

Eesti noorte seksuaaltervis: teadmised, hoiakud ja käitumine.

Kokkuvõte

Liilia Lõhmus, Merili Tamson, Tiia Pertel, Katri Abel-Ollo, Kristi Rüütel
Tervise Arengu Instituut

Aruandes „Eesti noorte seksuaaltervis: teadmised, hoiakud ja käitumine“ esitatakse küsitlusuuringu „HIVI temaatikaga seotud teadmised, hoiakud ja käitumine Eesti noorte hulgas“ käigus kogutud andmeid. See uuring korraldati 2021. aastal kuuendat korda, viimane taoline uuring tehti kuus aastat tagasi, 2015. aastal. Uuringu eesmärk oli saada ülevaade HIVi levikuteede ja teiste seksuaalsel teel levivate infektsioonidega seotud teadmistest, arusaamadest ja hoiakutest, suhtumisest HIViga elavatesse inimestesse, noorte seksuaalkäitumisest ja seda mõjutavatest teguritest, HIV-testimise tasemest ning noortele pakutud seksuaalharidusest. Aruanne sisaldab nii 2021. aasta uuringu peamisi tulemusi kui ka olulisemate näitajate trende vahemikus 2003–2021.

Andmeid koguti koolide külastamise käigus elektroonse küsimustiku abil 2021. aasta oktoobrist kuni detsembrini. Uuringu aruanne kajastab 4965 üldhariduskoolide 7.–12. klassi ning kutsehariduskoolide 1.–4. kursuse õpilaste andmeid. Valdavalt on uuringus osalenud noored 14–18-aastased. Vastamismäär on 75%.

Tervis ja elulaad

Noortest 73% hindab oma tervist kas heaks või väga heaks ning 6% halvaks või väga halvaks. Vastajatest 34%-l võib esineda vaimse tervise probleeme.

Küsitlusele eelnenud nelja nädala jooksul tegeles kord nädalas või sagedamini spordiga 61% ja mõne muu hobiga 52% noortest. Kordagi ei sportinud 15% ning muude hobidega ei tegelenud 21% noortest. Vastajatest 50% mängis sel perioodil iga päev arvuti, nutitelefone või mõne muu elektroonikaseadmega ning 73% kasutas iga päev interneti vaba aja sisustamiseks. Noortest 14% veetis küsitlusele eelnenud nelja nädala jooksul vaba aega ka pubis, baaris või ööklubis.

Noortest 70% hindab vanemate omavahelisi suhteid soojadeks ja südamlikeks või üldiselt heaks. Noorte enda suhted on oma pere liikmete hulgas kõige paremad emaga.

Uimastite tarvitamine

Noortest 47% on proovinud elu jooksul tavalisi sigarette ning 17% on neid tarvitanud igapäevaselt. Suitsetamiskogemusega noored proovisid esimest korda sigaretti keskmiselt 13-aastaselt ning alustasid igapäevast suitsetamist 14-aastaselt. Tavalised sigaretid on asendunud muude tubakatoodetega, neist kõige levinum on e-sigaret. Küsitlusele eelnenud nelja nädala jooksul tarvitas e-sigareti 37% noortest (sh iga päev 8%), tavalist sigaretti 17% (sh iga päev 4%) ning muid tubakatooteid 15% (sh iga päev 4%). Kui vaadata

erinevaid tubakatooteid koos, siis kokku tarvitas mõnda tubakatoodet 40% noortest. Levinud on eri tubakatoodete koostarvitamine.

Noortest 72% on proovinud elu jooksul alkoholi ning 43% on end vähemalt korra purju joonud. Alkoholi tarvitanud noored proovisid alkoholi esimest korda keskmiselt 12-aastaselt ning jõid purju keskmiselt 14-aastaselt. Noortest 15% tarvitas küsitlusele eelnenud nelja nädala jooksul alkoholi üks kord nädalas või sagedamini, sama sagedusega jõi ennast purju 9%. Noortest 25% hindavad, et nende vanematel võib esineda probleeme alkoholi tarvitamisega, ning 11% arvavad, et paljud sõbrad ja tuttavad tarvitavad liiga palju alkoholi.

Noortest 31% on proovinud elu jooksul mõnda narkootikumi, neist 75% on teinud seda korduvalt. Narkootikumi tarvitanud noored proovisid seda esimest korda keskmiselt 15-aastaselt. Kanepitooted ja sissehingatavad ained (nt bensiin, liim, lakk, lahusti) on noorte hulgas kõige enam levinud. Narkootikumide tarvitajatest 59% on tarvitanud kanepitooteid (sh 32% korduvalt) ning 41% sissehingatavaid aineid (sh 22% korduvalt). Küsitlusele eelnenud nelja nädala jooksul tarvitas kanepitooteid noortest 7% ning muid narkootikume 3%. Vastajatest 13% märgivad, et nende perekonnas on inimesi, kes on proovinud või tarvitavad praegu narkootikume. Noortest 12% arvavad, et paljud sõbrad ja tuttavad on tarvitanud narkootikume.

Noored, kes on proovinud või tarvitavad uimasteid, on võrreldes mittetarvitajatega hinnanud

- enda suhteid vanematega ning vanemate omavahelisi suhteid madalamalt,
- oma tervist madalamalt.

Uimasteid tarvitanud noortel võib esineda

- suurema tõenäosusega vaimse tervise probleem,
- perekondades enam alkoholi ja narkootikumide tarvitamist.

Erinevate uimastite tarvitamine on omavahel seotud: noored, kes tarvitavad ühte uimastit, tarvitavad suurema tõenäosusega ka teisi.

