



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

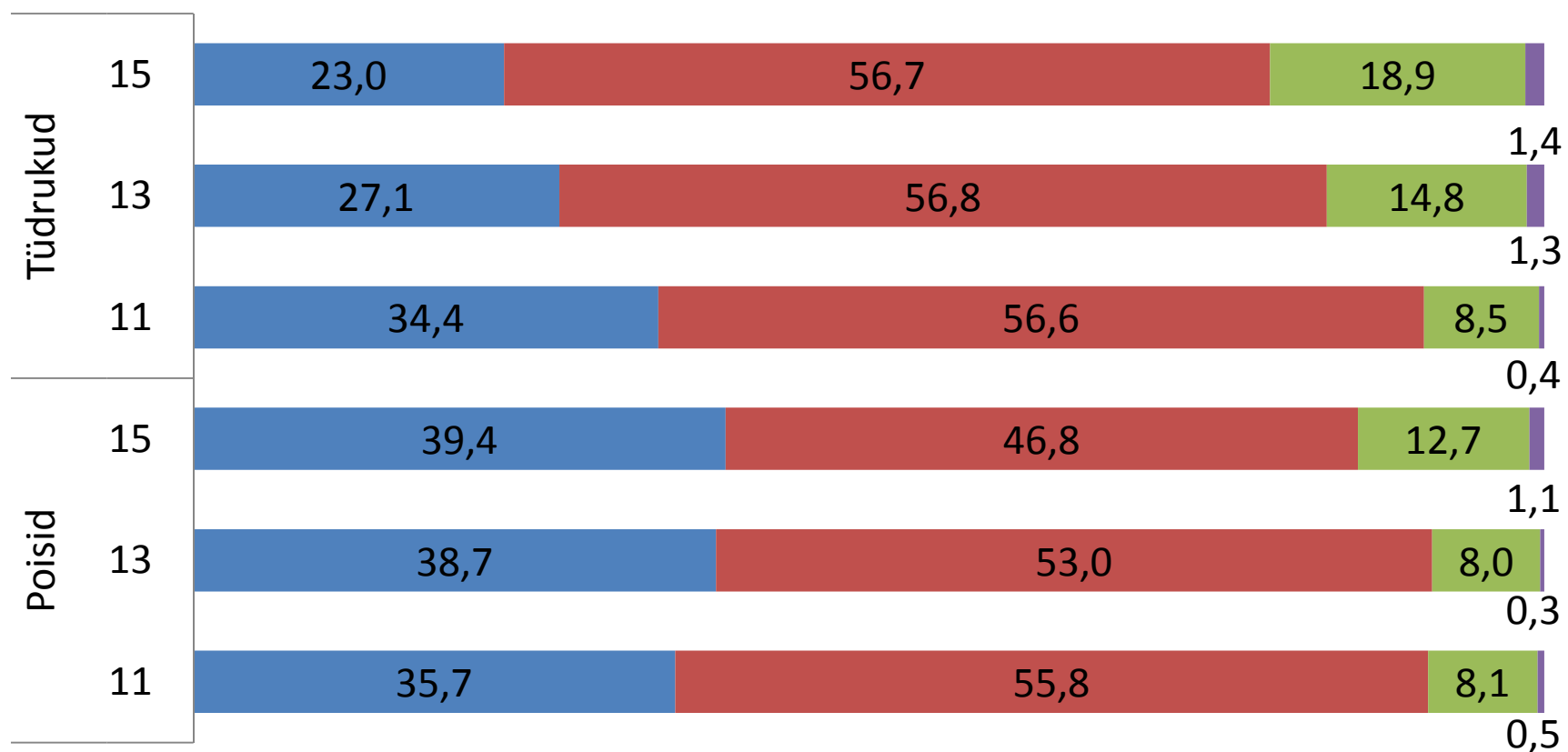
Uuring annab üleriigilised statistiliselt usaldusväärsed andmed

- õpilaste tervise ja tervisekäitumise hetkeolukorrast
- tervise/tervisekäitumise trendidest riigis läbi aastate
- Eesti võrdlemiseks teiste Euroopa maadega

Enamus õpilasi hindab oma tervist heaks

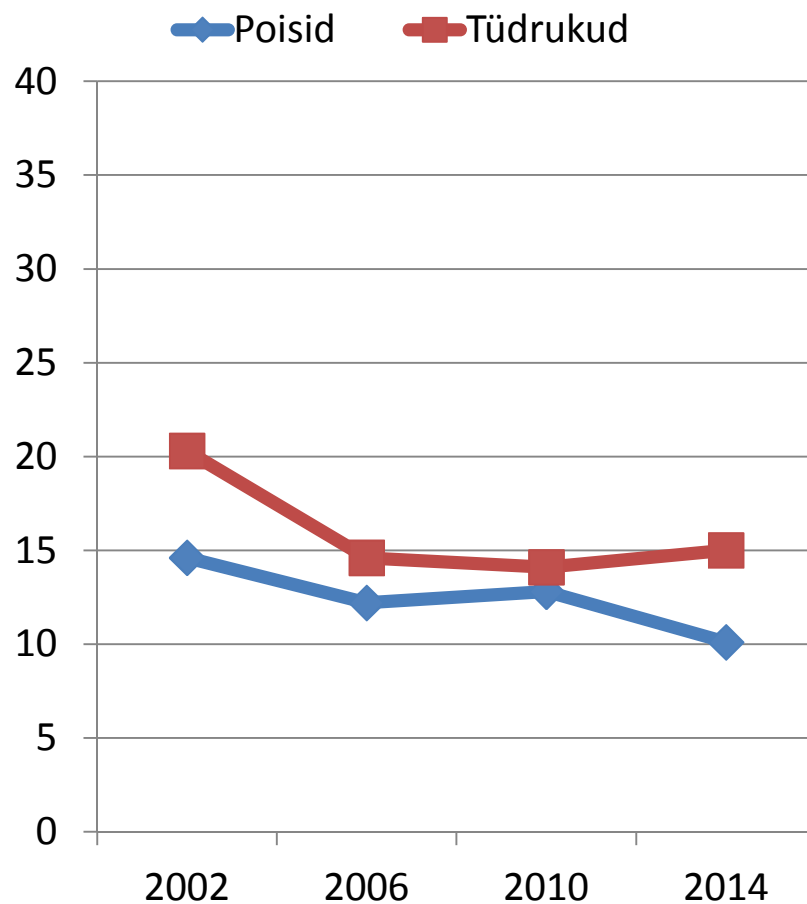
Hinnang tervisele soo ja vanuse järgi (%) 2014. aastal

■ Väga hea ■ Hea ■ Rahuldav ■ Väga halb



Õpilaste tervisehinnang on paranenud

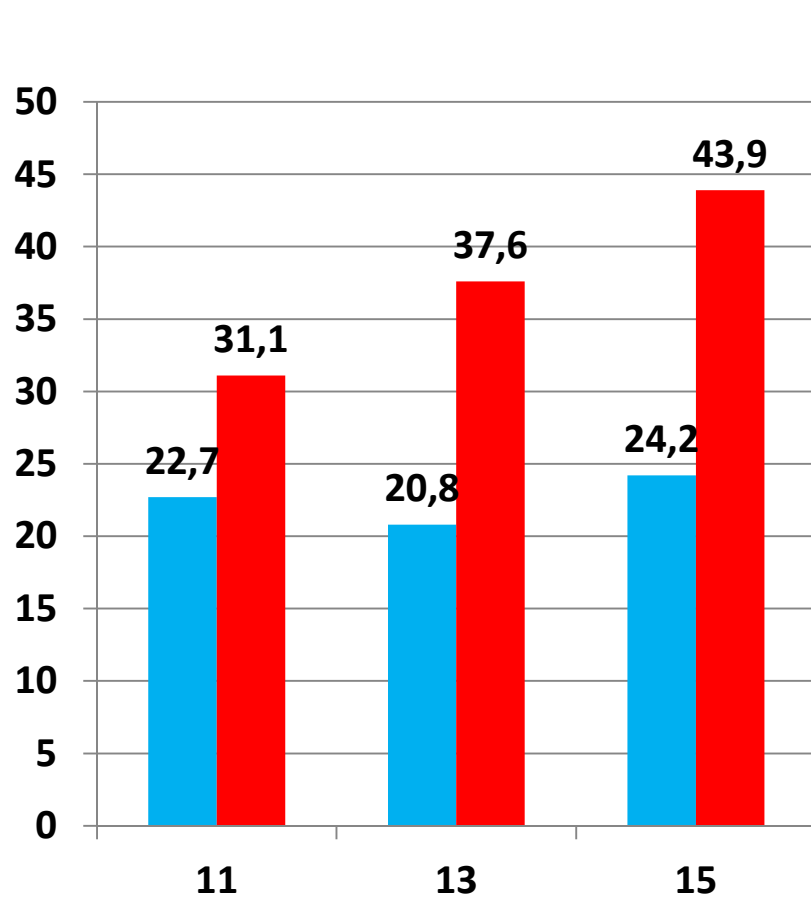
Halva tervisehinnanguga õpilased (%)



