

Tulemusvaldkond	Tervis (TE)
Tulemusvaldkonna eesmärk	Eesti inimeste oodatav eluiga pikeneb, tervena elatud aastate arv kasvab ja ebavõrdsus tervises väheneb
Valdkonna arengukava	Rahvastiku tervise arengukava 2020–2030 (RTA)
Programmi nimi	Tervist toetavate valikute programm
Programmi eesmärk	Tervise edendamiseks, riskikäitumise vähendamiseks ja tervisenäitajate parandamiseks kogu elukaare jooksul on inimeste jaoks olemas vajalikud toetavad võrgustikud, võimalused ja oskused, et teha tervist toetavaid valikuid olenemata vanusest, sissetulekust, haridustasemest ja elukohast. Lihtsalt mõistetav tervisealane teave ning vajalikud teenused ja tooted on kõigile kättesaadavad
Elluviimise periood	2024–2027
Peavastutaja	Sotsiaalministeerium (SoM)
Kaasvastutajad	Tervise Arengu Instituut (TAI), Tervisekassa, Tervise ja Heaolu Infosüsteemide Keskus (TEHIK)

Sissejuhatus

Tervise tulemusvaldkonna tervist toetavate valikute programm on koostatud Rahvastiku tervise arengukava 2020–2030 elluviimiseks ja eesmärkide täitmiseks, toetades inimeste oodatava eluea ja tervena elatud aastate pikendamist. Programm keskendub inimeste tervise edendamisele, riskikäitumise vähendamisele ja tervisenäitajate parandamisele kogu elukaare jooksul, tagades inimestele lihtsasti mõistetava tervisealase info ning vajalikud teenused ja tooted. Programm aitab saavutada Rahvastiku tervise arengukava 2020–2030 alaeesmärki nr 1 „Tervist toetavad valikud“.

Programm panustab oma tegevustega riigi pikaajalise arengustrateegia „Eesti 2035“ vajalikesse muutustesse „Kujundame elukeskkonna ning inimeste hoiakuid ja käitumist tervist ja keskkonda hoidvaks ning vähendame riskikäitumist“ ja „Toetame vaimset tervist ning vähendame vaimset ja füüsilist vägivalda“. Samuti aitab tervist toetavate valikute programm kaasa „Eesti 2035“ mõõdikutega „Tervena elada jäänud aastad“, „Õnnetusjuhtumite, mürgistuste ja traumade tagajärjel hukkunute arv 100 000 elaniku kohta“ ja „Ülemäärase kehakaaluga elanike osakaal“ 2035. aastaks seatud eesmärkide saavutamisele. Programm panustab ÜRO säästva arengu eesmärkide nr 2 „Kaotada nälg“, nr 3 „Heaolu ja tervis“, nr 5 „Sooline võrdõiguslikkus“ saavutamisesse.

Tervist toetavate valikute programmi elluviimiseks kasutatakse järgmiseid välisvahendite meetmeid:

- 21.4.3.2 – Terviseriskide ja riskikäitumise vähendamine ning kogukondade ja paikkondade võimestamine tervise edendamisel (Euroopa Sotsiaalfond+);
- 21.4.7.9 – Lastele ja peredele suunatud teenused on kvaliteetsed ja vastavad perede vajadustele (Euroopa Sotsiaalfond+);
- Euroopa Majanduspiirkonna ja Norra toetus programmist „Kohalik areng ja vaesuse vähendamine“.

Programmi tegevuste struktuuris ei ole võrreldes varasema programmiga (2023–2026) muudatusi tehtud. Programmi lisas on kajastatud täiendavad mõõdikud tegevuste osas, mis pole finantsidega kaetud, kuid mille mõõdikuid on oluline järjepidevalt seirata.

Programmi eesmärk, mõõdikud ja rahastamiskava

Programmi eesmärk	Tervise edendamiseks, riskikäitumise vähendamiseks ja tervisenäitajate parandamiseks kogu elukaare jooksul on inimeste jaoks olemas vajalikud toetavad võrgustikud, võimalused ja oskused, et teha tervist toetavaid valikuid olenemata vanusest, sissetulekust, haridustasemest ja elukohast. Lihtsalt mõistetav tervisealane teave ning vajalikud teenused ja tooted on kõigile kättesaadavad						
Programmi moodsik	Algtase	Tegelik tase 2022	Sihttase 2024	Sihttase 2025	Sihttase 2026	Sihttase 2027	Sihttase 2030
Standarditud varajase suremuse kordaja (30–69-aastaste suremus kroonilistesse mittenukushaigustesse 100 000 sama vana elaniku kohta) <i>Allikas: Maailma Terviseorganisatsioon</i>	367,0 (2015)	367,0 (2015)	301,0	294,0	286,0	279,0	257,0

Programmi rahastamiskava	2023 eelarve	2024 eelarve	Eelarve		
			2025	2026	2027
Programmi kulud	23 871 565	26 100 255	23 648 559	26 515 796	25 307 932
Meede 1.1. Terviseriskide ja riskikäitumise vähendamine ning kogukondade ja paikkondade võimendamise tervise edendamisel	23 871 565	26 100 255	23 648 559	26 515 796	25 307 932
Tegevus 1.1.1. Terviseriskide ennetamise ja tervise edendamise korraldamine	8 818 765	8 695 038	7 032 992	9 936 990	8 760 277
Tegevus 1.1.2. Vaimse tervise edendamine	2 252 163	3 744 858	3 604 755	3 569 784	3 550 256
Tegevus 1.1.3. Tasakaalustatud toitumise ja füüsilise aktiivsuse edendamine	1 119 313	1 205 643	563 253	562 411	551 660
Tegevus 1.1.4. Uimastite tarvitamise ennetamine ja vähendamine	5 345 875	5 417 554	5 412 394	5 411 714	5 411 070
Tegevus 1.1.5. Nakkushaiguste leviku tõkestamine (HIV, TB ja hepatiidid)	6 335 449	7 037 162	7 035 165	7 034 897	7 034 669

Hetkeolukorra analüüs

Eesti rahvastik vananeb. Inimeste oodatav eluiga on viimase kahe aastakümne jooksul kasvanud kiiremini kui Euroopa Liidu riikides keskmiselt. Samas suur osa sellest kulgeb tervisest tingitud piirangutega, sest tervena elada jäänud aastate tõus on jäänud ligikaudu 2009. aasta tasemele. 2022. aasta andmetel oli Eesti elanike **keskmine oodatav eluiga 78,1** aastat, **naistel 82,3** ja **meestel 73,6** aastat. **Naised** elavad 2022. aasta andmete põhjal **tervena 60,6** aastat ja **mehed 57,9** aastat. Vahe meeste ja naiste vahel on vähenenud.¹ Peamised surmapõhjused on vereringeelundite haigused ja pahaloomulised kasvaja. Olulisteks riskifaktoriteks on alkoholi liigtarvitamine, tubaka ja nikotiini tarbimine, tasakaalustamata toitumine ja vähenenud liikumine. Olulise panuse lisavad veel vaimse tervise häired, vigastused ja nakkushaigused.

2005. aastast pärast tubakaseaduse muutmist on tubakatoodete suitsetamine langustrendis, ent asemele on tekkinud alternatiivsed tooted (näiteks **e-sigaretid**, **nikotiinipadjad**), mille **kasvatamine** on probleem eelkõige noorte seas. Mida noorema vanuserühmaga tegemist, seda

¹ Eesti Statistikaamet. (2023). <https://www.stat.ee/et/uudised/eesimaaalased-elavad-uha-kauem-tervena>

rohkem on noori, kes on suitsetamist alustanud e-sigarettidega. Kui 69,5% 11-aastastest poistest ning 63% sama vanadest tüdrukutest alustas suitsetamist e-sigarettidega, siis 15-aastaste noorte hulgas oli e-sigarettidega suitsetamist alustanud peaaegu pooleks tava-sigarettidega alustanutega.² **Alkoholi tarbimine** on alates 2019. aastast järjest **tõusnud**.³ 2022. aastal tarbiti ühe täiskasvanu (15+) elaniku kohta absoluutalkoholi 11,2 liitrit (2018. aastal 10 liitrit). Lisaks on **tõusnud** ka alkoholist tingitud **suremus**. Kui 2017. aastal suri alkoholist otseselt põhjustatud haigustesse 451 inimest, siis 2022. aastal suri 753 inimest. Lisaks alkoholi tarbimise tõusule on märgatavalt **kasvanud illegaalsete uimastite tarvitamine**. Kasutatakse erinevaid narkootilisi aineid, kõige levinum on kanep, mida tarvitatakse enam just 16-24-aastaste seas. Võrreldes 2018. aastaga oli 2022. aastal viimase 30 päeva jooksul kanepit tarvitanute (15+ elanikkond) osakaal olulisel määral kasvanud⁶. Lisaks on hüppeliselt tõusnud ka üledoosidest põhjustatud surmajuhtumid. Aastal 2021 oli kokku 39 surmajuhtumit, kuid aastal 2022 oli neid juba 82. Enamik üledooside surmadest on põhjustatud mitme narkootilise ja psühhotroopse aine koos tarbimise kombinatsioonist.

