



Tervise Arengu Instituut
National Institute for Health Development



Eesti kooliõpilaste tervise ja tervisekäitumise trendid



Ettekanne põhineb “Kooliõpilaste tervisekäitumise uuringu” andmetel

Tiia Pertel

Tervise Arengu Instituut

*Ettekannet aitasid koostada Tervise Arengu Instituudist:
Katrín Aasvee, Maris Salekešin, Krystiine Liiv, Karin Streimann*

Kooliõpilaste tervisekäitumise uuring 2014

Health Behaviour of School-aged Children (HBSC) study



I uuring 1983/84, toimunud 9 uuringut, Eesti osalenud viimases 6 uuringus

Eesmärk: Saada igal 4. õppeaastal objektiivset teavet õpilaste tervisekäitumisest, tervisest ja heaolust olenevalt sotsiaalmajanduslikust taustast

Sihtgrupp: 11-, 13- ja 15-aastased, st 5., 7. ja 9. klasside õpilased

Metoodika põhiprintsiibid

- Klassid valitakse üle riigi juhuvalikuga (4057 õpilast)
- Anonüümne vabatahtlik ankeetküsitlus klassiruumis
- Põhiküsimused läbi aastate ühesugused kõikides maades

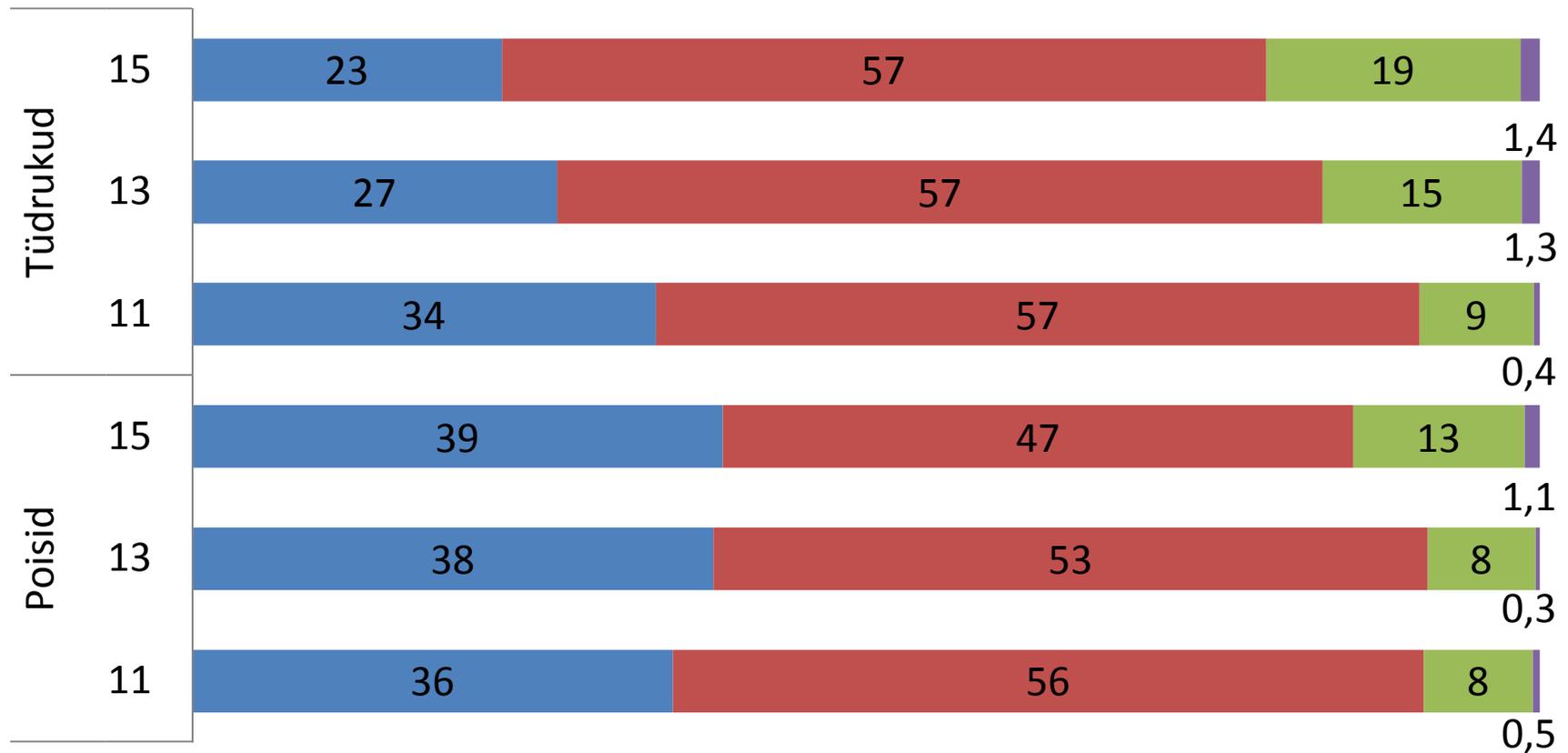
Uuring annab üleriigilised statistiliselt usaldusväärsed andmed

- õpilaste tervise ja tervisekäitumise hetkeolukorrast
- tervise/tervisekäitumise trendidest riigis läbi aastate
- Eesti võrdlemiseks teiste riikidega (44 riiki/regiooni)

Enamus õpilasi hindab oma tervist heaks

Hinnang tervisele soo ja vanuse järgi (%) 2014. aastal

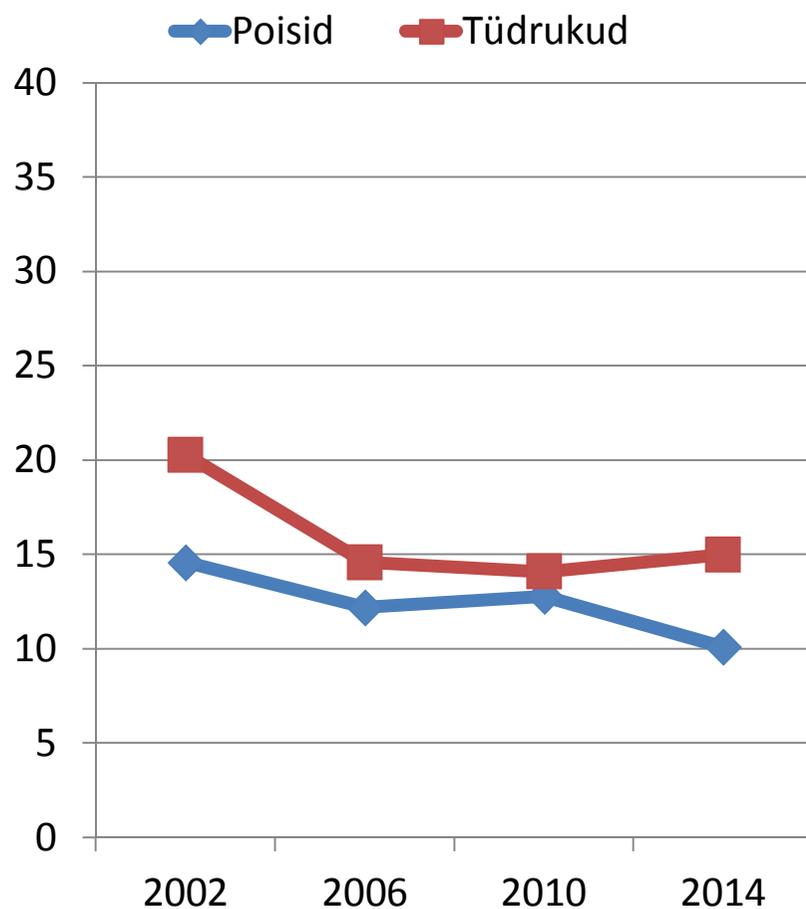
■ Väga hea ■ Hea ■ Rahuldav ■ Väga halb



HBSC 2014, TAI

Õpilaste tervisehinnang on paranenud

Halva tervisehinnanguga õpilased (%)

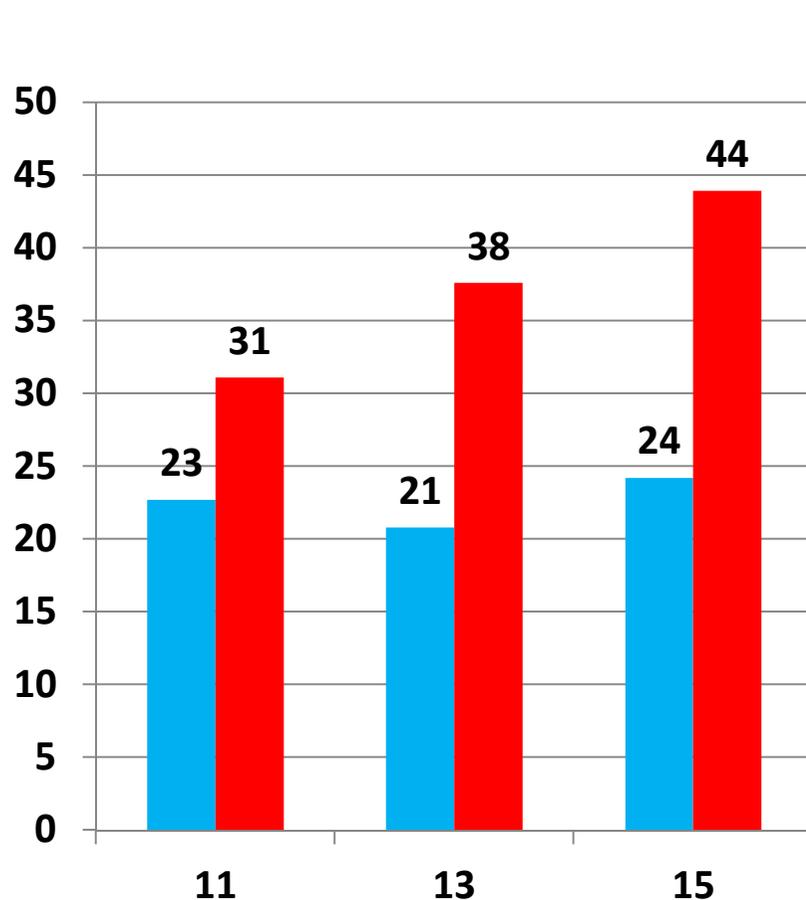


Halvem tervisehinnang seotud:

