

# Paikkonna tervisemõjurite uuring 2011

## Põlvamaa raport

Analüüsiraporti koostas Tervise Arengu Instituut (TAI) koostöös Tartu Ülikooli sotsiaalteaduslike rakendusuuringute 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 .....	55
9. Seksuaalervis .....	63
10. Turvalisus ja ohutus .....	67

## LISAD

Lisa 1. Tervises seisund .....	72
Lisa 2. Toitumine .....	77
Lisa 3. Alkohol .....	79
Lisa 4. Suitsetamine .....	82
Lisa 5. Narkootikumid .....	85
Lisa 6. Sotsiaalsed suhted .....	86
Lisa 7. Vaimne tervis .....	91
Lisa 8. Kehaline aktiivsus .....	92
Lisa 9. Seksuaalervis .....	96
Lisa 10. Turvalisus ja ohutus .....	97

## SISSEJUHATUS

Käesolev raport annab ülevaate Põlvamaa 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). Põlvamaalt osales uuringus 269 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 ja 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 iseloomus, 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 vanusgruppide 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

Põlvamaal kaasati küsitlusse kokku viis omavalitsusüksust: linnadest Põlva ja valdadest Põlva, Räpina, Kanepi ja Mikitamäe. 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	Põlvamaa	Põlva linn	Põlva vald	Räpina vald	Kanepi vald	Mikitamäe vald
<b>KOV tüüp</b>	-	-	Tüüp 3	Tüüp 4	Tüüp 5	Tüüp 6	Tüüp 6
<b>Valim</b>	9668	604	124	121	119	122	118
<b>Vastajate arv</b>	4239	269	61	55	49	55	49
<b>Tagasiside määr</b>	44%	45%	49%	46%	41%	45%	42%

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

- ▶ Mikitamäe vallas on vastajate hulgas kõige enam mehi (73%);
- ▶ Kanepi vallas on vastajate hulgas kõige enam naisi (51%);
- ▶ Põlva linnas on vastajate hulgas kõige enam noori (46%);
- ▶ Põlva vallas on vastajate hulgas kõige enam keskealisi (45%);
- ▶ Räpina vallas on vastajate hulgas kõige enam vanemaealisi (26%);
- ▶ Mikitamäe vallas on kõige enam alg- või põhiharidusega vastajaid (46%);
- ▶ Põlva linnas on kõige enam keskharidusega vastajaid (53%);
- ▶ Põlva linnas on kõige enam kõrgharidusega vastajaid (23%);
- ▶ Räpina vallas ja Kanepi vallas on kõige enam töötavaid vastajaid (64%);
- ▶ Põlva linnas ja Põlva vallas on kõige enam töötuid vastajaid (4%);
- ▶ Mikitamäe vallas on kõige enam tööturul mitteaktiivseid vastajaid (46%).

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

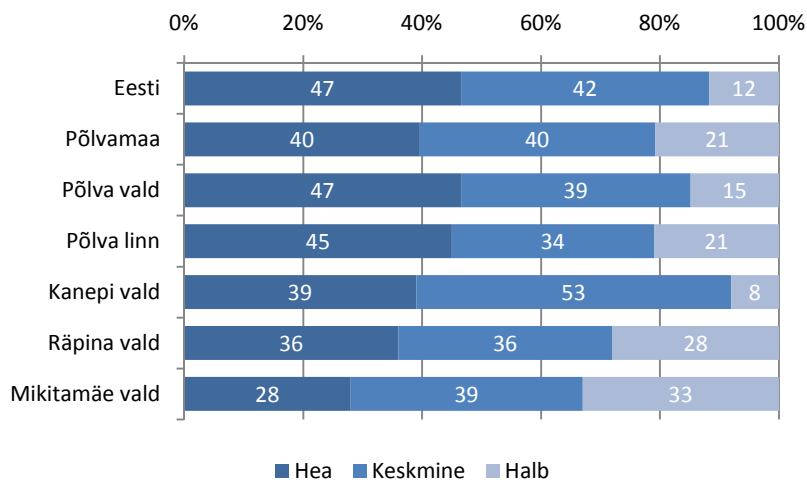
	Sugu		Vanus			Haridus			Tööturu staatus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus	Töötav	Töötu	Mitteaktiivne
<b>Eesti</b>	48	52	39	37	24	26	45	30	63	5	32
<b>Põlvamaa</b>	53	47	40	37	23	33	47	20	61	2	37
<b>Põlva linn</b>	52	48	46	32	22	25	53	23	57	4	39
<b>Põlva vald</b>	51	49	34	45	21	38	45	16	62	4	34
<b>Räpina vald</b>	53	47	40	34	26	34	47	19	64	2	34
<b>Kanepi vald</b>	49	51	38	42	20	32	46	22	64	0	36
<b>Mikitamäe vald</b>	73	27	39	36	25	46	38	16	53	1	46

\*Suhtarvud on arvutatud uuringu kaalutud andmete põhjal.

# 1. TERVISESEISUND

## 1.1. TERVISE ENESEHINNANG

Vastajatel paluti anda hinnang oma tervisele. Tegu on inimese enda tunnetusega oma tervisliku seisundi kohta. Kui Eestis keskmiselt hindab oma tervist heaks 47% vastajatest, siis Põlvamaal on näitaja madalam – 40% (joonis 1.1). Omavalitsuste lõikes esineb tervise enesehinnangus samuti erisusi. Põlva vallas hindab oma seisundit heaks 47% ja Mikitamäe vallas on näitaja 28%.



Joonis 1.1. Tervise enesehinnang

Hea tervise enesehinnanguga on:

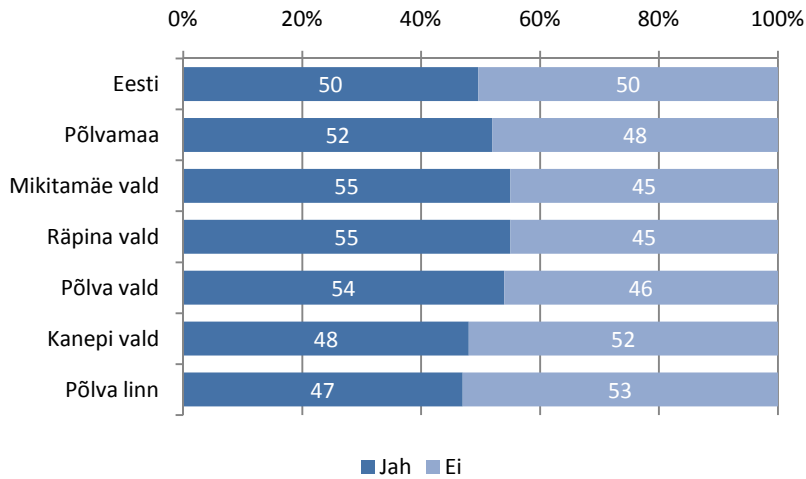
- ▶ pigem noored (66%) kui keskealised (33%) ja vanemaealised (6%);
- ▶ pigem kõrgharidusega (60%) kui keskhariidusega (37%) ja alg- või põhiharidusega (31%) vastajad;
- ▶ pigem töötud (49%) kui töötavad (41%) ja mitteaktiivsed (37%);
- ▶ pigem kõrge (50%) kui keskmise (39%) ja madala (34%) ostujõuga vastajad;
- ▶ pigem ilma lasteta (48%) ja täisealiste lastega (42%) kui alaealiste lastega (30%) leibkondade liikmed;
- ▶ pigem need, kellel ei ole pikaajalist kroonilist haigust;
- ▶ pigem need, kes ei ole terviseseisundi tõttu piiratud toimetulekuga.

Tabel 1.1. Tervise enesehinnangu seos teiste tunnustega, %

		Hea	Keskmine	Halb	Kokku
Pikaajaline haigus	Jah	14	46	39	100
	Ei	66	33	1	100
Terviseseisundi tõttu piiratud toimetulek	Piiratud	7	50	43	100
	Pole piiratud	65	33	3	100

## 1.2. KROONILISED TERVISEPROBLEEMID

Pikaajalisi kroonilisi haigusi või terviseprobleeme esineb Põlvamaal sarnasel määral Eesti keskmisega ehk ligikaudu pooltel vastajatel (joonis 1.2). Pikaajalise kroonilise haiguse põdejaid on kõige enam Räpina vallas ja Mikitamäe vallas (55%) ning kõige vähem Põlva linnas (47%).



Joonis 1.2. Pikaajaline krooniline haigus või terviseprobleem

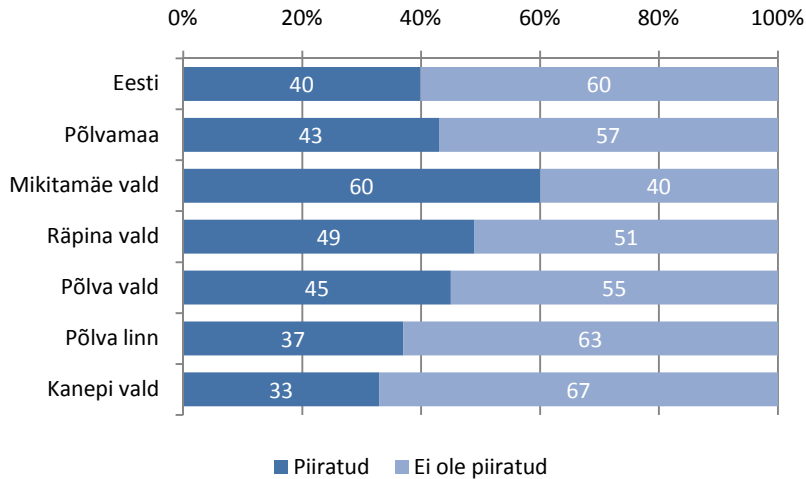
Pikaajalisi kroonilisi haigusi või terviseprobleeme esineb:

- ▶ sagedamini vanemaelistel (90%) kui keskealistel (54%) ja noortel (27%);
- ▶ pigem madala (62%) ja keskmise (53%) kui kõrge (36%) ostujõuga vastajatel;
- ▶ sagedamini elukaaslasega (56%) kui ilma elukaaslaseta (46%) vastajatel.



### 1.3. TERVISEST TINGITUD PIIRANGUD

Tervise tõttu piiratud igapäevase toimetulekuga vastajate osakaal on Põlvemaal (43%) sarnane Eesti keskmisele (joonis 1.3). Põlvamaa omavalitsustest on enim tervise tõttu piiratud toimetulekuga vastajaid Mikitamäe vallas (60%) ja kõige vähem Kanepi vallas (33%).



Joonis 1.3. Tervise seisundi tõttu piiratud igapäevane toimetulek

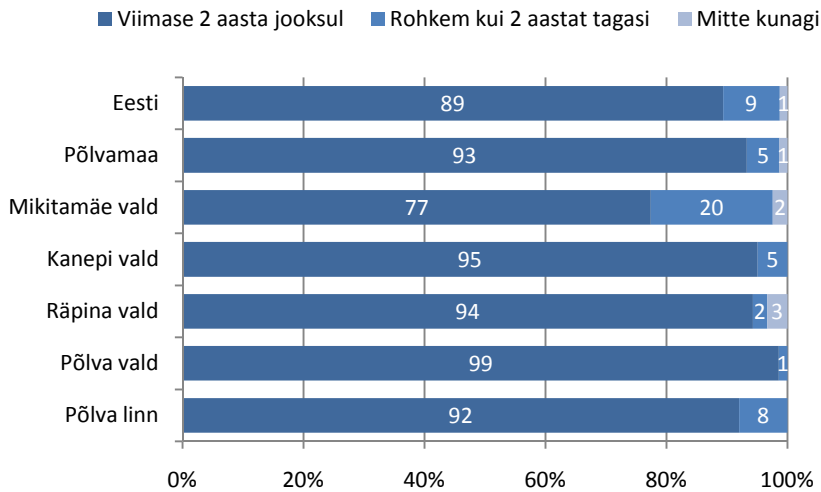
Tervise seisundi tõttu piiratud igapäevase toimetulekuga vastajate osakaal on kõrgem:

- ▶ pigem vanemaaliste (72%) kui keskealiste (46%) ja noorte (25%) hulgas;
- ▶ pigem alg- või põhiharidusega (52%) ja keskharidusega (46%) kui kõrgharidusega (24%) vastajatel;
- ▶ pigem mitteaktiivsete (59%) kui töötute (45%) ja töötavate (34%) hulgas;
- ▶ pigem keskmise (50%) ja madala (45%) kui kõrge (34%) ostujõuga vastajatel;
- ▶ pigem elukaaslasega (49%) kui ilma elukaaslaset (36%) vastajatel.

