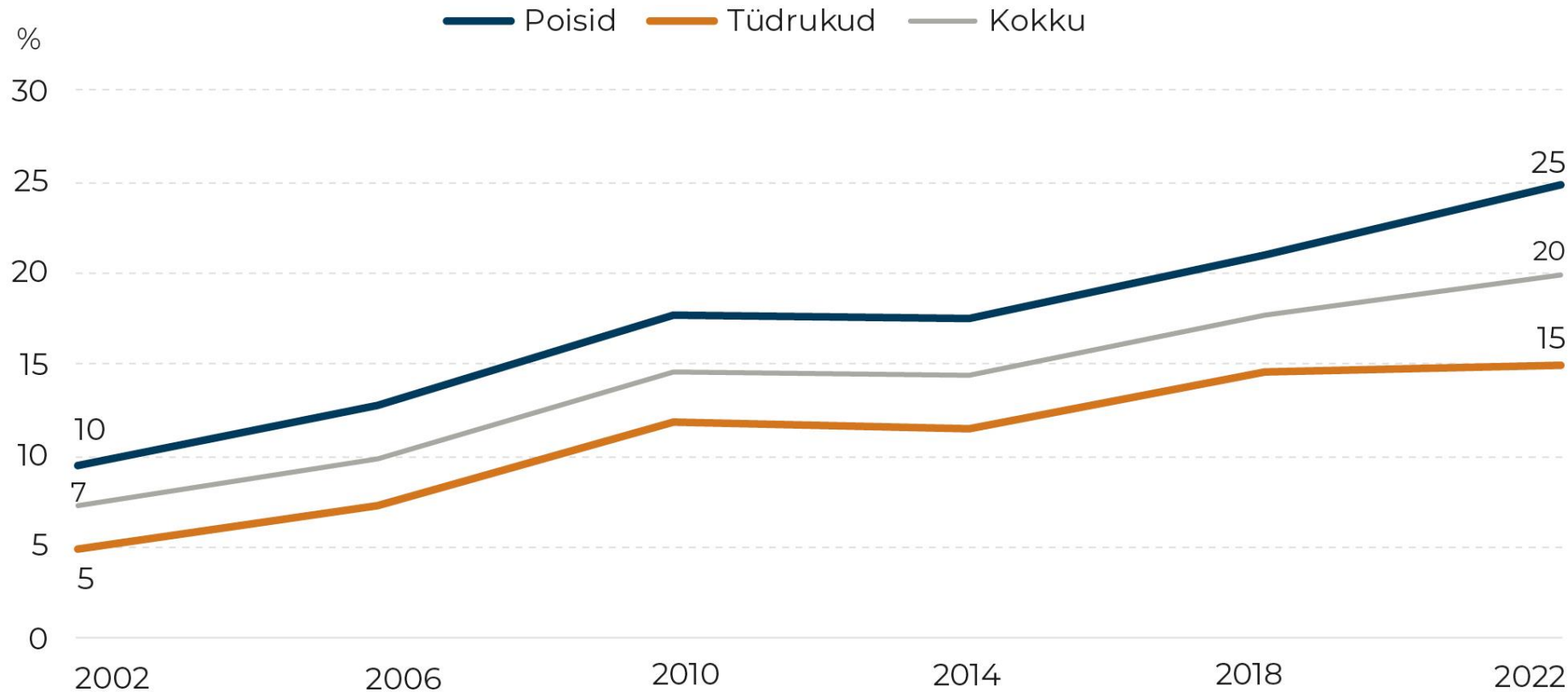
34 — 61

Riskid sõltuvad olulisel määral tervist toetavatest valikutest



Kas keskkond **soodustab** või **takistab**
tervist toetavate valikute tegemist?