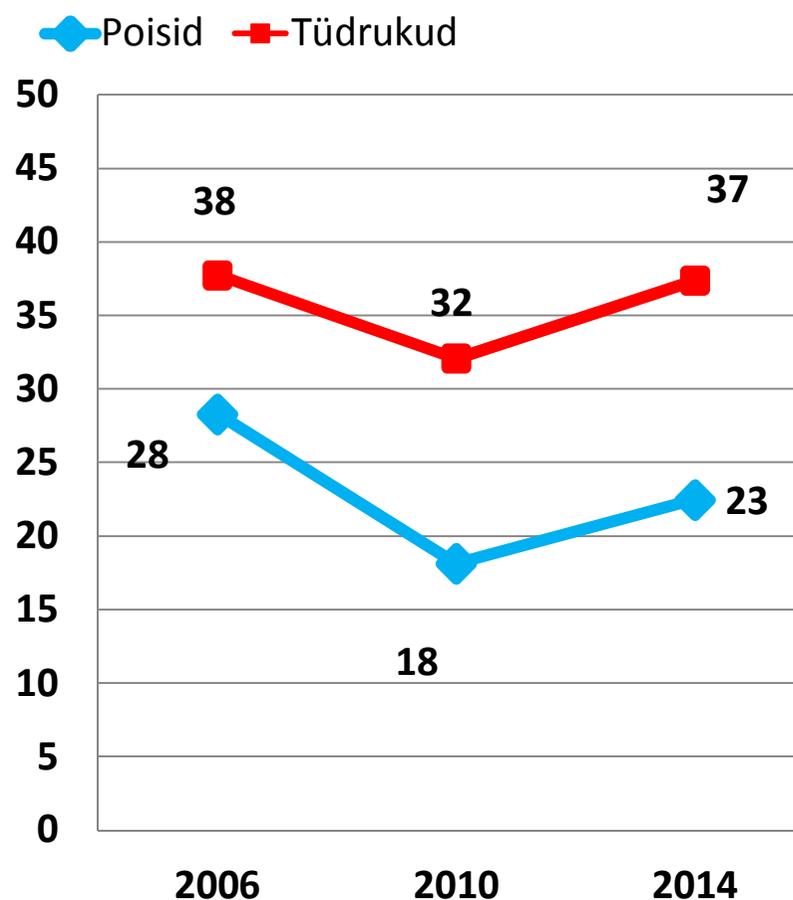
- suhted peres halvad
- uimastite tarvitamine
- vähesem kehaline aktiivsus vabal ajal
- depressiivsete episoodide esinemine

HBSC 2002-2014, TAI

30% õpilastel on viimase aasta jooksul esinenud depressiivseid episoode



Depressiivsete episoodide esinemine soo ja vanuse järgi 2014 (%)

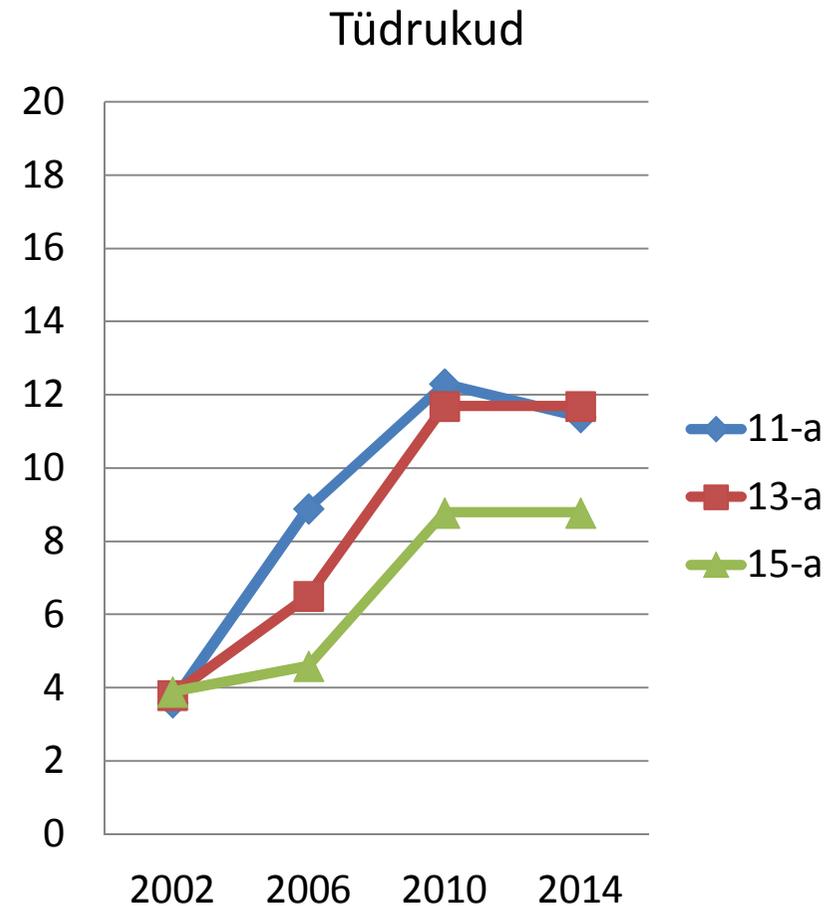
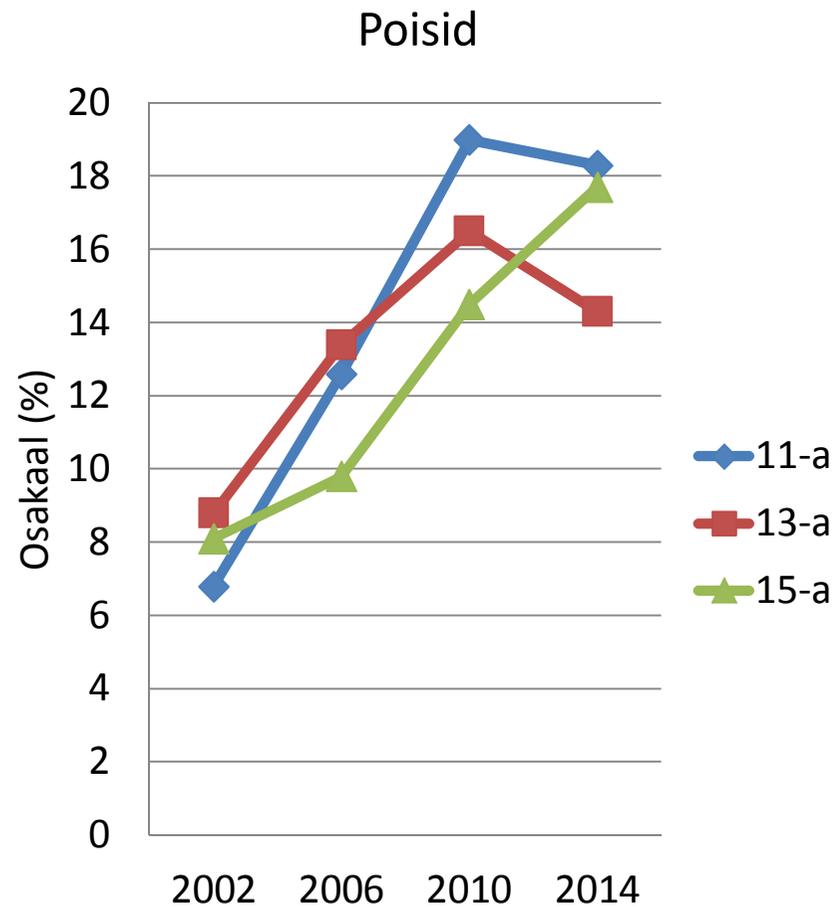


Depressiivsete episoodide esinemine (%)

