

# Paikkonna tervisemõjurite uuring 2011

## Lääne-Virumaa raport

Analüüsiraporti koostas Tervise Arengu Instituut (TAI) koostöös Tartu Ülikooli sotsiaalteaduslike rakendusuringute keskusega (RAKE). Raport on valminud Euroopa Sotsiaalfondi kaasrahastamisel 2013. aastal.

Raporti koostajad: Karl Viilmann (TAI)  
Kerly Espenberg (RAKE)  
Katrín Humal (RAKE)  
Jürgen Lina (RAKE)  
Oliver Nahkur (RAKE)  
Tarmo Puolokainen (RAKE)

Raporti koostajad soovivad tänada uuringu planeerimise ja teostamise erinevates etappides, perioodil 2010-2013 osalenud inimesi: Laura Aaben, Anneken Metsoja, Maali Käbin, Krystiine Liiv, Eha Nurk, Aire Trummal, Tiia Pertel, Ardo Matsi, Mare Ruuge (TAI).

# SISUKORD

Sisukord .....	3
Sissejuhatus .....	4
Metoodika .....	5
Vastajate taust .....	6

## TULEMUSED

1. Tervises seisund .....	7
2. Toitumine .....	20
3. Alkohol .....	25
4. Suitsetamine .....	35
5. Narkootikumid .....	42
6. Sotsiaalsed suhted .....	46
7. Vaimne tervis .....	52
8. Kehaline aktiivsus .....	55
9. Seksuaaltervis .....	63
10. Turvalisus ja ohutus .....	67

## LISAD

Lisa 1. Tervises seisund .....	72
Lisa 2. Toitumine .....	76
Lisa 3. Alkohol .....	78
Lisa 4. Suitsetamine .....	81
Lisa 5. Narkootikumid .....	84
Lisa 6. Sotsiaalsed suhted .....	85
Lisa 7. Vaimne tervis .....	90
Lisa 8. Kehaline aktiivsus .....	91
Lisa 9. Seksuaaltervis .....	95
Lisa 10. Turvalisus ja ohutus .....	96

## SISSEJUHATUS

Käesolev raport annab ülevaate Lääne-Virumaa elanike tervise seisundist, tervisekäitumisest ja tervist mõjutavatest teguritest tuginedes paikkonna<sup>1</sup> terviseõjurite uuringu andmetele.

Paikkonna terviseõjurite uuringu eesmärgiks on suurendada kohalike teadlikkust oma paikkonna elanike tervisekäitumisest ja seda mõjutavatest teguritest. Andmeid on võimalik kasutada kohalike rahvatervise tegevuste planeerimisel ja elluviimisel.

Uuringu andmed koguti postiküsitluse meetodil. Küsitleti elanikke vanuses 15-70 eluaastat, 77 Eesti kohalikust omavalitsusest. Valimi üldmaht oli 9668 isikut, lõplikuks uuringu tagasiside määraks kujunes 43,8% (vastajaid 4239). Lääne-Virumaalt osales uuringus 275 inimest.

Uuringu ankeet koosnes 10 peatükist:

1. tervise seisund
2. toitumine
3. alkoholi tarvitamine
4. tubaka tarvitamine
5. narkootikumide tarvitamine
6. sotsiaalsed suhted
7. vaimne tervis
8. kehaline aktiivsus
9. seksuaalervis
10. turvalisus ja ohutus

Raportis on välja toodud maakonna andmed nimetatud peatükkide kaupa. Esmalt on esitatud näitaja jaotused uuringus osalenud omavalitsustes koos maakonna ja Eesti keskmisega. Seejärel on kirjeldatud maakonna keskmise näitaja olulisimaid erisusi sotsiaal-demograafiliste tunnuste lõikes ning analüüsitud uuritava näitaja seoseid teiste tunnustega. Raporti lisana on esitatud näitajate protsentuaalsed jaotused sotsiaal-demograafiliste taustatunnuste kategooriate lõikes.

Paikkonna terviseõjurite uuring viidi läbi Euroopa Sotsiaalfondi raamprogrammi „Tervislikke valikuid toetavad meetmed 2010-2013“ raames.

<sup>1</sup> Paikkond – maavalitsuse või ühe või mitme kohaliku omavalitsuse territoorium koos seal elavate inimestega.

Allikas: Kasmel, A., Lipand, A., 2007. Tervisedenduse teooria ja praktika I. Sissejuhatus salutoloogiasse. Tallinn: Tallinna Raamatutrükikoda.

## METOODIKA

Paikkonna terviseõjurite uuringu üldkogumi moodustasid rahvastikuregistris registreeritud Eesti elanikud vanuses 15-70 aastat. 2010. aasta 1. detsembri seisuga kuulus sellesse rühma 1 001 216 inimest.

Uuringu teoreetiline üldvalim oli 10 000 inimest, valimi lõplikuks suuruseks kujunes 9668 inimest. Uuringu territoriaalse üldkogumi moodustasid Eesti 226 kohaliku omavalitsust (edaspidi KOV). Igast maakonnast kaasati uuringusse 3-6 KOVi. Valimi koostamisel arvestati iga valimisse haaratud KOVi soolis-vanuselist jaotust järgnevates vanusgruppides: 15-24, 25-34, 35-44, 45-54, 55-70 aastat.

Uuringu valim põhineb kohalike omavalitsuste tüpoloogial, mille aluseks on Eesti asustussüsteemi keskuste hierarhia ja KOVi asend Eesti regionaalses süsteemis. Lähtudes tüüpilistest erinevustest elanike elukeskkonnas ja elulaadis ning kohalike tervise-, sotsiaalse kaitse ja vaba aja teenuste iseloomust, eristatakse kuus tüüpi KOV üksusi<sup>2</sup>:

- Tüüp 1: **Pealinn** (Tallinn)
- Tüüp 2: **Regionaalsed keskused** (Tartu, Narva, Kohtla-Järve, Pärnu)
- Tüüp 3: **Maakonnakeskused** (v.a. Tallinn, Tartu ja Pärnu)
- Tüüp 4: **Suuremate keskuste vahetu tagamaa**. Siia kuuluvad KOVid, mis piirnevad suuremate keskustega, aga samuti ajalooliselt keskustega seotud satelliitlinnad (Saue, Maardu, Narva-Jõesuu ja Sindi).
- Tüüp 5: **Piirkondlikud linnalised keskused**. Siia kuuluvad suuremate keskuste tagamaast väljapool asuvad KOVid, mille suurima asula (piirkondlikud keskused) elanike arv on vähemalt 1000 inimest (Harjumaal vähemalt 2000).
- Tüüp 6: **Maavallad ja mikrolinnad**. Siia kuuluvad KOVid, mis ei kuulu teistesse tüüpidesse.

Uuringu andmed on kaalutud vastavalt soole ja vanusele (vanusgrupid: 15-24, 25-34, 35-44, 45-54, 55-70 aastat), arvestades omavalitsusüksuste ja maakondade rahvastiku jaotust. Uuringu andmete kaalumisel on arvestatud Eesti rahvastiku näitajaid, sh rännet seisuga 01.12.2010.

Igas peatükis on välja toodud põhinäitajate jaotus: soo, vanuse ja hariduse lõikes, kui ei ole märgitud teisiti. Teiste sotsiaal-demograafiliste tunnuste seosed on esitatud vaid siis, kui esines suuri erinevusi. Põhinäitajate omavaheliste seoste (nt alkoholi tarvitamine ja tervise enesehinnang) statistilist olulisust on kontrollitud kasutades hii-ruut testi, olulisuse nivooks on  $P < 0,05$ .

Uuringu käigus arvatud suhtarvud on esitatud komakohtadeta. See tähendab, et arvud on ümardatud kuni ühelisteneni. Sellest tulenevalt võib raporti joonistel ja tabelites esineda olukordi, kus protsentide summa ühe tunnuse kategooriate lõikes ei tule täpselt 100%, vaid hoopis 99% või 101%.

Analüüsis on läbivalt kasutatud järgmisi vanusegruppide nimetusi: noored – 15-34 aastased, keskealised – 35-54 aastased ja vanemaealised – 55-70 aastased. Tööturu staatuse järgi loetakse mitteaktiivseteks vastajaid, kes küsimustiku täitmise hetkel olid: õpilased, üliõpilased, kodused või mittetöötavad pensionärid.

Analüüsis on kasutatud mõistet ostujõud, mis on arvatud sõltuvalt sellest, kas vastajad said koheselt, järelmaksuga või ei saanud üldse endale lubada järgnevaid kaupu: tolmuimeja (95 eurot), külmkapp (350 eurot), televiisor (640 eurot).

<sup>2</sup> Sepp, V. (2011). Paikkonna terviseõjurite uuringu valim. Konsultatsiooni- ja koolituskeskus Geomedia, Tartu. Tellija: Tervise Arengu Instituut.

## VASTAJATE TAUST

Lääne-Virumaal kaasati küsitluse kokku viis omavalitsusüksust: linnadest Rakvere ja valdadest Rakvere, Haljala, Tamsalu ja Rägavere. Omavalitsuse tüüp, valim, vastajate arv ja tagasiside määr on esitatud haldusüksuste lõikes tabelis 0.1.

**Tabel 0.1.** Valimi maht uuringus osalenud haldusüksuste lõikes

	Eesti	Lääne-Virumaa	Rakvere linn	Rakvere vald	Haljala vald	Tamsalu vald	Rägavere vald
<b>KOV tüüp</b>	-	-	Tüüp 3	Tüüp 4	Tüüp 5	Tüüp 5	Tüüp 6
<b>Valim</b>	9668	626	149	121	120	119	117
<b>Vastajate arv</b>	4239	275	72	44	57	55	47
<b>Tagasiside määr</b>	44%	44%	48%	36%	48%	46%	40%

Järgnevalt on esitatud ülevaade elanikkonna taustast (tabel 02). Võrreldes omavalitsusi võib välja tuua järgmised erinevused:

- ▶ Rägavere vallas on vastajate hulgas kõige enam mehi (65%);
- ▶ Rakvere linnas on vastajate hulgas kõige enam naisi (52%);
- ▶ Tamsalu vallas on vastajate hulgas kõige enam noori (46%);
- ▶ Haljala vallas on vastajate hulgas kõige enam keskealisi (39%);
- ▶ Haljala vallas on vastajate hulgas kõige enam vanemaealisi (27%);
- ▶ Rägavere vallas on kõige enam alg- või põhiharidusega vastajaid (41%);
- ▶ Rakvere vallas on kõige enam keskharidusega vastajaid (56%);
- ▶ Rägavere vallas on kõige enam kõrgharidusega vastajaid (24%);
- ▶ Rägavere vallas on kõige enam töötavaid vastajaid (69%);
- ▶ Tamsalu vallas on kõige enam töötuid vastajaid (8%);
- ▶ Rakvere vallas on kõige enam tööturul mitteaktiivseid vastajaid (46%).

**Tabel 0.2.** Lääne-Virumaa vastajate jagunemine sotsiaal-demograafiliste tunnuste lõikes, %\*

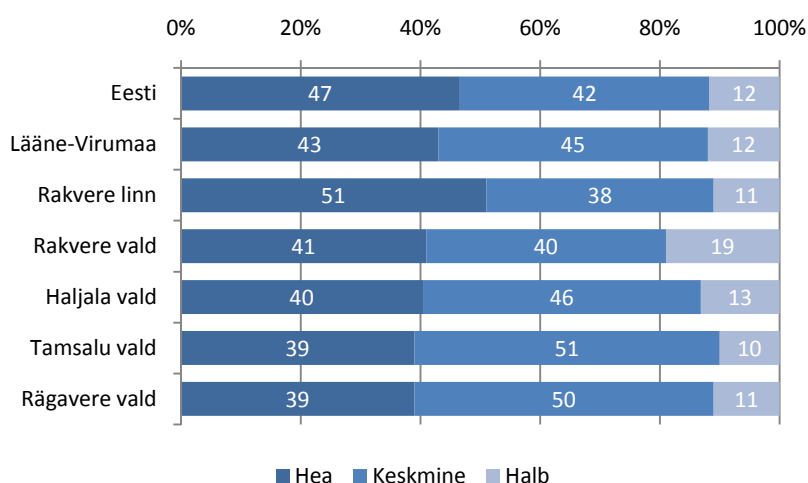
	Sugu		Vanus			Haridus			Tööturu staatus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus	Töötav	Töötu	Mitteaktiivne
<b>Eesti</b>	48	52	39	37	24	26	45	30	63	5	32
<b>Lääne-Virumaa</b>	52	48	43	35	23	34	48	17	61	5	34
<b>Rakvere linn</b>	48	52	44	37	18	32	45	23	65	2	33
<b>Rakvere vald</b>	53	47	45	34	21	26	56	18	52	2	46
<b>Haljala vald</b>	49	51	34	39	27	37	51	12	59	4	37
<b>Tamsalu vald</b>	52	48	46	29	25	35	51	14	61	8	31
<b>Rägavere vald</b>	65	35	44	37	20	41	35	24	69	7	24

\*Suhtarvud on arvutatud uuringu kaalutud andmete põhjal.

# 1. TERVISE SEISUND

## 1.1. TERVISE ENESEHINNANG

Vastajatel paluti anda hinnang oma tervisele. Tegu on inimese enda tunnetusega oma tervisliku seisundi kohta. Lääne-Virumaa vastajate hinnang oma tervisele sarnaneb Eesti keskmisega – 43% Lääne-Virumaa vastajatest peavad oma tervist heaks (joonis 1.1). Omavalitsuste lõikes esineb tervise enesehinnangus erisusi. Rakvere linnas hindab oma seisundit heaks 51% ning Tamsalu vallas ja Rägavere vallas on näitaja 39%.



Joonis 1.1. Tervise enesehinnang

Hea tervise enesehinnanguga on:

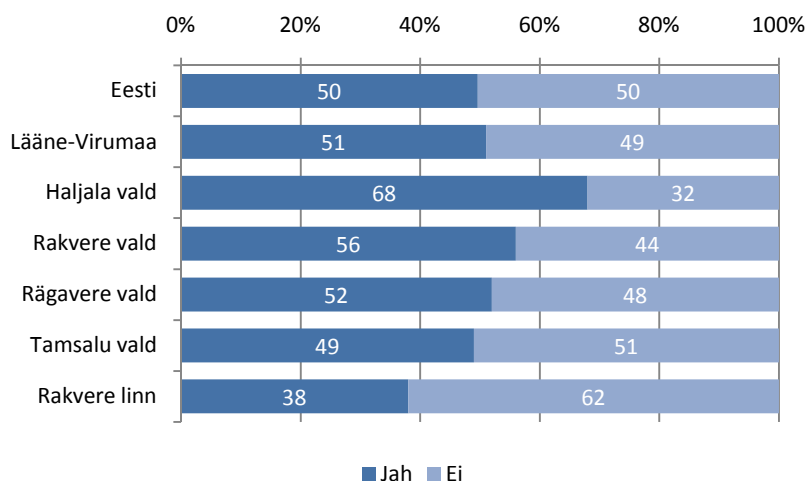
- ▶ pigem noored (60%) kui keskealised (41%) ja vanemaealised (12%);
- ▶ pigem kõrgharidusega (58%) kui alg- või põhiharidusega (39%) ja keskharidusega (39%) vastajad;
- ▶ pigem ilma lasteta (48%) ja täisealiste lastega (43%) kui alaealiste lastega (33%) leibkondade liikmed;
- ▶ pigem need, kellel ei ole pikaajalist kroonilist haigust;
- ▶ pigem need, kes ei ole tervise seisundi tõttu piiratud toimetulekuga.

Tabel 1.1. Tervise enesehinnangu seosed teiste tunnustega, %

		Hea	Keskmine	Halb	Kokku
Pikaajaline haigus	Jah	16	61	23	100
	Ei	71	29	0	100
Tervise seisundi tõttu piiratud toimetulek	Piiratud	17	55	28	100
	Pole piiratud	60	40	0	100

## 1.2. KROONILISED TERVISEPROBLEEMID

Pikaajalisi kroonilisi haigusi või terviseprobleeme esineb Lääne-Virumaal sarnasel määral Eesti keskmisega ehk ligikaudu pooltel vastajatel (joonis 1.2). Kõige enam on pikaajalise kroonilise haiguse põdejad Haljala vallas (68%) ja kõige vähem Rakvere linnas (38%).



Joonis 1.2. Pikaajaline krooniline haigus või terviseprobleem

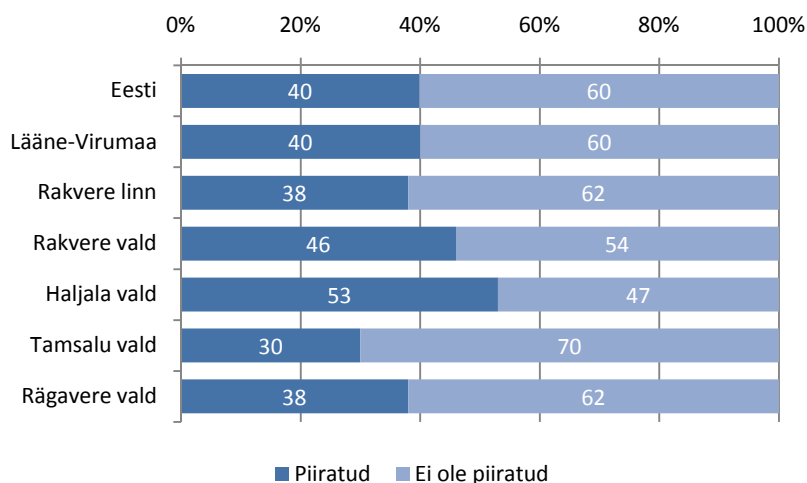
Pikaajalisi kroonilisi haigusi või terviseprobleeme esineb:

- ▶ sagedamini naistel (57%) kui meestel (45%);
- ▶ sagedamini vanemaealistel (84%) kui keskealistel (52%) ja noortel (32%);
- ▶ sagedamini mitteaktiivsetel (63%) kui töötavatel (45%) ja töötutel (43%);
- ▶ sagedamini kõrge (59%) kui madala (50%) ja keskmise (47) ostujõuga vastajatel;
- ▶ sagedamini alaealiste lastega (62%) ja täisealiste lastega (54%) kui ilma lasteta (44%) leibkondade liikmete hulgas.



### 1.3. TERVISEST TINGITUD PIIRANGUD

Tervise tõttu piiratud igapäevase toimetulekuga vastajate osakaal on Lääne-Virumaal (40%) võrdne Eesti keskmisega (joonis 1.3). Lääne-Virumaa omavalitsustest on enim tervise tõttu piiratud toimetulekuga vastajaid Haljala vallas (53%) ja kõige vähem Tamsalu vallas (30%).



Joonis 1.3. Tervise seisundi tõttu piiratud igapäevane toimetulek

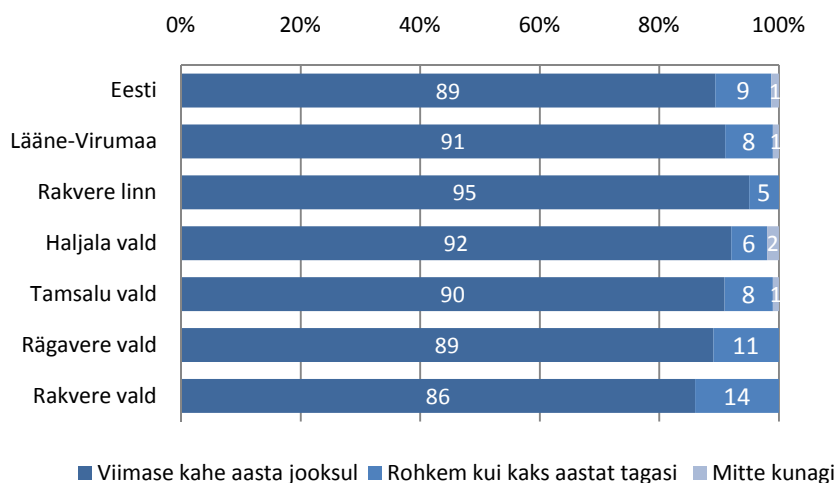
Tervise seisundi tõttu piiratud igapäevase toimetulekuga vastajate osakaal on kõrgem:

- ▶ pigem naistel (49%) kui meestel (31%);
- ▶ pigem vanemaealistel (55%) kui keskealistel (44%) ja noortel (27%);
- ▶ pigem alg- või põhiharidusega (47%) kui keskharidusega (38%) ja kõrgharidusega (29%) vastajatel;
- ▶ pigem mitteaktiivsetel (60%) kui töötutel (38%) ja töötavatel (28%).

## 1.4. TERVISENÄITAJATE MÕÕTMINE JA KONTROLL

### Vererõhu mõõtmine

Sarnaselt Eesti keskmisele on Lääne-Virumaal 91% vastajatest viimase kahe aasta jooksul vererõhku mõõdetud (joonis 1.4). Näitaja on kõrgeim Rakvere linnas (95%) ja madalaim Rakvere vallas (86%).

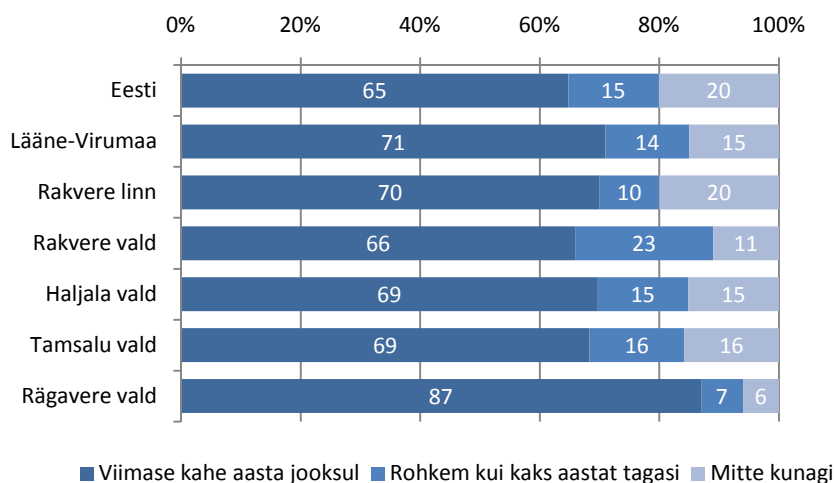


Joonis 1.4. Vererõhu mõõtmine

Uuringule eelnenud kahe aasta jooksul on vererõhku mõõdetud pigem vanemaealistel (95%) ja noortel (95%) kui keskealistel vastajatel (85%).

### Kolesterooli mõõtmine

Vastajaid, kellel pole elu jooksul kunagi vere kolesterooli taset määratud on Lääne-Virumaal 15%, mis on madalam kui Eestis keskmiselt 20% (joonis 1.5). Viimase kahe aasta jooksul on oma vere kolesterooli taset lasknud määrata 71% maakonna vastajatest, mis on kõrgem Eesti keskmisest (65%). Vastav näitaja on kõige kõrgem Rägavare vallas (87%) ja madalaim Rakvere vallas (66%). Rakvere linnas on kõige enam vastajaid (20%), kellel pole vere kolesterooli taset kunagi mõõdetud.



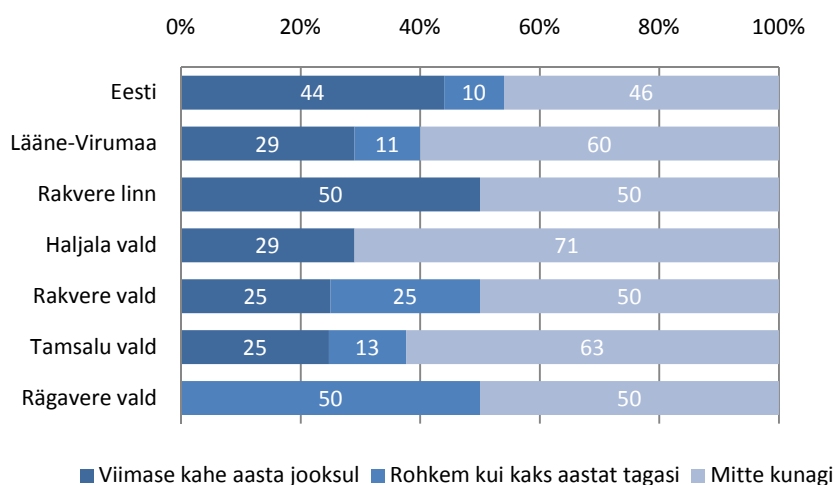
Joonis 1.5. Vere kolesterooli taseme määramine

Vere kolesterooli taset on viimase kahe aasta jooksul määratud:

- ▶ sagedamini vanemaealistel (87%) kui keskealistel (73%) ja noortel (55%);
- ▶ sagedamini kõrgharidusega (80%) kui keskharidusega (69%) ja alg- või põhiharidusega (69%) vastajatel.

### Eesnäärme kontroll

Eesnäärme uuringus osalemise kohta paluti vastata vaid 55-70 aastastel meestel. Viimase kahe aasta jooksul on uuringus osalenud 29% Lääne-Virumaa meestest, mis on madalam Eesti keskmisest 44% (joonis 1.6). Kõige kõrgem on näitaja Rakvere linnas (50%) ja madalaim Rägavere vallas, kus üksi vastaja polnud viimase kahe aasta jooksul eesnäärme uuringul käinud. Mitte kunagi eesnäärme kontrollis käinud vastajaid on kõige enam Haljala vallas (71%).

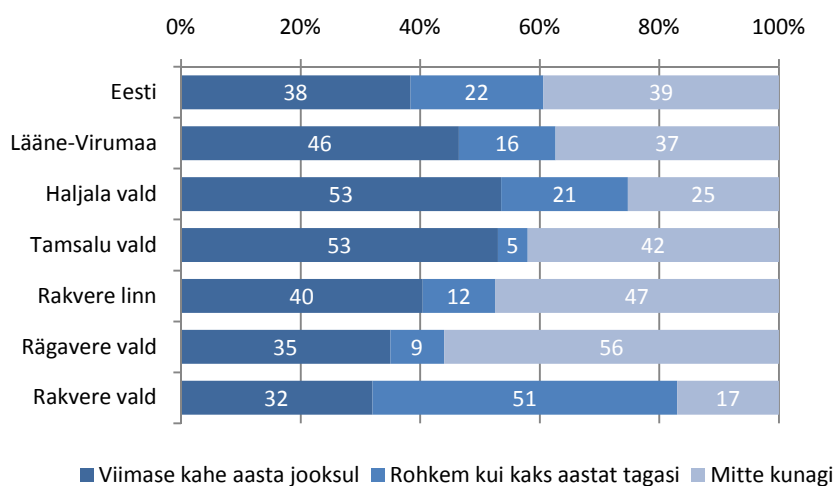


**Joonis 1.6.** Eesnäärme uuringus osalemine  
(vastasid ainult mehed vanuses 55-70 aastat)

Viimase kahe aasta jooksul on eesnäärme kontrollis käinud pigem alg- või põhiharidusega (35%) ja keskhariidusega (34%) kui kõrgharidusega (0%) mehed.