Noorte ja täiskasvanute **depressiivsus** ja **stress on jätkuvalt süvenenud**, mille puhul mängivad olulist osa sotsiaalsed ja keskkondlikud tegurid ning riskikäitumine.⁴ Eesti täiskasvanud rahvastiku tervisekäitumise uuringu⁵ tulemuste põhjal on võrreldes 2020. aastaga suurenenud enesehinnangulise stressi, depressioonitunnuste, üleväsimuse ning suitsiidimõtete esinemine. Ka rahvastiku vaimse tervise uuringu⁷ tulemused näitavad, et vaimse tervise probleemide esinemine on võrreldes pandeemiaeelse ajaga suurenenud - igal viiendal Eesti inimesel on ärevushäire risk ja enam kui veerandil (28%) depressiooni risk, kõige enam esineb neid noortel täiskasvanutel (18-24-aastased). Levinuimateks psüühikahäirete diagnoosideks on inimestel depressioon ja ärevushäired. Vaimset heaolu mõjutavad lisaks eelpool mainitud riskiteguritele ka kehaline aktiivsus ja toitumine. Suurem šans kogeda depressiivsust on nendel, kes ei söö tasakaalustatud toitu ning kes on kehaliselt vähem aktiivsemad.⁸

Ülemäärane kehakaal on seotud mitmete terviseprobleemidega - vaimse tervise, luu- ja lihaskonna probleemid, südame-veresoonkonna haigused, II-tüüpi diabeet, kui ka mitmed vähitüübid. **Ülemäärase kehakaaluga elanike osakaal** on Eestis **kasvava trendiga**. Eesti täiskasvanud rahvastiku tervisekäitumise uuringu (TKU) andmete kohaselt on keskmise kehamassiindeksi järgi **enam kui pooled kõigist 16–64-aastastest Eesti elanikest ülekaalulised või rasvunud. Naistest oli ülekaalus või rasvunud 46%, meestest aga 60%**.⁹ Peamine toitumisega seotud ülemäärase kehakaalu tekke põhjus on toiduga saadava energia tasakaalutus, mis tähendab, et toiduga saadakse rohkem energiat, kui keha suudab kulutada. Selle üks põhjuseid on kestev ning liigne madala toiteväärtuse ja suure energiasisaldusega toidu tarbimine.¹⁰ Lisaks on oluline tervise riskitegur **vähene liikumine** – see **lühendab eluiga** ning suurendab riski haigestuda teatud mittenakkushaigustesse.¹¹ Regulaarne liikumine aitab ennetada eelnimetatud haigusi ja ülemäärast kehakaalu.¹³ Nii vaimse kui füüsilise tervise riske suurendavad nii tasakaalustamata toitumine kui ka vähene liikumine.

Üheks tervisekaotuse põhjuseks on ka vigastused, millest paljud on **ennetatavad**. Vigastusi

² Piksööt J, Oja L. Eesti kooliõpilaste tervisekäitumise uuring. 2021/2022. õppeaasta tabelid. Tallinn: Tervise Arengu Instituut; 2023.

³ Eesti Konjunktuuriinstituut. (2023). Eesti alkoholiturg, alkoholi tarbimine ja alkoholipoliitika 2022. aastal. [Eesti alkoholiturg, alkoholi tarbimine ja alkoholipoliitika 2022 \(2\).pdf](#)

⁴ Tervise Arengu Instituut. (2023). Rahvastiku tervise aastaraamat. <https://tai.ee/et/valjaanded/rahvastiku-tervise-aastaraamat-2023>

⁵ Reile R, Veideman T. Eesti täiskasvanud rahvastiku tervisekäitumise uuring 2022. Tallinn: Tervise Arengu Instituut; 2023.

⁷ Eesti rahvastiku vaimse tervise uuringu konsortium (2022). Eesti rahvastiku vaimse tervise uuringu lõpparuanne. Tallinn, Tartu: Tervise Arengu Instituut, Tartu Ülikool

⁸ Inimarengu aruanne: Sisask, M. (toim) 2023. Eesti inimarengu aruanne 2023. Vaimne tervis ja heaolu. Tallinn: SA Eesti Koostöö Kogu. [2023.inimareng.ee](https://www.inimareng.ee)

⁹ Tervise Arengu Instituut. Rahvastiku tervise aastaraamat 2023. Eesti rahvastiku tervise ja selle mõjurite muutused 2000–2022. Tallinn: Tervise Arengu Instituut, 2023

¹⁰ World Health Organization. Obesity and overweight. [Võrgumaterjal] 9. juuni 2022.a. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>

¹¹ Effect of physical inactivity on major non-communicable diseases worldwide: an analysis of burden of disease and life expectancy. 380(9838), 219–229. Lee, I.M., et al. 2012.a., The Lancet, lk 380, 219–229.

¹³ Cardiovascular fitness is associated with cognition in young adulthood. Aberg, M.A., et al. 2009.a., Proceedings of the National Academy of Sciences, Kd. 106, lk 20906–20911.

juhtub enim 5-24-aastaste ning üle 85-aastaste seas. Peamine vigastuse põhjus on kukkumine. Surmaga lõppevad juhuslikud kukkumised kasvavad hüppeliselt alates 80. eluaastast. Aastatel 2016-2021 kinnitatud vigastusjuhtude alusel saadakse **enim vigastusi kodus**, kuid mitmed õnnetusjuhtumid juhtuvad ka **töökeskkonnas**.

COVID-19 pandeemia tõi tugevamalt esile nakkushaiguste ennetamise ja puhanguteks valmisoleku olulisuse. **Nakkushaigustesse** haigestumine on Eestis tänu pikaajalisele kõrgele vaksineerimisega hõlmatusele ja inimeste teadlikkuse kasvule vähenenud. Sellegi poolest on immuniseerimiskava¹⁴ vaksineerimistega hõlmatud Eesti laste seas olnud languses enam kui 10 aastat. Immuniseerimiskavas loetletud nakkushaiguste vastu vaksineerimine on oluline Eesti rahva tervise hoidmisel ning pandeemiateks valmisolekul.

Uute **HIV-i** juhtude arv Eestis on viimase 20 aasta jooksul stabiilselt langenud.¹⁷ Sellegi poolest oli HIV-i esmajuhtude arv Eestis 2021. aastal 100 000 elaniku kohta ligi 3 korda kõrgem kui Euroopas keskmiselt.¹⁸ Täpsemate riskihinnangute tegemiseks ning epidemioloogilise olukorra paremaks hindamiseks on oluline tagada HIV-iga seotud andmete pidev esitamine ja nende kvaliteet. Uute ägedate **viirushepatiitide** juhtude arv on viimase 20 aasta jooksul olnud languses. Krooniliste C-viirushepatiitide ja B-viirushepatiitide juhud on püsinud viimased 5 aastat suhteliselt muutumatud - 100 000 elaniku kohta on kordajad vastavalt 10 ja 2.6.²⁰ Viimase 20 aasta jooksul on Eestis tuberkuloosi esmajuhtude arv vähenenud enam kui 6 korda. TAI andmetel registreeriti 2022. aastal Eestis 129 **tuberkuloosijuhtu**, millega peatus ligi 20 aastane haigestumuse langus. Sellegi poolest on kiire diagnostika, varasem avastamine, kättesaadav tasuta ravi ning sotsiaalne tugi ja motivatsioon taganud head ravitulemused.

Uimastite tarvitamise ennetamiseks ja vähendamiseks avati 2022. aastal narko.ee kodulehel lisaks veebinõustamisele ööpäevaringne tugiliin, mis pakub anonüümset nõustamist. Lisaks koostati noorte nikotiini tarvitamise ennetamise ja vähendamise tegevuskava. **Alkoholitarvitamise häire raviteenuse ning alkoholi liigtarvitamise varajase avastamise teenuse korraldus ja rahastamine** liikusid Tervise Arengu Instituudist Tervisekassasse. **Vaimse tervise edendamiseks** valmis vaimse tervise tegevuskava 2023-2026, 2022. aastal jätkati kohalikele omavalitsustele ja esmatasandi tervisekeskustele suunatud toetusmeetmega, mis võimaldasid riigilt saada rahalist tuge piirkonna elanikele psühholoogilise abi ja vaimset tervist toetavate teenuste pakkumiseks, millega jätkatakse ka järgnevatel aastatel. **Tasakaalustatud toitumise ja liikumise edendamiseks** on valmimas toitumise ja liikumise roheline raamat, erinevate osapooltega kokku leppimisel on koolitoidu teekaart, uuendamisel on lasteasutuste toitlustamise nõuded, koostamisel on toidu koostise parandamise kava ning erinevate osapooltega on kokku lepitud liikumisaktiivsuse tõstmiseks vajalikud tegevused (tegevuskava). **Vigastuste ennetamiseks** alustati kodukeskkonna vigastusriskide projektiga, mis on oluliseks sisendiks vigastuste poliitika kujundamisel. Samuti valmis uuringuraport "Teiste riikide praktikate kaardistus ja analüüs kodukeskkonnas toimuvate vigastuste ennetamiseks Eestis", mis annab teaduskirjanduse ja praktiliste tegevuste ülevaate koduvigastuste märkamise ja ennetamise süsteemidest teistes riikides. **Nakkushaiguste leviku tõkestamisel on oluline osa vaksineerimisel.** COVID-19 haiguse leviku ohjamiseks koostati valmisoleku kava 2022/2023 viirushooajaks. Gripi leviku pidurdamiseks laiendati tasuta gripivaktsiini kättesaadavust riskirühmadele. Oluline on suurendada elanikkonna **teadlikkust** nakkushaigustest ja **tõsta** vaktsiinivõime haiguste vastu **vaksineerimisega hõlmatust**. **Seksuaal- ja reproduktiivtervise edendamiseks** on valminud uuring „Eesti noorte seksuaaltervis: teadmised, hoiakud ja käitumine“ ning viidi läbi koolitusi. Lisaks jätkab terviseriskide ennetamiseks ja tervise ja heaolu edendamise korraldamiseks tööd **valdkondade ülene ennetusnõukogu**, kus on lepitud kokku järgnevatel aastatel tegevuskava. Tööd on jätkanud ka TAI juhtimisel tegutsev ennetuse nõukogu, mille eesmärk on hinnata ennetustegevuste tõendatuse taset, toetada

¹⁴ <https://www.riigiteataja.ee/akt/123052023017?leiaKehtiv>

¹⁷ https://statistika.tai.ee/pxweb/et/Andmebaas/Andmebaas__02Haigestumus__02Nakkushaigused/NH01.px/table/tableViewLayout2/

¹⁸ HIV/AIDS surveillance in Europe 2022–2021 data https://www.ecdc.europa.eu/sites/default/files/documents/2022-Annual_HIV_Report_final.pdf

⁶ https://statistika.tai.ee/pxweb/et/Andmebaas/Andmebaas__02Haigestumus__02Nakkushaigused/NH01.px/table/tableViewLayout2/

²⁰ https://statistika.tai.ee/pxweb/et/Andmebaas/Andmebaas__02Haigestumus__02Nakkushaigused/NH01.px/table/tableViewLayout2/

ennetustegevuste arengut ja andmetel ning tõendusel tuginevat otsusetegemist ennetuses. Ennetuse nõukogu on välja arendanud ennetustegevuse tõendatuse taseme hindamise süsteemi. Täna on ennetuse nõukogu määranud kuue sekkumise tõendatuse taseme.

