

# Paikkonna tervisemõjurite uuring 2011

## Raplamaa 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 .....	21
3. Alkohol .....	26
4. Suitsetamine .....	36
5. Narkootikumid .....	43
6. Sotsiaalsed suhted .....	47
7. Vaimne tervis .....	53
8. Kehaline aktiivsus .....	57
9. Seksuaalervis .....	65
10. Turvalisus ja ohutus .....	69

## LISAD

Lisa 1. Tervises seisund .....	73
Lisa 2. Toitumine .....	78
Lisa 3. Alkohol .....	80
Lisa 4. Suitsetamine .....	83
Lisa 5. Narkootikumid .....	86
Lisa 6. Sotsiaalsed suhted .....	87
Lisa 7. Vaimne tervis .....	92
Lisa 8. Kehaline aktiivsus .....	93
Lisa 9. Seksuaalervis .....	97
Lisa 10. Turvalisus ja ohutus .....	98

## SISSEJUHATUS

Käesolev raport annab ülevaate Raplamaa elanike tervise seisundist, tervisekäitumisest ja tervist mõjutavatest teguritest, tuginedes 2011. aastal läbiviidud 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). Raplamaalt osales uuringus 261 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-vanusest 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

Raplamaal kaasati küsitluse kokku viis omavalitsusüksust: Rapla vald, Järvakandi vald, Kehtna vald, Käru vald ja Raikküla vald. 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	Raplamaa	Rapla vald	Järvakandi vald	Kehtna vald	Käru vald	Raikküla vald
<b>KOV tüüp</b>	-	-	Tüüp 3	Tüüp 5	Tüüp 5	Tüüp 6	Tüüp 6
<b>Valim</b>	9668	592	130	116	120	110	116
<b>Vastajate arv</b>	4239	261	59	51	47	51	53
<b>Tagasiside määr</b>	44%	44%	45%	44%	39%	46%	46%

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

- ▶ Käru vallas on vastajate hulgas kõige enam mehi (59%);
- ▶ Järvakandi vallas on vastajate hulgas kõige enam naisi (57%);
- ▶ Kehtna vallas on vastajate hulgas kõige enam noori (47%);
- ▶ Raikküla vallas on vastajate hulgas kõige enam keskealisi (56%);
- ▶ Järvakandi vallas on vastajate hulgas kõige enam vanemaealisi (29%);
- ▶ Raikküla vallas on kõige enam alg- või põhiharidusega vastajaid (35%);
- ▶ Kehtna vallas on kõige enam keskharidusega vastajaid (53%);
- ▶ Rapla vallas on kõige enam kõrgharidusega vastajaid (23%);
- ▶ Käru vallas on kõige enam töötavaid vastajaid (66%);
- ▶ Käru vallas ja Raikküla vallas on kõige enam töötuid vastajaid (9%);
- ▶ Järvakandi vallas on kõige enam tööturul mitteaktiivseid vastajaid (48%).

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

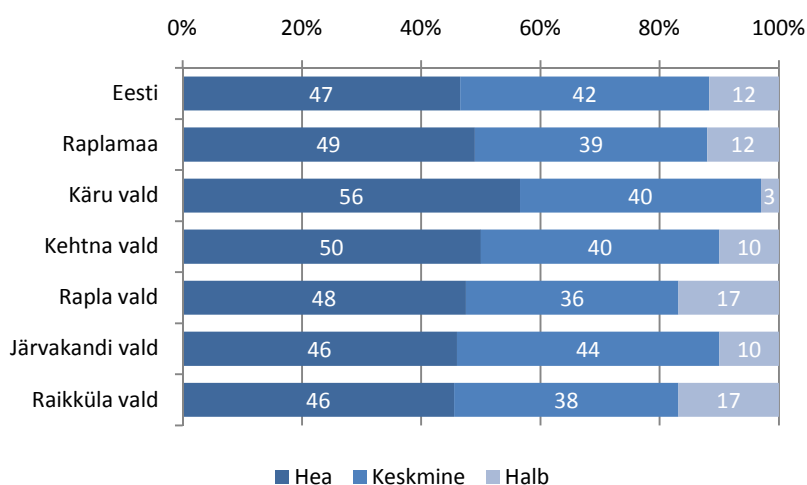
	Sugu		Vanus			Haridus		Tööturu staatus			
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhi-haridus	Keskharidus	Kõrg-haridus	Töötav	Töötu	Mitte-aktiivne
<b>Eesti</b>	48	52	39	37	24	26	45	30	63	5	32
<b>Raplamaa</b>	47	53	38	41	21	32	50	18	60	7	33
<b>Rapla vald</b>	44	56	33	45	22	29	48	23	55	5	40
<b>Järvakandi vald</b>	43	57	26	45	29	29	49	22	48	4	48
<b>Kehtna vald</b>	44	56	47	32	21	33	53	15	64	8	29
<b>Käru vald</b>	59	41	46	37	17	33	50	18	66	9	25
<b>Raikküla vald</b>	56	44	29	56	14	35	47	18	62	9	29

\*Suhtarvud on arvatud 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. Raplamaal hindab oma tervist heaks 49% vastajatest, mis on sarnane Eesti keskmisele (joonis 1.1). Omavalitsuste lõikes esineb tervise enesehinnangus erisusi. Käru vallas hindab oma seisundit heaks 56% ja Järvakandi vallas ning Raikküla vallas on näitaja 46%.



Joonis 1.1. Tervise enesehinnang

Hea tervise enesehinnanguga on:

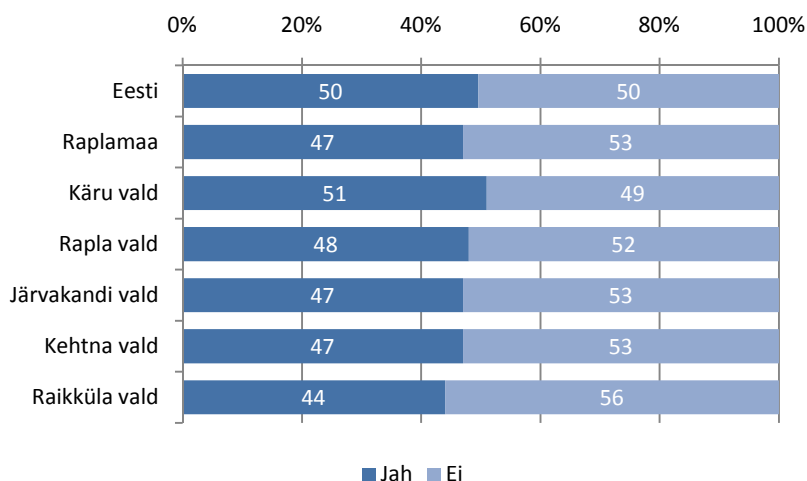
- ▶ pigem noored (76%) kui keskealised (43%) ja vanemaealised (11%);
- ▶ pigem kõrgharidusega (70%) kui alg- või põhiharidusega (49%) ja keskharidusega (41%) vastajad;
- ▶ pigem töötavad (53%) ja mitteaktiivsed (46%) kui töötud (25%);
- ▶ pigem alaealiste lastega (57%) kui täisealiste lastega (49%) ja ilma lasteta (43%) 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 seos teiste tunnustega, %

		Hea	Keskmine	Halb	Kokku
Pikaajaline haigus	Jah	23	52	25	100
	Ei	72	28	1	100
Tervise seisundi tõttu piiratud toimetulek	Piiratud	17	52	31	100
	Pole piiratud	66	33	1	100

## 1.2. KROONILISED TERVISEPROBLEEMID

Pikaajalisi kroonilisi haigusi või terviseprobleeme esineb Raplamaal sarnasel määral Eesti keskmisega ehk ligikaudu pooltel vastajatel (joonis 1.2). Kõige enam on pikaajalise kroonilise haiguse põdejad Käru vallas (51%) ja kõige vähem Raikküla vallas (44%).



Joonis 1.2. Pikaajaline krooniline haigus või terviseprobleem

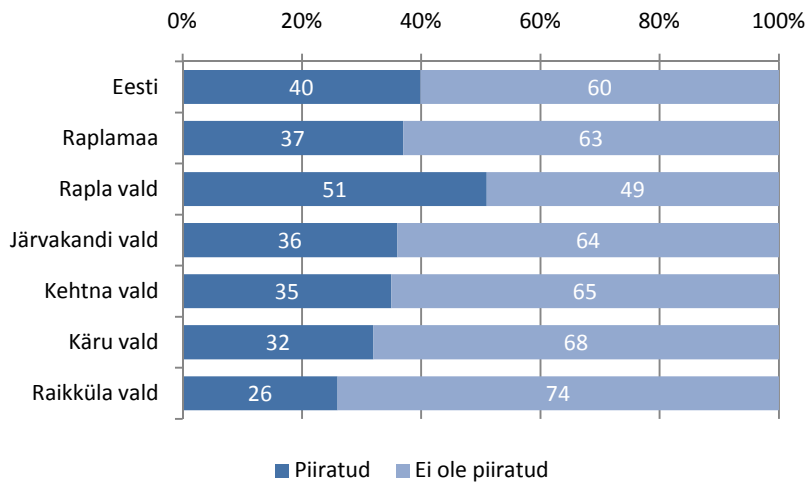
Pikaajalisi kroonilisi haigusi või terviseprobleeme esineb:

- ▶ sagedamini vanemaealistel (73%) kui keskealistel (56%) ja noortel (24%);
- ▶ sagedamini keskharidusega (51%) ja alg- või põhiharidusega (47%) kui kõrgharidusega (37%) vastajatel;
- ▶ sagedamini töötutel (56%) kui mitteaktiivsetel (47%) ja töötavatel (46%);
- ▶ sagedamini keskmise (51%) kui kõrge (45%) ja madala (41%) ostujõuga vastajatel;
- ▶ sagedamini ilma elukaaslaseta (54%) kui elukaaslasega (39%) vastajatel.



### 1.3. TERVISEST TINGITUD PIIRANGUD

Tervise tõttu piiratud igapäevase toimetulekuga vastajate osakaal on Raplamaal (37%) sarnane Eesti keskmisele (joonis 1.3). Raplamaa omavalitsustest on enim tervise tõttu piiratud toimetulekuga vastajaid Rapla vallas (51%) ja kõige vähem Raikküla vallas (26%).



Joonis 1.3. Tervise seisundi tõttu piiratud igapäevane toimetulek

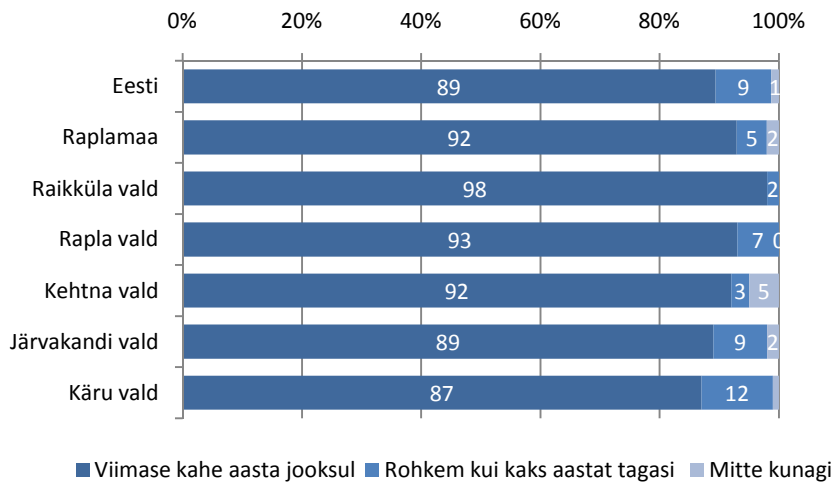
Tervise seisundi tõttu piiratud igapäevase toimetulekuga vastajate osakaal on kõrgem:

- ▶ pigem vanemaealiste (57%) kui keskealiste (34%) ja noorte (30%) hulgas;
- ▶ pigem alg- või põhiharidusega (45%) ja keskharidusega (39%) kui kõrgharidusega (19%) vastajatel;
- ▶ pigem mitteaktiivsete (54%) ja töötute (49%) kui töötavate (27%) hulgas;
- ▶ pigem ilma elukaaslaseta (44%) kui elukaaslasega (30%) vastajatel;
- ▶ pigem alaealiste lastega (40%) ja ilma lasteta (39%) kui täisealiste lastega (32%) leibkondade liikmete hulgas.

## 1.4. TERVISENÄITAJATE MÕÕTMINE JA KONTROLL

### Vererõhu mõõtmine

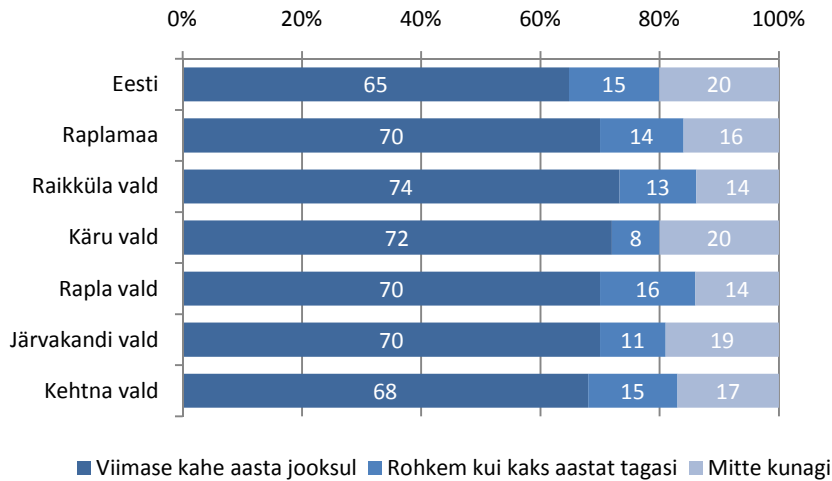
Sarnaselt Eesti keskmisele on Raplamaal 92% vastajatest viimase kahe aasta jooksul vererõhku mõõdetud (joonis 1.4). Näitaja on kõrgeim Raikküla vallas (98%) ja madalaim Käru vallas (87%). Olulisi erinevusi sotsiaal-demograafiliste tunnuste lõikes näitaja kohta ei esinenud (vt lisa 1, tabel 1.4).



Joonis 1.4. Vererõhu mõõtmine

### Kolesterooli mõõtmine

Vastajaid, kellel pole mitte kunagi vere kolesterooli taset määratud on Raplamaal (16%), näitaja on sarnane Eesti keskmisele (joonis 1.5). Viimase kahe aasta jooksul oma vere kolesterooli taset lasknud määrata 70% maakonna vastajatest, mis on kõrgem Eestis keskmisest 65%. Näitaja on kõige kõrgem Raikküla vallas (74%) ja madalaim Kehtna vallas (68%). Käru vallas on kõige enam vastajaid (20%), kellel pole vere kolesterooli taset kunagi mõõdetud.

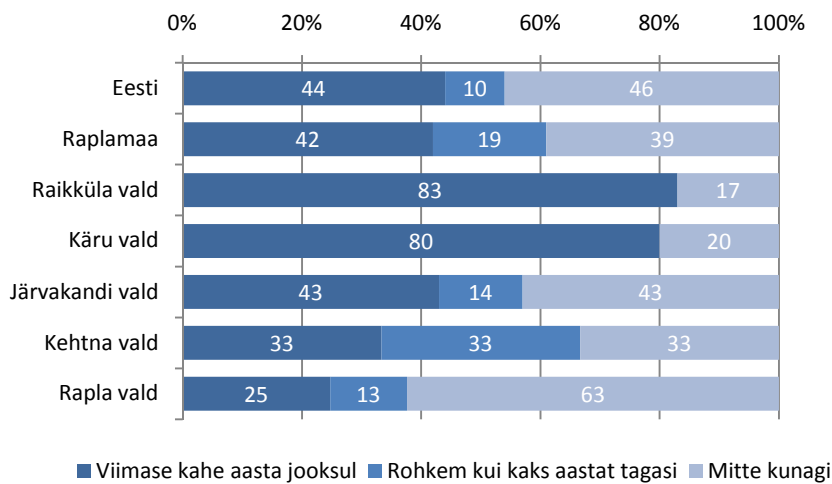


Joonis 1.5. Vere kolesterooli taseme määramine

Vere kolesterooli taset on viimase kahe aasta jooksul määratud sagedamini vanemaealistel (83%) kui keskealistel (72%) ja noortel (59%) vastajatel.

### Eesnäärme kontroll

Eesnäärme uuringus osalemise kohta paluti vastata vaid 55-70 aastastel meestel. Viimase kahe aasta jooksul on uuringus osalenud 42% Raplamaa meestest, mis on sarnane Eesti keskmisele (joonis 1.6). Kõige kõrgem on näitaja Raikküla vallas (83%). Rapla valla meeste hulgas on näitaja teistest oluliselt madalam (25%) ning sealsetest meestest pole kunagi kontrollis käinud 63%.

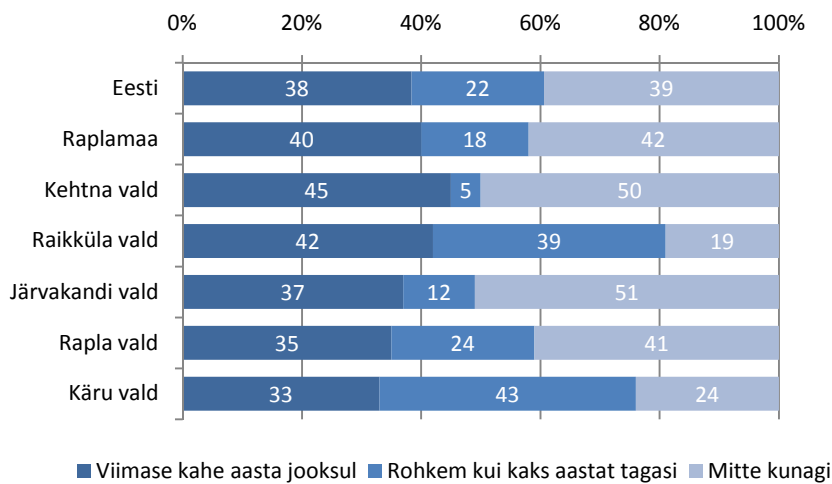


**Joonis 1.6.** Eesnäärme uuringus osalemine  
(vastasid ainult mehed vanuses 55-70 aastat)

Viimase kahe aasta jooksul on eesnäärme kontrollis käinud pigem kõrgharidusega (56%) kui alg- või põhiharidusega (43%) ja keskharidusega (35%) mehed.

## Mammograafia

Mammograafia uuringus osalemise kohta paluti vastata vaid 35-70 aastastel naistel. Viimase kahe aasta jooksul mammograafia uuringus osalenud naiste osakaal on Raplamaal (40%) sarnane Eesti keskmisega (joonis 1.7). Kõrgeim on näitaja Kehtna vallas (45%) ja madalaim Käru vallas (33%). Järvakandi vald tõuseb esile selle poolest, et sealsetest vähemalt 35-aastastest naistest pole 51% mammograafia uuringus kunagi osalenud.



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

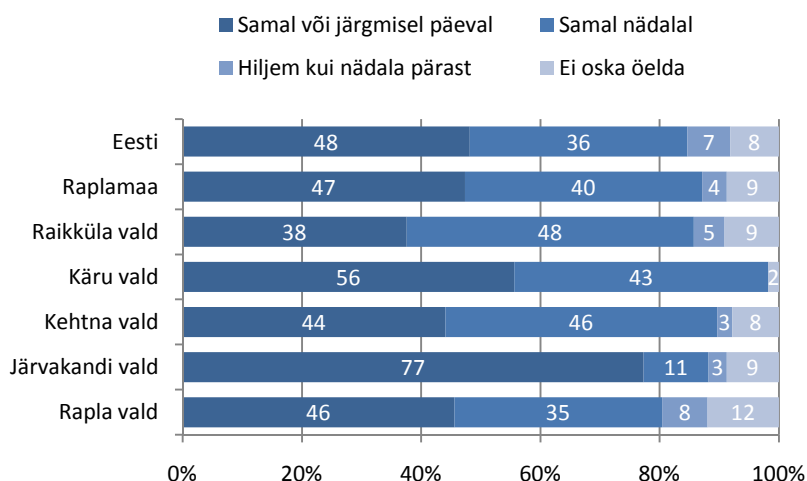
Viimase kahe aasta jooksul on mammograafia uuringus osalenud pigem vanemaealised (54%) kui keskealised (35%) naised.

## 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

Raplamaal on perearsti või -õe teenus kättesaadav samal või järgmisel päeval 47% vastajatest (joonis 1.8), mis on sarnane Eesti keskmisele. Kõige kõrgem on samal või järgmisel päeval perearsti või -õe teenuse kättesaadavus Järvakandi vallas (77%) ja kõige madalam Raikküla vallas (38%).



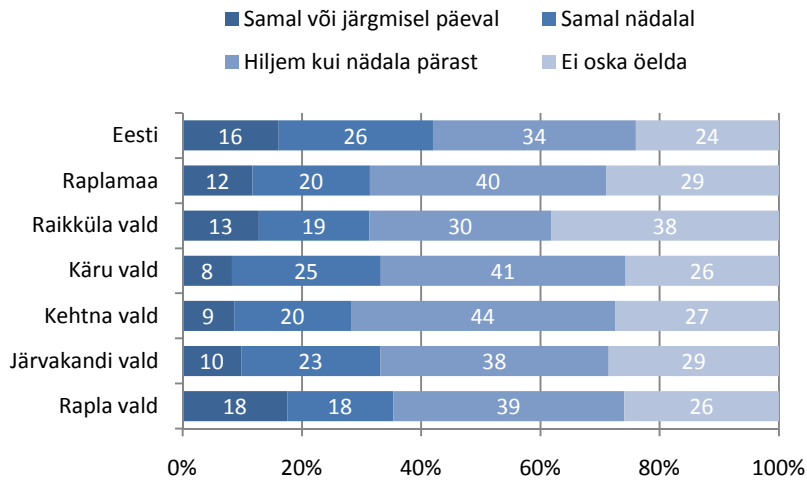
Joonis 1.8. Perearsti või -õe teenuse kättesaadavus

Perearsti või -õe teenus on samal või järgmisel päeval kättesaadavam:

- ▶ pigem noortele (56%) kui keskealistele (47%) ja vanemaealistele (31%);
- ▶ pigem kõrge (60%) kui madala (47%) ja keskmise ostujõuga (42%) vastajatele.