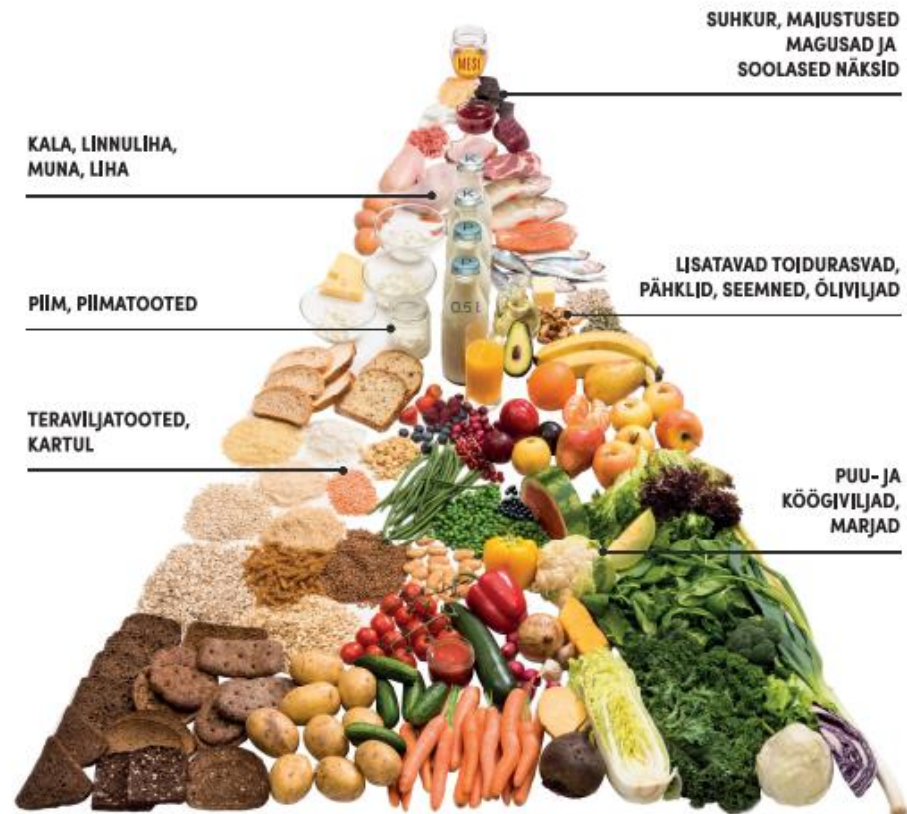
Ülekaaluliste või rasvunud 11–15-aastased noorte osatähtsus tõuseb



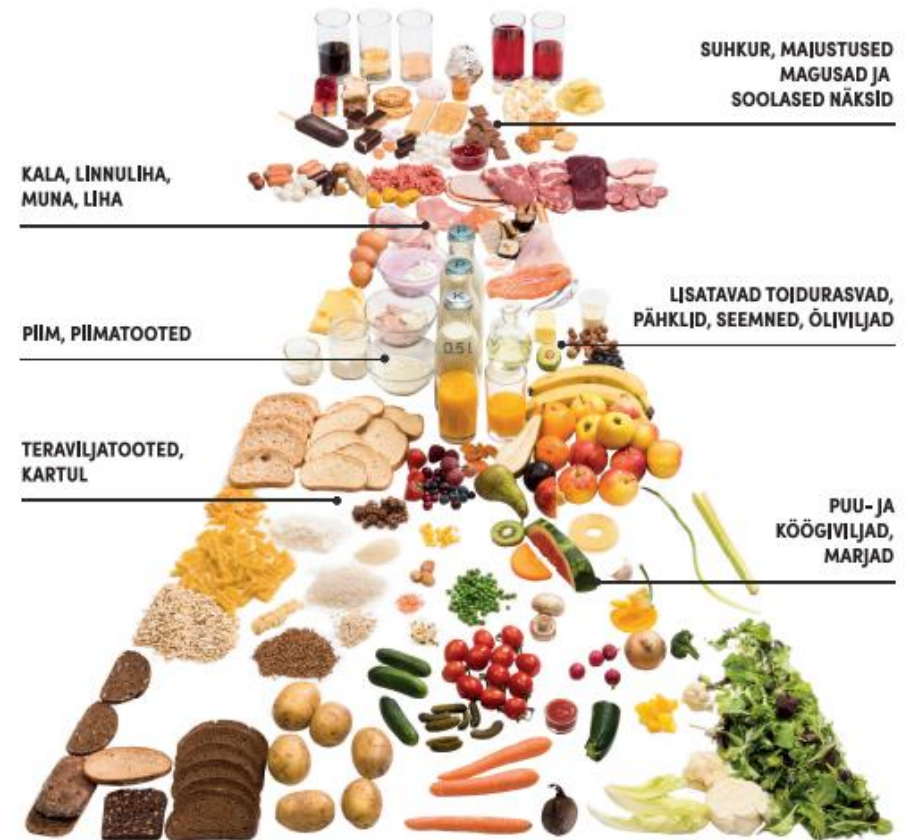
Iga kolmas
algkoolilaps on
ülekaaluline
või
rasvunud