Olulised tegevused

- **Vaimse tervise tegevuskava 2023-2026 elluviimine**, et ennetada ja vähendada vaimse tervise probleeme elanikkonnas. Peamised töösuunad on edendada valdkonna üldist arengut, pöörata tervishoiuteenuste kõrval enam tähelepanu ennetusele, edendusele ning eneseabi oskuste arendamisele, mitteformaalsele kogukonna toele ja teenustele kohalikul tasandil. Samuti on fookuses **palliativravi** tervikliku teenuse väljaarendamine.
- **Tubaka- ja alkoholipoliitika analüüsimine, uuendamine ja elluviimine**, pöörates tubakapoliitikas tähelepanu eelkõige noorte nikotiini tarvitamise ennetamisele ja vähendamisele ning alkoholipoliitikas tõenduspõhiste meetmetele, mis aitavad saavutada alkoholi tarbimise ja kahjude langustrendi.
- **Eesti narkopoliitika 2030 elluviimine**, et vähendada üledoosidest tulenevaid surmajuhtumeid ja uimastisõltuvusest tingitud tervisekahjusid, sh vaimse tervise probleeme.
- **Toitumise ja liikumise rohelise raamatu nüüdisajastamine** ja tõenduspõhiste sekkumiste elluviimine, et vähendada elanikkonnas ülekaaluliste elanike osakaalu ning tasakaalustamata toitumise ja vähese liikumisega seotud terviseriske ja haigestumist.
- **Valdkonnaülese ennetuse tegevuskava** elluviimine koostöös teiste osapooltega ning valitud ennetustegevuste tõendatuse taseme hindamine, et parendada ressurside kasutust.

Meetmed, programmi tegevused ja teenused

Meede 1.1. Terviseriskide ja riskikäitumise vähendamine ning kogukondade ja paikkondade võimestamine tervise edendamisel

Meetme eesmärk: Vähendada terviseriske ja võimendada kogukondi.

Meetme mõõdik	Algtase 2019	Tegelik tase 2022	Sihttase 2024	Sihttase 2025	Sihttase 2026	Sihttase 2027	Sihttase 2030
Ennetusega välditav suremus 100 000 elaniku kohta <i>Allikas: Eurostat</i>	234,1	251,8 (2020)	206,6	198,9	191,2	183,4	160,2

Tegevus 1.1.1. Terviseriskide ennetamise ja tervise edendamise korraldamine

Tegevuse eesmärk: tõenduspõhise, eri osapooli, sektoreid ja tasandeid kaasava terviseriskide ja riskikäitumise vähendamise poliitika kujundamine ja elluviimise korraldamine.

Tegevuse raames kujundatakse terviseriskide ja riskikäitumise ennetamise ning tervise edendamise poliitikat, eesmärgiga suurendada elanike teadlikkust tervislikest valikutest, muuta elukeskkonnas tervist toetavad valikud kättesaadavamaks ning ühiskonna hoiakuid tervist toetavamaks. Tervisepoliitika väljakutsete lahendamisel pööratakse tähelepanu teadus- ja arendustegevuste tulemustele ja viimastele arengutele ning uuendatakse õigusraamistikku selliselt, et see soodustaks tervise hoidmist ja innovatsiooni.

Tegevus hõlmab ka Tervise Arengu Instituudi tööd tõenduspõhiste ennetustegevuste

Tegevus 1.1.2. Vaimse tervise edendamine

Tegevuse eesmärk: Elukaareülese vaimse tervise teenuste süsteemi arendamine. Selle tulemusena saavad inimesele kogu tema elu jooksul kättesaadavaks ennetavad sekkumised ja teenused, mis toetavad tema vaimset tervist, niisamuti nagu seda toetavad ka keskkonnad, milles ta viibib. Suureneb inimeste oskus nii ise toime tulla kui toetada teiste toimetulekut.

Tegevuse oodatav tulemus on, et inimeste sotsiaal-emotsionaalsed oskused ja võime toetada teiste toimetulekut erinevatel eluetappidel ja keskkondade muutustega on paranenud ja inimesi ümbritsev keskkond toetab nende vaimset tervist. Vaimse tervise probleemide esinemisel peavad vajalikud teenused olema piirkondlikult võrdselt kättesaadavad ning inimestele võimaldatakse just nende vajadusele vastava intensiivsusega abi. Keskkondades, kus inimesed viibivad suure osa oma ajast (nt haridus- ja hooldusasutused, töökeskkond), toetatakse inimeste vaimset tervist läbi universaalse ja sihitatud ennetuse.

Programmi tegevuse raames viiakse ellu tegevusi, mis edendavad ja toetavad inimeste vaimset tervist, soodustavad vaimse tervisega seotud probleemide varajast märkamist, astmelise abi süsteemi arendamist, kogukonna- ja esmatasandil pakutavate vaimse tervise sekkumiste valiku laiendamist, kvaliteedi arendamist ning elukeskkonna kujundamist nii vaimset kui füüsilist tervist hoidvaks.

Samuti rahastatakse tegevuse alt Tervise Arengu Instituudi vaimse tervise alast uurimistööd ja uute sekkumiste arendamist.

Perioodil 2024–2027 on kavas:

- Rahvastiku vaimse tervise seiresüsteemi arendamine. Selle raames koostatakse analüüs ja ettepanekud rahvastiku vaimse tervise seiramiseks. Samuti hõlmab see rahvastiku vaimse tervise seiramiseks vajalike andmete hankimist uuringute kaudu.
- Vaimse tervise edenduse, ennetuse ja kogukonnatoe pakkumise suurendamine. Kavas on koostada analüüs ja ettepanekud laste ja noorte vaimse tervise parandamise lahenduste kohta. Tegevuse raames viiakse läbi õpetajate sotsiaal-emotsionaalsete oskuste koolitusprogrammi testimine ja mõju hindamine. Samuti töötatakse välja kogukonnatasandi vaimse tervise teenuste jätkusuutlik rakendusmudel. Täiendavalt on vaja luua võimalused digitaalseks eneseabiks, sh nii juhendamata kui juhendatud eneseabi ning veebinõustamine.
- Vaimse tervise abi ja kättesaadavuse laiendamine ja kvaliteedi parandamine. Selle raames viiakse ellu vaimse tervise astmelise abi süsteemi tegevuskava. Kavas on koostada tervishoiuteenuste korraldamise seaduse muutmise seaduse väljatöötamiskavatsus, mis reguleerib psühhosotsiaalseid tugiteenuseid. Jätkuvalt rahastatakse psühholoogide kutseastat.
- Vaimse tervise ja psühhosotsiaalse toe korraldamine kriisides. Selle raames tagatakse koordinatsioonimehhanismi jätkusuutlikkus ja võimekus erinevates suuremahulistes kriisides inimestele psühhosotsiaalse abi pakkumiseks efektiivselt reageerida. Kavas on töötada välja rahvusvahelistele standarditele vastav teenuste miinimumpakett üleriigilisele katastroofi- või sõjaolukorrale vastamiseks. Täiendavalt suurendatakse kriisi juhtimise ja korraldamisega seotud osapoolte, esmareageerijate ja eesliinitöötajate teadlikkust ja võimekust, pakkudes vaimse tervise ja psühhosotsiaalse toe koolitusi.

Tegevuse mõõdikud	Algtase 2019	Tegelik tase 2022	Sihttase 2024	Sihttase 2025	Sihttase 2026	Sihttase 2027	Sihttase 2030
16–64-aastaste inimeste							

osakaal, kellel on viimase 12 kuu jooksul diagnoositud või ravitud depressiooni <i>Allikas: Eesti täiskasvanud rahvastiku tervisekäitumise uuring, Tervise Arengu Instituut</i>	9,0% (2018)	10,0%	9,8%	9,4%	8,9%	8,4%	7,0%
11-, 13- ja 15-aastaste laste osakaal, kellel on viimasel 12 kuul esinenud depressiivseid episoodide <i>Allikas: Eesti kooliõpilaste tervisekäitumise uuring, Tervise Arengu Instituut</i>	32,8% (2017/2018)	34,0% (2021/2022)	26,4%	25,3%	24,3%	23,2%	20,0%
Enesetapu tõttu hukkunute arv 100 000 elaniku kohta <i>Allikas: Statistikaamet</i>	14,6	14,9	13,5	13,0	12,5	12,0	10,5
0–19-aastaste enesetapu tõttu hukkunute arv 100 000 sama vana elaniku kohta <i>Allikas: Statistikaamet</i>	3,2	4,1	3,8	3,4	3,0	2,7	1,5
20–64-aastaste enesetapu tõttu hukkunute arv 100 000 sama vana elaniku kohta <i>Allikas: Statistikaamet</i>	15,7	14,9	13,9	13,1	12,3	11,5	9,0
65-aastaste ja vanemate enesetapu tõttu hukkunute arv 100 000 sama vana elaniku kohta <i>Allikas: Statistikaamet</i>	23,5	23,7	22,2	22,1	21,9	21,8	21,4
15–34-aastaste tahtlike enesevigastuste arv 100 000 sama vana elaniku kohta <i>Allikas: Statistikaamet</i>	214,9	270,5	212,7	212,2	211,8	211,3	210,0

Tegevus 1.1.3. Tasakaalustatud toitumise ja füüsilise aktiivsuse edendamine

Tegevuse eesmärk: tasakaalustatult toituvate ja füüsiliselt aktiivsete inimeste osakaalu kasvatamine kõikides vanusrühmades, et vähendada ülekaalulisust ja sellega seotud haigusi.

Tegevuse oodatav tulemus on see, et tasakaalustatult toituvate laste ja täiskasvanute osakaal on suurenenud ning saavutatud on ülekaalu järjepidev langustrend. Paranenud toitumisharjumused toovad kaasa südame-veresoonkonna haiguste, toitumisest mõjutatud vähitüüpide ning teist tüüpi diabeedi selge langustrendi. Eesti rahvastiku hulgas on füüsiline aktiivsus suurenenud kõikides vanusrühmades.

Tervise Arengu Instituut korraldab tegevuse raames inimeste teadlikkuse tõstmist tasakaalustatud ja täisväärtuslikust toitumisest, mis muu hulgas sisaldab ka toitumisealaste koolituste korraldamist õpetajatele ning toitumise infosüsteemi haldamist ja arendamist.

Perioodil 2024–2027 on kavas:

- Rahvatervishoiu seaduse ja selle rakendusaktide uuendamine, mille raames uuendatakse lasteasutuste tervisekaitse nõudeid. Tervisekaitse nõuete uuendamisel on kavas silmas pidada, et need edendaks laste tervist ja soodustaks lasteasutuses tasakaalustatud

toitumist ja ohutut liikumist.