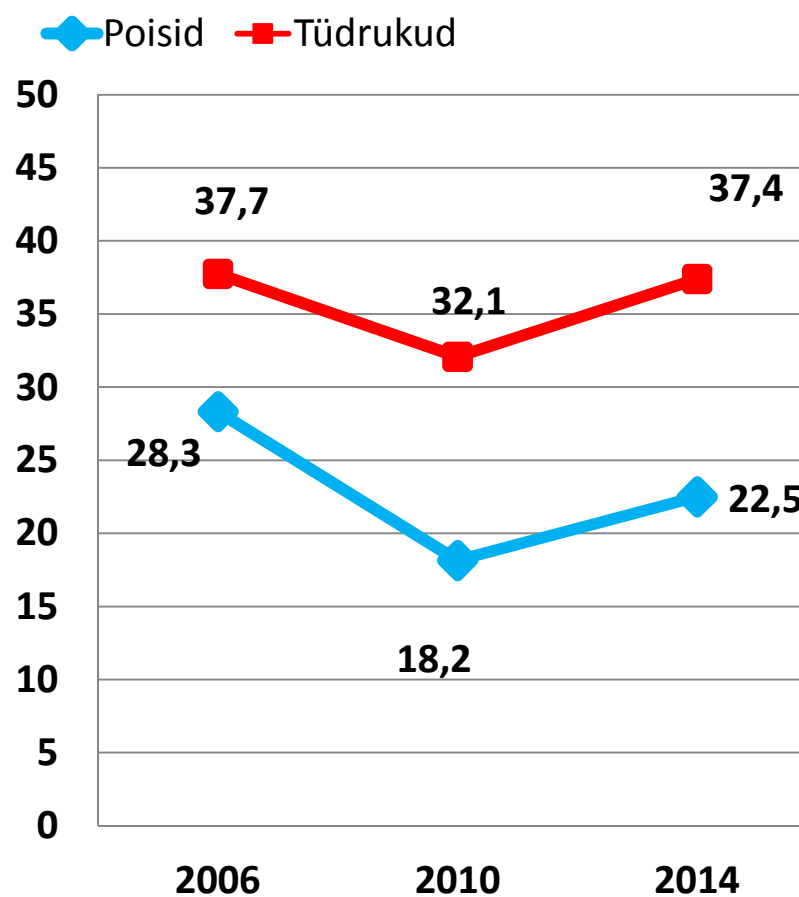
Halvem tervisehinnang seotud:

- üksik- või kasuvanemaga pere
- suhted peres halvad
- uimastite tarvitamine
- vähesem kehaline aktiivsus vabal ajal
- depressiivsete episoodide esinemine

30% õpilastel on viimase aasta jooksul esinenud depressiivseid episoode



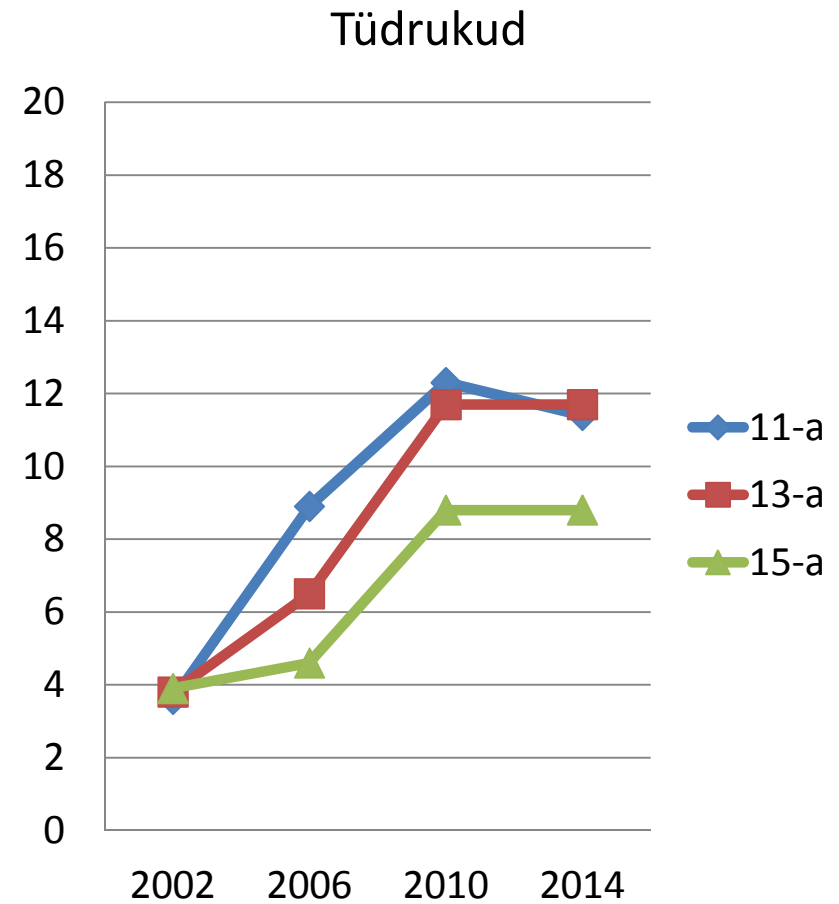
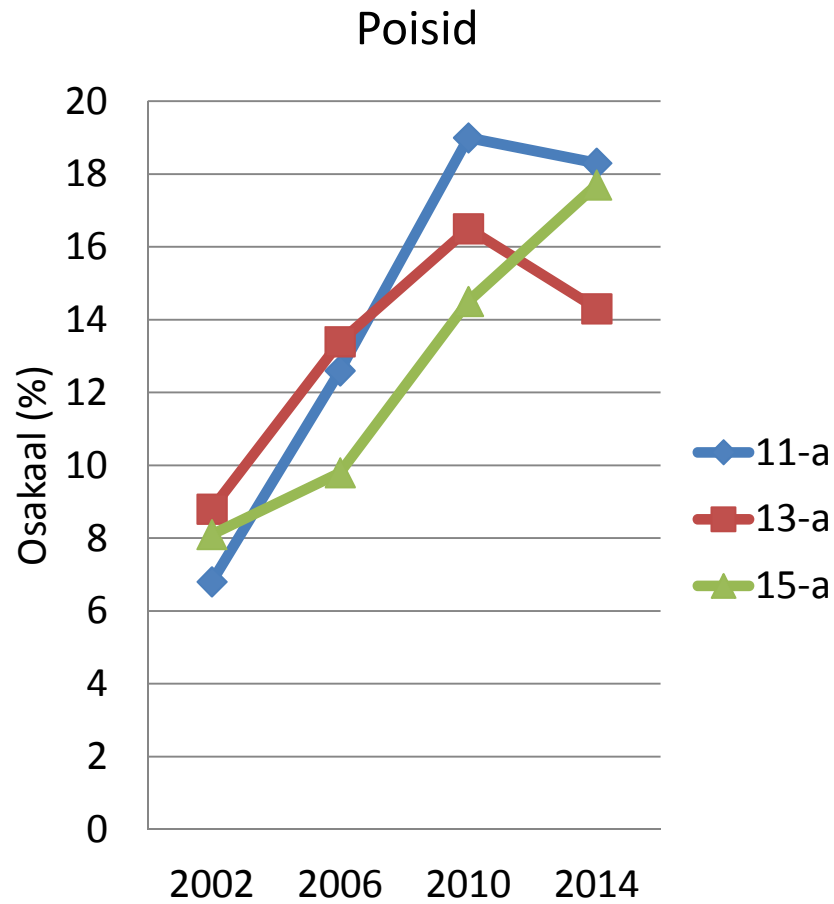
Depressiivsete episoodide esinemine soo ja vanuse järgi 2014 (%)



Depressiivsete episoodide esinemine (%)