TOIDUPÜRAMIID

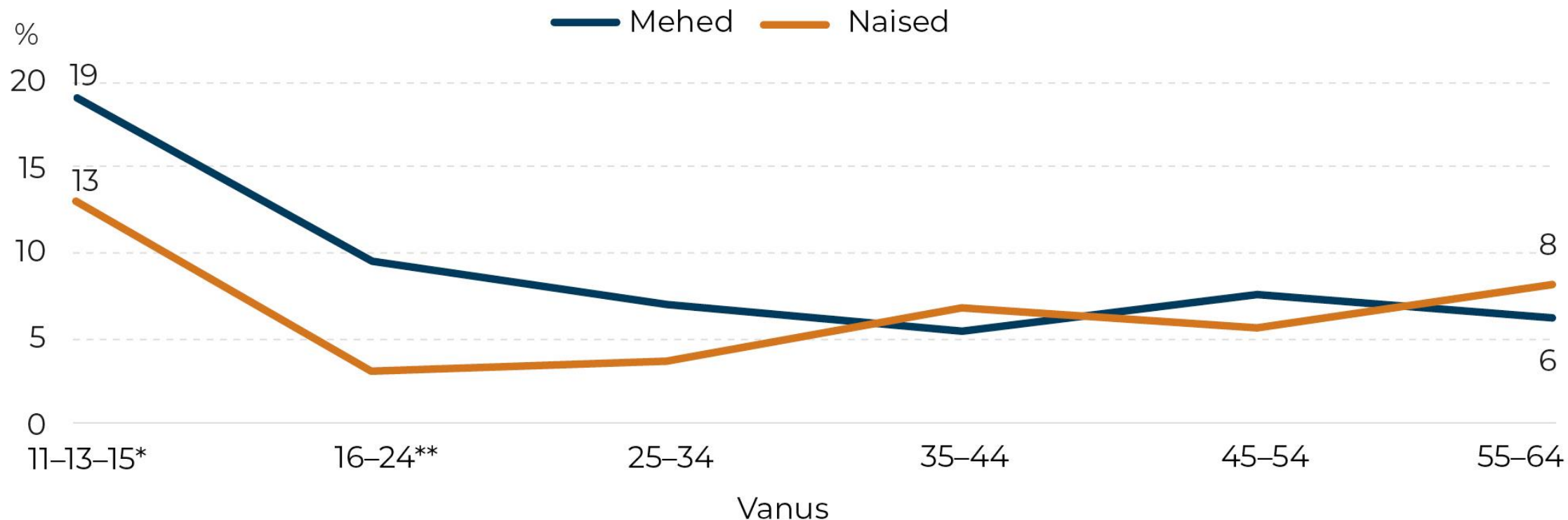
SOOVITUSLIK EESTI ELANIKU NÄDALA TOIDULAUD



TEGELIK EESTI ELANIKU NÄDALA TOIDULAUD



Vaid 16% noortest ja veel vähem täiskasvanuid liigub WHO kehalise aktiivsuse soovitustele vastavalt