## 1.4. TERVISENÄITAJATE MÕÕTMINE JA KONTROLL

### Vererõhu mõõtmine

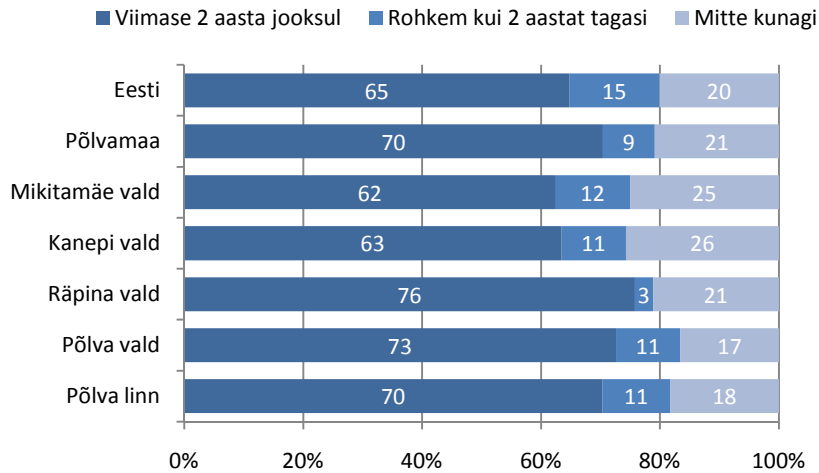
Sarnaselt Eesti keskmisele on enamikul Põlvamaa vastajatest (93%) viimase kahe aasta jooksul vererõhku mõõdetud (joonis 1.4). Näitaja on kõrgeim Põlva vallas (99%) ja madalaim Mikitamäe vallas (77%). Olulisi erinevusi sotsiaal-demograafiliste tunnuste lõikes näitaja kohta ei esinenud (vt lisa 1, tabel 1.4).



Joonis 1.4. Vererõhu mõõtmine

### Kolesterooli mõõtmine

Vastajaid, kellel pole elu jooksul kunagi vere kolesterooli taset määratud on Põlvamaal 21%, mis on sarnane Eesti keskmisele (joonis 1.5). Viimase kahe aasta jooksul on oma vere kolesterooli taset lasknud määrata 70% maakonna vastajatest, mis on kõrgem kui Eestis keskmiselt 65%. Vastav näitaja on kõige kõrgem Räpina vallas (76%) ja madalaim Mikitamäe vallas (62%). Kanepi vallas on kõige enam vastajaid (26%), kellel pole vere kolesterooli taset kunagi mõõdetud.



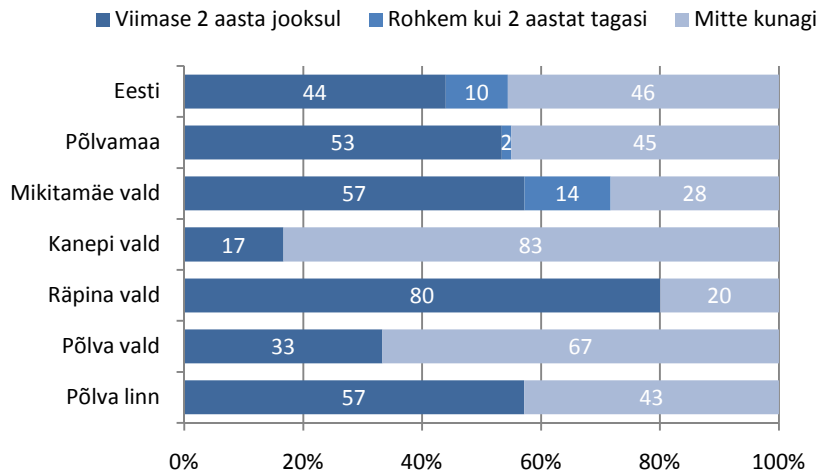
Joonis 1.5. Vere kolesterooli taseme määramine

Vere kolesterooli taset on viimase kahe aasta jooksul määratud:

- ▶ sagedamini vanemaealistel (88%) kui keskealistel (78%) ja noortel (48%);
- ▶ sagedamini keskharidusega (76%) kui kõrgharidusega (66%) ja alg- või põhiharidusega (66%) vastajatel.

### Eesnäärme kontroll

Eesnäärme uuringus osalemise kohta paluti vastata vaid 55-70 aastastel meestel. Viimase kahe aasta jooksul on uuringus osalenud 53% Põlvamaa meestest, mis on kõrgem Eesti keskmisest 44% (joonis 1.6). Kõige kõrgem on näitaja Räpina vallas (80%). Kanepi valla meeste hulgas on näitaja teistest oluliselt madalam (17%) ning sealsetest meestest pole kunagi eesnäärme kontrollis käinud 83%.

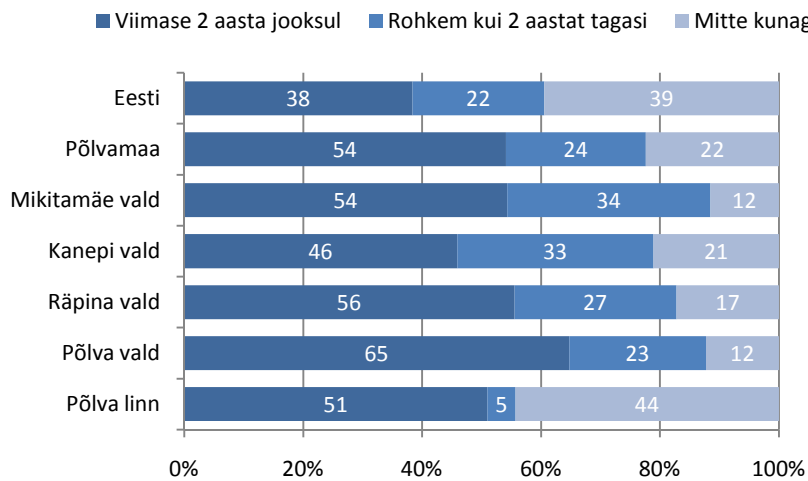


**Joonis 1.6.** Eesnäärme uuringus osalemine  
(vastasid ainult mehed, vanuses 55-70 aastat)

Viimase kahe aasta jooksul on eesnäärme kontrollis käinud pigem kõrgharidusega (74%) kui alg- või põhiharidusega (52%) ja keskhariidusega (48%) mehed.

## Mammograafia

Mammograafia uuringus osalemise kohta paluti vastata vaid 35-70 aastastel naistel. Viimase kahe aasta jooksul mammograafia uuringus osalenud naiste osakaal on Põlvamaal (54%) kõrgem kui Eestis keskmiselt (38%) (joonis 1.7). Kõrgeim on näitaja Põlva vallas (65%) ja madalaim Kanepi vallas (46%). Põlva linn tõuseb esile selle poolest, et sealsetest vähemalt 35-aastastest naistest pole 44% mammograafia uuringus kunagi osalenud.



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

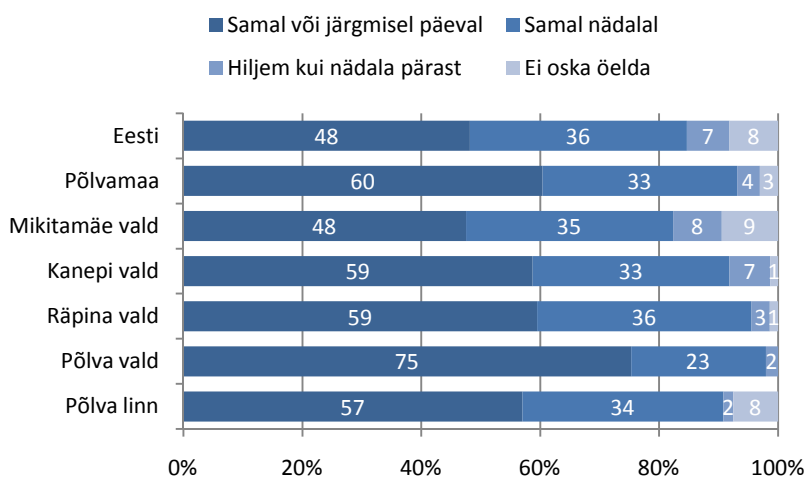
Viimase kahe aasta jooksul mammograafia uuringus osalenud on pigem keskharidusega (59%) kui alg- või põhiharidusega (52%) ja kõrgharidusega (47%) naised.

## 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

Põlvamaal on perearsti või -õe teenus kättesaadav samal või järgmisel päeval 60% vastajatest (joonis 1.8), mis on kõrgem Eesti keskmisest 48%. Kõige kõrgem on samal või järgmisel päeval perearsti või -õe teenuse kättesaadavus Põlva vallas (75%) ja madalaim Mikitamäe vallas (48%).

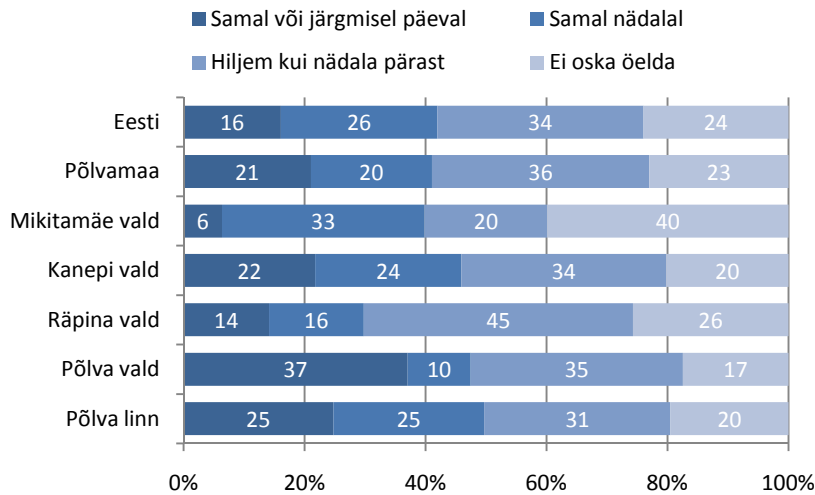


Joonis 1.8. Perearsti või -õe teenuse kättesaadavus

Perearsti või -õe teenus on samal või järgmisel päeval kättesaadavam pigem keskealistele (64%) ja noortele (63%) kui vanemaealistele (50%) vastajatele.

## Hambaarst

Samal või järgmisel päeval pääseb hambaarstile 21% Põlvamaa vastajatest, mis on kõrgem Eesti keskmisest 16% (joonis 1.9). Näitaja on kõrgeim Põlva vallas (37%) ja madalaim Mikitamäe vallas (6%).



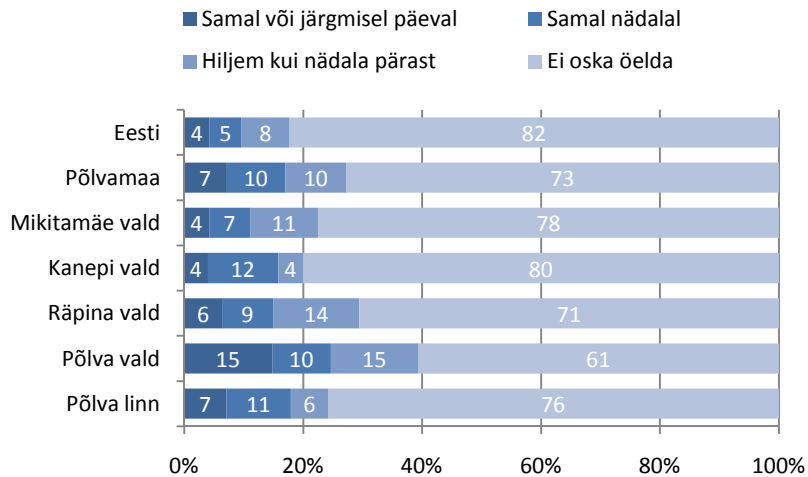
Joonis 1.9. Hambaarsti teenuse kättesaadavus

Hambaarsti teenus on samal või järgmisel päeval kättesaadavam:

- ▶ pigem noortele (33%) kui keskealistele (15%) ja vanemaealistele (10%);
- ▶ pigem keskmise (26%) ja madala (22%) kui kõrge (13%) ostujõuga vastajatele.

### Psühholoogiline nõustamine

Enamus vastajaid nii Eestis keskmiselt kui Põlvamaal 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 Põlva valla ja Räpina valla vastajad, kellest enamik hindasid teenuse ootejärjekorda pikemaks kui üks nädal. Olulisi erinevusi sotsiaal-demograafiliste tunnuste lõikes näitaja kohta ei esinenud (vt lisa 1, tabel 1.10).