HBSC 2006-2014, TAI

Ülekaaluliste õpilaste osakaal ei ole enam kasvanud

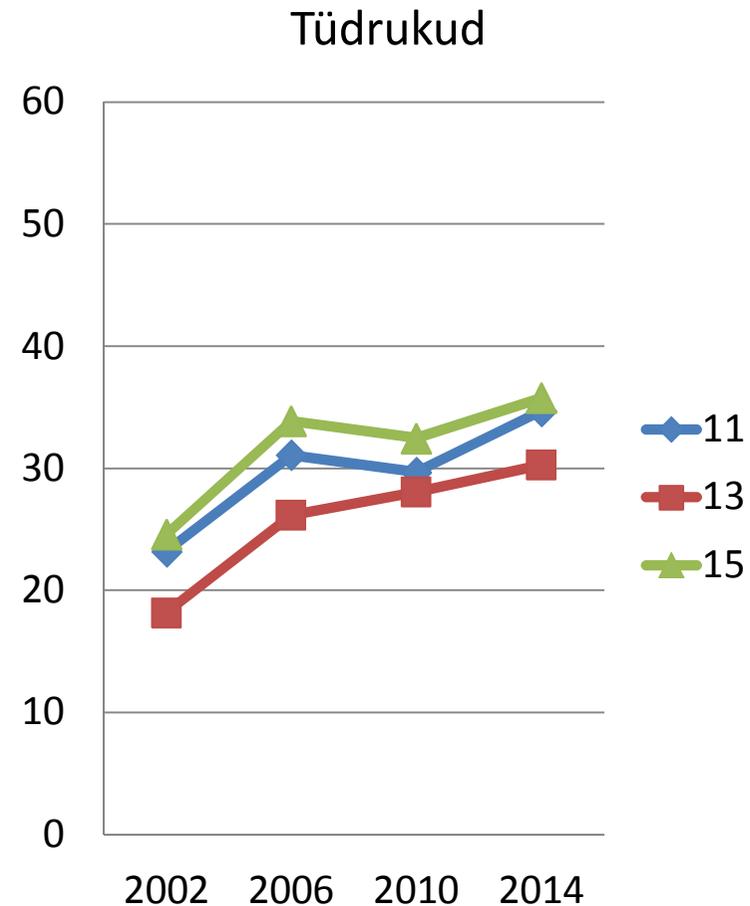
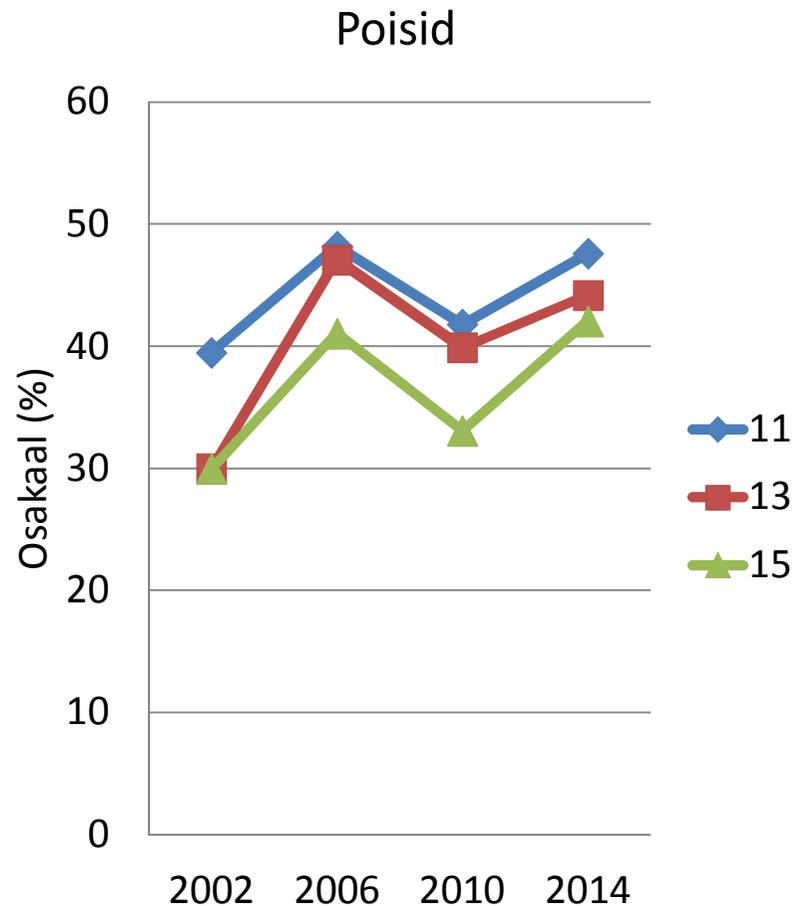
Ülekaalulised sh rasvunud vanusgrupiti (%)



HBSC 2002-2014, TAI

**WHO: Iga laps võiks olla mõõdukalt füüsiliselt
aktiivne vähemalt 60 minutit iga päev.
Eestis on vaid 16,4% lastest (2010 14%)**

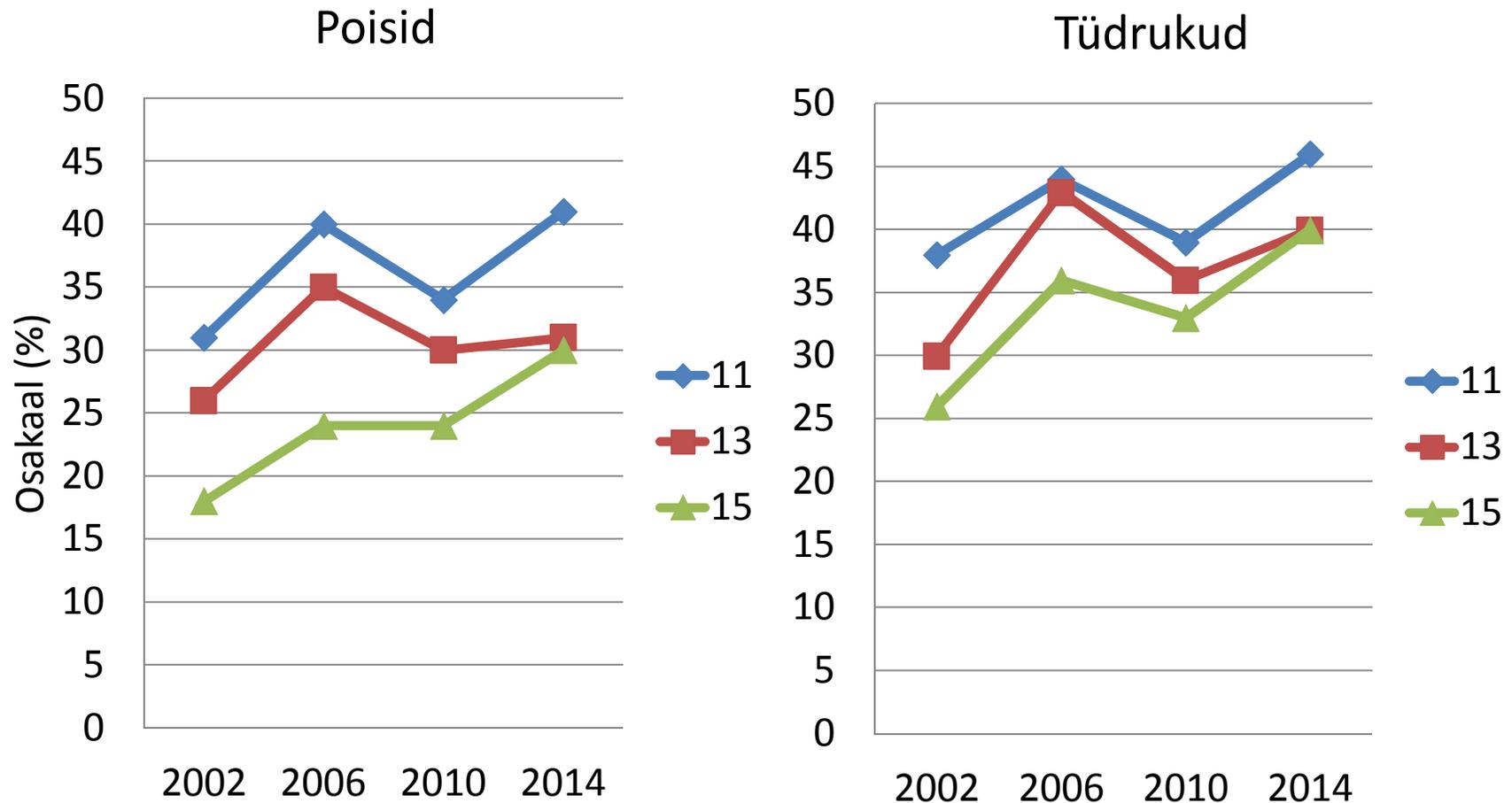
Vähemalt 1 tund \geq 5 päeval nädalas mõõdukalt kehaliselt aktiivsed vanusgrupiti (%)



HBSC 2002-2014, TAI

Köögi- ja puuvilju sööb iga päev alla poole (38%) õpilastest

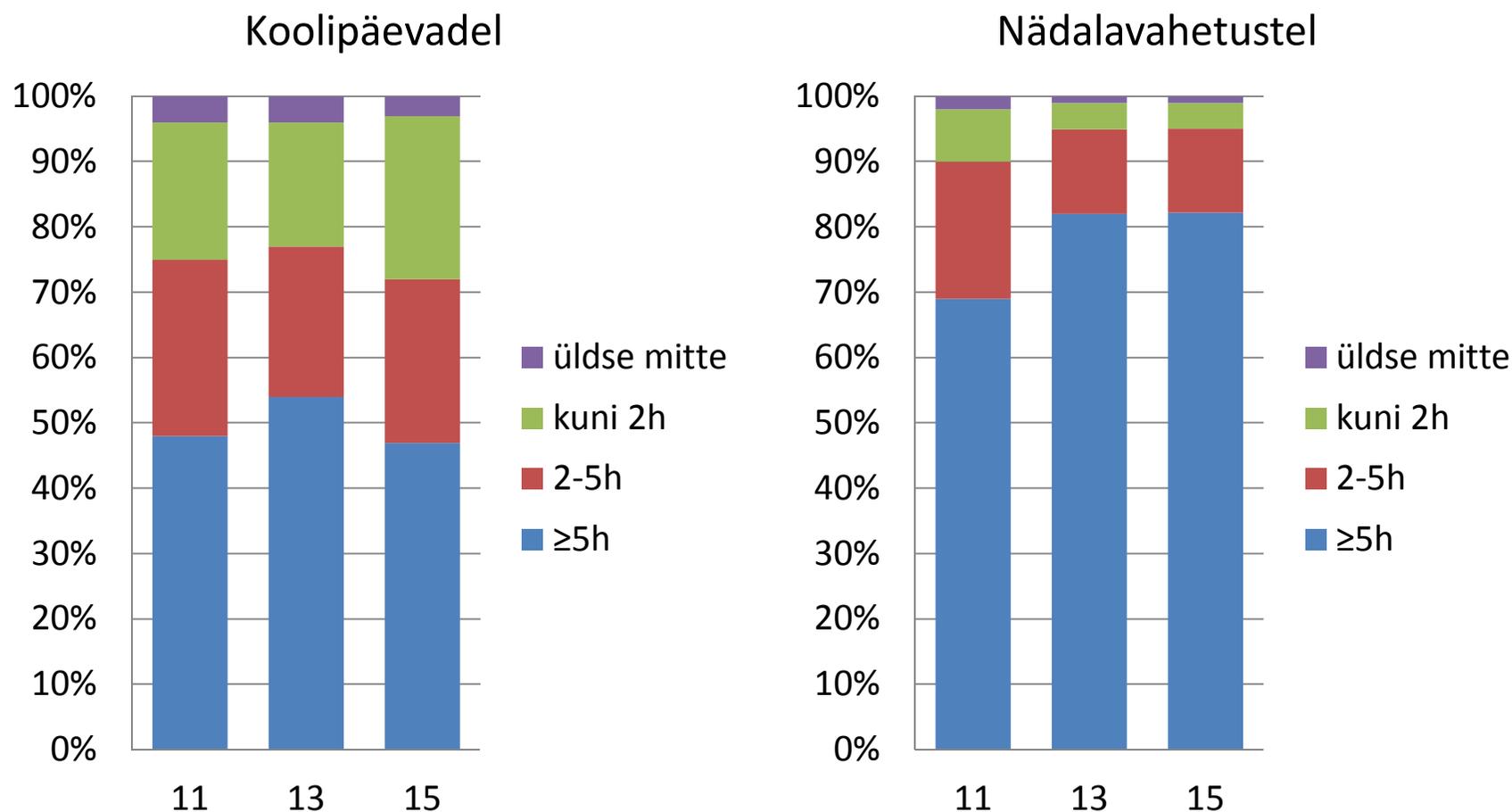
Vähemalt korra igal päeval puu- ja köögivilju söönute jaotus soo ja vanuse järgi (%)