### Hambaarst

Samal või järgmisel päeval pääseb hambaarstile 12% Raplamaa vastajatest, mis on sarnane Eesti keskmisele (joonis 1.9). Kõrgeim on näitaja Rapla vallas (18%) ja kõige madalam Käru vallas (8%).

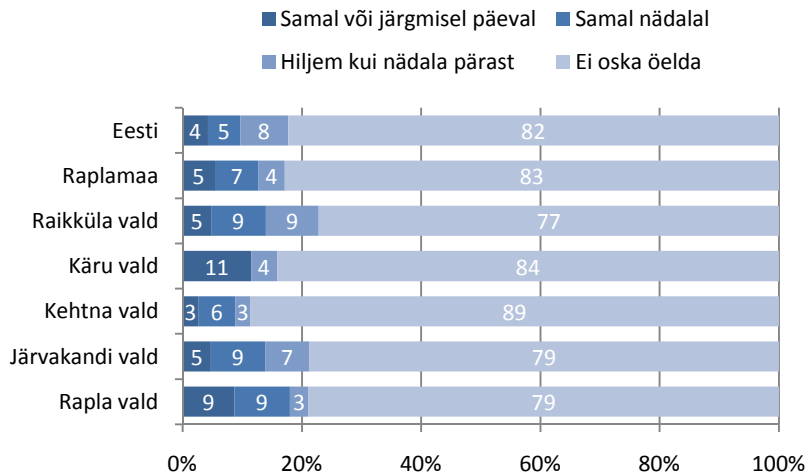


Joonis 1.9. Hambaarsti teenuse kättesaadavus

Hambaarsti teenus on samal või järgmisel päeval kättesaadavam pigem keskealistele (15%) kui noortele (11%) ja vanemaealistele (6%) vastajatele.

### Psühholoogiline nõustamine

Enamus vastajaid nii Eestis keskmiselt kui Raplamaal 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 Raikküla valla ja Järvakandi valla vastajad, kellest enamik hindasid teenuse kättesaadavuse ootejärjekorda ühe nädala pikkuseks. Olulisi erinevusi sotsiaal-demograafiliste tunnuste lõikes näitaja kohta ei esinenud (vt lisa 1, tabel 1.10).



Joonis 1.10. Psühholoogilise nõustamisteenuse kättesaadavus

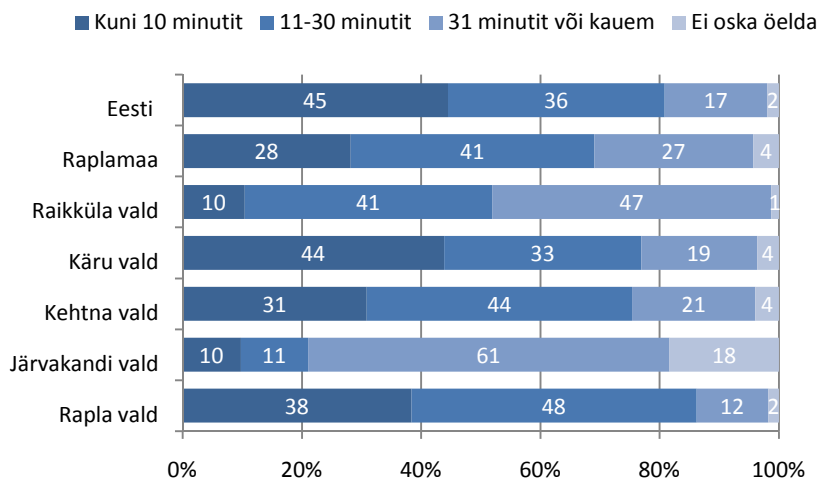


## 1.6. RAVIMITE, TOIDUKAUPADE, ALKOHOLI JA TUBAKATOODETE KÄTTESAADAVUS

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 on Raplamaal aeganõudvam kui Eestis keskmiselt. Kui Eestis keskmiselt on ravimid 10 minuti jooksul kättesaadavad 45%-le vastajatest, siis Raplamaal on näitaja 28% (joonis 1.11). Näitaja on kõrgeim Käru vallas (44%) ja madalaim Raikküla vallas ja Järvakandi vallas (10%).



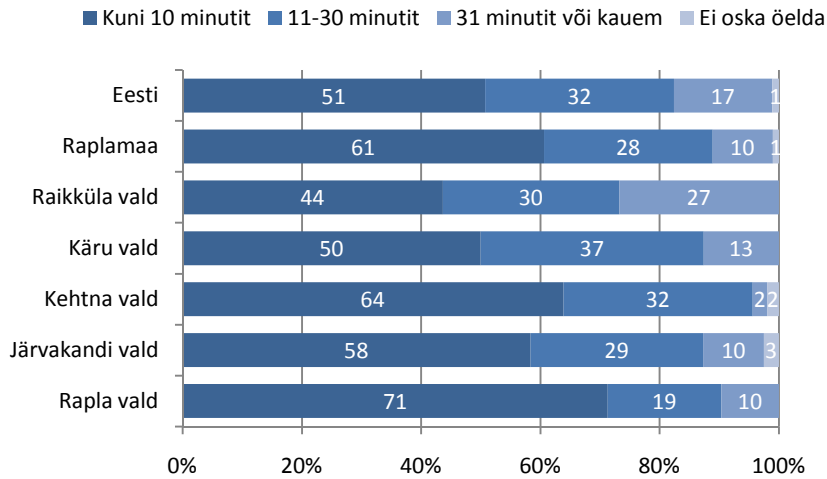
Joonis 1.11. Ravimite kättesaadavus

Kuni 10 minuti jooksul on ravimid kättesaadavad:

- ▶ pigem noortele (37%) ja keskealistele (25%) kui vanemaealistele (18%);
- ▶ pigem kõrge (35%) ja keskmise (30%) kui madala (22%) ostujõuga vastajatele.

### Toidukaupade kättesaadavus

Toidukaupade kättesaadavus kuni 10 minuti jooksul on Raplamaal (61%) kõrgem kui Eestis keskmiselt (51%) (joonis 1.12). Omavalitsuste lõikes on näitaja kõrgeim Rapla vallas (71%) ja madalaim Raikküla vallas (44%).



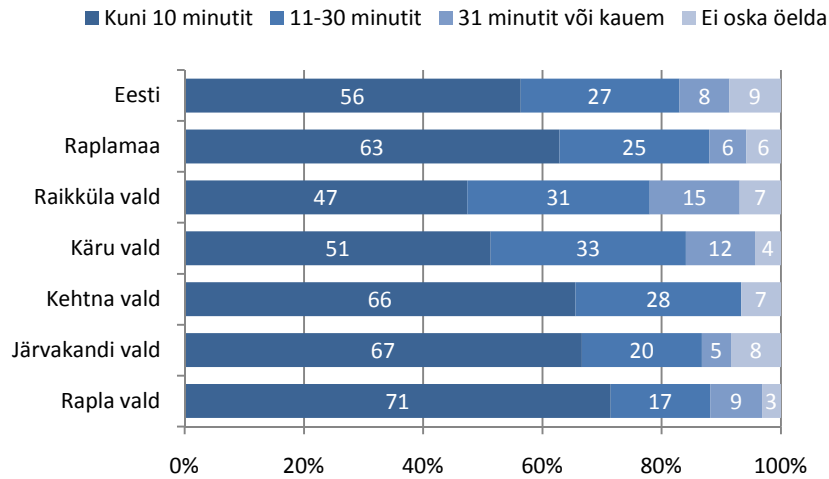
Joonis 1.12. Toidukaupade kättesaadavus

Kuni 10 minuti jooksul on toidukaubad kättesaadavad:

- ▶ pigem noortele (78%) kui keskealisele (53%) ja vanemaealistele (43%);
- ▶ pigem keskmise (68%) kui madala (55%) ja kõrge (53%) ostujõuga vastajatele.

### Alkoholi kättesaadavus

Alkoholi kättesaadavus kuni 10 minuti jooksul on Raplamaal (63%) kõrgem Eesti keskmisest (56%) (joonis 1.13). Näitaja on kõrgeim Rapla vallas (71%) ja madalaim Raikküla vallas (47%).



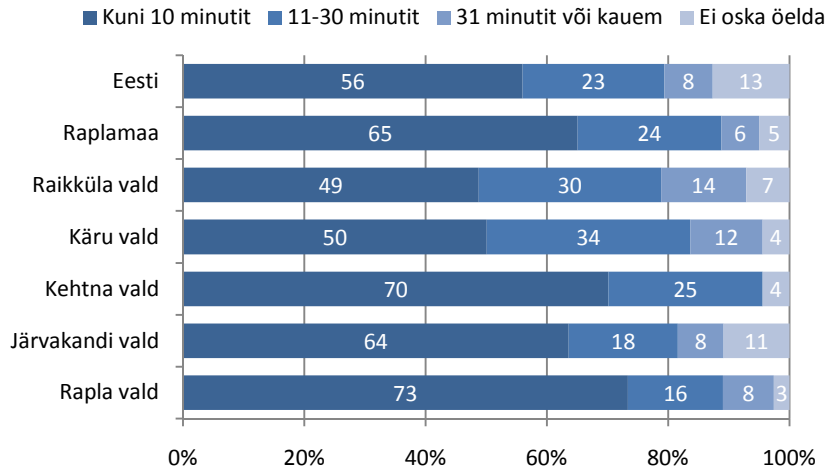
Joonis 1.13. Alkoholi kättesaadavus

Kuni 10 minuti jooksul on alkohol kättesaadavam:

- ▶ pigem noortele (80%) kui keskealistele (56%) ja vanemaealistele (45%);
- ▶ pigem keskmise (69%) ja kõrge (62%) kui madala (57%) ostujõuga vastajatele.

### Tubaka kättesaadavus

Tubakatoodete kättesaadavus kuni 10 minuti jooksul on Raplamaal (65%) kõrgem kui Eestis keskmiselt (56%) (joonis 1.14). Sarnaselt alkoholi kättesaadavusele on näitaja kõrgeim Rapla vallas (73%) ja kõige madalam Raikküla vallas (49%).



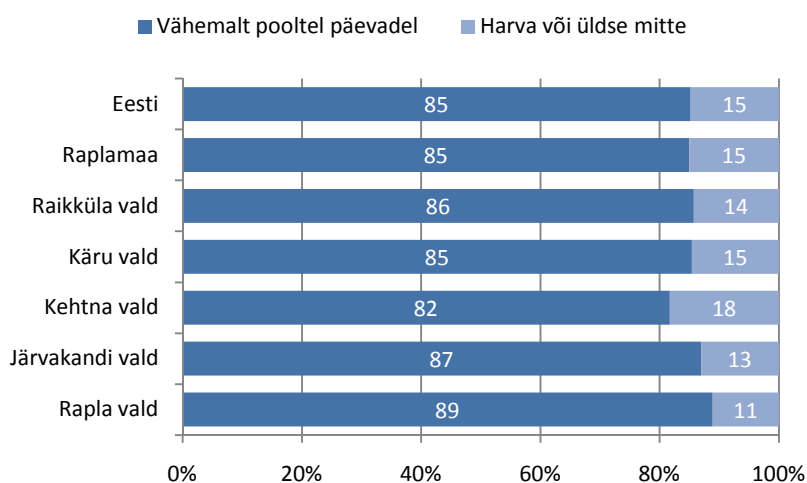
Joonis 1.14. Tubakatoodete kättesaadavus

Kuni 10 minuti jooksul on tubakatooted kättesaadavamad pigem noortele (81%) kui keskealistele (57%) ja vanemaealistele (51%) vastajatele.

## 2. TOITUMINE

### 2.1. HOMMIKUSÖÖK

Homмикusöogi söömise poolest on Raplamaa sarnane Eesti keskmisele – vastajaid, kes vähemalt pooltel päevadel uuringule eelnenud kuu jooksul hommikust söövad on nii Eestis kui ka Raplamaal 85% (joonis 2.1). Kõige enam söövad hommikust Rapla valla vastajad (89%) ja kõike vähem Kehtna valla vastajad (82%).



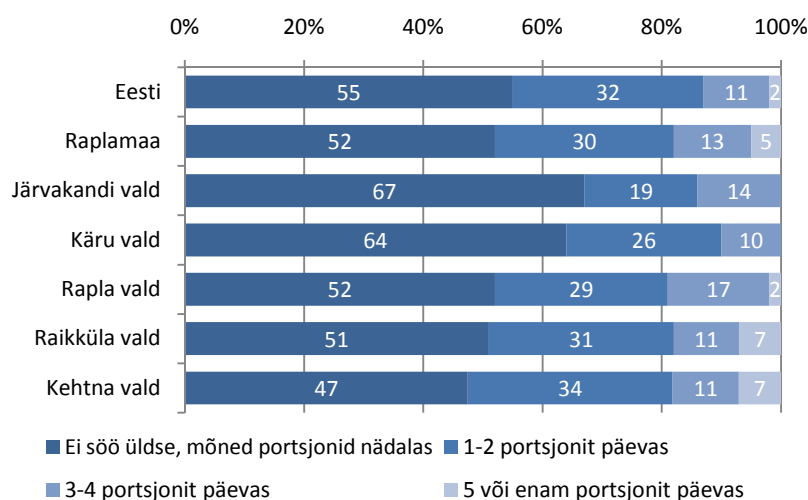
Joonis 2.1. Hommikusöogi söömine uuringule eelnenud 30 päeva jooksul

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

- ▶ pigem kõrgharidusega (94%) ja keskharidusega (91%) kui alg- või põhiharidusega (73%) vastajad;
- ▶ pigem mitteaktiivsed (87%) ja töötavad (87%) kui töötud (62%);
- ▶ pigem keskmise (92%) kui kõrge (81%) ja madala (81%) ostujõuga vastajad.

## 2.2. PUU- JA KÖÖGIVILJAD

Raplamaal on vastajaid, kes puu- ja köögivilju üldse ei söö või söövad ainult mõned korrad nädalas 52%, näitaja on sarnane Eesti keskmisele (joonis 2.2). Vähese puu- ja köögiviljade söömise poolest tõusevad esile Järvakandi vald (67%) ja Käru vald (64%). Kõige suurem on vähemalt 3 portsjonit päevas puu- ja köögivilju sööjate arv Rapla vallas (19%), soovituslikud 5 ja rohkem portsjonit päevas sööb 5% Raplamaa vastajatest.



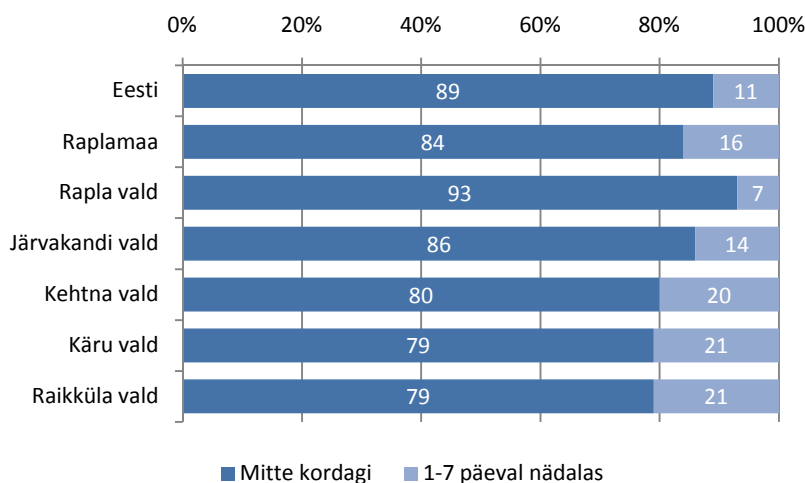
Joonis 2.2. Puu- ja köögiviljade söömine uuringule eelnenud 7 päeva jooksul

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

- ▶ pigem mehed (63%) kui naised (44%);
- ▶ alg- või põhiharidusega (68%) kui keskharidusega (50%) ja kõrgharidusega (29%) vastajad;
- ▶ pigem töötud (82%) kui mitteaktiivsed (53%) ja töötavad (49%);
- ▶ pigem täisealiste lastega (55%) ja alaealiste lastega (52%) kui ilma lasteta (45%) leibkondade liikmed.

### 2.3. ENERGIAJOOGID

Vastajaid, kes uuringule eelnenud nädala jooksul jõid energijooke on Raplamaal 16%, mis on kõrgem Eesti keskmisest 11% (joonis 2.3). Kõige vähem on energijookide tarvitajaid Rapla vallas (7%) ja kõige enam Käru vallas ja Raikküla vallas (21%).



Joonis 2.3. Energijookide tarvitamine uuringule eelnenud 7 päeva jooksul

Vähemalt ühe korra nädalas energijookide tarvitajaid võib iseloomustada järgnevalt:

- ▶ pigem mehed (22%) kui naised (11%);
- ▶ pigem noored (34%) kui keskealised (6%) ja vanemaealised (2%);
- ▶ pigem alg- või põhiharidusega (25%) kui kõrgharidusega (18%) ja keskharidusega (11%) vastajad;
- ▶ pigem alaealiste lastega (20%) kui täisealiste lastega (14%) ja ilma lasteta (13%) leibkondade liikmed;
- ▶ pigem need, kes joovad end sagedamini purju (tarvitavad korraga vähemalt 6 alkoholiannust).

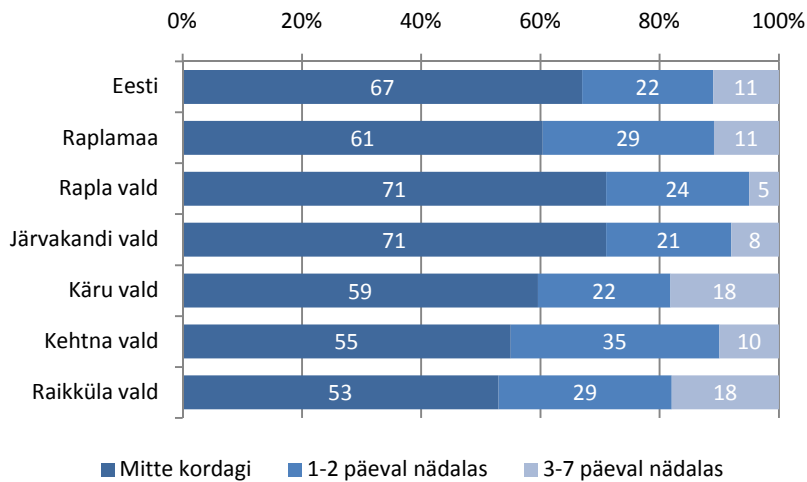
Tabel 2.1. Energijookide tarvitamise seos korraga vähemalt 6 alkoholiannuse tarvitamisega, %

		Mitte kordagi	1-7 päeval nädalas	kokku
Korraga vähemalt 6 alkoholiannuse tarvitamine*	Vähemalt 1 kord nädalas	67	33	100
	1-3 korda kuus	69	31	100
	Mitte kordagi	85	15	100

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

## 2.4. SUHKRUT SISALDAVAD MAGUSAD JOOGID

Raplamaal on vähemalt üks kord nädalas Coca-Cola ja teiste suhkrut sisaldavate magusate jookide tarvitajaid 40%, mis on kõrgem Eesti keskmisest 33% (joonis 2.4). Vähemalt ühel päeval nädalas mainitud jooke tarvitanud vastajate osakaal on suurim Raikküla vallas (47%) ja kõige madalam Rapla vallas ja Järvakandi vallas (29%).



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

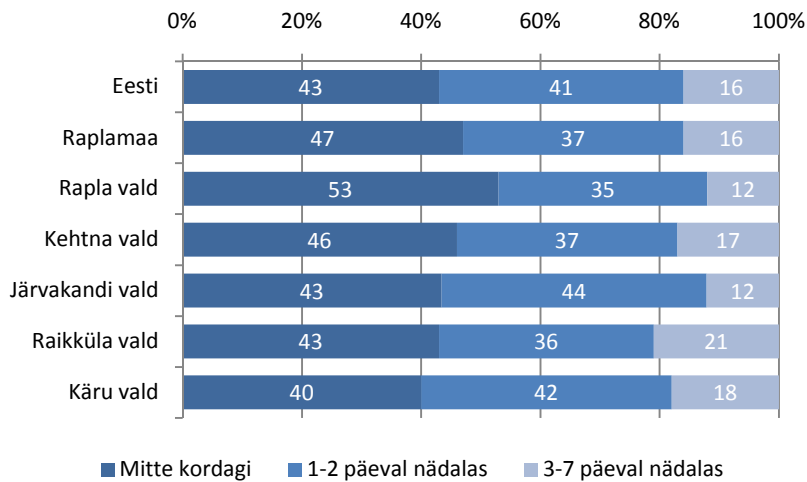
Vähemalt ühe korra nädalas magusjookide tarvitajaid võib iseloomustada järgnevalt:

- ▶ pigem mehed (44%) kui naised (35%);
- ▶ pigem noored (65%) kui keskealised (33%) ja vanemaealised (2%);
- ▶ pigem täisealiste lastega (44%) ja alaealiste lastega (40%) kui ilma lasteta (28%) leibkondade liikmed.



## 2.5. SAIATOOTED

Pitsat, pirukaid, saiakesi ja hamburgereid söövad iganädalaselt 53% Raplamaa vastajatest, näitaja on sarnane Eesti keskmisele (joonis 2.5). Vähemalt ühel päeval nädalas söövad kõige enam saiatooteid Kärü valla vastajad (60%) ja kõige vähem Rapla valla vastajad (47%).