Joonis 1.10. Psühholoogilise nõustamisteenuse kättesaadavus

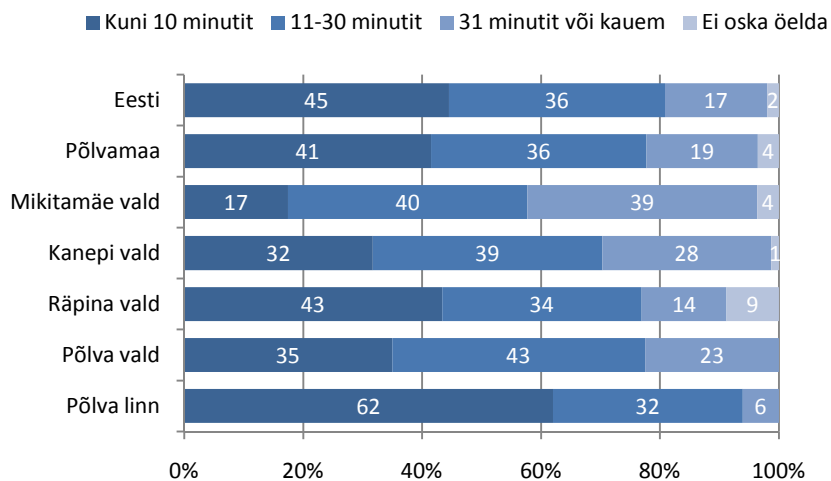


## 1.6. RAVIMITE, TOIDUKAUPADE, ALKOHOLI JA TUBAKATOODETE KÄTTESAADAVUS

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

### Ravimite kättesaadavus

Ravimite kättesaadavus kuni 10 minuti jooksul on Põlvamaal (41%) sarnane Eesti keskmisele (joonis 1.11). Kõige enam on kuni 10 minuti jooksul ravimite kättesaajaid Põlva linnas (62%), näitaja on madalaim Mikitamäe vallas (17%).

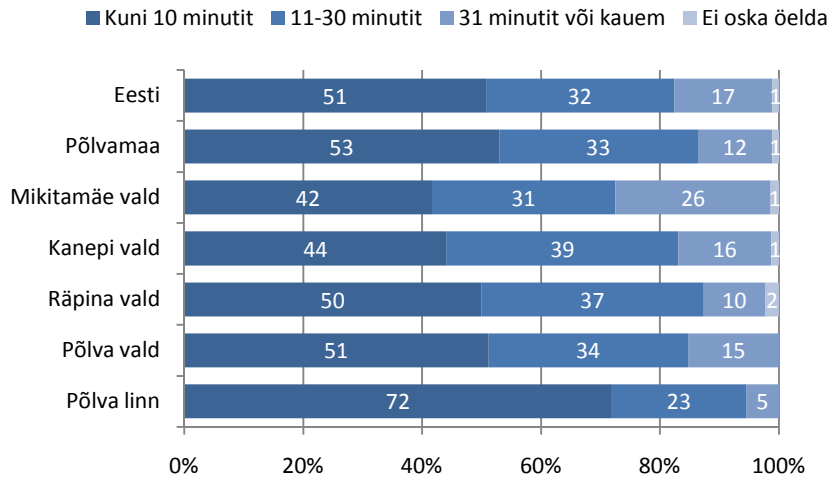


Joonis 1.11. Ravimite kättesaadavus

Kuni 10 minuti jooksul on ravimid kättesaadavad pigem keskealistele (52%) ja noortele (43%) kui vanemaealistele (22%) vastajatele.

### Toidukaupade kättesaadavus

Toidukaupade kättesaadavus kuni 10 minuti jooksul on Põlvamaal (53%) sarnane Eesti keskmisega (joonis 1.12). Näitaja on kõrgeim Põlva linnas (72%) ja kõige madalam Mikitamäe vallas (42%).

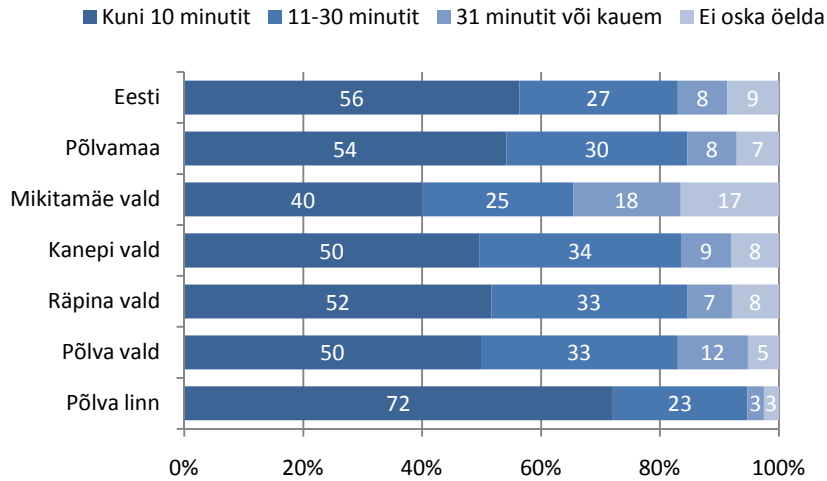


Joonis 1.12. Toidukaupade kättesaadavus

Kuni 10 minuti jooksul on toidukabad kättesaadavad pigem noortele (60%) ja keskealistele (58%) kui vanemaealistele (32%) vastajatele.

### Alkoholi kättesaadavus

Alkoholi kättesaadavus kuni 10 minuti jooksul on Põlvamaal (54%) sarnane Eesti keskmisele (joonis 1.13). Näitaja on kõrgeim Põlva linnas (72%) ja kõige madalam Mikitamäe vallas (40%).

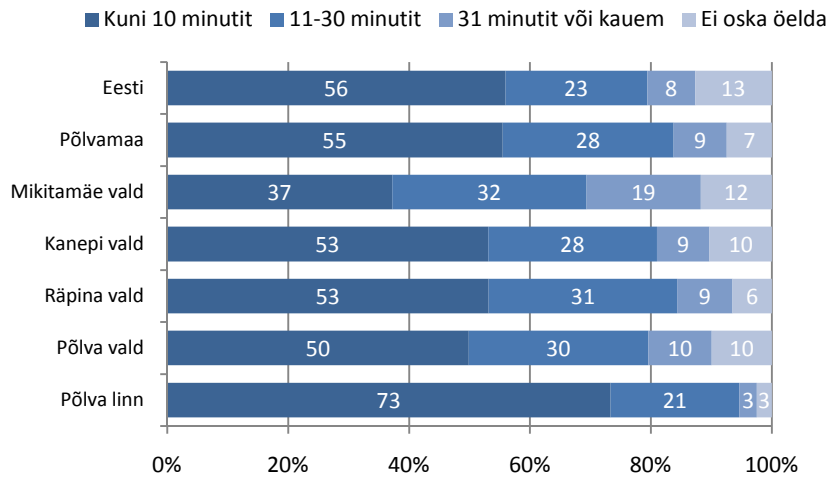


Joonis 1.13. Alkoholi kättesaadavus

Kuni 10 minuti jooksul on alkohol kättesaadavam pigem noortele (64%) ja keskealistele (57%) kui vanemaealistele (30%) vastajatele.

### Tubaka kättesaadavus

Tubakatoodete kättesaadavus Põlvamaal sarnaneb Eesti keskmisega, kuni 10 minuti jooksul on tubakatooted kättesaadavad 55% Põlvamaa vastajatest (joonis 1.14). Sarnaselt alkoholi kättesaadavusele on näitaja kõrgeim Põlva linnas (73%) ja kõige madalam Mikitamäe vallas (37%).



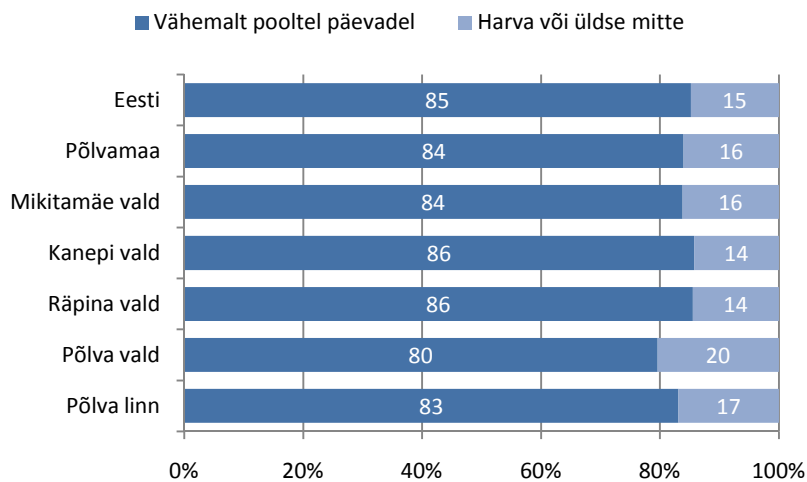
Joonis 1.14. Tubakatoodete kättesaadavus

Kuni 10 minuti jooksul on alkohol kättesaadavam pigem noortele (66%) ja keskealistele (59%) kui vanemaealistele (26%) vastajatele.

## 2. TOITUMINE

### 2.1. HOMMIKUSÖÖK

Homмикusöögi söömise poolest on Põlvamaa näitaja sarnane Eesti keskmisele – 84% Põlvamaa vastajatest söi uuringule eelnenud kuu jooksul hommikust vähemalt pooltel päevadel (joonis 2.1). Kõige enam söövad hommikust Kanepi valla ja Räpina valla vastajad (86%) ning kõike vähem Põlva valla vastajad (80%).



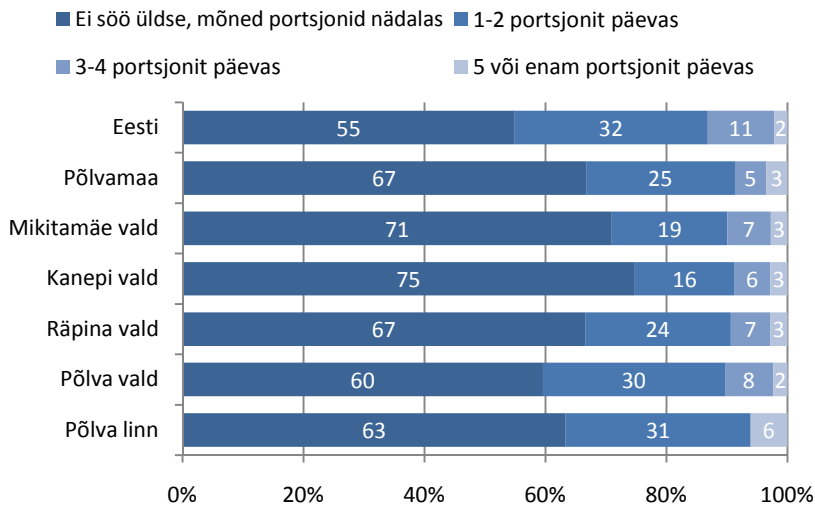
Joonis 2.1. Homмикusöögi söömine uuringule eelnenud 30 päeva jooksul

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

- ▶ pigem vanemaealised (93%) kui keskealised (84%) ja noored (79%);
- ▶ pigem mitteaktiivsed (90%) kui töötavad (81%) ja töötud (74%);
- ▶ pigem täisealiste lastega (89%) ja ilma lasteta (82%) kui alaealiste lastega (75%) leibkondade liikmed.

## 2.2. PUU- JA KÖÖGIVILJAD

Võrreldes Eesti keskmisega on Põlvemaal enam vastajaid, kes puu- ja köögivilju üldse ei söö või söövad ainult mõned korrad nädalas – 67% (joonis 2.2). Vähesed puu- ja köögiviljade söömise poolest tõusevad esile Kanepi vald (75%) ja Mikitamäe vald (71%). Kõige suurem on vähemalt 3 portsjonit päevas puu- ja köögivilju sööjate arv Mikitamäe vallas, Rápina vallas ja Põlva vallas (10%), soovituslikud 5 ja rohkem portsjonit päevas sööb 3% Põlvmaa vastajatest.