Uuringuaastate võrdluses selgub:

↑ Vähenenud on elu jooksul sigaretti proovinud noorte hulk ning tõusnud on keskmine vanus esmakordsel proovimisel.

Vähenenud on elu jooksul nii alkoholi proovinud kui ka purju joonud noorte osakaal.

16–18-aastaste rühmas on nii gümnaasiumi- kui ka kutsekooliõpilaste hulgas tõusnud vanus, mil esimest korda alkoholi tarvitatakse ja purju juuakse. Põhikooliõpilaste (14–15-aastased) hulgas on mõnevõrra tõusnud esmakordse purju joomise vanus.

↔ Põhikooliõpilaste hulgas ei ole vanus alkoholi esmakordsel proovimisel muutunud. Narkootikumide tarvitamise tase noorte hulgas ei ole muutunud.

↓ Narkootikumide tarvitajate hulgas on tõusnud nende noorte osakaal, kes on elu jooksul korduvalt narkootikume tarvitanud.

Teadmised ja suhtumine HIViga inimestesse

Noortest 32% hindavad, et teavad hästi, mis on HIV. Erinevaid HIVi nakatumise viise koondava näitaja alusel on **39% noortel korrektsed teadmised HIVi levikuteedest**. Eraldi iga küsimust vaadates on õigeid vastuseid andnud noori rohkem. Kõige enam on noored

(83%) kursis sellega, et terve väljanägemisega inimene võib olla viirusekandja. 77% teab, et nakatumise riski on võimalik vähendada, kui kasutada iga seksuaalvahekorra ajal kondoomi, ning 68% teab, et inimene võib nakatuda, kui ta süstib süstlaga, mida on keegi enne teda kasutanud. Kõige vähem on noored (59%) teadlikud sellest, et olles seksuaalvahekorras ühe nakatumata ja truu partneriga, on võimalik HIVi nakatumise riski vähendada.

Noortest 24%-l ei ole ekslikke arusaamu HIVi levikust olmekontaktide kaudu.

Märkimisväärne osa noori (eri situatsioonide puhul 22–39%) ei oska öelda, kas olmekontaktide kaudu on võimalik nakatuda HIVi või mitte, ning suurel osal noortest on eksiarvamused HIVi leviku kohta igapäevaelu olukordades. Noortest 20% leiab, et HIViga inimesega ühist WCd kasutades võib ka ise nakatuda, sama palju on neid, kelle arvamuse kohaselt võib nakatuda, kui HIViga inimestega süüa samadest toidunõudest. Noortest 17% on arvamusel, et HIVi on võimalik nakatuda, kui ujuda viirusekandjaga koos ühes basseinis. Kõige vähem (6%) on noorte hulgas levinud valearusaam, et kallistades HIViga inimest võib ka ise nakatuda.

Noortest 7% leiab, et HIVi nakatudes kaotab elu mõtte, 6% arvab, et HIV ja AIDS on ainult narkootikume süstivate inimeste probleem, sama palju on ka neid, kes peavad HIVi ja AIDSi ainult homoseksuaalsete inimeste probleemiks.

Noortest 30% teab, et seksuaalsel teel levivad infektsioonid (STLId) levivad nii vaginaalse, anaalse kui ka oralse seksuaalvahekorra kaudu.

Kõige rohkem teavad noored (80%), et STLId levivad vaginaalse seksuaalvahekorra teel. Märkimisväärselt vähem teatakse oralsest (41%) ja anaalsest levikuteest (50%). **Noortest 31% teab korrektselt, kuidas vältida STLIdesse nakatumist.** Kõige enam (86%) ollakse kursis sellega, et kondoomi kasutamine aitab vältida STLIdesse nakatumist. Vastajatest 69% teab, et rasestumisvastased tabletid ei aita nakatumist vältida, ning 61% teab, et neid ei aita vältida ka katkestatud seksuaalvahekord. Kõige vähem teavad noored (39%), et emakasisene spiraal ei kaitse STLId eest.

Noortest 39% suhtub HIViga inimestesse tolerantsetl. Noorte hulgas on kõige rohkem (86%) neid, kes ei lõpetaks oma sõbra või tuttavaga suhtlemist, kui ta nakatub HIVi. Viiendiku võrra vähem vastajaid (68%) oleks nõus õppima või töötama ühes klassis või kollektiivis HIViga inimesega, 65% ei lõpetaks toiduainete ostmist poest, kus müüja on viirusekandja, ning 60% on neid, kes oleks nõus sööma viirusekandjaga ühes lauas. Neid, kes leiavad, et HIViga õpetaja võib koolis edasi töötada, on 59%.

- Noored, kellel on korrektsed teadmised HIVi levikuteedest ja kellel ei ole ekslikke arusaamu HIVi levikust olmekontaktide kaudu, suhtuvad HIViga inimestesse sallivamalt.
- Noored, kes ei seosta HIVi ja AIDSi mõne rahvastikurühmaga (narkootikume süstivad inimesed, LGBT inimesed), on sallivama suhtumisega HIViga inimestesse.

Uuringuaastate võrdluses selgub:

- ↑ Noorte hulgas on suurenenud salliv suhtumine HIViga elavatesse inimestesse. Gümnaasiuminoorte hulgas (16–18-aastased) on paranenud teadmised STLId e vältimise kohta.
- ↔ Põhi- (14–15-aastased) ja kutsekoolinoorte (16–18-aastaste) hulgas ei ole teadmiste tase STLId e vältimise meetoditest muutunud. Nende noorte hulk, kel on olmekontaktide kaudu HIVi leviku kohta ekslikke arvamusi, on jäänud samaks.