Joonis 2.5. Saiatoodete söömine uuringule eelnend 7 päeva jooksul

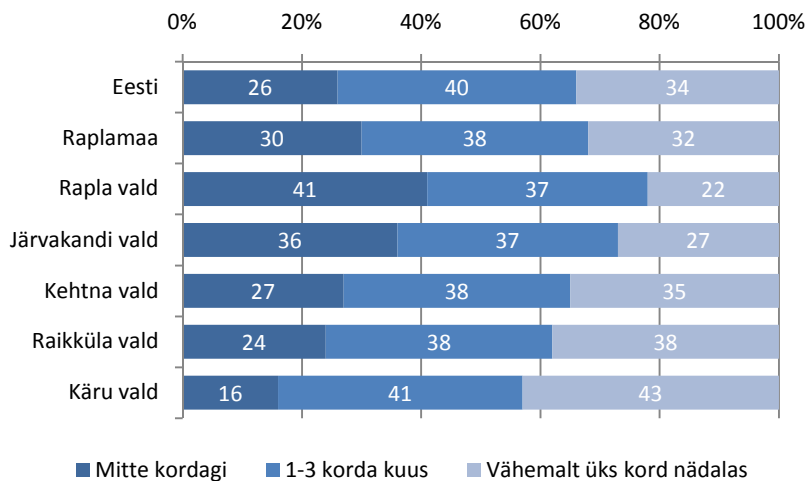
Vähemalt ühe korra nädalas saiatoodete sööjaid võib iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem noored (72%) kui keskealised (46%) ja vanemaealised (31%);
- ▶ pigem keskmise (60%) ja madala (51%) kui kõrge (45%) ostujõuga vastajad;
- ▶ pigem ilma lasteta (61%) ja täisealiste lastega (56%) kui alaealiste lastega (43%) leibkondade liikmed.

## 3. ALKOHOL

### 3.1. ALKOHOLI TARVITAMISE REGULAARSUS

Alkoholi tarvitamise regulaarsus Raplamaal sarnaneb Eesti keskmisele. Raplamaal on uuringule eelnenud 30 päeva jooksul alkoholi mitte tarvitanud vastajaid 30% (joonis 3.1). Vähemalt ühe korra nädalas alkoholi tarvitajaid on kõige enam Kärus vallas (43%) ja kõige vähem Rapla vallas (22%).



Joonis 3.1. Alkoholi tarvitamise regulaarsus uuringule eelnenud 30 päeva jooksul

Vähemalt ühe korra nädalas alkoholi tarvitajaid võib iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem mehed (48%) kui naised (17%);
- ▶ pigem noored (40%) kui keskealised (27%) ja vanemaealised (27%);
- ▶ pigem kõrgharidusega (55%) kui keskharidusega (28%) ja alg- ja põhiharidusega (27%) vastajad;
- ▶ pigem töötavad (39%) ja töötud (36%) kui mitteaktiivsete (18%) vastajad;
- ▶ pigem alaealiste lastega (37%) ja täisealiste lastega (34%) kui ilma lasteta (27%) leibkondade liikmed.

Vähemalt üks kord nädalas tarvitajad alkoholi pigem need:

- ▶ kelle tervise enesehinnang on hea;
- ▶ kelle toimetulek ei ole tervises seisundi tõttu piiratud;
- ▶ kes joovad end purju vähemalt üks kord nädalas;
- ▶ kes enda hinnangul tarvitavad alkoholi palju;
- ▶ kes tarvitavad energijooke;
- ▶ kes on korduvalt tarvitanud kanepit.

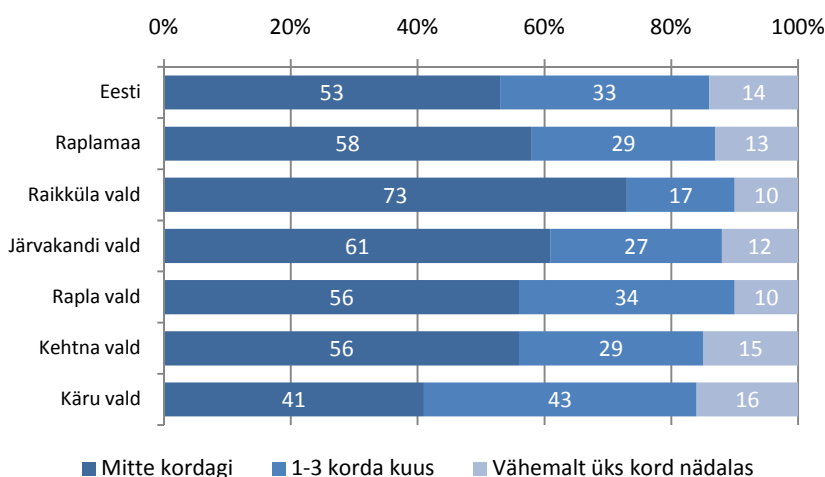
Tabel 3.1. Alkoholi tarvitamise regulaarsuse seos teiste tunnustega, %

		Vähemalt üks kord nädalas	1-3 korda kuus	Mitte kordagi	Kokku
Tervise enesehinnang	Hea	36	45	19	100
	Keskmine	30	30	40	100
	Halb	19	38	43	100
Toimetulek	Piiratud	17	40	42	100
	Ei ole piiratud	42	38	20	100
Korraga vähemalt 6 alkoholiannuse tarvitamine*	Mitte kordagi	31	69	0	100
	1-3 korda kuus	56	44	0	100
	Vähemalt 1 kord nädalas	81	19	0	100
Subjektiiivne alkoholi tarvitamise hinnang*	Vähe või mõõdukalt	40	60	0	100
	Palju	97	3	0	100
Energiajookide tarvitamine	Mitte kordagi	28	38	35	100
	1-7 päeval nädalas	55	39	6	100
Kanepi tarvitamine	Jah, 1 korra	34	52	14	100
	Jah, korduvalt	71	21	7	100
	Ei	28	38	34	100

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

### 3.2. ALKOHOLI TARVITAMISE KOGUSED

Purju joomise (ehk korraga vähemalt 6 annuse alkoholi<sup>3</sup> tarvitamise) sageduse näitajate poolest on Raplamaa olukord parem Eesti keskmisest (joonis 3.2). Vähemalt ühe korra kuus joovad end purju 42% Raplamaa vastajatest, mis on madalam Eesti keskmisest 47%. Iga nädal end purju joovaid vastajaid on kõige enam Kärü vallas (16%) ja kõige vähem Raikküla ja Rapla vallas (10%).



*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 tarvinud)*

Vähemalt ühe korra nädalas purju joojaid võib iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem mehed (20%) kui naised (4%);
- ▶ pigem vanemaealised (26%) kui keskealised (12%) ja noored (9%);
- ▶ pigem alg- või põhiharidusega (17%) kui keskharidusega (14%) ja kõrgharidusega (6%) vastajad;
- ▶ pigem töötud (41%) kui töötavad (12%) ja mitteaktiivsed (9%) vastajad.

Rohkem esineb purju joomist nende hulgas:

- ▶ kelle tervise enesehinnang on keskmine või halb;
- ▶ kellel ei ole tervises seisundi tõttu piiratud toimetulekut;
- ▶ kes enda hinnangul tarvitavad alkoholi palju;
- ▶ kes tarvitavad energijooke;
- ▶ kes on korduvalt tarvitanud kanepit;
- ▶ kes on korduvalt tarvitanud teisi narkootikume (ecstasy, amfetamiin, kokaiin, heroiin).

<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.

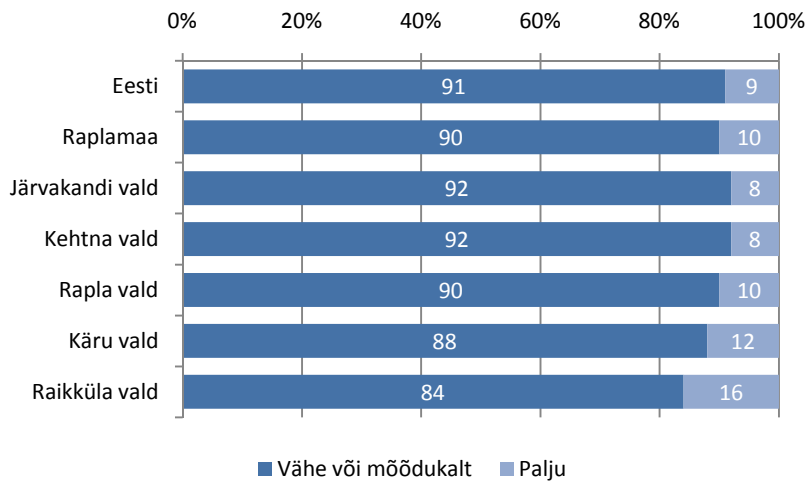
Tabel 3.2. Korruga vähemalt 6 alkoholiannuse tarvitamise seos teiste tunnustega, (%)\*

		Vähemalt üks kord nädalas	1-3 korda kuus	Mitte kordagi	Kokku
Tervise enesehinnang	Hea	7	27	65	100
	Keskmine	21	31	48	100
	Halb	20	24	56	100
Toimetulek	Piiratud	8	42	51	100
	Ei ole piiratud	15	23	61	100
Subjektiiivne alkoholi tarvitamise hinnang*	Vähe või mõõdukalt	10	30	61	100
	Palju	46	21	33	100
Energiajookide tarvitamine	Mitte kordagi	11	25	64	100
	1-7 päeval nädalas	19	40	40	100
Kanepi tarvitamine	Jah, 1 korra	0	56	44	100
	Jah, korduvalt	39	22	38	100
	Ei	8	42	51	100
Teiste narkootikumide tarvitamine	Jah, 1 korra	29	46	25	100
	Jah, korduvalt	58	42	0	100
	Ei	11	27	62	100

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

### 3.3. HINNANGUD OMA ALKOHOLI TARVITAMISELE

Uuringus osalejatel paluti anda subjektiivne hinnang enda alkoholi tarvitamisele. Raplamaal leiab 90% vastajatest, et nad tarvitavad alkoholi vähe või mõõdukalt, näitaja on sarnane Eesti keskmisele (joonis 3.3). Vastajaid, kes arvavad, et nad tarvitavad alkoholi palju on kõige enam Raikküla vallas (16%) ja kõige vähem Järvakandi vallas ja Kehtna vallas (8%). Olulisi erinevusi sotsiaal-demograafiliste tunnuste lõikes näitaja kohta ei esinenud (vt lisa 3, tabel 3.3).

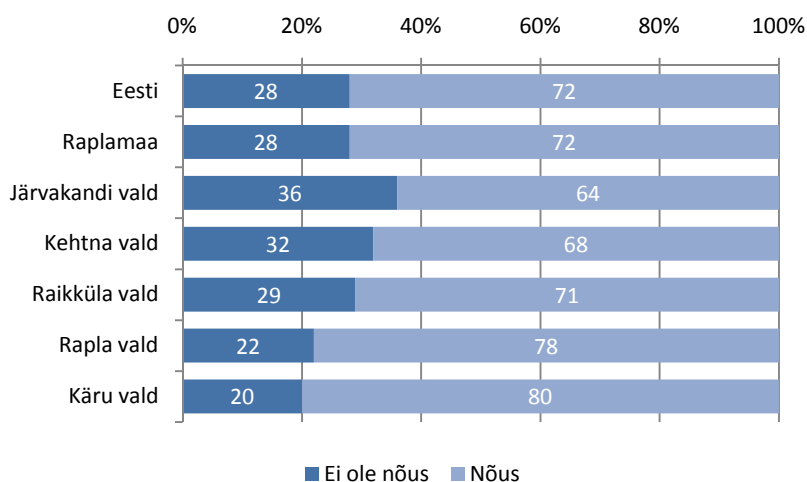


**Joonis 3.3.** Subjektiivne alkoholi tarvitamise hinnang  
(vastasid ainult need, kes olid uuringule eelnenud 30 päeva jooksul alkohoolseid jooke tarvitanud)

### 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 Raplamaal (72%) võrdne Eesti keskmisega (joonis 3.4). Väitega nõustujaid on kõige enam Käru vallas (80%) ja kõige vähem Järvakandi vallas (64%).



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

Väitega mittenõustujaid võib iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem mehed (41%) kui naised (16%);
- ▶ pigem alg- või põhiharidusega (39%) kui keskkaridusega (28%) ja kõrgharidusega (14%) vastajad;
- ▶ pigem need, kes tarvitavad alkoholi vähemalt üks kord nädalas;
- ▶ pigem need, kes joovad end purju vähemalt üks kord nädalas.

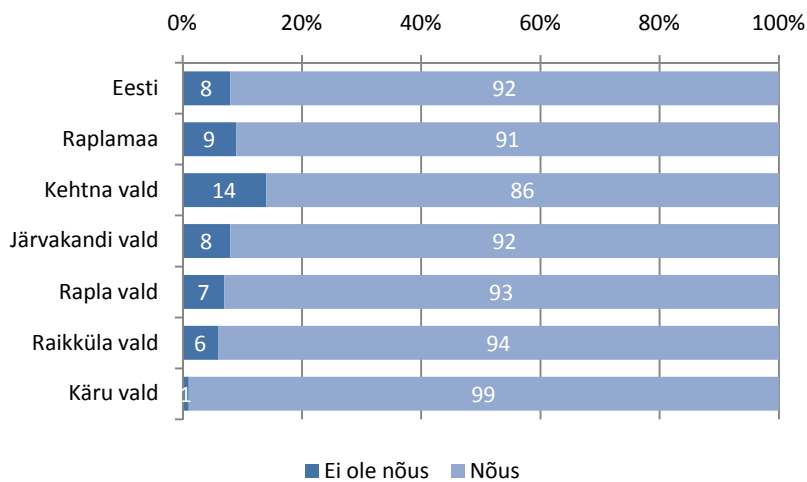
Tabel 3.3. Väite „Enamikel nädalapäevadel klaasi veini või pudeli õlle joomine võib tervisele halvasti mõjuda“, seos teiste tunnustega, %

		Ei ole nõus	Nõus	Kokku
<b>Alkoholi tarvitamise regulaarsus</b>	Vähemalt 1 kord nädalas	41	59	100
	1-3 korda kuus	24	76	100
	Mitte kordagi	19	81	100
<b>Korruga vähemalt 6 alkoholiannuse tarvitamine*</b>	Vähemalt 1 kord nädalas	63	37	100
	1-3 korda kuus	38	62	100
	Mitte kordagi	23	77	100

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

### Hoiakud purju joomise terviskahjude suhtes

Väitega „Iganädalane purju joomine võib tekitada tõsisid tervisehäireid“ ei nõustu 9% Raplamaa vastajatest, näitaja on sarnane Eesti keskmisega (joonis 3.5). Mittenõustujaid on kõige rohkem Kehtna vallas (14%) ja kõige vähem Käru vallas (1%). Olulisi erinevusi sotsiaal-demograafiliste tunnuste lõikes näitaja kohta ei esinenud (vt lisa 3, tabel 3.5).

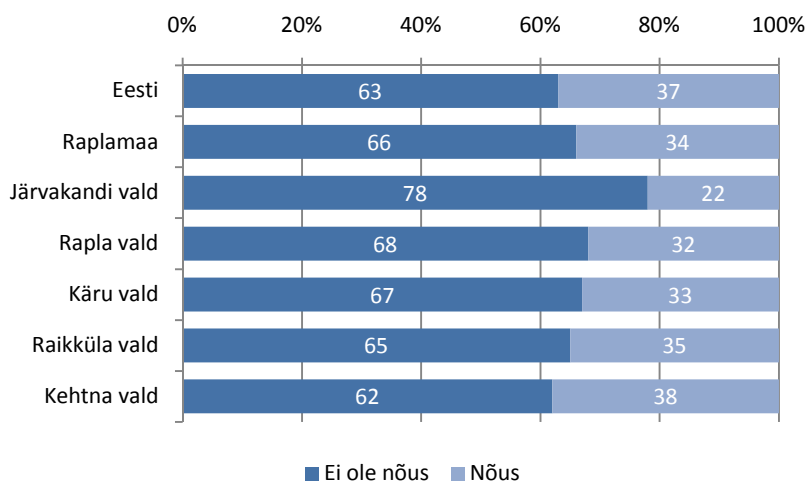


Joonis 3.5. Väitele „Iganädalane purju joomine võib tekitada tõsisid tervisehäireid“ vastamine



*Purju joomist soosivad hoiakud tutvusringkonnas*

Väitega „Minu tutvusringkonnas on tavaline ennast seltskondlikel koosviibimistel purju juua“ nõustujaid on Raplamaal (34%), näitaja on sarnane Eesti keskmisega (joonis 3.6). Kõige madalam on nõustujate osakaal Järvakandi vallas (22%) ja kõige kõrgem Kehtna vallas (38%).



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

Väitega nõustujaid võib iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem mehed (41%) kui naised (28%);
- ▶ pigem noored (48%) kui keskealised (26%) ja vanemaealised (21%);
- ▶ pigem need, kes sagedamini joovad end purju.

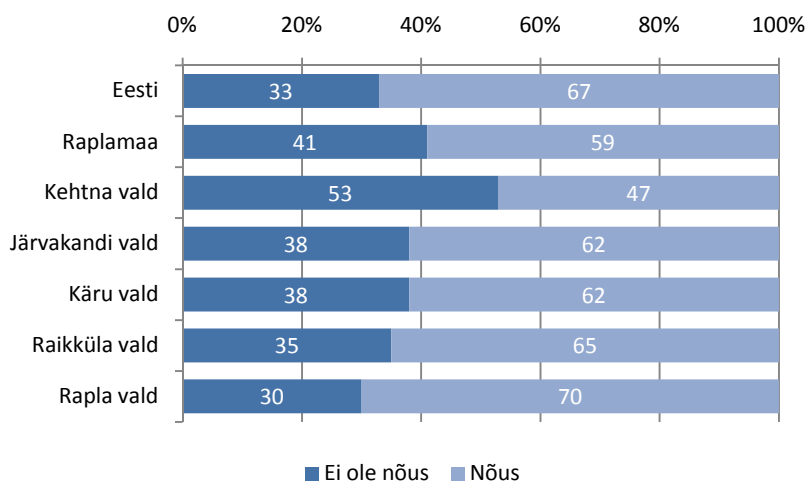
**Tabel 3.4.** Väite „Minu tutvusringkonnas on tavaline ennast seltskondlikel koosviibimistel purju juua“, seos korraga vähemalt 6 alkoholiannuse tarvitamisega, %

	Ei ole nõus	Nõus	Kokku	
<b>Korraga vähemalt 6 alkoholiannuse tarvitamine*</b>	Vähemalt 1 kord nädalas	51	49	100
	1-3 korda kuus	48	52	100
	Mitte kordagi	75	25	100

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

*Hoiakud alkoholi ja tubakatoodete müügipiirangute suhtes*

Raplamaal on väitega „Alkoholi ja tubakatooteid tuleks müüa spetsiaalsetes müügikohtades“ nõustujaid vähem (59%) kui Eestis keskmiselt (67%) (joonis 3.7). Kõige madalam on nõustujate osakaal Kehtna vallas (47%) ja kõige kõrgem Rapla vallas (70%).



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

Müügipiirangute vastaseid võib iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem noored (53%) kui keskealised (39%) ja vanemaealised (23%);
- ▶ pigem kõrgharidusega (60%) kui alg- või põhiharidusega (43%) ja keskharidusega (32%) vastajad;
- ▶ pigem need, kes tarvitavad alkoholi vähemalt üks kord nädalas;
- ▶ pigem need, kes joovad end purju vähemalt üks kord nädalas.

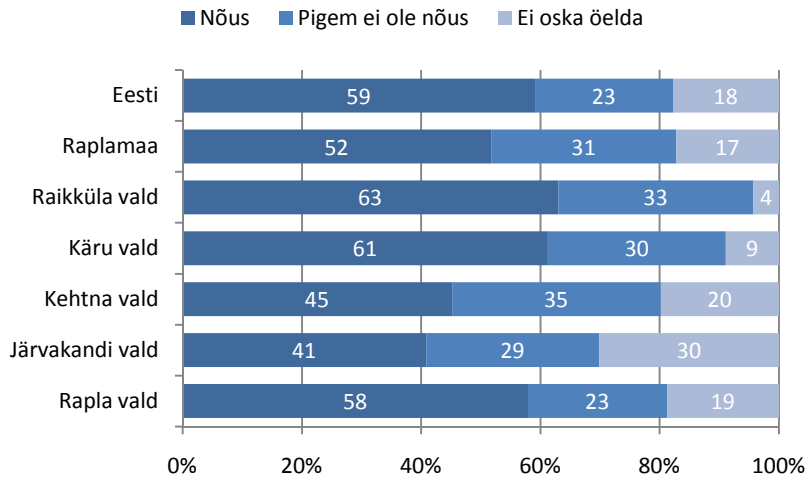
**Tabel 3.5.** Väite „Alkoholi ja tubakatooteid tuleks müüa spetsiaalsetes müügikohtades“, seos teiste tunnustega, %

		Ei ole nõus	Nõus	Kokku
<b>Alkoholi tarvitamise regulaarsus</b>	Vähemalt 1 kord nädalas	61	39	100
	1-3 korda kuus	38	62	100
	Mitte kordagi	22	78	100
<b>Korraka vähemalt 6 alkoholiannuse tarvitamine*</b>	Vähemalt 1 kord nädalas	73	27	100
	1-3 korda kuus	51	49	100
	Mitte kordagi	44	56	100

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

*Valmisolek piirata oma alkoholi tarvitamist*

Väitega „Peaksin tarvitama vähem alkoholi“ nõustujaid oli Raplamaal (52%) vähem kui Eestis keskmiselt (59%) (joonis 3.8). Kõige enam on nõustujaid Raikküla vallas (63%) ja kõige vähem Järvakandi vallas (41%).