HBSC 2002-2014, TAI

Valdav enamuse õpilasi veedab ekraani taga üle 2 tunni päevas

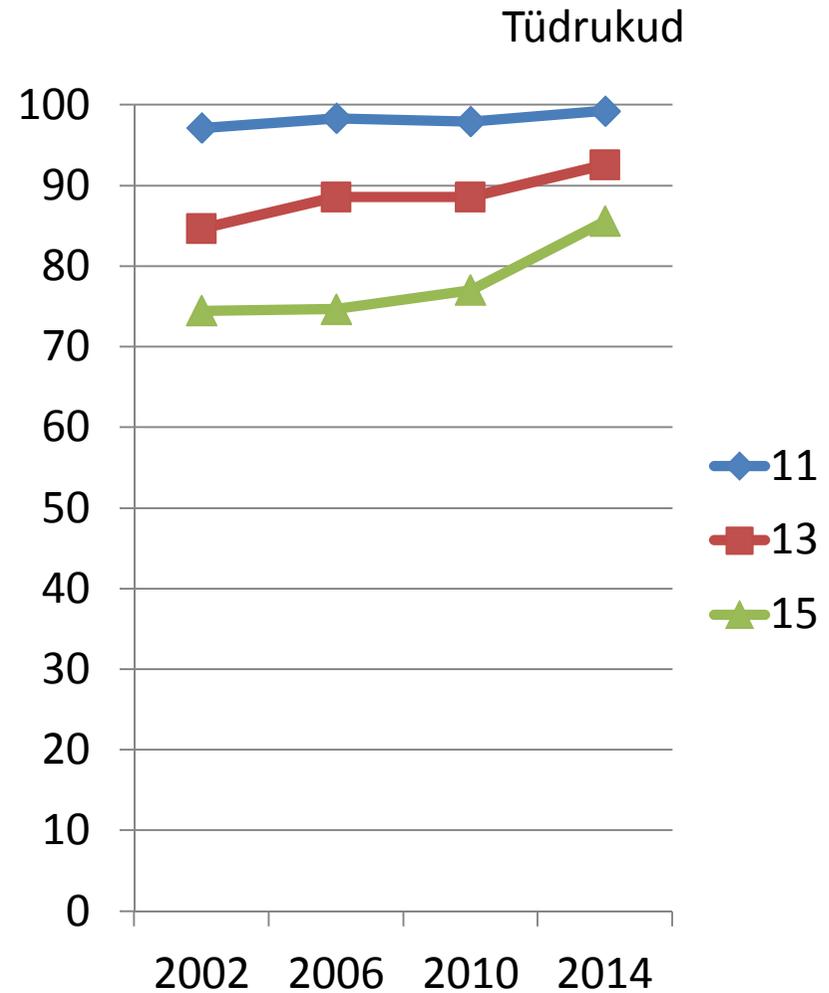
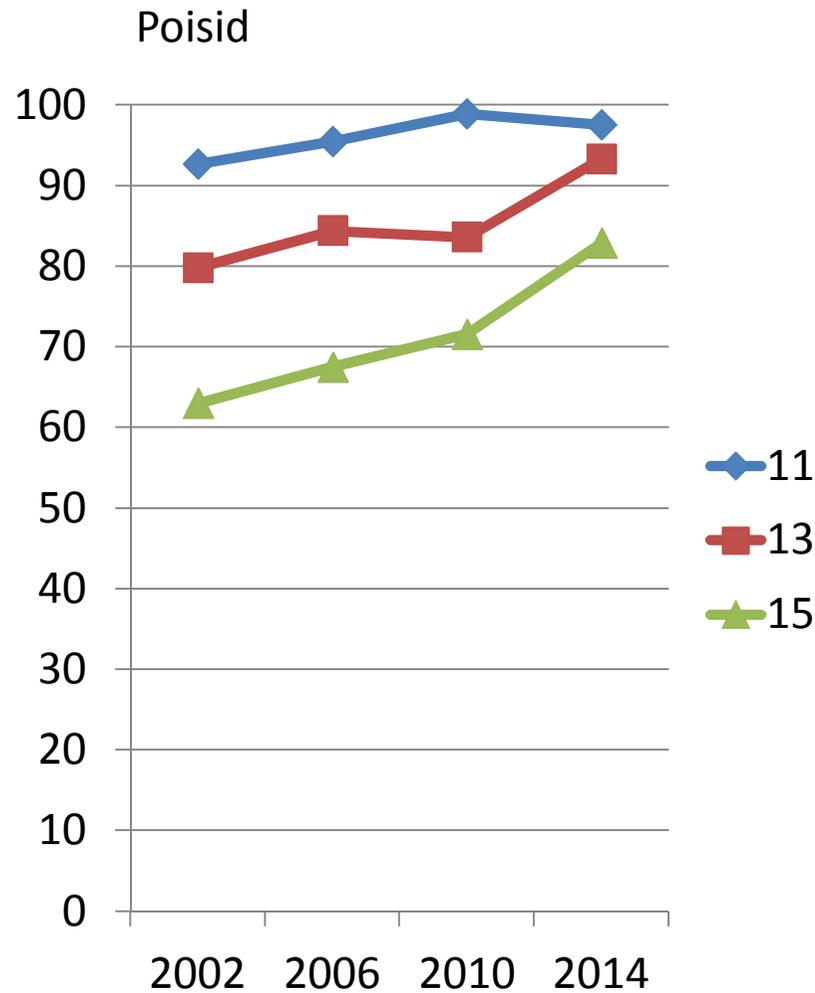
Vabal ajal ekraaniaeg tundides vanusgrupiti (TV, arvuti jm elektroonilised seadmed) 2014. a.



HBSC 2014, TAI

Mittesuitsetajate osakaal õpilaste hulgas on tõusutrendis

Mittesuitsetajate jaotus soo ja vanuse järgi (%)