## Mammograafia

Mammograafia uuringus osalemise kohta paluti vastata vaid 35-70 aastastel naistel. Viimase kahe aasta jooksul on uuringus osalenud 46% Lääne-Virumaa naistest, näitaja on kõrgem Eesti keskmisest 38% (joonis 1.7). Kõrgeim on näitaja Haljala vallas ja Tamsalu vallas (53%) ning madalaim Rakvere vallas (32%). Rägavere vald tõuseb esile selle poolest, et sealsetest vähemalt 35-aastastest naistest pole 56% mammograafia uuringus kunagi osalenud.



**Joonis 1.7.** Mammograafia uuringus osalemine  
(vastasid ainult naised vanuses 35-70 aastat)

Viimase kahe aasta jooksul on mammograafia uuringus osalenud:

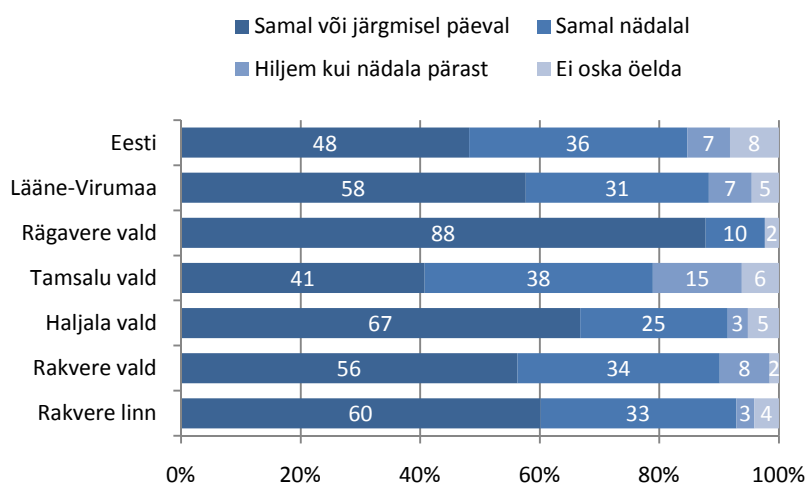
- ▶ pigem vanemaealised (54%) kui keskealised (40%) naised;
- ▶ kõrgem alg- või põhiharidusega (58%) kui kõrgharidusega (45%) ja keskharidusega (41%) naised.

## 1.5. TERVISETEENUSTE KÄTTESAADAVUS

Uuringus küsiti vastajatelt, kui kiiresti saaksid nad vajadusel külastada perearsti või -õde, hambaarsti ja psühholoogilist nõustajat. Vastusteks oli võimalik märkida samal või järgmisel päeval, samal nädalal, hiljem kui nädala pärast või ei oska öelda.

### Perearst ja pereõde

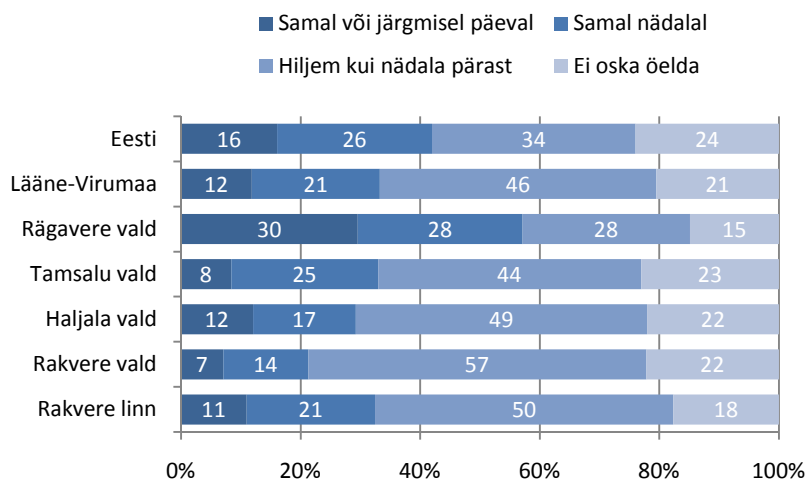
Lääne-Virumaal on perearsti või -õe teenus kättesaadav samal või järgmisel päeval 58% vastajatele (joonis 1.8), mis on kõrgem Eesti keskmisest 48%. Kõige kõrgem on samal või järgmisel päeval perearsti või -õe teenuse kättesaadavus Rägavere vallas (88%) ja madalaim Tamsalu vallas (41%). Olulisi erinevusi sotsiaal-demograafiliste tunnuste lõikes näitaja kohta ei esinenud (vt lisa 1, tabel 1.8).



Joonis 1.8. Perearsti või -õe teenuse kättesaadavus

### Hambaarst

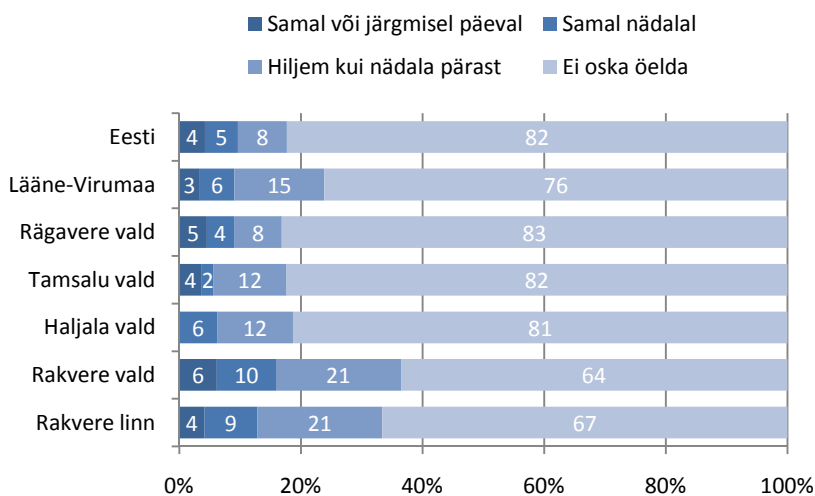
Samal või järgmisel päeval pääseb hambaarstile 12% Lääne-Virumaa vastajatest, mis on sarnane Eesti keskmisele (joonis 1.9). Näitaja on kõrgeim Rägavere vallas (30%) ja madalaim Rakvere vallas (7%). Olulisi erinevusi sotsiaal-demograafiliste tunnuste lõikes näitaja kohta ei esinenud (vt lisa 1, tabel 1.9).



Joonis 1.9. Hambaarsti teenuse kättesaadavus

### Psühholoogiline nõustamine

Enamus vastajaid nii Eestis keskmiselt kui Lääne Virumaal ei osanud küsimusele psühholoogilise nõustamisteenuse kättesaadavuse kohta vastata (joonis 1.10). See võib peegeldada madalat teadlikkust teenuse kättesaadavusest või viidata teenuse puudumisele. Kõige enam oskasid teenuse kättesaadavusele hinnangut anda Rakvere valla ja Rakvere linna vastajad, kellest enamik hindasid teenuse ootejärjekorda pikemaks kui üks nädal. Olulisi erinevusi sotsiaal-demograafiliste tunnuste lõikes näitaja kohta ei esinenud (vt lisa 1, tabel 1.10).



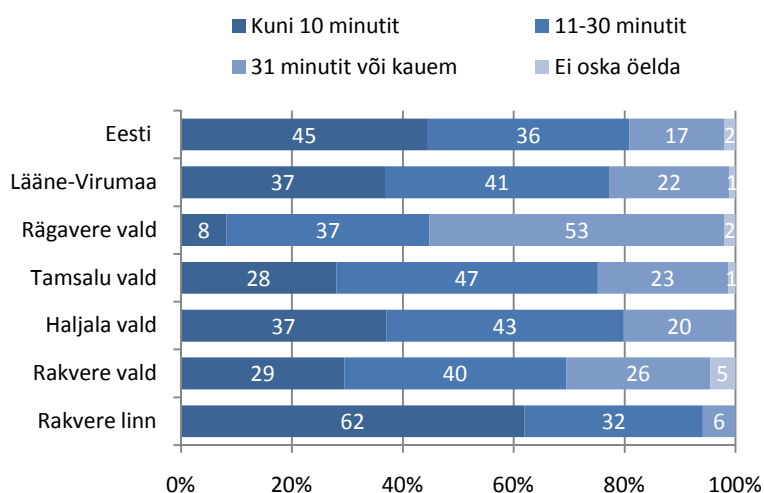
Joonis 1.10. Psühholoogilise nõustamisteenuse kättesaadavus

## 1.6. RAVIMITE, TOIDUKAUPADE, ALKOHOLI JA TUBAKATOODETE KÄTTESAADAVUS

Uuringus küsiti vastajatelt kui palju kuluks neil aega oma kodust tulles, et osta ravimeid, toidukaupu, alkoholi või tubakatooteid. Vastusteks oli võimalik märkida kuni 10 minutit, 11-30 minutit, 31 minutit või kauem või ei oska öelda.

### Ravimite kättesaadavus

Ravimite kättesaadavus kuni 10 minuti jooksul on Lääne-Virumaal (37%) madalam Eesti keskmisest (45%) (joonis 1.11). Näitaja on kõige kõrgem Rakvere linnas (62%) ja madalaim Rägavere vallas (8%).



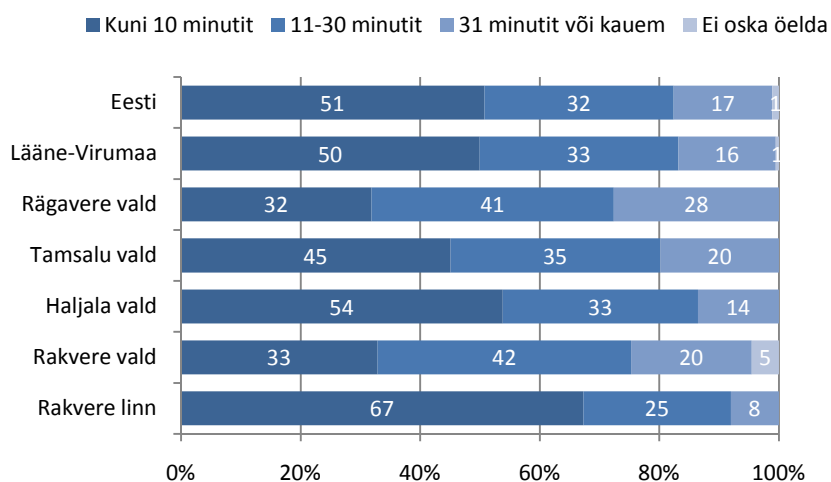
Joonis 1.11. Ravimite kättesaadavus

Kuni 10 minuti jooksul on ravimid kättesaadavad pigem noortele (41%) ja keskealistele (39%) kui vanemaealistele (25%) vastajatele.



### Toidukaupade kättesaadavus

Toidukaupade kättesaadavus kuni 10 minuti jooksul on Lääne-Virumaal (50%) sarnane Eesti keskmisele (joonis 1.12). Näitaja on kõrgeim Rakvere linnas (67%) ja kõige madalam Rägavere vallas (32%).



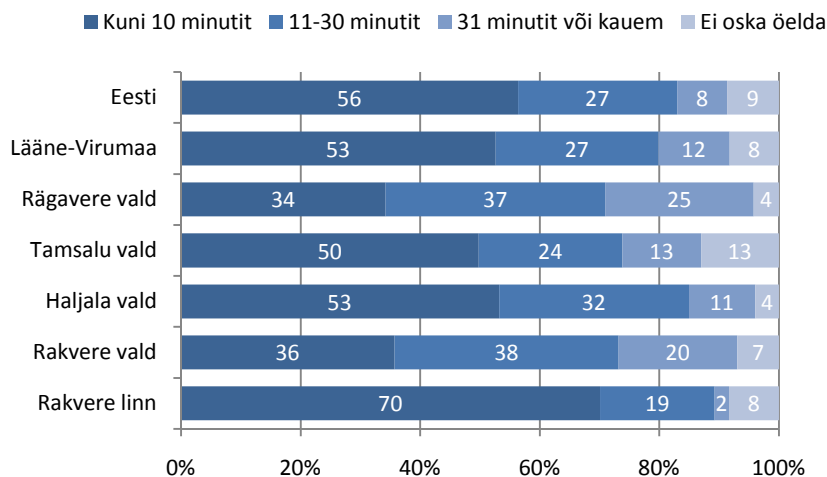
Joonis 1.12. Toidukaupade kättesaadavus

Toidukaubad on kuni 10 minuti jooksul kättesaadavad:

- ▶ pigem noortele (61%) kui keskealistele (50%) ja vanemaealistele (28%);
- ▶ pigem kõrge (63%) kui keskmise (47%) ja madala ostujõuga (45%) vastajatele.

### Alkoholi kättesaadavus

Alkoholi kättesaadavus kuni 10 minuti jooksul on Lääne-Virumaal (53%) sarnane Eesti keskmisele (joonis 1.13). Näitaja on kõige kõrgem Rakvere linnas (70%) ja madalaim Rägavere vallas (34%).



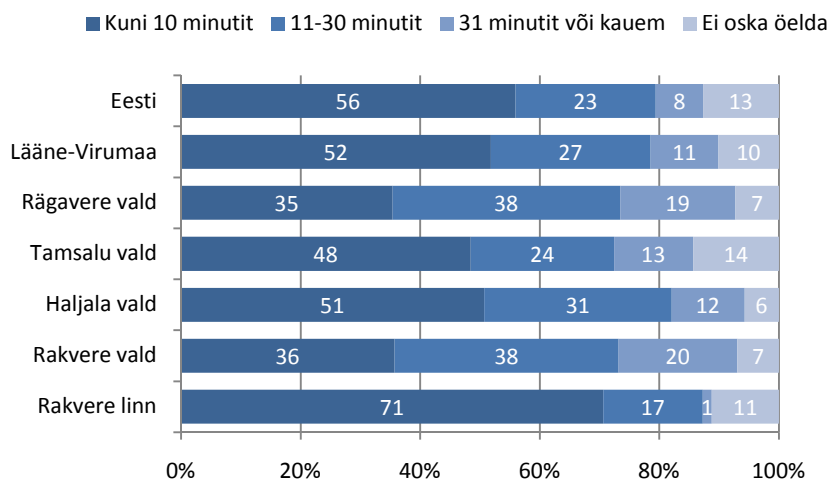
Joonis 1.13. Alkoholi kättesaadavus

Kuni 10 minuti jooksul on alkohol kättesaadavam:

- ▶ pigem noortele (65%) kui keskealistele (51%) ja vanemaealistele (30%);
- ▶ pigem kõrge (62%) kui keskmise (53%) ja madala (48%) ostujõuga vastajatele.

### Tubaka kättesaadavus

Tubakatoodete kättesaadavus Lääne-Virumaal sarnaneb Eesti keskmisega, kuni 10 minuti jooksul on tubakatooted kättesaadavad 52% Lääne-Virumaa vastajatest (joonis 1.14). Sarnaselt alkoholi kättesaadavusele on näitaja kõrgeim Rakvere linnas (71%) ja kõige madalam Rägavere vallas (35%).



Joonis 1.14. Tubakatoodete kättesaadavus

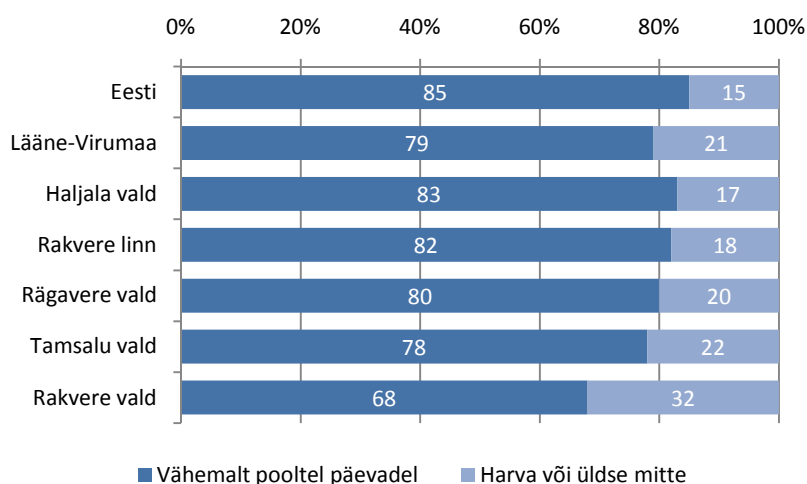
Kuni 10 minuti jooksul on tubakatooted kättesaadavamad:

- ▶ pigem noortele (65%) kui keskealistele (50%) ja vanemaealistele (28%);
- ▶ pigem kõrge (62%) kui keskmise (53%) ja madala (46%) ostujõuga vastajatele.

## 2. TOITUMINE

### 2.1. HOMMIKUSÖÖK

Homмикusöogi söömise poolest on Lääne-Virumaa näitaja madalam Eesti keskmisest – 79% Lääne-Virumaa vastajatest sõi uuringule eelnenud kuu jooksul hommikust vähemalt pooltel päevadel (joonis 2.1). Kõige enam söövad hommikust Haljala valla vastajad (83%) ja kõike vähem Rakvere valla vastajad (68%).



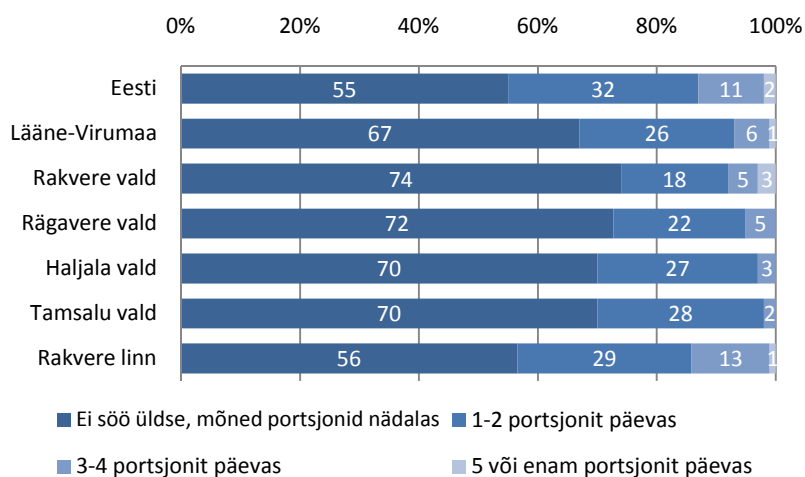
Joonis 2.1. Homмикusöogi söömine uuringule eelnenud 30 päeva jooksul

Homмикusööki söövad rohkem (vähemalt pooltel päevadel uuringule eelnenud kuu jooksul):

- ▶ pigem naised (85%) kui mehed (74%);
- ▶ pigem vanemaealised (96%) kui keskealised (83%) ja noored (67%);
- ▶ pigem kõrgharidusega (88%) ja keskhariidusega (87%) kui alg- või põhiharidusega (65%) vastajad;
- ▶ pigem mitteaktiivsed (87%) ja töötud (82%) kui töötavad (74%).

## 2.2. PUU- JA KÖÖGIVILJAD

Võrreldes Eesti keskmisega on Lääne-Virumaal rohkem vastajaid, kes puu- ja köögivilju üldse ei söö või söövad ainult mõned korrad nädalas – 67% (joonis 2.2). Vähesese puu- ja köögiviljade söömise poolest tõusevad esile Rakvere vald (74%) ja Rägavere vald (72%). Kõige suurem on vähemalt 3 portsjonit päevas puu- ja köögivilju sööjate arv Rakvere linnas (14%), soovituslikud 5 ja rohkem portsjonit päevas sööb 1% Lääne-Virumaa vastajatest.



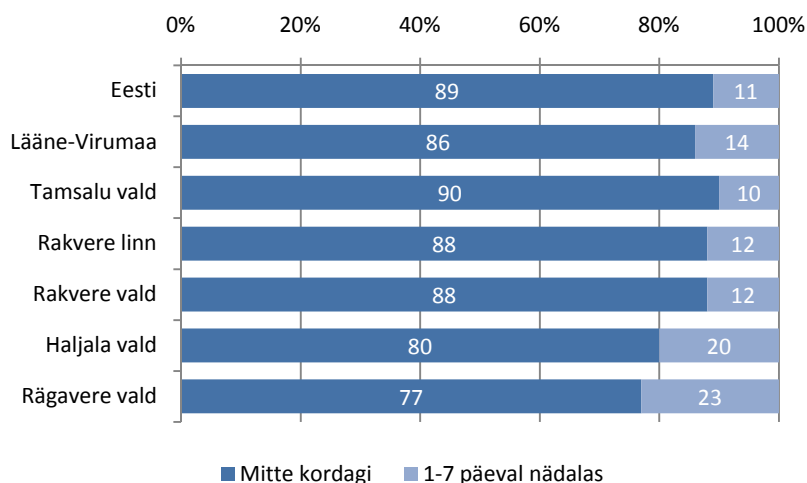
Joonis 2.2. Puu- ja köögiviljade söömine uuringule eelnenud 7 päeva jooksul

Vastajaid, kes puu- ja köögivilju ei söö üldse või söövad mõned portsjonid nädalas, saab iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem mehed (73%) kui naised (60%);
- ▶ pigem vanemaealised (76%) kui keskealised (67%) ja noored (63%);
- ▶ pigem alg- või põhiharidusega (72%) ja keskharidusega (69%) kui kõrgharidusega (53%) vastajad;
- ▶ pigem töötud (91%) kui mitteaktiivsed (70%) ja töötavad (64%).

### 2.3. ENERGIAJOOGID

Vastajaid, kes uuringule eelnenud nädala jooksul jõid energijooke on Jõgevamaal (14%) sarnaselt Eesti keskmisele (joonis 2.3). Kõige vähem on energijookide tarvitajaid Tamsalu vallas (10%) ja kõige enam Rägavere vallas (23%).



Joonis 2.3. Energijookide tarvitamine uuringule eelnenud 7 päeva jooksul

Vähemalt ühe korra nädalas energijookide tarvitajaid võib iseloomustada järgnevalt:

- ▶ pigem mehed (19%) kui naised (9%);
- ▶ pigem noored (26%) kui vanemaealised (6%) ja keskealised (5%);
- ▶ pigem alg- või põhiharidusega (21%) kui kõrgharidusega (12%) ja keskharidusega (10%) vastajad;
- ▶ pigem need, kes joovad end purju (korruga vähemalt 6 alkoholiannust) vähemalt üks kord nädalas.

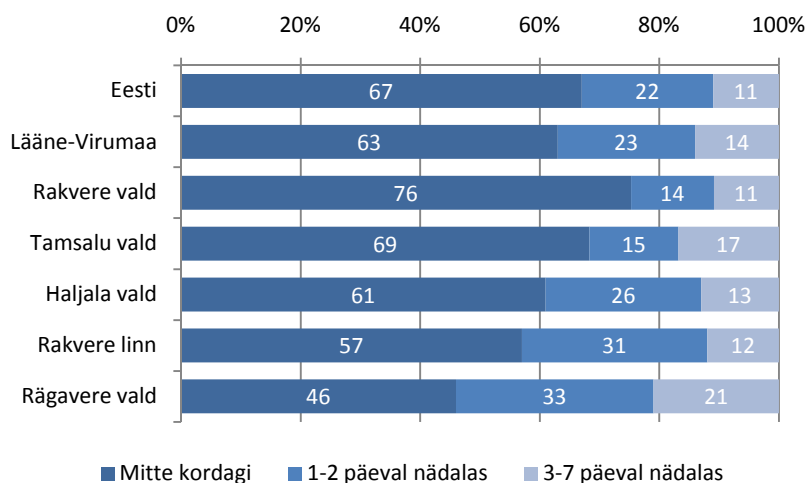
Tabel 2.1 Energijookide tarvitamise seos korruga vähemalt 6 alkoholiannuse tarvitamise sagedusega, %

	Mitte kordagi	1-7 päeval nädalas	Kokku	
Korruga vähemalt 6 alkoholiannuse tarvitamine*	Mitte kordagi	87	13	100%
	1-3 korda kuus	87	13	100%
	Vähemalt 1 kord nädalas	65	35	100%

\*Vastasid ainult need, kes olid uuringule eelnenud 30 päeva jooksul alkohoolseid jooke taritanud.

## 2.4. SUHKRUT SISALDAVAD MAGUSAD JOOGID

Lääne-Virumaal on Coca-Cola ja teiste suhkrut sisaldavate magusate jookide iganädalasi tarvitajaid 37% vastajatest, mis on sarnane Eesti keskmisele (joonis 2.4). Vähemalt ühel päeval nädalas mainitud jooki tarvitanud vastajate osakaal on suurim Rägavere vallas (54%) ja madalaim Rakvere vallas (25%).