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

Vastajad, kes leiavad, et nad peaksid tarvitama vähem alkoholi on:

- ▶ pigem vanemaealised (62%) kui keskealised (54%) ja noored (47%);
- ▶ pigem need, kes leiavad, et alkoholi ja tubakatooteid tuleks müüa spetsiaalsetes müügikohtades.

**Tabel 3.6.** Väite „Peaksin tarvitama vähem alkoholi“, seos väitega „Alkoholi ja tubakatooteid tuleks müüa spetsiaalsetes müügikohtades“, %\*

		Nõus	Pigem ei ole nõus	Ei oska öelda	Kokku
Alkoholi ja tubakatooteid tuleks müüa spetsiaalsetes müügikohtades	Ei ole nõus	41	41	18	100
	Nõus	61	27	13	100

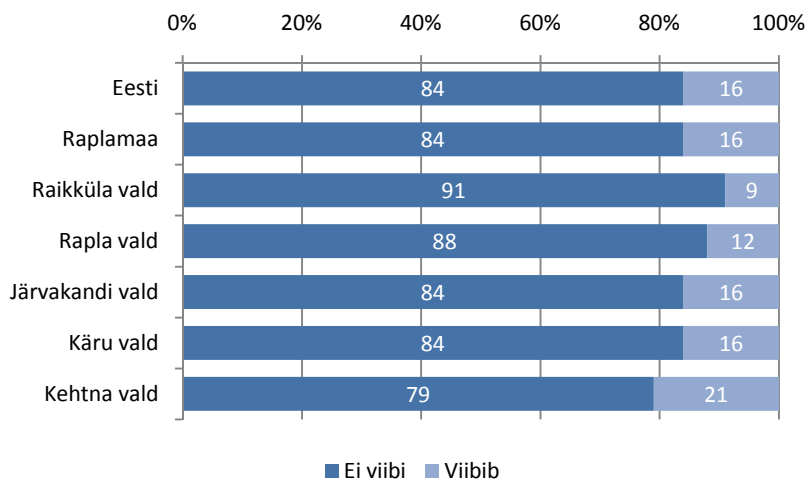
\*Analüüsist on välja jäetud need, kes vastasid väitele „ei kehti minu kohta“.

## 4. SUITSETAMINE

### 4.1. PASSIIVNE SUITSETAMINE

#### *Tööl viibimine ruumides, kus suitsetatakse*

Raplamaa vastajatest viibib 16% tööl ruumides, kus suitsetatakse, mis on võrdne Eestis keskmisega (joonis 4.1). Omavalitsuste lõikes on näitaja kõrgeim Kehtna vallas (21%) ja kõige madalam Raikküla vallas (9%).



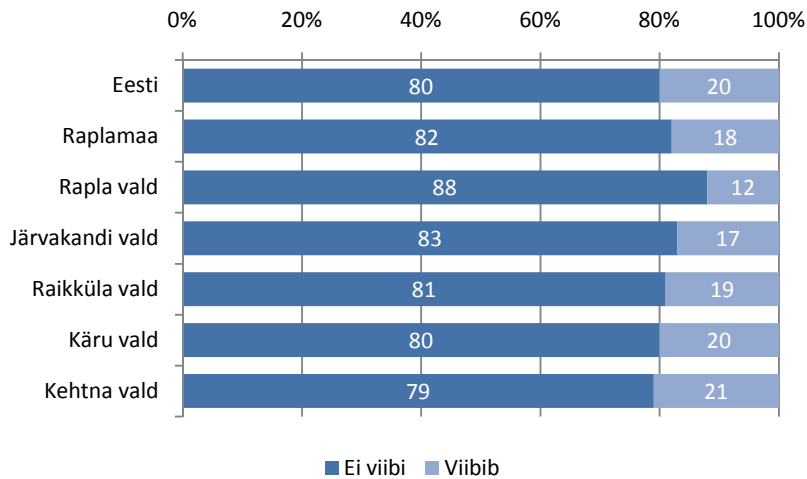
*Joonis 4.1. Tööl viibimine ruumides, kus suitsetatakse*

Vastajaid, kelle töökohal suitsetatakse võib iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem mehed (24%) kui naised (8%);
- ▶ pigem noored (23%) kui keskealised (14%) ja vanemaealised (4%).

### Kodus viibimine ruumides, kus suitsetatakse

Raplamaa vastajate hulgas on 18% neid, kelle kodus suitsetatakse, näitaja on sarnane Eesti keskmisega (joonis 4.2). Madalaim on näitaja Rapla vallas (12%) ja kõige kõrgem Kehtna vallas (21%).

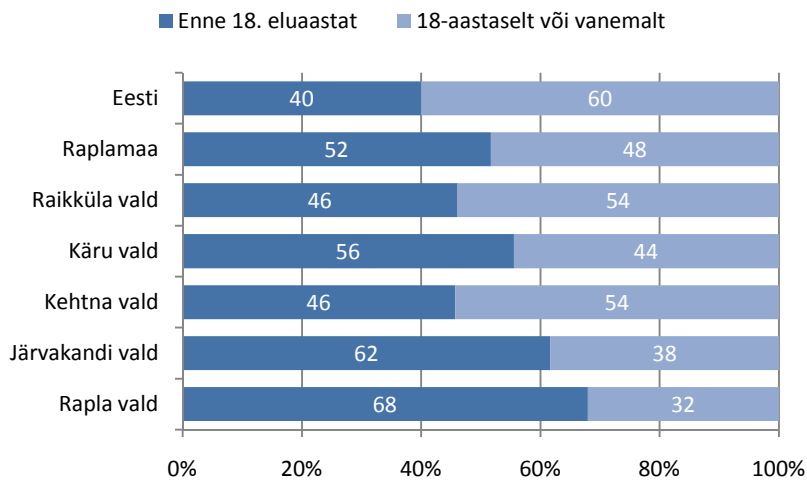


**Joonis 4.2.** Kodus viibimine ruumides, kus suitsetatakse

Vastajad, kelle kodus suitsetatakse on pigem alg- või põhiharidusega (30%) kui keskharidusega (14%) ja kõrgharidusega (8%).

## 4.2. SUITSETAMISE ALUSTAMINE

Kõigilt vastajatelt, kes olid uuringu läbiviimise ajal igapäevased suitsetajad, paluti täpsustada, mis vanuses nad suitsetamisega alustasid. Raplamaa suitsetajate hulgas on enam neid, kes alustasid suitsetamist enne 18. eluaastat (52%), kui Eestis keskmiselt (40%) (joonis 4.3). Kõige enam on enne täisealiseks saamist suitsetamisega alustanud Rapla vallas (68%), näitaja on madalaim Kehtna ja Raikküla vallas (46%).



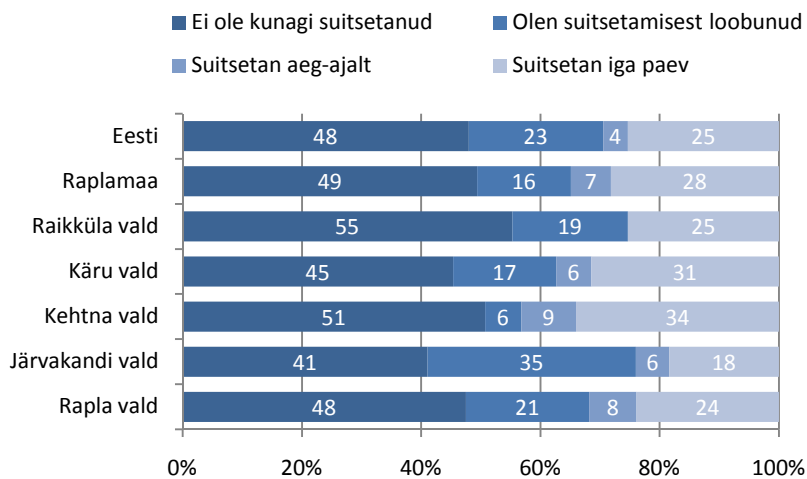
*Joonis 4.3. Suitsetamise alustamine  
(vastasid ainult need, kes suitsetavad igapäevaselt)*

Alaealisena suitsetamist alustanud võib iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem vanemaealised (61%) kui noored (52%) ja keskealised (47%);
- ▶ pigem kõrge (74%) ja keskmise (63%) kui madala (38%) ostujõuga vastajad.

### 4.3. IGAPÄEVASED SUITSETAJAD

Raplamaal on igapäevaseid suitsetajaid 28%, mis on sarnane Eesti keskmisele (joonis 4.4). Näitaja on maakonnas kõrgeim Kehtna vallas (34%) ja madalaim Järvakandi vallas (18%). Vastajaid, kes pole mitte kunagi suitsetanud on Raplamaal 49%, mitte kunagi suitsetanud on kõige vähem Järvakandi vallas (41%) ja kõige enam Raikküla vallas (55%).



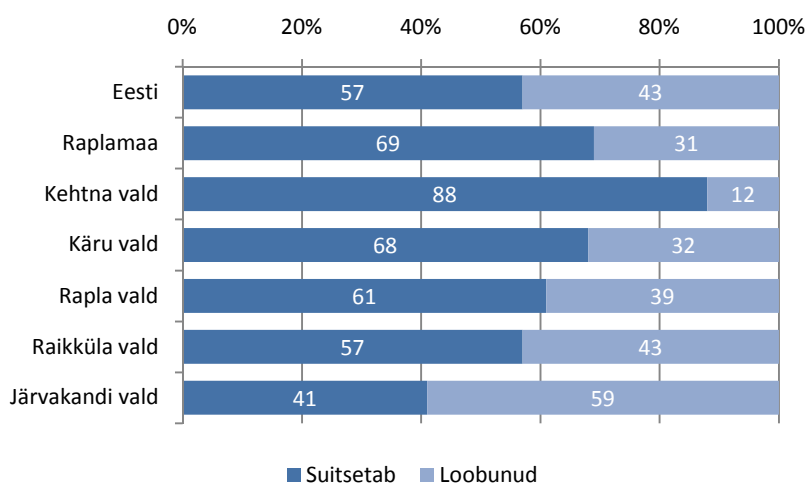
Joonis 4.4. Igapäevane suitsetamine

Igapäevased suitsetajaid võib iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem mehed (33%) kui naised (24%);
- ▶ pigem keskealised (37%) kui noored (24%) ja vanemaealised (18%);
- ▶ pigem töötud (67%) kui töötavad (28%) ja mitteaktiivsed (20%);
- ▶ pigem alg- või põhiharidusega (43%) kui keskharidusega (25%) ja kõrgharidusega (14%) vastajad;
- ▶ pigem madala (35%) kui kõrge (27%) ja keskmise (20%) ostujõuga vastajad.

#### 4.4. SUITSETAMISEST LOOBUMINE

Suitsetamisest loobumise küsimustele vastasid ainult need inimesed, kes mingil perioodil oma elus on tarvitanud erinevaid tubakatooteid. Suitsetamisest on loobunud 31% kõigist kunagi elus suitsetanutest Raplamaal. Suitsetamisest loobunud on Eestis keskmiselt rohkem 43% (joonis 4.5). Kõige vähem on loobujaid Kehtna vallas (12%) ja kõige enam Järvakandi vallas (59%).



*Joonis 4.5. Suitsetamisest loobumine  
(vastasid ainult need, kes on kunagi elus suitsetanud)*

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

- ▶ pigem noored (78%) ja keskealised (75%) kui vanemaealised (40%);
- ▶ pigem alg- või põhiharidusega (78%) kui keskharidusega (65%) ja kõrgharidusega (58%) vastajad;
- ▶ pigem töötud (100%) kui töötavad (70%) ja mitteaktiivsed (56%);
- ▶ pigem ilma elukaaslaseta (75%) kui elukaaslasega (62%) vastajad;
- ▶ pigem täisealiste lastega (78%) ja alaealiste lastega (76%) kui ilma lasteta (51%) leibkondade liikmed;
- ▶ pigem need, kes on elu jooksul korduvalt tarvitanud kanepit;
- ▶ pigem need, kellel on olnud juhuslikke seksuaalvahekordi.

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

		Suitsetab	Loobunud	Kokku
Kanepi tarvitamine	Jah, 1 korra	77	23	100
	Jah, korduvalt	100	0	100
	Ei	64	36	100
Juhuslik seksuaalvahekord viimase 12 kuu jooksul**	Jah	84	16	100
	Ei	66	34	100

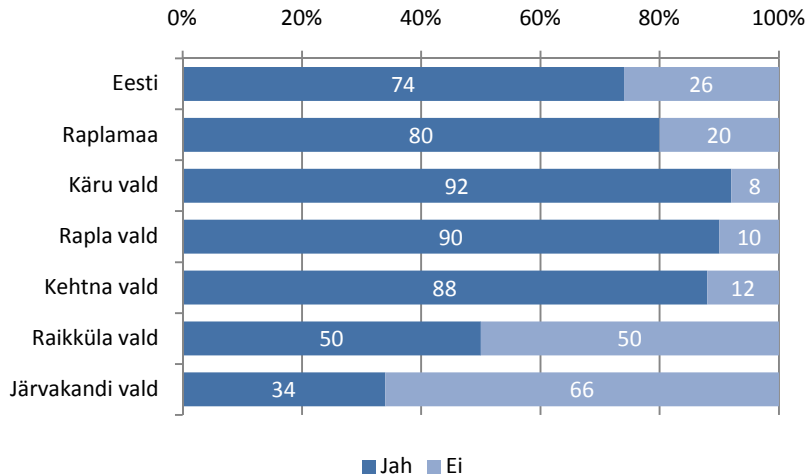
\*Vastasid ainult need, kes on kunagi oma elus suitsetanud.

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



### Soov suitsetamisest loobuda

Küsimusele „Kas te soovite suitsetamisest loobuda?“ vastasid ainult igapäevased suitsetajad. Raplamaa igapäevastest suitsetajatest 80% soovivad suitsetamisest loobuda, mis on kõrgem Eesti keskmisest 74% (joonis 4.6). Kõige enam suitsetamisest loobuda soovijaid on Käru vallas (92%) ja kõige vähem Järvakandi vallas (34%).



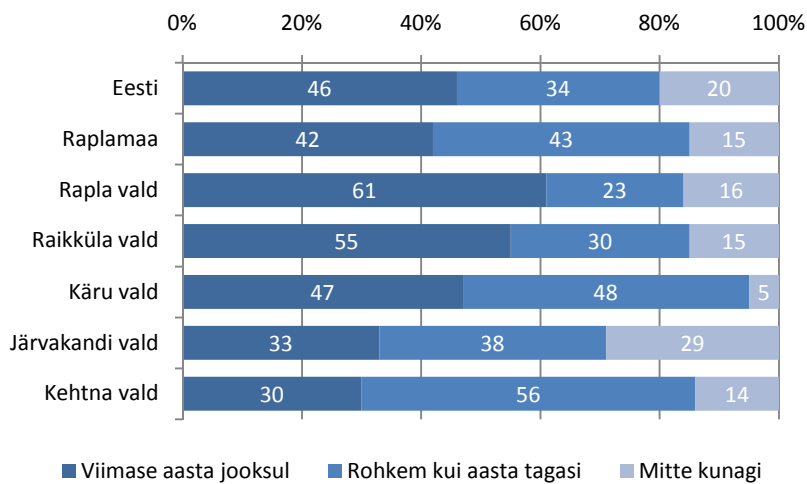
**Joonis 4.6.** Soov loobuda suitsetamisest  
(vastasid ainult need, kes küsimustiku täitmise hetkel suitsetasid igapäevaselt)

Suitsetamisest loobuda soovijaid võib iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem noored (90%) kui keskealised (75%) ja vanemaealised (74%);
- ▶ pigem kõrgharidusega (88%) kui alg- või põhiharidusega (81%) ja keskkaridusega (77%) vastajad.

### Suitsetamisest loobumise katsed

Küsimusele „Millal te viimati proovisite suitsetamisest loobuda?“ vastasid ainult need, kes praegusel eluperioodil aeg-ajalt või igapäevaselt suitsetavad. Uuringule eelnenud aasta jooksul püüdis suitsetamisest loobuda 42% Raplamaa vastajatest, mis on sarnane Eesti keskmisele (joonis 4.7). Kõige suurem loobuda püüdnu osakaal on Rapla vallas (61%) ja kõige madalam Kehtna vallas (30%).



#### Joonis 4.7. Proovinud loobuda suitsetamisest

(vastasid ainult praegusel eluperioodil aeg-ajalt või igapäevaselt suitsetajad)

Viimase aasta jooksul suitsetamisest loobuda proovinuid võib iseloomustada järgmiselt:

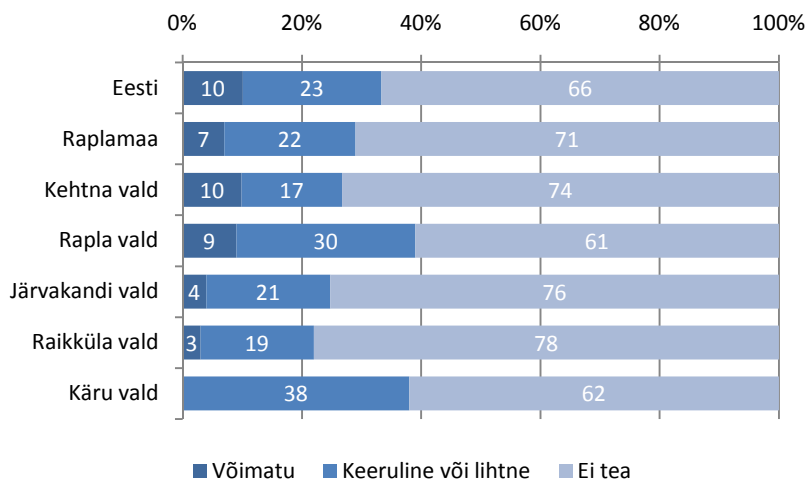
- ▶ pigem mehed (46%) kui naised (37%);
- ▶ pigem noored (54%) kui vanemaealised (44%) ja keskealised (33%);
- ▶ pigem keskharidusega (53%) kui kõrgharidusega (37%) ja alg- või põhiharidusega (31%) vastajad.

## 5. NARKOOTIKUMID

### 5.1. NARKOOTIKUMIDE LEVIK JA KÄTTESAADAVUS

#### Kanepi hankimine

Raplamaa vastajatest 22 leidsid, et soovi korral on neil võimalik hankida kanepit, mis on sarnane Eesti keskmisele (joonis 5.1). Kõige enam hindasid kanepit kättesaadavaks Käru valla vastajad(38%) ja kõige vähem Kehtna valla vastajad (17%).



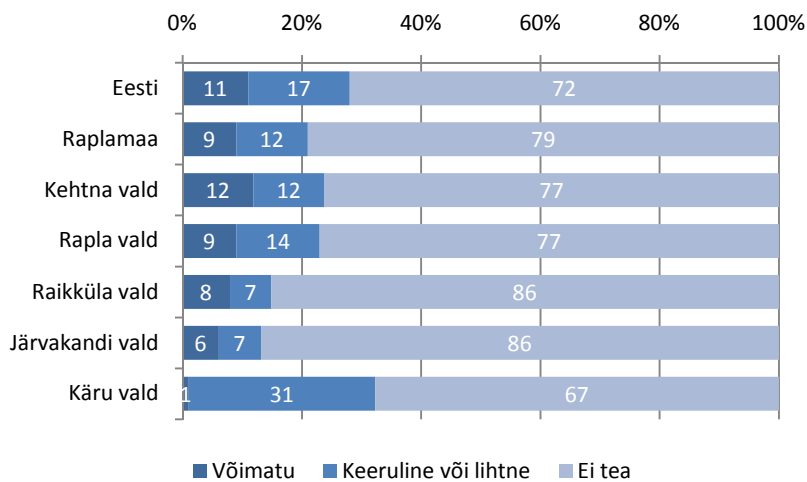
Joonis 5.1. Kanepi hankimise võimalikkus

Kanepi hankimist võimalikuks pidavaid vastajaid saab iseloomustada järgnevalt:

- ▶ pigem mehed (30%) kui naised (16%).
- ▶ pigem noored (47%) kui keskealised (8%) ja vanemaealised (3%) vastajad.

### Teiste narkootikumide hankimine

Raplamaa vastajatest 12% leidsid, et soovi korral on neil võimalik hankida selliseid narkootikume nagu ecstasy, amfetamiin, kokaiin, heroiin. Näitaja on madalam Eesti keskmisest 17% (joonis 5.2). Kõige enam hindasid teisi narkootikume kättesaadavaks Kärü valla vastajad (31%), madalaim oli näitaja Raikküla vallas ja Järvakandi vallas (7%).



Joonis 5.2. Teiste narkootikumide hankimise võimalikkus

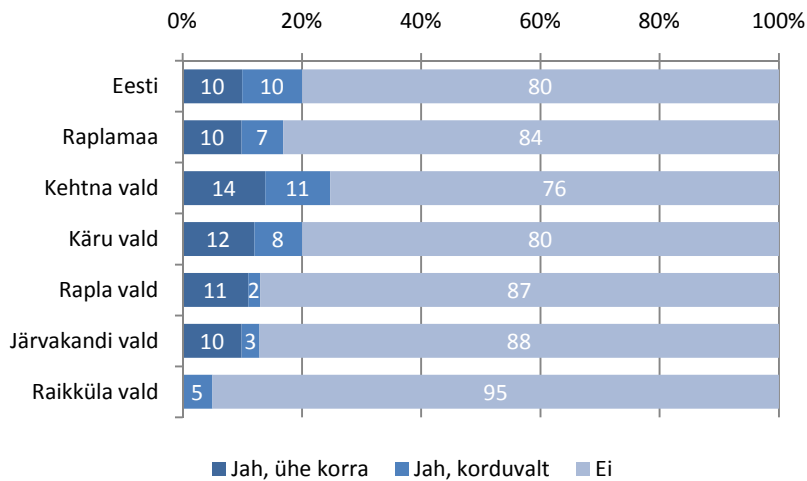
Teisi narkootikume on võimalised hankima:

- ▶ pigem mehed (19%) kui naised (6%);
- ▶ pigem noored (25%) kui keskealised (5%) ja vanemaealised (2%) vastajad.