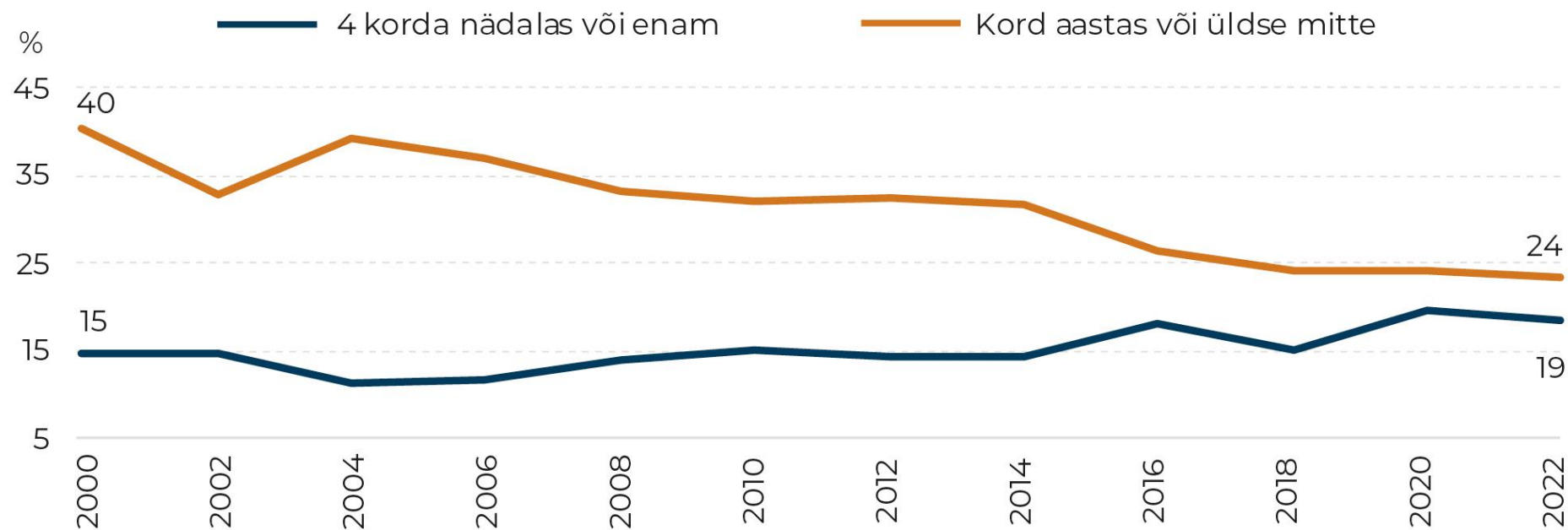


* noorte liikumine 60 min iga päev

** täiskasvanute liikumine 30 min iga päev

Allikas: HBSC, TKU, tervise arengu instituut

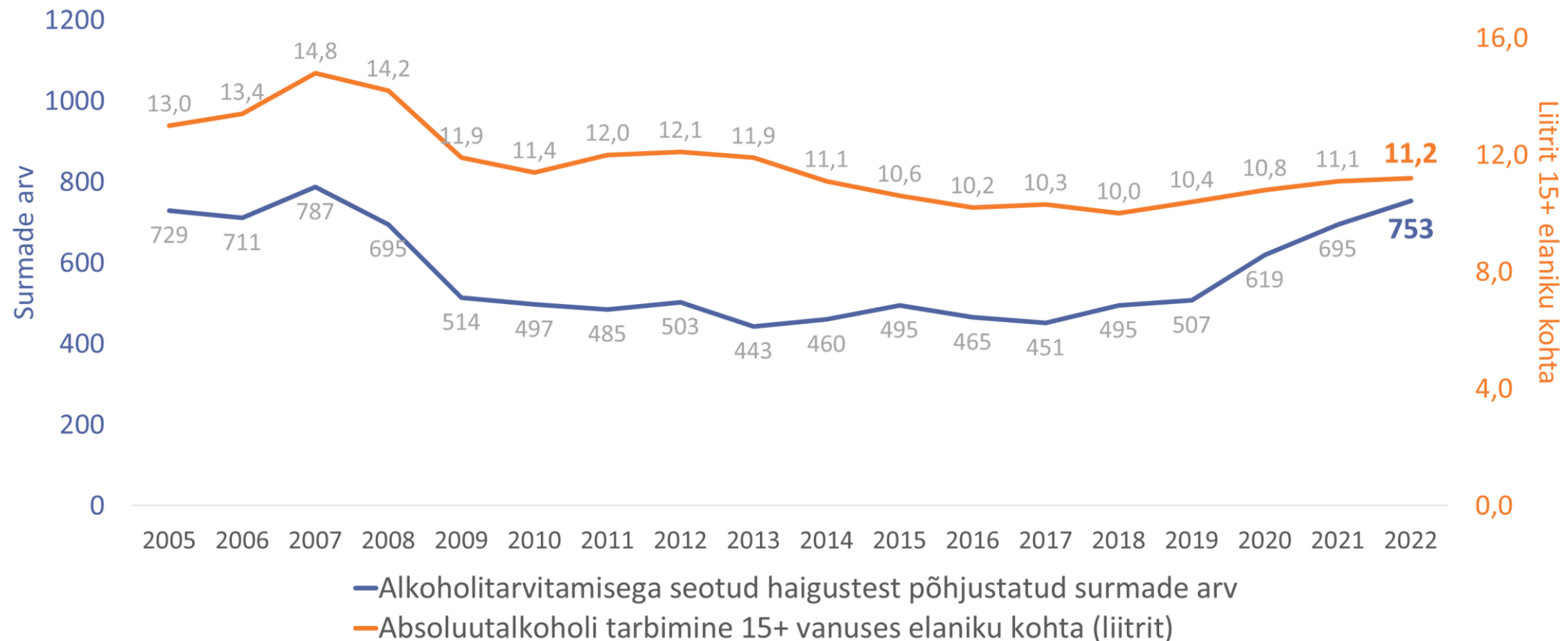
Tervisespordi harrastamise sagedus Eesti 16–64-aastaste elanike hulgas on tõusnud