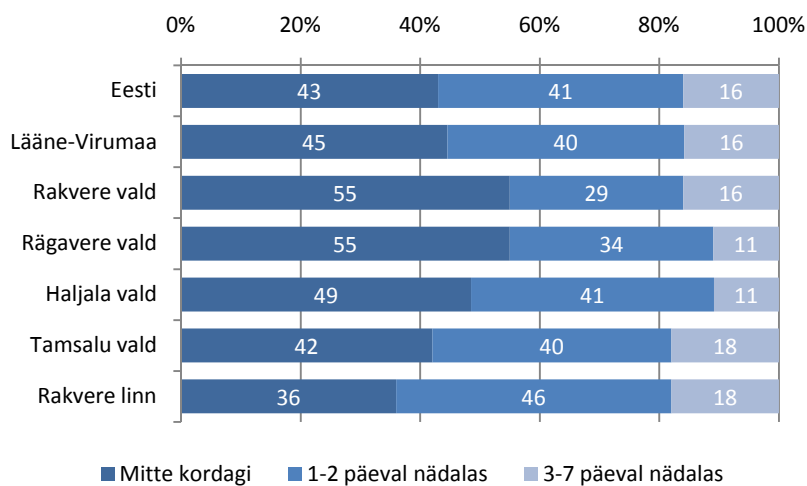
Joonis 2.4. Coca-Cola ja teiste suhkrut sisaldavate magusate jookide tarvitamine uuringule eelnend 7 päeva jooksul

Vähemalt ühe korra nädalas magusate jookide tarvitajaid võib iseloomustada järgnevalt:

- ▶ pigem mehed (44%) kui naised (31%);
- ▶ pigem noored (61%) kui keskealised (23%) ja vanemaealised (13%);
- ▶ pigem alg- või põhiharidusega (44%) kui kõrgharidusega (36%) ja keskharidusega (33%) vastajad;
- ▶ pigem kõrge (45%) kui keskmise (35%) ja madala (34%) ostujõuga vastajad;
- ▶ pigem ilma lasteta (42%) ja täisealiste lastega (36%) kui alaealiste lastega (29%) leibkondade liikmed.

## 2.5. SAIATOOTED

Vähemalt üks kord nädalas pitsa, pirukate, saiakeste ja hamburgerite sööjaid on Lääne-Virumaal (56%) sarnaselt Eesti keskmisega (joonis 2.5). Vähemalt ühel päeval nädalas söövad kõige enam saiatooteid Rakvere linna vastajad (64%) ja kõige vähem Rakvere valla ja Rägavere valla vastajad (45%).



Joonis 2.5. Saiatoodete söömine uuringule eelnenud 7 päeva jooksul

Vähemalt ühe korra nädalas saiatoodete sööjaid võib iseloomustada järgmiselt:

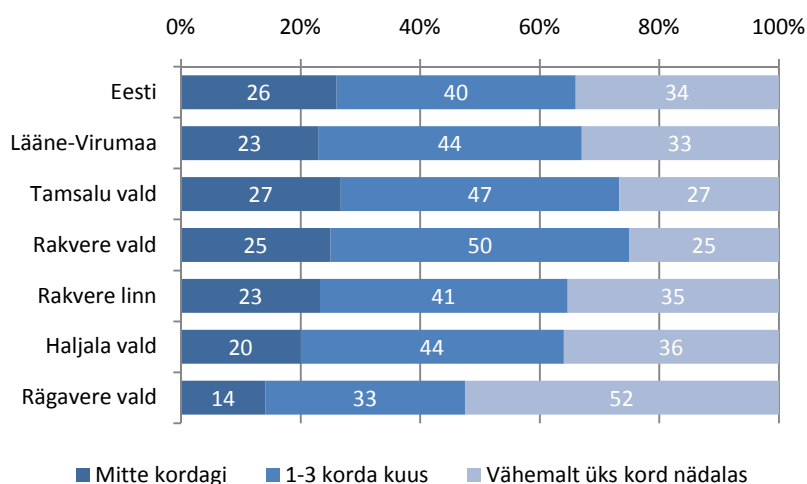
- ▶ pigem mehed (61%) kui naised (50%);
- ▶ pigem noored (63%) kui keskealised (52%) ja vanemaealised (45%);
- ▶ pigem keskharidusega (57%) ja alg- või põhiharidusega (56%) kui kõrgharidusega (46%) vastajad.



## 3. ALKOHOL

### 3.1. ALKOHOLI TARVITAMISE REGULAARSUS

Alkoholi tarvitamise regulaarsus Lääne-Virumaal sarnaneb Eesti keskmisega – uuringule eelnenud 30 päeva jooksul alkoholi vähemalt üks kord nädalas tarvitanud vastajaid on Lääne-Virumaal 33% (joonis 3.1). Vähemalt korra nädalas alkoholi tarvitajaid on kõige enam Rägavere vallas (52%) ja kõige vähem Rakvere vallas (25%).



Joonis 3.1. Alkoholi tarvitamise regulaarsus uuringule eelnenud 30 päeva jooksul

Vähemalt ühe korra nädalas alkoholi tarvitajaid võib iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem mehed (53%) kui naised (12%);
- ▶ pigem noored (37%) ja keskealised (37%) kui vanemaealised (20%);
- ▶ pigem alg- või põhiharidusega (44%) kui keskharidusega (29%) ja kõrgharidusega (25%) vastajad;
- ▶ pigem töötavad (42%) kui töötud (33%) ja mitteaktiivsed (18%);
- ▶ pigem kõrge (41%) ja keskmise (33%) kui madala (28%) ostujõuga vastajad;
- ▶ pigem elukaaslasega (40%) kui ilma elukaaslaseta (26%) vastajad.

Vähemalt üks kord nädalas tarvitajad alkoholi pigem need:

- ▶ kes joovad end purju vähemalt üks kord nädalas;
- ▶ kes enda hinnangul tarvitavad alkoholi palju;
- ▶ kellel on olnud juhuslikke seksuaalsuhteid;
- ▶ kes on korduvalt tarvitanud kanepit;
- ▶ kes on korduvalt tarvitanud teisi narkootikume (ecstasy, amfetamiin, kokaiin, heroiin).

**Tabel 3.1.** Alkoholi tarvitamise regulaarsuse seosed teiste tunnustega, %

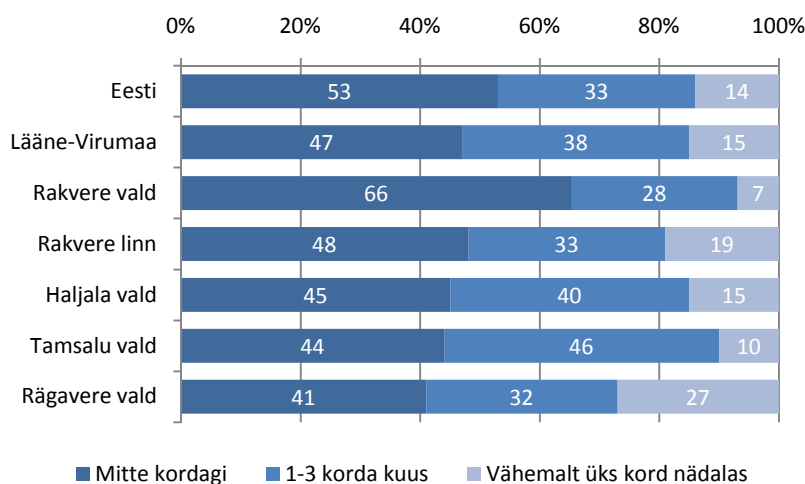
		Vähemalt üks kord nädalas	1-3 korda kuus	Mitte kordagi	Kokku
<b>Korruga vähemalt 6 alkoholiannuse tarvitamine*</b>	Mitte kordagi	19	81	0	100
	1-3 korda kuus	51	49	0	100
	Vähemalt 1 kord nädalas	100	0	0	100
<b>Subjekttiivne alkoholi tarvitamise hinnang*</b>	Vähe või mõõdukalt	37	63	0	100
	Palju	97	3	0	100
<b>Seksuaalvahekord juhupartneriga viimase 12 kuu jooksul**</b>	Jah	65	31	4	100
	Ei	31	46	23	100
<b>Kanepi tarvitamine</b>	Jah, 1 korra	44	49	7	100
	Jah, korduvalt	77	23	0	100
	Ei	26	47	26	100
<b>Teiste narkootikumide tarvitamine</b>	Jah, 1 korra	73	27	0	100
	Jah, korduvalt	100	0	0	100
	Ei	29	47	24	100

\*Vastasid ainult need, kes olid uuringule eelnenud 30 päeva jooksul alkohoolseid jooke tarvitanud.

\*\*Vastasid ainult need, kes on kunagi olnud seksuaalvahekorras.

### 3.2. ALKOHOLI TARVITAMISE KOGUSED

Purju joomise (ehk korraga vähemalt 6 annuse alkoholi<sup>3</sup> tarvitamise) sageduse näitajate poolest on Lääne-Virumaa olukord mõnevõrra halvem Eesti keskmisest (joonis 3.2). Kui Eestis keskmiselt joob end vähemalt ühe korra kuus purju 47% vastajatest, siis Lääne-Virumaal on näitaja 53%. Iga nädal purju joojaid on Lääne-Virumaal keskmiselt 15%. Iganädalasi purju joojaid on kõige enam Rägavere vallas (27%) ja kõige vähem Rakvere vallas (7%).



**Joonis 3.2.** Korraga vähemalt kuue alkoholiannuse tarvitamine uuringule eelnenud 30 päeva jooksul. (vastasid ainult need, kes olid uuringule eelnenud 30 päeva jooksul alkohoolseid jooke tarvitanud)

Vähemalt ühe korra nädalas purju joojaid võib iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem mehed (22%) kui naised (5%);
- ▶ pigem noored (17%) ja keskealised (17%) kui vanemaealised (4%);
- ▶ pigem alg- või põhiharidusega (19%) ja keskharidusega (14%) kui kõrgharidusega (7%) vastajad;
- ▶ pigem töötud (23%) kui töötavad (15%) ja mitteaktiivsed (12%);
- ▶ pigem keskmise (25%) kui madala (11%) ja kõrge (4%) ostujõuga vastajad.

Rohkem esineb purju joomist nende hulgas:

- ▶ kes enda hinnangul tarvitavad alkoholi palju;
- ▶ kes ei ole suitsetamisest loobunud;
- ▶ kes on uuringule eelnenud nädalal tarvitanud energijooke;
- ▶ kes on korduvalt tarvitanud kanepit;
- ▶ kes on korduvalt tarvitanud teisi narkootikume (ecstasy, amfetamiin, kokaiin, heroiin);
- ▶ kellel on olnud juhuslikke seksuaalsuhteid.

<sup>3</sup> Alkoholiannus on alkohoolse joogi kogus, mis sisaldab 10 g absoluutset alkoholi. Üks alkoholiannus on näiteks 250 ml 5%–5,3% õlut või 1 pokaal (120 ml) 12% veini või 1 pits (40 ml) 40% kanget alkoholi. Allikas: Tähepõld, H., Veskimägi, M., Kalda, R., Maaroos, H-I., Oona, M., Saame, I. (2012). Alkoholi liigtarvitava patsiendi varajane avastamine ja nõustamine perearstipraktises: metoodiline juhendmaterjal perearstidele ja pereõdedele. II parandatud ja täiendatud trükk. Tallinn: Lakrito AS.

Tabel 3.2. Korraga vähemalt 6 alkoholiannuse tarvitamise seosed teiste tunnustega, (%)\*

		Vähemalt üks kord nädalas	1-3 korda kuus	Mitte kordagi	Kokku
<b>Subjektiiivne alkoholi tarvitamise hinnang*</b>	Vähe või mõõdukalt	8	39	53	100
	Palju	69	31	0	100
<b>Suitsetamine**</b>	Suitsetab	29	49	22	100
	Loobunud	4	38	58	100
<b>Energiajookide tarvitamine</b>	Mitte kordagi	11	40	49	100
	1-7 päeval nädalas	31	31	37	100
<b>Kanepi tarvitamine</b>	Jah, ühe korra	17	42	41	100
	Jah, korduvalt	42	47	12	100
	Ei	9	36	55	100
<b>Teiste narkootikumide tarvitamine</b>	Jah, ühe korra	67	9	24	100
	Jah, korduvalt	75	25	0	100
	Ei	8	41	52	100
<b>Seksuaalvahekord juhupartneriga viimase 12 kuu jooksul***</b>	Jah	42	43	15	100
	Ei	9	39	53	100

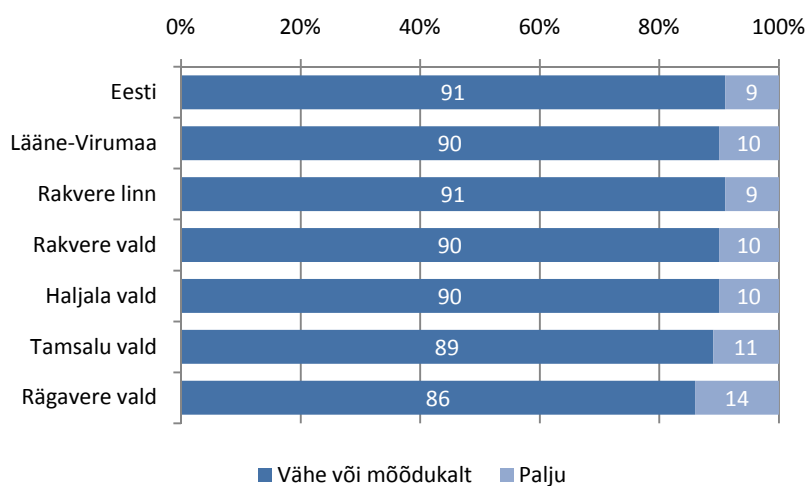
\*Vastasid ainult need, kes olid uuringule eelnenud 30 päeva jooksul alkohoolseid jooke tarvitanud.

\*\*Vastasid ainult need, kes on kunagi oma elus suitsetanud.

\*\*\*Vastasid ainult need, kes on kunagi olnud seksuaalvahekorras.

### 3.3. HINNANGUD OMA ALKOHOLI TARVITAMISELE

Uuringus osalejatel paluti anda subjektiivne hinnang enda alkoholi tarvitamisele. Lääne-Virumaal leiab 90% vastajaist, et nad tarvitavad alkoholi vähe või mõõdukalt, näitaja on sarnane Eesti keskmisele (joonis 3.3). Neid vastajad, kes arvavad, et nad tarvitavad palju on kõige enam Rägavere vallas (14%) ja kõige vähem Rakvere linnas (9%).



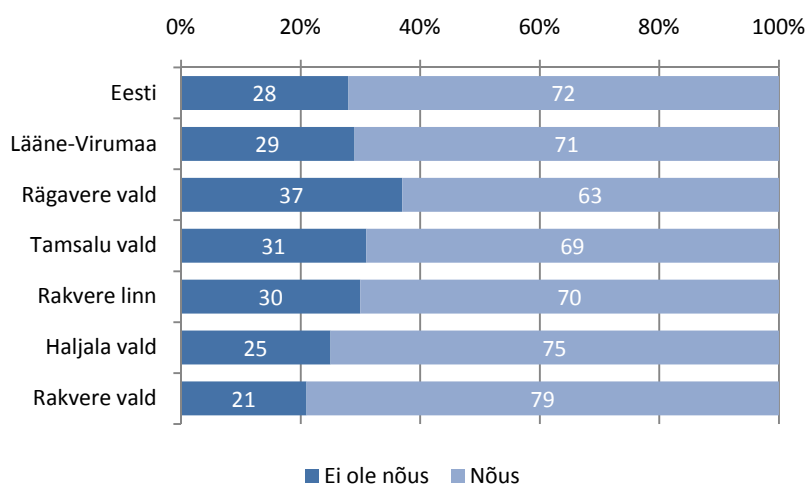
**Joonis 3.3.** Subjektiivne alkoholi tarvitamise hinnang  
(vastasid ainult need, kes olid uuringule eelnend 30 päeva jooksul alkohoolseid jooke tarvitanud)

Enda hinnangul tarvitavad alkoholi palju pigem mehed (15%) kui naised (4%).

### 3.4. HOIAKUD ALKOHOLI TARVITAMISE SUHTES

#### Hoiakud regulaarse alkoholi tarvitamise terviskahjude suhtes

Väitega „Enamikel nädalapäevadel klaasi veini või pudeli õlle joomine võib tervisele halvasti mõjuda“ nõustujate osakaal on Lääne-Virumaal (71%) sarnane Eesti keskmisele (joonis 3.4). Väitega nõustujaid on kõige enam Rakvere vallas (79%) ja kõige vähem Rägavere vallas (63%).



Joonis 3.4. Väitele „Enamikel nädalapäevadel klaasi veini või pudeli õlle joomine võib tervisele halvasti mõjuda“ vastamine

Väitega mittenõustujaid võib iseloomustada järgmiselt:

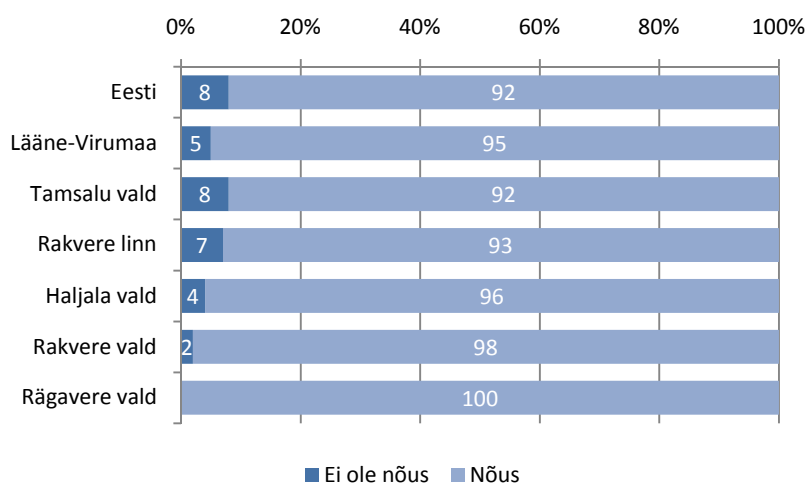
- ▶ pigem mehed (40%) kui naised (15%);
- ▶ pigem noored (33%) ja keskealised (30%) kui vanemaealised (17%);
- ▶ pigem alg- või põhiharidusega (33%) ja keskharidusega (28%) kui kõrgharidusega (23%) vastajad;
- ▶ pigem need, kes tarvitavad alkoholi vähemalt üks kord nädalas.

Tabel 3.3. Väite „Enamikel nädalapäevadel klaasi veini või pudeli õlle joomine võib tervisele halvasti mõjuda“, seos alkoholi tarvitamise regulaarsusega, %

		Ei ole nõus	Nõus	Kokku
Alkoholi tarvitamise regulaarsus	Vähemalt 1 kord nädalas	41	59	100
	1-3 korda kuus	28	72	100
	Mitte kordagi	9	91	100

*Hoiakud purju joomise terviskahjude suhtes*

Väitega „Iganädalane purju joomine võib tekitada tõsiseid tervisehäireid“ ei nõustu 5% Lääne-Virumaa vastajatest, mis on sarnane Eesti keskmisele (joonis 3.5). Mittenõustujaid on kõige rohkem Tamsalu vallas (8%) ja kõige vähem Rägavere vallas (0%). Olulisi erinevusi sotsiaal-demograafiliste tunnuste lõikes näitaja kohta ei esinenud (vt lisa 3, tabel 3.5).



*Joonis 3.5. Väitele „Iganädalane purju joomine võib tekitada tõsiseid tervisehäireid“ vastamine*

Väitega ei nõustu pigem need, kes sagedamini joovad end purju.

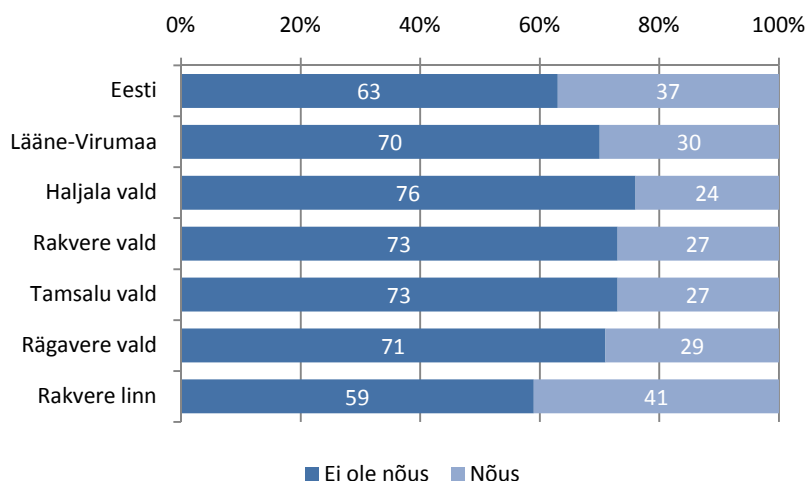
*Tabel 3.4 Väite „Iganädalane purju joomine võib tekitada tõsiseid tervisehäireid“, seos korraka vähemalt 6 alkoholiannuse tarvitamisega, %*

		Ei ole nõus	Nõus	Kokku
<b>Korraka vähemalt 6 alkoholiannuse tarvitamine</b>	Vähemalt 1 kord nädalas	11	89	100
	1-3 korda kuus	10	90	100
	Mitte kordagi	1	99	100

*\*Vastasid ainult need, kes olid uuringule eelnenud 30 päeva jooksul alkohoolseid jooke tarvitanud.*

### Purju joomist soosivad hoiakud tutvusringkonnas

Väitega „Minu tutvusringkonnas on tavaline ennast seltskondlikel koosviibimistel purju juua“ nõustujaid on Lääne-Virumaal (30%) vähem kui Eestis keskmiselt (37%) (joonis 3.6). Kõige madalam on nõustujate osakaal Haljala vallas (24%) ja kõige kõrgem Rakvere linnas (41%).



Joonis 3.6. Väitele „Minu tutvusringkonnas on tavaline ennast seltskondlikel koosviibimistel purju juua“ vastamine

Väitega nõustujaid võib iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem mehed (35%) kui naised (24%);
- ▶ pigem noored (38%) ja keskealised (30%) kui vanemaealised (12%);
- ▶ pigem keskkharidusega (35%) ja alg- või põhiharidusega (30%) kui kõrgharidusega (18%) vastajad;
- ▶ pigem need, kes tarvitavad alkoholi vähemalt üks kord nädalas;
- ▶ pigem need, kes joovad end purju vähemalt üks kord nädalas.

Tabel 3.5. Väite „Minu tutvusringkonnas on tavaline ennast seltskondlikel koosviibimistel purju juua“, seosed teiste tunnustega, %

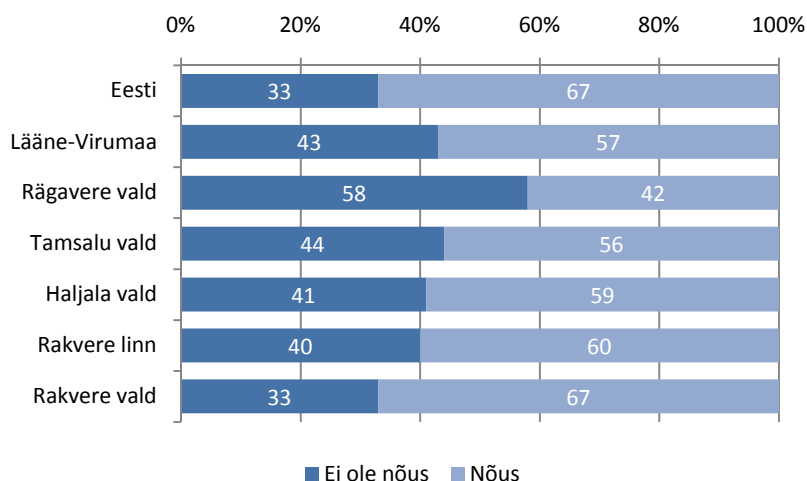
		Ei ole nõus	Nõus	Kokku
<b>Alkoholi tarvitamise regulaarsus</b>	Vähemalt 1 kord nädalas	57	43	100
	1-3 korda kuus	76	24	100
	Mitte kordagi	75	25	100
<b>Korraka vähemalt 6 alkoholiannuse tarvitamine</b>	Vähemalt 1 kord nädalas	34	66	100
	1-3 korda kuus	68	32	100
	Mitte kordagi	78	22	100

\*Vastasid ainult need, kes olid uuringule eelnenud 30 päeva jooksul alkohoolseid jooke tarvitanud.



*Hoiakud alkoholi ja tubakatoodete müügipiirangute suhtes*

Lääne-Virumaal on väitega „Alkoholi ja tubakatooteid tuleks müüa spetsiaalsetes müügikohtades“ nõustujaid vähem (57%) kui Eestis keskmiselt (67%) (joonis 3.7). Kõige madalam on nõustujate osakaal Rägavere vallas (42%) ja kõige kõrgem Rakvere vallas (67%).



*Joonis 3.7. Väitele „Alkoholi ja tubakatooteid tuleks müüa spetsiaalsetes müügikohtades“ vastamine*

Müügipiirangute vastaseid võib iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem mehed (51%) kui naised (32%);
- ▶ pigem noored (48%) ja keskealised (47%) kui vanemaealised (24%);
- ▶ pigem alg- või põhiharidusega (48%) kui keskharidusega (41%) ja kõrgharidusega (35%) vastajad;
- ▶ pigem need, kes tarvitavad alkoholi vähemalt üks kord nädalas;
- ▶ pigem need, kes sagedamini joovad end purju.

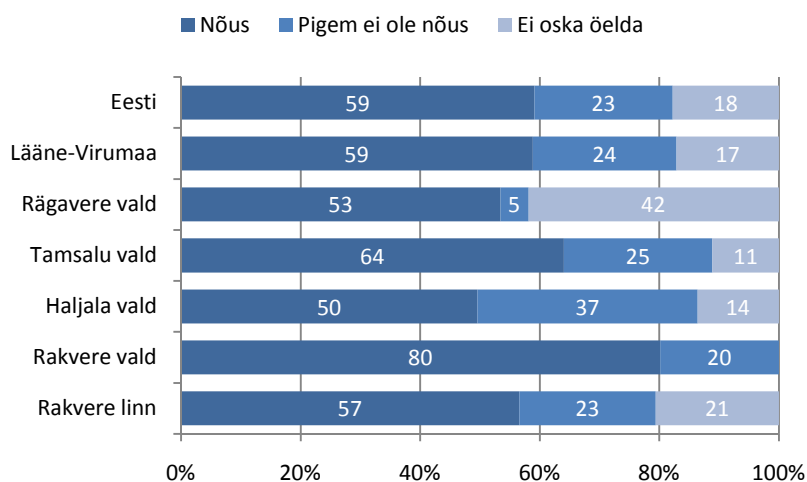
*Tabel 3.6. Väite „Alkoholi ja tubakatooteid tuleks müüa spetsiaalsetes müügikohtades“, seos teiste tunnustega, %*

		Ei ole nõus	Nõus	Kokku
<b>Alkoholi tarvitamise regulaarsus</b>	Vähemalt 1 kord nädalas	60	40	100
	1-3 korda kuus	41	59	100
	Mitte kordagi	17	83	100
<b>Korraka vähemalt 6 alkoholiannuse tarvitamine*</b>	Vähemalt 1 kord nädalas	66	34	100
	1-3 korda kuus	66	34	100
	Mitte kordagi	31	69	100

\*Vastasid ainult need, kes olid uuringule eelnenud 30 päeva jooksul alkohoolseid jooke taritanud.