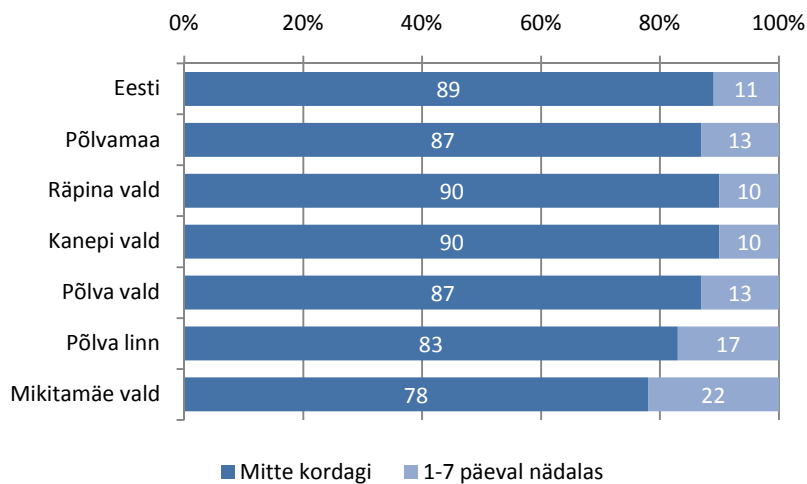
Joonis 2.2. Puu- ja köögiviljade söömine uuringule eelnenud 7 päeva jooksul

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

- ▶ pigem mehed (76%) kui naised (56%);
- ▶ pigem vanemaealised (78%) ja keskealised (70%) kui noored (58%);
- ▶ pigem alg- või põhiharidusega (73%) ja keskkharidusega (70%) kui kõrgharidusega (47%) vastajad;
- ▶ pigem töötavad (68%) ja mitteaktiivsed (66%) kui töötud (56%);
- ▶ pigem madala (74%) kui keskmise (63%) ja kõrge (60%) ostujõuga vastajad.

### 2.3. ENERGIAJOOGID

Vastajaid, kes uuringule eelnenud nädala jooksul jõid energijooke on Põlvamaal 13%, näitaja on sarnane Eesti keskmisele (joonis 2.3). Kõige enam on energijookide tarvitajaid Mikitamäe vallas (22%) ning kõige vähem Rápina vallas ja Kanepi vallas (10%).



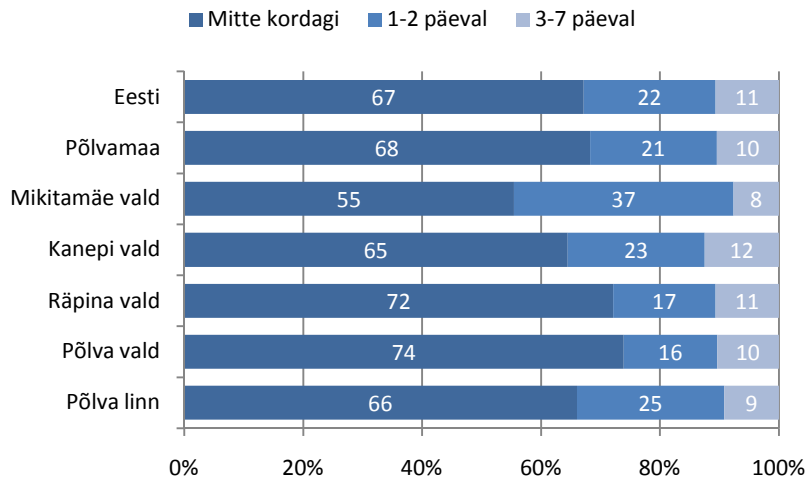
Joonis 2.3. Energijookide tarvitamine uuringule eelnenud 7 päeva jooksul

Vähemalt ühe korra nädalas energijookide tarvitajaid võib iseloomustada järgnevalt:

- ▶ pigem mehed (19%) kui naised (6%);
- ▶ pigem noored (26%) kui vanemaealised (5%) ja keskealised (4%);
- ▶ pigem alg- või põhiharidusega (21%) kui keskharidusega (9%) ja kõrgharidusega (9%) vastajad;
- ▶ pigem ilma lasteta (17%) ja täisealiste lastega (15%) kui alaealiste lastega (2%) leibkondade liikmed.

## 2.4. SUHKRUT SISALDAVAD MAGUSAD JOOGID

Põlvamaal on Coca-Cola ja teiste suhkrut sisaldavate magusate jookide iganädalasi tarvitajaid 31% vastajatest, mis on sarnane Eesti keskmisele (joonis 2.4). Vähemalt ühel päeval nädalas on mainitud jooke tarvitanud vastajate osakaal suurim Mikitamäe vallas (45%) ja madalaim Põlva vallas (26%).



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

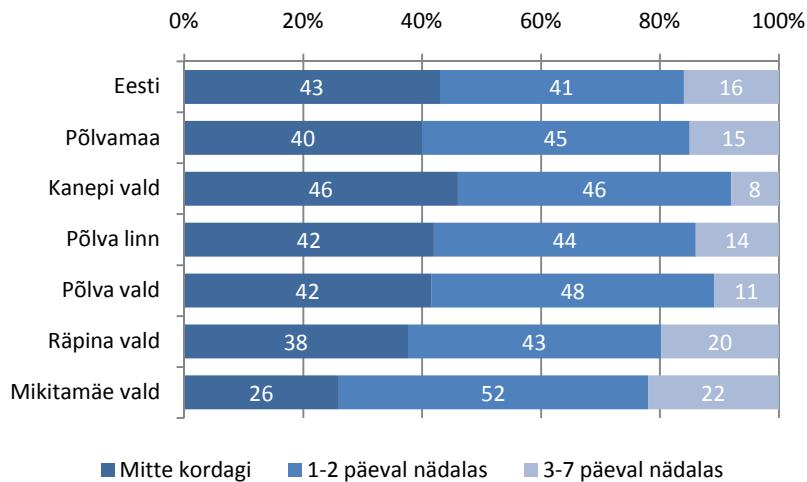
Vähemalt ühe korra nädalas magusate jookide tarvitajaid võib iseloomustada järgnevalt:

- ▶ pigem mehed (38%) kui naised (25%);
- ▶ pigem noored (49%) kui keskealised (26%) ja vanemaealised (10%);
- ▶ pigem ilma lasteta (38%) kui täisealiste lastega (29%) ja ilma lasteta (29%) leibkondade liikmed.



## 2.5. SAIATOOTED

Pitsat, pirukaid, saiakesi ja hamburgereid söövad iganädalaselt 60% Põlvamaa vastajatest, näitaja on sarnane Eesti keskmisele (joonis 2.5). Vähemalt ühel päeval nädalas söövad kõige enam saiatooteid Mikitamäe valla vastajad (74%) ja kõige vähem Kanepi valla vastajad (54%).



Joonis 2.5. Saiatoodete söömine uuringule eelnenu 7 päeva jooksul

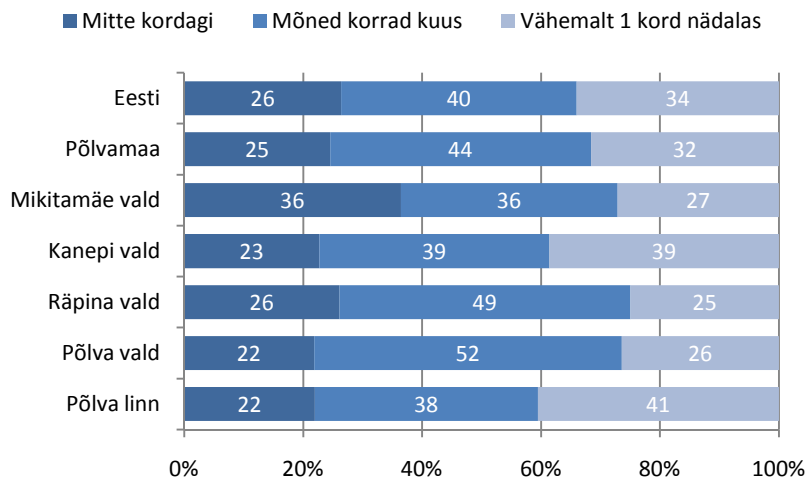
Vähemalt ühe korra nädalas saiatoodete sööjaid võib iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem noored (75%) kui keskealised (52%) ja vanemaealised (46%);
- ▶ pigem kõrgharidusega (66%) ja alg- või põhiharidusega (64%) kui keskharidusega (54%) vastajad;
- ▶ pigem ilma lasteta (66%) kui alaealiste lastega (59%) ja täisealiste lastega (57%) leibkondade liikmed.

## 3. ALKOHOL

### 3.1. ALKOHOLI TARVITAMISE REGULAARSUS

Alkoholi tarvitamise regulaarsus Põlvamaal sarnaneb Eesti keskmisega. Põlvamaal on uuringule eelnenud 30 päeva jooksul alkoholi mitte tarvitanud vastajaid 25% (joonis 3.1). Vähemalt korra nädalas alkoholi tarvitajaid on kõige enam Põlva linnas (41%) ja kõige vähem Räpina vallas (25%).



Joonis 3.1. Alkoholi tarvitamise regulaarsus uuringule eelnenud 30 päeva jooksul

Vähemalt ühe korra nädalas alkoholi tarvitajaid võib iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem mehed (47%) kui naised (14%);
- ▶ pigem keskealised (40%) ja noored (32%) kui vanemaealised (18%);
- ▶ pigem kõrgharidusega (43%) ja alg- või põhiharidusega (36%) kui keskhariidusega (25%) vastajad;
- ▶ pigem töötud (69%) kui töötavad (40%) ja mitteaktiivsed (16%);
- ▶ pigem kõrge (41%) kui madala (28%) ja keskmise (27%) ostujõuga vastajad.

Vähemalt üks kord nädalas tarvitajad alkoholi pigem need:

- ▶ kelle tervise enesehinnang on hea;
- ▶ kellel ei ole tervises seisundi tõttu piiratud toimetulekut;
- ▶ kes joovad end purju vähemalt üks kord nädalas;
- ▶ kes enda hinnangul tarvitavad alkoholi palju;
- ▶ kes on korduvalt tarvitanud kanepit;
- ▶ kellel on olnud uuringule eelnenud aasta jooksul juhuslikke seksuaalsuhteid;
- ▶ kes juhuslike seksuaalsuhte korral ei ole kasutanud kondoomi.

Tabel 3.1. Alkoholi tarvitamise regulaarsuse seos teiste tunnustega, %

		Vähemalt üks kord nädalas	1-3 korda kuus	Mitte kordagi	Kokku
Tervise enesehinnang	Hea	45	33	21	100
	Keskmine	28	46	26	100
	Halb	15	56	29	100
Tervise seisundi tõttu piiratud toimetulek	Piiratud	20	50	30	100
	Ei ole piiratud	40	39	21	100
Korraka vähemalt 6 alkoholiannuse tarvitamine*	Mitte kordagi	24	76	0	100
	1-3 korda kuus	44	56	0	100
	Vähemalt 1 kord nädalas	89	11	0	100
Subjekttiivne alkoholi tarvitamise hinnang*	Vähe või mõõdukalt	37	63	0	100
	Palju	78	22	0	100
Kanepi tarvitamine	Jah, 1 korra	37	57	6	100
	Jah, korduvalt	84	11	5	100
	Ei	29	44	28	100
Seksuaalvahekord juhupartneriga viimase 12 kuu jooksul**	Jah	41	54	5	100
	Ei	31	43	25	100
Kondoomi kasutamine***	Mitte kordagi või harva	69	10	21	100
	Enamasti või iga kord	32	68	0	100

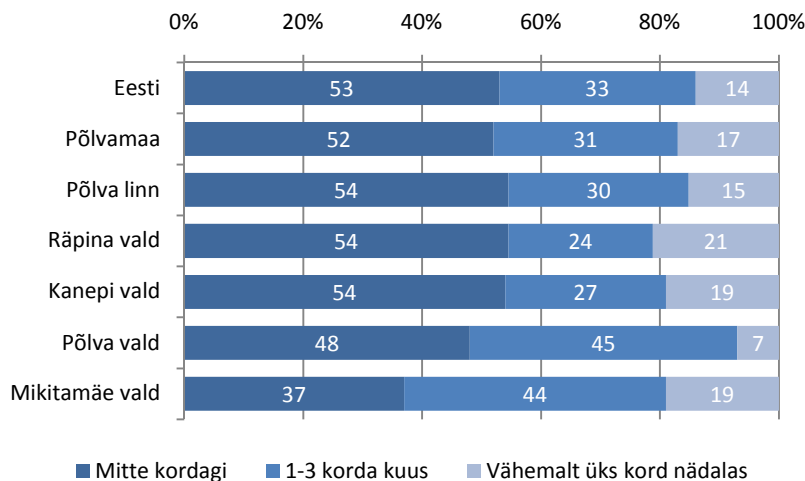
\*Vastasid ainult need, kes olid uuringule eelnenud 30 päeva jooksul alkohoolseid jooke tarvinud.

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

\*\*\*Vastasid ainult need, kes uuringule eelnenud 12 kuu jooksul olid olnud seksuaalvahekorras juhupartneriga.