- Toitumis- ja liikumissoovituste uuendamine. 2015. aastal välja antud Eesti toitumis- ja liikumissoovitused on uuendamisel. Soovitused hõlmavad toitumist, füüsilist aktiivsust, toiduohutust, und ja säästvat tarbimist. Uuendamisel võetakse aluseks 2023. aasta kevadel avalikustatud uued Põhjamaade toitumissoovitused. Töögrupp kuuluvad TAI ekspertid, esindajad ülikoolidest, ministeeriumitest ning erialaseltsidest.
- Toitumise ja liikumise rohelise raamatu nüüdisajastamine ja kinnitamine. Valdkonna juhtimisel on lähtutud varem koostatud rohelisest raamatust, kuid see vajab nüüdisajastamist, võttes arvesse viimaseid teadmisi Eesti elanike ülekaalulisuse näitajatest, rahvusvahelisi kogemusi ja suundi ning tõenduspõhist teaduskirjandust.
- Toitumisenõustamise integreerimine esmatasandi tervishoidu. 2023. aastal valmis analüüs esmatasandil toitumisenõustamise võimaluste osas. Edasiste tegevuste hulka kuuluvad mudeli arutelud, materjalide koostamine, piloteerimine ja mõju hindamine.
- Inimeste toiduvalikuid mõjutava keskkonna parandamine ja toidu koostise parandamine. Toidu koostise parandamine (ingl *food reformulation*) aitab teha inimestele tervist toetavamad valikud lihtsamini kättesaadavaks ja süüa toitumissoovituste kohaselt. Fookuses on eelkõige soola, lisatud suhkrute ja küllastunud rasvhapete sisalduse vähendamine tööstuslikult toodetud toitade koostises, millel on oluline mõju ülekaalulisuse, rasvumise ja mittenakkushaiguste kasvu pidurdamisele. Lisatud suhkrute maksustamise aruteludeks koondatakse vajalik tõenduspõhisuse ülevaade.
- Inimeste teadlikkuse ja oskuste suurendamine. Vaja on suurendada teadlikkust tasakaalustatud toitumisest ja selle põhimõtetest ning istuva eluviisi kahjulikkusest. Teadlikkuse kõrval on oluline suurendada ka inimeste oskusi toitu valida, säilitada ja valmistada, aga ka teadlikumalt trennida ja kehalist aktiivsust suurendada. Koostöös eri osapooltega on vaja töötada välja meetmed lastele suunatud suure rasva-, soola ja lisatud suhkrute sisaldusega toodete turundamise vähendamiseks.
- Liikumisaktiivsuse tegevuskavas (2023-2026) ettenähtud prioriteetsete tegevustega jätkamine. Koostöös Haridus- ja teadusministeeriumi ja Kultuuriministeeriumiga jätkatakse laste kehalise aktiivsuse suurendamise edendamiseks liikuma kutsuva kooli võrgustiku toetamisega ning laiendamisega.
- Teadlikkuse suurendamine rinnaga toitmisest ja selle olulisusest. Tarvilik on aidata kaasa keskkonna muutmisele rinnaga toitmist soodustavaks.
- Valdkondade- ja sektoriteülese süstemaatilise koostöö jätkamine tasakaalustatud toitumise ja liikumise edendamisel.

Tegevuse moodsus	Algtase 2019	Tegelik tase 2022	Sihttase 2024	Sihttase 2025	Sihttase 2026	Sihttase 2027	Sihttase 2030
Vabal ajal vähemalt neli korda nädalas poole tunni vältel (või kauem) tervisesporti harrastavate 16–64-aastaste osakaal <i>Allikas: Eesti täiskasvanud rahvastiku tervisekäitumise uuring, Tervise Arengu Instituut</i>	7,8% (2018)	18,3%	16,3%	16,8%	17,2%	17,7%	19,1%
Iga päev vähemalt 60 minutit moodsalt või intensiivselt kehaliselt aktiivsete 11-, 13- ja 15-aastaste õpilaste osakaal <i>Allikas: Eesti kooliõpilaste tervisekäitumise uuring,</i>	15,5% (2017/2018)	16,2% (2021/2022)	22,8%	24,0%	25,2%	26,4%	30,0%

<i>Tervise Arengu Instituut</i>							
Ülekaaluliste või rasvunud I klassi õpilaste osakaal <i>Allikas: Euroopa laste rasvumise seire (COSI), Tervise Arengu Instituut</i>	26,5% (2018/2019)	26,5% (2018/2019)	24,0%	23,5%	23,0%	22,5%	21,0%
Ülekaaluliste või rasvunud 1–4-aastaste laste osakaal <i>Allikas: Tervise infosüsteem</i>	28,4%	28,7%	27,2%	26,9%	26,5%	26,1%	25,0%
Ülekaaluliste või rasvunud 10–14-aastaste laste osakaal <i>Allikas: Tervise infosüsteem</i>	30,3%	31,5%	29,4%	28,7%	27,9%	27,2%	25,0%
Ülekaaluliste või rasvunud 16–64-aastaste osakaal rahvastikus <i>Allikas: Eesti täiskasvanud rahvastiku tervisekäitumise uuring, Tervise Arengu Instituut</i>	50,7% (2018)	52,7%	51,0%	50,8%	50,6%	50,5%	50,0%

Tegevus 1.1.4. Uimastite tarvitamise ennetamine ja vähendamine

Tegevuse eesmärk: ühiskonna hoiakute muutmine tervist säästvat käitumist toetavaks, et vähendada uimastite tarvitamist ja nendest tingitud kahju.

Tegevuse oodatav tulemus on, et uimastite (alkohol, nikotiin, narkootikumid) tarvitamine ja uimastite tarvitamisest tingitud kahju on vähenenud kõikides elanikkonna gruppides ning ühiskonna hoiakud on muutunud tervist säästvat käitumist toetavaks.

Tegevus hõlmab ka Tervise Arengu Instituut tegevusi, tegeleb nii elanikkonna teadlikkuse suurendamisega alkoholikahjust, tarvitamise riskidest ja vähendamise võimalustest kui jätkab tubaka ja nikotiini tarvitamise ning inimeste tubakasuitsuga kokkupuute vähendamisele suunatud ennetus- ja teavitustööga. Samuti tegeletakse eraldi teenuse raames narkomaania- ja narkootikumidealase teadlikkuse tõstmisega ühiskonnas tervikuna ja riskirühmades ning jätkatakse narkomaania ravi-, rehabilitatsiooni- ja järelteenuste ning kahjude vähendamise ja nõustamisteenuse pakkumisega.

Perioodil 2024–2027 on kavas:

- Noorte uimastitarvitamise ennetamise ümberkorraldamine, mille tulemusena muutuks uimastitarvitamise ennetus valdkondadeüleseks, arvestades seejuures tõenduspõhisust.
- Uimastite sõltuvuse varajase avastamise, nõustamise ja raviteenuste arendamine. Jätkuvalt on vaja tõsta uimastite tarvitamise häire ravi kättesaadavust ja kvaliteeti tervishoiusüsteemis ja integreerida see teiste ravi- ja sotsiaalteenustega. Samuti on tarvis tagada, et uimastite tarvitamise (sh alkoholi liigtarvitamise) nõustamisel, diagnoosimisel ja ravis kasutatakse Eesti oludele kohandatud ja valideeritud psühhomeetrilisi mõõdikuid.
- "Eesti narkopoliitika aastani 2030" tegevuste elluviimine, sealhulgas neid tegevusi, mis on suunatud narko üledoosidest tingitud surmade ja tervisekahju vähendamisele. Jätkuvalt on tarvilik rakendada sekkumisi, et vähendada narkootikumide üledoosidest tekkinud surmasid ja muid tervisekahjusid.
- Uue alkoholipoliitika roheline raamatu koostamine vajaduse analüüsimine ning järgmise perioodi prioriteetide ja eesmärkide seadmine. Jätkuvalt on vajalik rakendada tõenduspõhiseid sekkumisi joores õigusrikkumiste toimepanijatele, sh joores juhtidele.
- Ööelu keskkonnas uimastite tarvitamisest tingitud kahjude vähendamiseks sekkumiste väljatöötamine.

- Uimastiülese nõustamise viimine esmatasandile ja tervishoiutöötajate teadmiste suurendamine uimastitest.
- Tubaka poliitika roheline raamatu uuendamine ning järgmise perioodi prioriteetide ja eesmärkide seadmine, arvestades uudsete nikotiini sisaldavate toodete atraktiivsust lastele ja noortele.
- Noorte nikotiini tarbimise ennetamise ja vähendamise tegevuskava elluviimine koostöös partneritega.

Tegevuse moodsid	Algtase 2019	Tegelik tase 2022	Sihttase 2024	Sihttase 2025	Sihttase 2026	Sihttase 2027	Sihttase 2030
Narkootikumide proovitud 15–16-aastaste osakaal <i>Allikas: Uimastite tarvitamine koolinoorte hulgas (ESPAD), Tervise Arengu Instituut</i>	38,0% (2018/ 2019)	38,0% (2018/ 2019)	28,9%	27,7%	26,6%	25,5%	22,0%
Narkootikumide üledoosidest tingitud surmajuhtude arv 1 000 000 elaniku kohta (kolme aasta keskmine) <i>Allikas: Tervise Arengu Instituut</i>	44,4	59,3	18,6	17,2	15,7	14,3	10,0
Absoluutse alkoholi tarbimine 15-aastaste ja vanemate elanike kohta (liitrit) <i>Allikas: Alkoholi turg, tarbimine ja kahjud Eestis</i>	10,4	11,2	10,1	10,0	9,9	9,8	9,5
15-aastaste purjus olnud noorte osakaal <i>Allikas: Eesti kooliõpilaste tervisekäitumise uuring, Tervise Arengu Instituut</i>	40,1% (2017/20 18)	31,2% (2021/2 022)	25,0%	22,5%	20,0%	17,5%	10,0%
Alkoholi tarvitamisest põhjustatud haigustesse surnute arv 100 000 elaniku kohta <i>Allikas: Tervise Arengu Instituut</i>	38,2	55,8	38,3	36,3	34,2	32,1	26,0
Alkoholimürgistusest tingitud surmajuhtumite arv 100 000 elaniku kohta <i>Allikas: Tervise Arengu Instituut</i>	7,5	10,1	7,7	7,7	7,6	7,6	7,4
Igapäevasuitsetajate osakaal 16–64-aastaste naiste hulgas <i>Allikas: Eesti täiskasvanud rahvastiku tervisekäitumise uuring, Tervise Arengu Instituut</i>	12,9% (2018)	12,1%	11,6%	11,3%	11,0%	10,8%	10,0%
Igapäevasuitsetajate osakaal 16–64-aastaste meeste hulgas <i>Allikas: Eesti täiskasvanud rahvastiku tervisekäitumise uuring, Tervise Arengu Instituut</i>	23,4% (2018)	21,0%	21,4%	20,4%	19,3%	18,2%	15,0%
Igapäevasuitsetajate osakaal kuni põhiharidusega 16–64-aastaste hulgas	29,9% (2018)	32,1%	28,0%	26,7%	25,4%	24%	20,0%