Allikas: TKU, tervise arengu instituut

Alkoholi tarbimine ja suurenev surmade arv alkoholist tingitud haigustesse kasvab juba viiendat aastat

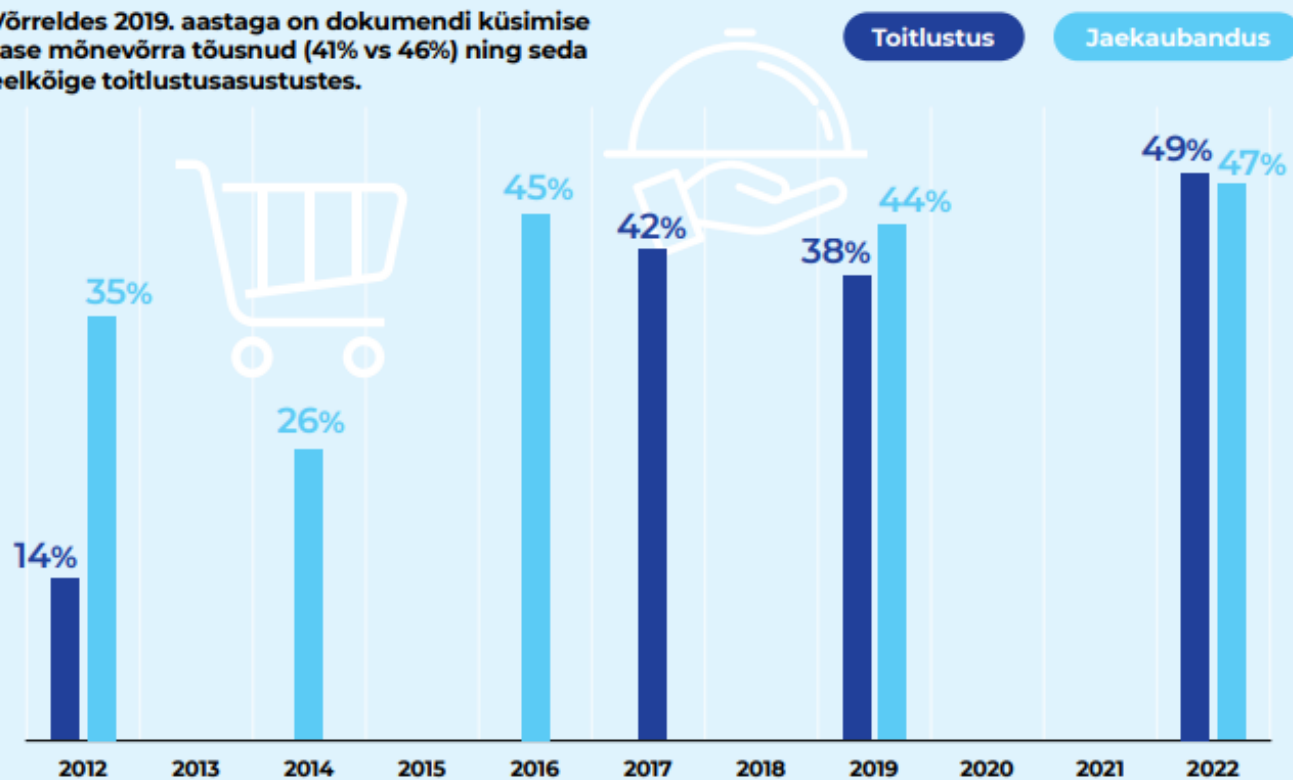
Absoluutalkoholi tarbimine 15+ vanuses elaniku kohta ja alkoholitarvitamisega seotud haigustest põhjustatud surmade arv (2005-2022)