## 5.2. NARKOOTILISTE AINETE TARVITAMINE

### Kanepi tarvitamine

Vastajaid, kes on elu jooksul vähemalt korra kanepit tarvitanud on Raplamaal 17%, mis on sarnane Eesti keskmisele (joonis 5.3). Korduvaid kanepi tarvitajaid on Raplamaa vastajatest 7%. Korduvaid kanepi tarvitajaid on kõige enam Kehtna vallas (11%) ja kõige vähem Rapla vallas (2%).

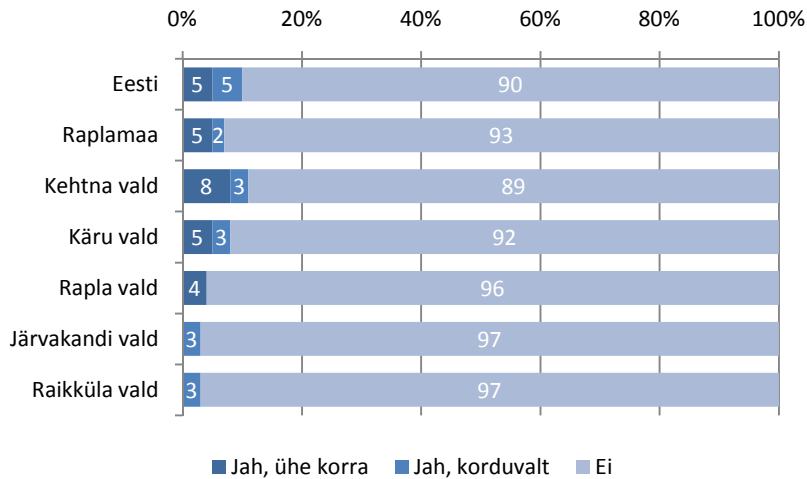


Joonis 5.3. Kanepi tarvitamine elu jooksul

Korduvalt kanepit tarvitanud on pigem noored 17%, keskealiste ja vanemaealiste vastajate hulgas korduvaid kanepitarvitajaid ei leidu.

### Teiste narkootikumide tarvitamine

Vastajaid, kes on elu jooksul vähemalt korra tarvitanud selliseid narkootikume nagu ecstasy, amfetamiin, kokaiin, heroiin on Raplamaal 7%, mis on sarnane Eesti keskmisele (joonis 5.4). Korduvaid tarvitajaid on Raplamaa vastajatest 2%. Kõige enam oli elu jooksul vähemalt ühe korra teisi narkootikume tarvitanuid Kehtna vallas (11%) ja kõige vähem Järvakandi vallas ja Raikküla vallas (3%). Olulisi erinevusi sotsiaal-demograafiliste tunnuste lõikes näitaja kohta ei esinenud (vt lisa 5, tabel 5.4).



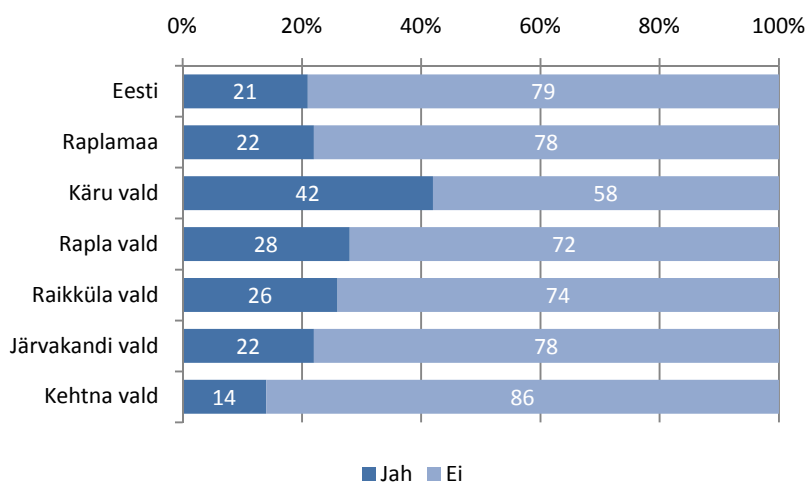
Joonis 5.4. Teiste narkootikumide tarvitamine elu jooksul

## 6. SOTSIAALSED SUHTED

### 6.1. SOTSIAALNE VÕRGUSTIK

#### *Kuulumine organisatsiooni või ühingusse*

Raplamaa vastajatest kuulub 22% mõne organisatsiooni, ühingu või grupi liikmete sekka, mis on sarnane Eesti keskmisele (joonis 6.1). Kõige kõrgem on organisatsiooni või ühingusse kuuluvate osakaal Käru vallas (42%) ja madalaim Kehtna vallas (14%).



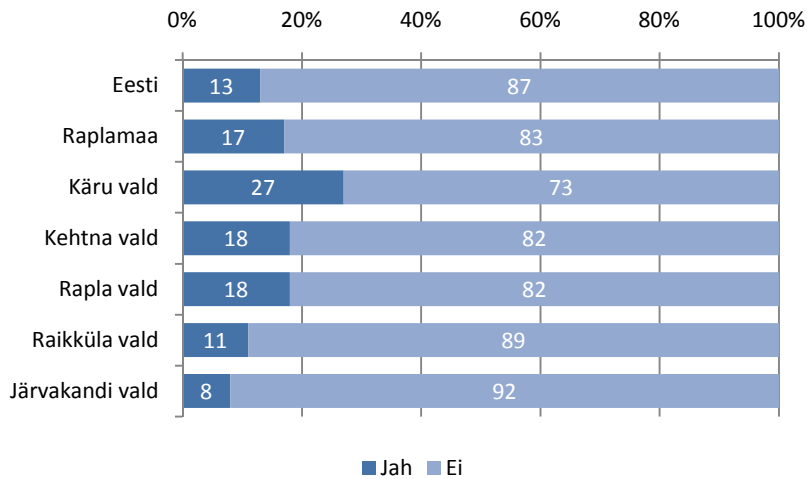
Joonis 6.1. Organisatsiooni, ühingu või grupi liikmelisus

Organisatsiooni, ühingu või grupi liikmed on:

- ▶ pigem naised (27%) kui mehed (17%);
- ▶ pigem noored (29%) kui keskealised (21%) ja vanemaealised (14%) vastajad;
- ▶ pigem kõrgharidusega (40%) kui keskharidusega (22%) ja alg- või põhiharidusega (14%) vastajad;
- ▶ pigem mitteaktiivsed (27%) ja töötavad (22%) kui töötud (2%) vastajad.

### Kuulumine mittetulundusühingusse

Raplamaal kuulub mittetulundusühingutesse 17% uuringus osalenud inimestest, mis on sarnane Eesti keskmisele (joonis 6.2). Kõige kõrgem on näitaja Käru vallas (27%) ja kõige madalam Järvakandi vallas (8%).



Joonis 6.2. Mittetulundusühingu liikmelisus

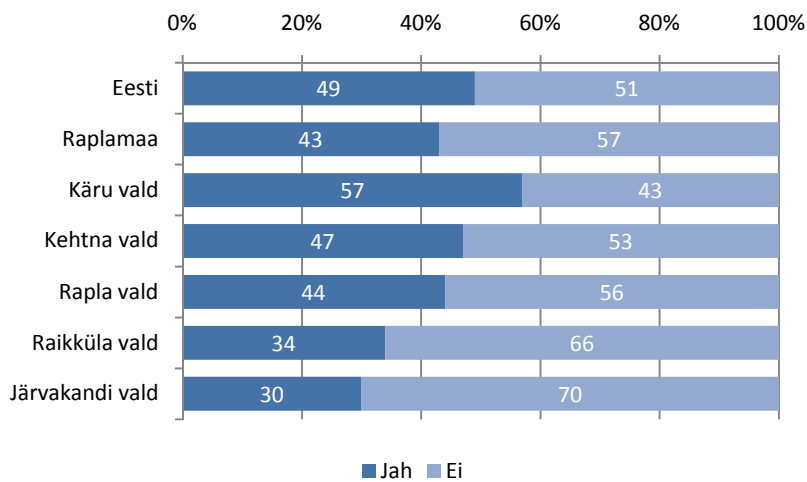
Mittetulundusühingute liikmeid saab iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem keskealised (21%) ja noored (18%) kui vanemaealised (6%) vastajad;
- ▶ pigem kõrgharidusega (26%) ja keskharidusega (22%) kui alg- või põhiharidusega (3%) vastajad;
- ▶ pigem töötavad (20%) kui mitteaktiivsed (12%) ja töötud (12%).



### Suhtlemine internetis

Uuringus osalejad hindasid oma suhtlemisaktiivsust internetis. Neil paluti vastata, kuivõrd nad kasutavad suhtlemiseks e-posti, Facebooki, MSN-i, Skype-i ja foorumeid. Raplamaal (43%) on interneti kaudu suhtlejaid vähem kui Eestis keskmiselt (49%) (joonis 6.3). Kõige kõrgem on internetis aktiivsete suhtlejate osakaal Käru vallas (57%) ja madalaim Järvakandi vallas (30%).



Joonis 6.3. Aktiivne suhtleja internetis

Aktiivseid internetis suhtlejaid saab iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem noored (78%) kui keskealised (27%) ja vanemaealised (7%) vastajad;
- ▶ pigem alg- või põhiharidusega (53%) kui keskharidusega (39%) ja kõrgharidusega (34%) vastajad;
- ▶ pigem ilma elukaaslaseta (54%) kui elukaaslasega (32%) vastajad.

## 6.2. KOGUKONNATUNNE

Uuringus osalenud inimestel paluti vastata, kas nad on nõus kuue kogukonnatunnet iseloomustava väitega, tabel 6.1. Kogukonnatunde näitajad on kõrgemad Käru vallas ning madalamad Järvakandi vallas ja Raikküla vallas. Kogukonnatunnet iseloomustavatele väidetele vastamine sotsiaal-demograafiliste tunnuste lõikes on esitatud raporti lisa 6 (tabelid 6.4-6.9).

*Tabel 6.1. Väidetega nõustujate osakaal Raplamaa omavalitsuste lõikes, %*

	Eesti	Raplamaa	Rapla vald	Järvakandi vald	Kehtna vald	Käru vald	Raikküla vald
Usaldan oma kodukandi inimesi	46	51	55	46	52	56	44
Minu kodukandi inimesed üldiselt aitavad üksteist, kui on vaja	57	71	62	71	77	77	67
Oma ümbruskonna hüvanguks teen mõnikord mõne töö ära omal algatusel, ilma et keegi oleks palunud	47	54	44	59	56	65	55
Minu kodukandi asjad on olulised	75	80	83	76	78	88	81
Suudan mõjutada ja muuta elu oma kodukandis	31	39	48	36	31	50	39
Osalen oma kodukandi tegevustes	36	45	45	43	43	61	44

## 6.3. PEAMISED INFOKANALID

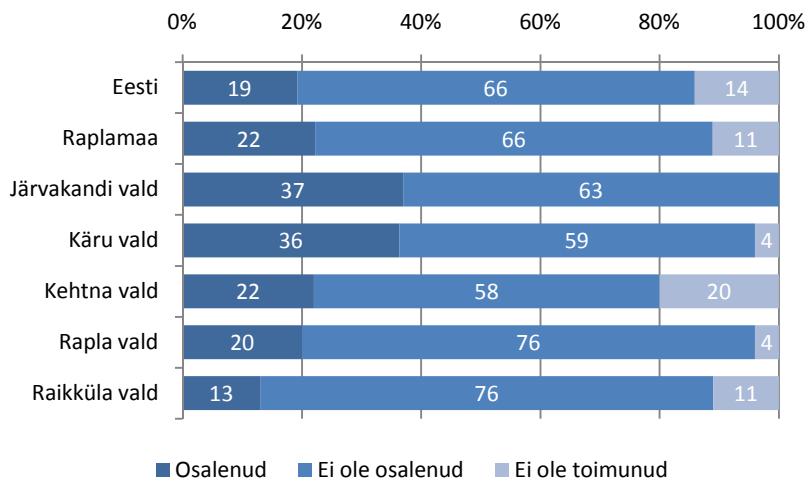
Uuringus osalejatel paluti vastata, millised on peamised infokanalid, kust nad saavad infot elukohas pakutavate teenuste, sündmuste jms kohta. Tabelis 6.2. on esitatud neli kõige sagedamini valitud infokanalit omavalitsuste lõikes. Infokanalite järjestused Eestis ja Raplamaal on nelja tähtsaima osas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

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

	Eesti	Raplamaa	Rapla vald	Järvakandi vald	Kehtna vald	Käru vald	Raikküla vald
Pere, sõbrad ja kolleegid	I	I	I	I	I	I	I
Linna või valla ajaleht	II	II	II	II	II	II	II
Maakonna ajaleht	III	III	IV	III	III	III	III
KOVi interneti kodulehekülg	IV	IV	III	IV	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. Raplamaal vastas küsimusele jaatavalt 22%, mis on sarnane Eesti keskmisele (joonis 6.4). Kõige kõrgem on osalemismäär Järvakandi vallas (37%) ja kõige madalam on Raikküla vallas (13%). Kehtna vallas on kõige enam neid vastajaid, kellele teadaolevalt pole taolisi üritusi toimunud (20%).



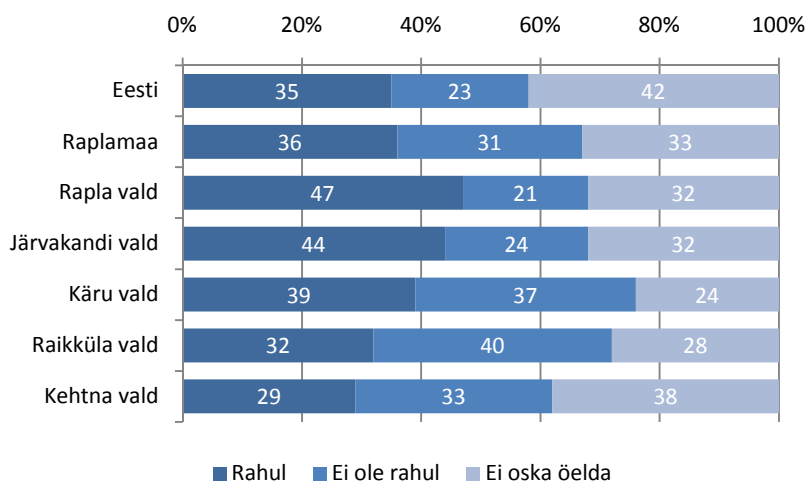
Joonis 6.4. Osalemine elukohas toimunud tervise teemalisel üritusel

Tervise teemalistel üritustel osalejaid saab iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem noored (28%) ja keskealised (24%) kui vanemaealised (10%);
- ▶ pigem mitteaktiivsed (25%) ja töötavad (22%) kui töötud (15%);
- ▶ pigem madala (30%) kui keskmise (20%) ja kõrge (12%) ostujõuga vastajad;
- ▶ pigem täisealiste lastega (27%) ja alaealiste lastega (22%) kui ilma lasteta (16%) leibkondade liikmed.

## 6.5. RAHULOLU VABA AJA VEETMISE VÕIMALUSTEGA

Oma elukohas pakutavate huvitegevuste ja vaba aja veetmise võimalustega on rahul 36% Raplamaa vastajatest, mis on sarnane Eesti keskmisele (joonis 6.5). Kõige enam on rahulolijaid Rapla vallas (47%) ja kõige vähem Kehtna vallas (29%).



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

Huvitegevuse ja vaba aja võimalustega rahulolijaid saab iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem keskealised (42%) kui vanemaealised (35%) ja noored (31%);
- ▶ pigem kõrgharidusega (58%) kui keskharidusega (35%) ja alg- või põhiharidusega (22%) vastajad;
- ▶ pigem töötavad (41%) kui töötud (32%) ja mitteaktiivsed (28%);
- ▶ pigem ilma lasteta (42%) ja alaealiste lastega (39%) kui täisealiste lastega (34%) leibkondade liikmed;
- ▶ pigem need, kelle toimetulek ei ole terviseseisundi tõttu piiratud.

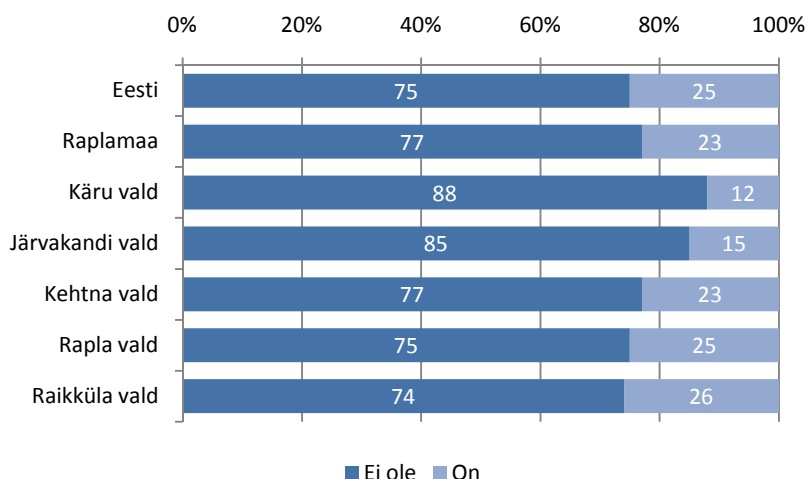
Tabel 6.3. Rahulolu oma elukohas pakutavate huvitegevuste ja vaba aja veetmise võimalustega, seos terviseseisundi tõttu piiratud toimetulekuga, %

		Rahul	Ei ole rahul	Ei oska öelda	Kokku
Terviseseisundi tõttu piiratud toimetulek	Piiratud	31	24	45	100
	Ei ole piiratud	38	34	28	100

## 7. VAIMNE TERVIS

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

Depressiooni sümptomeid esineb Raplamaa vastajate hulgas 23%, mis on sarnane Eesti keskmisele (joonis 7.1). Kõige vähem esineb depressiooni sümptomeid Käru vallas (12%) ja kõige sagedamini Raikküla vallas (26%).



Joonis 7.1. Depressiooni sümptomite esinemine

Depressiooni sümptomitega vastajaid saab iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem alg- või põhiharidusega (31%) ja keskharidusega (24%) kui kõrgharidusega (7%) vastajad;
- ▶ pigem töötud (50%) kui mitteaktiivsed (27%) ja töötavad (17%);
- ▶ pigem ilma elukaaslaseta (30%) kui elukaaslasega (14%) vastajad;
- ▶ pigem need, kes on suitsetamist alustanud enne 18. eluaastat;
- ▶ pigem need, kes on korduvalt tarvitanud teisi narkootikume (ecstasy, amfetamiini, kokaiini või heroini);
- ▶ pigem need, kes ei ole rahul oma lähisuhetega;
- ▶ pigem need, kellel on viimase aasta jooksul olnud juhuslikke seksuaalsuhteid.

<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, %

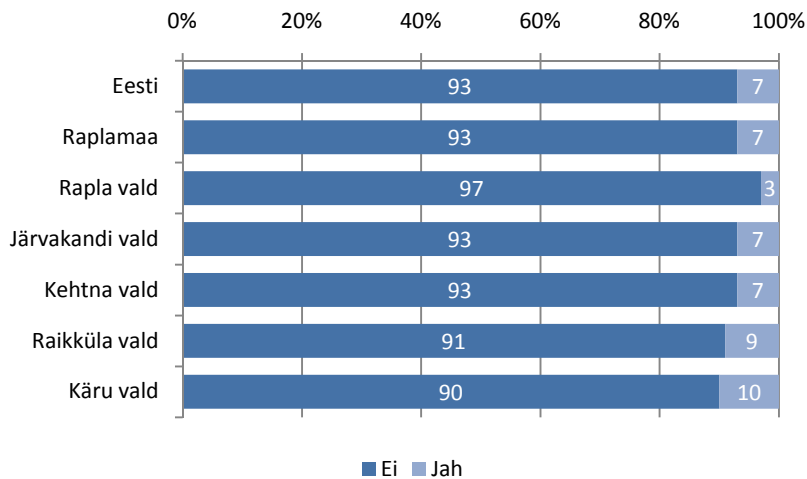
		On	Ei ole	kokku
<b>Suitsetamise alustamine*</b>	Enne 18. eluaastat	32	68	100
	18-aastaselt või vanemalt	25	75	100
<b>Teiste narkootikumide tarvitamine elu jooksul</b>	Jah, 1 korra	14	86	100
	Jah, korduvalt	80	20	100
	Ei	21	79	100
<b>Suhted lastega</b>	Rahul	24	76	100
	Ei ole rahul	100	0	100
<b>Suhted abikaasa või partneriga</b>	Rahul	14	86	100
	Ei ole rahul	61	39	100
<b>Seksuaalvahekorra esinemine juhupartneriga uuringule eelnenud 12 kuu jooksul**</b>	Jah	45	55	100
	Ei	20	80	100

\*Vastasid ainult need, kes suitsetavad igapäevaselt.

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

## 7.2. SUITSIIDIKATSE

Raplamaa vastajatest 7% on püüdnud endalt elu võtta, mis on võrdne Eesti keskmisega (joonis 7.2). Kõige kõrgem on suitsiidi üritanud vastajate osakaal Käru vallas (10%) ja kõige madalam Rapla vallas (3%). Olulisi erinevusi sotsiaal-demograafiliste tunnuste lõikes näitaja kohta ei esinenud (vt lisa 7, tabel 7.2).