Allikas: Eesti täiskasvanud rahvastiku tervisekäitumise uuring, Tervise Arengu Instituut							
15-aastaste sigaretti suitsetanud noorte osakaal Allikas: Eesti koolilaste tervisekäitumise uuring, Tervise Arengu Instituut	44,9% (2017/2018)	32,7%	30,0%	27,5%	25,0%	22,5%	15,0%
16–64-aastaste tubakasuitsule eksponeeritus kodus Allikas: Eesti täiskasvanud rahvastiku tervisekäitumise uuring, Tervise Arengu Instituut	12,3% (2018)	11,6%	6,7%	5,6%	4,5%	3,4%	0,0%

Tegevus 1.1.5. Nakkushaiguste leviku tõkestamine (HIV, TB ja hepatiidid)

Tegevuse eesmärk: nakkushaiguste leviku vähendamine, keskendudes teatud nakkushaigustest teadlikkuse suurendamisele, nende leviku ennetamisele ja ravi kättesaadavuse parandamisele.

Tegevuse oodatav tulemus on, et inimeste teadlikkus nakkushaigustest ja nende leviku tõkestamise võimalustest on suurenenud, oskused nakkushaiguste tõkestamiseks kasutatavaid meetmeid rakendada on paranenud. Tervisevaldkonnal on ülevaade nakkushaiguste levikust ning valdkond, sh tervishoiuasutused, on valmis puhanguteks ja epideemiateks. Elanikkonna ja tervishoiutöötajate teadlikkus ravimite, eriti antibiootikumide ebaõigest kasutamisest on suurenenud ning antimikroobse resistentsuse levik Eestis on ära hoitud.

Tegevus hõlmab ka Tervise Arengu Instituudi tegevusi HIV ennetamisel, ravil ja kahjude vähendamisel ning tegevusi seoses tuberkuloosi ennetamise ja raviga.

Nakkushaiguste valdkonna tegevused on jaotunud kahe programmi vahel, olles seotud nii tervislike valikute kui ka inimkeskse tervishoiu programmiga. Tegevuse tulemused on tihedalt seotud inimkeskse tervishoiu programmi tegevusega 1.1.9 „Nakkushaiguste leviku tõkestamine (vaktsineerimine, AMR)“, mille alusel viiakse ellu nakkushaiguste seire korraldamist (teenus nr 155), immuniseerimisalast nõustamist, järelvalvet ja seiret (teenus nr 158), mikroobide resistentsuse tekke ja leviku ohjamist (teenus nr 234) ning epideemiatõrje tegevuste korraldamist (teenus nr 157).

Perioodil 2024–2027 on kavas:

- Nakkushaiguste ennetamise ja tõrje seaduse ja selle rakendusaktide uuendamine, parandamaks valmisolekut uuteks pandeemiateks ning arvestades olemasolevaid ressursse, nüüdisaegseid vajadusi ja võimalusi nakkushaiguste ennetamisel ja tõrjel, uuendada.
- Riikliku HIV tegevuskava (aastateks 2017–2025) elluviimine ja uuendamine. Vajalik on järgnevas perioodiks eri osapooli kaasates seada eesmärgid ning leppida kokku vajalikud tegevused HIV leviku tõkestamisel.
- Nakkushaiguste, sh HIV, hepatiidide ja tuberkuloosi diagnostika ja ravi kättesaadavuse ning kvaliteedi tagamine ja parandamine.

Tegevuse mõõdikud	Algtase 2019	Tegelik tase 2022	Sihttase 2024	Sihttase 2025	Sihttase 2026	Sihttase 2027	Sihttase 2030
Uute HIVi juhtude arv 100 000 elaniku kohta <i>Allikas: Terviseamet</i>	13,5	18,5	9,5	9,1	8,6	8,2	7,0
Krooniliste ja ägedate C-hepatiidi juhtude arv 100 000 elaniku kohta <i>Allikas: Tervise Arengu Instituut</i>	10,6	8,5	7,7	6,8	5,8	4,9	2,0
Tuberkuloosi haigestumuskordaja (esmas-, retsidiiv- ja korduvravijuhud) 100 000 elaniku kohta <i>Allikas: Tervise Arengu Instituut</i>	11,3	9,6	7,6	7,2	6,7	6,3	5,0

Programmi juhtimiskorraldus

Tervist toetavate valikute programm on koostatud Sotsiaalministeeriumi poolt koostöös asjakohaste haldusala asutustega. Programm koostatakse neljaks aastaks, pidades silmas Rahvastiku tervise arengukava 2020–2030, Vabariigi Valitsuse tegevusprogrammi ning riigi pikaajalise strateegia „Eesti 2035“ eesmärgi. Programmi kinnitab terviseminister pärast 2024. aasta riigieelarve seaduse vastuvõtmist ning see avalikustatakse Sotsiaalministeeriumi kodulehel.

Programmi täiendatakse igal aastal ühe aasta võrra, olles kooskõlas riigi eelarvestrateegiaga ning riigi rahaliste võimalustega. Programmi tegevuste eesmärgi aitavad toetada tulemusvaldkonna „Tervis“ teised programmid (tervist toetava keskkonna programm, inimkeskse tervishoiu programm). Teistest tulemusvaldkondadest toetab programmi eesmärgi enim tulemusvaldkonna „Kultuur ja sport“ Kultuuriministeeriumi spordiprogramm, mis toetab liikumise edendamist, ning tulemusvaldkonna „Siseturvalisus“ siseturvalisuse programm, mis toetab vigastuste vähendamist ja ennetamist.

Programmis seatud eesmärkide saavutamise ja mõõdikute seiramise eest vastutavad Sotsiaalministeerium koostöös Terviseametiga. Programmi täitmisest antakse aru Rahvastiku tervise arengukava 2020–2030 juhtkomisjonile ning koostatakse tulemusvaldkonna iga-aastane aruanne. Juhtkomisjoni on kaasatud valdkonna peamised koostööpartnerid. Juhtkomisjoni ülesanded, liikmed ja koosolekute protokollid ning tulemusvaldkonna „Tervis“ iga-aastased tulemusaruanded on avalikustatud Sotsiaalministeeriumi kodulehel.

LISA 1 Tegevused, mis ei ole TERE struktuuri osad ja rahastusega kaetud, kuid on olulised Rahvastiku tervise arengukava eesmärkide saavutamiseks.

Tegevus: Vigastuste ennetamine

Tegevuse eesmärk: luua kõigile inimestele turvaline elukeskkond, kus vigastustuste tekkimise risk on minimaalne. Suurendada inimeste oskusi ja teadlikkust, kuidas vältida vigastusi, anda vigastuste korral esmaabi ning luua turvalist keskkonda.

Perioodil 2024–2027 on kavas:

- Tõendus põhiste vigastuste ennetamise sekkumiste väljatöötamine ja rakendamine. Seda on vajalik teha koostöös teiste sektorite ja valdkondade ning kohaliku tasandiga.
- Eri sektorite, valdkondade ja tasandite vahelist koostöö suurendamine vigastuste vähendamisel.
- Elanikkonna (sh spetsialistide) teadlikkuse suurendamine vigastustest ja nende ennetamise võimalustest ning sellekohaste oskuste arendamine.
- Vanemaerialiste koduvigastuste vähendamiseks tegevuste kokkuleppimine osapooltega ja nende elluviimine.

Möödik	Algtase 2019	Tegelik tase 2022	Sihttase 2024	Sihttase 2025	Sihttase 2026	Sihttase 2027	Sihttase 2030
Haigestumus vigastuste, mürgistuste ja teatavate muude välispõhjuste toime tagajärjel 100 000 elaniku kohta <i>Allikas: Tervise Arengu Instituut</i>	13 477	13 036	13 260	13 217	13 174	13 130	13 000
Üle 65-aastaste haigestumus vigastuste, mürgistuste ja teatavate muude välispõhjuste toime tagajärjel 100 000 sama vana elaniku kohta <i>Allikas: Tervise Arengu Instituut ja Statistikaamet</i>	10 534	9 615	10 312	10 298	10 284	10 271	10 230
Vigastuste, mürgistuste ja teatavate muude välispõhjuste toime tagajärjel hukkunute arv 100 000 elaniku kohta <i>Allikas: Tervise Arengu Instituut</i>	59,2	72,9	59,0	56,0	53,0	50,0	41,0
0–19-aastaste vigastuste, mürgistuste ja teatavate muude välispõhjuste toime tagajärjel hukkunute arv 100 000 sama vana elaniku kohta <i>Allikas: Tervise Arengu Instituut ja Statistikaamet</i>	9,3	11,4	8,7	8,3	7,9	7,5	6,4
Juhuslike kukkumiste tõttu hukkunute arv 100 000 elaniku kohta <i>Allikas: Tervise Arengu Instituut</i>	8,7	15,9	10,7	9,9	9,2	8,4	6,2

Tegevus: Seksuaal- ja reproduktiivtervise edendamine

Tegevuse eesmärk: kõigile elanikele on kättesaadavad nüüdisaegsed teenused ja teave seksuaal- ja reproduktiivtervisest, et teha teadlikke seksuaal- ja reproduktiivtervist puudutavaid otsuseid.

Perioodil 2024–2027 on kavas:

- Eesti naiste tervise uuringu 2024 läbiviimine TÜ poolt, mida toetab Sotsiaalministeerium.
- Tervikliku analüüsi koostamine hetkeolukorrast ja selle põhjal järgnevateks aastateks vajalike tegevuste kokkuleppimine osapooltega.