### Valmisolek piirata oma alkoholi tarvitamist

Väitega „Peaksin tarvitama vähem alkoholi“ nõustujaid oli Lääne-Virumaal (59%) võrdsest Eesti keskmisega (joonis 3.8). Näitaja on kõrgeim Rakvere vallas (80%) ja kõige madalam Haljala vallas (50%).



**Joonis 3.8.** Väitele „Peaksin tarvitama vähem alkoholi“ vastamine (analüüsist on välja jäetud need, kes vastasid väitele „ei kehti minu kohta“)

Väitega peaksin tarvitama vähem alkoholi nõustujad on:

- ▶ pigem mehed (65%) kui naised (41%);
- ▶ pigem vanemaealised (67%) ja keskealised (65%) ja noored (54%);
- ▶ pigem need, kes tarvitavad alkoholi vähemalt üks kord nädalas;
- ▶ pigem need, kes sagedamini joovad end purju;
- ▶ pigem need, kes leiavad, et nende tutvusringkonnas on seltskondlikel üritustel purju joomine tavaline.

**Tabel 3.7.** Väite „Peaksin tarvitama vähem alkoholi“, seos teiste tunnustega, %\*

		Nõus	Pigem ei ole nõus	Ei oska öelda	Kokku
<b>Alkoholi tarvitamise regulaarsus</b>	Mitte kordagi	38	0	62	100
	Mõned korrad kuus	46	39	15	100
	Vähemalt 1 kord nädalas	68	16	17	100
<b>Korruga vähemalt 6 alkoholiannuse tarvitamine**</b>	Mitte kordagi	43	39	19	100
	1-3 korda kuus	66	26	8	100
	Vähemalt üks kord nädalas	64	7	29	100
<b>Tutvusringkonnas on tavaline ennast seltskondlikel koosviibimistel purju juua</b>	Ei ole nõus	50	30	20	100
	Nõus	72	17	11	100

\*Analüüsist on välja jäetud need, kes vastasid väitele „ei kehti minu kohta“.

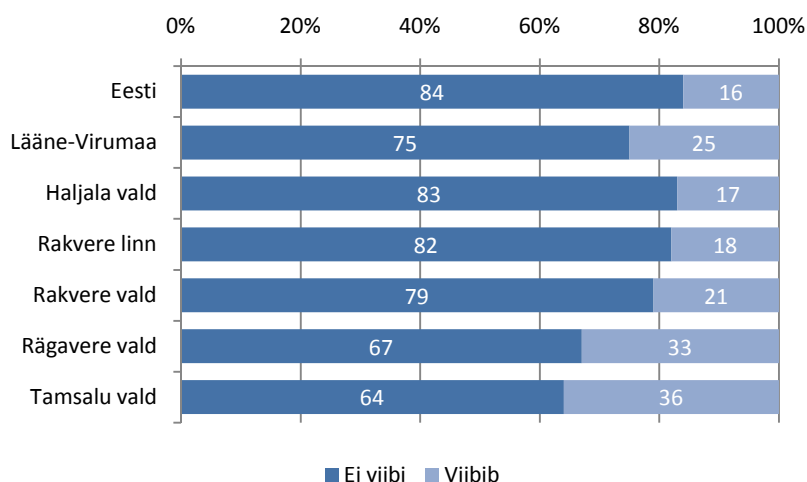
\*\*Vastasid ainult need, kes olid uuringule eelnud 30 päeva jooksul alkoholiseid jooke tarvitanud.

## 4. SUITSETAMINE

### 4.1. PASSIIVNE SUITSETAMINE

#### Tööl viibimine ruumides, kus suitsetatakse

Lääne-Virumaa vastajatest viibib 25% tööl ruumides, kus suitsetatakse, mis on kõrgem Eesti keskmisest -16% (joonis 4.1). Omavalitsuste lõikes on näitaja kõrgeim Tamsalu vallas (36%) ja kõige madalam Haljala vallas (17%).



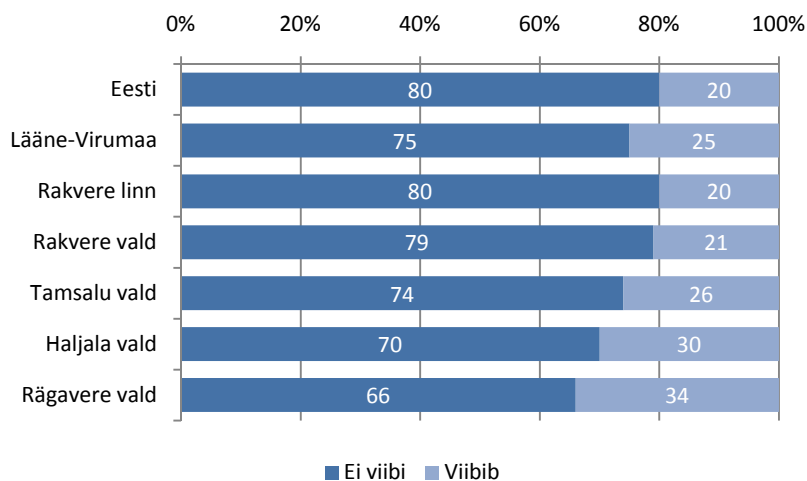
Joonis 4.1. Tööl viibimine ruumides, kus suitsetatakse

Vastajaid, kelle töökohal suitsetatakse võib iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem mehed (39%) kui naised (10%);
- ▶ pigem noored (35%) kui keskealised (22%) ja vanemaealised (9%);
- ▶ pigem keskharidusega (29%) ja alg- või põhiharidusega (27%) kui kõrgharidusega (10%) vastajad.

### Kodus viibimine ruumides, kus suitsetatakse

Lääne-Virumaa vastajate hulgas on 25% neid, kelle kodus suitsetatakse, mis on kõrgem Eesti keskmisest 20% (joonis 4.2). Madalaim on näitaja Rakvere linnas (20%) ja kõige kõrgem Rägavere vallas (34%).



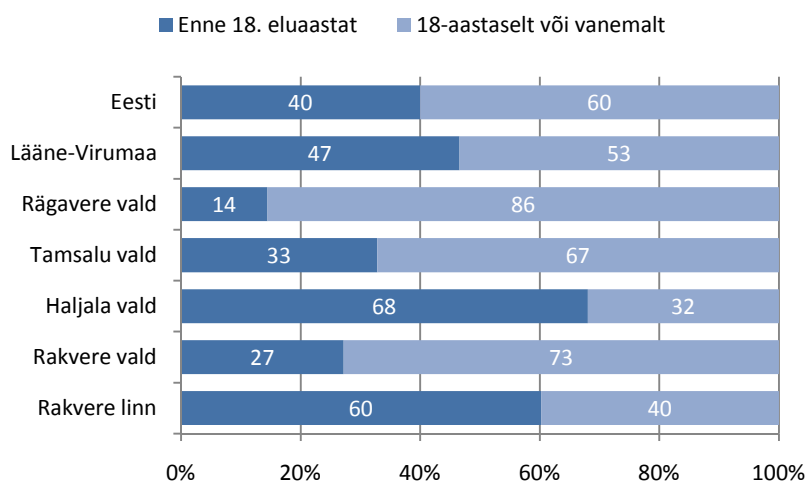
Joonis 4.2. Kodus viibimine ruumides, kus suitsetatakse

Vastajaid, kelle kodus suitsetatakse võib iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem noored (33%) ja keskealised (24%) kui vanemaealised (14%);
- ▶ pigem alg- või põhiharidusega (34%) kui kõrgharidusega (23%) ja keskharidusega (20%) vastajad.

## 4.2. SUITSETAMISE ALUSTAMINE

Kõigilt vastajatelt, kes olid uuringu läbiviimise ajal igapäevased suitsetajad, paluti täpsustada, mis vanuses nad suitsetamisega alustasid. Lääne-Virumaa vastajatest 47% alustas suitsetamist enne 18. eluaastat, mis on kõrgem Eesti keskmisest 40% (joonis 4.3). Kõige enam on alaealisena suitsetamisega alustanud Haljala vallas (68%) ja kõige vähem Rägavere vallas (14%).



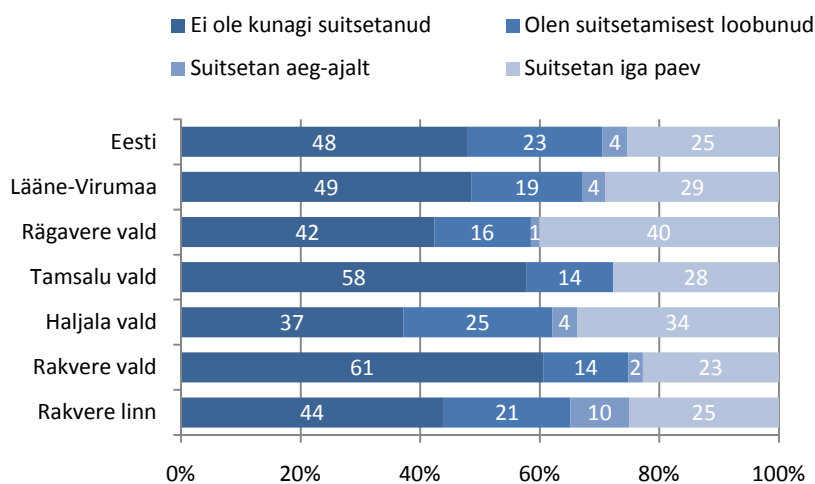
**Joonis 4.3.** Suitsetamise alustamine  
(vastasid ainult need, kes suitsetavad igapäevaselt)

Alaealisena suitsetamist alustanud võib iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem vanemaealised (60%) kui keskealised (46%) ja noored (40%);
- ▶ pigem keskharidusega (57%) kui kõrgharidusega (42%) ja alg- või põhiharidusega (38%) vastajad;
- ▶ pigem madala (57%) ja kõrge (52%) kui keskmise (35%). ostujõuga vastajad.

### 4.3. IGAPÄEVASED SUITSETAJAD

Lääne-Virumaal on igapäevaseid suitsetajaid 29% vastajatest, mis on sarnane Eestis keskmisele (joonis 4.4). Näitaja on kõrgeim Rägavere vallas (40%) ja kõige madalam Rakvere vallas (23%). Vastajaid, kes pole mitte kunagi suitsetanud, on kõige enam Rakvere vallas (61%) ja kõige vähem Haljala vallas (37%).



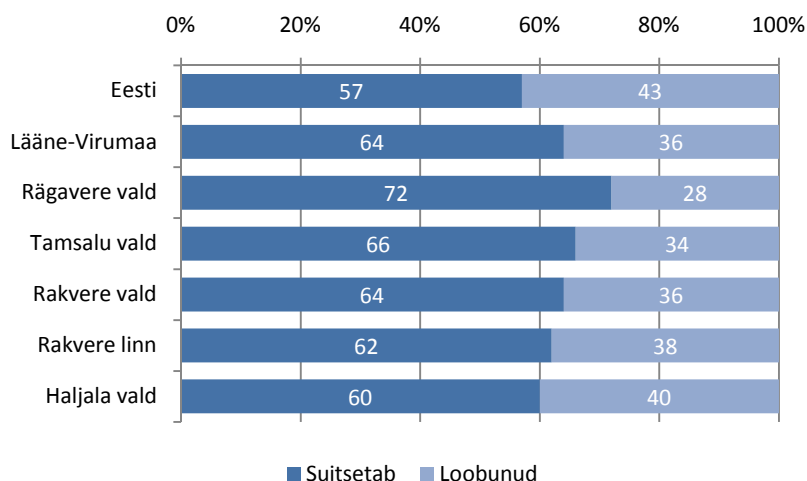
Joonis 4.4. Igapäevane suitsetamine

Igapäevased suitsetajaid võib iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem mehed (46%) kui naised (18%);
- ▶ pigem keskealised (37%) ja noored (32%) kui vanemaealised (18%);
- ▶ pigem töötud (64%) kui töötavad (35%) või mitteaktiivsed (17%);
- ▶ pigem keskharidusega (36%) ja alg- või põhiharidusega (32%) kui kõrgharidusega (16%) vastajad.

#### 4.4. SUITSETAMISEST LOOBUMINE

Kõigist Lääne-Virumaa vastajatest, kes on elu jooksul suitsetanud, on suitsetamisest loobunud 36%, näitaja on madalam Eesti keskmisest 43% (joonis 4.5). Kõige enam on loobujaid Haljala vallas (40%) ja kõige vähem Rägavere vallas (28%).



**Joonis 4.5.** Suitsetamisest loobumine

(vastasid ainult need, kes on kunagi elus suitsetanud)

Vastajad, kes pole suitsetamist maha jätnud, võib iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem mehed (68%) kui naised (57%);
- ▶ pigem noored (80%) kui keskealised (62%) ja vanemaealised (38%);
- ▶ pigem keskharidusega (69%) ja alg- või põhiharidusega (66%) kui kõrgharidusega (42%) vastajad;
- ▶ pigem töötud (80%) kui mitteaktiivsed (64%) ja töötavad (62%);
- ▶ pigem keslmise(75%) kui kõrge (60%) ja madala (59%) ostujõuga vastajad;
- ▶ pigem ilma elukaaslaseta (75%) kui elukaaslasega (54%) vastajad;
- ▶ pigem need, kes ei joovad ennast purju vähemalt üks kord nädalas;
- ▶ pigem need, on elu jooksul korduvalt tarvitanud kanepit;
- ▶ pigem need, kellel on depressiooni sümptomid;
- ▶ pigem need, kellel on olnud juhuslike seksuaalsuhteid.

Tabel 4.1. Suitsetamisest loobumise seos teiste tunnustega, %\*

		Suitsetab	Loobunud	Kokku
Korruga vähemalt 6 alkoholiannuse tarvitamine**	Mitte kordagi	42	58	100
	1-3 korda kuus	71	29	100
	Vähemalt 1 kord nädalas	93	7	100
Kanepi tarvitamine	Jah, 1 korra	67	33	100
	Jah, korduvalt	87	13	100
	Ei	58	42	100
Depressiooni sümptomite esinemine	Ei ole	57	43	100
	On	83	17	100
Seksuaalvahekord juhupartneriga viimase 12 kuu jooksul***	Jah	86	14	100
	Ei	56	44	100

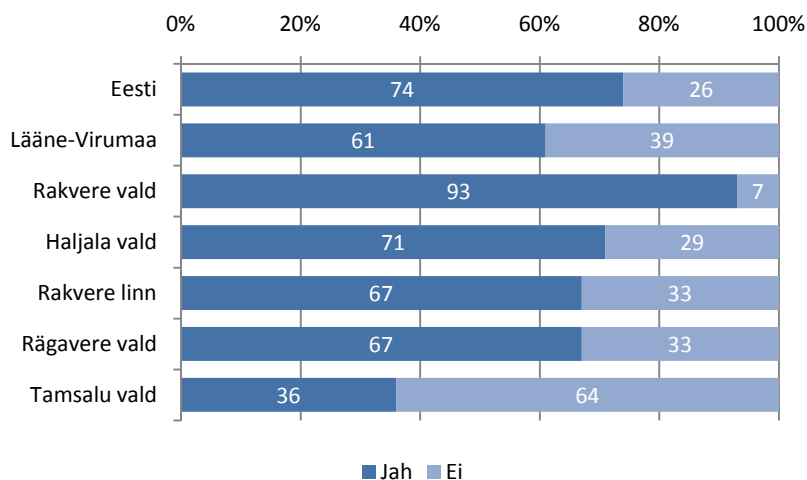
\*Vastasid ainult need, kes on kunagi oma elus suitsetanud.

\*\*Vastasid ainult need, kes olid uuringule eelnenud 30 päeva jooksul alkohoolseid jooke tarvitanud.

\*\*\*Vastasid ainult need, kes on kunagi olnud seksuaalvahekorras.

### Soov suitsetamisest loobuda

Küsimusele „Kas te soovite suitsetamisest loobuda?“ vastasid ainult igapäevased suitsetajad. Lääne-Virumaa igapäevastest suitsetajatest soovivad 61% suitsetamisest loobuda, näitaja on madalam Eesti keskmisest 74% (joonis 4.6). Kõige enam suitsetamisest loobuda soovijaid on Rakvere vallas (93%) ja kõige vähem Tamsalu vallas (36%).



Joonis 4.6. Soov loobuda suitsetamisest

(vastasid ainult need, kes küsimustiku täitmise hetkel suitsetasid igapäevaselt)

Suitsetamisest loobuda soovijaid võib iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem naised (80%) kui mehed (53%);
- ▶ pigem vanemaealised (82%) ja keskealised (68%) kui noored (50%);
- ▶ pigem need, kellel on halb tervise enesehinnang.

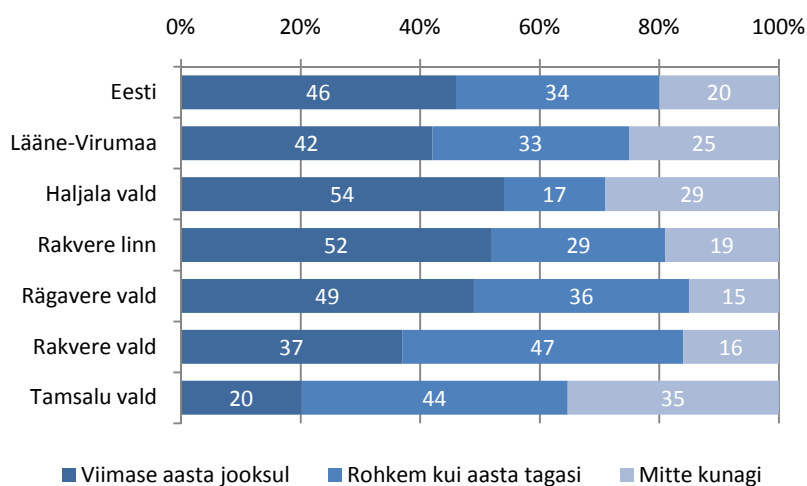
Tabel 4.2. Suitsetamisest loobumise soovi seos tervise enesehinnanguga, %

		Jah	Ei	Kokku
Tervise enesehinnang	Hea	64	36	100
	Keskmine	50	50	100
	Halb	89	11	100



### Suitsetamisest loobumise katsed

Küsimusele „Millal te viimati proovisite suitsetamisest loobuda?“ vastasid ainult inimesed, kes praegusel eluperioodil aeg-ajalt või igapäevaselt suitsetavad. Uuringule eelnenud aasta jooksul püüdis suitsetamisest loobuda 42% Lääne-Virumaa vastajatest, mis on sarnane Eesti keskmisele (joonis 4.7). Näitaja on kõrgeim Haljala vallas (54%) ja kõige madalam Tamsalu vallas (20%).



**Joonis 4.7.** Proovinud loobuda suitsetamisest  
 (vastasid ainult praegusel eluperioodil aeg-ajalt või igapäevaselt suitsetajad)

Viimase aasta jooksul suitsetamisest loobuda proovinuid võib iseloomustada järgmiselt:

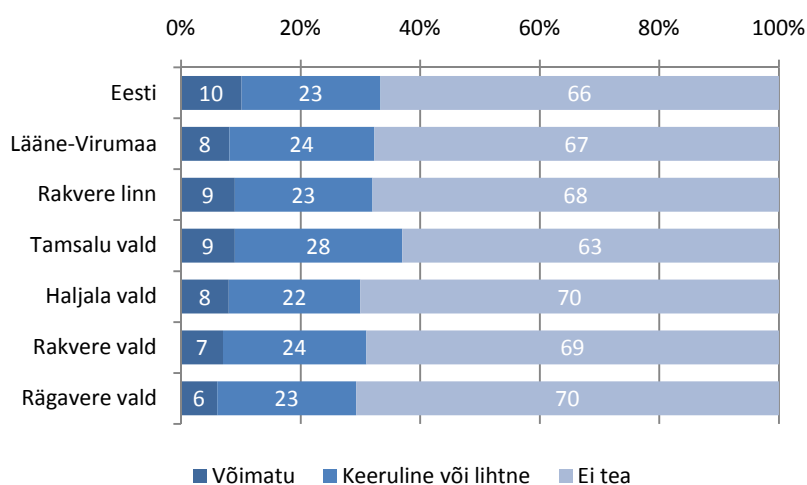
- ▶ pigem naised (57%) kui mehed (35%);
- ▶ pigem noored (56%) kui vanemaelised (35%) ja keskealised (27%).

## 5. NARKOOTIKUMID

### 5.1. NARKOOTIKUMIDE LEVIK JA KÄTTESAADAVUS

#### Kanepi hankimine

Lääne-Virumaa vastajatest 24% leidsid, et soovi korral on neil võimalik hankida kanepit, mis on sarnane Eesti keskmisele (joonis 5.1). Kõige enam hindasid kanepit kättesaadavaks Tamsalu valla vastajad (28%), näitaja oli kõige madalam Haljala vallas (22%).



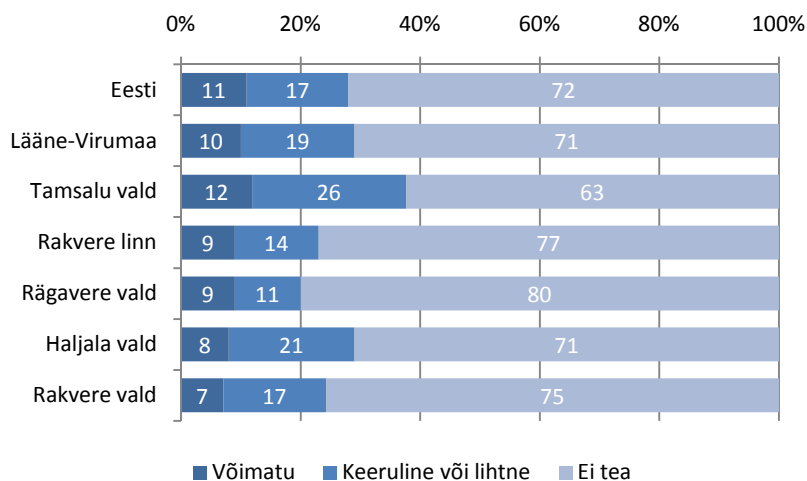
Joonis 5.1. Kanepi hankimise võimalikkus

Kanepi hankimist võimalikuks pidavaid vastajaid saab iseloomustada järgnevalt:

- ▶ pigem mehed (29%) kui naised (19%).
- ▶ pigem noored (42%) kui keskealised (17%) ja vanemaealised (1%).

### Teiste narkootikumide hankimine

Lääne-Virumaa vastajatest 19% leidsid, et soovi korral on neil võimalik hankida selliseid narkootikume nagu ecstasy, amfetamiin, kokaiin või heroiin, mis on sarnane Eesti keskmisele (joonis 5.2). Kõige enam hindasid teisi narkootikume kättesaadavaks Tamsalu valla vastajad (26%) ja kõige vähem Rägavere valla vastajad (11%).



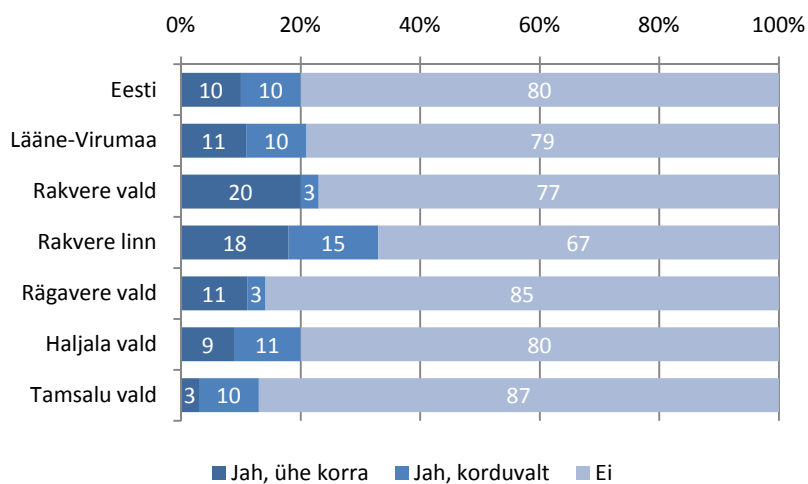
Joonis 5.2. Teiste narkootikumide hankimise võimalikkus

Teisi narkootikume on võimalised hankima pigem noored (33%) kui keskealised (14%) ja vanemaealised 0% vastajad.

## 5.2. NARKOOTILISTE AINETE TARVITAMINE

### Kanepi tarvitamine

Vastajaid, kes on elu jooksul vähemalt korra kanepit tarvitanud on Lääne-Virumaal 21%, mis on sarnane Eesti keskmisele (joonis 5.3). Korduvaid kanepi tarvitajaid on kõige enam Rakvere linnas (15%) ja kõige vähem Rakvere vallas ja Rägavere vallas (3%).

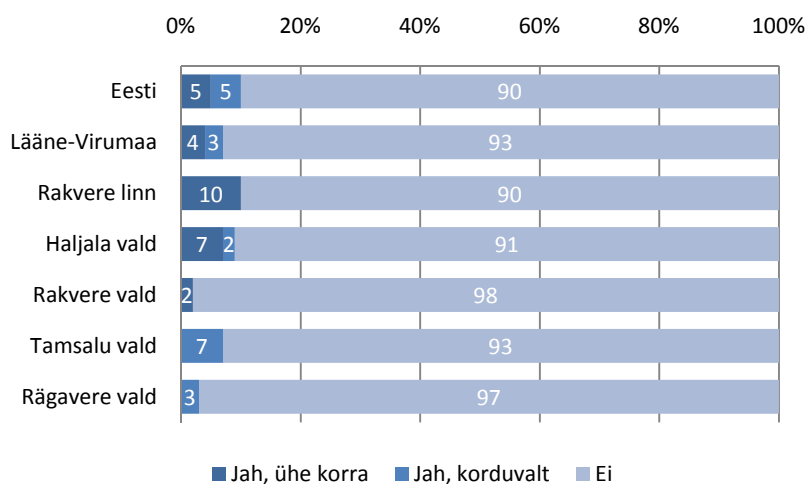


Joonis 5.3. Kanepi tarvitamine elu jooksul

Korduvalt kanepit tarvitanud on pigem noored (21%) kui keskealised (3%) ja vanemaealised (0%) vastajad.