HIVI levikuteedest korrektsete teadmistega noorte hulk on vähenenud.

Vähenenud on teadmised HIVi leviku põhiteedest (nakatumine süstimise teel ja kaitsmata seksuaalvahekorra kaudu).

Seksuaalsuhted ja kondoomi kasutamine

Noortest 22% on elu jooksul olnud seksuaalvahekorras. Vanusega suureneb seksuaalvahekorra kogemusega noorte osakaal: kui 14-aastastest on seksuaalvahekorras olnud 7%, siis 18-aastastest 53%. Uuringus osalenud seksuaalvahekorra kogemusega valdavalt 14–18-aastased noored on **alustanud seksuaaleluga keskmiselt 15-aastaselt.** Seksuaalvahekorra kogemusega noortest **47% on oma elu jooksul olnud vahekorras rohkem kui ühe partneriga. Esimese vahekorra ajal kasutas kondoomi 71%** seksuaalvahekorra kogemusega noortest.

Noortest 19% on olnud seksuaalvahekorras küsitlusele eelnenud 12 kuu jooksul, neist 31% oli sel ajal vahekorras rohkem kui ühe partneriga. Viimase 12 kuu jooksul seksuaalvahekorras olnud noortest **76% oli sel ajal vahekorras püsipartneriga.** Püsipartneriga seksuaalvahekorras olnud noortest **40% kasutas viimase 12 kuu jooksul alati kondoomi, 59% kasutas kondoomi viimase vahekorra ajal.** Viimase 12 kuu jooksul seksuaalvahekorras olnud noortest **28% oli sel ajal vahekorras juhupartneriga.** Juhupartneriga vahekorras olnud noortest **49% kasutas viimase 12 kuu jooksul juhuvahekorras alati kondoomi. Viimase juhuseksi ajal kasutas kondoomi 65% noortest.** Viimases juhuvahekorras kondoomi kasutanutest 6% pani kondoomi peale enne seemnepurset ning 12%-l kondoom purunes või libises maha. Kokku 17% kas ei kasutanud kondoomi kogu vahekorra ajal ja/või kondoom libises maha või purunes. Kui arvestada see 17% maha nendest, kes kondoomi kasutasid, siis **turvaliselt käitus viimase juhuvahekorra ajal vaid 48%.** Juhupartneriga vahekorras olnud noortest 51% ei kasutanud viimase aasta jooksul alati juhuvahekorras kondoomi, 35% ei kasutanud viimase juhuvahekorra ajal. Kogu valimist moodustasid **viimase aasta jooksul juhusuhetes riskeerivalt käituvad noored 3% ning viimase juhuvahekorra ajal riskeeris 2% valimist.**

Viimase 12 kuu jooksul seksuaalvahekorras olnud noortest 61% kasutas **viimase vahekorra ajal kondoomi, 39% ei kasutanud.** Kogu valimist moodustavad mittekasutajad 7%. Kõige sagedamini on **kondoomi kasutamata jätmise põhjuseks kindel partner ja vastastikune usaldus.** Sagedamini nimetati ka muude rasestumisvastaste vahendite kasutamist, mõnutunde vähenemist kondoomi kasutamise ajal ja katkestatud seksuaalvahekorda.

Seksuaalvahekorras olnud noortest 30% on olnud vahekorras partneriga, kellega tutvuti interneti või mobiiliäpi kaudu, 12% on olnud vahekorras samast soost partneriga ning 3% partneriga, kes süstib või on kunagi süstinud narkootikume.

Gümnaasiumi- ja kutsekoolinoorte (16–18-aastased) andmetest selgub, et võrreldes noortega, kellel ei ole seksuaalvahekorra kogemust, on seksuaalvahekorras olnud noorte hulgas

- rohkem levinud tubakatoodete, alkoholi ja narkootikumide tarvitamine,
- paremad teadmised HIVi ning teiste STLIde levikuteedest ja vältimise meetoditest.

Noored, kellel on küsitlusele eelnenud 12 kuu jooksul olnud mitu partnerit, tarvitavad rohkem uimasteid. Juhupartneriga seksuaalvahekorras olnud noorte hulgas on rohkem uimastite tarvitajaid.

Noored, kes ei kasutanud esimese või viimase vahekorra ajal kondoomi, hindasid oma üldist tervist madalamalt ning nende hulgas võivad olla rohkem levinud vaimse tervise

probleemid (ei tulnud esile viimase vahekorra puhul). Samuti tarvitasid nad rohkem uimasteid, erinevus kondoomi kasutanud noortega tuleb eelkõige esile seoses tubakatoodete ja narkootikumide tarvitamisega.

2021. aastal hinnati selles vanuses noorte hulgas **kondoomiga seotud hoiakuid** esimest korda. Selleks kasutati mitmefaktorilist kondoomiga seotud hoiakute skaalat (MFACS) (1, 2), mille abil mõõdeti noorte hinnanguid kondoomide tõhususele (hinnang kondoomidele kui kaitsevahenditele HIVi ja STLIdesse nakatumise ennetamiseks ning rasestumisest hoidumisel), tunnetuslikule komponendile (nt mugavus, puhtus, põnevus) ning kasutatavusele (nt kättesaadavus, kasutamise lihtsus ja käepärasus). Selle skaala järgi selgus 16–18-aastaste andmetest, et

- seksuaalvahekorra kogemusega noored hindavad madalamalt kondoomide tunnetuslikku komponenti ja kõrgemalt kondoomide kasutatavust,
- mitme partneriga noored suhtuvad kondoomidesse negatiivsemalt,
- noortel, kes ei kasutanud esimese või viimase vahekorra ajal kondoomi, on kondoomide suhtes negatiivsemad hoiakud.