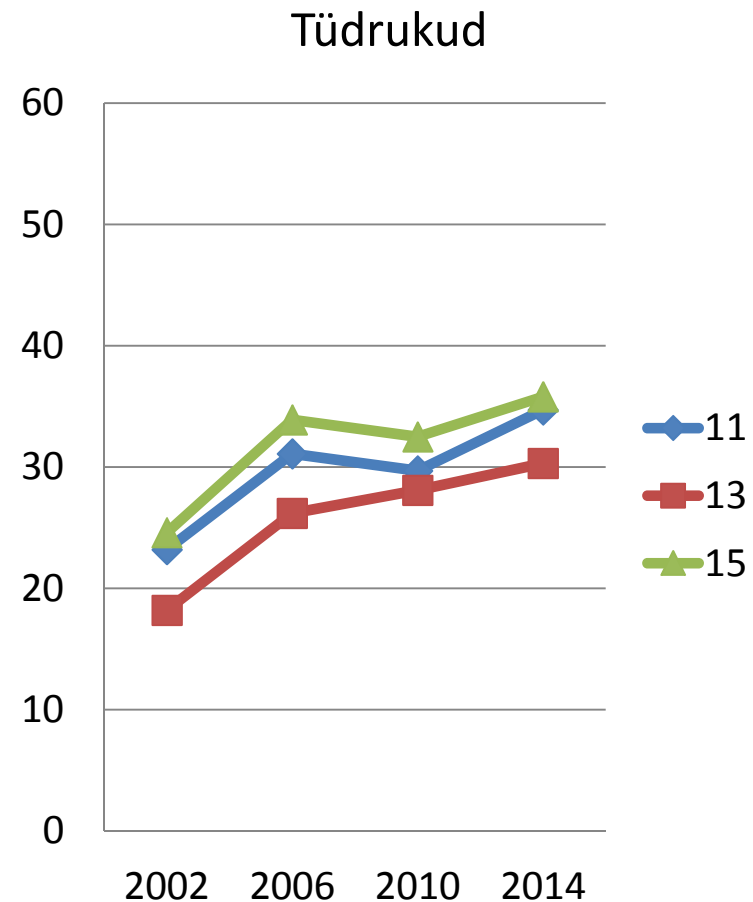
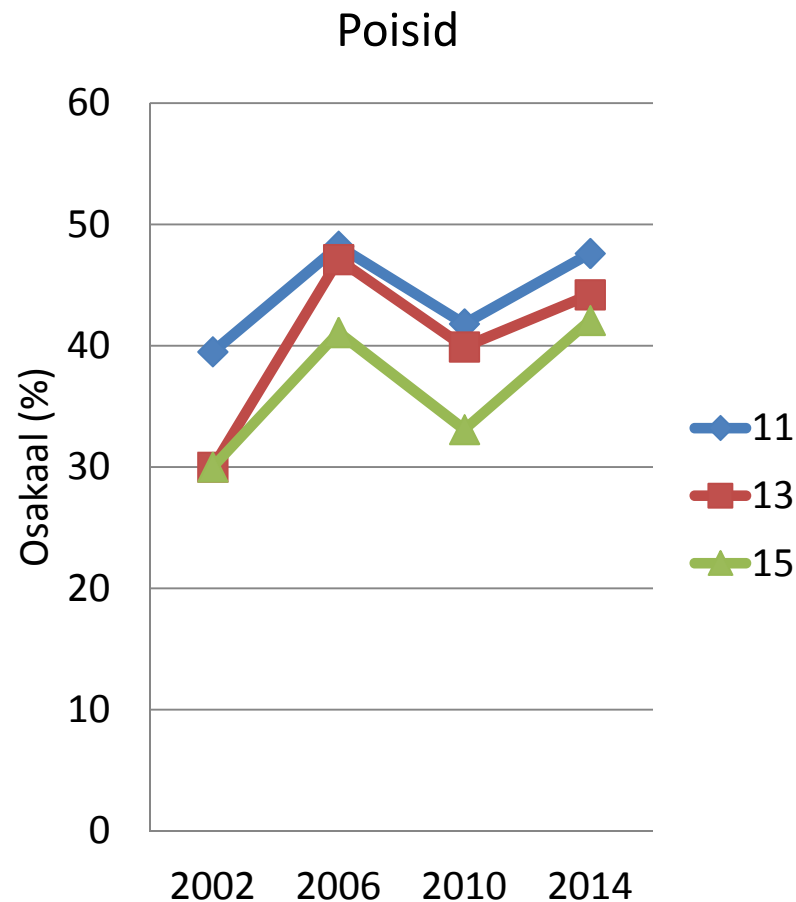
Ülekaaluliste õpilaste osakaal ei ole enam kasvanud

Ülekaalulised sh rasvunud vanusgrupiti (%)



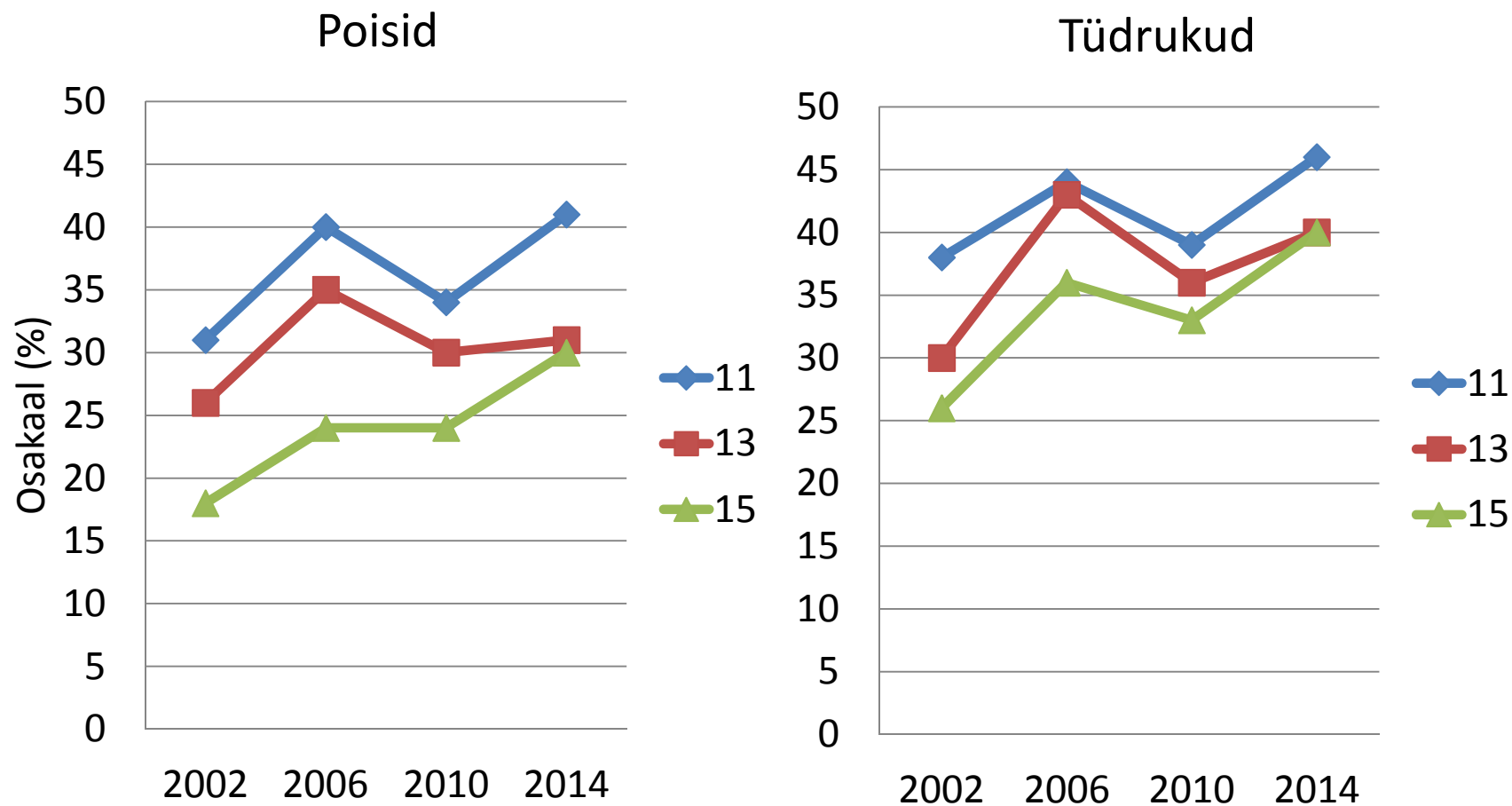
**WHO: Iga laps võiks olla mõõdukalt füüsiliselt
aktiivne vähemalt 60 minutit iga päev.
Eestis on vaid 16,4% lastest (2010 14%)**