### Teiste narkootikumide tarvitamine

Lääne-Virumaa vastajatest 7% on elu jooksul vähemalt ühe korra tarvitanud selliseid narkootikume nagu ecstasy, amfetamiin, kokaiin või heroiin, mis on sarnane Eesti keskmisele (joonis 5.4). Korduvad tarvitajad on Lääne-Virumaa vastajatest 3%. Kõige enam on elu jooksul vähemalt ühe korra teisi narkootikume tarvitanud Rakvere linnas (10%) ja kõige vähem Rakvere vallas (2%). Olulisi erinevusi sotsiaal-demograafiliste tunnuste lõikes näitaja kohta ei esinenud (vt lisa 5, tabel 5.4).



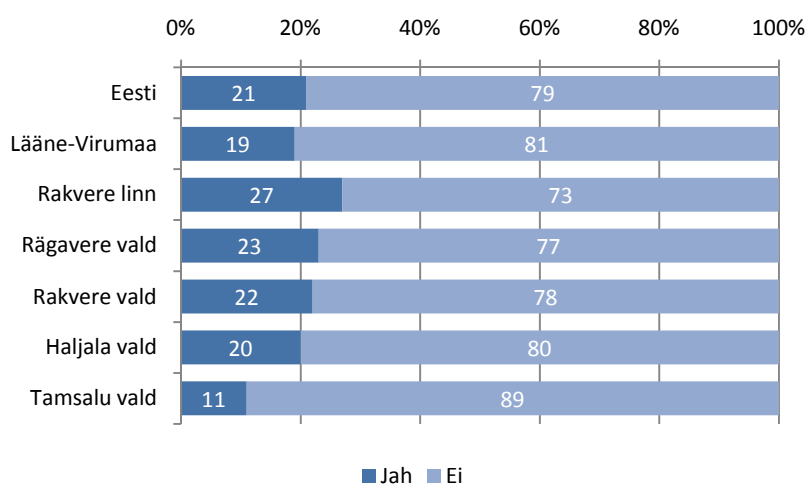
Joonis 5.4. Teiste narkootikumide tarvitamine elu jooksul

## 6. SOTSIAALSED SUHTED

### 6.1. SOTSIAALNE VÖRGUSTIK

#### *Kuulumine organisatsiooni või ühingusse*

Lääne-Virumaa vastajatest kuulub 19% mõne organisatsiooni, ühingu või grupi liikmete sekka, mis on sarnane Eesti keskmisele (joonis 6.1). Kõige kõrgem on organisatsiooni või ühingusse kuuluvate osakaal Rakvere linnas (27%) ja madalaim Tamsalu vallas (11%).



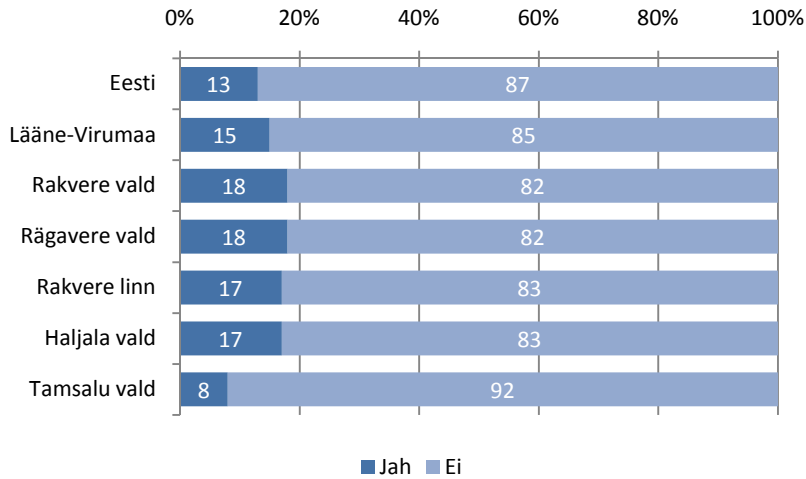
*Joonis 6.1. Organisatsiooni, ühingu või grupi liikmelisus*

Organisatsiooni, ühingu või grupi liikmeid saab iseloomustada järgnevalt:

- ▶ pigem kõrgharidusega (35%) kui keskharidusega (16%) ja alg- või põhiharidusega (15%) vastajad;
- ▶ pigem mitteaktiivsed (22%) kui töötavad (19%) ja töötud (0%).

### Kuulumine mittetulundusühingusse

Lääne-Virumaa kuulub mittetulundusühingutesse 15% uuringus osalenud inimestest, mis on sarnane Eesti keskmisele (joonis 6.2). Kõige kõrgem on näitaja Rakvere vallas ja Rägavere vallas (18%) ning madalaim Tamsalu vallas (8%).

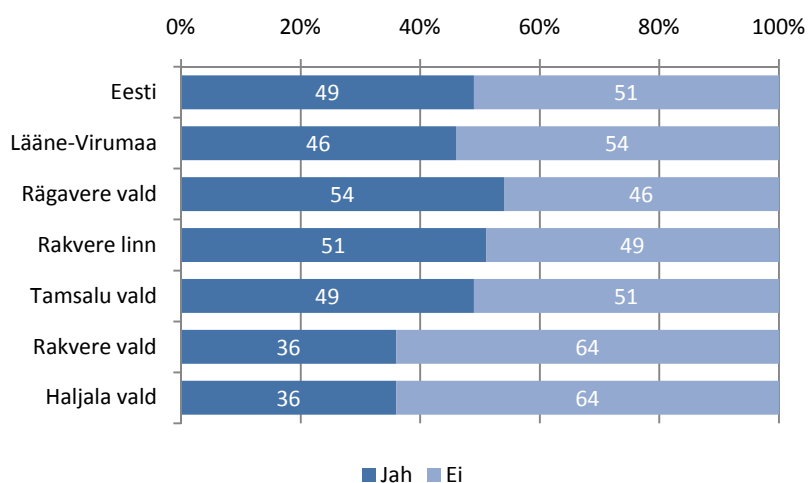


Joonis 6.2. Mittetulundusühingu liikmelisus

Mittetulundusühingute liikmed on pigem kõrgharidusega (29%) kui keskharidusega (16%) ja alg- või põhiharidusega (6%) vastajad.

### Suhtlemine internetis

Uuringus osalejad hindasid oma suhtlemisaktiivsust internetis. Neil paluti vastata, kuivõrd nad kasutavad suhtlemiseks e-posti, Facebooki, MSN Messenger-i, Skype-i ja foorumeid. Lääne-Virumaal (46%) on interneti kaudu suhtlejad sarnaselt Eesti keskmisele (joonis 6.3). Kõige kõrgem on internetis aktiivsete suhtlejate osakaal Rägavere vallas (54%) ja madalaim Rakvere vallas ja Haljala vallas (36%).



Joonis 6.3. Aktiivne suhtleja internetis

Aktiivseid internetis suhtlejad on pigem noored (85%) kui keskealised (24%) ja vanemaealised (5%) vastajad.



## 6.2. KOGUKONNATUNNE

Uuringus osalenud inimestel paluti vastata, kas nad on nõus kuue kogukonnatunnet iseloomustava väitega, tabel 6.1. Kogukonnatunnet iseloomustavad väited on kõrgemad Rakvere vallas ja Haljala vallas ning madalamad Tamsalu vallas ja Rakvere linnas. Kogukonnatunnet iseloomustavatele väidetele vastamine sotsiaaldemograafiliste tunnuste lõikes on esitatud raporti lisas 6 (tabelites 6.4-6.9).

**Tabel 6.1.** Väidetega nõustujate osakaal Lääne-Virumaa omavalitsuste lõikes, %

	Eesti	Lääne-Virumaa	Rakvere linn	Rakvere vald	Haljala vald	Tamsalu vald	Rägavere vald
Usaldan oma kodukandi inimesi	46	42	54	53	34	32	47
Minu kodukandi inimesed üldiselt aitavad üksteist, kui on vaja	57	63	60	68	68	58	73
Oma ümbruskonna hüvanguks teen mõnikord mõne töö ära omal algatusel, ilma et keegi oleks palunud	47	49	38	49	62	50	43
Minu kodukandi asjad on olulised	75	84	88	88	85	78	85
Suudan mõjutada ja muuta elu oma kodukandis	31	32	32	39	33	30	28
Osalen oma kodukandi tegevustes	36	42	31	51	52	39	49

## 6.3. PEAMISED INFOKANALID

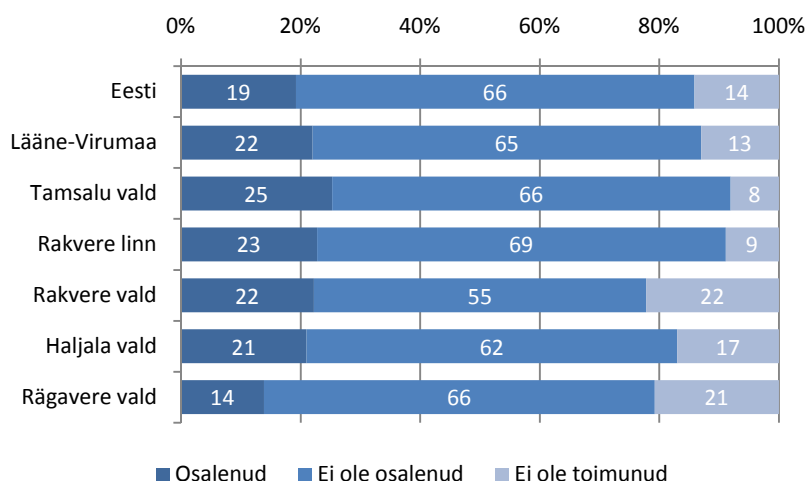
Uuringus osalejatel paluti vastata, millised on peamised infokanalid, kust nad saavad infot elukohas pakutavate teenuste, sündmuste jms kohta. Tabelis 6.2. on esitatud neli kõige sagedamini valitud infokanalit omavalitsuste lõikes. Infokanalite järjestused Eestis ja Lääne-Virumaal on nelja tähtsaima osas sarnased. Enamikus uuringus osalenud KOVides on kõige tähtsam infokanal pere, sõbrad ja kolleegid.

**Tabel 6.2.** Neli peamist infokanalit, nummerdatud tähtsuse järjekorras

	Eesti	Lääne-Virumaa	Rakvere linn	Rakvere vald	Haljala vald	Tamsalu vald	Rägavere vald
Pere, sõbrad ja kolleegid	I	I	II	I	I	II	I
Linna või valla ajaleht	II	II	I	II	II	I	II
Maakonna ajaleht	III	III	III	IV	III	III	III
KOV-i interneti kodulehekülg	IV	IV	IV	III	IV		IV
Kohalik raadio						IV	

## 6.4. OSALEMINE TERVISETEEMALISTEL ÜRITUSTEL

Uuringus osalejatelt küsiti, kas nad on viimase aasta jooksul osalenud mõnel kohalikul tervise teemalisel üritusel. Lääne-Virumaal vastas küsimusele jaatavalt 22%, mis on sarnane Eesti keskmisele (joonis 6.4). Kõige suurem on osalemismäär Tamsalu vallas (25%) ja kõige madalam Rägavere vallas (14%). Rakvere vallas on kõige enam neid vastajaid, kellele teadaolevalt pole taolisi üritusi toimunud (22%).



Joonis 6.4. Osalemine elukohas toimunud tervise teemalisel üritusel

Tervise teemalistel üritustel osalejaid saab iseloomustada järgmiselt:

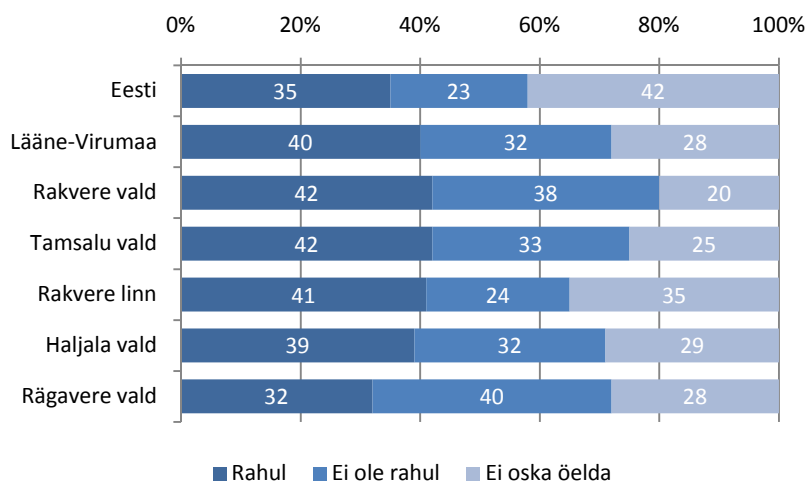
- ▶ pigem noored (26%) ja keskealised (22%) kui vanemaealised (15%);
- ▶ pigem kõrgharidusega (34%) kui alg- või põhiharidusega (23%) ja keskhariidusega (18%) vastajad;
- ▶ pigem mitteaktiivsed (30%) ja töötavad (19%) kui töötud (9%);
- ▶ pigem alaealiste lastega (28%) kui täisealiste lastega (23%) ja ilma lasteta (18%) leibkondade liikmed;
- ▶ pigem need, kellel on hea tervise enesehinnang;
- ▶ pigem need, kelle toimetulek ei ole tervises seisundi tõttu piiratud.

Tabel 6.3. Elukohas toimunud tervise teemalisel üritusel osalemise seos teiste tunnustega, %

		Osalenud	Ei ole osalenud	Ei ole toimunud	Kokku
Tervise enesehinnang	Hea	34	53	13	100
	Keskmine	14	74	12	100
	Halb	12	68	20	100
Tervises seisundi tõttu piiratud toimetulek	Piiratud	15	68	17	100
	Ei ole piiratud	26	62	11	100

## 6.5. RAHULOLU VABA AJA VEETMISE VÕIMALUSTEGA

Oma elukohas pakutavate huvitegevuste ja vaba aja veetmise võimalustega on rahul 40% Lääne-Virumaa vastajatest, mis on kõrgem Eesti keskmisest 35% (joonis 6.5). Kõrgeim on näitaja Rakvere vallas ja Tamsalu vallas (42%) ja kõige madalam Rägavere vallas (32%)



Joonis 6.5. Rahulolu oma elukohas pakutavate huvitegevuste ja vaba aja veetmise võimalustega

Huvitegevuse ja vaba aja võimalustega rahulolijaid saab iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem noored (46%) ja keskealised (43%) kui vanemaealised (24%);
- ▶ pigem kõrgharidusega (48%) ja keskhariidusega (42%) kui alg- või põhiharidusega (34%) vastajad;
- ▶ pigem töötavad (42%) ja mitteaktiivsed (40%) kui töötud (25%);
- ▶ pigem kõrge (47%) kui madala (40%) ja keskmise (33%) ostujõuga vastajad;
- ▶ pigem ilma lasteta (45%) ja alaealiste lastega (42%) kui täisealiste lastega (35%) leibkondade liikmed;
- ▶ pigem need, kellel on hea tervise enesehinnang;
- ▶ pigem need, kellel ei ole terviseseisundi tõttu piiratud toimetulekut.

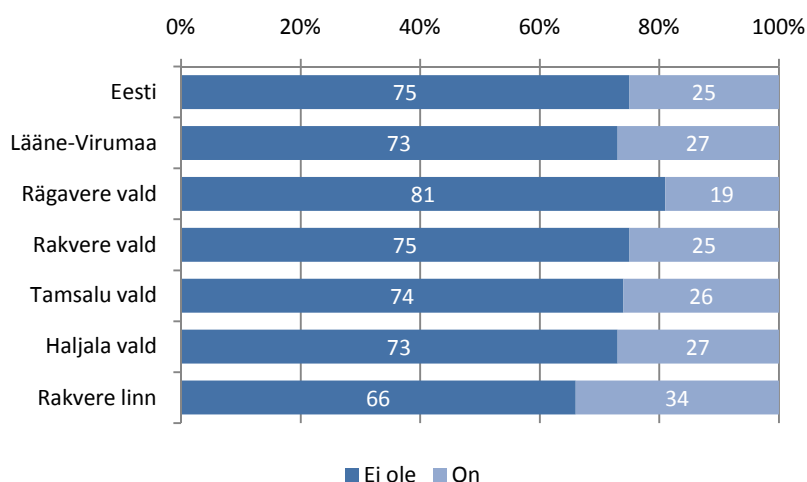
Tabel 6.4. Rahulolu oma elukohas pakutavate huvitegevuste ja vaba aja veetmise võimalustega, seos teiste tunnustega, %

		Rahul	Ei ole rahul	Ei oska öelda	Kokku
Tervise enesehinnang	Hea	51	27	22	100
	Keskmine	33	37	30	100
	Halb	24	31	45	100
Terviseseisundi tõttu piiratud toimetulek	Piiratud	29	35	36	100
	Ei ole piiratud	47	30	23	100

## 7. VAIMNE TERVIS

### 7.1. DEPRESSIOONI SÜMPTOMID<sup>4</sup>

Depressiooni sümptomeid esineb Lääne-Virumaa vastajate hulgas 27%, mis on sarnane Eesti keskmisele (joonis 7.1). Kõige vähem esineb depressiooni sümptomeid Rägavere vallas (19%) ja kõige sagedamini Rakvere linnas (34%).



Joonis 7.1. Depressiooni sümptomite esinemine

Depressiooni sümptomitega vastajaid saab iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem naised (33%) kui mehed (22%);
- ▶ pigem mitteaktiivsed (34%) kui töötavad (24%) ja töötud (23%);
- ▶ pigem ilma elukaaslaseta (34%) kui elukaaslasega (22%) vastajad;
- ▶ pigem keskmise (38%) kui kõrge (25%) ja madala (23%) ostujõuga vastajad;
- ▶ pigem ilma elukaaslaseta (34%) kui elukaaslasega (22%) vastajad;
- ▶ pigem alaealiste lastega (33%) ja täisealiste lastega (31%) kui ilma lasteta (17%) leibkondade liikmed;
- ▶ pigem need, kes hindavad oma tervislikku seisundit halvaks;
- ▶ pigem need, kelle tervises seisund piirab igapäevast toimetulekut;
- ▶ pigem need, kes pole suitsetamisest loobunud;
- ▶ pigem need, kes ei ole rahul oma lähisuhetega.

<sup>4</sup> Depressiooni sümptomite esinemist mõõdeti emotsionaalse enesetunde küsimustiku (EEK) depressiooni skaala põhjal, mille koostamisel on aluseks olnud psüühikahäirete rahvusvahelistes klassifikatsioonides esitatud depressiooni diagnostilised kriteeriumid. Allikas: Aluoja, A., Shlik, J., Vasar, V., Luuk, K., Leinsalu, M. (1999). Development and psychometric properties of the Emotional State Questionnaire, a self-report questionnaire for depression and anxiety. Nordic Journal of Psychiatry 53(6), 443–449. Depressiooni sümptomite esinemine ei näita psüühikahäire olemasolu, vaid viitab selle riskile.

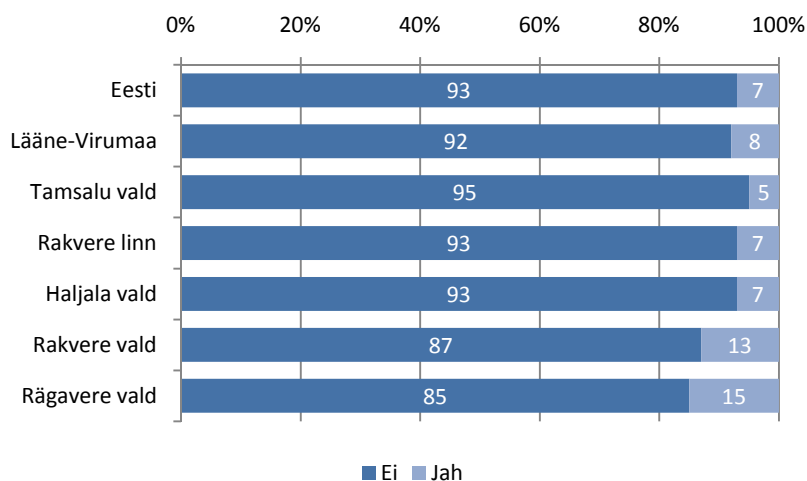
**Tabel 7.1.** Depressiooni sümptomite esinemise seos teiste tunnustega, %

		On	Ei ole	Kokku
<b>Tervise enesehinnang</b>	Hea	17	83	100
	Keskmine	29	71	100
	Halb	58	42	100
<b>Tervise seisundi tõttu piiratud toimetulek</b>	Piiratud	43	57	100
	Ei ole piiratud	17	83	100
<b>Suitsetamine*</b>	Suitsetab	42	58	100
	Loobunud	16	84	100
<b>Suhted vanematega</b>	Rahul	25	75	100
	Ei ole rahul	61	39	100
<b>Suhted lastega</b>	Rahul	24	76	100
	Ei ole rahul	62	38	100
<b>Suhted abikaasa või partneriga</b>	Rahul	20	80	100
	Ei ole rahul	76	24	100
<b>Suhted õdede-vendadega</b>	Rahul	26	74	100
	Ei ole rahul	52	48	100

\*Vastasid ainult need, kes on kunagi elus suitsetanud.

## 7.2. SUITSIIDIKATSE

Lääne-Virumaa vastajatest 8% on püüdnud endalt elu võtta, mis on sarnane Eesti keskmisega (joonis 7.2). Kõige kõrgem on suitsiidi üritanud vastajate osakaal Rägavere vallas (15%) ja kõige madalam Tamsalu vallas (5%). Olulisi erinevusi sotsiaal-demograafiliste tunnuste lõikes näitaja kohta ei esinenud (vt lisa 7, tabel 7.2).



Joonis 7.2. Suitsiidikatse esinemine elu jooksul

Suitsiidikatse üle vastajaid saab iseloomustada järgmiselt

- ▶ pigem need, kellel esineb depressiooni sümptomeid;
- ▶ pigem need, kelle tervises seisund piirab igapäevast toimetulekut;
- ▶ pigem need, kes ei ole rahul suhetega oma vanematega.

Tabel 7.2. Suitsiidikatse esinemise seos teiste tunnustega, %

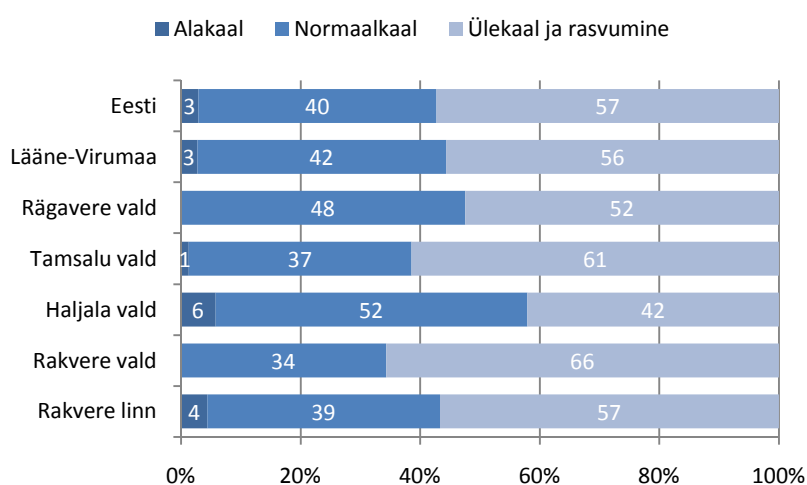
		Jah	Ei	Kokku
Depressiooni sümptomid	Ei ole	3	97	100
	On	21	79	100
Tervises seisundi tõttu piiratud toimetulek	Piiratud	14	86	100
	Ei ole piiratud	4	96	100
Suhted vanematega	Rahul	6	94	100
	Ei ole rahul	36	64	100

## 8. KEHALINE AKTIIVSUS

### 8.1. KEHAMASSIINDEKS

Uuringus osalejatel paluti üles märkida oma kehakaal ja pikkus, mille alusel arvutati iga vastaja kehamassiindeks. Kehamassiindeks jaotati nelja kategooriasse: alakaal, normaalkaal, ülekaal ja rasvumine.

Kehamassiindeks jaguneb Lääne-Virumaa vastajate hulgas sarnaselt Eesti keskmisele – normaalkaalus on 42% vastajatest ja 56% on ülekaalulised (joonis 8.1). Kõige enam on ülekaalulisi ja rasvunuid Rakvere vallas (66%) ja kõige vähem Haljala vallas (42%).



Joonis 8.1. Kehamassiindeks

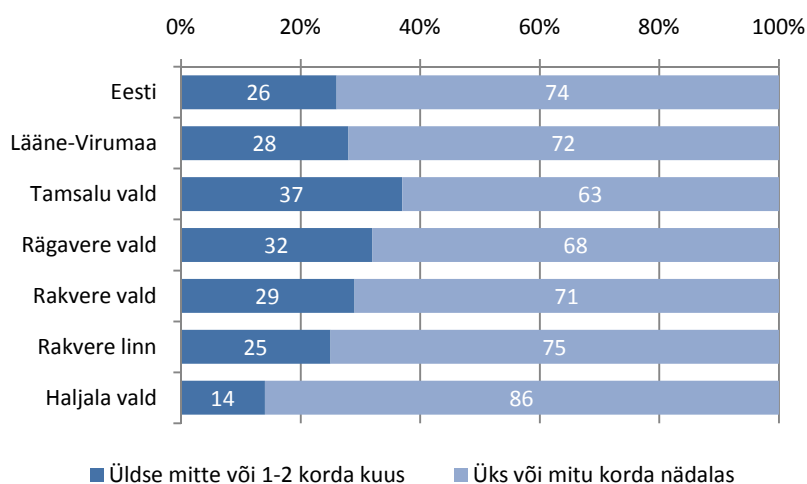
Ülekaalulisi ja rasvunuid saab iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem kõrgharidusega (71%) kui keskharidusega (54%) ja alg- või põhiharidusega (49%) vastajad;
- ▶ pigem kõrge (69%) kui madala (54%) ja keskmise (46%) ostujõuga vastajad;
- ▶ pigem täisealiste lastega (72%) kui alaealiste lastega (40%) ja ilma lasteta (31%) leibkondade liikmed.