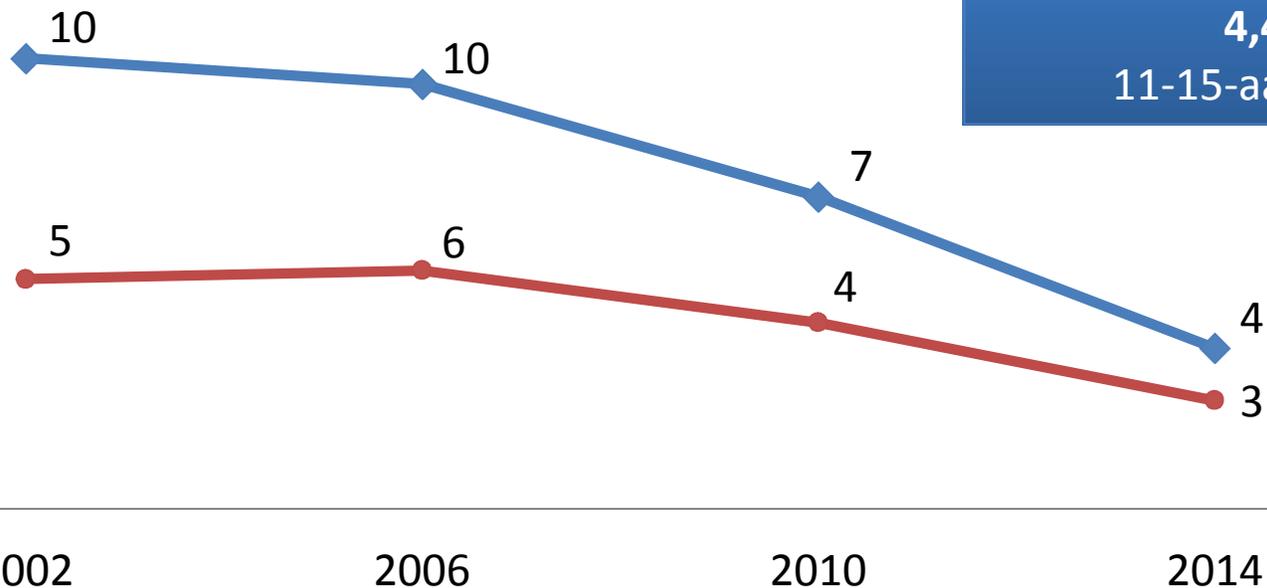


HBSC 2002-2014, TAI

Igapäevasuitsetajate osakaal õpilaste hulgas väheneb

Igapäevasuitsetajate osakaal 11-15-aastaste õpilaste
hulgas (%) soo järgi

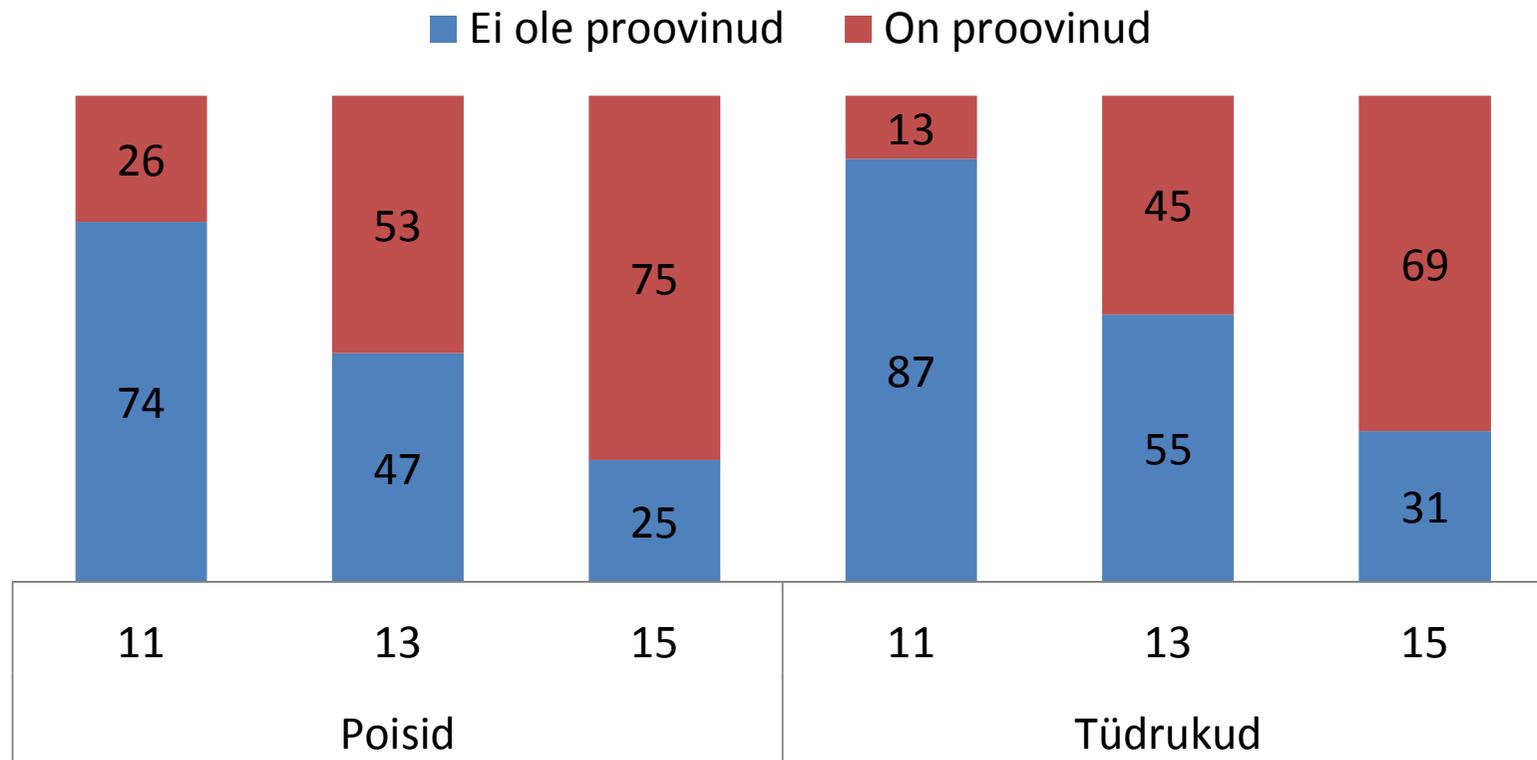
◆ Poisid ● Tüdrukud



2014. aastal tarvitas iga päev
ükskõik millist tubakatoodet
4,4%
11-15-aastastest

Huuletabakat on proovinud 13%, e-sigaretti 33%, vesipiipu 28% õpilastest

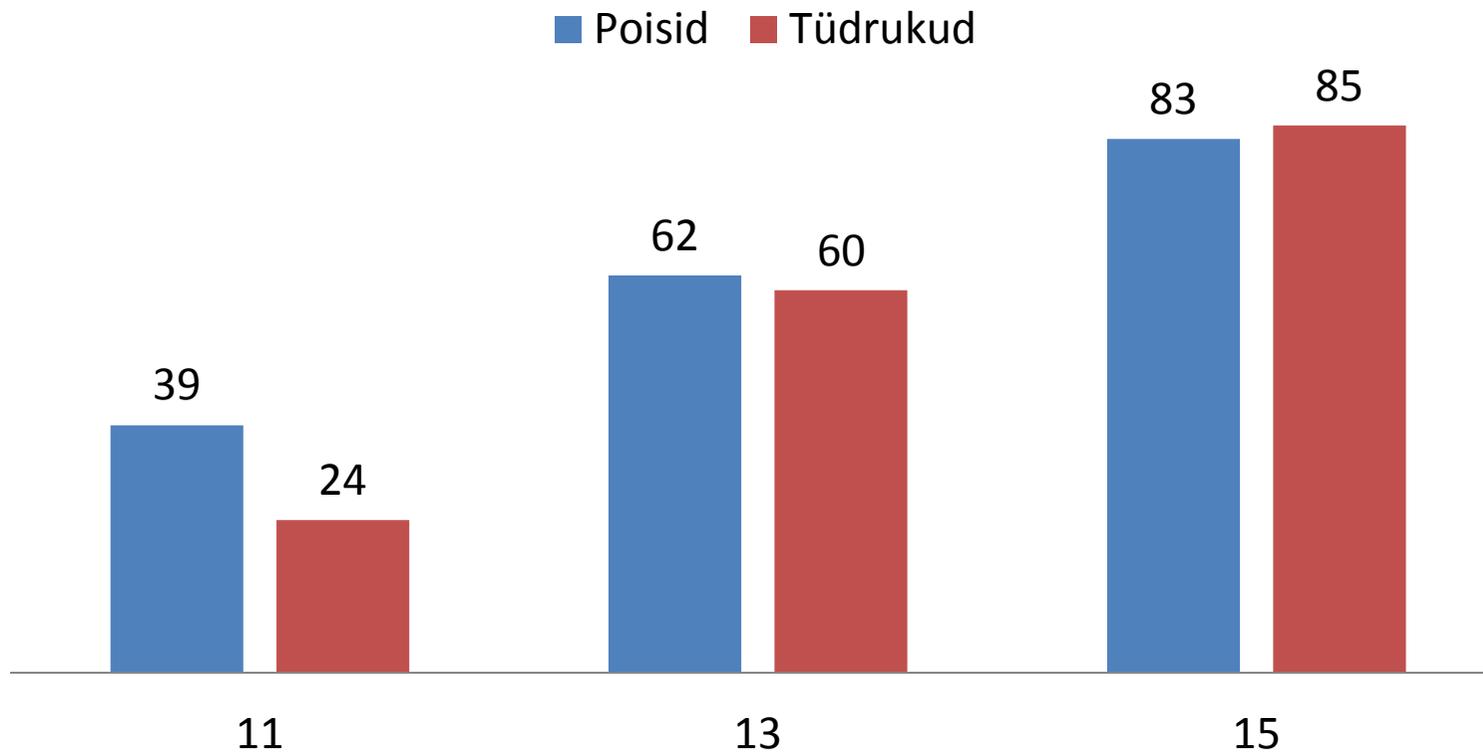
Ükskõik millist tubakatoodet proovinud (%) soo ja vanuse järgi 2014. aastal