Uuringuaastate võrdluses selgub:

↑ Nii kogu elu kui ka viimase 12 kuu jooksul seksuaalvahekorras olnud noorte osakaal on vähenenud.

Juhupartneriga vahekorras olnud noorte osakaal on langustrendis.

Mitme partneriga noorte osakaal on vähenenud.

↔ 14–18-aastaste vastajate keskmine vanus esimese seksuaalvahekorra ajal on püsitud stabiilne.

Püsipartneriga vahekorras olnud noorte osakaal on läbi küsitlusaastate püsitud ühtlasel tasemel.

Kutsekooliõpilaste (16–18-aastaste) puhul on nii püsi- kui ka juhupartneritega vahekorras olnud noorte osakaal püsitud samal tasemel.

Viimase 12 kuu jooksul on püsipartneriga seksuaalvahekorras kondoomi kasutamine püsitud samal tasemel (nii aasta jooksul järjepidev kasutamine kui ka viimase vahekorra ajal).

↓ Kuni 2015. aastani tõusis kondoomi kasutamise tase esimese vahekorra ajal, võrreldes 2015. aastaga on näitaja vähenenud, kõige drastilisem negatiivsem muutus on toimunud põhikooliõpilaste hulgas.

Viimase 12 kuu jooksul on juhuvahekorras kondoomi kasutamise tase vähenenud või püsitud suuremate muutusteta. Kondoomi kasutamise taset mõõdetakse mitme näitajaga ning osa neist annab märku riskikäitumise suurenemisest: kutsekoolinoorte hulgas on vähenenud kondoomi järjepidev kasutamine ning gümnaasiuminoorte hulgas kondoomi kasutamine viimase juhuvahekorra ajal.

Kui varem on juhupartneriga kondoomi järjepideva kasutamise tase olnud märgatavalt kõrgem kui püsipartneri puhul, siis gümnaasiumiastme noorte hulgas suurt erinevust enam märgata ei ole. Sama trend tuleb esile ka viimase vahekorra andmetes.

HIV-testimine

Noortest 3% on HIVi suhtes varem testitud, sh on 2% testitud viimase 12 kuu jooksul. Seksuaalvahekorra kogemusega noortest on HIVi suhtes testitud 11%, sh 7% viimase 12 kuu jooksul. Kõige sagedamini käivad noored testimas eriarsti (nt naha- ja suguhaiguste arsti, naistearsti) juures.

Kõige rohkem teavad noored, et HIV-testi on võimalik teha HIVi nõustamise ja testimise kabinetis. Kõige vähem noori on kursis HIV-testi tegemise võimalusega perearsti vastuvõtule minnes. Väga palju noori on teadmatuses, millistes testimiskohtades on võimalik HIV-testi teha ja millistes mitte. Kõige rohkem teadmatust on seotud perearsti vastuvõtu ning noorte nõustamiskeskuse/seksuaaltervise kliinikuga.

Elu jooksul HIVi suhtes testitud noored tajuvad ka ise oma võimalikku riskikäitumist. Testitute hulgas on võrreldes ülejäänud noortega rohkem

- seksuaalvahekorra kogemusega noori;
- neid, kes on seksuaalpartneri leidnud interneti teel või mobiiliäpi kaudu;
- neid, kes on olnud seksuaalvahekorras narkootikume süstivate inimestega;
- mitme seksuaalpartneriga noori.

Uuringuaastate võrdluses selgub:

⇔ HIV-testimise tase nii kõikide noorte kui ka seksuaalvahekorra kogemusega noorte hulgas on püsitud ühtlasena.

Seksuaalne väärkohtlemine

Seksuaalset väärkohtlemist uuriti selle uuringu raames esimest korda. 7.–9. klassi ning 10.–12. klassi ja kutsekoolinoorte käest küsiti andmeid mõnevõrra erinevalt.

Põhikoolinoortest (14–15-aastased) üle 10% on kogenud seksuaalset ahistamist, alla 10% seksuaalset väärkohtlemist internetis ning 2% on kogenud seksuaalvägivalda. **Kokku vähemalt ühel korral on mõnda seksuaalse väärkohtlemise olukorda kogenud 28%** põhikoolinoortest.

Gümnaasiumi- ja kutsekoolinoortest (16–18-aastased) 41% on kogenud seksuaalset ahistamist (kõige sagedamini käperdamist), 16% seksuaalvägivalda ning 10% seksuaalset väärkohtlemist internetis. **Kokku on vähemalt ühel korral mõnda seksuaalse väärkohtlemise olukorda kogenud 45%** gümnaasiumi- ja kutsekoolinoortest.

Noored, kes on kogenud elu jooksul seksuaalset väärkohtlemist, hindavad oma suhteid vanematega ning vanemate omavahelisi suhteid kehvemaks, oma tervist halvemaks ning neil võivad sagedamini esineda vaimse tervise probleemid. Seksuaalset väärkohtlemist kogenud noored ise ja ka nende pereliikmed on enam tarvitanud uimasteid. Nende hulgas on rohkem seksuaalkogemusega noori ning neid, kellel on seksuaalsuhteid suurema riskiga partneritega (interneti või mobiiliäpi kaudu kohatud partnerid, narkootikume süstivad inimesed, juhupartnerid).

Seksuaalharidus

2021. aastal uuriti esimest korda põhjalikumalt **suhete, seksuaalsuse ja seksuaaleluga seotud teemade** käsitlemist koolis, vanematega ning sõpradega suhtluses. Uuringus välja pakutud teemad on **enam käsitlust leidnud koolis ja kõige vähem on nendest räägitud**

kodus oma vanematega. Sarnast suundumust peegeldab ka noorte hinnang teemade käsitlemise põhjalikkusele.