Joonis 7.2. Suitsiidikatse esinemine elu jooksul

Suitsiidi katsetanud saab iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem need, kes ei ole suitsetamisest loobunud;
- ▶ pigem need, kes alustasid suitsetamist 18-aastaselt või vanemalt;
- ▶ pigem need, kes on korduvalt tarvitanud kanepit;
- ▶ pigem need, kes on korduvalt tarvitanud teisi narkootikume (ecstasy, amfetamiini, kokaiini või heroini);
- ▶ pigem need, kellel esineb depressiooni sümptomeid;
- ▶ pigem need, kes ei ole rahul oma lähisuhetega;
- ▶ pigem need, kes ei ole organisatsiooni liikmed.

Tabel 7.2. Suitsiidikatse esinemise seos teiste tunnustega, %

		Jah	Ei	kokku
Suitsetamine*	Suitsetab	14	86	100
	Loobunud	3	97	100
Suitsetamise alustamine**	Enne 18. eluaastat	1	99	100
	18-aastaselt või vanemalt	8	92	100
Kanepi tarvitamine	Jah, 1 korra	15	85	100
	Jah, korduvalt	28	72	100
	Ei	3	97	100
Teiste narkootikumide tarvitamine	Jah, 1 korra	24	76	100
	Jah, korduvalt	80	20	100
	Ei	3	97	100
Depressiooni sümptomid	Ei ole	3	97	100
	On	20	80	100
Suhted vanematega	Rahul	6	94	100
	Ei ole rahul	27	73	100
Suhted lastega	Rahul	7	93	100
	Ei ole rahul	57	43	100
Suhted abikaasa või partneriga	Rahul	4	96	100
	Ei ole rahul	34	66	100
Suhted õdede ja vendadega	Rahul	6	94	100
	Ei ole rahul	37	63	100
Organisatsiooni liikmelisus	Jah	0	100	100
	Ei	8	92	100

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

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

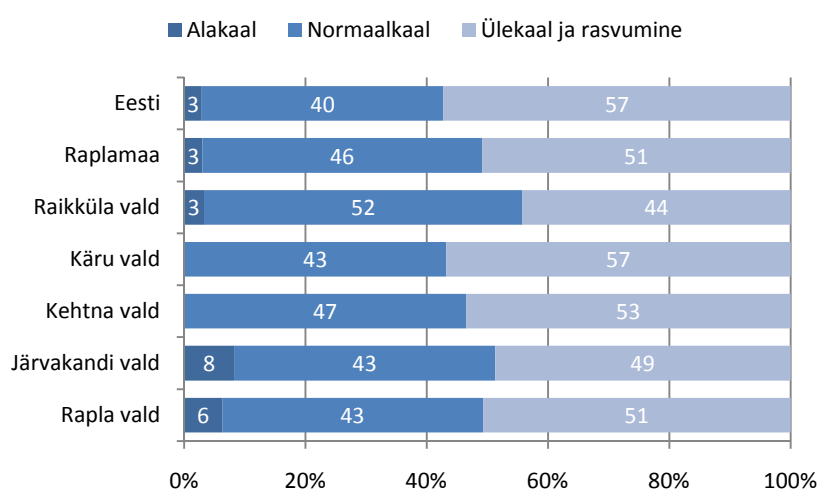


## 8. KEHALINE AKTIIVSUS

### 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.

Normaalkaalulisi on Rapla maakonnas 46%, mis on kõrgem Eesti keskmisest 40% (joonis 8.1). Ülekaaluliste ja rasvunute osakaal Raplemaal (51%) on madalam Eesti keskmisest (57%). Kõige enam on ülekaalulisi ja rasvunuid Kärus vallas (57%) ja kõige vähem Raikküla vallas (44%).



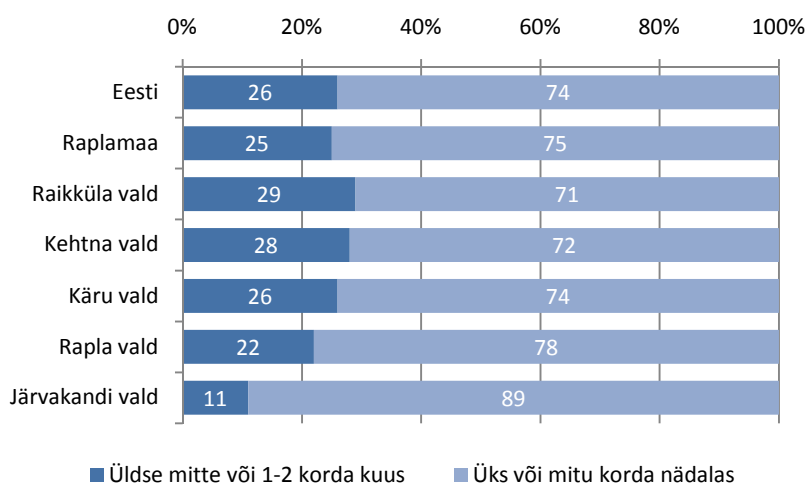
Joonis 8.1. Kehamassiindeks

Ülekaalulisi ja rasvunuid saab iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem nooremaealised (58%) ja keskealised (54%) kui vanemaealised (31%);
- ▶ pigem kõrge (58%) ja madala (55%) kui keskmise (48%) ostujõuga vastajad;
- ▶ pigem elukaaslasega (57%) kui ilma elukaaslaseta (44%) vastajad;
- ▶ pigem täisealiste lastega (66%) kui alaealiste lastega (45%) ja ilma lasteta (34%) 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 Raplamaal sedasi 75% vastajatest, mis on sarnane Eesti keskmisele (joonis 8.2). Kõige vähem on regulaarselt jalgsi või jalgrattaga liikuvaid elanikke Raikküla vallas (71%) ja kõige enam Järvakandi vallas (89%).



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 (17%);
- ▶ pigem keskealised (29%) ja vanemaealised (26%) kui noored (19%);
- ▶ pigem need, kellel on halb tervise enesehinnang.

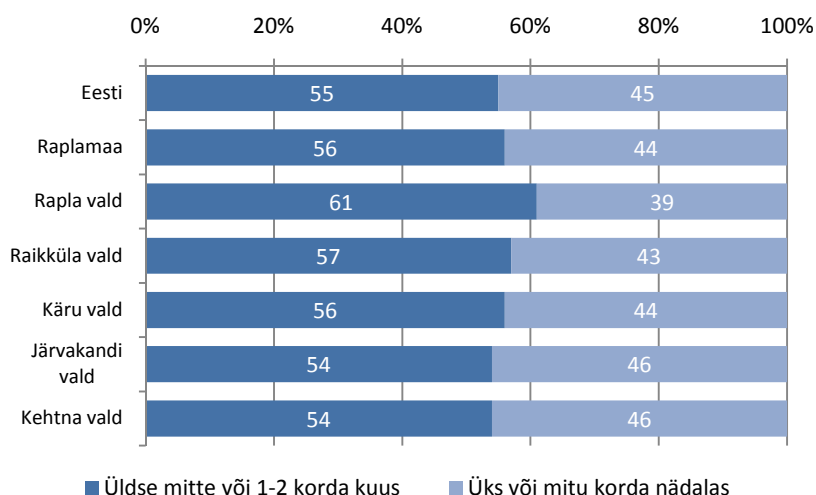
Tabel 8.1. Vähemalt 30 minutit jala käimise või rattaga sõitmise seos teiste tunnustega, %

		Üldse mitte või 1-2 korda kuus	Üks või mitu korda nädalas	Kokku
Tervise enesehinnang	Hea	21	79	100
	Keskmine	25	75	100
	Halb	41	59	100

### 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 korra nädalas tegeleb sellise harrastusega 44% Raplamaa vastajatest, mis on sarnane Eesti keskmisele (joonis 8.3). Füüsiliselt on kõige aktiivsemad Järvakandi valla ja Kehtna valla (46%) ning kõige passiivsemad Rapla valla vastajad (39%).



**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 keskealised (57%) kui noored (51%);
- ▶ pigem alg- või põhiharidusega (70%) kui keskharidusega (54%) ja kõrgharidusega (37%) vastajad;
- ▶ pigem ilma lasteta (67%) kui alaealiste lastega (59%) ja täisealiste lastega (51%) leibkondade liikmed;
- ▶ pigem need, kellel on halb tervise enesehinnang;
- ▶ pigem need, kelle toimetulek on tervises seisundi tõttu piiratud;
- ▶ pigem need, kes tarvitavad alkoholi regulaarselt;
- ▶ pigem need, kes alustasid suitsetamist 18-aastaselt või vanemalt.

**Tabel 8.2.** 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
<b>Tervise enesehinnang</b>	Hea	33	67	100
	Keskmine	57	43	100
	Halb	77	23	100
<b>Tervises seisundi tõttu piiratud toimetulek</b>	Piiratud	72	28	100
	Ei ole piiratud	46	54	100
<b>Alkoholi tarvitamise regulaarsus</b>	Mitte kordagi	37	63	100
	1-3 korda kuus	55	45	100
	Vähemalt 1 kord nädalas	54	46	100
<b>Suitsetamise alustamine*</b>	Enne 18. eluaastat	49	51	100
	18-aastaselt või vanemalt	66	34	100

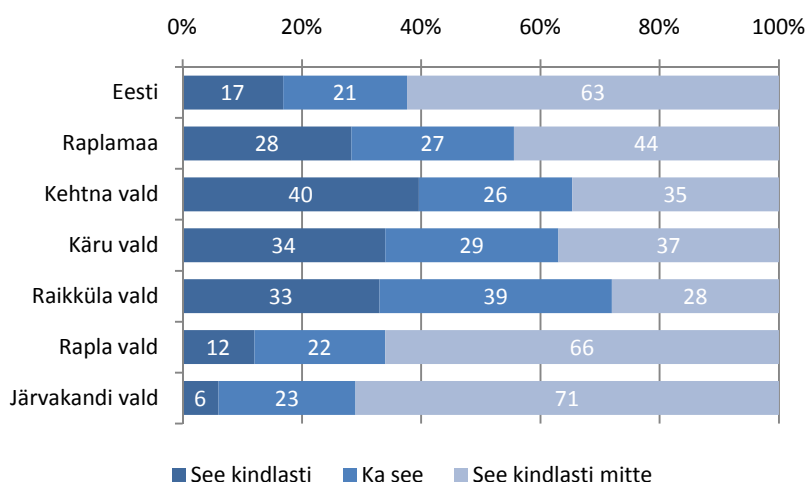
\*Vastasid ainult need, kes suitsetavad igapäevaselt.

## 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 55% Raplamaa vastajatest, mis on kõrgem Eesti keskmisest 38% (joonis 8.4). Kõige enam pidasid seda takistuseks Raikküla valla vastajad (72%) ja kõige vähem Järvakandi valla vastajad (29%).



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

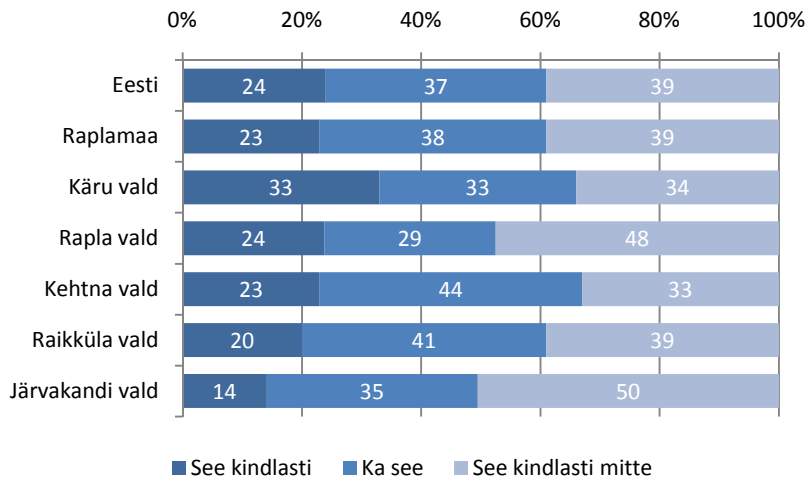
(vastasid ainult need, kes olid uuringule eelnud 30 päeva jooksul tegelema liikumisharrastusega harvem kui üks kord nädalas)

Sobiva asukoha puudumist näevad liikumisharrastuse takistusena:

- ▶ pigem noored (72%) kui keskealised (47%) ja vanemaealised (44%);
- ▶ pigem alg- või põhiharidusega (77%) kui keskharidusega (48%) ja kõrgharidusega (15%) vastajad;
- ▶ pigem madala (65%) kui keskmise (54%) ja kõrge (25%) ostujõuga vastajad;
- ▶ pigem ilma elukaaslaseta (66%) kui elukaaslasega (46%) vastajad;
- ▶ pigem alaealiste lastega (65%) ja täisealiste lastega (58%) kui ilma lasteta (41%) leibkondade liikmed.

### Harrastuse kallis hind

Harrastuse kalli hinna tõi takistusena välja 61% Raplamaa vastajatest, mis on võrdne Eesti keskmisega (joonis 8.5). Kõige enam pidasid seda takistuseks Kehtna (67%) valla vastajad ja kõige vähem Rapla valla vastajad (53%).



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

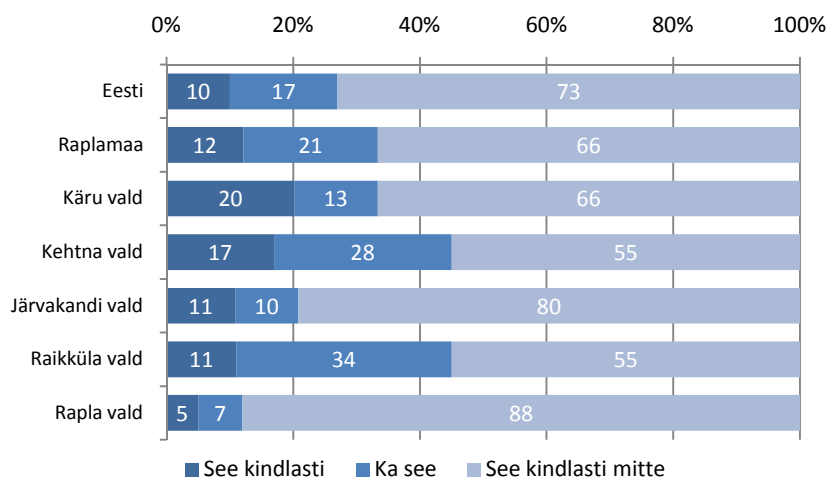
(vastasid ainult need, kes olid uuringule eelnud 30 päeva jooksul tegelenud liikumisharrastusega harvem kui üks kord nädalas)

Harrastuse kallist hinda näevad liikumisharrastuse takistusena:

- ▶ pigem naised (71%) kui mehed (49%);
- ▶ pigem alg- või põhiharidusega (63%) ja keskharidusega (63%) kui kõrgharidusega (48%) vastajad;
- ▶ pigem keskmise (69%) kui kõrge (56%) ja madala (52%) ostujõuga vastajad;
- ▶ pigem ilma elukaaslaseta (70%) kui elukaaslasega (52%) vastajad;
- ▶ pigem täisealiste lastega (67%) kui ilma lasteta (55%) ja alaealiste lastega (53%) leibkondade liikmed.

### Sobiva transpordi puudumine harrastuskohta jõudmiseks

Sobiva transpordi puudumise tõi takistusena välja 33% Raplamaa vastajatest, mis on kõrgem Eesti keskmisest 27% (joonis 8.4). Kõige enam pidasid seda takistuseks Kehtna valla ja Raikküla valla vastajad (45%), kõige vähem aga Rapla vallas vastajad (12%).



**Joonis 8.6.** Liikumisharrastust pärsib harrastuskohta jõudmiseks sobiva transpordi puudumine

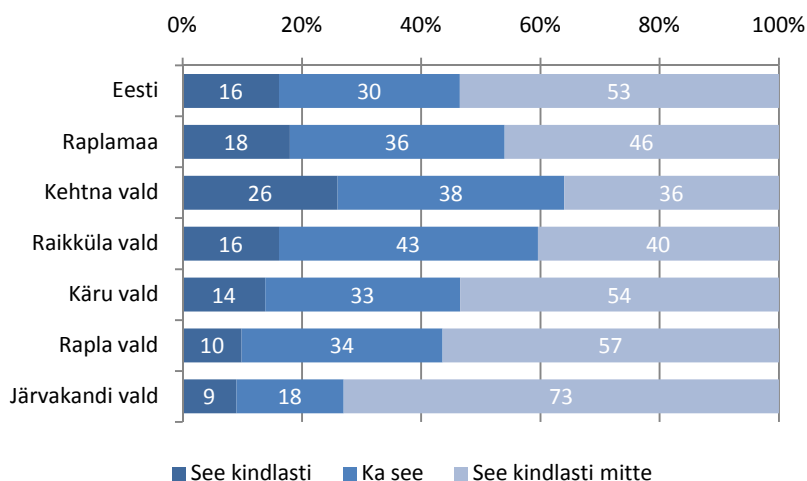
(vastasisid ainult need, kes olid uuringule eelnend 30 päeva jooksul tegelenud liikumisharrastusega harvem kui üks kord nädalas)

Sobiva transpordi puudumist näevad liikumisharrastuse takistusena:

- ▶ pigem naised (38%) kui mehed (28%);
- ▶ pigem alg- või põhiharidusega (48%) kui keskkooliharidusega (26%) ja kõrgharidusega (20%) vastajad;
- ▶ pigem madala (42%) kui keskmise (32%) ja kõrge (15%) ostujõuga vastajad;
- ▶ pigem ilma elukaaslaseta (52%) kui elukaaslasega (16%) vastajad;
- ▶ pigem täisealiste lastega (44%) ja ilma lasteta (35%) kui alaealiste lastega (20%) leibkondade liikmed.

### Vajalike vahendite puudumine

Vajalike vahendite puudumise tõi takistusena välja 54% Raplamaa vastajatest, mis on kõrgem Eesti keskmisest 46% (joonis 8.4). Kõige enam pidasid seda takistuseks Kehtna valla vastajad (64%) ja kõige vähem Järvakandi valla vastajad (27%).



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

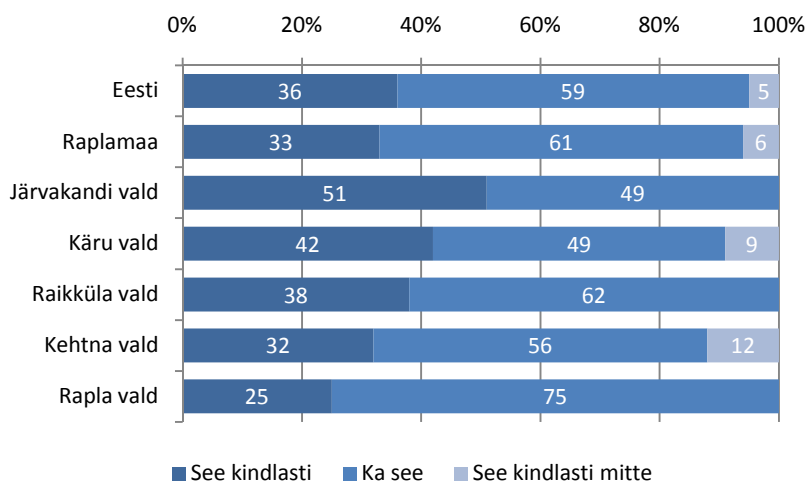
(vastasiid ainult need, kes olid uuringule eelnend 30 päeva jooksul tegelenud liikumisharrastusega harvem kui üks kord nädalas)

Vajalike vahendite puudumist näevad liikumisharrastuse takistusena:

- ▶ pigem noored (60%) ja keskealised (55%) kui vanemaealised (41%);
- ▶ pigem madala (60%) ja kõrge (56%) kui keskmise (48%) ostujõuga vastajad;
- ▶ pigem ilma elukaaslaseta (60%) kui elukaaslasega (47%) vastajad;
- ▶ pigem alaealiste lastega (76%) kui täisealiste lastega (58%) ja ilma lasteta (36%) leibkondade liikmed.

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

Huvi või aja puudumise, vähese viitsimise ja väsimuse tõi takistusena välja 94% Raplamaa vastajatest, mis sarnaneb Eesti keskmisega (joonis 8.4). Kõige vähem pidasid seda takistuseks Kehtna valla vastajad (88%). Järvakandi vallas, Raikküla vallas ja Rapla vallas pidasid neid tegureid takistuseks kõik vastajad.



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

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

Huvi või aja puudumise, vähese viitsimise ja väsimuse tõi takistusena välja pigem ilma lasteta (99%) ja täisealiste lastega (94%) kui alaealiste lastega (85%) leibkondade liikmed.

## 8.5. VAJADUS SPORTIMISKOHA JÄRGI

Uuringus osalenutele esitati küsimus „Millise sportimiskoha järele on teie arvates teie linnas või vallas kõige suurem vajadus?“. Tabelis 8.3 on esitatud neli kõige sagedamini antud vastust. Enamikes Raplamaa omavalitsustes on vastajate arvates kõige suurem nõudlus ujula ning rulluisu- ja jalgrattatee järele.