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



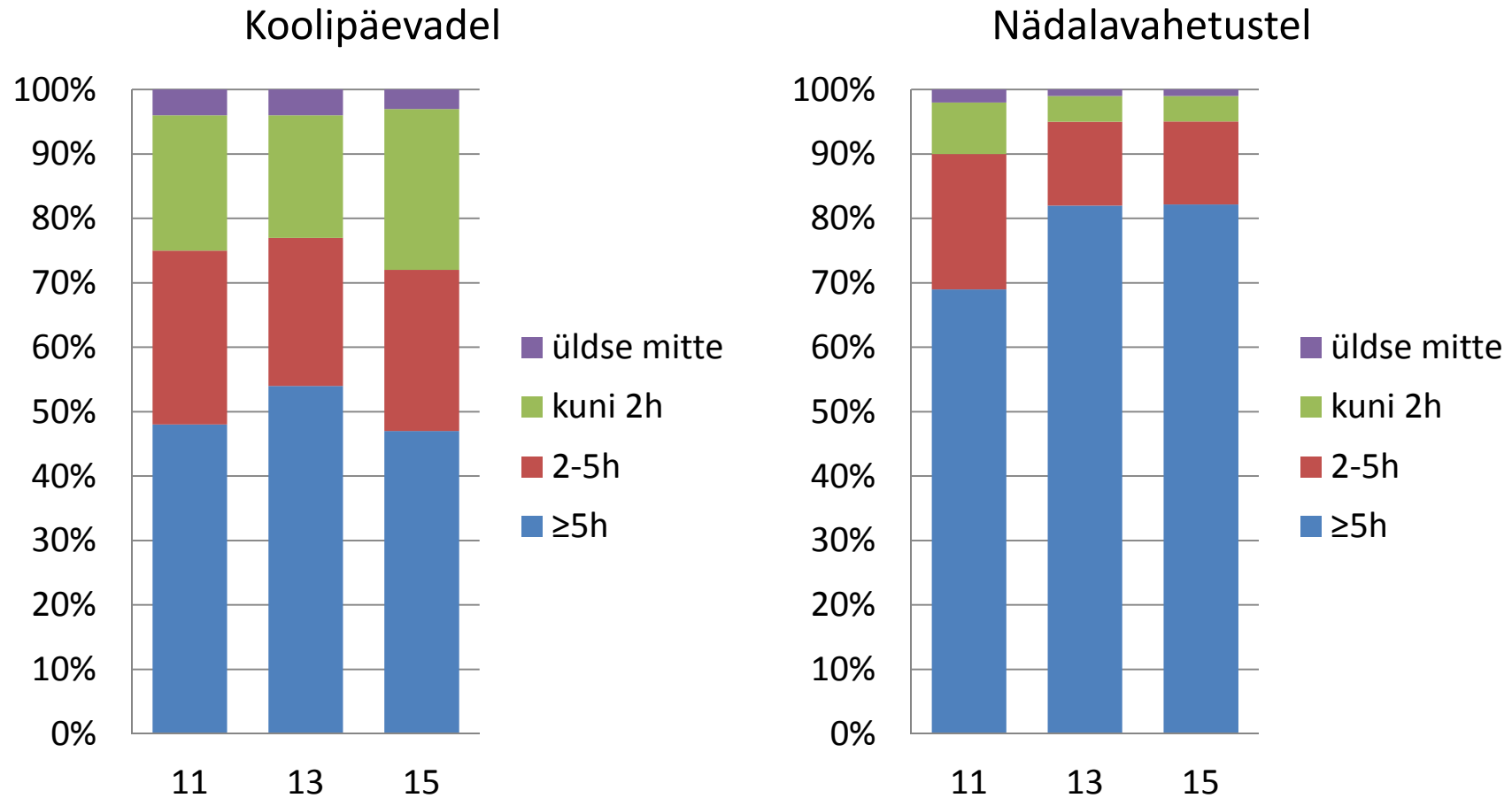
Köögi- ja puuvilju sööb iga päev alla poole (38%) õpilastest

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



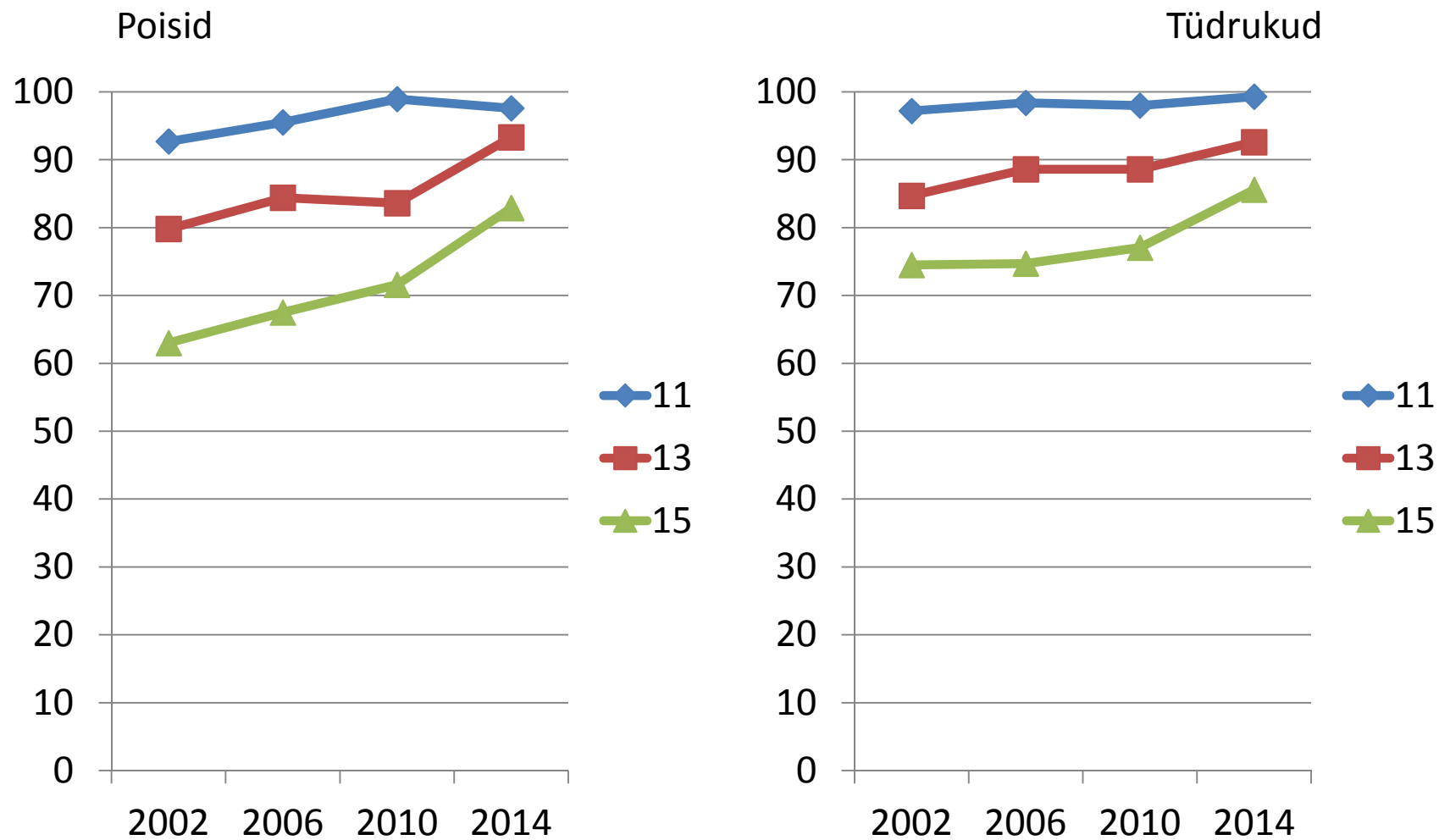
Valdav enamuse õpilasi veedab ekraani taga üle 2 tunni päevas

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



Mittesuitsetajate osakaal õpilaste hulgas on tõusutrendis

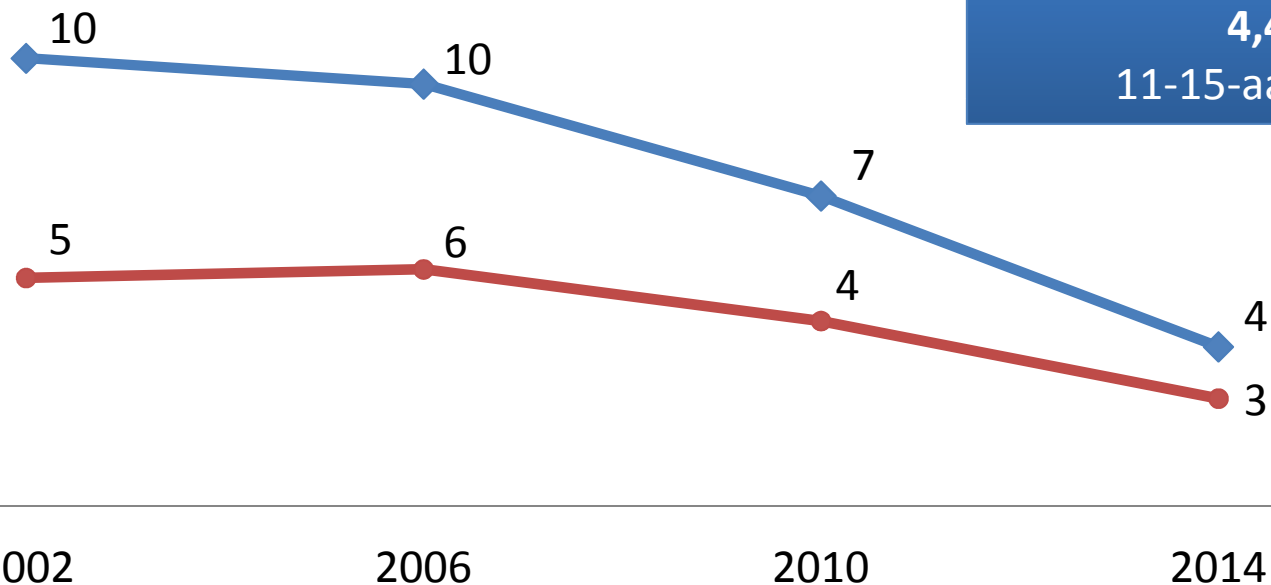
Mittesuitsetajate jaotus soo ja vanuse järgi (%)