## 8.2. LIIKLEMINE JALGSI VÕI JALGRATTAGA

Vastajad märkisid, kui sageli nad viimase 30 päeva jooksul käisid jala või sõitsid rattaga vähemalt 30 minutit.

Vähemalt korra nädalas liigub Lääne-Virumaal sedasi 72% vastajatest, mis on sarnane Eesti keskmisele (joonis 8.2). Kõige vähem on regulaarselt jalgsi või rattaga liiklejaid Tamsalu vallas (63%) ja kõige enam Haljala vallas (86%).



Joonis 8.2. Vähemalt 30 minutit jala käimise või rattaga sõitmise sagedus uuringule eelnenud 30 päeva jooksul

Vastajaid, kes on passiivsemad jalgsi või rattaga liiklejad, saab iseloomustada järgnevalt:

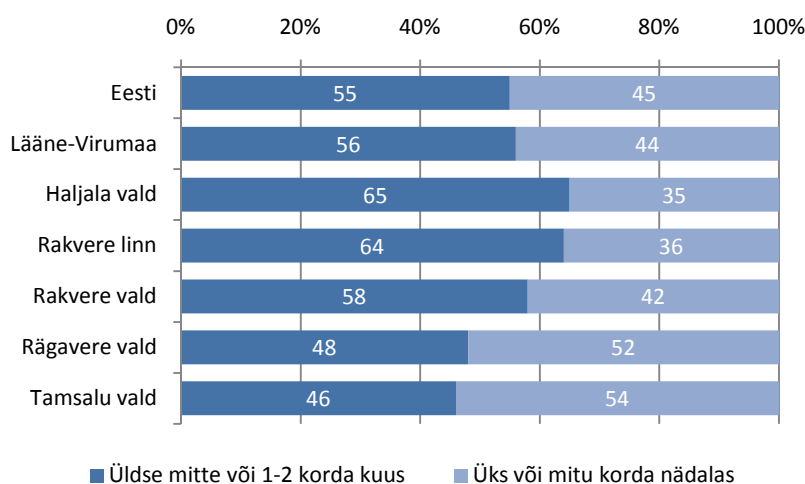
- ▶ pigem mehed (33%) kui naised (22%);
- ▶ pigem keskealised (33%) kui vanemaealised (29%) ja noored (23%);
- ▶ pigem elukaaslasega (33%) kui ilma elukaaslaseta (22%) vastajad;
- ▶ pigem alaealiste lastega (35%) kui ilma lasteta (25%) ja täisealiste lastega (25%) leibkondade liikmed.



### 8.3. FÜÜSILINE AKTIIVSUS VABAL AJAL

Füüsilise aktiivsuse kirjeldamiseks paluti uuringus osalejatel vastata küsimusele: „Kui sageli tegelesite vabal ajal vähemalt 30 minutit sellise liikumisharrastusega, mis ajas teid kergelt hingeldama ja higistama?“.

Vähemalt ühe korra nädalas tegeleb sellise harrastusega 44% Lääne-Virumaa vastajatest, mis on sarnane Eesti keskmisele (joonis 8.3). Füüsiliselt on kõige aktiivsemad Tamsalu valla (54%) ja kõige passiivsemad Haljala valla (35%) vastajad.



**Joonis 8.3.** Vähemalt 30 minutit tegelemine liikumisharrastusega, mis ajas kergelt higistama ja hingeldama uuringule eelnenud 30 päeva jooksul

Füüsiliselt väheaktiivseid vastajaid saab iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem vanemaealised (65%) ja noored (54%) kui keskealised (53%);
- ▶ pigem alg- või põhiharidusega (63%) kui keskharidusega (56%) ja kõrgharidusega (43%) vastajad;
- ▶ pigem täisealiste lastega (57%) ja alaealiste lastega (55%) kui ilma lasteta (48%) leibkondade liikmed;
- ▶ pigem need, kellel on halb tervise enesehinnang;
- ▶ pigem need, kes joovad end purju vähemalt üks kord nädalas;
- ▶ pigem need, kes alustasid suitsetamist enne 18. elusaastat.

**Tabel 8.1.** Hingeldama ja higistama paneva liikumisharrastusega tegelemine vähemalt 30 minutit, seos teiste tunnustega, %

		Üldse mitte või 1-2 korda kuus	Üks või mitu korda nädalas	Kokku
Tervise enesehinnang	Hea	50	50	100
	Keskmine	58	42	100
	Halb	74	26	100
Korruga vähemalt 6 alkoholiannuse tarvitamine*	Mitte kordagi	60	40	100
	1-3 korda kuus	46	54	100
	Vähemalt 1 kord nädalas	65	35	100
Suitsetamise alustamine**	Enne 18. eluaastat	75	25	100
	18-aastaselt või vanemalt	53	47	100

\*Vastasid ainult need, kes olid uuringule eelnenud 30 päeva jooksul alkohoolseid jooke tarvitanud.

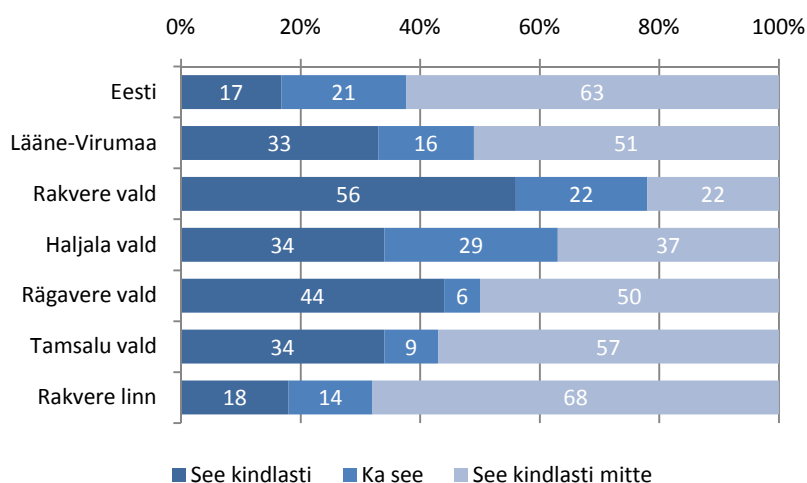
\*\*Vastasid ainult need, kes suitsetavad igapäevaselt.

## 8.4. FÜÜSILISE AKTIIVSUSE TAKISTAJAD

Füüsiliselt väheaktiivsetel vastajatel paluti hinnata, millised erinevad takistavad tegurid piiravad nende füüsilist aktiivsust.

### Sobiva asukoha puudumine

Sobiva asukoha puudumise tõi takistusena välja 49% Lääne-Virumaa vastajatest, mis on kõrgem Eesti keskmisest 38% (joonis 8.4). Kõige enam pidasid seda takistuseks Rakvere valla vastajad (78%) ja kõige vähem Rakvere linna vastajad (32%).



**Joonis 8.4.** Liikumisharrastust pärsib sobiva asukoha puudumine

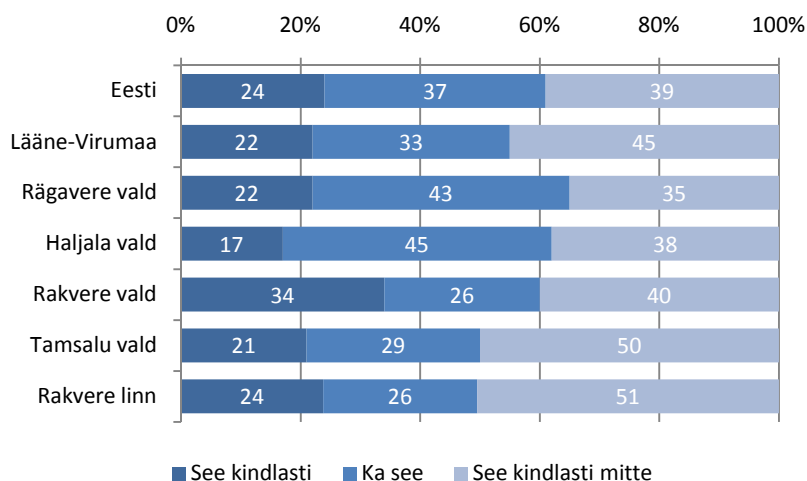
(vastasid ainult need, kes olid uuringule eelnud 30 päeva jooksul tegelenud liikumisharrastusega harvem kui üks kord nädalas)

Sobiva asukoha puudumist näevad liikumisharrastuse takistusena:

- ▶ pigem noored (57%) kui vanemaealised (46%) ja keskealised (43%);
- ▶ pigem alg- või põhiharidusega (55%) ja keskharidusega (51%) kui kõrgharidusega (35%) vastajad;
- ▶ pigem kõrge (57%) kui keskmise (51%) ja madala (46%) ostujõuga vastajad;
- ▶ pigem alaealiste lastega (79%) kui täisealise lastega (42%) ja ilma lasteta (40%) leibkondade liikmed.

### Harrastuse kallis hind

Harrastuse kalli hinna tõi takistusena välja 55% Lääne-Virumaa vastajatest, mis on madalam Eesti keskmisest 61% (joonis 8.5). Kõige enam pidasid seda takistuseks Rägavere valla vastajad (65%) ning kõige vähem Rakvere linna ja Tamsalu valla vastajad (50%).



#### Joonis 8.5. Liikumisharrastust pärsib selle kallis hind

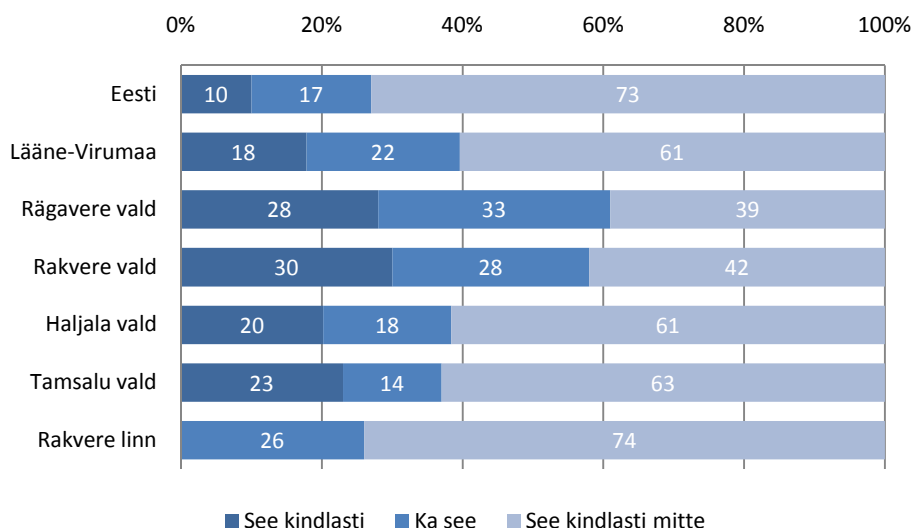
(vastasid ainult need, kes olid uuringule eelnud 30 päeva jooksul tegelenud liikumisharrastusega harvem kui üks kord nädalas)

Harrastuse kallist hinda näevad liikumisharrastuse takistusena:

- ▶ pigem vanemaealised (65%) kui keskealised (54%) ja noored (51%);
- ▶ pigem alg- või põhiharidusega (61%) ja keskharidusega (60%) kui kõrgharidusega (26%) vastajad;
- ▶ pigem kõrge (61%) kui keskmise (56%) ja madala (52%) ostujõuga vastajad;
- ▶ pigem elukaaslasega (59%) kui ilma elukaaslaseta (50%) vastajad;
- ▶ pigem ilma lasteta (65%) kui täisealiste lastega (55%) ja alaealiste lastega (47%) leibkondade liikmed.

### Sobiva transpordi puudumine harrastuskohta jõudmiseks

Sobiva transpordi puudumise tõi takistusena välja 40% Lääne-Virumaa vastajatest, mis on kõrgem Eesti keskmisest 27% (joonis 8.4). Kõige enam pidasid seda takistuseks Rägavere valla vastajad (61%) ja kõige vähem Rakvere linna vastajad (26%).



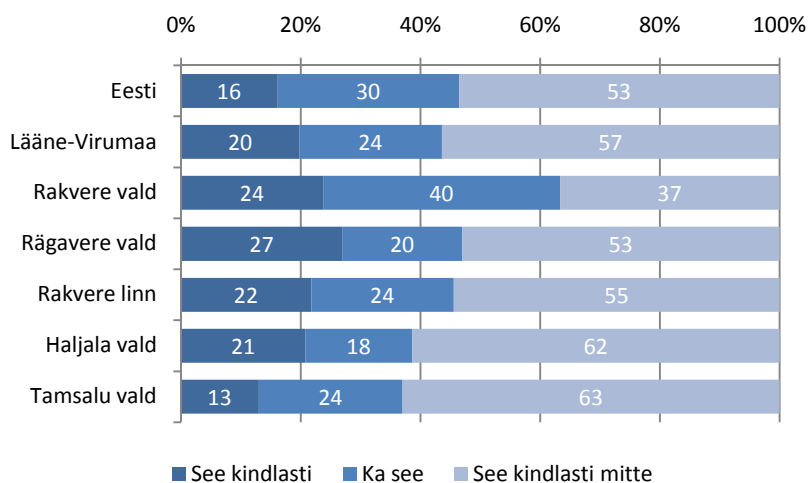
**Joonis 8.6.** Liikumisharrastust pärsib harrastuskohta jõudmiseks sobiva transpordi puudumine (vastasid ainult need, kes olid uuringule eelnend 30 päeva jooksul tegelenud liikumisharrastusega harvem kui üks kord nädalas)

Sobiva transpordi puudumist näevad liikumisharrastuse takistusena:

- ▶ pigem keskharidusega (46%) ja alg- või põhiharidusega (38%) kui kõrgharidusega (17%) vastajad;
- ▶ pigem kõrge (46%) kui madala (37%) ja keskmise (36%) ostujõuga vastajad;
- ▶ pigem alaealiste lastega (55%) kui ilma lasteta (33%) ja täisealiste lastega (32%) leibkondade liikmed.

### Vajalike vahendite puudumine

Vajalike vahendite puudumise tõi takistusena välja 44% Lääne-Virumaa vastajatest, mis on sarnane Eesti keskmisele (joonis 8.4). Kõige enam pidasid seda takistuseks Rakvere valla vastajad (64%) ja kõige vähem Tamsalu valla vastajad (37%).



**Joonis 8.7.** Liikumisharrastust pärsib vajalike vahendite puudumine

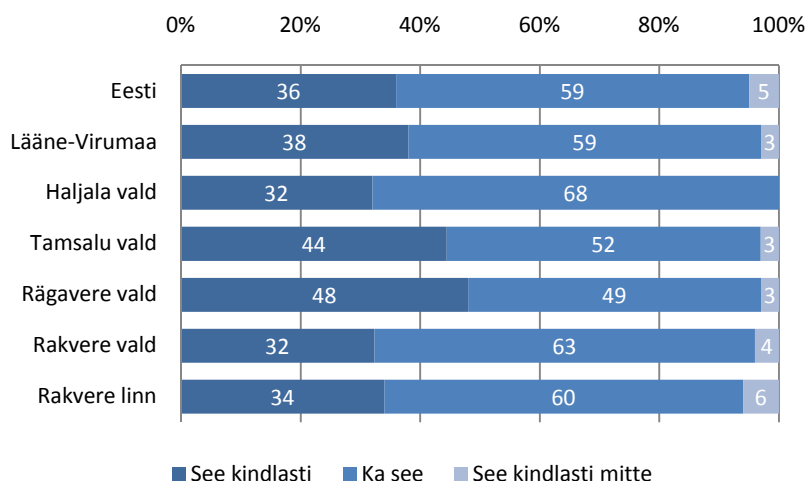
(vastasid ainult need, kes olid uuringule eelnud 30 päeva jooksul tegelema liikumisharrastusega harvem kui üks kord nädalas)

Vajalike vahendite puudumist näevad liikumisharrastuse takistusena:

- ▶ pigem keskealised (58%) kui noored (37%) ja vanemaealised (35%);
- ▶ pigem alg- või põhiharidusega (50%) ja kõrgharidusega (50%) kui keskharidusega (37%) vastajad;
- ▶ pigem keskmise (52%) kui madala (40%) ja kõrge (35%) ostujõuga vastajad;
- ▶ pigem alaealiste lastega (52%) ja täisealiste lastega (47%) kui ilma lasteta (29%) leibkondade liikmed.

### Huvi puudus, vähene viitsimine, väsimus või ajapuudus

Huvi või aja puudumise, vähese viitsimise ja väsimuse tõi takistusena välja 97% Lääne-Virumaa vastajatest, mis on sarnane Eesti keskmisega (joonis 8.4). Kõige vähem pidasid seda takistuseks Rakvere linna vastajad 94%, Haljala vallas pidasid neid tegureid takistuseks kõik vastajad



**Joonis 8.8.** Liikumisharrastust pärsib huvipuudus, vähene viitsimine, väsimus või ajapuudus

(vastasid ainult need, kes olid uuringule eelnud 30 päeva jooksul tegelema liikumisharrastusega harvem kui üks kord nädalas)

Huvi või aja puudumise, vähese viitsimise ja väsimuse tõi takistusena välja pigem noored (100%) ja keskealised (97%) kui vanemaealised (90%) vastajad.

## 8.5. VAJADUS SPORTIMISKOHA JÄRGI

Uuringus osalejatele esitati küsimus „Millise sportimiskoha järele on teie arvates teie linnas või vallas kõige suurem vajadus?“. Tabelis 8.2 on esitatud neli kõige sagedamini antud vastust. Enamikes Lääne-Virumaa omavalitsustes on vastajate arvates kõige suurem nõudlus ujula järele. Populaarsuselt teine eelistus on rulluisu- ja jalgrattatee ja kolmas tenniseväljak.

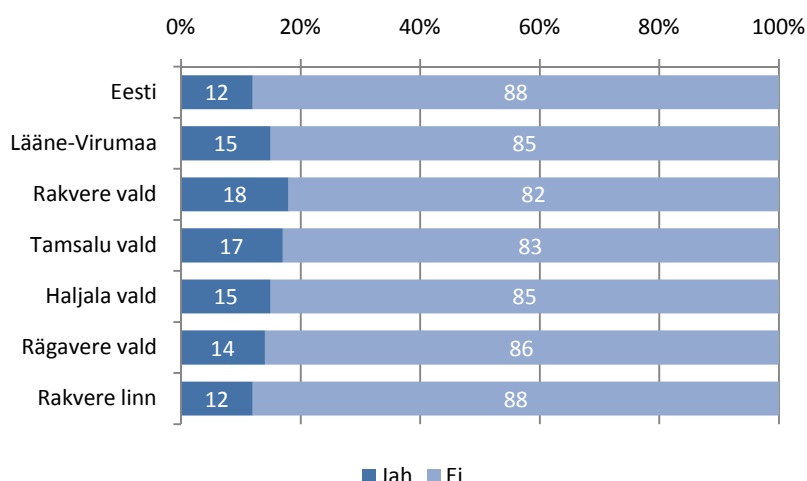
**Tabel 8.2.** „Millise sportimiskoha järele on teie arvates teie linnas või vallas kõige suurem vajadus?“ – neli populaarseimat vastust tähtsuse järjekorras

	Eesti	Lääne-Virumaa	Rakvere linn	Rakvere vald	Haljala vald	Tamsalu vald	Rägavere vald
Ujula	I	I	I	II	II	I	I
Rulluisu- ja jalgrattatee	II	II	II	I	I	II	II
Jõusaal	III	IV			III	IV	III
Tenniseväljak	IV	III	III	III	IV	III	
Kergejõustikustaadion							IV
Võrkpalliväljak				IV			
Korvpalliväljak			IV				

## 9. SEKSUAALTERVIS

### 9.1. SEKSUAALVAHEKORD JUHUPARTNERIGA

Lääne-Virumaa vastajatest on 15% uuringule eelnenud aasta jooksul olnud seksuaalvahekorras juhupartneriga, mis on sarnane Eesti keskmisega (joonis 9.1). Kõrgeim on näitaja Rakvere vallas (18%) ja kõige madalam Rakvere linnas (12%).



**Joonis 9.1.** Olnud seksuaalvahekorras juhupartneriga uuringule eelnenud 12 kuu jooksul (vastasid ainult need, kes on kunagi olnud seksuaalvahekorras)

Juhupartneriga seksuaalvahekorras olnuid saab iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem mehed (23%) kui naised (7%);
- ▶ pigem noored (28%) kui keskealised (10%) ja vanemaealised (3%);
- ▶ pigem need, kes tarvitavad alkoholi vähemalt üks kord nädalas;
- ▶ pigem need, kes joovad purju vähemalt üks kord nädalas.

**Tabel 9.1.** Seksuaalvahekord juhupartneriga, seos teiste tunnustega %\*

		Jah	Ei	Kokku
<b>Alkoholi tarvitamise regulaarsus</b>	Mitte kordagi	3	97	100
	1-3 korda kuus	11	89	100
	Vähemalt 1 kord nädalas	28	72	100
<b>Korruga vähemalt 6 alkoholiannuse tarvitamine**</b>	Mitte kordagi	6	94	100
	1-3 korda kuus	20	80	100
	Vähemalt 1 kord nädalas	52	48	100

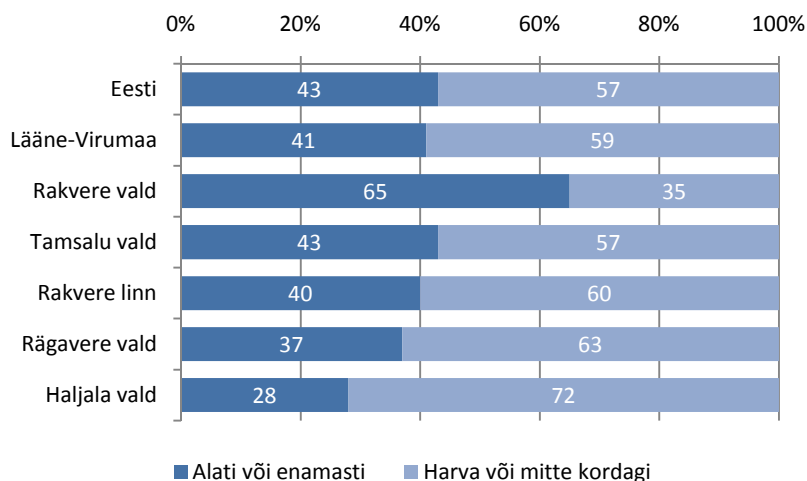
\*Vastasid ainult need, kes on kunagi olnud seksuaalvahekorras.

\*\*Vastasid ainult need, kes olid uuringule eelnenud 30 päeva jooksul alkohoolseid jooke tarvitanud.

## 9.2. KONDOOMI KAASAS KANDMINE

Kõigilt vastajatelt, kellel oli juhupartneriga seksuaalvahekorra kogemus küsiti „Kui sageli te olete viimase 12 kuu jooksul kandnud endaga kondoomi kaasas?“.

Lääne-Virumaa vastajatest 41% väitis, et kannab kondoomi alati või enamasti kaasas, mis on sarnane Eesti keskmisega (joonis 9.2). Kõrgeim on näitaja Rakvere vallas (65%) ja madalaim Haljala vallas (28%).



**Joonis 9.2.** Kondoomide kaasas kandmine

(vastasid ainult need, kes uuringule eelnenud 12 kuu jooksul olid olnud seksuaalvahekorras juhupartneriga)

Kondoomi kannavad alati või enamasti kaasas:

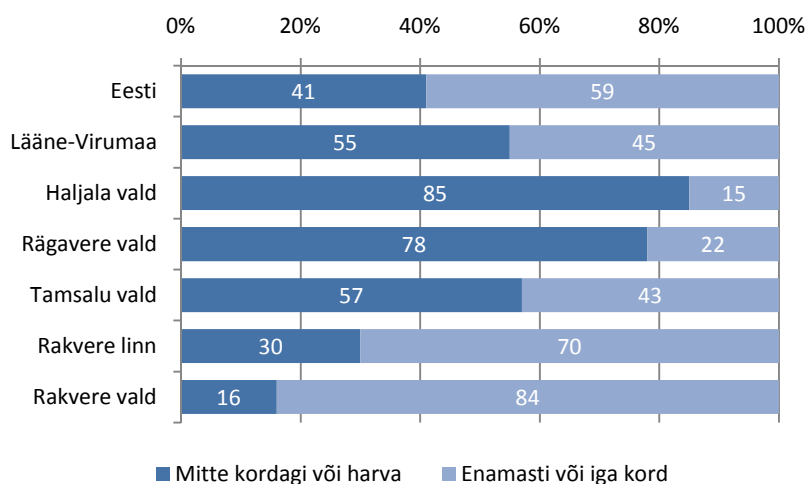
- ▶ pigem mehed (51%) kui naised (12%);
- ▶ pigem noored (54%) kui keskealised (16%) ja vanemaealised (0%);
- ▶ pigem alg- või põhiharidusega (66%) ja keskharidusega (37%) kui kõrgharidusega (0%) vastajad.



### 9.3. KONDOOMI KASUTAMINE JUHUSLIKU SEKSUAALVAHEKORRA AJAL

Kõigilt vastajatelt, kellel oli juhupartneriga seksuaalvahekorra kogemus küsiti „Kui sageli viimase 12 kuu jooksul kasutasite kondoomi, kui olite seksuaalvahekorras juhupartneriga?“.

Lääne-Virumaa vastajatest 45% väitis, et kasutas kondoomi enamasti või igakord, mis on madalam Eesti keskmisest 59% (joonis 9.2). Neid, kes jätsid kondoomi enamasti kasutamata on kõige enam Haljala vallas (85%) ja kõige vähem Rakvere vallas (16%).