Kõigi kolme uuritava rühma (põhikooli-, gümnaasiumi- ja kutsekooliõpilased) hinnangul on enam räägitud murdeest ja selles eas toimuvatest muutustest, seda nii koolis, kodus kui ka sõprade hulgas. Sageduselt järgmisel kohal on seksuaalsus ja selle tähendus inimese elus ning seksuaalne areng ja seksuaalkäitumine. Järgnevad rasestumise ja rasedusega seotud teemad, kondoomi kasutamine ning see, kuidas teha nii, et suhted hästi toimiksid. Kõigis kolmes rühmas on vähem leidnud käsitlust järgmised kolm teemaderingi:

- 1) seksuaalsusest rõõmu tundmine, nauding ning eneserahuldamine;
- 2) partneriga rääkimine ja enesekehtestamine – kuidas rääkida partneriga seksist ja rasestumisvastastest vahenditest, (kaitsmata) seksuaalvahekorra keeldumine;
- 3) papilloomiviiruse-/emakakaelavähivastane vaktsineerimine.

Kõige enam noori (44–56%) leidis, et koolis käsitleti võrdselt nii suhete, seksuaalsuse ja seksuaaleluga seotud positiivseid külgi kui ka kaasnevaid ohte ja probleeme. Noortest 5–15% leidis, et käsitleti peamiselt nende teemade positiivseid külgi. Erandina paistavad silma gümnaasiuminoored oma negatiivsema hinnangu poolest – neist pooled leidsid, et koolis käsitleti pigem suhete, seksuaalsuse ja seksuaaleluga seotud teemadega kaasnevaid ohte ja probleeme.

Kõige levinum on noorte hinnangul passiivne õppevorm suhete, seksuaalsuse ja seksuaaleluga seotud teemade käsitlemisel, st õpetaja peab loengut ja jagab infot. Noorte hinnangul tehakse koolides kõige vähem praktilisi harjutusi (nt rollimänge, kondoomi peale panemise harjutamist mulaažile). **Noortest üle 40% hindab siiski koolis nende teemade käsitlemise kvaliteeti heaks või väga heaks**, veidi üle kümnendiku aga peab teemade käsitlemist halvaks või väga halvaks. Suhete, seksuaalsuse ja seksuaalelu teemade käsitlemise parandamiseks **koolis soovivad noored kõige enam, et käsitletaks rohkem teemasid, käsitlus oleks tõsisem ning sellele pühendataks rohkem aega**, aga soovitakse ka rohkem näiteid reaalsest elust ning positiivsemat lähenemisviisi. Vähem noori soovivad, et vanemad oleksid rohkem seotud sellega, mida koolis õpitakse, ning et nende teemade käsitlemist alustataks hilisemas eas (vanemates klassides).

Noored ise tahaksid kõige meelsamini saada teavet suhete, seksuaalsuse ja seksuaalelu teemadel **sõpradelt, koolist või vanematelt**. Võrreldes põhi- ja kutsekoolinoortega gümnaasiuminoorte arvamus veidi erineb, nende kolme olulisema infoallika hulgas on vanemate asemel noortele suunatud veebilehed, sotsiaalmeedia või mobiiliäpp. Kõige vähem soovitakse neil teemadel teavet saada kampaaniate kaudu, noortele suunatud telefoniliinilt, ajalehtedest ja ajakirjadest ning HIVi nõustamise ja testimise kabinetist.

Kutsekool vs. gümnaasium

2015. aastal kaasati uuringusse esmakordselt kutsekoolides õppivad 16–18-aastased noored ja juba siis paistis silma kutsekoolides õppivate noorte erinevus gümnaasiuminoortest, eriti uimastite tarvitamisega seoses (3). Sarnane trend tuli esile ka 2021. aasta uuringu andmetest.

Võrreldes gümnaasiuminoortega on **kutsekooli 16–18-aastaste noorte hulgas** 2021. aasta andmetel

- rohkem elu jooksul **sigarette** proovinud noori (54% vs. 72%) ning üle kahe korra enam sigarette igapäevaselt tarvitanud noori (17% vs. 45%). Prooviti varem sigaretti (keskmine vanus vastavalt 14 ja 12,7 aastat) ning alustati varem igapäevast suitsetamist (keskmine vanus vastavalt 15,2 ja 14,8 aastat);
- rohkem küsitlusele eelnenud nelja nädala jooksul e-sigaretti suitsetanud noori (42% vs. 55%);