HBSC 2014, TAI

Alkoholi proovitakse varases eas

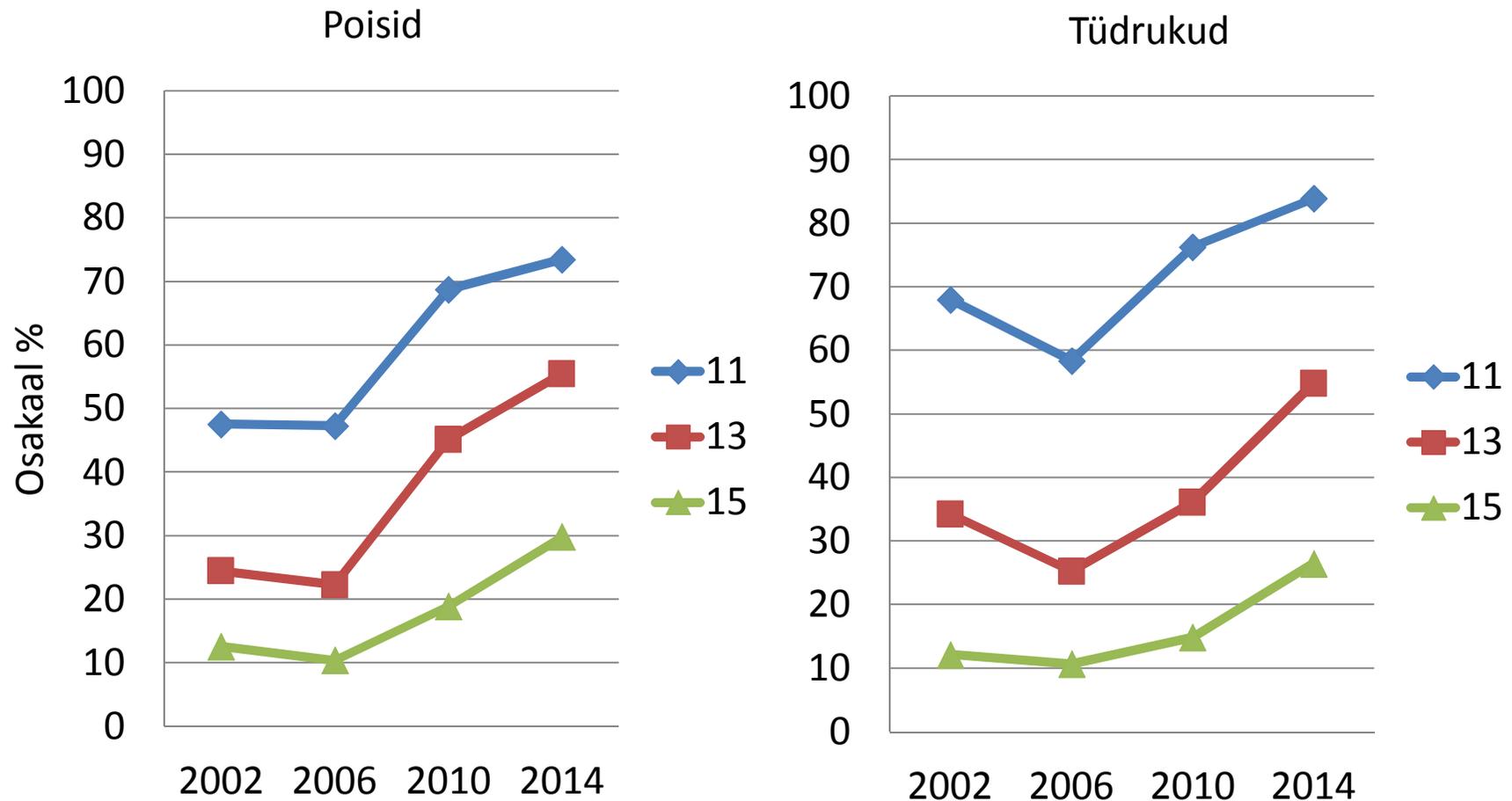
Alkoholi proovinute osakaal (%) soo ja vanuse järgi



HBSC 2014, TAI

Alkoholi mittetarvitanud õpilaste osakaal on kasvanud

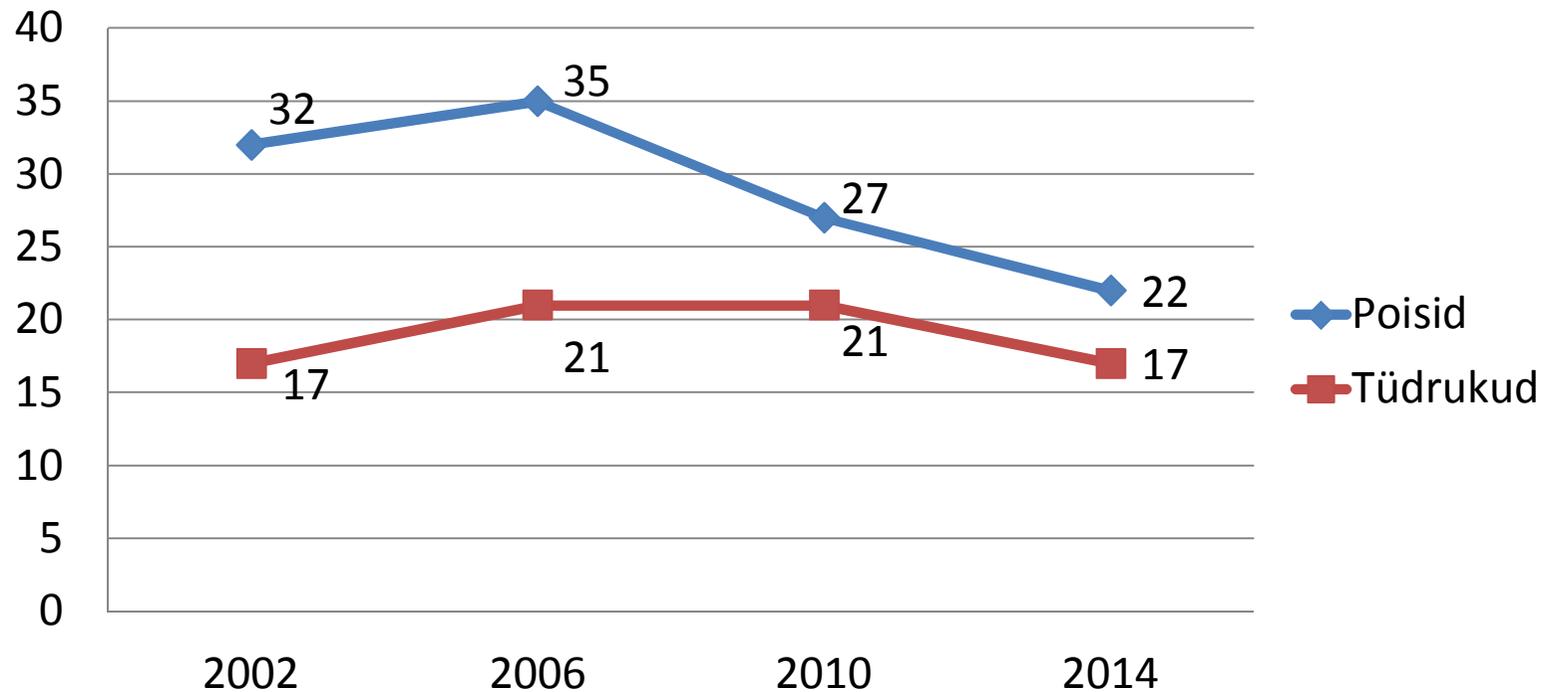
Mitte kunagi alkoholi tarvitanute jaotus (%) soo ja vanuse järgi



HBSC 2002-2014, TAI

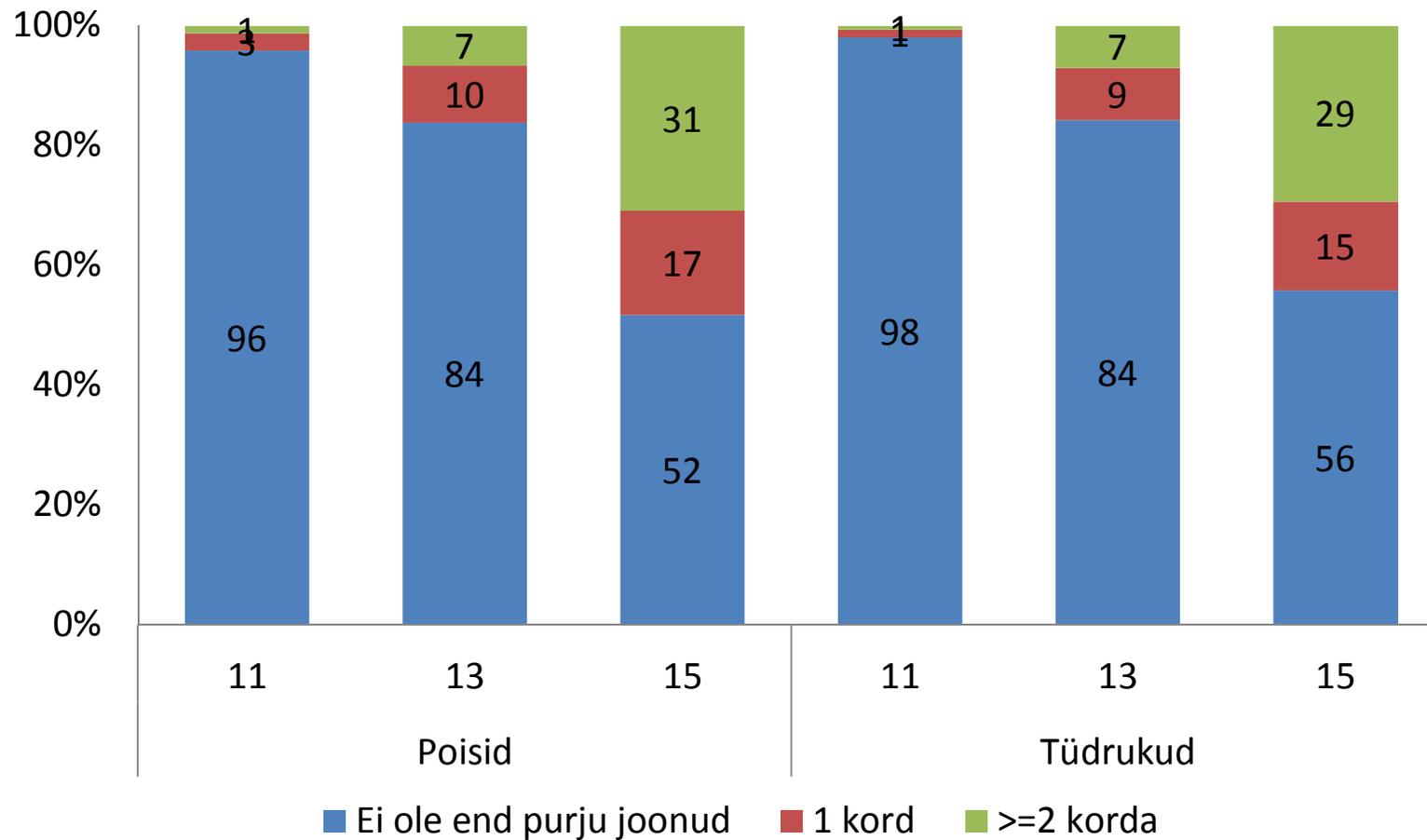
Õpilased alustavad **purju** joomisega hiljem