Möödik	Algtase 2019	Tegelik tase 2022	Sihttase 2024	Sihttase 2025	Sihttase 2026	Sihttase 2027	Sihttase 2030
Juhupartneriga seksuaalvahekorras olles alati kondoomi kasutavate 16–64-aastaste osakaal <i>Allikas: Eesti täiskasvanud rahvastiku tervisekäitumise uuring, Tervise Arengu Instituut</i>	34,0% (2018)	28,3%	38,9%	40,8%	42,6%	44,5%	50,0%
Indutseeritud abortide arv 100 elussünni kohta <i>Allikas: Tervise Arengu Instituut</i>	27,0	29,9	25,4	25,1	24,8	24,4	23,4
Teismeliste (10–19) sünnitajate arv 1000 sama vana tüdruku kohta <i>Allikas: Tervise Arengu Instituut</i>	3,9	2,4	3,3	3,3	3,2	3,1	3,0
Summaarne sündimuskordaja <i>Allikas: Statistikaamet</i>	1,65	1,41	1,6	1,6	1,6	1,6	1,6
Raseduse ajal suitsetanud sünnitajate osakaal <i>Allikas: Tervise Arengu Instituut</i>	5,0%	4,6%*	5,1%	5,0%	5,0%	4,9%	4,8%

* Seoses COVID-19 pandeemiaga on möödiku 2021. ja 2022. aastate tulemustes toimunud muutus, mida jälgitakse, kas on tegemist ajutise erisuse või pikemaajalise uue trendiga. Muutusest tuleneval ei ole järgnevateks aastateks seotud sihttasemeid praegu muudetud.

LISA 2 Programmis olevate teenuste kirjeldus

Meede 1.1. Terviseriskide ja riskikäitumise vähendamine ning kogukondade ja paikkondade võimestamine tervise edendamisel

Tegevus 1.1.1. Terviseriskide ennetamise ja tervise edendamise korraldamine

Teenus: Terviseriskide ja riskikäitumise ennetamise ning tervise edendamise poliitika kujundamine ja elluviimise korraldamine (vastutaja Sotsiaalministeerium, lühikood 98)

Eestis on ligi pool kõikidest surmadest tingitud riskikäitumisest⁷, tervena elatud aastaid vähendavad märkimisväärselt harjumused ja valikud eluviisi kujundamisel. Selleks, et enneaegsed surmad väheneksid ja tervena elatud aastaid oleks rohkem, tuleb luua keskkond ja võimalused tervislikeks valikuteks, suurendada elanike teadlikkust tervislikest valikutest ning muuta ühiskonna hoiakud tervist toetavaid valikuid toetavamaks.

Vajalike muudatuste elluviimiseks on oluline kaasajastada valdkonna õigusaktid, kokku leppida pikemaajalised eesmärgid, välja töötada strateegiadokumendid ning tõenduspõhised ja innovaatilised inimeste vajadusi arvestavad sekkumised. Valdkonna kujundamisel on oluline koostöö eri osapooltega nii rahvusvahelisel, riiklikul kui kohalikul tasandil, pöörates seejuures tähelepanu arendus- ja teadustegevuse potentsiaalile, parimale praktikale, sekkumiste tulemuslikkuse hindamisele ja järelevalve tõhustamisele. Järgnevatel aastatel on oluline jätkata ja edasi arendada riigi- ja kohaliku omavalitsuse asutuste ning isikute nõustamist, et vähendada ja ohjata riskitegureid, ennetada ja ohjata nende toimet ning suurendada kaitsetegureid.

Kuna tervist mõjutavad oluliselt tegurid väljaspool tervisevaldkonda, on oluline osaleda rahvatervishoiuga tihedalt seotud valdkondade poliitikadokumentide, õigusakti eelnõude ja strateegiadokumentide ettevalmistamises eesmärgiga tagada tervisemõju hindamine ja sellega arvestamine valdkondade arendamisel. Pikemas perspektiivis on vajalik jõuda selleni, et iga valdkonna arendamisel arvestataks nende mõju inimeste tervisele ja heaolule.

Teenus: Tõenduspõhiste ennetustegevuste korraldamine ja arendamine (vastutaja Tervise Arengu Instituut, lühikood 139)

Tervisealaste ennetustegevuste, riskikäitumise mõjude vähendamise ja vastava ravi juhtimine, poliitika kujundamine ning tegevusplaanide koostamine ja arendamine, et toetada inimest eluviisi muutmisel ning seeläbi toetada inimeste tervist ja heaolu. Tegevust rahastatakse osaliselt välisvahenditest (TAT Terviseriskide ennetamine ja vähendamine (TVRII)). TAT nimetusega „Tervisealaste ennetustegevuste, riskikäitumise ning selle mõjude vähendamise ja leevendamise poliitikate kujundamine, uute lahenduste väljatöötamine“ keskendub eeskätt tervise- ja sidususvaldkondade vastutusalas olevate tegevuste arendamisele ning tervishoiu- ja sotsiaalvaldkonna senisest tõhusamale integreerimisele, koostööle ja koostöömisele. TAT raames elluviidavate tegevuste mõju ja ulatus on üleriigiline.

Teenus: Tervisestatistika kogumine ja registrite pidamine (vastutaja Tervise Arengu Instituut, lühikood 140)

Tervisestatistika tegemise ja -registrite pidamise ülesanne on koguda, kontrollida ja avaldada usaldusväärseid ja võrreldavaid rahvastikupõhiseid andmeid. Kvaliteetsete ja ajakohastatud andmete kaudu saab jälgida rahvastiku terviseseisundit ja rahvastikus toimuvaid trende. Seeläbi saadav teave on vajalik tõenduspõhiste otsuste ja teaduslike uurimistööde tegemiseks ning riikliku tervisepoliitika väljatöötamiseks. Teabe analüüsile tuginedes on võimalik välja valida või töötada sekkumised, mis vähendavad ebasoovitavat tervisemõju ja riskikäitumist ning aitavad

⁷ OECD/European Observatory on Health Systems and Policies (2019), Eesti: riigi terviseprofiil 2019, State of Health in the EU, OECD Publishing, Paris/European Observatory on Health Systems and Policies, Brussels.

parandada tervisenäitajaid.

TAI on vähiregistri, raseduse infosüsteemi (koosneb meditsiinilisest sünniregistrist ja meditsiinilisest raseduse katkemise ja katkestamise registrist), tuberkuloosiregistri, vähi sõeluuringute registri ja narkomaaniraviregistri vastutav töötleja ning surma põhjuste registri volitatud töötleja.

Vastavalt registrite põhimäärustele koguvad seitse TAI hallatavat rahvastikupõhist registrit kokku kõik valdkonna registreerimisele kuuluvad juhud, tagades andmestiku, mis näitab riigi kogurahvastikus ja selle alarühmades haigestumust, sündimust, suremust, ravi, ravitulemust jne. Teenusega tagatakse kvaliteetsete ja ajakohastatud andmete avaldamine riiklike tervisepoliitika otsuste tegemiseks ning rahvusvahelistele organisatsioonidele edastamiseks (sh Eurostat, OECD, WHO, ECDC jt).

Andmete kvaliteetsemaks kogumiseks ja kiiremaks avaldamiseks on vajalik kõigi registrite arenduste jätkamine ning järkjärguline üleminek elektroonsele andmekogumisele.

Teenus: Teadustöö tervisepoliitika kujundamiseks (vastutaja Tervise Arengu Instituut, lühikood 142)

Tehakse teadusuuringuid evalveeritud teadusvaldkonnas (arsti- ja tervisevajadused) ning avaldatakse ja jagatakse nende tulemusi.

Tervise Arengu Instituudi uurimissuunad:

- rahvastikupõhised jm seireuuringud, mis võimaldavad järjepidevalt jälgida eri rahvastiku vanuserühmade tervist, tervisekäitumist ja neid mõjutavaid tegureid. Laiendatud tähelepanu on toitumisel, uimastite ja teiste sõltuvust tekitavate ainete tarvitamisel ja seksuaalkäitumisel, aga ka kitsamate sihtrühmade uuringutel, näiteks suuremas HIVi nakatumise riskis olevad inimesed;
- elukäigupõhiste terviseriskide väljaselgitamine korduvate mõõtmistega kohortuuringutega: perekondlik agregatsioon, toitumisharjumused ja krooniliste haiguste riskitegurite muutused ning riskeeriva tervisekäitumise mõjud;
- vähiennetuse, sõeluuringute, varase avastamise ja ravi tõhususe hindamine ning vähihaigestumuse, -elumuse, -suremuse ja -levimuse uuringud;
- tervise ebavõrdsuse vähendamiseks haavatavate sihtrühmade tuvastamine ja tervise ebavõrdsuse elukaarepõhiste tekkemehhanismide hindamine;
- vaimse tervise uuringud Eesti rahvastiku seisukorra hindamiseks, valdkonnaga seotud toetuste ja teenuste vajaduste väljaselgitamiseks ning tõendus põhiste ennetusmeetodite ja psühholoogiliste sekkumiste väljatöötamiseks;
- naiste tervise uuringud hõlmavad pahaloomuliste kasvajate ennetust ja ravi, sõeluuringuid, reproduktiivtervist, rasedust ja sünnitust, raseduse katkemise ja katkestamisega seotud probleeme ning postmenopausis naiste tervist;
- nakkushaiguste seire ja levimuse hindamine, peamiselt riskikäitumisega seotud haigused (hepatiitidid, HIV, tuberkuloos).

Teenus: Tervisesuutlikkuse arendamine ja uurimistöö (vastutaja Tervise Arengu Instituut, lühikood 127)

Teenusega suurendatakse kohaliku tasandi võimekust inimeste tervise ja heaolu edendamisel, sh tervisekäitumise kujundamisel ja toetava keskkonna loomisel.

Võimekuse arendamiseks:

- Maakondade, kohalike omavalitsuste, tööandjate ja kogukondade toetamine läbi nõustamiste, koolituste ning juhend-ja meetodiliste materjalide loomise.