### 3.2. ALKOHOLI TARVITAMISE KOGUSED

Purju joomise (ehk korraga vähemalt 6 annuse alkoholi<sup>3</sup> tarvitamise) sageduse näitajate poolest on Põlvamaa olukord sarnane Eesti keskmisele (joonis 3.2). Põlvamaal joob end vähemalt ühe korra kuus purju 48% vastajatest. Iga nädal purju joojaid on Põlvamaal keskmiselt 17%. Iganädalasi purju joojaid on kõige vähem Põlva vallas (7%) ja kõige enam Räpina vallas (21%).



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

Vähemalt ühe korra nädalas purju joojaid võib iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem mehed (26%) kui naised (3%);
- ▶ pigem keskealised (20%) ja noored (18%) kui vanemaealised (6%);
- ▶ pigem kõrgharidusega (23%) ja keskhäridusega (18%) kui alg- või põhiharidusega (12%) vastajad;
- ▶ pigem töötud (29%) ja töötavad (21%) kui mitteaktiivsed (5%);
- ▶ pigem ilma lasteta (22%) ja alaealiste lastega (21%) kui täisealiste lastega (9%) leibkondade liikmed.

Rohkem esineb purju joomist nende hulgas:

- ▶ kellel ei ole tervise seisundi tõttu piiratud toimetulekut;
- ▶ kes on korduvalt tarvitanud kanepit;
- ▶ kes enda hinnangul tarvitavad alkoholi palju;
- ▶ kes juhuslike seksuaalsuhete korral ei ole kasutanud kondoomi.

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

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

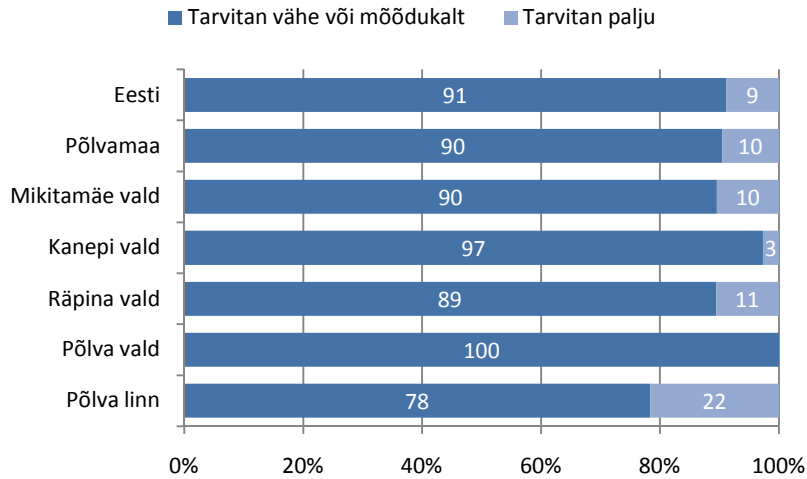
		Vähemalt üks kord nädalas	1-3 korda kuus	Mitte kordagi	Kokku
<b>Tervises seisundi tõttu piiratud</b>	Piiratud	10	37	53	100
	Ei ole piiratud	22	26	53	100
<b>Kanepi tarvitamine</b>	Jah, 1 korra	17	39	44	100
	Jah, korduvalt	66	34		100
	Ei	14	29	57	100
<b>Subjektivne alkoholi tarvitamise hinnang*</b>	Vähe või mõõdukalt	11	32	57	100
	Palju	77	16	7	100
<b>Kondoomi kasutamine**</b>	Mitte kordagi või harva	71	16	13	100
	Enamasti või iga kord	23	35	42	100

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

\*\*Vastasid ainult need, kes uuringule eelnenud 12 kuu jooksul olid olnud seksuaalvahekorras juhupartneriga.

### 3.3. HINNANGUD OMA ALKOHOLI TARVITAMISELE

Uuringus osalenutel paluti anda subjektiivne hinnang enda alkoholi tarvitamisele. Nii Eestis keskmiselt kui ka Põlvamaal leiab ligikaudu 90% vastajaid, et nad tarvitavad alkoholi vähe või mõõdukalt (joonis 3.3). Neid vastajaid, kes arvavad, et nad tarvitavad alkoholi palju on kõige enam Põlva linnas (22%) ja kõige vähem Kanepi vallas (3%).



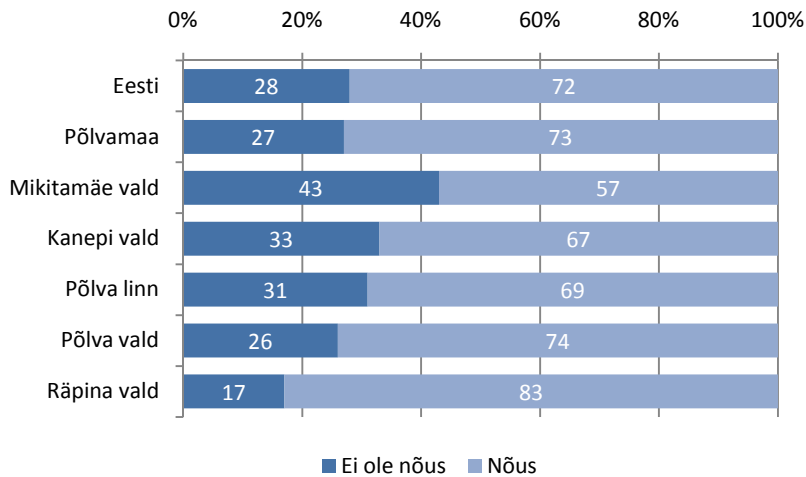
**Joonis 3.3.** Subjektiivne alkoholi tarvitamise hinnang  
(vastasid ainult need, kes olid uuringule eelnud 30 päeva jooksul alkohoolseid jooke tarvitanud)

Enda hinnangul tarvitavad alkoholi palju pigem mehed (15%) kui naised (1%).

### 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 Põlvamaal 28%, mis on sarnane Eesti keskmisele (joonis 3.4). Väitega nõustujaid on kõige enam Räpina vallas (83%) ja kõige vähem Mikitamäe vallas (57%).



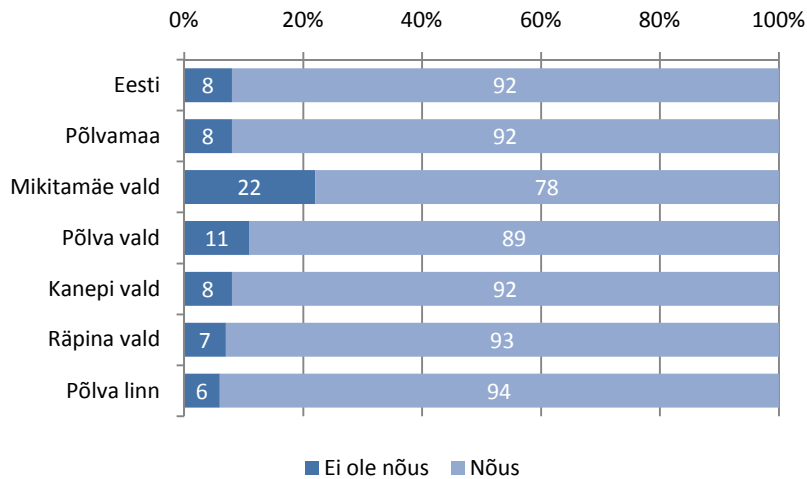
*Joonis 3.4. Väitele „Enamikel nädalapäevadel klaasi veini või pudeli õlle joomine võib tervisele halvasti mõjuda“ vastamine*

Väitega mittenõustujaid võib iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem mehed (35%) kui naised (19%);
- ▶ pigem noored (32%) kui keskealised (24%) ja vanemaealised (22%);
- ▶ pigem alg- või põhiharidusega (35%) ja keskharidusega (28%) kui kõrgharidusega (17%) vastajad.

### Hoiakud purju joomise terviskahjude suhtes

Väitega „Iganädalane purju joomine võib tekitada tõsiseid tervisehäireid“ ei nõustu 8% Põlvamaa vastajatest, näitaja on võrdne Eesti keskmisega (joonis 3.5). Mittenõustujaid on kõige rohkem Mikitamäe vallas (22%) ja kõige vähem Põlva linnas (6%). Olulisi erinevusi sotsiaal-demograafiliste tunnuste lõikes näitaja kohta ei esinenud (vt lisa 3, tabel 3.5).

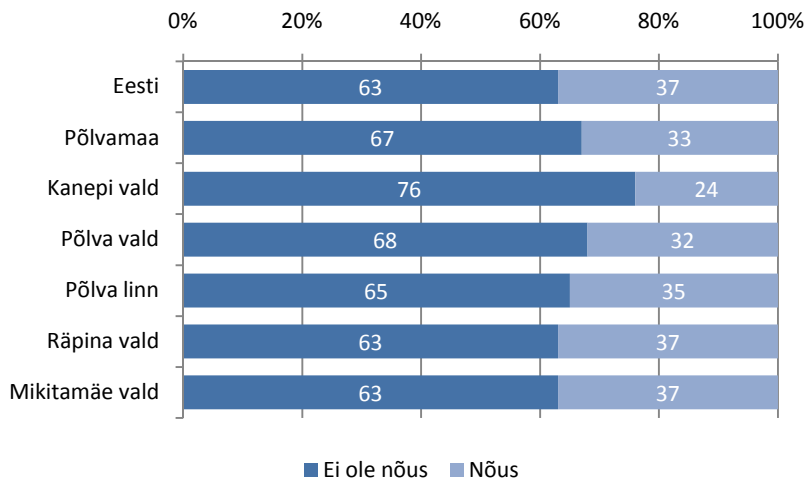


Joonis 3.5. Väitele „Iganädalane purju joomine võib tekitada tõsiseid tervisehäireid“ vastamine



*Purju joomist soosivad hoiakud tutvusringkonnas*

Väitega „Minu tutvusringkonnas on tavaline ennast seltskondlikel koosviibimistel purju juua“ nõustujaid on Põlvamaal (33%) sarnasel määral Eesti keskmisega (joonis 3.6). Kõige madalam on nõustujate osakaal Kanepi vallas (24%) ning kõige kõrgem Räpina vallas ja Mikitamäe vallas (37%).



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

Väitega nõustujaid võib iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem mehed (43%) kui naised (22%);
- ▶ pigem noored (49%) kui keskealised (27%) ja vanemaealised (11%);
- ▶ pigem alg- või põhiharidusega (39%) ja keskharidusega (33%) kui kõrgharidusega (25%) vastajad;
- ▶ pigem need, kes sagedamini tarvitavad alkoholi;
- ▶ pigem need, kes joovad end vähemalt üks kord nädalas purju.

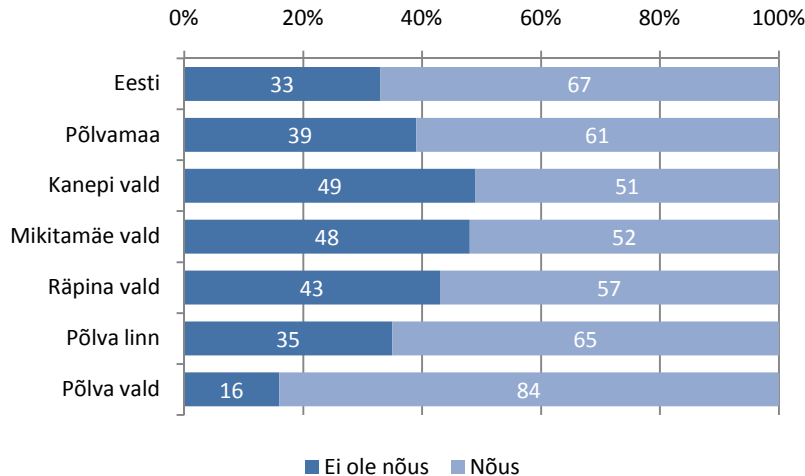
**Tabel 3.3.** Väite „Minu tutvusringkonnas on tavaline ennast seltskondlikel koosviibimistel purju juua“, seos teiste tunnustega, %

		Ei ole nõus	Nõus	Kokku
<b>Alkoholi tarvitamise regulaarsus</b>	Vähemalt 1 kord nädalas	58	42	100
	1-3 korda kuus	64	36	100
	Mitte kordagi	82	18	100
<b>Korraga vähemalt 6 alkoholiannuse tarvitamine*</b>	Vähemalt 1 kord nädalas	31	69	100
	1-3 korda kuus	52	48	100
	Mitte kordagi	78	22	100

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

*Hoiakud alkoholi ja tubakatoodete müügipiirangute suhtes*

Põlvamaal on väitega „Alkoholi ja tubakatooteid tuleks müüa spetsiaalsetes müügikohtades“ nõustujaid vähem (61%) kui Eestis keskmiselt (67%) (Joonis 3.7). Kõige madalam on nõustujate osakaal Kanepi vallas (51%) ja kõige kõrgem Põlva vallas (84%).