Igapäevasuitsetajate osakaal õpilaste hulgas väheneb

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

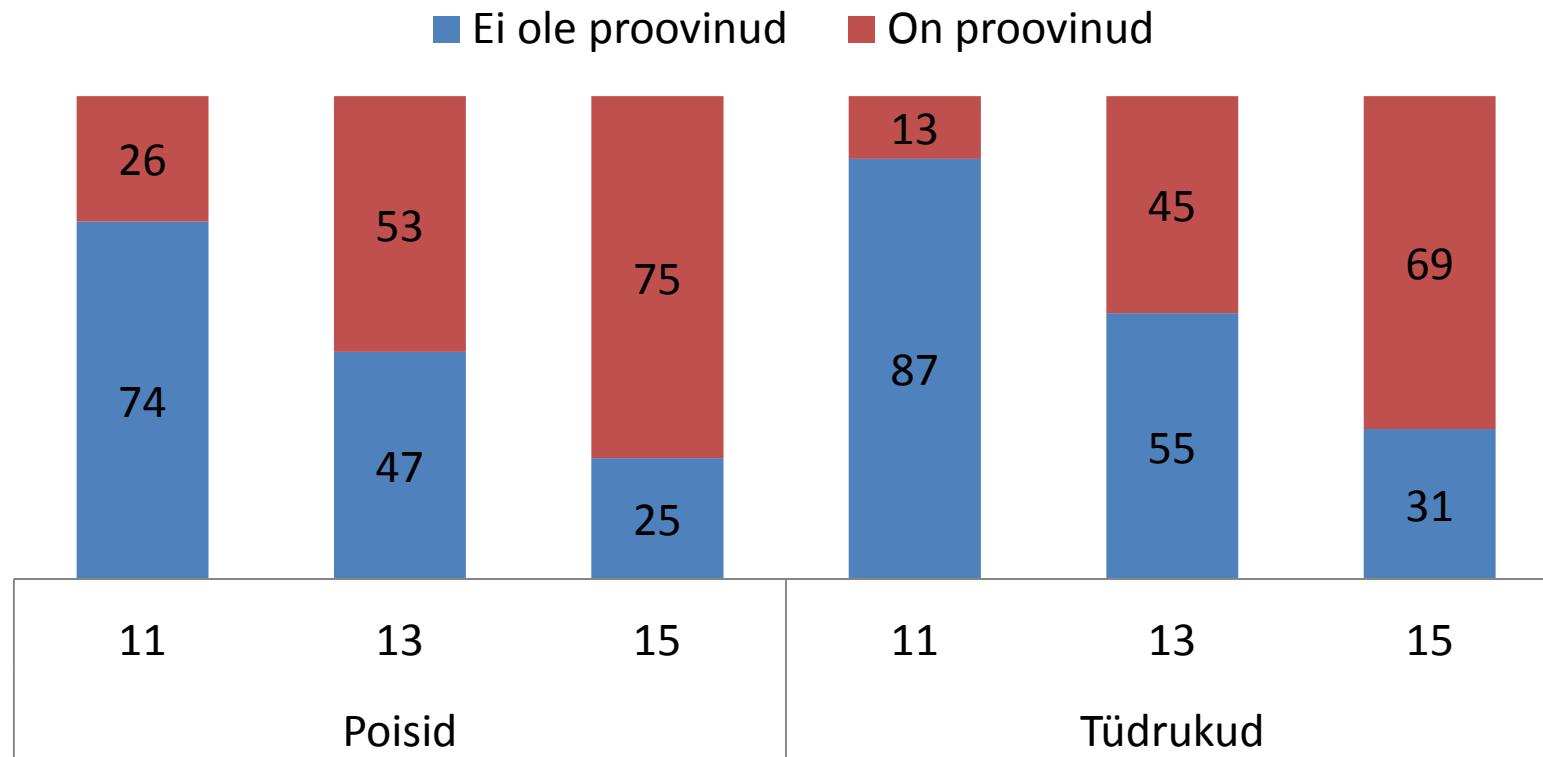
◆ Poisid ● Tüdrukud



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

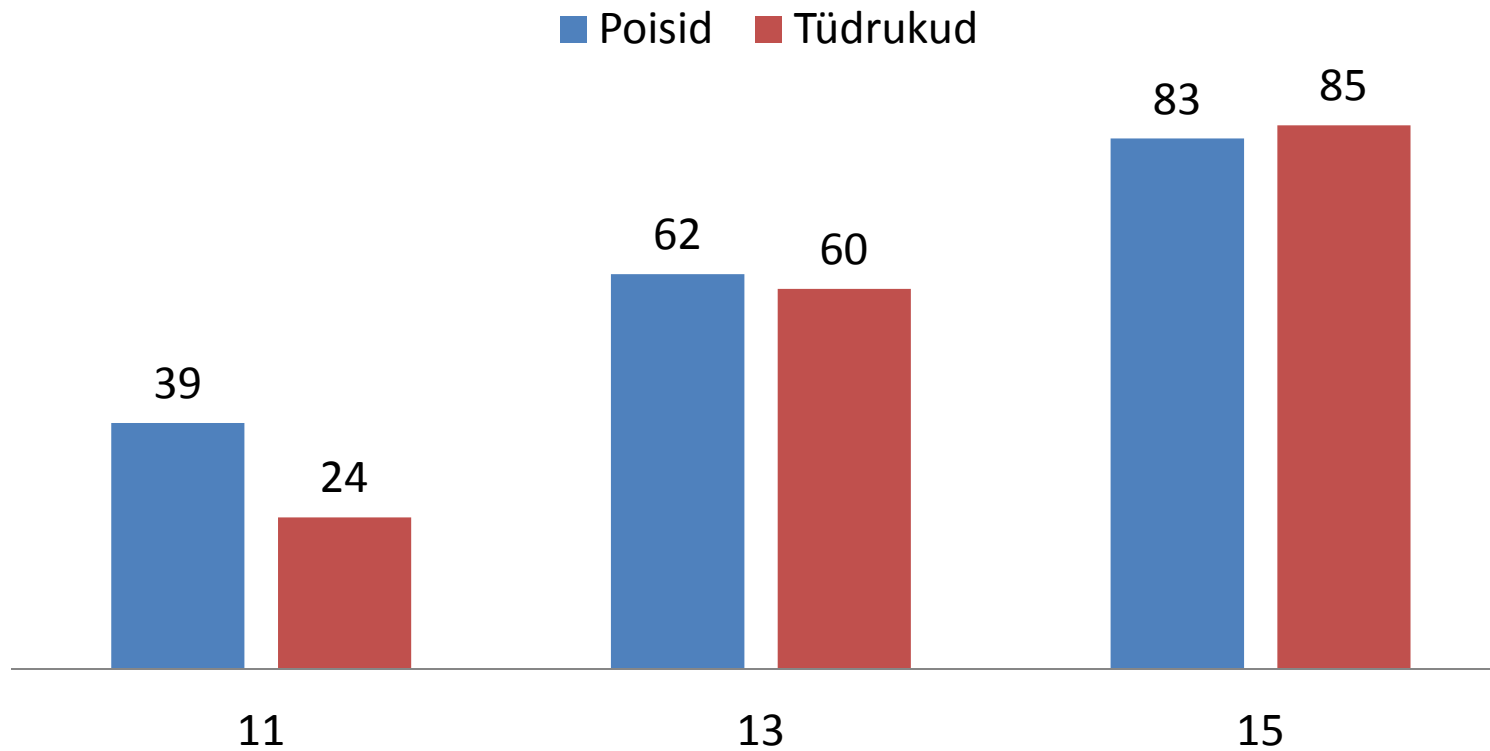
Huuletabakat on proovinud 13%, e-sigaretti 33%, vesipiipu 28% õpilastest