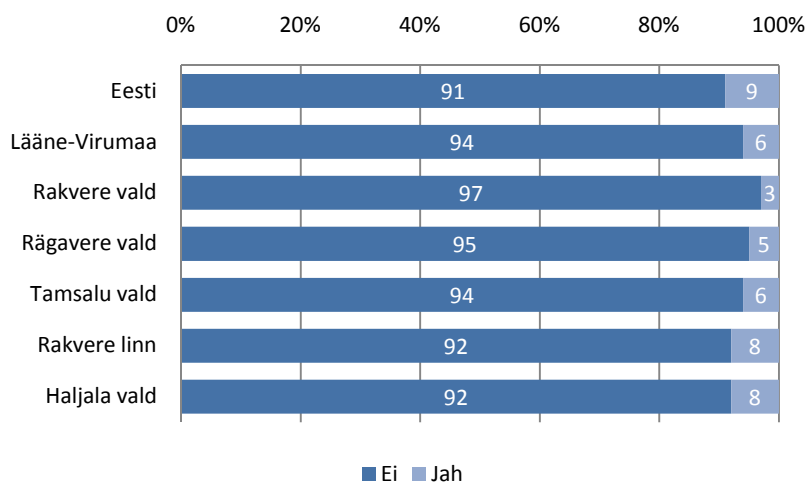
**Joonis 9.3.** Kondoomi kasutamine juhusliku seksuaalvahekorra ajal  
(vastasid ainult need, kes uuringule eelnenud 12 kuu jooksul olid olnud seksuaalvahekorras juhupartneriga)

Juhupartneriga seksuaalvahekorras olles jätsid kondoomi enamasti kasutamata:

- ▶ pigem naised (66%) kui mehed (51%);
- ▶ pigem keskealised (100%) ja vanemaealised (100%) kui nooremaelised (34%);
- ▶ pigem keskhariduse (65%) ja kõrgharidusega (58%) kui alg- või põhiharidusega (35%).

## 9.4. SEKSUAALVÄGIVALD

Kõigist Lääne-Virumaa seksuaalvahekorra kogemusega vastajatest on 6% kogenud seksuaalvägivalda ehk olnud sunnitud astuma seksuaalvahekorda vastu oma tahtmist (joonis 9.4), mis on sarnane Eesti keskmisega. Kõige kõrgem on näitaja Rakvere linnas ja Haljala vallas (8%) ning madalaim Rakvere vallas (3%).



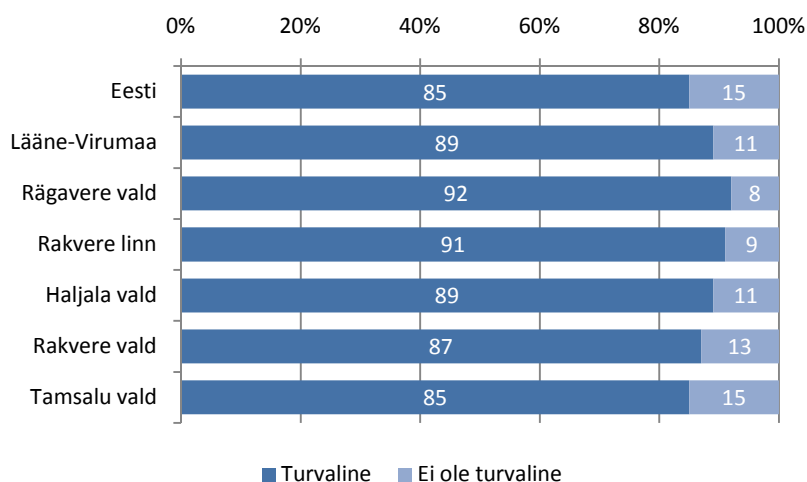
**Joonis 9.4.** On olnud sunnitud astuma seksuaalvahekorda vastu tahtmist  
(vastasid ainult need, kes on kunagi olnud seksuaalvahekorras)

Seksuaalvägivalda on kogenud pigem naised (13%) kui mehed (0%).

## 10. TURVALISUS JA OHUTUS

### 10.1. ELUKOHA TURVALISUS

Uuringus osalejatel paluti vastata, kui turvaliseks nad hindavad oma elukohta. Lääne-Virumaa vastajatest 89% leiab, et tema elukoht on turvaline, mis on sarnane Eesti keskmisega (joonis 10.1). Kõige turvalisemaks peetakse elukohta Rägavere vallas (92%), näitaja on madalaim Tamsalu vallas (85%). Olulisi erinevusi sotsiaal-demograafiliste tunnuste lõikes näitaja kohta ei esinenud (vt lisa 10, tabel 10.1).



Joonis 10.1. Elukohta turvalisus

Oma elukohta ei pea turvaliseks:

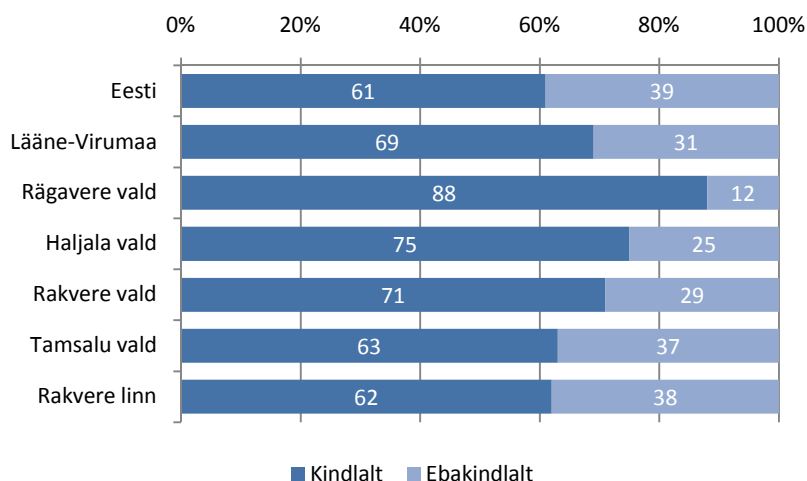
- ▶ pigem halva tervise enesehinnanguga vastajad;
- ▶ pigem terviseseisundi tõttu piiratud toimetulekuga vastajad.

Tabel 10.1. Elukohta turvalisuse seos teiste tunnustega, %

		Ei ole turvaline	Turvaline	Kokku
Tervise enesehinnang	Hea	6	94	100
	Keskmine	14	86	100
	Halb	27	73	100
Terviseseisundi tõttu piiratud toimetulek	Piiratud	18	82	100
	Ei ole piiratud	8	92	100

## 10.2. TURVATUNNE OMA ELUKOHAS PIMEDAL AJAL

Lääne-Virumaa elanikest 31% tunneb ennast ebakindlalt, käies oma elukohas üksinda väljas pärast pimeduse saabumist, näitaja on kõrgem Eesti keskmisest 39% (joonis 10.2). Kõige vähem tunnevad pimedal ajal ebakindlust Rägavere valla (12%) ja kõige enam Rakvere linna (38%) vastajad.



**Joonis 10.2.** „Kui julgelt te ennast tunnete, käies üksinda väljas oma elukohas pärast pimeduse saabumist?“

Vastajaid, kes tunnevad end oma elukohas pimedal ajal ebakindlalt, saab iseloomustada järgnevalt:

- ▶ pigem naised (46%) kui mehed (17%);
- ▶ pigem vanemaealised (35%) ja noored (34%) kui keskealised (25%);
- ▶ pigem alaealiste lastega (40%) ja täisealiste lastega (36%) kui ilma lasteta (21%) leibkondade liikmed;

### 10.3. ÜMBRUSKONNA OHUTUS

Uuringus osalejatel paluti hinnata erinevate tegevuste ohutust oma elukohas (tabel 10.2). Sotsiaal-demograafiliste tunnuste lõikes on vastused esitatud lisa 10, tabelites 10.3-10.8.

Uuringus osalenud omavalitsusest eristub Rakvere vald ja Haljala vald, seal peab kõige enam vastajaid sõidutee ületamist ja jalgrattaga sõitmist ohtlikuks. Veekogudes ujumist peetakse ohtlikumaks Rakvere vallas. Kõige ohutumaks peavad oma elukohta Tamsalu valla ja Rägavere valla vastajad.

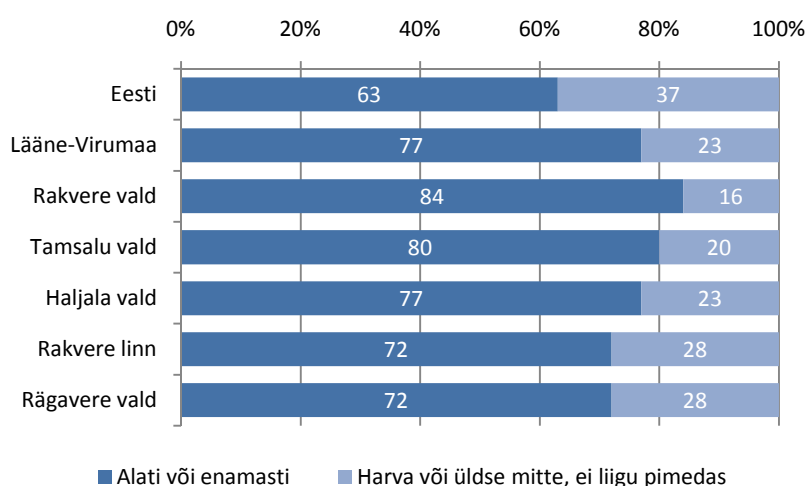
*Tabel 10.2. Vastajad, kes peavad erinevaid tegevusi elukohas ohtlikuks, %*

	Eesti	Lääne- Virumaa	Rakvere linn	Rakvere vald	Haljala vald	Tamsalu vald	Rägavere vald
Jalgsi tööle või kooli minemine	6	3	6	8	2	0	1
Sõidutee ületamine	18	17	9	34	23	15	11
Jalgrattaga sõitmine	27	26	26	37	37	18	17
Parkides ja haljasaladel jalutamine	7	5	6	3	0	9	0
Mänguväljakute kasutamine	3	2	0	3	0	5	0
Veekogudes ujumine	18	16	14	24	17	11	19

## 10.4. TURVAVAHENDITE KASUTAMINE

### Helkuri kasutamine

Uuringus osalejatel paluti vastata, kui tihti nad kasutavad pimedal ajal valgustamata tänavatel või teedel liikudes helkurit. Vastajaid, kes kannavad helkurit alati või enamasti on Lääne-Virumaal 77%, näitaja on kõrgem Eesti keskmisest 63%, (joonis 10.3). Kõige madalam on alati või enamasti helkurit kandjate osakaal Rakvere linnas ja Rägavere vallas (72%) ning kõige kõrgem Rakvere vallas (84%).



Joonis 10.3. Helkuri kandmine

Alati või enamasti helkuri kandjaid saab iseloomustada järgnevalt:

- ▶ pigem naised (85%) kui mehed (69%);
- ▶ pigem keskealised (83%) ja vanemaealised (78%) kui noored (72%);
- ▶ pigem kõrgharidusega (86%) ja keskhariidusega (79%) kui alg- või põhiharidusega (69%) vastajad.

### Turvavöö kasutamine

Uuringus osalenutel paluti vastata, millised on nende turvavöö kasutamise harjumused (tabel 10.3). Lääne-Virumaal on juhina ja kaassõitjana eesistmel turvavöö kasutamise harjumused sarnased Eesti keskmisele, tagaistmel kasutatakse turvavööd sagedamini.

Juhina kasutavad turvavööd alati kõige enam Rakvere valla (87%) ja kõige vähem Haljala valla vastajad (69%). Esiistmel kaassõitjana on enim turvavöö kasutajaid samuti Rakvere vallas (97%) ning vähem Haljala, Tamsalu ja Rägavere vallas (91%). Tagaistmel on enim turvavöö kasutajaid jällegi Rakvere vallas (78%) ja kõige vähem Rägavere vallas (58%).

Turvavöö kasutamise ülevaade sotsiaal-demograafiliste näitajate lõikes on esitatud raporti lisa 10 (tabelid 10.10-10.12).

**Tabel 10.3.** Alati turvavöö kasutamine, %

	Eesti	Lääne-Virumaa	Rakvere linn	Rakvere vald	Haljala vald	Tamsalu vald	Rägavere vald
Juhina	70	73	72	87	69	70	72
Esiistmel kaassõitjana	93	93	96	97	91	91	91
Tagaistmel kaassõitjana	59	69	71	78	65	71	58

## LISA 1. TERVISE SEISUND

Tabel 1.1. Tervise enesehinnang, %

	Sugu		Vanus			Haridus			Tööturu staatus			Ostujõud		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus	Töötav	Töötu	Mitteaktiivne	Kõrge	Keskmine	Madal
<b>Hea</b>	44	41	60	41	12	39	39	58	45	39	39	48	42	42
<b>Keskmine</b>	45	46	33	48	65	41	53	34	49	37	40	45	42	48
<b>Halb</b>	11	13	7	11	23	19	8	7	6	25	21	7	16	10

	Perekonnaseis			Leibkond		
	Ei ela kooselus	Kooselus	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega	
<b>Hea</b>		39	46	48	33	43
<b>Keskmine</b>		47	44	48	54	43
<b>Halb</b>		14	10	5	13	14

Tabel 1.2. Pikaajaline krooniline haigus või tervise probleem, %

	Sugu		Vanus			Haridus			Tööturu staatus			Ostujõud		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus	Töötav	Töötu	Mitteaktiivne	Kõrge	Keskmine	Madal
<b>Jah</b>	45	57	32	52	84	52	50	51	45	43	63	59	47	50
<b>Ei</b>	55	43	68	48	16	48	50	49	55	57	37	41	53	50

	Perekonnaseis			Leibkond		
	Ei ela kooselus	Kooselus	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega	
<b>Jah</b>		48	54	44	62	54
<b>Ei</b>		52	46	56	38	46



**Tabel 1.3.** Tervise seisundi tõttu piiratud toimetulek, %

	Sugu		Vanus			Haridus			Tööturu staatus			Ostujõud		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus	Töötav	Töötu	Mitteaktiivne	Kõrge	Keskmine	Madal
<b>Piiratud</b>	31	49	27	44	55	47	38	29	28	38	60	38	44	36
<b>Ei ole piiratud</b>	69	51	73	56	45	53	62	71	72	62	40	62	56	64

	Perekonnaseis			Leibkond		
	Ei ela kooselus	Kooselus	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega	
<b>Piiratud</b>	37	42	37	46	39	
<b>Ei ole piiratud</b>	63	58	63	54	61	

**Tabel 1.4.** Vererõhu mõõtmine, %

	Sugu		Vanus			Haridus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus
<b>Viimase 2 aasta jooksul</b>	90	93	95	85	95	95	90	92
<b>Rohkem kui 2 aastat tagasi</b>	8	7	5	13	4	4	9	8
<b>Mitte kunagi</b>	2	0	0	1	2	1	1	0

**Tabel 1.5.** Vere kolesterooli taseme määramine, %

	Sugu		Vanus			Haridus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus
<b>Viimase 2 aasta jooksul</b>	73	68	55	73	87	69	69	80
<b>Rohkem kui 2 aastat tagasi</b>	12	16	10	20	10	9	15	15
<b>Mitte kunagi</b>	15	16	35	6	3	21	15	5

**Tabel 1.6.** Eesnäärme uuring (vastasisid ainult mehed vanuses 55-70 aastat), %

	Haridus		
	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus
<b>Viimase 2 aasta jooksul</b>	35	34	0
<b>Rohkem kui 2 aastat tagasi</b>	16	11	0
<b>Mitte kunagi</b>	49	55	100

**Tabel 1.7.** Mammograafia uuring (vastasid ainult naised vanuses 35-70 aastat), %

	Vanus		Haridus		
	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus
Viimase 2 aasta jooksul	40	54	58	41	45
Rohkem kui 2 aastat tagasi	11	23	18	18	12
Mitte kunagi	49	23	25	42	43

**Tabel 1.8.** Perearsti või pereõe teenuse kättesaadavus, %

	Sugu		Vanus			Ostujõud		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Kõrge	Keskmine	Madal
Samal või järgmisel päeval	56	60	56	58	61	56	59	59
Samal nädalal	32	29	30	32	29	35	28	29
Hiljem kui nädala päras	6	8	8	7	6	8	8	6
Ei oska öelda	6	3	6	3	5	1	5	5

**Tabel 1.9.** Hambaarsti teenuse kättesaadavus, %

	Sugu		Vanus			Ostujõud		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Kõrge	Keskmine	Madal
Samal või järgmisel päeval	14	10	16	10	7	10	16	8
Samal nädalal	22	20	23	20	20	17	22	22
Hiljem kui nädala päras	43	50	47	54	33	57	39	46
Ei oska öelda	21	20	13	16	40	16	22	24

**Tabel 1.10.** Psühholoogiline nõustamisteenus, %

	Sugu		Vanus			Ostujõud		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Kõrge	Keskmine	Madal
Samal või järgmisel päeval	3	4	6	1	2	6	3	3
Samal nädalal	4	8	6	7	2	7	4	6
Hiljem kui nädala päras	16	14	18	17	5	12	18	12
Ei oska öelda	77	75	69	76	90	76	75	79

**Tabel 1.11.** Ravimite kättesaadavus, %

	Sugu		Vanus			Ostujõud		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Kõrge	Keskmine	Madal
<b>Kuni 10 minutit</b>	35	39	41	39	25	40	38	35
<b>11-30 minutit</b>	42	39	44	36	41	47	32	43
<b>31 minutit või kauem</b>	22	21	15	24	30	13	29	21
<b>Ei oska öelda</b>	0	2	0	1	4	1	1	2

**Tabel 1.12.** Toidukaupade kättesaadavus, %

	Sugu		Vanus			Ostujõud		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Kõrge	Keskmine	Madal
<b>Kuni 10 minutit</b>	50	50	61	50	28	63	47	45
<b>11-30 minutit</b>	35	31	26	35	44	29	31	37
<b>31 minutit või kauem</b>	14	18	12	15	25	7	21	18
<b>Ei oska öelda</b>	0	1	0	0	2	1	1	0

**Tabel 1.13.** Alkoholi kättesaadavus, %

	Sugu		Vanus			Ostujõud		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Kõrge	Keskmine	Madal
<b>Kuni 10 minutit</b>	53	53	65	51	30	62	53	48
<b>11-30 minutit</b>	28	27	18	35	33	27	21	32
<b>31 minutit või kauem</b>	13	10	11	12	15	6	16	12
<b>Ei oska öelda</b>	6	10	6	2	22	6	11	9

**Tabel 1.14.** Tubakatoodete kättesaadavus, %

	Sugu		Vanus			Ostujõud		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Kõrge	Keskmine	Madal
<b>Kuni 10 minutit</b>	51	53	65	50	28	62	53	46
<b>11-30 minutit</b>	26	27	18	34	33	27	19	32
<b>31 minutit või kauem</b>	13	9	11	12	13	6	15	11
<b>Ei oska öelda</b>	9	11	6	5	27	6	13	10

## LISA 2. TOITUMINE

Tabel 2.1. Hommikusöögi söömine uuringule eelnenud 30 päeva jooksul, %

	Sugu		Vanus			Haridus			Tööturu staatus			Ostujõud		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg/põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus	Töötav	Töötu	Mitteaktiivne	Kõrge	Keskmine	Madal
Vähemalt pooltel päevadel	74	85	67	83	96	65	87	88	74	82	87	81	74	81
Harva või üldse mitte	26	15	33	17	4	35	13	12	26	18	13	19	26	19

	Perekonnaseis			Leibkond		
	Ei ela kooselus	Kooselus	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega	
Vähemalt pooltel päevadel		82	77	77	78	80
Harva või üldse mitte		18	23	23	22	20

Tabel 2.2. Puu- ja köögiviljade söömine uuringule eelnenud 7 päeva jooksul, %

	Sugu		Vanus			Haridus			Tööturu staatus			Ostujõud		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus	Töötav	Töötu	Mitteaktiivne	Kõrge	Keskmine	Madal
Ei söö üldse, mõned portsjonid nädalas	73	60	63	67	76	72	69	53	64	91	70	69	68	65
1-2 portsjonit päevas	21	32	28	27	22	22	27	31	30	9	21	23	21	32
3-4 portsjonit päevas	4	8	8	5	3	5	4	13	5	0	9	7	10	3
5 või rohkem portsjonit päevas	1	0	1	1	0	0	1	2	1	0	0	2	1	0

	Perekonnaseis			Leibkond		
	Ei ela kooselus	Kooselus	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega	
Ei söö üldse, mõned portsjonid nädalas		63	71	70	69	67
1-2 portsjonit päevas		29	24	27	19	26
3-4 portsjonit päevas		8	4	1	12	6
5 või rohkem portsjonit päevas		0	1	1	0	1

**Tabel 2.3.** Energiajookide tarvitamine uuringule eelnenud 7 päeva jooksul, %

	Sugu		Vanus			Alg- või põhiharidus	Haridus			Ostujõud			Leibkond		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70		Keskharidus	Kõrgharidus	Kõrge	Keskmine	Madal	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega	
<b>Mitte kordagi</b>	81	91	74	95	94	79	90	88	87	86	85	84	87	87	
<b>1-7 päeval nädalas</b>	19	9	26	5	6	21	10	12	13	14	15	16	13	13	

**Tabel 2.4.** Coca-Cola ja teiste suhkrut sisaldavate magusate jookide tarvitamine uuringule eelnenud 7 päeva jooksul, %

	Sugu		Vanus			Alg- või põhiharidus	Haridus			Ostujõud			Leibkond		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70		Keskharidus	Kõrgharidus	Kõrge	Keskmine	Madal	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega	
<b>Mitte kordagi</b>	56	69	38	77	87	56	67	64	55	65	67	58	71	64	
<b>1-2 päeval nädalas</b>	25	21	35	18	7	25	22	23	34	17	22	25	16	23	
<b>3-7 päeval nädalas</b>	19	10	26	5	6	19	11	13	11	18	12	17	13	13	

**Tabel 2.5.** Pitsa, pirukate, saiakeste ja hamburgerite söömine uuringule eelnenud 7 päeva jooksul, %

	Sugu		Vanus			Alg- või põhiharidus	Haridus			Ostujõud			Leibkond		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70		Keskharidus	Kõrgharidus	Kõrge	Keskmine	Madal	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega	
<b>Mitte kordagi</b>	40	50	36	48	55	44	42	54	46	49	42	41	48	47	
<b>1-2 päeval nädalas</b>	41	39	42	41	34	41	40	38	37	38	40	43	37	39	
<b>3-7 päeval nädalas</b>	20	11	21	11	11	15	17	8	17	13	18	16	14	14	

## LISA 3. ALKOHOL

**Tabel 3.1.** Alkoholi tarvitamise regulaarsus uuringule eelnenud 30 päeva jooksul, %

	Sugu		Vanus			Alg- või põhiharidus	Haridus		Tööturu staatus			Ostujõud		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70		Keskharidus	Kõrgharidus	Töötav	Töötu	Mitteaktiivne	Kõrge	Keskmine	Madal
<b>Mitte kordagi</b>	12	35	16	20	41	21	25	19	16	13	37	18	24	26
<b>1-3 korda kuus</b>	35	53	47	43	39	35	46	57	43	55	44	41	44	46
<b>Vähemalt üks kord nädalas</b>	53	12	37	37	20	44	29	25	42	33	18	41	33	28

	Perekonnaseis			Leibkond		
	Ei ela kooselus	Kooselus	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega	
<b>Mitte kordagi</b>		28	18	26	17	22
<b>1-3 korda kuus</b>		46	42	44	49	45
<b>Vähemalt üks kord nädalas</b>		26	40	30	34	34

**Tabel 3.2.** Korraga vähemalt 6 alkoholi annuse tarvitamine uuringule eelnenud 30 päeva jooksul (vastasid ainult need, kes olid uuringule eelnenud 30 päeva jooksul alkohoolseid jooke tarvitanud), %

	Sugu		Vanus			Alg- või põhiharidus	Haridus		Tööturu staatus			Ostujõud		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70		Keskharidus	Kõrgharidus	Töötav	Töötu	Mitteaktiivne	Kõrge	Keskmine	Madal
<b>Mitte kordagi</b>	36	65	42	44	68	36	52	56	43	33	60	55	41	48
<b>1-3 korda kuus</b>	43	31	41	39	28	44	33	37	42	45	28	41	35	40
<b>Vähemalt üks kord nädalas</b>	22	5	17	17	4	19	14	7	15	23	12	4	25	11

	Perekonnaseis			Leibkond		
	Ei ela kooselus	Kooselus	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega	
<b>Mitte kordagi</b>		46	48	50	45	49
<b>1-3 korda kuus</b>		36	39	42	37	35
<b>Vähemalt üks kord nädalas</b>		17	12	9	18	16

**Tabel 3.3.** Subjektivne alkoholi tarvitamise hinnang (vastasid ainult need, kes olid uuringule eelnenud 30 päeva jooksul alkohoolseid jooke tarvitanud), %

	Sugu		Vanus			Haridus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus
<b>Vähe või mõõdukalt</b>	85	96	89	88	94	90	89	92
<b>Palju</b>	15	4	11	12	6	10	11	8

**Tabel 3.4.** Väitele „Enamikel nädalapäevadel klaasi veini või paari pudeli õlle joomine võib tervisele halvasti mõjuda“ vastamine, %

	Sugu		Vanus			Haridus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus
<b>Ei ole nõus</b>	40	15	33	30	17	33	28	23
<b>Nõus</b>	60	85	67	70	83	67	72	77

**Tabel 3.5.** Väitele „Enda igapäevane purju joomine võib tekitada tõsiseid tervisehäireid“ vastamine, %

	Sugu		Vanus			Haridus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus
<b>Ei ole nõus</b>	5	5	4	7	4	9	4	2
<b>Nõus</b>	95	95	96	93	96	91	96	98

**Tabel 3.6.** Väitele „Minu tutvusringkonnas on tavaline ennast seltskondlikel koosviibimistel purju juua“ vastamine, %

	Sugu		Vanus			Haridus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus
<b>Ei ole nõus</b>	65	76	62	70	88	70	65	82
<b>Nõus</b>	35	24	38	30	12	30	35	18