Alkohol ja alaealised: 54% teenindajatest ei küsi noortelt vanust tõendavat dokumenti

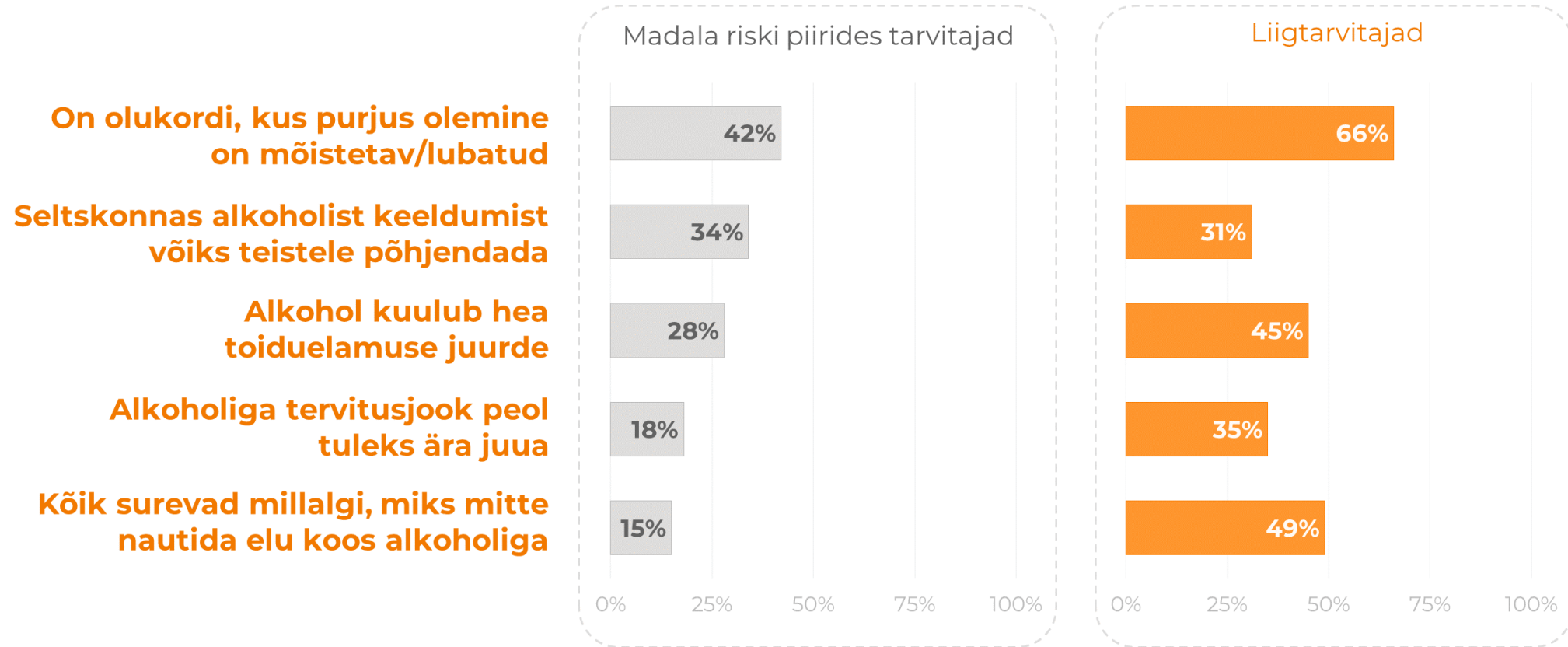
Muutused dokumendi küsimises aastate lõikes tavakassades

Võrreldes 2019. aastaga on dokumendi küsimise tase mõnevõrra tõusnud (41% vs 46%) ning seda eelkõige toitlustusasustustes.