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



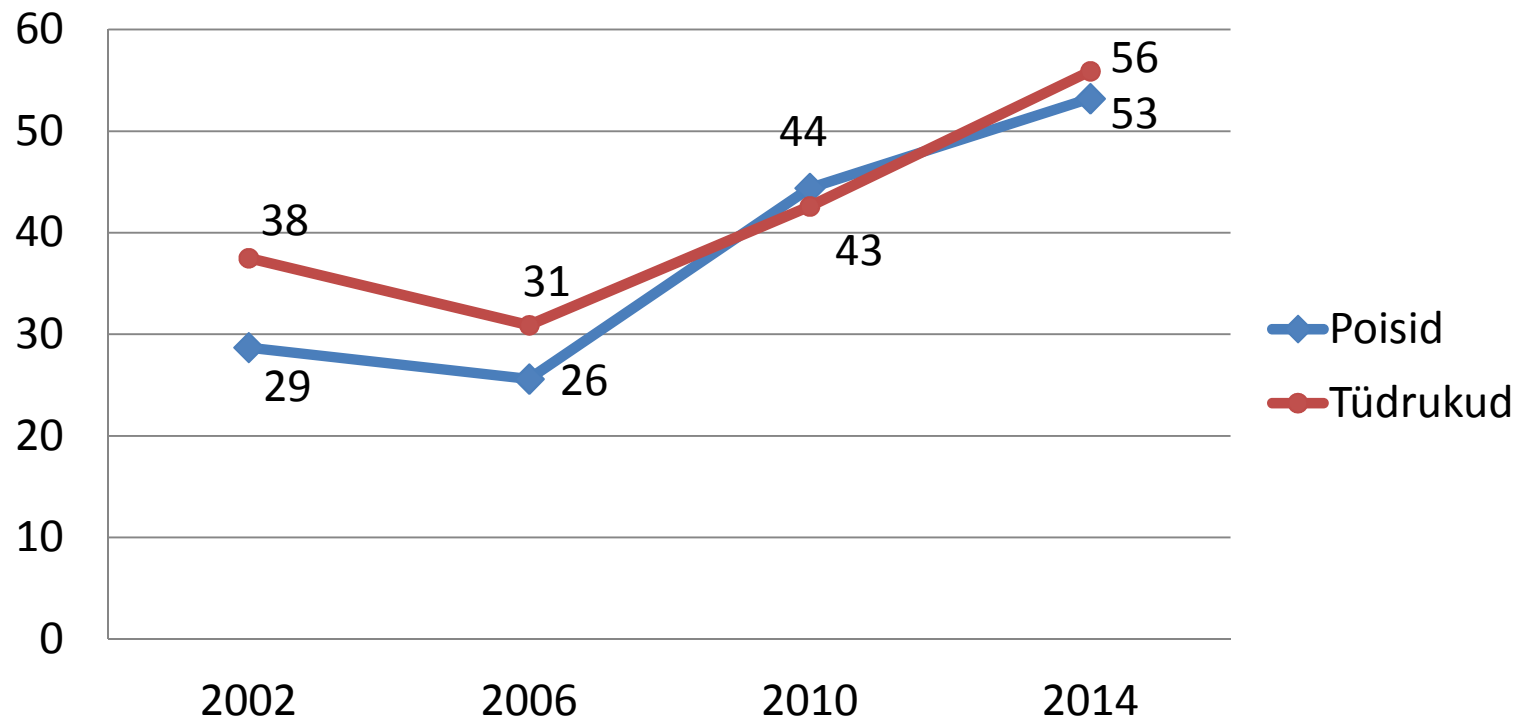
Alkoholi proovitakse varases eas

Alkoholi proovinute osakaal (%) soo ja vanuse järgi



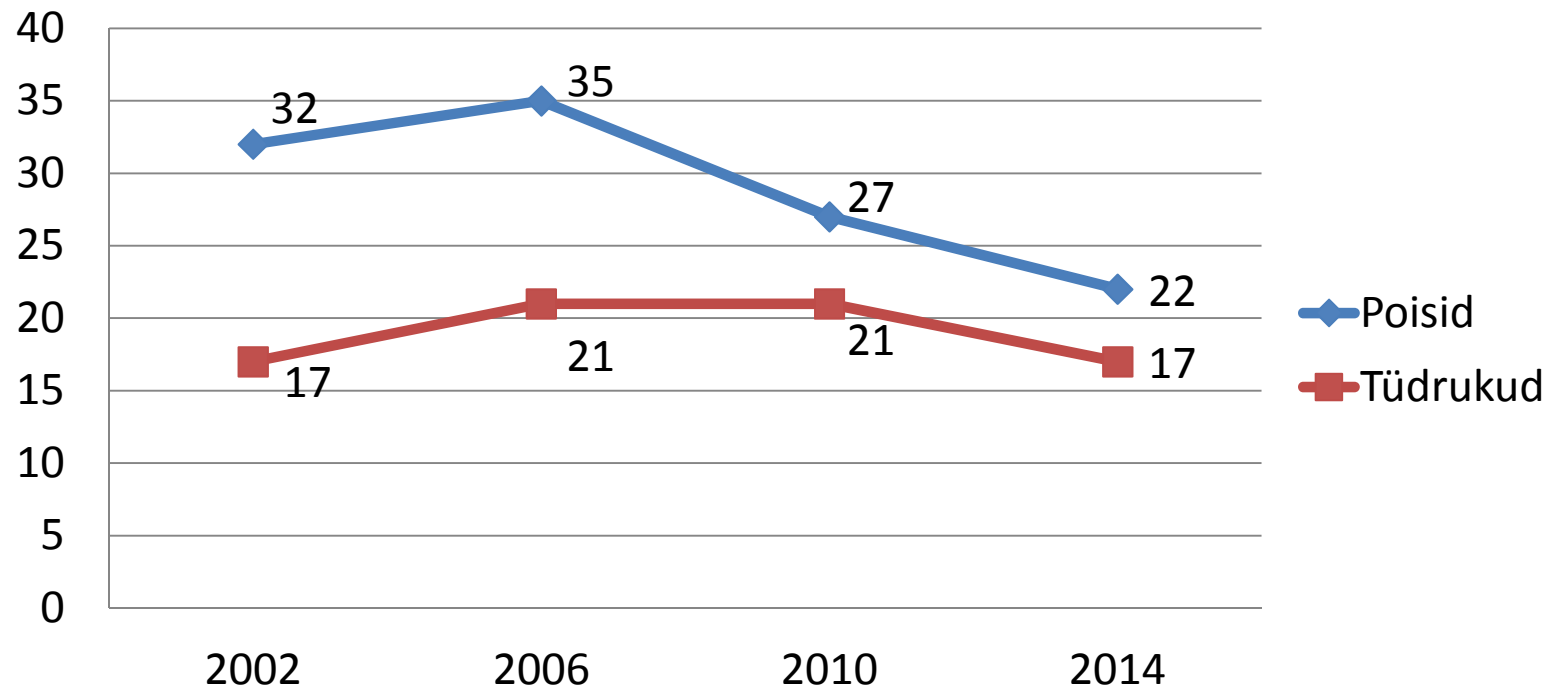
Alkoholi mittetarvitanud õpilaste osakaal on kasvanud