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

Müügipiirangute vastaseid võib iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem mehed (48%) kui naised (28%);
- ▶ pigem noored (49%) kui keskealised (32%) ja vanemaealised (29%);
- ▶ pigem kõrgharidusega (50%) kui keskharidusega (37%) ja alg- või põhiharidusega (34) vastajad;
- ▶ pigem need, kes tarvitavad alkoholi vähemalt üks kord nädalas;
- ▶ pigem need, kes joovad end vähemalt üks kord nädalas purju.

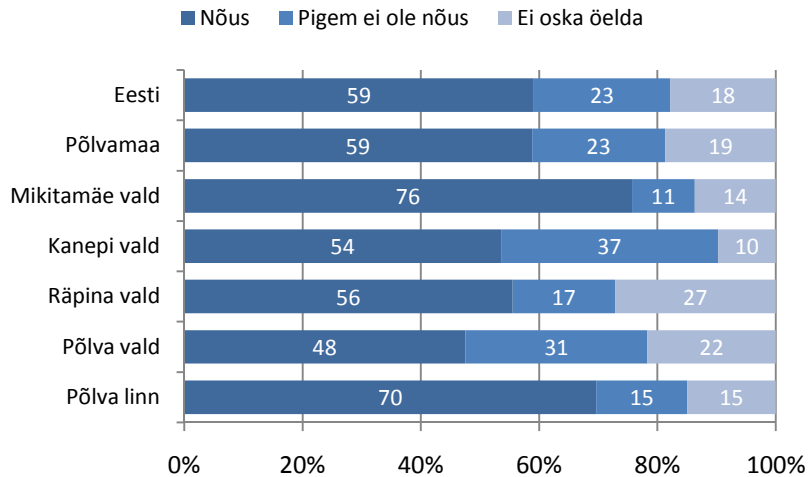
**Tabel 3.4.** Väite „Alkoholi ja tubakatooteid tuleks müüa spetsiaalsetes müügikohtades“, seos teiste tunnustega, %

		Ei ole nõus	Nõus	Kokku
<b>Alkoholi tarvitamise regulaarsus</b>	Vähemalt 1 kord nädalas	54	46	100
	1-3 korda kuus	37	63	100
	Mitte kordagi	21	79	100
<b>Korraka vähemalt 6 alkoholiannuse tarvitamine*</b>	Vähemalt 1 kord nädalas	70	30	100
	1-3 korda kuus	49	51	100
	Mitte kordagi	33	67	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 on Põlvamaal (59%) võrdselt Eesti keskmisega (joonis 3.8). Näitaja on kõrgeim Mikitamäe vallas (76%) ja madalaim Põlva vallas (48%).



**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 (78%) ja keskealised (69%) kui noored (43%);
- ▶ pigem need, kes joovad end purju vähemalt üks kord nädalas.

**Tabel 3.5.** Väide „Peaksin tarvitama vähem alkoholi“, seos korraga vähemalt 6 alkoholiannuse tarvitamisega, %\*

	Nõus	Ei ole nõus	Ei oska öelda	Kokku	
<b>Korraga vähemalt 6 alkoholiannuse tarvitamine**</b>	Mitte kordagi	51	31	19	100
	1-3 korda kuus	43	32	24	100
	Vähemalt 1 kord nädalas	83	7	10	100

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

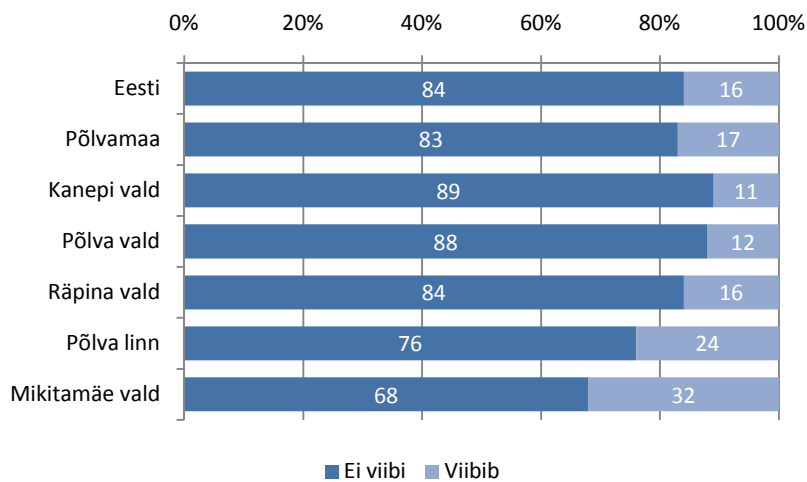
\*\*Vastasid ainult need, kes olid uuringule eelnud 30 päeva jooksul alkohoolseid jooke tarvitanud.

## 4. SUITSETAMINE

### 4.1. PASSIIVNE SUITSETAMINE

#### Tööl viibimine ruumides, kus suitsetatakse

Põlvamaa vastajatest viibib 17% tööl ruumides, kus suitsetatakse, näitaja on sarnane Eesti keskmisele (joonis 4.1). Omavalitsuste lõikes on näitaja kõrgeim Mikitamäe vallas (32%) ja kõige madalam Kanepi vallas (11%).



Joonis 4.1. Tööl viibimine ruumides, kus suitsetatakse

Vastajaid, kelle töökohal suitsetatakse võib iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem mehed (26%) kui naised (7%);
- ▶ pigem keskealised (24%) kui noored (15%) ja vanemaealised (9%);
- ▶ pigem alg- või põhiharidusega (26%) kui keskharidusega (14%) ja kõrgharidusega (10%) vastajad;
- ▶ pigem need, kes alustasid suitsetamist 18-aastaselt või vanemalt.

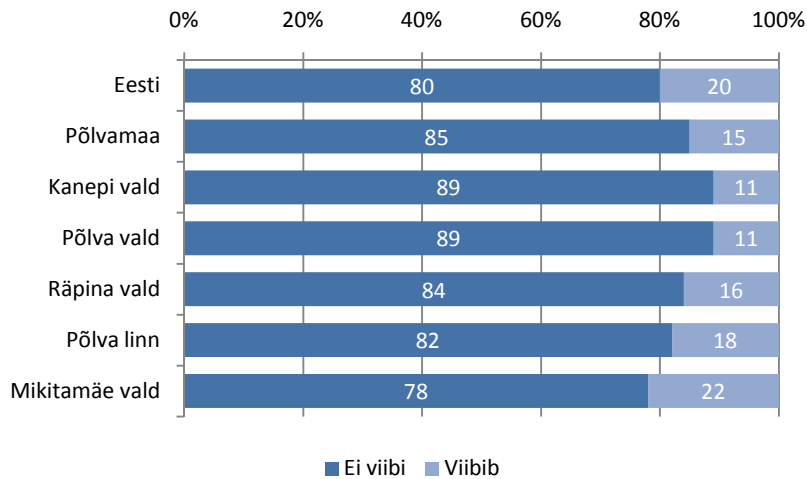
Tabel 4.1. Väide: „viibimine tööl ruumides, kus suitsetatakse“ seos suitsetamise alustamisega, %

		Viibib	Ei viibi	Kokku
Suitsetamise alustamine*	Enne 18. eluaastat	6	94	100
	18-aastaselt või vanemalt	30	70	100

\*Vastasid ainult need, kes suitsetavad igapäevaselt.

### Kodus viibimine ruumides, kus suitsetatakse

Põlvamaa vastajate hulgas on 15% neid, kelle kodus suitsetatakse, Eesti keskmiselt on näitaja kõrgem 20% (joonis 4.2). Kõige madalam on näitaja Kanepi vallas ja Põlva vallas (11%) ning kõige kõrgem Mikitamäe vallas (22%).

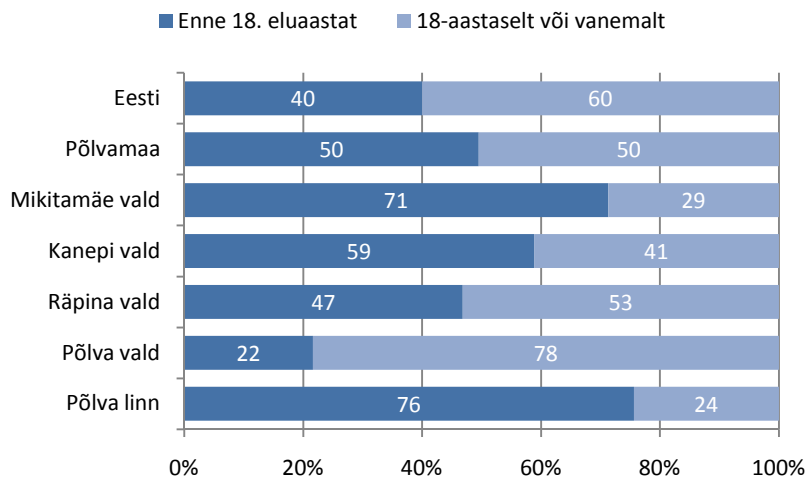


Joonis 4.2. Kodus viibimine ruumides, kus suitsetatakse

Vastajad, kelle kodus suitsetatakse on pigem madala (24%) kui kõrge (11%) ja keskmise (10%) ostujõuga.

## 4.2. SUITSETAMISE ALUSTAMINE

Kõigilt vastajatelt, kes olid uuringu läbiviimise ajal igapäevased suitsetajad, paluti täpsustada, mis vanuses nad suitsetamisega alustasid. Põlvamaa suitsetajate hulgas on enam neid, kes alustasid suitsetamist enne 18. eluaastat (50%) kui Eestis keskmiselt (40%) (joonis 4.3). Kõige enam on enne täisealiseks saamist suitsetamisega alustanud Põlva linnas (76%), näitaja on madalaim Põlva vallas (22%).



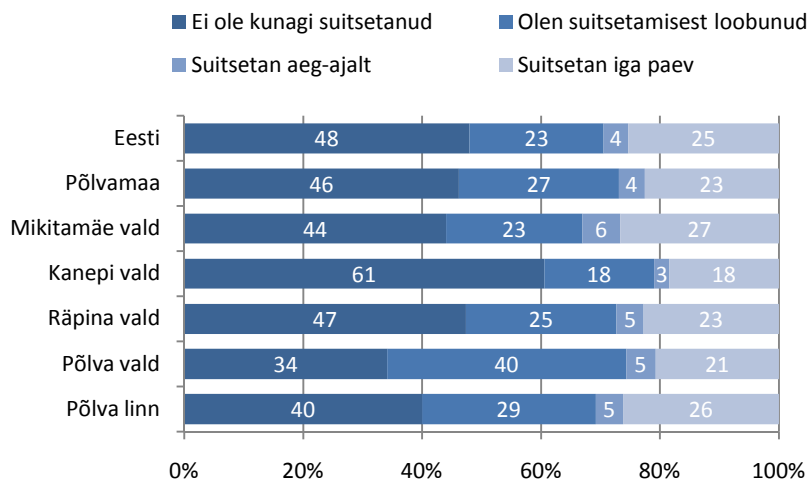
**Joonis 4.3.** Suitsetamise alustamine  
(vastasid ainult need, kes suitsetavad igapäevaselt)

Alaealisena suitsetamist alustanud võib iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem noored (56%) kui keskealised (46%) ja vanemaealised (42%);
- ▶ pigem kõrgharidusega (71%) kui alg- ja põhiharidusega (50%) või põhiharidusega (42%) vastajad;
- ▶ pigem keskmise (61%) kui madala (54%) ja kõrge (35%) ostujõuga vastajad.

### 4.3. IGAPÄEVASED SUITSETAJAD

Põlvamaal on igapäevaseid suitsetajaid 23%, mis on sarnane Eesti keskmisele (joonis 4.4). Igapäevaseid suitsetajaid on kõige enam Mikitamäe vallas (27%) ja kõige vähem Kanepi vallas (18%). Vastajaid, kes pole mitte kunagi suitsetanud on Põlvamaal 46%, näitaja on sarnane Eesti keskmisele. Mitte kunagi suitsetanud on kõige vähem Põlva vallas (34%) ja kõige enam Kanepi vallas (61%).