13-aastaselt või varem esimest korda purju joonute osakaal (%) soo järgi



HBSC 2002-2014, TAI

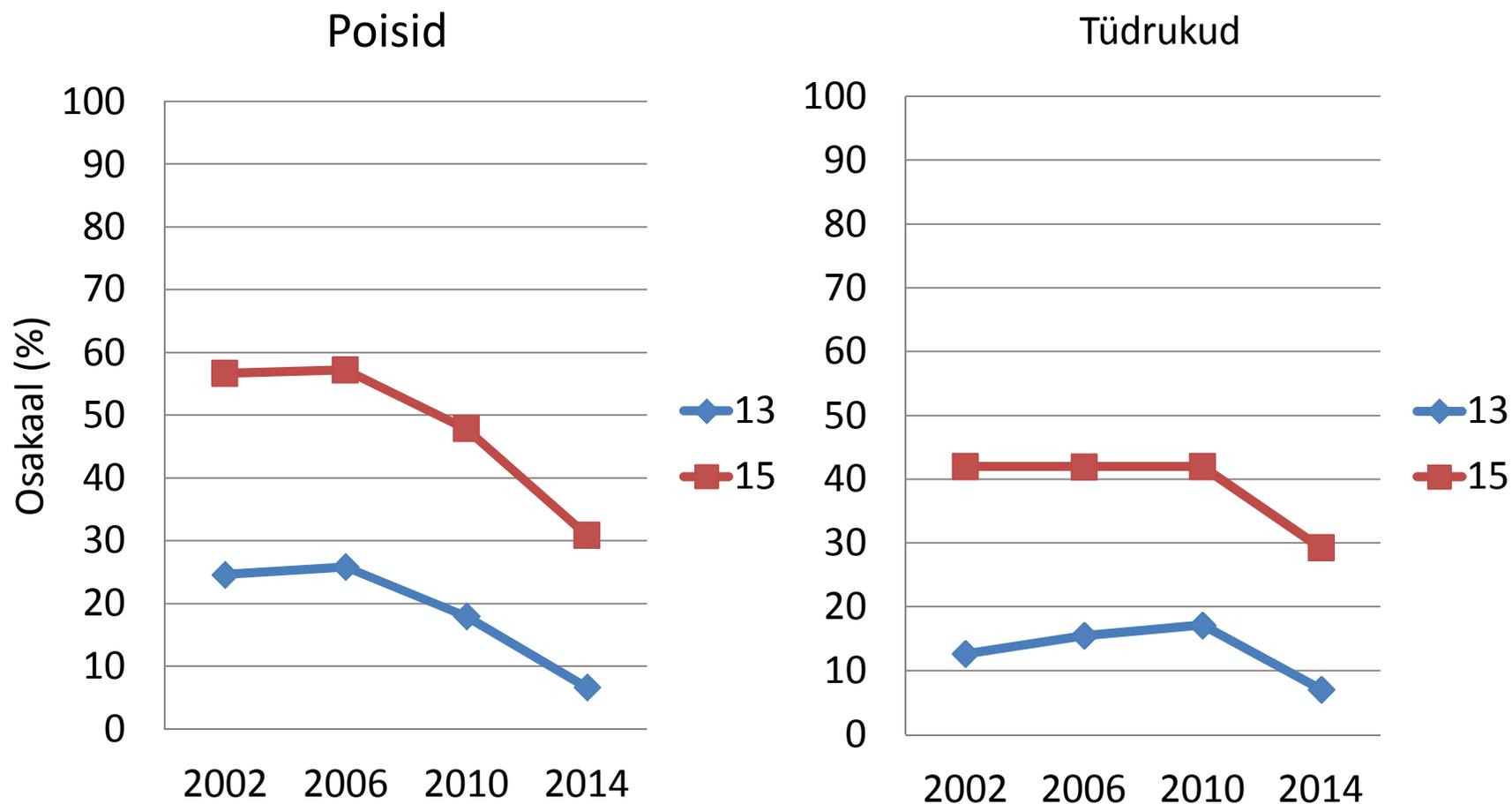
Purjus on olnud pea pooled 15 a õpilastest



HBSC 2014, TAI

Korduvalt purjutanud õpilaste osakaal on vähenenud

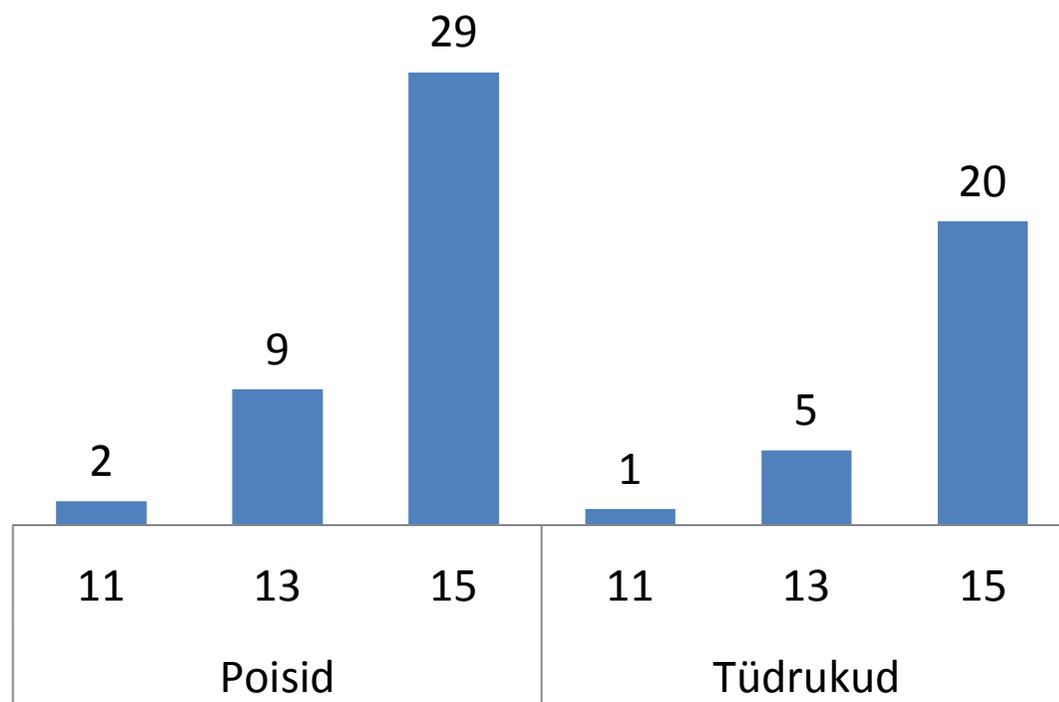
Kaks või rohkem kordi end purju joonute jaotus (%) soo ja vanuse järgi



HBSC 2002-2014, TAI

Kanepit on proovinud iga kümnes õpilane

Kanepit proovinud soo ja vanuse järgi (%)
2014. aastal



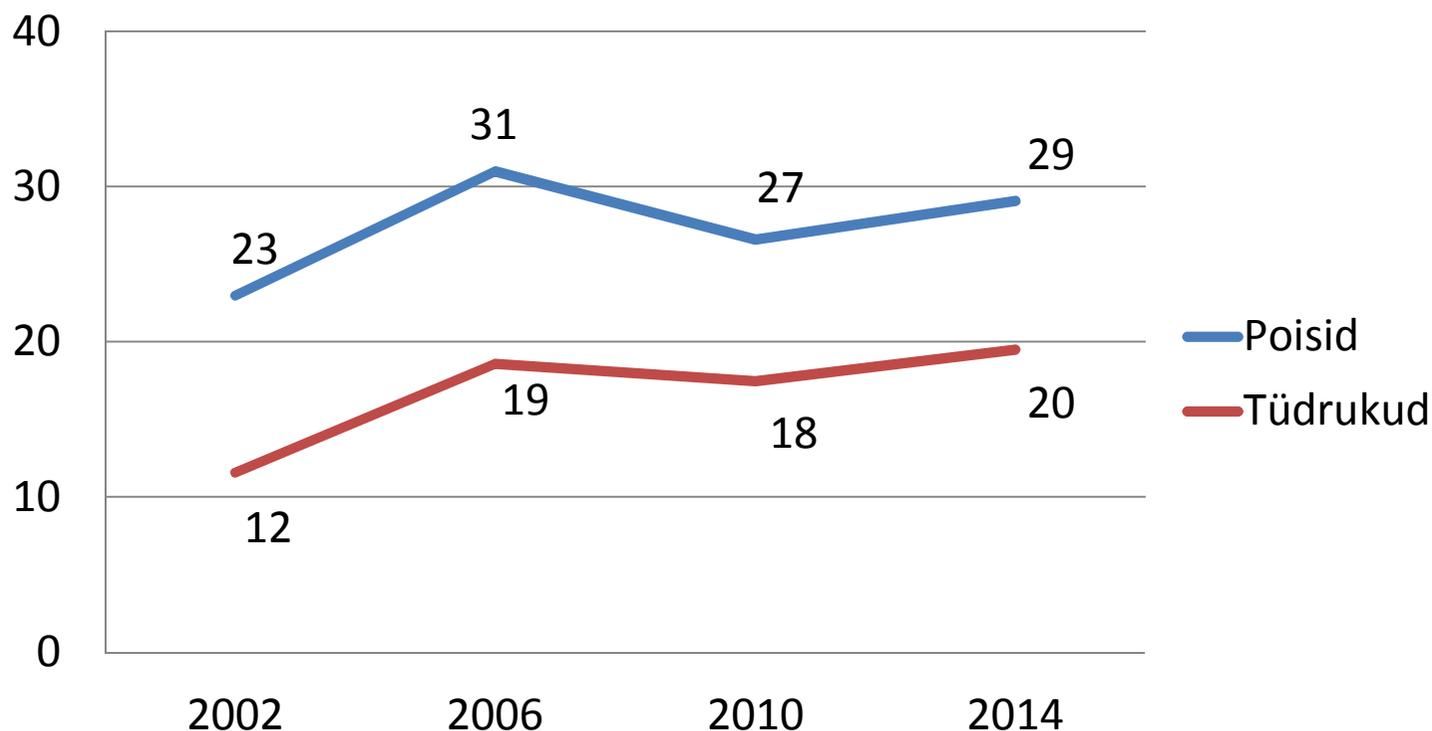
Erinevate uimastite
tarvitamine on
omavahel seotud.