Mitte kunagi alkoholi tarvitanute osakaal (%) soo
järgi 11-15-aastaste hulgas

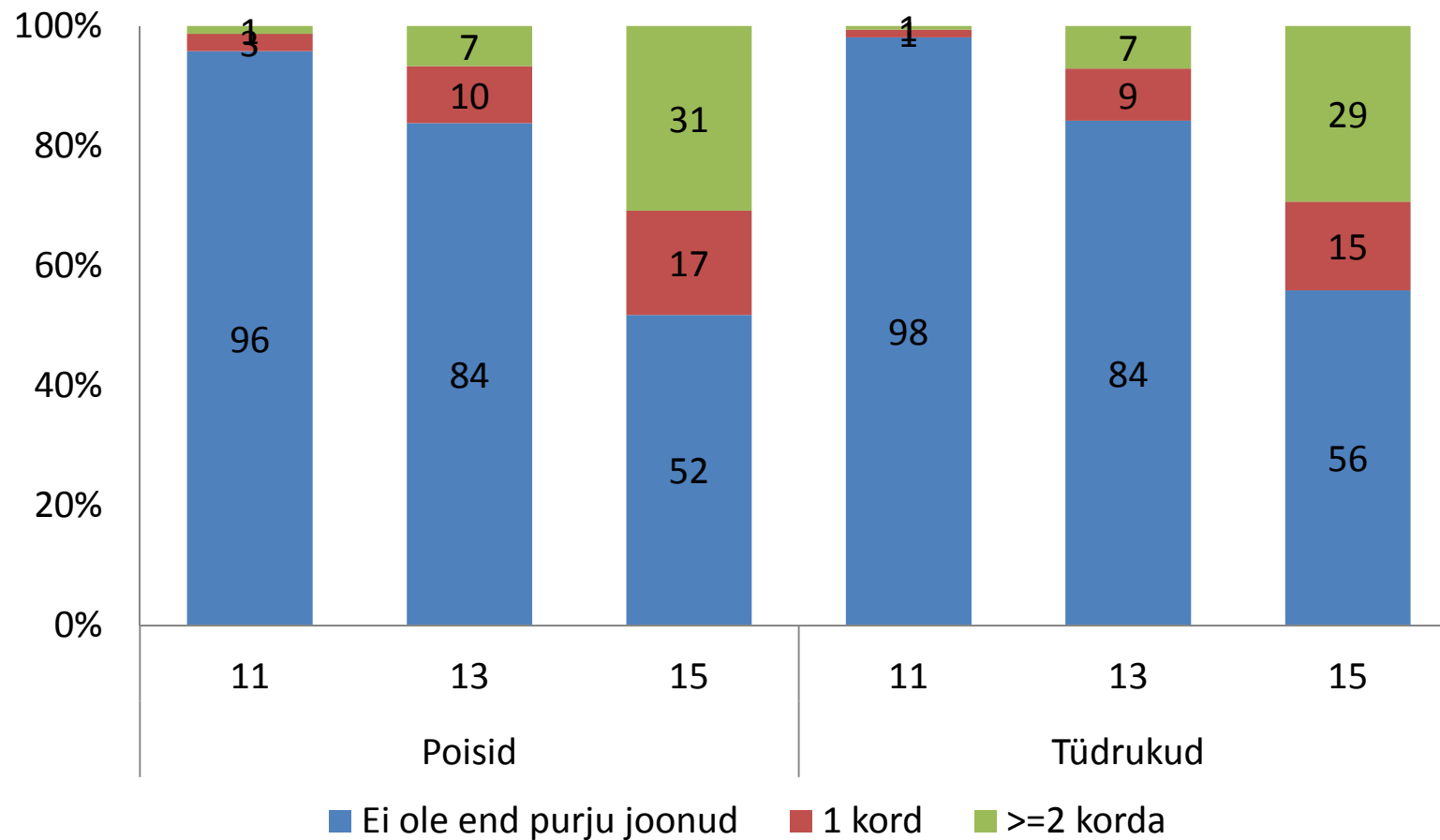


Õpilased alustavad **purju** joomisega **hiljem**

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

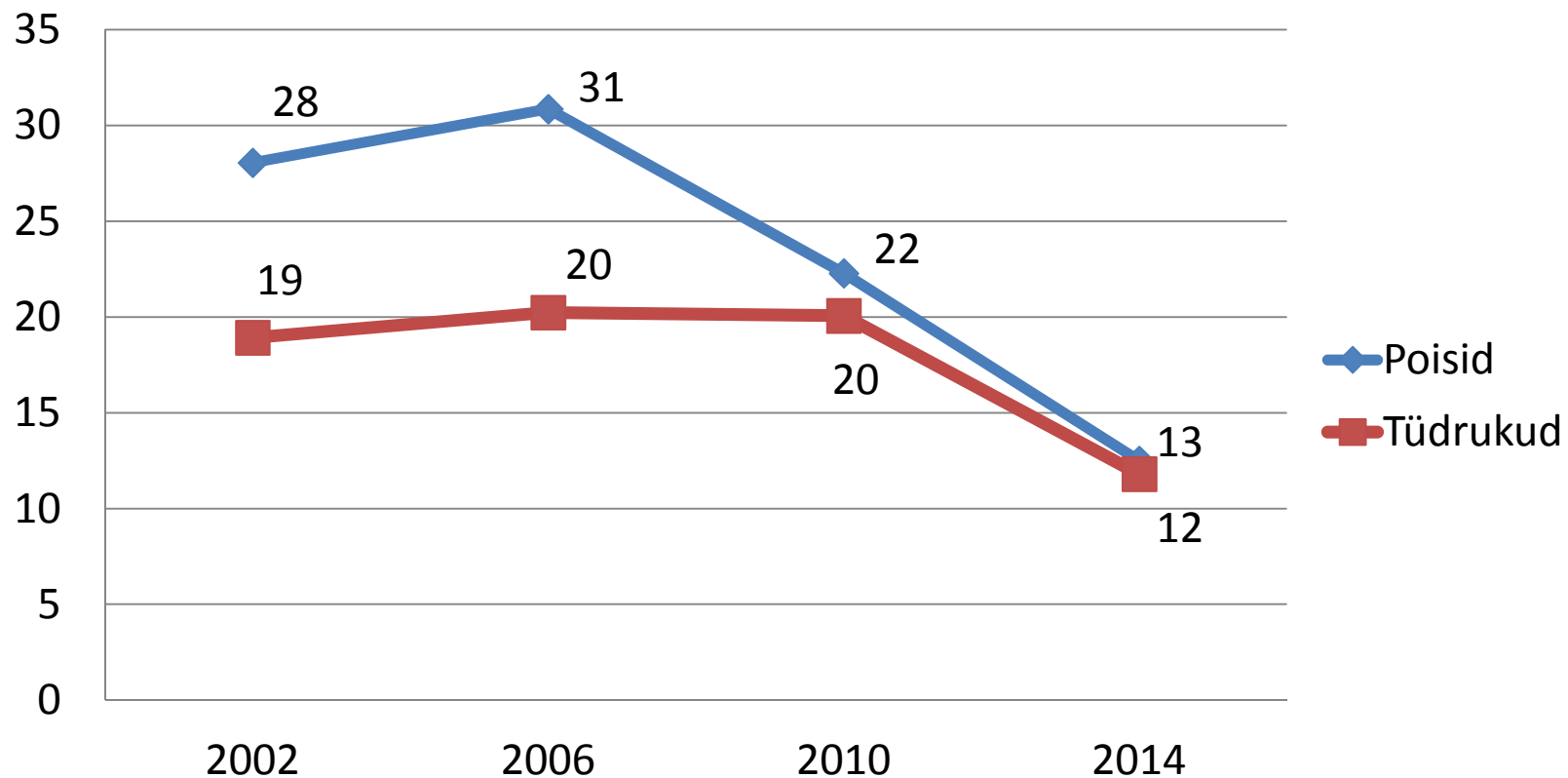


Purjus on olnud pea pooled 15 a õpilastest



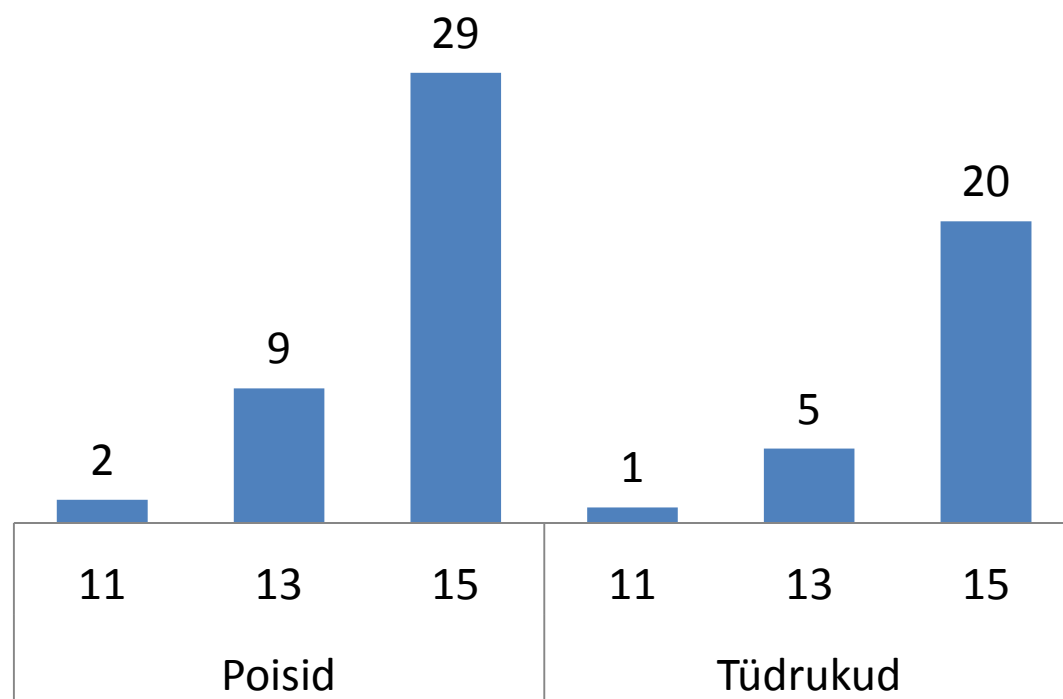
Korduvalt purjutanud õpilaste osakaal on vähenenud

Kaks või rohkem kordi end purju joonud soo järgi (%)
11-15-aastaste hulgas



Kanepit on proovinud iga kümnes õpilane

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



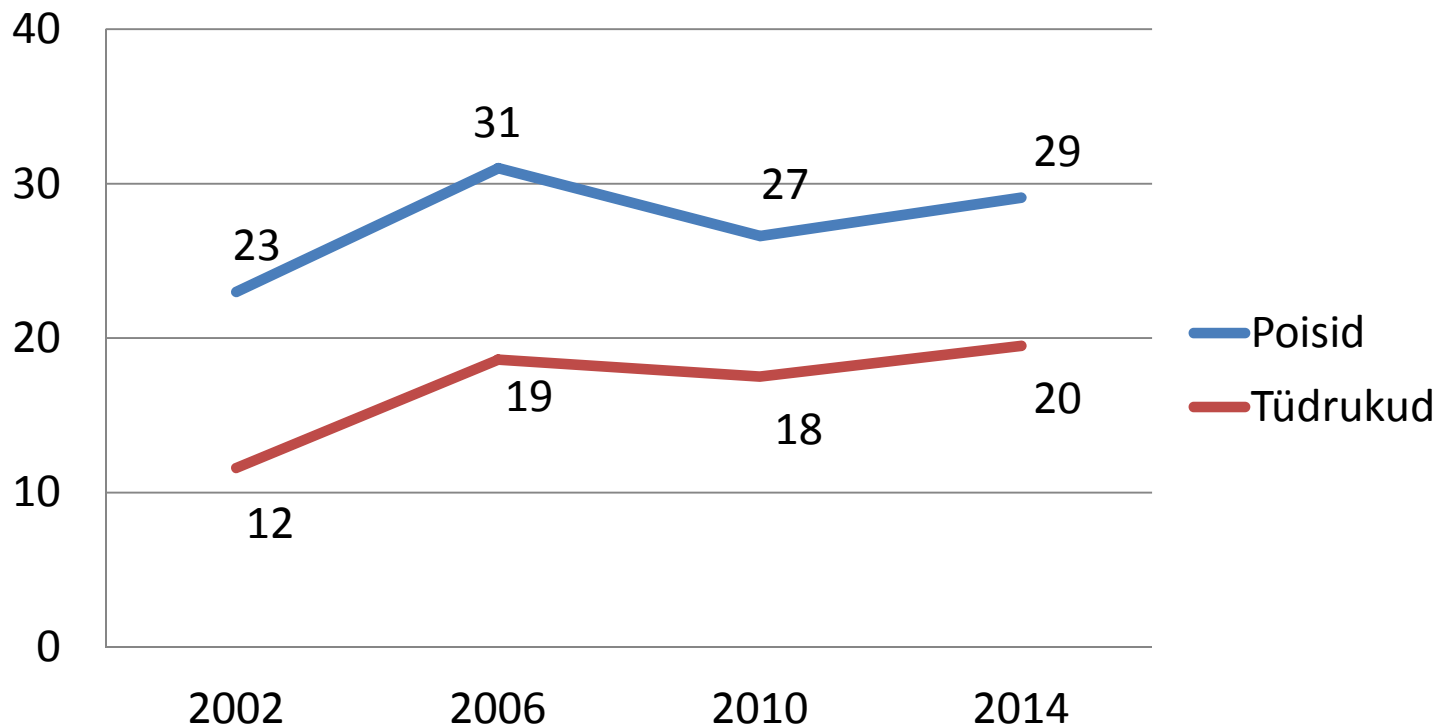
Erinevate uimastite
tarvitamine on
omavahel seotud.