**Tabel 3.7.** Väitele „Alkoholi ja tubakatooteid peaks olema võimalik müüa ainult spetsiaalsetes müügikohtades (alkoholi- ja tubakakauplus)“ vastamine, %

	Sugu		Vanus			Haridus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus
<b>Ei ole nõus</b>	51	32	48	47	24	48	41	35
<b>Nõus</b>	49	68	52	53	76	52	59	65

**Tabel 3.8.** Väitele „Peaksin tarvitama vähem alkoholi“ (analüüsist on välja jäetud need, kes vastasid väitele „ei kehti minu kohta“) vastamine, %

	Sugu		Vanus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70
<b>Nõus</b>	65	41	54	65	67
<b>Pigem ei ole nõus</b>	18	40	30	18	8
<b>Ei oska öelda</b>	16	19	16	17	25



## LISA 4. SUITSETAMINE

**Tabel 4.1.** Viibimine tööl ruumides, kus suitsetatakse, %

	Sugu		Vanus			Haridus			Ostujõud		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus	Kõrge	Keskmine	Madal
<b>Ei viibi</b>	61	90	65	78	91	73	71	90	74	73	76
<b>Viibib</b>	39	10	35	22	9	27	29	10	26	27	24

**Tabel 4.2.** Viibimine kodus ruumides, kus suitsetatakse, %

	Sugu		Vanus			Haridus			Ostujõud			Leibkond		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus	Kõrge	Keskmine	Madal	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
<b>Ei viibi</b>	76	73	67	76	86	66	80	77	70	72	76	75	69	76
<b>Viibib</b>	24	27	33	24	14	34	20	23	30	28	24	25	31	24

**Tabel 4.3.** Suitsetamise alustamine (vastasid ainult need, kes suitsetavad igapäevaselt), %

	Sugu		Vanus			Haridus			Ostujõud		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus	Kõrge	Keskmine	Madal
<b>Enne 18. eluaastat</b>	49	43	40	46	60	38	57	42	52	35	57
<b>18-aastaselt või vanemalt</b>	51	57	60	54	40	62	43	58	48	65	43

Tabel 4.4. Igapäevane suitsetamine, %

	Sugu		Vanus			Tööturu staatus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Töötav	Töötu	Mitteaktiivne
<b>Ei ole kunagi suitsetanud</b>	23	50	32	39	43	32	16	52
<b>Olen suitsetamisest loobunud</b>	20	25	18	20	34	23	21	22
<b>Suitsetan aeg-ajalt</b>	11	7	18	3	5	9		9
<b>Suitsetan iga päev</b>	46	18	32	37	18	35	64	17

	Haridus			Ostujõud		
	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus	Kõrge	Keskmine	Madal
<b>Ei ole kunagi suitsetanud</b>	34	31	60	33	44	34
<b>Olen suitsetamisest loobunud</b>	24	23	21	26	21	24
<b>Suitsetan aeg-ajalt</b>	9	10	3	7	9	10
<b>Suitsetan iga päev</b>	32	36	16	34	26	32

Tabel 4.5. Suitsetamisest loobumine (vastasid ainult need, kes on kunagi elus suitsetanud), %

	Sugu		Vanus			Haridus			Tööturu staatus			Ostujõud		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus	Töötav	Töötu	Mitteaktiivne	Kõrge	Keskmine	Madal
<b>Suitsetab</b>	68	57	80	62	38	66	69	42	62	80	64	60	75	59
<b>Loobunud</b>	32	43	20	38	62	34	31	58	38	20	36	40	25	41

	Perekonnaseis			Leibkond		
	Ei ela kooselus	Kooselus	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega	
<b>Suitsetab</b>		75	54	61	68	60
<b>Loobunud</b>		25	46	39	32	40

**Tabel 4.6.** Soov loobuda suitsetamisest (vastasid ainult igapäevased suitsetajad), %

	Sugu		Vanus			Haridus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus
<b>Jah</b>	53	80	50	68	82	66	56	60
<b>Ei</b>	47	20	50	32	18	34	44	40

**Tabel 4.7.** Proovinud loobuda suitsetamisest (vastasid need, kes suitsetavad praegusel eluperioodil igapäevaselt või aeg-ajalt), %

	Sugu		Vanus			Haridus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus
<b>Viimase aasta jooksul</b>	35	57	56	27	35	39	46	40
<b>Rohkem kui aasta tagasi</b>	39	20	25	42	35	37	31	24
<b>Mitte kunagi</b>	26	24	19	31	29	23	22	36

## LISA 5. NARKOOTIKUMID

**Tabel 5.1.** Kanepi hankimise võimalikkus, %

	Sugu		Vanus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70
<b>Võimatu</b>	9	7	6	6	16
<b>Keeruline või lihtne</b>	29	19	42	17	1
<b>Ei tea</b>	61	74	52	77	83

**Tabel 5.2.** Teiste narkootikumide (ecstasy, amfetamiin, kokaiin, heroiin) hankimise võimalikkus, %

	Sugu		Vanus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70
<b>Võimatu</b>	12	7	9	6	15
<b>Keeruline või lihtne</b>	21	17	33	14	0
<b>Ei tea</b>	67	76	58	80	85

**Tabel 5.3.** Kanepi tarvitamine elu jooksul, %

	Sugu		Vanus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70
<b>Jah, ühe korra</b>	15	6	17	9	0
<b>Jah, korduvalt</b>	12	8	21	3	0
<b>Ei</b>	73	86	62	88	100

**Tabel 5.4.** Teiste narkootikumide tarvitamine elu jooksul, %

	Sugu		Vanus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70
<b>Jah, ühe korra</b>	4	4	7	3	0
<b>Jah, korduvalt</b>	5	1	7	0	0
<b>Ei</b>	91	95	85	97	100

## LISA 6. SOTSIAALSED SUHTED

Tabel 6.1. Organisatsiooni, ühingu või grupi liikmelisus, %

	Sugu		Vanus			Haridus			Tööturu staatus			Perekonnaseis	
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus	Töötav	Töötu	Mitteaktiivne	Ei ela kooselus	Kooselus
<b>Jah</b>	18	20	21	17	18	15	16	35	19	0	22	23	16
<b>Ei</b>	82	80	79	83	82	85	84	65	81	100	78	77	84

Tabel 6.2. Mittetulundusühingu liikmelisus, %

	Sugu		Vanus			Haridus			Tööturu staatus			Perekonnaseis	
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus	Töötav	Töötu	Mitteaktiivne	Ei ela kooselus	Kooselus
<b>Jah</b>	18	10	16	17	8	6	16	29	15	9	14	14	15
<b>Ei</b>	82	90	84	83	92	94	84	71	85	91	86	86	85

Tabel 6.3. Aktiivne suhtleja internetis, %

	Sugu		Vanus			Haridus			Tööturu staatus			Perekonnaseis	
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus	Töötav	Töötu	Mitteaktiivne	Ei ela kooselus	Kooselus
<b>Jah</b>	44	48	85	24	5	45	44	53	46	41	46	48	44
<b>Ei</b>	56	52	15	76	95	55	56	47	54	59	54	52	56

**Tabel 6.4.** Väitele „Enamikku inimesi minu kodukandis võib usaldada“ vastamine, %

	Sugu		Vanus			Haridus			Tööturu staatus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus	Töötav	Töötu	Mittetöötav
<b>Nõus</b>	49	35	32	49	50	33	46	48	46	19	38
<b>Ei ole nõus</b>	37	35	50	32	16	38	40	21	34	76	34
<b>Ei oska öelda</b>	15	30	18	19	34	28	14	31	20	5	27

	Ostujõud			Leibkond		
	Kõrge	Keskmine	Madal	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
<b>Nõus</b>	45	42	43	43	43	40
<b>Ei ole nõus</b>	34	34	37	36	42	35
<b>Ei oska öelda</b>	21	24	20	21	15	25

**Tabel 6.5.** Väitele „Minu kodukandi inimesed üldiselt aitavad üksteist, kui on vaja“ vastamine, %

	Sugu		Vanus			Haridus			Tööturu staatus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus	Töötav	Töötu	Mitteaktiivne
<b>Nõus</b>	64	62	60	67	65	58	66	69	64	50	64
<b>Ei ole nõus</b>	22	20	24	20	16	25	21	12	21	50	17
<b>Ei oska öelda</b>	14	18	16	13	19	17	12	20	15	0	19

	Ostujõud			Leibkond		
	Kõrge	Keskmine	Madal	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
<b>Nõus</b>	59	68	63	65	57	63
<b>Ei ole nõus</b>	22	18	23	21	34	18
<b>Ei oska öelda</b>	18	14	14	15	9	19

**Tabel 6.6.** Väitele „Oma ümbruskonna hüvanguks teen mõnikord mõne töö ära omal algatusel, ilma et keegi oleks palunud“ vastamine, %

	Sugu		Vanus			Haridus			Tööturu staatus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus	Töötav	Töötu	Mitteaktiivne
<b>Nõus</b>	56	41	33	63	56	42	50	60	52	56	41
<b>Ei ole nõus</b>	28	37	48	22	18	37	32	25	30	31	38
<b>Ei oska öelda</b>	16	22	19	15	25	21	18	15	18	14	21

	Ostujõud				Leibkond	
	Kõrge	Keskmine	Madal	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
<b>Nõus</b>	43	56	50	57	42	50
<b>Ei ole nõus</b>	34	27	35	27	47	30
<b>Ei oska öelda</b>	23	16	16	17	11	19

**Tabel 6.7.** Väitele „Ma arvan, et minu kodukandi asjad on olulised“ vastamine, %

	Sugu		Vanus			Haridus			Tööturu staatus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus	Töötav	Töötu	Mitteaktiivne
<b>Nõus</b>	84	83	78	93	80	78	88	85	84	83	84
<b>Ei ole nõus</b>	6	9	11	4	7	9	7	7	7	17	6
<b>Ei oska öelda</b>	10	8	11	3	13	13	5	9	9	0	10

	Ostujõud				Leibkond	
	Kõrge	Keskmine	Madal	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
<b>Nõus</b>	87	81	87	83	90	81
<b>Ei ole nõus</b>	5	11	6	8	5	7
<b>Ei oska öelda</b>	8	8	7	9	5	12

**Tabel 6.8.** Väitele „Ma usun, et suudan mõjutada ja muuta elu oma kodukandis“ vastamine, %

	Sugu		Vanus			Haridus			Tööturu staatus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus	Töötav	Töötu	Mitteaktiivne
<b>Nõus</b>	39	24	37	31	24	28	33	38	37	15	26
<b>Ei ole nõus</b>	35	43	35	50	31	37	40	39	38	65	36
<b>Ei oska öelda</b>	25	33	28	19	46	35	26	23	25	20	38

	Ostujõud			Leibkond		
	Kõrge	Keskmine	Madal	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
<b>Nõus</b>	30	30	35	40	35	28
<b>Ei ole nõus</b>	39	39	38	36	45	36
<b>Ei oska öelda</b>	31	31	27	24	19	36

**Tabel 6.9.** Väitele „Ma osalen kodukandi tegevustes“ vastamine, %

	Sugu		Vanus			Haridus			Tööturu staatus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus	Töötav	Töötu	Mitteaktiivne
<b>Nõus</b>	46	37	36	51	38	35	42	54	45	20	39
<b>Ei ole nõus</b>	41	49	57	38	34	51	45	35	46	74	40
<b>Ei oska öelda</b>	13	13	7	11	27	14	12	10	10	7	20

	Ostujõud			Leibkond		
	Kõrge	Keskmine	Madal	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
<b>Nõus</b>	41	43	42	41	37	45
<b>Ei ole nõus</b>	49	46	43	45	55	41
<b>Ei oska öelda</b>	10	11	16	14	8	14



**Tabel 6.10.** Uuringule eelnenud 12 kuu jooksul osalenud mõnel enda elukohas toimunud terviseteemalisel üritusel, %

	Sugu		Vanus			Haridus			Tööturu staatus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus	Töötav	Töötü	Mitteaktiivne
<b>Osalenud</b>	18	26	26	22	15	23	18	34	19	9	30
<b>Ei ole osalenud</b>	68	60	60	65	73	63	68	57	69	66	57
<b>Ei ole toimunud</b>	13	13	14	13	12	15	14	8	12	25	13

	Ostujõud			Leibkond		
	Kõrge	Keskmine	Madal	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
<b>Osalenud</b>	20	21	27	18	28	23
<b>Ei ole osalenud</b>	69	62	60	73	52	63
<b>Ei ole toimunud</b>	11	17	13	9	20	14

**Tabel 6.11.** Rahulolu oma elukohas pakutavate huvitegevuste ja vaba aja veetmise võimalustega, %

	Sugu		Vanus			Haridus			Tööturu staatus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus	Töötav	Töötü	Mitteaktiivne
<b>Rahul</b>	37	43	46	43	24	34	42	48	42	25	40
<b>Ei ole rahul</b>	36	27	35	31	26	38	30	23	31	43	32
<b>Ei oska öelda</b>	27	29	19	26	50	29	28	29	28	33	29

	Ostujõud			Leibkond		
	Kõrge	Keskmine	Madal	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
<b>Rahul</b>	47	33	40	45	42	35
<b>Ei ole rahul</b>	30	36	29	28	40	32
<b>Ei oska öelda</b>	23	30	31	27	18	33

## LISA 7. VAIMNE TERVIS

**Tabel 7.1.** Depressiooni sümptomite esinemine, %

	Sugu		Vanus			Haridus			Tööturu staatus			Ostujõud		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus	Töötav	Töötu	Mitteaktiivne	Kõrge	Keskmine	Madal
<b>Ei ole</b>	78	67	73	71	76	69	77	70	76	77	66	75	62	77
<b>On</b>	22	33	27	29	24	31	23	30	24	23	34	25	38	23

	Perekonnaseis			Leibkond		
	Ei ela kooselus	Kooselus	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega	
<b>Ei ole</b>		66	78	83	67	69
<b>On</b>		34	22	17	33	31

**Tabel 7.2.** Suitsiidikatse esinemine elu jooksul, %

	Sugu		Vanus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70
<b>Ei</b>	94	90	92	89	97
<b>Jah</b>	6	10	8	11	3

## LISA 8. KEHALINE AKTIIVSUS

Tabel 8.1. Kehamassiindeks, %

	Sugu		Vanus			Haridus			Ostujõud		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus	Kõrge	Keskmine	Madal
<b>Alakaal</b>	3	2	3	2	3	2	3	4	1	4	3
<b>Normaalkaal</b>	43	40	41	45	37	49	43	25	30	50	43
<b>Ülekaal ja rasvumine</b>	53	57	56	53	60	49	54	71	69	46	54

	Perekonnaseis			Leibkond		
	Ei ela kooselus	Kooselus	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega	
<b>Alakaal</b>		4	1	6	0	2
<b>Normaalkaal</b>		42	41	62	60	26
<b>Ülekaal ja rasvumine</b>		53	58	31	40	72

Tabel 8.2. Vähemalt 30 minutit jala käimise või rattaga sõitmise sagedus uuringule eelnenud 30 päeva jooksul, %

	Sugu		Vanus			Haridus			Ostujõud			Perekonnaseis	
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus	Kõrge	Keskmine	Madal	Ei ela kooselus	Kooselus
<b>Üldse mitte või 1-2 korda kuus</b>	33	22	23	33	29	29	26	27	31	27	25	22	33
<b>Üks või mitu korda nädalas</b>	67	78	77	67	71	71	74	73	69	73	75	78	67

	Leibkond		
	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
<b>Üldse mitte või 1-2 korda kuus</b>	25	35	25
<b>Üks või mitu korda nädalas</b>	75	65	75

**Tabel 8.3.** Vähemalt 30 minutit tegelemine liikumisharrastusega, mis ajas kergelt higistama ja hingeldama uuringule eelnenud 30 päeva jooksul, %

	Sugu		Vanus			Alg või põhiharidus	Haridus			Ostujõud			Perekonnaseis	
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70		Keskharidus	Kõrgharidus	Kõrge	Keskmine	Madal	Ei ela kooselus	Kooselus	
<b>Üldse mitte või 1-2 korda kuus</b>	58	54	54	53	65	63	56	43	60	52	55	52	60	
<b>Üks või mitu korda nädalas</b>	42	46	46	47	35	37	44	57	40	48	45	48	40	

	Leibkond		
	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
<b>Üldse mitte või 1-2 korda kuus</b>	48	55	57
<b>Üks või mitu korda nädalas</b>	52	45	43

**Tabel 8.4.** Liikumisharrastust pärsib sobiva asukoha puudumine (vastasid ainult need, kes olid uuringule eelnenud 30 päeva jooksul tegelenud liikumisharrastusega harvem kui üks kord nädalas), %

	Sugu		Vanus			Alg- või põhiharidus	Haridus			Ostujõud			Perekonnaseis	
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70		Keskharidus	Kõrgharidus	Kõrge	Keskmine	Madal	Ei ela kooselus	Kooselus	
<b>See kindlasti</b>	35	31	35	25	41	37	35	19	44	32	26	32	34	
<b>Ka see</b>	13	20	22	18	5	18	16	16	13	19	20	13	20	
<b>See kindlasti mitte</b>	52	49	43	57	54	45	50	65	43	50	54	55	47	

	Leibkond		
	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
<b>See kindlasti</b>	28	50	29
<b>Ka see</b>	12	29	13
<b>See kindlasti mitte</b>	61	21	58

**Tabel 8.5.** Liikumisharrastust pärsib selle kallis hind (vastasid ainult need, kes olid uuringule eelnenud 30 päeva jooksul tegelenud liikumisharrastusega harvem kui üks kord nädalas), %

	Sugu		Vanus			Haridus			Ostujõud			Perekonnaseis	
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus	Kõrge	Keskmine	Madal	Ei ela kooselus	Kooselus
<b>See kindlasti</b>	20	25	16	25	30	19	25	26	15	24	29	20	24
<b>Ka see</b>	34	31	35	29	35	42	35	0	46	32	23	30	35
<b>See kindlasti mitte</b>	46	44	49	45	36	39	40	74	39	44	48	50	40

	Leibkond		
	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
<b>See kindlasti</b>	30	24	19
<b>Ka see</b>	35	23	36
<b>See kindlasti mitte</b>	35	53	45

**Tabel 8.6.** Liikumisharrastust pärsib harrastuskohta jõudmiseks sobiva transpordi puudumine (vastasid ainult need, kes olid uuringule eelnenud 30 päeva jooksul tegelenud liikumisharrastusega harvem kui üks kord nädalas), %

	Sugu		Vanus			Haridus			Ostujõud			Perekonnaseis	
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus	Kõrge	Keskmine	Madal	Ei ela kooselus	Kooselus
<b>See kindlasti</b>	17	18	15	18	22	14	23	10	22	20	11	22	14
<b>Ka see</b>	19	25	28	16	17	24	23	7	24	16	26	20	23
<b>See kindlasti mitte</b>	64	57	57	66	61	61	54	84	54	64	62	57	64

	Leibkond		
	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
<b>See kindlasti</b>	13	35	12
<b>Ka see</b>	20	20	20
<b>See kindlasti mitte</b>	67	44	68

**Tabel 8.7.** Liikumisharrastust pärsib vajalike vahendite puudumine (vastasid ainult need, kes olid uuringule eelnenud 30 päeva jooksul tegelenud liikumisharrastusega harvem kui üks kord nädalas), %

	Sugu		Vanus			Haridus			Ostujõud			Perekonnaseis	
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus	Kõrge	Keskmine	Madal	Ei ela kooselus	Kooselus
<b>See kindlasti</b>	16	24	11	29	22	25	17	15	17	24	17	23	16
<b>Ka see</b>	27	20	26	29	13	25	20	35	18	28	23	18	29
<b>See kindlasti mitte</b>	57	56	64	42	65	51	63	49	65	48	60	59	55

	Leibkond		
	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
<b>See kindlasti</b>	16	27	15
<b>Ka see</b>	13	25	32
<b>See kindlasti mitte</b>	71	48	53

**Tabel 8.8.** Liikumisharrastust pärsib huvipuudus, vähene viitsimine, väsimus või ajapuudus (vastasid ainult need, kes olid uuringule eelnenud 30 päeva jooksul tegelenud liikumisharrastusega harvem kui üks kord nädalas), %

	Sugu		Vanus			Haridus			Ostujõud			Perekonnaseis	
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus	Kõrge	Keskmine	Madal	Ei ela kooselus	Kooselus
<b>See kindlasti</b>	42	33	40	32	42	39	37	30	51	39	27	44	32
<b>Ka see</b>	58	60	60	65	48	57	61	62	49	58	66	51	66
<b>See kindlasti mitte</b>	0	7	0	3	10	4	2	7	0	3	6	5	2

	Leibkond		
	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
<b>See kindlasti</b>	30	22	48
<b>Ka see</b>	67	70	50
<b>See kindlasti mitte</b>	2	7	2

## LISA 9. SEKSUAALTERVIS

**Tabel 9.1.** Olnud seksuaalvahekorras juhupartneriga uuringule eelnenud 12 kuu jooksul (vastasid ainult need, kes on kunagi olnud seksuaalvahekorras), %

	Sugu		Vanus			Haridus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus
<b>Jah</b>	23	7	28	10	3	15	18	10
<b>Ei</b>	77	93	72	90	97	85	82	90

**Tabel 9.2.** Kondoomide kaasas kandmine (vastasid ainult need, kes olid uuringule eelnenud 12 kuu jooksul olnud seksuaalvahekorras juhupartneriga), %

	Sugu		Vanus			Haridus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus
<b>Alati või enamasti</b>	51	12	54	16	0	66	37	0
<b>Harva või mitte kordagi</b>	49	88	46	84	100	34	63	100

**Tabel 9.3.** Kondoomi kasutamine (vastasid ainult need, kes olid uuringule eelnenud 12 kuu jooksul olnud seksuaalvahekorras juhupartneriga), %

	Sugu		Vanus			Haridus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus
<b>Mitte kordagi või harva</b>	51	66	34	100	100	35	65	58
<b>Enamasti või iga kord</b>	49	34	66	0	0	65	35	42

**Tabel 9.4.** On olnud sunnitud astuma seksuaalvahekorda vastu tahtmist (vastasid ainult need, kes on kunagi olnud seksuaalvahekorras), %

	Sugu		Vanus			Haridus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus
<b>Ei</b>	100	87	96	89	97	96	92	94
<b>Jah</b>	0	13	4	11	3	4	8	6

## LISA 10. TURVALISUS JA OHUTUS

**Tabel 10.1.** Kodukoha turvalisus, %

	Sugu		Vanus			Leibkond		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
<b>Turvaline</b>	88	89	87	89	90	92	85	87
<b>Ei ole turvaline</b>	12	11	13	11	10	8	15	13

**Tabel 10.2.** „Kui julgelt te ennast tunnete, käies üksinda väljas oma elukohas pärast pimeduse saabumist?“, %

	Sugu		Vanus			Leibkond		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
<b>Kindlalt</b>	83	54	66	75	65	79	60	64
<b>Ebakindlalt</b>	17	46	34	25	35	21	40	36

**Tabel 10.3.** Jala kooli või tööle mineku ohtlikkus, %

	Sugu		Vanus			Leibkond		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
<b>Ohutu</b>	92	87	94	91	78	88	83	93
<b>Ohtlik</b>	3	4	3	4	1	6	4	1
<b>Puudub selline võimalus</b>	5	9	2	5	21	7	13	6

**Tabel 10.4.** Sõidutee ületamise ohtlikkus, %

	Sugu		Vanus			Leibkond		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
<b>Ohutu</b>	80	85	82	86	77	82	77	84
<b>Ohtlik</b>	20	13	18	14	18	18	23	13
<b>Puudub selline võimalus</b>	1	2	0	0	5	0	0	2



**Tabel 10.5.** Jalgrattaga sõitmise ohtlikkus, %

	Sugu		Vanus			Leibkond		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
<b>Ohutu</b>	73	68	81	65	58	73	72	65
<b>Ohtlik</b>	26	26	19	33	29	24	18	33
<b>Puudub selline võimalus</b>	1	6	0	2	13	3	11	2

**Tabel 10.6.** Parkide ja haljasaladel jalutamise ohtlikkus, %

	Sugu		Vanus			Leibkond		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
<b>Ohutu</b>	88	88	92	92	74	93	88	84
<b>Ohtlik</b>	6	4	6	1	7	3	3	8
<b>Puudub selline võimalus</b>	6	9	2	7	19	5	9	9

**Tabel 10.7.** Mänguväljakute kasutamise ohtlikkus, %

	Sugu		Vanus			Leibkond		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
<b>Ohutu</b>	87	87	92	88	74	89	83	88
<b>Ohtlik</b>	2	2	4	1	0	5	0	2
<b>Puudub selline võimalus</b>	11	11	5	11	26	6	17	11

**Tabel 10.8.** Veekogudes ujumas käimise ohtlikkus, %

	Sugu		Vanus			Leibkond		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
<b>Ohutu</b>	65	47	59	61	45	61	43	59
<b>Ohtlik</b>	17	14	23	12	7	14	21	15
<b>Puudub selline võimalus</b>	19	38	18	28	48	25	36	27

**Tabel 10.9.** Helkuri kandmine, %

	Sugu		Vanus			Haridus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus
<b>Alati ja enamasti</b>	69	85	72	83	78	69	79	86
<b>Harva ja üldse mitte, ei liigu pimedas</b>	31	15	28	17	22	31	21	14

**Tabel 10.10.** Autojuhina turvavöö kasutamine, %

	Sugu		Vanus			Haridus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus
<b>Alati</b>	80	65	72	76	70	62	76	85
<b>Mitte alati, ei sõida autoga</b>	20	35	28	24	30	38	24	15

**Tabel 10.11.** Kaassõitjana esiistmel turvavöö kasutamine, %

	Sugu		Vanus			Haridus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus
<b>Alati</b>	90	97	90	93	98	92	92	98
<b>Mitte alati, ei sõida autoga</b>	10	3	10	7	2	8	8	2

**Tabel 10.12.** Tagaistmel turvavöö kasutamine, %

	Sugu		Vanus			Haridus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus
<b>Alati</b>	70	69	68	62	83	74	68	63
<b>Mitte alati, ei sõida autoga</b>	30	31	32	38	17	26	32	37