- Valdkonna ja valdkonnaga seotud spetsialistide (KOV, MARO, haridusasutused, tööandjad) pädevuste ja koostöö arendamine ning nende võrgustike koordineerimine
- Paikkonnapõhiste rahvatervishoiu andmete kättesaadavuse ja kasutamismugavuse parandamine ja lihtsustamine (sh täiskasvanud rahvastiku tervisekäitumise uuring, maakondlikud tervise- ja heaolu ülevaated ning vigastusraportid tervise- ja heaoluprofiili arendustööd)

Eelnimetatud tegevusi võimaldab aastatel 2021-2024 suuremahulisemalt ellu viia Norra toetusest 2014-2021 rahastatud projekt „Rahvatervise valdkonna võimekuse ja kompetentside suurendamine kohalikes omavalitsustes“. Projekti raames tehakse aktiivset koostööd 20 omavalitsusega nende rahvatervishoiu valdkonna võimekuse arendamiseks. Samuti kohandatakse Eesti oludele vastavaks ja testitakse 25 Eesti lasteaias 4-6 aastastele lastele suunatud sekkumist eesmärgiga ennetada ja vähendada ülekaalu.

Teenus: Laste ja noorte tervise ja heaolu edendamine (vastutaja Tervise Arengu Instituut, lühikood 129)

Teenusega suurendatakse lastega töötavate spetsialistide sh lasteaedade ja koolide võimekust laste ja noorte tervise ning heaolu edendamisel ning riskikäitumise ennetamisel. Samuti arendatakse, rakendatakse ja hinnatakse tõendus- ja teaduspõhiseid sekkumisi (näiteks VEPA meetodika jt) ning tehakse laste ja noorte terviseuuringuid.

Teenuse kaudu viiakse osaliselt ellu valdkonnaülese ennetuse tegevuskava ja koordineeritakse ennetusnõukogu tööd.

Ennetustegevuse tõendatuse taseme hindamise ja ennetusnõukogu ehk valdkonnaülese ennetuse otsuste tegemist juhtiva valitsuskomisjoni nõustamisega tegeleb ennetuse teadusnõukogu, mida juhib TAI ja mille eesmärk on hinnata ennetustegevuste tõendatuse taset, toetada ennetustegevuste arengut ja andmetel ning tõendusel tuginevat otsusetegemist ennetuses.

Tegevusi rahastatakse osaliselt välisvahenditest (TAT „Laste ja perede toetamine“).

Teenus: Vähtkõve ennetus ja sõeluuringud (vastutaja Tervise Arengu Instituut, lühikood 132)

Vähi sõeluuringutega hõlmatus suurendamiseks jätkatakse kutsete saatmist sihtrühmadele. Sõeluuringukutsete saatmise kõrval uuritakse ka hõlmatus suurendamise lisameetmeid. Teenuse raames tegeletakse sõeluuringute arendamisega (nt HPV kodutesti juurutamine emakakaelavähi sõeluuringus) ja uute sõeluuringute väljatöötamisega. Sõeluuringute tõhususe analüüsiks ja kvaliteedikontrolliks jätkatakse andmekogumist tervise infosüsteemi kaudu. Andmete kvaliteedi ja andmehõive otsustavaks parandamiseks võetakse koostöös Tervise ja Heaolu Infosüsteemide Keskusega kasutusele uudne IT-lahendus – andmeait. Nimetatud teenuse raames toetab TAI vähihaigete esindusorganisatsioonide koolitustegevust, vähihaigete nõuandetelefoni ja foorumi ning mammograafiabusside tööd.

Tegevus 1.1.2. Vaimse tervise edendamine

Teenus: Vaimse tervise valdkonna poliitika kujundamine (vastutaja Sotsiaalministeerium, lühikood 334)

Teenuse eesmärk on tagada vaimse tervise valdkonna süsteemne poliitikakujundus ja selle elluviimine koostöös asjassepuutuvate asutuste ja eriala- ning huvikaitseorganisatsioonidega. Teenuse raames töötatakse välja vaimse tervise valdkonna poliitika ning korraldatakse selle elluviimine, et tagada inimesele kogu tema elu jooksul kättesaadavad ennetavad sekkumised ja

teenused, mis toetavad tema vaimset tervist ning suurendada inimeste oskust nii ise toime tulla kui toetada teiste toimetulekut.

Teenus hõlmab ka ministeeriumi ja valitsuse valdkonnapoliitiliste otsuste ja nende rakendamise ettevalmistamist ning EL-i otsustusprotsessis osalemist, strateegiadokumentide väljatöötamist, elluviimist ja tulemuslikkuse hindamist, aga ka huvigruppide teavitamist valdkonda puudutavatest algatustest ja otsustest ning nende kaasamist aruteludesse.

Teenus: Elanikkonna vaimse tervise toetamine elukaareüleselt (vastutaja Sotsiaalministeerium, lühikood 323)

Teenuse eesmärk on ellu viia tegevusi, mis toetaksid inimeste vaimset tervist üle elukaare, sh soodustaksid vaimse tervisega seotud probleemide varajast märkamist, astmeliselt üles ehitatud abi süsteemi arendamist nii kogukonnas kui tervishoius ja teenuste kvaliteedi edendamist.

Teenus: Vaimse tervise uurimistöö ja sekkumiste arendamine (vastutaja Tervise Arengu Instituut, lühikood 130)

Teenuse raames uuritakse rahvastiku vaimse tervise mõjutegureid ja olukorda eri sihtrühmades (näiteks laste vaimse tervise uuring) ja avaldatakse teaduspublikatsioone. Viiakse ellu ja hinnatakse vaimse tervise edendamiseks ja probleemide ennetamiseks tegevusi (näiteks õpetajate sotsiaal-emotsionaalsete pädevuste arendamine).

Tegevus 1.1.3. Tasakaalustatud toitumise ja füüsilise aktiivsuse edendamine

Teenus: Toitumise parendamine, uurimistöö ja andmekogu (vastutaja Tervise Arengu Instituut, lühikood 112)

Teenuse elluviimisel suurendatakse inimeste teadlikkust tasakaalustatud ja täisväärtuslikust toitumisest, korraldatakse toitumisalaseid koolitusi õpetajatele jt. Samuti soodustatakse tervist toetavaid toitumisvalikuid, seejuures on oluliseks tegevuseks toidu koostise muutmise (reformuleerimise) plaani väljatöötamine soola, lisatud suhkrute ja küllastunud rasvhapete vähendamiseks toitudes ning muudatuste hindamine, aga ka lasteasutuste toitlustajate teadmiste ja oskuste täiendamine. Toitumisalaste teadmiste ja oskuste suurendamiseks jätkatakse toitumise infosüsteemi (ToIS, Nutridata) haldamist ja arendamist, koolituste väljatöötamist ja läbiviimist, samuti osaletakse nõustamisteenuste väljaarendamise protsessis. Alustatud on toitumis- ja liikumissoovituste uuendamist. Toitumisvaldkonna uuringutest on prioriteediks kolmanda rahvastiku toitumise uuringu ettevalmistamine ja andmete kogumine (viimane uuring toimus 2014. aastal). Partneritena on kavandatud kaasata Sotsiaalministeerium ja Maaeluministeerium. Jätkub Eesti õpilaste kasvu seire, mis toimub I klassi õpilaste seas alates 2016. aastast iga kolme aasta järel WHO algatuse *European Childhood Obesity Surveillance Initiative* (COSI) raames. Eestis on 2019. aastast alates uuringusse täiendavalt kaasatud ka IV klassid ja 2022. aastal lisandusid VII klassid.

Teenus: Laste kehalise aktiivsuse suurendamise edendamine (vastutaja Sotsiaalministeerium, lühikood 87)

Eestis on alates 2016. aastast edendatud liikuma kutsuva kooli võrgustikku. Tegemist on võrgustikuga, kus koolikeskkond ja õppekorraldus muudetakse selliseks, et see soodustab laste kehalist aktiivsust koolipäeva jooksul ja vähendab istumise aega. Aastal 2016 alustas programmis 10 pilootkooli, aastal 2023 osaleb programmis 203 kooli.

Järgneval aastal on seatud eesmärgiks võrgustikku laiendada ning edasi arendada liikumist toetava kooli senist mudelit. Võrgustikku kuuluvates koolides toimub personali koolitamine ja sekkumiste elluviimine. Edendatakse liikumist soodustavat koolikeskkonda, sh arendatakse füüsilist keskkonda ja kujundatakse sotsiaalseid norme.

Tegevusi finantseeritakse välisvahenditest (Norra ja EMP finantsmehhanismi, „Kooliõpilaste liikumisaktiivsuse toetamine“) kuni 2024. aasta kevadeni.

Tegevus 1.1.4. Uimastite tarvitamise ennetamine ja vähendamine

Teenus: Alkoholitarvitamise ennetamine, vähendamine ja ravi (vastutaja Tervise Arengu Instituut, lühikood 114)

Teenuse elluviimisel suurendatakse elanikkonna teadlikkust alkoholikahjustest, liigtarvitamise terviseriskidest ja vähendamise võimalustest ning edendatakse vähema alkoholitarvitamisega seotud sotsiaalseid norme. Samuti arendatakse alkoholi liigtarvitamise, sh alkoholisõltuvuse ennetuse, varajase avastamise ning nõustamis- ja raviteenuseid.

Olulisemad tegevussuunad teenuse arendamisel:

- vähema alkoholiga elustiili propageerimine ja mittetarvitamise normaliseerimine elanikkonna hulgas;
- eneseabi veebiprogrammi SELGE edasiarendamine;
- koole ja lapsevanemaid toetavate ennetustegevuste arendamine (valideeritud hindamisvahendid, tugispetsialistide koolitused, varajase avastamise ja nõustamise sekkumine SBIRT);
- testostlemisega jätkamine alkoholi kättesaadavuse seiramiseks alaealiste ja joobe tunnustega inimeste hulgas ;
- tervishoiuteenuste (alkoholi liigtarvitamise varajane avastamine ning alkoholitarvitamise häire ravi) tagamine Tervisekassa poolt
- tervishoiu- ja nõustamisteenuste arendamine läbi spetsialistidele kompetentside suurendamise;
- sõltuvusravis ja nõustamisel kasutatavate psühhomeetriliste mõõdikute valideerimine ;
- Vastutustundliku alkoholimüügi ja serveerimise edendamine ja järelevalve tugevdamine meelelahutuses. Tõendus põhise sekkumise “STAD- turvalisem ööelu” arendamine ja elluviimine.

Teenus: Tubakatarvitamise ennetamine, vähendamine ja ravi (vastutaja Tervise Arengu Instituut, panustaja Tervisekassa, lühikood 117)

Teenuse raames jätkatakse tubaka ja nikotiini tarvitamise ning inimeste tubakasuitsuga kokkupuute vähendamisele suunatud ennetus- ja teavitustööga. Samuti jätkatakse tubakast loobumise nõustamissüsteemi arendamist ja nõustamisteenuste kättesaadavuse suurendamist koostöös Sotsiaalministeeriumi ja Eesti Haigekassaga.