**Tabel 8.3.** „Millise sportimiskoha järele on teie arvates teie linnas või vallas kõige suurem vajadus?“ – neli populaarseimat vastust tähtsuse järjekorras

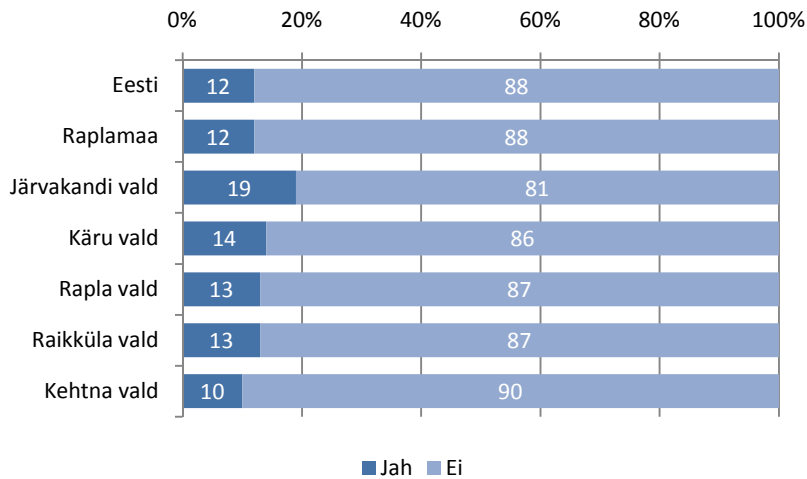
	Eesti	Raplamaa	Rapla vald	Järvakandi vald	Kehtna vald	Käru vald	Raikküla vald
Ujula	I	I	II	I	I	I	I
Rulluisu- ja jalgrattatee	II	II	I	II	II	III	II
Jõusaal	III	III	III	III	III		
Tenniseväljak	IV					II	III
Aeroobika ja võimlemine		IV	IV			IV	IV
Kergejõustikustaadion				IV			
Korvpalliväljak					IV		



## 9. SEKSUAALTERVIS

### 9.1. SEKSUAALVAHEKORD JUHUPARTNERIGA

Raplamaa vastajatest on 12% uuringule eelnenud aasta jooksul olnud seksuaalvahekorras juhupartneriga, mis on võrdne Eesti keskmisega (joonis 9.1). Kõrgeim oli näitaja Järvakandi vallas (19%) ja madalaim Kehtna vallas (10%).



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

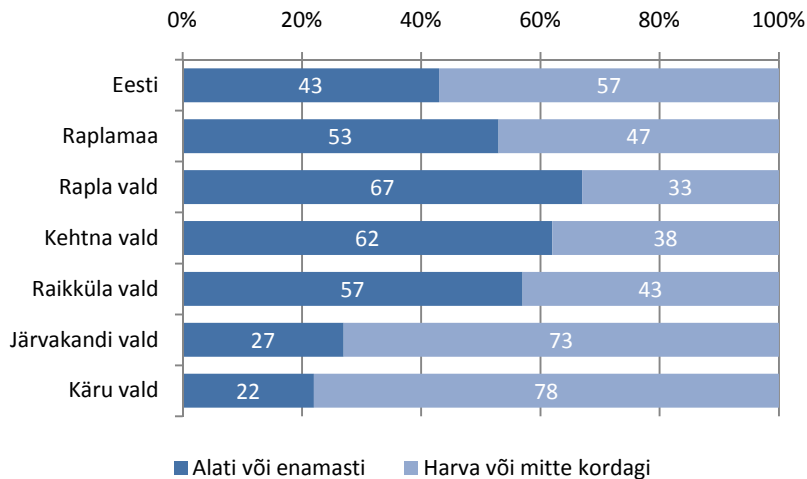
Juhupartneriga seksuaalvahekorras olnuid saab iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem mehed (21%) kui naised (5%);
- ▶ pigem noored (25%) ja keskealised (9%) kui vanemaealised (1%);
- ▶ pigem alg- või põhiharidusega (23%) kui kõrgharidusega (9%) ja keskharidusega (8%) vastajad.

## 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?“.

Raplamaa vastajatest 53% väitis, et kannab kondoomi alati või enamasti kaasas, mis on kõrgem Eesti keskmisest 43% (joonis 9.2). Kõrgeim on näitaja Rapla vallas (67%) ja madalaim Käru vallas (22%).



**Joonis 9.2.** Kondoomide kaasas kandmine

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

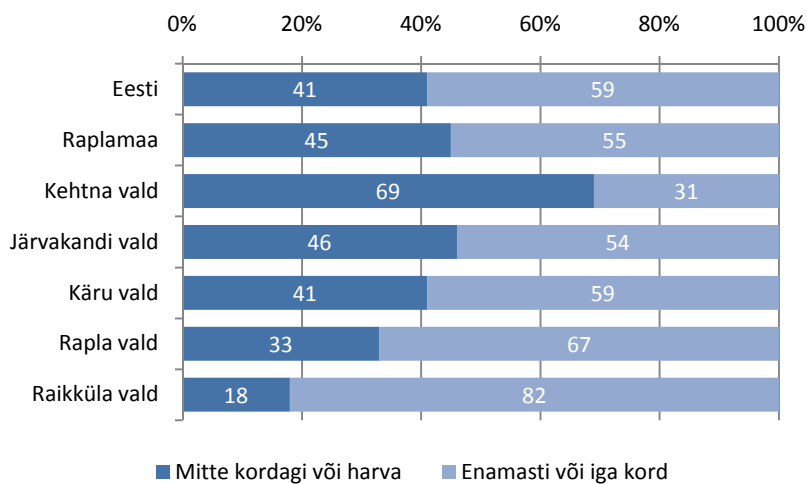
Kondoomi kannavad alati või enamasti kaasas:

- ▶ pigem mehed (56%) kui naised (41%);
- ▶ pigem noored (64%) kui keskealised (37%) ja vanemaealised (0%) vastajad;
- ▶ pigem keskharidusega (74%) ja kõrgharidusega (70%) kui alg- või põhiharidusega (37%) 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?“.

Raplamaa vastajatest 55% väitis, et kasutas kondoomi enamasti või igakord, mis on sarnane Eesti keskmisega (joonis 9.2). Neid, kes jätsid kondoomi enamasti kasutamata on kõige enam Kehtna vallas (69%) ja kõige vähem Raikküla vallas (18%).



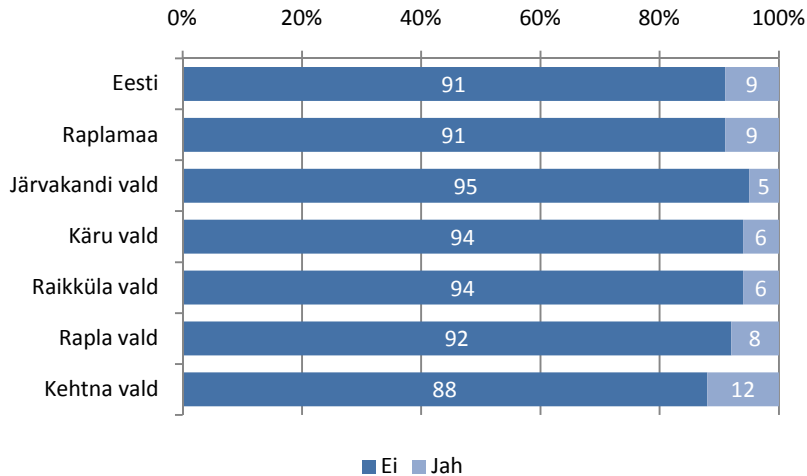
**Joonis 9.3.** Kondoomi kasutamine juhusliku seksuaalvahekorra ajal  
(vastasid ainult need, kes uuringule eelnenud 12 kuu jooksul olid olnud seksuaalvahekorras juhupartneriga)

Juhupartneriga seksuaalvahekorras olles jätsid kondoomi enamasti kasutamata:

- ▶ pigem mehed (48%) kui naised (31%);
- ▶ pigem vanemaealised (100%) kui keskealised (58%) ja noored (35%);
- ▶ pigem alg- või põhiharidusega (67%) kui kõrgharidusega (30%) ja keskharidusega (14%) vastajad.

## 9.4. SEKSUAALVÄGIVALD

Kõigest Raplamaa seksuaalvahekorra kogemusega vastajatest on 9% kogenud seksuaalvägivalda ehk olnud sunnitud astuma seksuaalvahekorda vastu oma tahtmist, näitaja on võrdne Eesti keskmisega (joonis 9.4) Kõige kõrgem on näitaja Kehtna vallas (12%) ja kõige madalam Järvakandi vallas (5%).



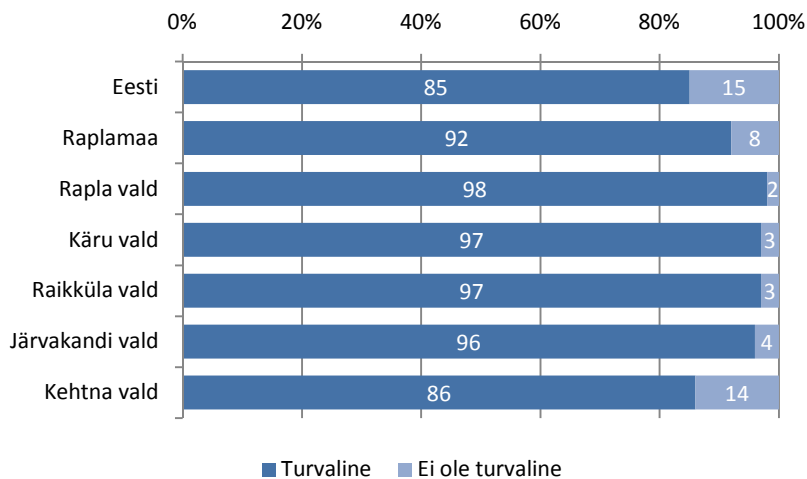
**Joonis 9.4.** On olnud sunnitud astuma seksuaalvahekorda vastu tahtmist  
(vastasid ainult need, kes on kunagi olnud seksuaalvahekorras)

Seksuaalvägivalda on kogenud pigem naised (16%) kui mehed (1%).

## 10. TURVALISUS JA OHUTUS

### 10.1. ELUKOHA TURVALISUS

Uuringus osalejatel paluti vastata, kui turvaliseks nad hindavad oma elukohta. Raplamaa vastajatest 92% leiab, et tema elukoht on turvaline. Näitaja on kõrgem Eesti keskmisest 85% (joonis 10.1). Omavalitsuste lõikes on erinevused väikesed, eristub Kehtna vald, kus elukohta hindavad turvaliseks 86% vastajatest.

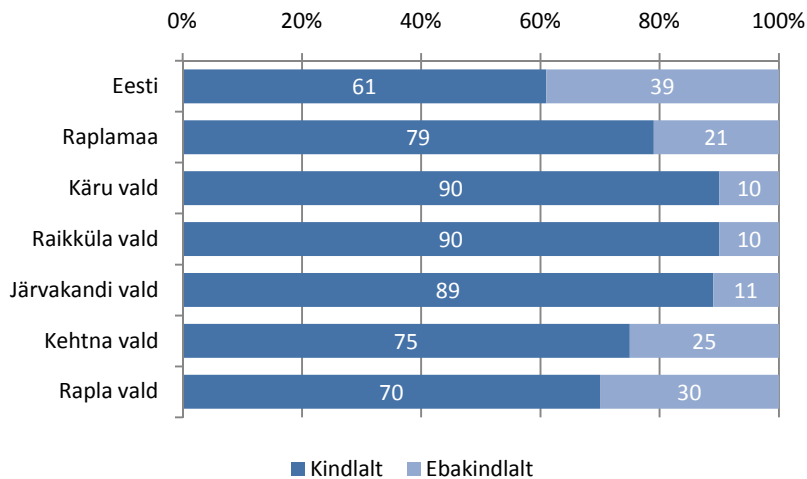


Joonis 10.1. Elukohta turvalisus

Oma elukohta ei pea turvaliseks pigem noored (16%) kui keskealised (3%) ja vanemaealised (0%) vastajad.

## 10.2.TURVATUNNE OMA ELUKOHAS PIMEDAL AJAL

Raplamaa vastajatest 21% tunneb end ebakindlalt, kui oma elukohas pimedas üksinda liigub, mis on madalam Eesti keskmisest 39% (joonis 10.2). Kõige vähem tunnevad pimedal ajal ebakindlust Kärü valla ja Raikküla valla vastajad (10%) ja kõige enam Rapla valla vastajad (30%).



**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 (30%) kui mehed (11%);
- ▶ pigem nooremaealised (27%) ja vanemaalised (22%) kui keskealised (15%);
- ▶ pigem ilma lasteta (28%) ja täisealiste lastega (21%) kui alaealiste lastega (14%) leibkondade liikmed.

### 10.3. ÜMBRUSKONNA OHUTUS

Uuringus osalejatel paluti hinnata erinevate tegevuste ohutust oma elukohas (tabel 10.1). Sotsiaal-demograafiliste tunnuste lõikes on vastused esitatud lisa 10, tabelites 10.3-10.8.

Uuringus osalenud omavalitsustest eristub Raikküla vald, seal peab kõige enam vastajaid ohtlikuks jalgrattaga sõitmist ja veekogudes ujumist. Kehtna vallas peab kõige enam vastajaid ohtlikuks sõidutee ületamist ning seal peetakse ohtlikuks ka jalgrattaga sõitmist ning veekogudes ujumist.

Positiivse külje pealt paistavad silma Rapla vald, Järvakandi vald ja Käru vald – sealsed vastajad peavad oma elukohta sagedamini ohutuks.

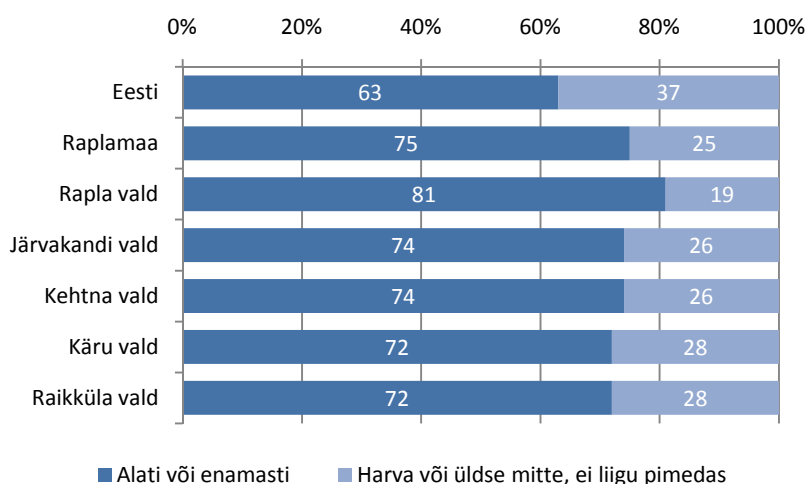
*Tabel 10.1. Vastajad, kes peavad erinevaid tegevusi elukohas ohtlikuks, %*

	Eesti	Raplamaa	Rapla vald	Järvakandi vald	Kehtna vald	Käru vald	Raikküla vald
Jalgsi tööle või kooli minemine	6	1	0	2	2	0	3
Sõidutee ületamine	18	8	5	9	13	2	4
Jalgrattaga sõitmine	27	14	12	9	17	4	18
Parkides ja haljasaladel jalutamine	7	1	0	4	3	0	0
Mänguväljakute kasutamine	3	0	0	3	0	0	0
Veekogudes ujumine	18	15	9	11	19	4	20

## 10.4. TURVAVAHENDITE KASUTAMINE

### Helkuri kasutamine

Uuringus osalenutel paluti vastata, kui tihti nad kasutavad pimedal ajal valgustamata tänavatel või teedel liikudes helkurit. Vastajaid, kes kannavad helkurit alati või enamasti on Raplamaal 75%, näitaja on kõrgem Eesti keskmisest 63% (joonis 10.3). Kõige madalam on alati või enamasti helkurit kandjate osakaal Käru vallas ja Raikküla vallas (72%) ning kõige kõrgem Rapla vallas (81%).



Joonis 10.3. Helkuri kandmine

Alati või enamasti helkuri kandjaid saab iseloomustada järgnevalt:

- ▶ pigem naised (86%) kui mehed (63%);
- ▶ pigem vanemaealised (86%) ja keskealised (80%) ja noored (65%);
- ▶ pigem keskkooliga (83%) ja kõrgharidusega (82%) kui alg- või põhiharidusega (61%) vastajad.

### Turvavöö kasutamine

Uuringus osalenutel paluti vastata, millised on nende turvavöö kasutamise harjumused (tabel 10.2). Raplamaal on juhina ja esiistmel kaassõitjana turvavöö kasutamise harjumused sarnased Eesti keskmisele, tagaistmel kasutatakse turvavööd sagedamini.

Juhina kasutavad turvavööd alati kõige enam Kehtna valla (81%) ja kõige vähem Järvakandi valla vastajad (59%). Esiistmel kaassõitjana on enim turvavöö kasutajaid Rapla vallas (98%) ja kõige vähem Raikküla vallas (93%). Tagaistmel on enim turvavöö kasutajaid samuti Rapla vallas (85%) ja kõige vähem Raikküla vallas (61%).

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

Tabel 10.2. Alati turvavöö kasutamine, %

	Eesti	Raplamaa	Rapla vald	Järvakandi vald	Kehtna vald	Käru vald	Raikküla vald
Juhina	70	73	71	59	81	76	65
Esiistmel kaassõitjana	93	95	98	96	95	96	93
Tagaistmel kaassõitjana	59	78	85	82	81	76	61



## LISA 1. TERVISE SEISUND

Tabel 1.1. Tervise enesehinnang, %

	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>Hea</b>	45	52	76	43	11	49	41	70	53	25	46	51	45	51
<b>Keskmine</b>	42	36	22	44	59	38	44	25	37	58	37	29	42	41
<b>Halb</b>	13	12	2	13	30	13	15	6	9	16	17	20	14	8

	Perekonnaseis		Leibkond		
	Ei ela kooselus	Kooselus	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
<b>Hea</b>	47	51	43	57	49
<b>Keskmine</b>	37	40	42	34	42
<b>Halb</b>	16	9	15	9	9

Tabel 1.2. Pikaajaline krooniline haigus või tervise probleem, %

	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>Jah</b>	42	51	24	56	73	47	51	37	46	56	47	45	51	41
<b>Ei</b>	58	49	76	44	27	53	49	63	54	44	53	55	49	59

	Perekonnaseis		Leibkond		
	Ei ela kooselus	Kooselus	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
<b>Jah</b>	54	39	47	47	41
<b>Ei</b>	46	61	53	53	59

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

	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>Piiratud</b>	37	38	30	34	57	45	39	19	27	49	54	44	37	36	
<b>Ei ole piiratud</b>	63	62	70	66	43	55	61	81	73	51	46	56	63	64	

	Perekonnaseis		Leibkond		
	Ei ela kooselus	Kooselus	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
<b>Piiratud</b>	44	30	39	40	32
<b>Ei ole piiratud</b>	56	70	61	60	68

**Tabel 1.4.** Vererõhu mõõtmine, %

	Sugu		Vanus			Alg- või põhiharidus	Haridus	
	Mees	Naine	15–34	35–54	55–70		Keskharidus	Kõrgharidus
<b>Viimase 2 aasta jooksul</b>	94	91	93	93	91	89	95	97
<b>Rohkem kui 2 aastat tagasi</b>	6	4	2	6	9	7	5	3
<b>Mitte kunagi</b>	0	4	5	1	1	4	0	0

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

	Sugu		Vanus			Alg- või põhiharidus	Haridus	
	Mees	Naine	15–34	35–54	55–70		Keskharidus	Kõrgharidus
<b>Viimase 2 aasta jooksul</b>	72	67	59	72	83	68	71	71
<b>Rohkem kui 2 aastat tagasi</b>	15	13	13	16	12	14	13	20
<b>Mitte kunagi</b>	12	20	27	12	5	18	16	9

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

	Haridus		
	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus
<b>Viimase 2 aasta jooksul</b>	43	35	56
<b>Rohkem kui 2 aastat tagasi</b>	28	12	0
<b>Mitte kunagi</b>	28	52	44

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

	Vanus		Haridus		
	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus
<b>Viimase 2 aasta jooksul</b>	35	54	41	42	41
<b>Rohkem kui 2 aastat tagasi</b>	14	27	12	19	21
<b>Mitte kunagi</b>	51	20	47	39	38

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

	Sugu		Vanus			Ostujõud		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Kõrge	Keskmine	Madal
<b>Samal või järgmisel päeval</b>	48	47	56	47	31	60	42	47
<b>Samal nädalal</b>	35	44	33	42	47	36	42	40
<b>Hiljem kui nädala päras</b>	2	6	3	5	4	0	5	5
<b>Ei oska öelda</b>	14	4	8	5	17	5	11	8

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

	Sugu		Vanus			Ostujõud		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Kõrge	Keskmine	Madal
Samal või järgmisel päeval	12	11	11	15	6	13	12	9
Samal nädalal	16	23	30	17	5	30	16	20
Hiljem kui nädala päras	38	41	36	47	30	23	51	36
Ei oska öelda	34	25	23	21	58	35	22	35

**Tabel 1.10.** Psühholoogiline nõustamisteenus, %

	Sugu		Vanus			Ostujõud		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Kõrge	Keskmine	Madal
Samal või järgmisel päeval	9	3	10	3	1	6	10	1
Samal nädalal	8	7	8	8	6	8	7	8
Hiljem kui nädala päras	2	7	7	4	2	2	6	4
Ei oska öelda	82	84	75	86	92	85	77	87

**Tabel 1.11.** Ravimite kättesaadavus, %

	Sugu		Vanus			Ostujõud		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Kõrge	Keskmine	Madal
Kuni 10 minutit	26	31	37	25	18	35	30	22
11-30 minutit	39	43	39	43	38	35	45	41
31 minutit või kauem	30	23	20	28	37	24	22	32
Ei oska öelda	5	4	4	4	7	6	3	5

**Tabel 1.12.** Toidukaupade kättesaadavus, %

	Sugu		Vanus			Ostujõud		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Kõrge	Keskmine	Madal
<b>Kuni 10 minutit</b>	60	61	78	53	43	53	68	55
<b>11-30 minutit</b>	25	31	18	34	37	35	20	35
<b>31 minutit või kauem</b>	14	6	3	12	20	12	10	9
<b>Ei oska öelda</b>	0	2	1	2	0	0	2	1

**Tabel 1.13.** Alkoholi kättesaadavus, %

	Sugu		Vanus			Ostujõud		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Kõrge	Keskmine	Madal
<b>Kuni 10 minutit</b>	65	61	80	56	45	62	69	57
<b>11-30 minutit</b>	21	29	15	31	33	32	18	31
<b>31 minutit või kauem</b>	9	4	2	5	16	3	6	7
<b>Ei oska öelda</b>	6	6	4	8	6	3	8	5