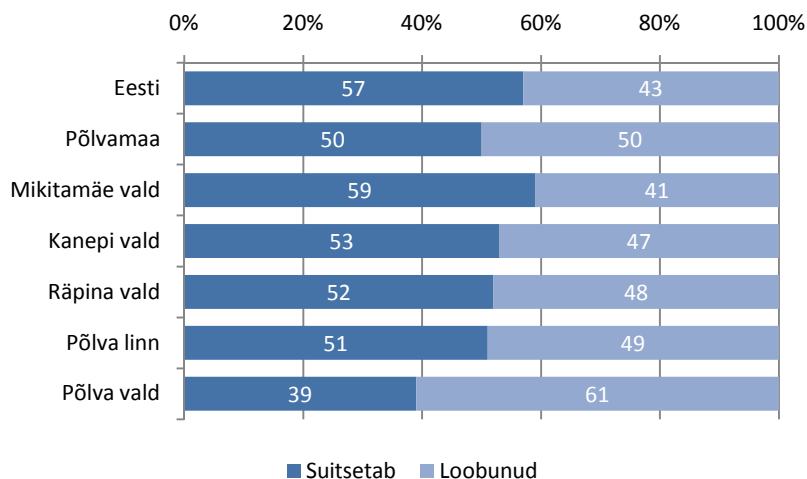
Joonis 4.4. Igapäevane suitsetamine

Igapäevased suitsetajaid võib iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem mehed (33%) kui naised (11%);
- ▶ pigem nooremaelised (27%) ja keskealised (24%) kui vanad (12%);
- ▶ pigem töötud (41%) kui töötavad (27%) ja mitteaktiivsed (14%);
- ▶ pigem alg- või põhiharidusega (35%) kui keskharidusega (21%) ja kõrgharidusega (7%) vastajad.

#### 4.4. SUITSETAMISEST LOOBUMINE

Suitsetamisest loobumise küsimustele vastasid ainult need inimesed, kes mingil perioodil oma elus on tarvitanud erinevaid tubakatooteid. Suitsetamisest on loobunud 50% kõigist kunagi elus suitsetanudest Põlvamaal, näitaja on madalam Eesti keskmisest 57% (joonis 4.5). Kõige vähem on loobujaid Mikitamäe vallas (41%) ja kõige enam Põlva vallas (61%).



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

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

- ▶ pigem mehed (55%) kui naised (39%);
- ▶ pigem noored (63%) kui keskealised (47%) ja vanemaealised (32%);
- ▶ pigem alg- või põhiharidusega (60%) ja keskkharidusega (54%) kui kõrgharidusega (19%) vastajad;
- ▶ pigem töötud (100%) kui töötavad (53%) ja mitteaktiivsed (41%);
- ▶ pigem ilma elukaaslaseta (69%) kui elukaaslasega (38%) vastajad;
- ▶ pigem alaealiste lastega (68%) kui ilma lasteta (46%) ja täisealiste lastega (38%) leibkondade liikmed;
- ▶ pigem need, kellel on olnud juhuslike seksuaalsuhteid;
- ▶ pigem need, kes ei tegele vabal ajal liikumisharrastusega.

**Tabel 4.2.** Suitsetamisest loobumise seos teiste tunnustega, %\*

		Suitsetab	Loobunud	Kokku
Seksuaalvahekord juhupartneriga viimase 12 kuu jooksul**	Jah	76	24	100
	Ei	47	53	100
Vabal ajal liikumisharrastusega tegelemine	Üldse mitte või 1-2 korda kuus	55	45	100
	Üks või mitu korda nädalas	47	53	100

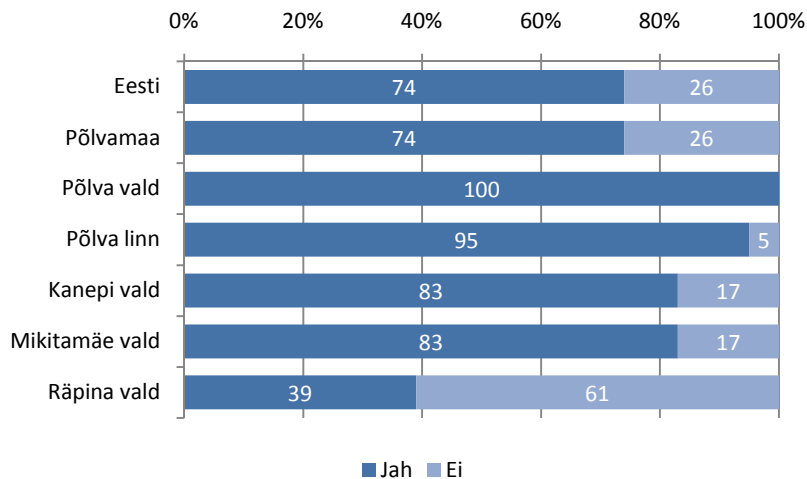
\*Vastasid ainult need, kes on kunagi oma elus suitsetanud.

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



### Soov suitsetamisest loobuda

Küsimusele „Kas te soovite suitsetamisest loobuda?“ vastasid ainult igapäevased suitsetajad. Vastajaid, kes soovivad suitsetamisest loobuda on Põlvamaal ja Eestis keskmiselt 74%. (joonis 4.6). Kõige kõrgem on loobuda soovijate osakaal Põlva vallas (100%) ja kõige madalam Räpina vallas (39%).



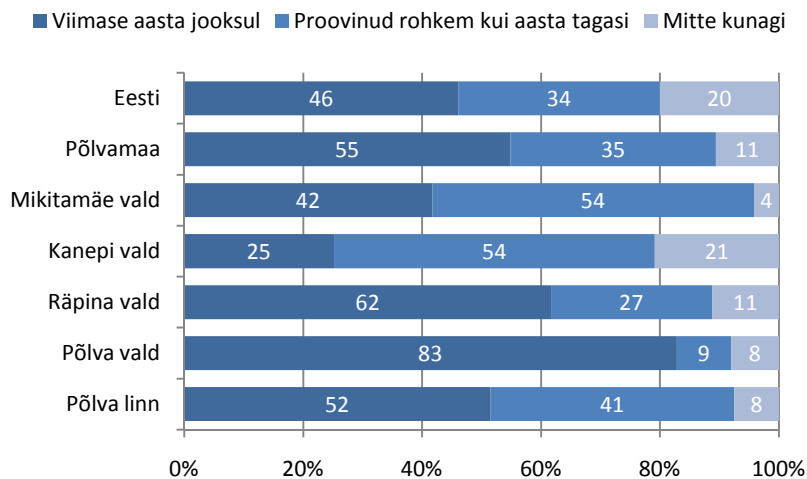
**Joonis 4.6.** Soov loobuda suitsetamisest  
(vastasid ainult need, kes küsimustiku täitmise hetkel suitsetasid igapäevaselt)

Suitsetamisest loobuda soovijaid võib iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem naised (93%) kui mehed (68%);
- ▶ pigem vanemaealised (96%) ja keskealised (88%) kui noored (56%);
- ▶ pigem kõrgharidusega (100%) kui keskharidusega (78%) ja alg- ja põhiharidusega (67%) 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 55% põlvamaa vastajatest, mis on kõrgem Eesti keskmisest 46% (joonis 4.7). Kõige suurem on suitsetamisest loobuda püüdnute osakaal Põlva vallas (83%) ja kõige madalam Kanepi vallas (25%).



**Joonis 4.7.** Proovinud loobuda suitsetamisest

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

Viimase aasta jooksul suitsetamisest loobuda proovinuid võib iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem naised (69%) kui mehed (51%);
- ▶ pigem noored (66%) kui keskealised (45%) ja vanemaealised (41%);
- ▶ pigem keskharidusega (57%) ja alg- või põhiharidusega (55%) kui kõrgharidusega (37%) vastajad;
- ▶ pigem need, kellel on hea tervise enesehinnang.

**Tabel 4.3.** Suitsetamisest loobuda proovimise seos tervise enesehinnanguga, %\*

		Viimase aasta jooksul	Rohkem kui aasta tagasi	Mitte kunagi	Kokku
Tervise enesehinnang	Hea	71	25	4	100
	Keskmine	34	44	22	100
	Halb	63	34	3	100

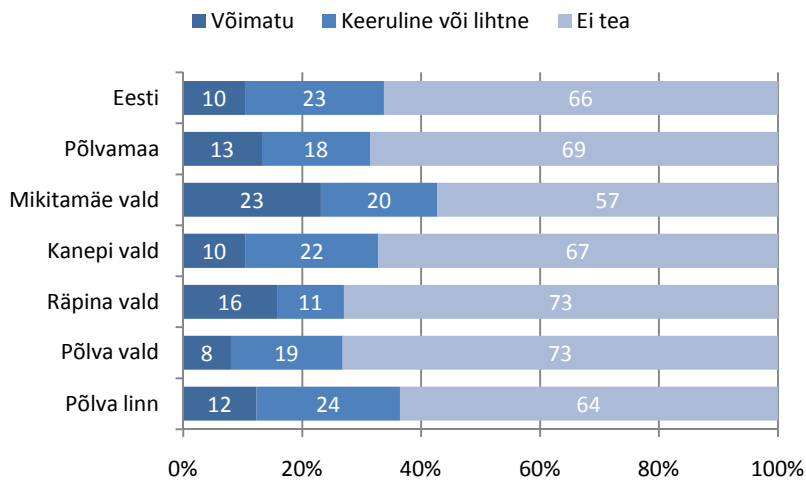
\*Vastasid ainult praegusel eluperioodil aeg-ajalt või igapäevaselt suitsetajad.

## 5. NARKOOTIKUMID

### 5.1. NARKOOTIKUMIDE LEVIK JA KÄTTESAADAVUS

#### Kanepi hankimine

Põlvamaa vastajatest 18% leidsid, et soovi korral on neil võimalik hankida kanepit, mis on madalam Eesti keskmisest 23% (joonis 5.1). Kõige enam hindasid kanepit kättesaadavaks Põlva linna (24%) ja kõige vähem Räpina valla vastajad (11%).

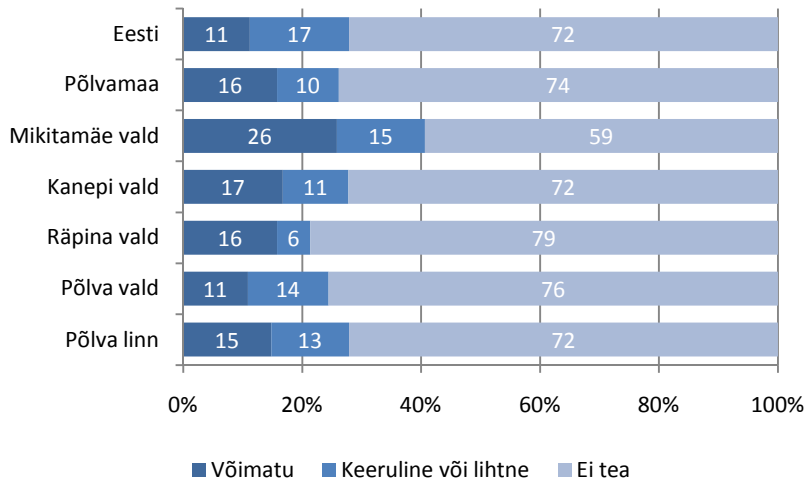


Joonis 5.1. Kanepi hankimise võimalikkus

Kanepi hankimist peavad võimalikuks pigem noored (37%) kui keskealised (9%) ja vanemaealised (0%) vastajad.

### Teiste narkootikumide hankimine

Põlvamaa vastajatest 10% 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 Mikitamäe valla vastajad (15%) ja kõige vähem Räpina valla vastajad (6%).



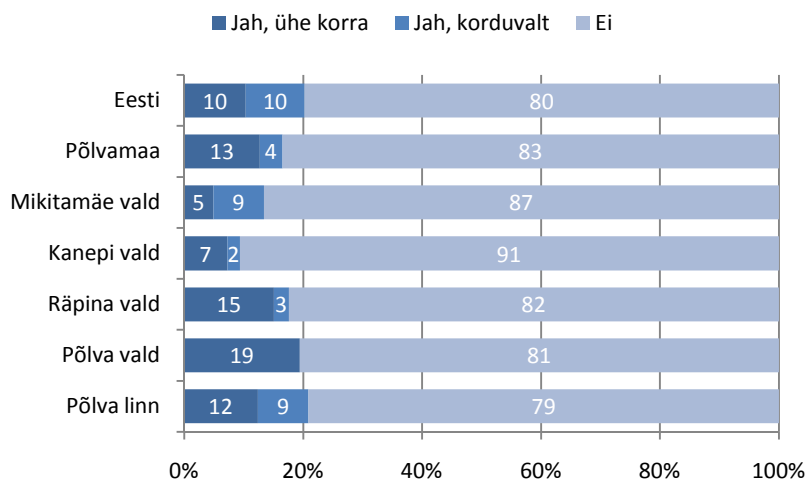
Joonis 5.2. Teiste narkootikumide hankimise võimalikkus

Teiste narkootikumide hankimist peavad võimalikuks pigem noored (21%) kui keskealised (5%) ja vanemaealised (0%) vastajad.