- rohkem elu jooksul **alkoholi** proovinud noori (83% vs. 87%) ning purju joonud noori (63% vs. 74%). Prooviti varem alkoholi (keskmised vanused vastavalt 13,4 ja 13,0 aastat) ning joodi varem esimest korda purju (keskmise vanus vastavalt 15 ja 14,5 aastat), samuti tarvitati küsitlusele eelnenud nelja nädala jooksul sagedamini alkoholi – üks kord nädalas või sagedamini tarvitati alkoholi vastavalt 22% ja 29%, sama sagedusega joodi ennast purju vastavalt 13% ja 22%;
- rohkem noori, kelle hinnangul võib nende vanematel esineda probleemne alkoholi tarvitamine (26% vs. 31%);
- rohkem elu jooksul **narkootikume** tarvitanud noori (34% vs. 47%). Prooviti varem narkootikume (keskmise vanus vastavalt 15,5 ja 15,2 aastat);
- rohkem küsitlusele eelnenud nelja nädala jooksul narkootikume tarvitanud noori (10% vs. 18%);
- rohkem erinevate ainete tarvitajaid: elu jooksul narkootikume tarvitanutest tarvitas kanepitooteid vastavalt 73% ja 81%, *ecstasy*'t vastavalt 16% ja 28%, amfetamiini, metamfetamiini vastavalt 12% ja 23%, GHBd/GBLi vastavalt 4% ja 9%, *poppers*'it vastavalt 4% ja 8%;
- kehvemad **teadmised** HIVi levikuteedest – korrektsete teadmistega noori vastavalt 60% ja 44%;
- vähem noori, kellel ei ole ekslikke arusaamu HIVi levikust olmekontaktide kaudu (39% vs. 20%);
- kehvemad teadmised STLIde vältimise meetoditest – korrektsete teadmistega noori vastavalt 57% ja 39%;
- vähem HIViga elavatesse inimestesse sallivalt suhtuvaid noori (58% vs. 33%);
- levinud kondoomide suhtes negatiivsem hoiak – üldine kondoomidega seotud hoiakute skoor vastavalt 71,5 ja 66,8 (negatiivsemad hoiakud ka kõikides eraldi faktorites);
- rohkem **seksuaalvahekorra** kogemusega noori (33% vs. 55%) ning küsitlusele eelnenud 12 kuu jooksul seksuaalvahekorras olnud noori (29% vs. 43%). Seksuaallega alustati varem (keskmise vanus esimese vahekorra ajal vastavalt 15,7 ja 15,2 aastat);
- rohkem seksuaalpartnereid elu jooksul (keskmise partnerite arv vastavalt 2,6 ja 3,5);
- rohkem küsitlusele eelnenud 12 kuu jooksul mitme partneriga vahekorras olnud noori (28% vs. 37%);
- vähem esimese seksuaalvahekorra ajal kondoomi kasutanud noori (76% vs. 68%);
- rohkem HIVi suhtes testitud noori (4% vs. 9%).

Koroonapandeemia võimalik mõju andmetele

Uuringu andmed koguti COVID-19 pandeemia tingimustes 2021. aasta sügisel. See oli noorte jaoks piiratud sotsiaalse suhtlemise aeg (haiguse kolde korral distantsõpe, eneseisolatsioon, suletud meelelahutusasutused). Sellele eelnes veelgi rangemate tingimustega 2020. aasta kevad (kehtisid liikumispäringud kogu ühiskonnas) ja 2021. aasta kevad (kõik õpilased olid distantsõppel, huviringid ei toimunud). Meie uuringu sihtrühm on 14–18-aastased noored. Selles vanuses toimuvad kiired sotsiaalsed, emotsionaalsed ja füüsilised muutused. Oluliseks muutuvad suhted vastassoost eakaaslastega ja sõprusrühmades ning selle eelduseks on tihe omavaheline suhtlus ja koosviibimine, mis sai pandeemia tingimustes tõsiselt häiritud. Sageli alustatakse selles vanuses seksuaallega, võidakse tarvitada esimest korda uimasteid.

Me ei küsinud oma uuringus noortelt otse, kuidas pandeemia nende igapäevast elu, harjumusi, elustiili ja suhtlust mõjutas, kuid mõningad muutused andmetes võivad viidata pigem keskkonnast tulenevate tingimuste mõjule, mitte muutuste loomulikule protsessile. Praegu võime vaid oletada, kuid hinnangu 2021. aasta andmetele saame paremini anda 2025. aastal korduva uuringu andmetele toetudes.

Eelmise uuringuaastaga (2015) võrreldes on vähenenud uimastite tarvitamine, eelkõige tavaliste sigarettide suitsetamine ja alkoholi tarvitamine. Paljud protsessid on alguse saanud küll juba 2010. aastast ja on seotud ka teiste teguritega, kuid alates 2015. aastast toimunud muutused on suuremad, eriti põhikoolinoorte (14–15-aastaste) hulgas. Samuti on märkimisväärselt tõusnud uimastite tarvitamisega alustamise vanus. Vähenenud on küsitlusele eelnenud nelja nädala jooksul uimastite tarvitamine. Üheks võimaluseks uimastite tarvitamisel on pubid, baarid ja ööklubid. Kuigi noored on neid kohti alates 2007. aastast vähem külastama hakanud (andmeid küsiti viimase nelja nädala kohta), siis eriti järsk langus on toimunud kahe viimase uuringuaasta võrdluses gümnaasiumi- ja kutsekoolinoorte hulgas.

Narkootikumide tarvitamise puhul on üldine tarvitamise tase püsitud enam-vähem muutumatuna kõigi küsitlusaastate jooksul. Tarvitajate hulgas on tõusnud korduvat tarvitajate osakaal, eriti järsult viimase kahe uuringuaasta võrdluses ja väga suurel määral põhikoolinoorte hulgas. Seda võib seletada asjaoluga, et ühiskonna piirangute tõttu puudus võimalus uute tarvitajate lisandumiseks (suuremaid üritusi ja kogunemisi ei toimunud ning noorte juurdepääs narkootikumidele oli piiratud), kuid juba varem narkootikumide tarvitanud noored jätkasid tarvitamist. 2021. aastal veebikeskkonnas narkootikumide tarvitajate seas korraldatud uuring näitas, et peamine tarvitatav narkootikum oli taimne kanep – ka meie uuringu noored tarvitasid peamiselt kanepitooteid – ning selle peamiseks ostmise kohaks oli välja kujunenud otsekontakt diileriga, sellest väga palju väiksem võimalus oli kontakti otsimine sotsiaalmeedia kaudu (4).