Kanepit proovinutest on:

- 90% suitsetanud
- 94% tarvitanud alkoholi
- 74% olnud purjus

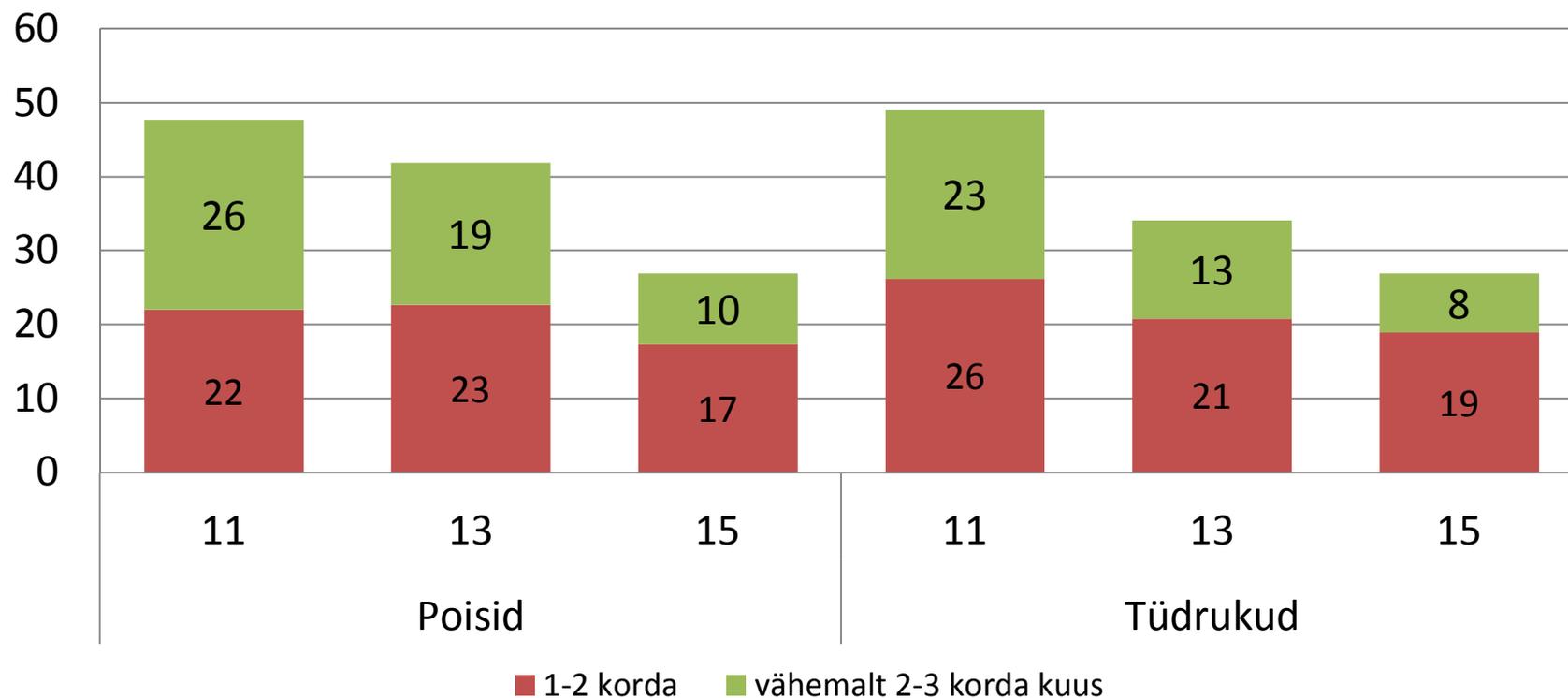
15-aastaste õpilaste kanepi proovimises muutusi pole toimunud

Elu jooksul vähemalt korra kanepit tarvitanud 15-aastased
soo järgi (%)



HBSC 2002-2014, TAI

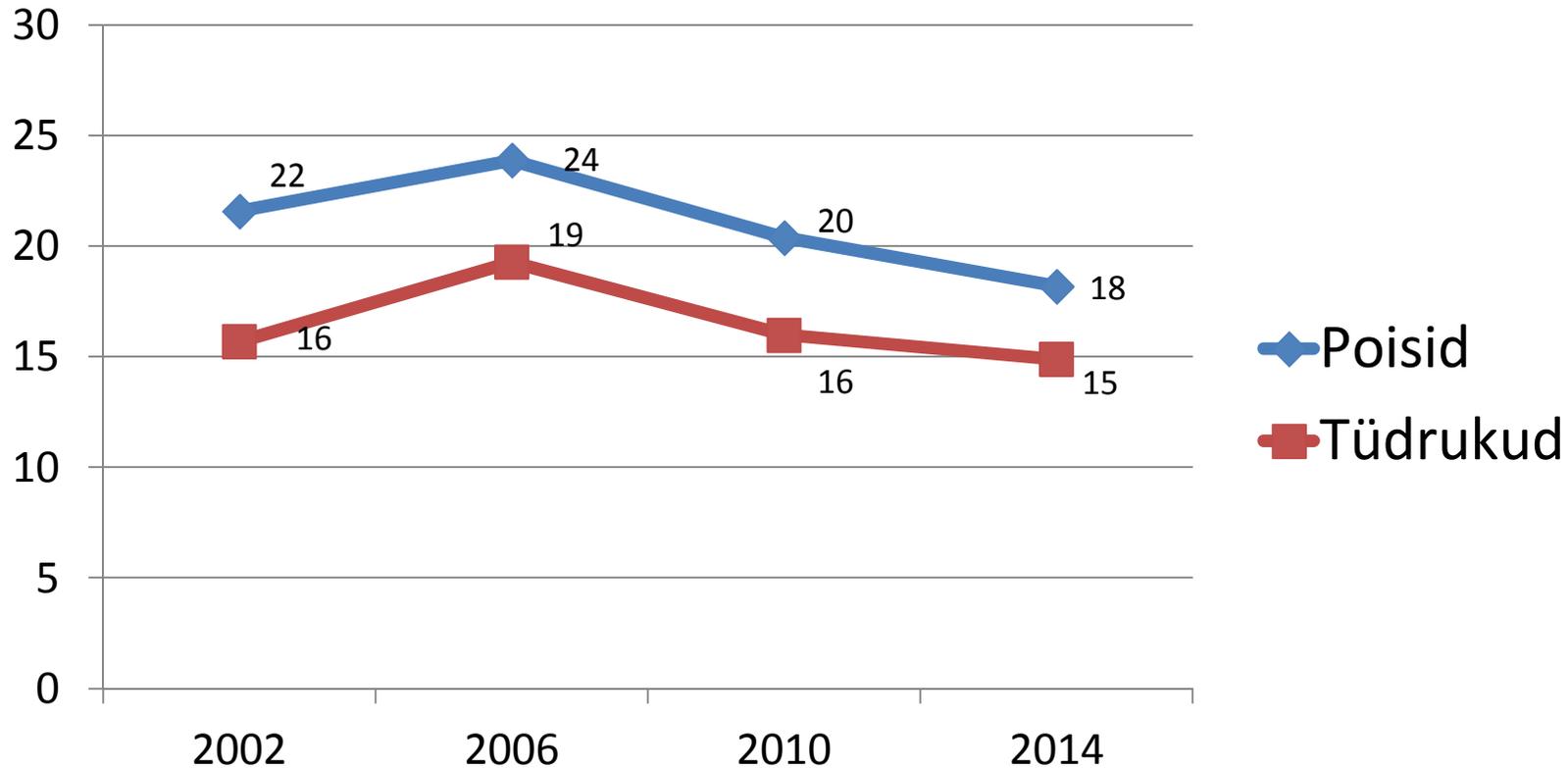
Pooled 11-aastastest on koolis kogunud kiusamist



Viimasel paaril kuul kaasõpilaste poolt kiusatud soo ja vanusgrupi järgi (%)
2014. aastal

HBSC 2014, TAI

Kiusamine koolis on vähenemas, kuid jätkuvalt tõsine probleem



Viimasel paaril kuul kaasõpilaste poolt kiusatud soo järgi (%) 11-15-aastaste hulgas

HBSC 2002-2014, TAI

Kokkuvõte I



Valdav enamus õpilasi (88%) hindab oma tervist heaks



Ülekaaluliste õpilaste osakaal ei ole kasvanud



Õpilaste tervisekäitumine on paranenud

Alkoholi ja tubaka proovimise vanus on tõusnud

Igapäevaste tubakatarvitajate osakaal on õpilaste hulgas vähenenud

Kokkuvõte II



Õpilased alustavad hiljem purju joomisega ja korduvalt purjutajate osakaal on vähenenud



Illegaalne narkootikum kanep ei ole noorte hulgas populaarsust kaotanud



Kiusamine koolis on vähenemas, kuid iga teine 11-aastane õpilane on kogenud kiusamist viimasel paaril kuul

Toetav keskkond kodus ja koolis on oluline:

- uimasteid tarvitavad enam noored, kes hindavad peresuhteid kehvemalt ja kooliga seotut negatiivsemalt



Aitäh ja sisukat päeva jätku!

Uuringutulemused on tabelitena kättesaadavad
Tervise Arengu Instituudi:
[kodulehel uuringute andmebaasis](#)