Alkoholi liigtarvitamist soodustavad uskumused

Väitega osaliselt või täielikult nõustunute osakaal vastajate seas:

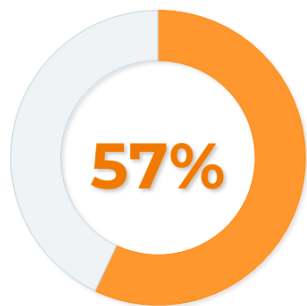


Allikas: Elanike hoiakud ja arvamused alkoholi tarvitamisest, TAI, 2022

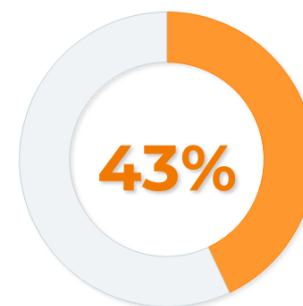
Alkoholi tarvitamine on ühiskonnas normaliseeritud

Viimase 12 kuu jooksul seltskonnas alkoholi mittetarvitades on kogetud, et:

Küsitakse, miks ei joo

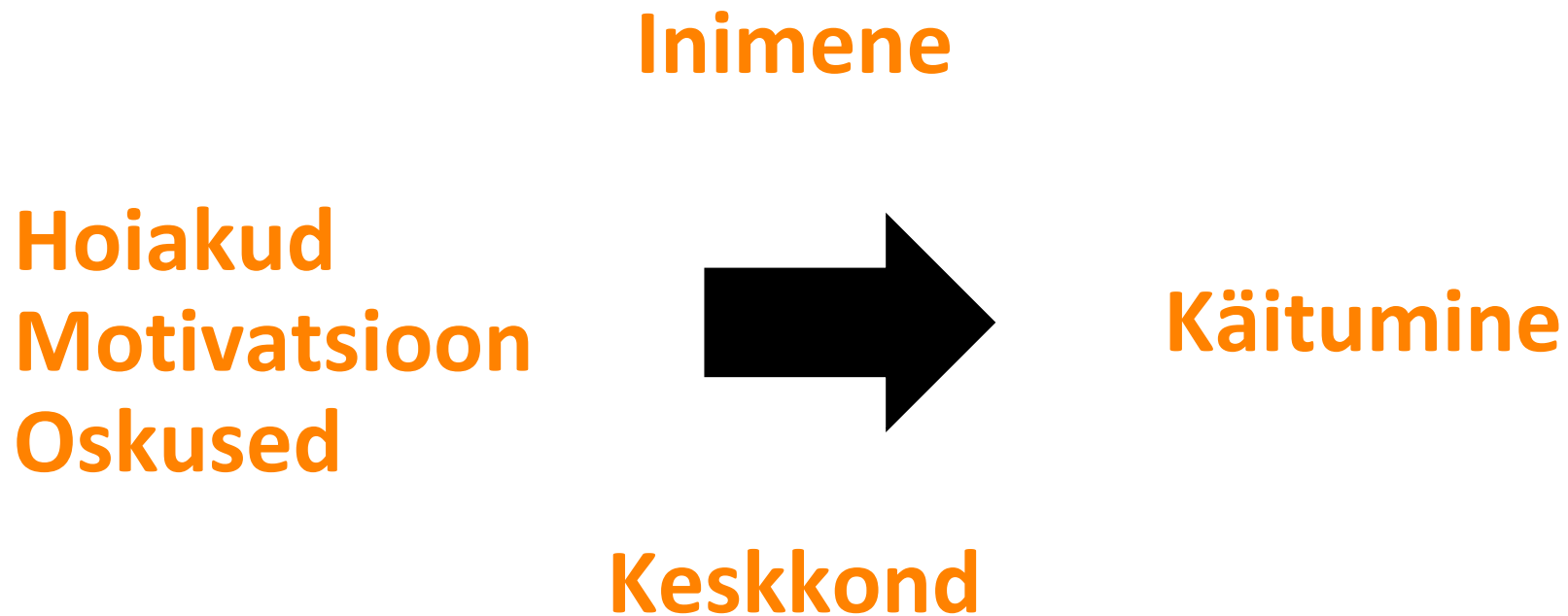


Keeldumisest hoolimata pakutakse alkoholi



% kõigist vastajatest

Allikas: Elanike hoiakud ja arvamused alkoholi tarvitamisest, TAI, 2022



*Ühiskondlikud normid ja kokkulepped
Äri- vs ühiskondlikud huvid*



Tallinna maratoni joogivalikusse lisandub esimest korda alkoholivaba õlu



FOTO: FOTO: A. LE COQ



Fotod: Joonas Sisask



TEATEJOOKSU EESMÄRK ON PROPAGEERIDA
LASTE TERVISLIKKU ELUSTIILI JA MUUTA LIKUMISHARJUMUSI.



2016. aasta laste jooksvõistlus
Fotod: Liis Treimann



2023



2018