Seksuaalvahekorra kogemusega noorte hulk on vähenenud, see puudutab nii kogu elu kui ka küsitlusele eelnenud 12 kuu näitajat. Suuremad muutused on aset leidnud võrreldes 2015. aastaga, eriti põhikoolinoorte hulgas. Kogu uuringu ajaloo vältel ei ole seksuaalvahekorra kogemustega noorte osakaal olnud nii väike kui 2021. aastal. Kui varasematel uuringu kordadel on üle 90% seksuaalvahekorra kogemusega noorest olnud seksuaalvahekorras ka küsitlusele eelnenud 12 kuu jooksul, siis viimase küsitluskorra andmed näitavad selles olulist langust. Meie uuringu sihtrühma kuuluvad 14–18-aastased noored, selles vanuses alustatakse sageli seksuaaleluga. Piirangute tõttu aga ei olnud noortel võimalik füüsiliselt suhelda ega suhteid luua, samuti viibisid kodus ka vanemad ning noortel puudus privaatne võimalus seksuaalsuheteks. Selles vanuses elatakse sageli oma võimaliku partneriga erinevas kodus, oma vanemate juures (meie uuringu andmetel üle 90% noortest elas enamikul nädalapäevadel kodus koos oma vanema(te)ga).

Kuni 2015. aastani tõusis noorte hulgas kondoomi kasutamise tase esimese seksuaalvahekorra ajal, kuid kahe viimase uuringuaasta võrdluses on esimesel korral kondoomi kasutanud noorte osakaal vähenenud ja eriti suurel määral põhikoolinoorte hulgas. 16–18-aastaste seas on märgata küsitlusele eelnenud 12 kuu jooksul kondoomi kasutamise vähenemist vahekorras juhupartneriga. Üks võimalik põhjus, miks kondoomi kasutatakse vähem, võib olla seotud sellega, et kondoomi hankimiseks olid piiratud võimalused: kaubanduskeskused olid suletud ja noored ei saanud seal aega veeta, samuti külastati apteekke, bensiinijaamu, toidupoode harvem, kuigi need olid avatud.

Järeldused ja soovitused

Enamik noori käitub seksuaalsuhetes vastutustundlikult: vähenenud on seksuaalvahekorra kogemustega noorte osakaal, aasta jooksul mitme partneriga vahekorras olnud noorte hulk ja juhusuhted. Samas on seksuaalvahekorras olnud noorte hulgas kondoomi kasutamine vähenenud. Vähem kasutavad kondoomi need, kellel on negatiivsem suhtumine kondoomi. Lisaks näitavad andmed noorte puudulikku kondoomi kasutamise oskust – viimases juhuvahekorras kondoomi kasutanud noortest kümnendikul libises kondoom vahekorra ajal maha või see purunes. Vähenenud on teadmised HIVi põhilistest

levikuteedest ning muutumatuna on püsinud teadmiste tase seksuaalsel teel levivate infektsioonide vältimise meetoditest.

- Positiivsena saab esile tuua, et koolides on käsitletud kõiki küsimustikus loetletud suhete, seksuaalsuse ja seksuaaleluga seotud teemasid, samas on seda tehtud erineval määral. Kui ligi pooled vastajatest hindavad kooli seksuaalharidust heaks või väga heaks, siis iga kümnes noor peab seda halvaks või väga halvaks. Koolides on kõige levinum passiivne õppevorm, kõige vähem tehakse praktilisi harjutusi. Noored ise soovivad koolis seksuaalhariduse parandamiseks teemade mitmekesisust ja suuremat ajalist pühendamist nendele teemadele. Tulemuste põhjal võib seksuaalhariduse parandamiseks soovitada senisest laiemat teemaderingi, näiteks uudemate teemadena HPV-vaktsineerimine, partneriga suhtlemine, enesekehtestamine, hästi toimivate suhete loomine, jätkuvalt olulisena rasestumisest hoidumise, HIVi ja teiste STLIdega seotud teemad. Metoodika poolest on soovitatav kasutada senisest enam seksuaalsuse positiivseid külgi kajastavat ja kaasavat lähenemist nii käsitletavate teemade kui ka õppevormide mõttes. **Laiapõhjalise seksuaalhariduse järjepidev pakkumine kõikides kooliastmetes ja -tüüpides (eriti kutsekoolis) on oluline ning seda soovivad ka noored.** Seksuaalhariduses tuleb endiselt tähelepanu pöörata väärtushinnangute kujundamisele ja oskuste arendamisele, sest need toetavad turvalisi suhteid ja riskivaba seksuaalelu ning positiivseid hoiakuid nii kondoomide kasutamise kui ka nn topeltkaitse suhtes (rasestumisvastase vahendi ja kondoomi kasutamine).
- Lisaks koolile soovivad noored suhete, seksuaalsuse ja seksuaaleluga seotud teemadel teavet saada sõpradelt ja vanematelt. Uuringu andmed näitasid vanemate vähest osalemist seksuaalhariduses. Võrreldes vanematega räägitakse sõpradega suhete, seksuaalsuse ja seksuaaleluga seotud teemadel rohkem ning põhjalikumalt: nii saavad noored oma kogemusi, rööme ja muresid jagada, kuid see on ka võimalus eksiarvamuste, müütide ja valeinformatsiooni levikuks. **Laiapõhjalises seksuaalhariduses on peale kooli tähtis osa vanematel, sõpradel ja kontrollitud infoga teabeallikatel** (nt veebilehed seksuaaltervis.ee, hiv.ee). Ka vanemad vajavad suhete, seksuaalsuse ja seksuaaleluga seotud teemadel harimist, et nad julgeks ja oskaks oma lastega rääkida. Vanematele suunatud infot on võimalik leida Eestis loodud veebilehelt tarkvanem.ee, kust vanemad saavad praktilisi nõuandeid muu hulgas seksuaalkasvatuse valdkonnas
- **Üks võimalus on kontrollitud infot jagada noorte nõustamiskeskustes**, mis pakuvad kõikidele kuni 26-aastastele noortele tasuta tervishoiu- (nt STLIde diagnostika ja ravi) ja nõustamisteenust (nt erinevad seksuaalsuse teemad, nõustamine seksuaalvägivalla korral). Meie uuringu andmetel ei tea paljud noored, kas seal on võimalik ennast testida HIVi ja STLIde suhtes. Samuti ei ole keskused noorte hinnangul kõige käepärasemad kohad, kust suhete, seksuaalsuse ja seksuaaleluga seotud teemade kohta infot saada. Noorte nõustamiskeskused asuvad pigem linnades ja suuremates kohtades, maapiirkondades elavatel noortel on nendeni keerulisem jõuda. Noorte nõustamiskeskused võiksid rohkem silma paista. Kõigi noorte nõustamiskeskuste arendus- ja seksuaalhariduslik tegevus ei ole järjepidevalt rahastatud, samas on noorte nõustamiskeskustel juba väljakujunenud võrgustik ja väljaõppinud noortesõbralik personal. **Järjepideva rahastuse korral saaks pakkuda senisest suuremas mahus seksuaalhariduslikke loenguid, seminare ja praktilisi õppuseid, mis on kindlasti märkimisväärseks toeks ja täienduseks kooli seksuaalharidusele.**
- Uimastite tarvitamine noorte hulgas on vähenenud, kuid erinevad riskikäitumised on omavahel seotud. Noored, kes käituvad seksuaalelus riskeerivalt, tarvitavad ka rohkem uimasteid. HIVi ja muude STLIde ennetamise eesmärgil tuleb paralleelselt tähelepanu pöörata uimastite tarvitamise ennetamisele. Varajane riskikäitumine mõjutab ka käitumist tulevastes seksuaalsuhetes ja seksuaaltervist (5–11). See näitab vajadust