Kanepit proovinutest on:

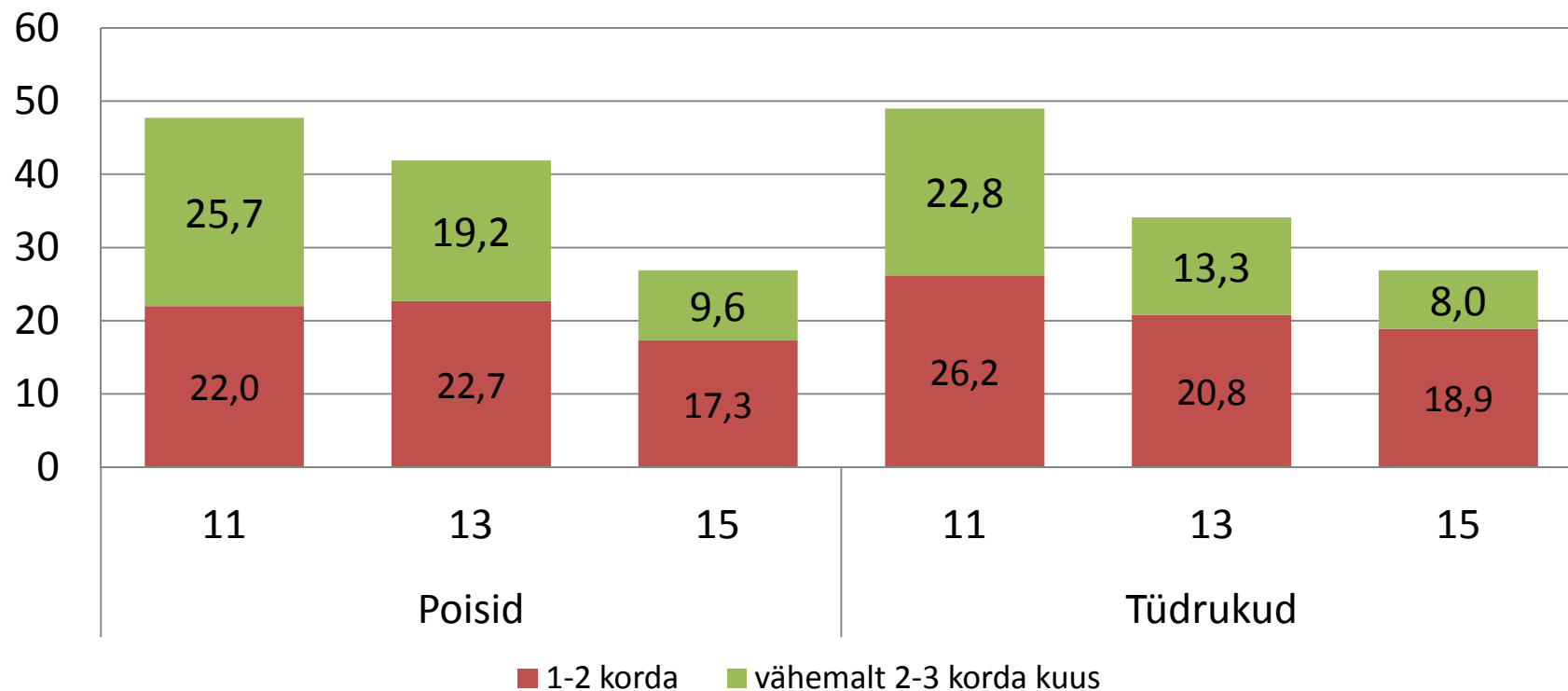
- 90% suitsetanud
- 94% tarvitanud alkoholi
- 74% olnud purjus

15-aastaste õpilaste kanepi proovimises muutusi pole toimunud

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

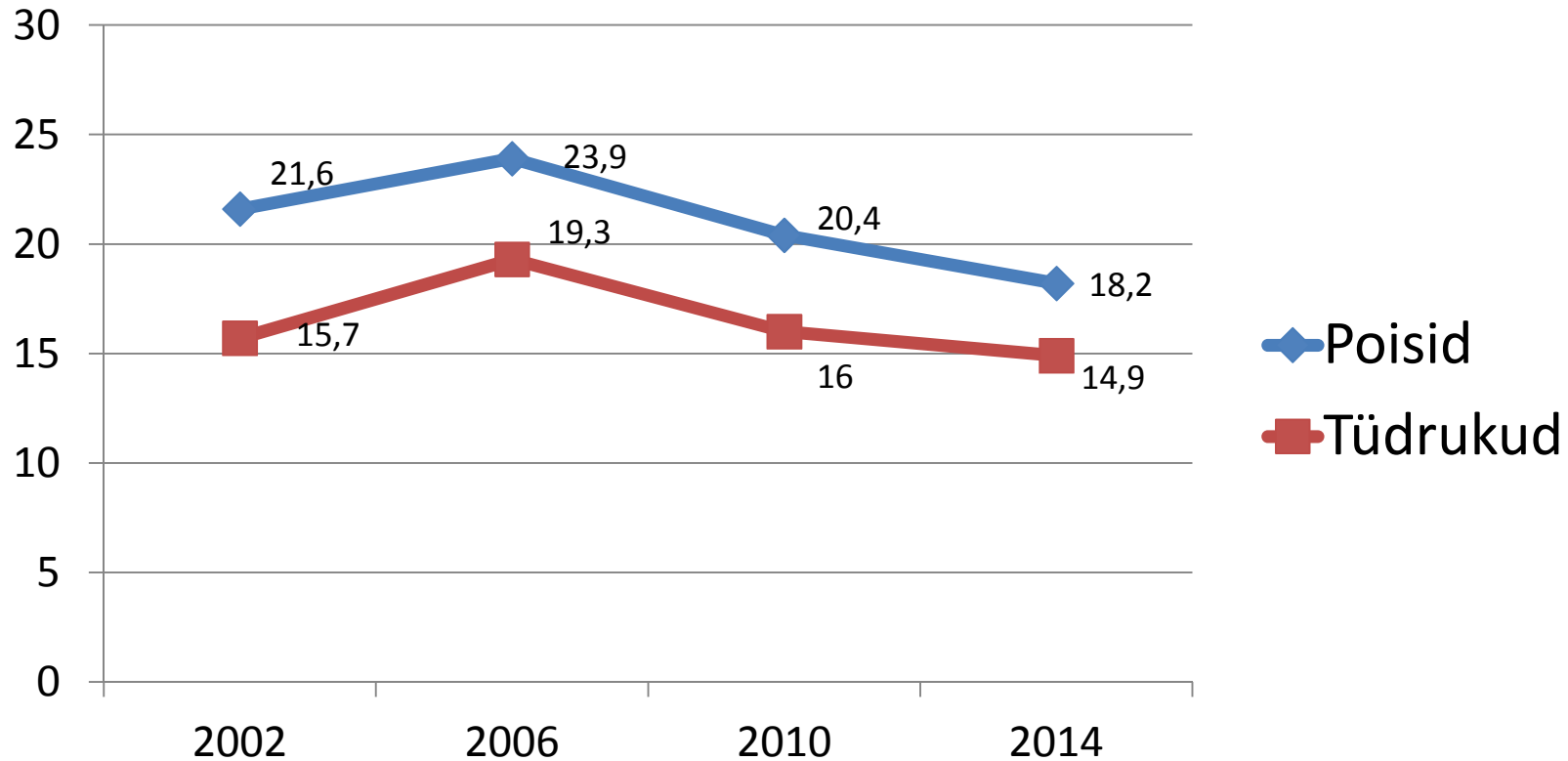


Pooled 11-aastastest on koolis kogunud kiusamist



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

Kiusamine koolis on vähenemas, kuid jätkuvalt tõsine probleem



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

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



Tervise Arengu Instituut
National Institute for Health Development



Aitäh ja sisukat päeva jätku!

Uuringutulemused on tabelitena kättesaadavad lingilt:

https://intra.tai.ee/images/prints/documents/143323015911_HBSC_2014_kogumik.pdf