Olulisemad tegevussuunad teenuse arendamisel:

- tubaka ja nikotiini tarvitamisest loobumise propageerimine, sh veebilehtede tubakainfo.ee ja tarkvanem.ee sisuline täiendamine ja arendamine;
- uudsete tubaka- ja nikotiinitoodete tervisemõju käsitlevate materjalide koostamine ja avaldamine;
- uute innovatiivsete eneseabi nutirakenduste arendamine tubakast ja nikotiinitoodetest loobumise toetamiseks;
- koole ja lapsevanemaid toetavate ennetustegevuste arendamine (valideeritud hindamisvahendid, kooli tugispetsialistide koolitused, varajase avastamise ja nõustamise sekkumine SBIRT);
- Spetsialistide (perearstid, kooliõed, apteekrid, erameditsiini teenuseosutajad) kompetentside suurendamine nikotiinist loobumise nõustamise läbiviimiseks
- Nikotiinitarvitamist piiravate regulatsioonide väljatöötamise toetamine sh passiivse suitsetamise vähendamine ja mittesuitsetajate kaitseks regulatsioonide väljatöötamise toetamine koostöös Sotsiaalministeeriumiga;
- Testostlemisega jätkamine alaealiste tubaka- ja nikotiinitoodete kättesaadavuse seiramiseks

Teenus: Narkomaania ennetamine, ravi, kahjude vähendamine (vastutaja Tervise Arengu Instituut, lühikood 119)

Teenuse elluviimisel suurendatakse narkootikumide ja nende tarvitamisega seotud probleemide alast teadlikkust ühiskonnas tervikuna ja olulise riskiga sihtrühmades. Jätkatakse raviteenuste, kahjude vähendamise teenuste, tugi- ja nõustamisteenuste pakkumist, sealhulgas seni puuduvate teenuste väljaarendamist. Eesti narkopoliitikas 2030 sõnastatud eesmärkide saavutamiseks on oluline pöörata enam tähelepanu narkootikumide tarvitamisega seotud kahjudele laiemalt, sealhulgas vaimse tervise probleemide ja õnnetuste ennetamisele. Edaspidi pannakse enam rõhku selliste kahjude vähendamisele nagu joobes juhtimine ja liiklusõnnetused, traumad, vaimse tervise probleemid ja peresuhete halvenemine. Rakendatakse sekkumisi peo- ja ööelus narkootikumide tarvitamisega seotud kahjude vähendamiseks.

Sotsiaal- ja tervishoiuteenuste arendamisel peetakse silmas teenuste integreerimise ja seeläbi kättesaadavuse parandamise olulisust. Ravi- ja tugiteenused peavad moodustama tervikliku võrgustiku, kus üleminek ühelt teenuselt teisele on lihtne. Karistuspoliitika rakendamisel keskendutakse narkootikumide tarvitavate inimeste karistamise asemel nende suunamisele vajalike teenusteni. Tegevuste planeerimisel lähtutakse epidemioloogilisest olukorrast ja sihtrühmade vajadustest. Hinnatakse rakendatavate tegevuste tulemuslikkust, sealhulgas tehakse hindamis-, seire- ja teadusuuringuid, võttes kasutusele uusi meetodikaid (näiteks reoveeuuringud, narkootiliste ainete tuvastamine kasutatud süstaldes jt). Perearstidele ja -õdedele, aga ka apteekide töötajatele pakutakse täiendusõpet sõltuvusteamadel, et nad oskaksid inimesi narkootikumide tarvitamisega seotud teemadel nõustada.

Olulisemad tegevussuunad teenuse arendamisel:

- sõltuvushäirega lastele raviteenuste ning lastele ja nende peredele nõustamisteenuste osutamine;
- uimastite tarvitamise kogemusega noortele suunatud sekkumiste, sh teenuste väljatöötamine ja rakendamine (valideeritud hindamisvahendid, tugispetsialistide koolitused, varajase avastamise ja nõustamise sekkumine SBIRT) ;
- narkootikumide tarvitavatele inimestele vajaduspõhiste tugi- ja nõustamisteenuste (sh programm SÜTIK) ning ravi- ja rehabilitatsiooniteenuste pakkumine, arvestades soolisi erinevusi ja erivajadusi (teenused psüühilise erivajadusega patsientidele, emadele jt);
- kanepit tarvitavatele inimestele mõeldud lühisekkumiste rakendamine ning stimulantide tarvitavatele inimestele suunatud sekkumiste väljatöötamine ja rakendamine;
- narkootikumide tarvitavate inimeste lähedastele mõeldud nõustamisteenuste arendamine;
- kahjude vähendamise teenuse osana mitmekülgse nõustamise ning sotsiaalse ja juriidilise abi tagamine;
- üledooside ennetamise alase nõustamise pakkumine ning kogukonnapõhise naloksooni programmi rakendamine ja laiendamine;
- meelelahutusüritustel (ööklubid, festivalid) narkootikumide tarvitamise ning tarvitamisega kaasnevate kahjude vähendamise sekkumiste väljatöötamine ja rakendamine;
- uute kahjude vähendamise sekkumiste arendamine, sh ohutuma tarvitamise alane nõustamine, tarvitajate hoiatamine uute ainete ohtlikkusest, narkootikumide tarvitamise eelne testimine;
- perearstidele ja -õdedele, apteekide töötajatele pakutakse täiendusõpet sõltuvusteamadel, et nad oskaksid inimesi narkootikumide tarvitamisega seotud teemadel nõustada.
- karistustele alternatiivsete mõjutusvahendite valiku laiendamine ning nende regionaalse kättesaadavuse ja teenuse osutamise kohtade arvu suurendamine.

Tegevus 1.1.5. Nakkushaiguste leviku tõkestamine (HIV, TB ja hepatiidid)

Teenus: Tuberkuloosi ennetamine ja ravi (vastutaja Tervise Arengu Instituut, panustaja

Tervisekassa, lühikood 126)

Teenuse elluviimisel korraldatakse tuberkuloosi otseselt kontrollitava ravi ja ravi kvaliteediga seotud tegevusi. Ravimresistentsuse ohu tõttu tagatakse ravimid riigieelarvest ja ravi viiakse läbi WHO soovitatud otseselt kontrollitava ravi strateegiat järgides, mis sisaldab ka patsiendi motiveerimist, kaasuvate haiguste ja sõltuvuste ravi ning patsiendi psühhosotsiaalset toetamist. Kõikidele patsientidele võimaldatakse tasuta ravi koos sotsiaalse nõustamise ja vajaduspõhise motiveerimisega ravisoostumuse parandamiseks.

Alates 01.07.2023 on tuberkuloosi ambulatoorse otseselt kontrollitava ravi teenuse eest vastutav Tervisekassa. TAI koordineerib ravijärevalve ekspertrühma tööd, sh regulaarsete ravikonsiiliumide läbiviimist, supervisioonide ja konsulteerimiste korraldust ning rahvusvahelisi tuberkuloosivastase tegevuse aruandluse ja teadustegevustega seotud tööülesandeid. TAI jätkab tuberkuloosi diagnostika ja raviga tegelevate tervishoiutöötajate koolitusi kaasates koolituste läbiviimisesse, Terviseameti spetsialistid ja sotsiaaltöötajaid

Teenus: HIV ennetamine, ravi ja mõjude vähendamine (vastutaja Tervise Arengu Instituut, lühikood 123)

Teenuse elluviimisel suurendatakse elanikkonna teadmisi HIV-nakkusest ja selle levikuteedest, parandatakse turvalist seksuaalkäitumist soodustavaid teadmisi, oskusi ja hoiakuid. HIV-nakkuse leviku vähendamiseks pakutakse testimis-, nõustamis- ja tugiteenuseid (sh meestega seksivatele meestele, transsoolistele inimestele, narkootikumide tarvitavatele inimestele, prostitutsiooni kaasatud inimestele, migrantidele ja sõjapõgenikele, kinnipeetud isikutele), arvestades sihtrühmade vajadusi ning olenemata elukohast, emakeelest, sotsiaalmajanduslikest tingimustest ja erivajadustest. Rakendatakse täies mahus HIV-testimise ravijuhendit ja HIV-infektsiooni kokkupuute-eelse ja -järgse profülaktika ning HIV-positiivsete isikute ravi ravijuhendit, sealhulgas korraldatakse HIV-ravi ning kontaktieelset ja kontaktijärgset profülaktikat. Samuti tehakse selle teenuse raames HIV-nakkuse ja kaasuvate infektsioonide seiret ning hinnatakse rakendatud sekkumiste, sh teenuste tulemuslikkust. Koolitatakse, juhendatakse ja nõustatakse tervise-, sotsiaal-, korrakaitse- ja haridusvaldkonna spetsialiste.

Olulisemad tegevussuunad teenuse arendamisel:

- HIV-testimine, nõustamine ja HIViga inimeste ravile suunamine vastavalt ravijuhenditele, sealhulgas laiaulatuslikum HIV-testimine esmatasandil;
- anonüümse ja vabatahtliku HIV-testimise ja nõustamise teenuse pakkumine, sealhulgas enesetestide võimaldamine olulise riskiga sihtrühmadele;
- kontaktieelse profülaktika võimaldamine inimestele, kellel on oluline HIViga nakatumise risk lisaks tavapärasele ennetusmeetmetele (kondoomi kasutamine);
- meestega seksivatele meestele ja transsoolistele inimestele HIVi ennetusmeetmete väljatöötamine ja pakkumine;
- tasuta STLI, hepatiit B ja C diagnostika ning STLI ravi tagamine HIViga elavatele inimestele;
- juhtumikorraldusteenus HIViga elavatele inimestele (sh psühholoogilise, sotsiaalse ja kogemusnõustamise pakkumine);
- HIViga elavate inimeste ja nende lähedaste vaimset tervist ja sotsiaalset toimetulekut toetavate nõustamisteenuste osutamine;
- HIViga nakatunute kontaktsete väljaselgitamine, testimine ja nõustamine, samuti HIVi levikuteede väljaselgitamine;
- kahjude vähendamise teenuste pakkumine, sealhulgas mobiilselt ja apteekides, ning uute kahjude vähendamise teenuste arendamine (sh ohutuma tarvitamise nõustamine) integreerituna teenuse nr 119 kahjude vähendamise meetmetega.