varajase ja kõikehõlmava tervisekasvatuse ning universaalsete ennetusprogrammide järele koolides. Eestis on kasutusel erinevaid universaalennetuslikke sekkumisi (VEPA käitumisoskuste mäng, KIVA, vanemlusprogramm „Imelised aastad“). Näiteks VEPA aitab ennetada uimastite tarvitamist ning vähendab käitumisprobleeme. Pikemas perspektiivis avaldab VEPA positiivset mõju inimese heaolule tervikuna (vepa.ee). VEPA sihtrühmaks on alg- ja põhikooli I–II astme noored. Oluline on, et enne kiiret arengut murdeas oleks noorel eneseregulatsiooni- ja suhtlusoskused. Mõelda võiks ka spetsiaalsete programmide arendamisele teismeeas noortele ja nende vanematele.

- Võrreldes üldhariduskoolide õpilastega on kutsekoolinoorte hulgas levinud riskeerivam käitumine seksuaalkäitumise, kuid eriti uimastite tarvitamise osas. Esmakordselt tuvastati need probleemid juba 2015. aasta uuringus, kuid 2021. aastal näeme, et kutsekooliõpilaste hulgas on endiselt võrreldes üldhariduskoolidega kehvem olukord. See näitab väga suurt vajadust jõuliselt tegeleda ennetusega kutseõppeasutustes. Koolis on noorega otsekontakt, seega on see viimane võimalus suunata tema tervisekäitumist. Kutsekoolides on tugisüsteemid (psühholoogid, sotsiaaltöötajad jt), kelle kaasabil saaks riik tõhustada seal toimuvat seksuaalharidust ja uimastiennetust ning arendada spetsiaalsed sekkumised kutseharidust omandavatele noortele.
- Riiklikul tasandil on seksuaaltervise edendamine Eestis ajalooliselt olnud HIV-strateegia ja rahvastiku tervise arengukava HIV-valdkonna osa. Suur edasiminekuks toimus rahvastiku tervise arengukavas aastateks 2020–2030, kus iseseisva peatükina on käsitletud ka seksuaal- ja reproduktiivtervise edendamist (12). Seksuaaltervis on inimese elu väga oluline osa ja hõlmab kaugelki rohkemat kui infektsioonidesse nakatumise ohtu. Eestis on uimastipoliitika valge raamat ja alkoholipoliitika roheline raamat. Sarnaselt neile valdkondadele võiks olla **seksuaaltervist käsitlev dokument, mille alusel planeerida riiklikke tegevusi nii HIVi ja STLide ennetamiseks kui ka laiemalt seksuaaltervise edendamiseks, hõlmates kogu inimese elukaart ning erinevaid rahvastikukihte.**
- Tähtis on korraldada noorte seksuaaltervist käsitlevaid uuringuid ka edaspidi. Andmete kogumine ja analüüs selles valdkonnas aitab planeerida ning teha teadmistel põhinevaid otsuseid, et edendada Eesti rahvastiku seksuaaltervist. Kogutavate andmete põhjal on võimalik parandada noortele suunatud seksuaalhariduse kvaliteeti ning tõhusamalt planeerida seksuaaltervisega seotud teenuseid ja parandada nende kvaliteeti. See aitab kaasa turvaliste suhete loomisele tulevikus, HIVi ja STLide ennetamisele ning nakkushaigustest tuleneva haiguskoormuse vähendamisele Eesti rahvastikus.