**Tabel 1.14.** Tubakatoodete kättesaadavus, %

	Sugu		Vanus			Ostujõud		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Kõrge	Keskmine	Madal
<b>Kuni 10 minutit</b>	68	63	81	57	51	64	69	62
<b>11-30 minutit</b>	18	29	15	30	28	29	17	29
<b>31 minutit või kauem</b>	9	4	4	6	13	5	6	6
<b>Ei oska öelda</b>	6	4	1	7	8	3	8	4

## 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	80	89	82	87	87	73	91	94	87	62	87	81	92	81
Harva või üldse mitte	20	11	18	13	13	27	9	6	13	38	13	19	8	19

	Perekonnaseis			Leibkond		
	Ei ela kooselus	Kooselus	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega	
Vähemalt pooltel päevadel	86	84	87	85	85	
Harva või üldse mitte	14	16	13	15	15	

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	63	44	47	56	54	68	50	29	49	82	53	51	49	55
1–2 portsjonit päevas	24	36	33	25	38	23	27	54	30	0	37	29	36	26
3–4 portsjonit päevas	11	14	18	10	7	9	14	15	15	18	7	16	7	17
5 või rohkem portsjonit päevas	2	7	3	9	0	0	9	2	6	0	3	4	8	2

	Perekonnaseis			Leibkond		
	Ei ela kooselus	Kooselus	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega	
Ei söö üldse, mõned portsjonid nädalas	52	52	45	52	55	
1–2 portsjonit päevas	25	37	43	24	27	
3–4 portsjonit päevas	15	10	9	11	15	
5 või rohkem portsjonit päevas	8	1	3	14	3	

**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>	78	89	66	94	98	75	89	82	83	78	89	87	80	86	
<b>1–7 päeval nädalas</b>	22	11	34	6	2	25	11	18	17	22	11	13	20	14	

**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	65	36	67	98	60	62	60	57	60	63	71	60	56	
<b>1–2 päeval nädalas</b>	29	28	49	22	1	33	25	29	30	28	28	25	30	26	
<b>3–7 päeval nädalas</b>	15	7	16	11	1	7	13	11	13	13	8	3	10	18	

**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>	42	51	28	54	69	47	46	42	54	40	49	39	57	44	
<b>1–2 päeval nädalas</b>	40	35	51	31	24	31	40	45	37	40	35	49	28	33	
<b>3–7 päeval nädalas</b>	18	14	21	15	7	22	14	12	8	20	16	12	15	23	

## 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>	20	38	24	27	48	36	28	17	21	41	43	22	31	33
<b>1–3 korda kuus</b>	31	44	36	46	25	37	44	27	40	23	38	44	30	41
<b>Vähemalt üks kord nädalas</b>	48	17	40	27	27	27	28	55	39	36	18	35	39	26

	Perekonnaseis		Leibkond			
	Ei ela kooselus	Kooselus	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega	
<b>Mitte kordagi</b>		34	25	32	30	25
<b>1–3 korda kuus</b>		35	41	41	33	41
<b>Vähemalt üks kord nädalas</b>		31	33	27	37	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>	35	84	51	70	45	40	63	69	60	39	57	45	54	66
<b>1–3 korda kuus</b>	44	12	40	18	29	42	23	25	28	20	34	38	37	18
<b>Vähemalt üks kord nädalas</b>	20	4	9	12	26	17	14	6	12	41	9	17	9	16

	Perekonnaseis		Leibkond		
	Ei ela kooselus	Kooselus	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
<b>Mitte kordagi</b>	61	55	68	46	49
<b>1–3 korda kuus</b>	28	30	13	43	37
<b>Vähemalt üks kord nädalas</b>	11	15	19	11	14



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

	Sugu		Vanus			Haridus		
	Mees	Naine	15–34	35–54	55–70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus
<b>Vähe või mõõdukalt</b>	87	94	89	91	91	86	93	89
<b>Palju</b>	13	6	11	9	9	14	7	11

**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>	41	16	30	27	26	39	28	14
<b>Nõus</b>	59	84	70	73	74	61	72	86

**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>	8	10	7	9	14	10	6	15
<b>Nõus</b>	92	90	93	91	86	90	94	85

**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>	59	72	52	74	79	65	65	71
<b>Nõus</b>	41	28	48	26	21	35	35	29

**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>	43	40	53	39	23	43	32	60
<b>Nõus</b>	57	60	47	61	77	57	68	40

**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>	54	48	47	54	62
<b>Pigem ei ole nõus</b>	35	24	36	26	24
<b>Ei oska öelda</b>	11	28	17	20	14

## 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>	76	92	77	86	96	82	85	90	84	84	83
<b>Viibib</b>	24	8	23	14	4	18	15	10	16	16	17

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>	80	84	85	79	83	70	86	92	81	85	81	83	83	80
<b>Viibib</b>	20	16	15	21	17	30	14	8	19	15	19	17	17	20

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>	52	52	52	47	61	47	58	54	74	63	38
<b>18-aastaselt või vanemalt</b>	48	48	48	53	39	53	42	46	26	37	62

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>	43	55	56	43	50	47	33	57
<b>Olen suitsetamisest loobunud</b>	17	15	10	14	30	16	0	19
<b>Suitsetan aeg-ajalt</b>	7	6	10	6	1	9	0	4
<b>Suitsetan iga päev</b>	33	24	24	37	18	28	67	20

	Haridus			Ostujõud		
	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus	Kõrge	Keskmine	Madal
<b>Ei ole kunagi suitsetanud</b>	45	43	72	45	55	47
<b>Olen suitsetamisest loobunud</b>	12	20	12	16	17	15
<b>Suitsetan aeg-ajalt</b>		11	2	12	9	3
<b>Suitsetan iga päev</b>	43	25	14	27	20	35

Tabel 4.5. Suitsetamisest loobumine (vastasid ainult need, kes on elu jooksul suitsetanud), %

	Sugu		Vanus			Haridus			Tööturu staatus			Ostujõud		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus	Töötav	Töötu	Mitte-aktiivne	Kõrge	Keskmine	Madal
<b>Suitsetab</b>	70	68	78	75	40	78	65	58	70	100	56	71	63	72
<b>Loobunud</b>	30	32	22	25	60	22	35	42	30	0	44	29	37	28

	Perekonnaseis			Leibkond		
	Ei ela kooselus	Kooselus	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega	
<b>Suitsetab</b>		75	62	51	76	78
<b>Loobunud</b>		25	38	49	24	22

**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>	82	77	90	75	74	81	77	88
<b>Ei</b>	18	23	10	25	26	19	23	12

**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>	46	37	54	33	44	31	53	37
<b>Rohkem kui aasta tagasi</b>	46	40	40	44	48	59	30	59
<b>Mitte kunagi</b>	8	23	6	23	7	10	17	4

## LISA 5. NARKOOTIKUMID

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

	Sugu		Vanus		
	Mees	Naine	15–34	35–54	55–70
<b>Võimatu</b>	3	11	9	4	10
<b>Keeruline või lihtne</b>	30	16	47	8	3
<b>Ei tea</b>	67	73	44	87	88

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

	Sugu		Vanus		
	Mees	Naine	15–34	35–54	55–70
<b>Võimatu</b>	4	13	11	6	10
<b>Keeruline või lihtne</b>	19	6	25	5	2
<b>Ei tea</b>	77	80	64	89	87

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

	Sugu		Vanus		
	Mees	Naine	15–34	35–54	55–70
<b>Jah, ühe korra</b>	12	8	20	5	0
<b>Jah, korduvalt</b>	8	5	17	0	0
<b>Ei</b>	80	87	63	95	100

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

	Sugu		Vanus		
	Mees	Naine	15–34	35–54	55–70
<b>Jah, ühe korra</b>	7	3	11	1	0
<b>Jah, korduvalt</b>	5	0	6	0	0
<b>Ei</b>	88	97	83	99	100

## LISA 6. SOTSIAALSED SUHTED

**Tabel 6.1.** Organisatsiooni, ühingu või grupi liikmelisus, %

	Sugu		Vanus			Alg- või põhiharidus	Haridus		Tööturu staatus			Perekonnaseis	
	Mees	Naine	15–34	35–54	55–70		Keskharidus	Kõrgharidus	Töötav	Töötu	Mitte- aktiivne	Ei ela kooselus	Kooselus
<b>Jah</b>	17	27	29	21	14	14	22	40	22	2	27	24	21
<b>Ei</b>	83	73	71	79	86	86	78	60	78	98	73	76	79

**Tabel 6.2.** Mittetulundusühingu liikmelisus, %

	Sugu		Vanus			Alg- või põhiharidus	Haridus		Tööturu staatus			Perekonnaseis	
	Mees	Naine	15–34	35–54	55–70		Keskharidus	Kõrgharidus	Töötav	Töötu	Mitteaktiivne	Ei ela kooselus	Kooselus
<b>Jah</b>	17	16	18	21	6	3	22	26	20	12	12	16	16
<b>Ei</b>	83	84	82	79	94	97	78	74	80	88	88	84	84

**Tabel 6.3.** Aktiivne suhtleja internetis, %

	Sugu		Vanus			Alg- või põhiharidus	Haridus		Tööturu staatus			Perekonnaseis	
	Mees	Naine	15–34	35–54	55–70		Keskharidus	Kõrgharidus	Töötav	Töötu	Mitteaktiivne	Ei ela kooselus	Kooselus
<b>Jah</b>	39	47	78	27	7	53	39	34	40	48	46	54	32
<b>Ei</b>	61	53	22	73	93	47	61	66	60	52	54	46	68

**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>	53	49	39	57	61	44	54	59	57	24	45
<b>Ei ole nõus</b>	21	31	33	28	12	27	27	17	25	31	29
<b>Ei oska öelda</b>	26	20	29	15	27	29	19	24	18	45	26

	Ostujõud			Leibkond		
	Kõrge	Keskmine	Madal	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
<b>Nõus</b>	37	51	54	61	49	47
<b>Ei ole nõus</b>	36	25	26	16	37	28
<b>Ei oska öelda</b>	27	23	20	23	14	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>	73	69	58	79	78	67	70	77	74	49	70
<b>Ei ole nõus</b>	16	18	26	12	10	22	17	11	15	30	18
<b>Ei oska öelda</b>	11	13	15	9	11	11	13	12	11	21	12

	Ostujõud			Leibkond		
	Kõrge	Keskmine	Madal	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
<b>Nõus</b>	58	72	73	65	70	72
<b>Ei ole nõus</b>	28	13	18	17	19	20
<b>Ei oska öelda</b>	15	15	9	18	11	9



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

	Sugu		Vanus			Alg- või põhiharidus	Haridus		Tööturu staatus		
	Mees	Naine	15–34	35–54	55–70		Keskharidus	Kõrgharidus	Töötav	Töötu	Mitteaktiivne
<b>Nõus</b>	50	57	32	68	66	45	56	60	59	43	45
<b>Ei ole nõus</b>	32	30	56	16	11	34	28	34	29	21	35
<b>Ei oska öelda</b>	18	13	11	16	22	21	15	5	11	36	19

	Ostujõud			Leibkond		
	Kõrge	Keskmine	Madal	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
<b>Nõus</b>	42	52	62	57	52	51
<b>Ei ole nõus</b>	35	35	25	27	39	31
<b>Ei oska öelda</b>	23	13	13	16	9	18

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

	Sugu		Vanus			Alg- või põhiharidus	Haridus		Tööturu staatus		
	Mees	Naine	15–34	35–54	55–70		Keskharidus	Kõrgharidus	Töötav	Töötu	Mitteaktiivne
<b>Nõus</b>	79	82	77	82	84	73	81	95	84	67	76
<b>Ei ole nõus</b>	9	6	14	5	2	8	8	5	7	0	11
<b>Ei oska öelda</b>	12	12	9	13	15	19	11	0	9	33	13

	Ostujõud			Leibkond		
	Kõrge	Keskmine	Madal	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
<b>Nõus</b>	76	85	77	80	79	81
<b>Ei ole nõus</b>	12	7	6	5	16	6
<b>Ei oska öelda</b>	11	8	17	14	5	13

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

	Sugu		Vanus			Alg- või põhiharidus	Haridus		Tööturu staatus		
	Mees	Naine	15–34	35–54	55–70		Keskharidus	Kõrgharidus	Töötav	Töötu	Mitteaktiivne
<b>Nõus</b>	40	37	45	36	32	29	42	49	44	27	31
<b>Ei ole nõus</b>	35	28	33	32	28	41	23	42	30	39	33
<b>Ei oska öelda</b>	24	35	22	33	40	30	35	9	26	34	36

	Ostujõud			Leibkond		
	Kõrge	Keskmine	Madal	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
<b>Nõus</b>	36	44	36	45	38	34
<b>Ei ole nõus</b>	40	34	24	26	38	34
<b>Ei oska öelda</b>	24	22	40	29	24	32

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

	Sugu		Vanus			Alg- või põhiharidus	Haridus		Tööturu staatus		
	Mees	Naine	15–34	35–54	55–70		Keskharidus	Kõrgharidus	Töötav	Töötu	Mitteaktiivne
<b>Nõus</b>	37	52	33	53	50	30	53	52	48	40	40
<b>Ei ole nõus</b>	47	35	56	31	31	51	32	47	37	47	45
<b>Ei oska öelda</b>	16	13	10	16	19	20	16	1	14	13	15

	Ostujõud			Leibkond		
	Kõrge	Keskmine	Madal	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
<b>Nõus</b>	40	43	47	50	39	38
<b>Ei ole nõus</b>	55	43	35	35	53	43
<b>Ei oska öelda</b>	5	14	18	15	8	19

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

	Sugu		Vanus			Haridus			Tööturu staatus		
	Mees	Naine	15–34	35–54	55–70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus	Töötav	Töötu	Mitteaktiivne
<b>Osalenud</b>	23	22	28	24	10	18	24	24	22	15	25
<b>Ei ole osalenud</b>	65	68	57	69	79	57	69	76	67	46	69
<b>Ei ole toimunud</b>	13	10	15	7	11	25	8	0	10	39	6

	Ostujõud			Leibkond		
	Kõrge	Keskmine	Madal	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
<b>Osalenud</b>	12	20	30	16	22	27
<b>Ei ole osalenud</b>	84	70	58	75	59	63
<b>Ei ole toimunud</b>	4	10	12	9	18	11

**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	Töötu	Mitteaktiivne
<b>Rahul</b>	32	40	31	42	35	22	35	58	41	32	28
<b>Ei ole rahul</b>	26	34	43	29	10	35	33	19	32	14	32
<b>Ei oska öelda</b>	42	26	26	29	54	43	32	23	27	54	40

	Ostujõud			Leibkond		
	Kõrge	Keskmine	Madal	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
<b>Rahul</b>	30	34	41	42	39	34
<b>Ei ole rahul</b>	28	34	29	21	34	36
<b>Ei oska öelda</b>	43	32	30	37	28	29

## LISA 7. VAIMNE TERVIS

Tabel 7.1. Depressiooni sümptomite esinemine, %

	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>Ei ole</b>	74	80	82	75	73	69	76	93	83	50	73	80	74	78
<b>On</b>	26	20	18	25	27	31	24	7	17	50	27	20	26	22

	Perekonnaseis		Leibkond		
	Ei ela kooselus	Kooselus	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
<b>Ei ole</b>	70	86	76	78	81
<b>On</b>	30	14	24	22	19

Tabel 7.2. Suitsiidikatse esinemine elu jooksul, %

	Sugu		Vanus		
	Mees	Naine	15–34	35–54	55–70
<b>Ei</b>	91	96	89	96	96
<b>Jah</b>	9	4	11	4	4

## LISA 8. KEHALINE AKTIIVSUS

Tabel 8.1. Kehamassiindeks, %

	Sugu		Vanus			Alg- või põhiharidus	Haridus			Ostujõud		
	Mees	Naine	15–34	35–54	55–70		Keskharidus	Kõrgharidus	Kõrge	Keskmine	Madal	
<b>Alakaal</b>	5	2	1	4	5	5	2	3	3	3	3	
<b>Normaalkaal</b>	42	50	41	43	64	43	48	47	49	48	42	
<b>Ülekaal ja rasvumine</b>	54	49	58	54	31	52	50	50	58	48	55	

	Perekonnaseis			Leibkond	
	Ei ela kooselus	Kooselus	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
<b>Alakaal</b>	4	2	6	0	1
<b>Normaalkaal</b>	52	40	60	55	32
<b>Ülekaal ja rasvumine</b>	44	57	34	45	66

Tabel 8.2. Vähemalt 30 minutit jala käimise või rattaga sõitmise sagedus 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>	33	17	19	29	26	26	24	28	30	27	21	22	28	
<b>Üks või mitu korda nädalas</b>	67	83	81	71	74	74	76	72	70	73	79	78	72	

	Leibkond		
	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
<b>Üldse mitte või 1–2 korda kuus</b>	22	26	24
<b>Üks või mitu korda nädalas</b>	78	74	76

**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>	55	58	51	57	65	70	54	37	57	52	59	55	58	
<b>Üks või mitu korda nädalas</b>	45	42	49	43	35	30	46	63	43	48	41	45	42	

	Leibkond		
	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
<b>Üldse mitte või 1–2 korda kuus</b>	67	59	51
<b>Üks või mitu korda nädalas</b>	33	41	49

**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>	19	37	41	20	24	45	17	5	10	32	33	38	19	
<b>Ka see</b>	32	23	31	27	20	32	31	10	15	22	32	28	27	
<b>See kindlasti mitte</b>	50	40	28	52	56	24	53	85	75	46	35	34	54	

	Leibkond		
	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
<b>See kindlasti</b>	30	36	22
<b>Ka see</b>	11	29	36
<b>See kindlasti mitte</b>	59	34	41

**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			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>	27	19	23	26	16	30	14	27	22	24	24	24	22	
<b>Ka see</b>	22	52	41	33	43	33	49	21	34	45	28	46	30	
<b>See kindlasti mitte</b>	51	30	36	41	41	36	37	52	44	31	48	30	49	

	Leibkond		
	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
<b>See kindlasti</b>	22	21	22
<b>Ka see</b>	33	32	45
<b>See kindlasti mitte</b>	44	47	33

**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			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>	9	15	7	13	20	15	6	20	3	15	14	12	13	
<b>Ka see</b>	19	23	30	18	14	33	20	0	12	17	28	40	3	
<b>See kindlasti mitte</b>	72	62	62	70	66	53	74	80	85	68	58	49	83	

	Leibkond		
	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
<b>See kindlasti</b>	11	17	12
<b>Ka see</b>	24	3	32
<b>See kindlasti mitte</b>	65	80	56

**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			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>	27	10	29	12	9	28	11	2	26	7	26	20	15
<b>Ka see</b>	26	45	31	43	32	27	39	50	30	41	34	40	32
<b>See kindlasti mitte</b>	48	45	40	45	59	45	51	48	45	53	40	40	53

	Leibkond		
	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
<b>See kindlasti</b>	12	24	17
<b>Ka see</b>	24	52	41
<b>See kindlasti mitte</b>	64	25	42

**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			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>	26	40	46	34	12	34	37	30	23	46	27	31	36
<b>Ka see</b>	73	50	48	61	83	63	58	70	77	50	64	62	60
<b>See kindlasti mitte</b>	1	10	6	5	6	3	5	0	0	4	9	7	4

	Leibkond		
	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
<b>See kindlasti</b>	25	53	32
<b>Ka see</b>	74	32	62
<b>See kindlasti mitte</b>	1	15	6



## 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>	21	5	25	9	1	23	8	9
<b>Ei</b>	79	95	75	91	99	77	92	91

**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>	56	41	64	37	0	37	74	70
<b>Harva või mitte kordagi</b>	44	59	36	63	100	63	26	30

**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>	48	31	35	58	100	67	14	30
<b>Enamasti või iga kord</b>	52	69	65	42	0	33	86	70

**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>	99	84	92	89	95	94	88	95
<b>Jah</b>	1	16	8	11	5	6	12	5

## 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>	89	95	84	97	100	93	86	95
<b>Ei ole turvaline</b>	11	5	16	3	0	7	14	5

**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>	89	70	73	85	78	72	86	79
<b>Ebakindlalt</b>	11	30	27	15	22	28	14	21

**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>	93	96	98	95	87	95	88	97
<b>Ohtlik</b>	3	0	1	1	3	2	0	2
<b>Puudub selline võimalus</b>	4	4	1	5	10	3	12	2

**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>	91	91	89	93	90	90	92	87
<b>Ohtlik</b>	8	9	10	5	10	8	6	13
<b>Puudub selline võimalus</b>	2	1	1	2	0	3	2	0

**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>	85	83	81	86	87	78	73	89
<b>Ohtlik</b>	11	17	15	14	13	16	26	11
<b>Puudub selline võimalus</b>	4	0	5	1	0	6	1	0

**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>	91	90	90	93	89	90	86	93
<b>Ohtlik</b>	3	0	3	0	1	1	6	1
<b>Puudub selline võimalus</b>	6	9	8	7	11	10	9	6

**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>	88	84	89	87	77	87	84	87
<b>Ohtlik</b>	0	0	0	1	0	0	0	1
<b>Puudub selline võimalus</b>	11	16	11	12	23	13	16	12

**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>	70	52	67	61	49	56	52	69
<b>Ohtlik</b>	14	16	16	18	7	17	24	9
<b>Puudub selline võimalus</b>	16	32	17	22	44	27	24	21

**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>	63	86	65	80	86	61	83	82
<b>Harva ja üldse mitte, ei liigu pimedas</b>	37	14	35	20	14	39	17	18

**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	67	73	77	67	58	75	91
<b>Mitte alati, ei sõida autoga</b>	20	33	27	23	33	42	25	9

**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>	91	99	95	95	96	91	97	98
<b>Mitte alati, ei sõida autoga</b>	9	1	5	5	4	9	3	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>	74	82	79	72	89	75	79	80
<b>Mitte alati, ei sõida autoga</b>	26	18	21	28	11	25	21	20