## 5.2. NARKOOTILISTE AINETE TARVITAMINE

### Kanepi tarvitamine

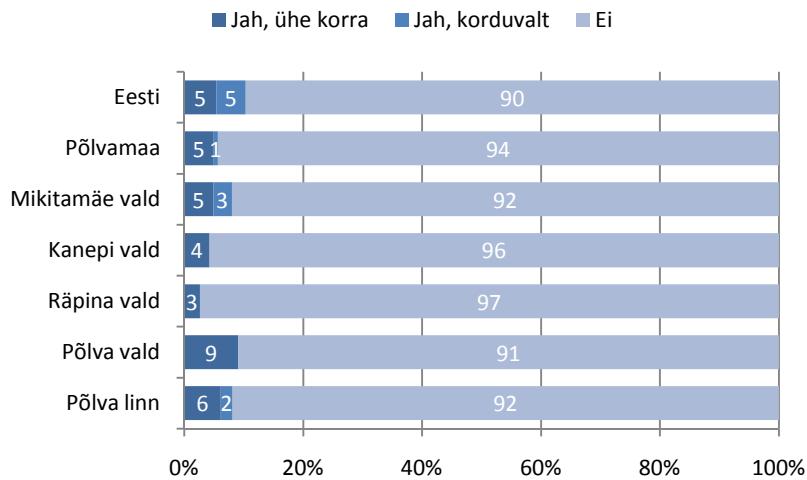
Vastajaid, kes on elu jooksul vähemalt korra kanepit tarvitanud on Põlvamaal 17%, näitaja on sarnane Eesti keskmisele (joonis 5.3). Korduvaid kanepi tarvitajaid on Põlvamaa vastajatest 4%. Korduvaid kanepi tarvitajaid on kõige enam Mikitamäe vallas ja Põlva linnas (9%) ning kõige vähem Põlva vallas, kus polnud ühtegi vastajat, kes oleks elu jooksul korduvalt kanepit tarvitanud. Olulisi erinevusi sotsiaal-demograafiliste tunnuste lõikes näitaja kohta ei esinenud (vt lisa 5, tabel 5.3).



Joonis 5.3. Kanepi tarvitamine elu jooksul

### Teiste narkootikumide tarvitamine

Vastajaid, kes on elu jooksul vähemalt korra tarvitanud selliseid narkootikume nagu ecstasy, amfetamiin, kokaiin, heroiin on Põlvamaal 6%, näitaja on sarnane Eesti keskmisega (joonis 5.4). Korduvaid tarvitajaid on Põlvamaal 1%. Kõige enam on elu jooksul vähemalt ühe korra teisi narkootikume tarvitanuid Põlva vallas (9%) ja kõige vähem Räpina vallas (3%). Olulisi erinevusi sotsiaal-demograafiliste tunnuste lõikes näitaja kohta ei esinenud (vt lisa 5, tabel 5.4).



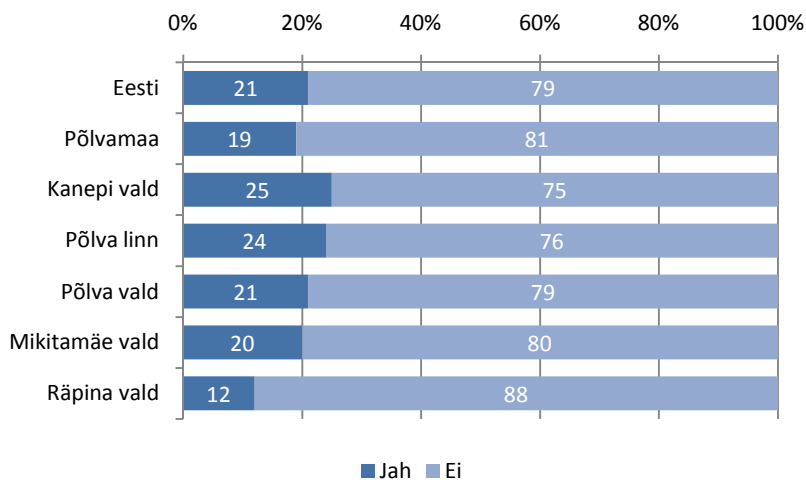
Joonis 5.4. Teiste narkootikumide tarvitamine elu jooksul

## 6. SOTSIAALSED SUHTED

### 6.1. SOTSIAALNE VÕRGUSTIK

#### *Kuulumine organisatsiooni või ühingusse*

Põlvamaa vastajatest kuulub 19% mõne organisatsiooni, ühingu või grupi liikmete sekka, mis on sarnane Eesti keskmisele (joonis 6.1). Kõige kõrgem on organisatsiooni või ühinguusse kuuluvate osakaal Kanepi vallas (25%) ja kõige madalam Räpina vallas (12%).



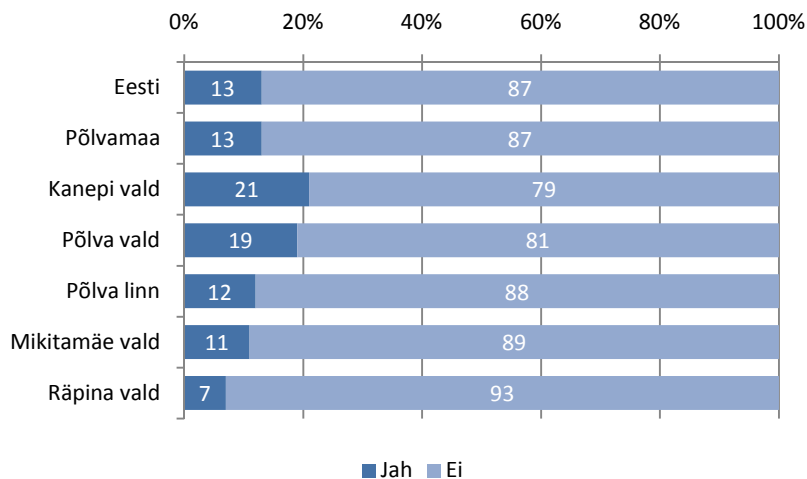
*Joonis 6.1. Organisatsiooni, ühingu või grupi liikmelisus*

Organisatsiooni, ühingu või grupi liikmed on:

- ▶ pigem vanemaealised (27%) ja noored (20%) kui keskealised (13%);
- ▶ pigem kõrgharidusega (35%) kui keskharidusega (17%) ja alg- või põhiharidusega (14%) vastajad;
- ▶ pigem mitteaktiivsed (23%) ja töötavad (18%) kui töötud (0%);
- ▶ pigem elukaaslasega (25%) kui ilma elukaaslaseta (15%) vastajad.

### Kuulumine mittetulundusühingusse

Põlvamaal kuulub mittetulundusühingutesse 13% uuringus osalenud inimestest, mis on võrdne Eesti keskmisega (joonis 6.2). Kõige kõrgem on näitaja Kanepi vallas (21%) ja kõige madalam Räpina vallas (7%).



Joonis 6.2. Mittetulundusühingu liikmelisus

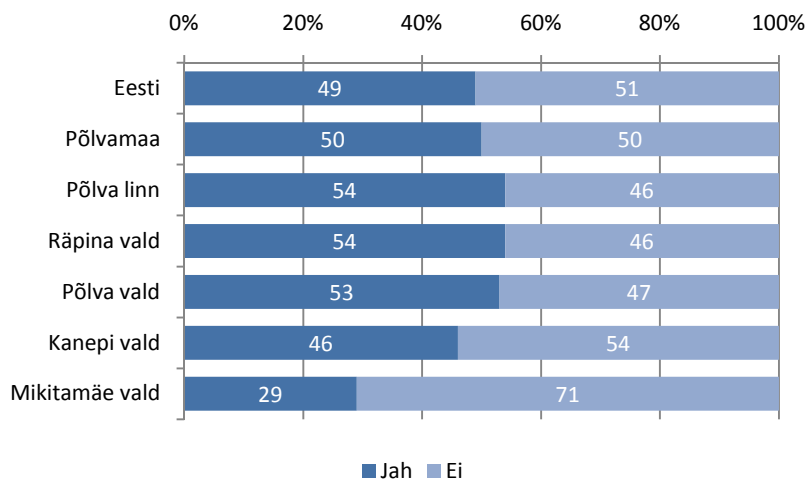
Mittetulundusühingute liikmeid saab iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem keskealised (19%) kui noored (10%) ja vanemaealised (9%);
- ▶ pigem kõrgharidusega (37%) kui keskharidusega (9%) ja alg- või põhiharidusega (5%) vastajad;
- ▶ pigem töötavad (15%) ja mitteaktiivsed (11%) kui töötud (0%).



### Suhtlemine internetis

Uuringus osalejad hindasid oma suhtlemisaktiivsust internetis. Neil paluti vastata, kuivõrd nad kasutavad suhtlemiseks e-posti, Facebooki, MSN-i, Skype-i ja foorumeid. Põlvamaal (49%) on interneti kaudu suhtlejad sarnaselt Eesti keskmisele (joonis 6.3). Kõige kõrgem on internetis aktiivsete suhtlejate osakaal Põlva linnas ja Räpina vallas (54%) ja madalaim Mikitamäe vallas (29%).



Joonis 6.3. Aktiivne suhtleja internetis

Aktiivseid internetis suhtlejaid saab iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem naised (57%) kui mehed (45%);
- ▶ pigem noored (86%) kui keskealised (33%) ja vanemaealised (14%);
- ▶ pigem kõrgharidusega (63%) kui keskharidusega (48%) ja alg- või põhiharidusega (46%) vastajad;
- ▶ pigem töötud (86%) kui mitteaktiivsed (51%) ja töötavad (49%).

## 6.2. KOGUKONNATUNNE

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

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

	Eesti	Põlvamaa	Põlva linn	Põlva vald	Räpina vald	Kanepi vald	Mikitamäe vald
Usaldan oma kodukandi inimesi	46	45	41	45	54	34	45
Minu kodukandi inimesed üldiselt aitavad üksteist, kui on vaja	57	67	56	66	78	55	83
Oma ümbruskonna hüvanguks teen mõnikord mõne töö ära omal algatusel, ilma et keegi oleks palunud	47	52	40	53	53	62	47
Minu kodukandi asjad on olulised	75	85	79	93	83	86	85
Suudan mõjutada ja muuta elu oma kodukandis	31	35	37	44	28	39	30
Osalen oma kodukandi tegevustes	36	45	39	44	49	44	56

## 6.3. PEAMISED INFOKANALID

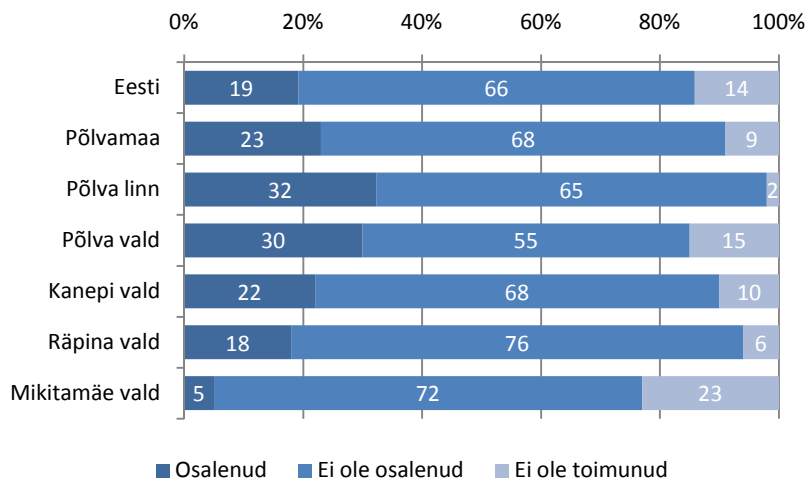
Uuringus osalejatel paluti vastata, millised on peamised infokanalid, kust nad saavad infot elukohas pakutavate teenuste, sündmuste jms kohta. Tabelis 6.2. on esitatud neli kõige sagedamini valitud infokanalit omavalitsuste lõikes. Infokanalite järjestused Eestis ja Põlvamaal on nelja tähtsaima osas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

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

	Eesti	Põlvamaa	Põlva linn	Põlva vald	Räpina vald	Kanepi vald	Mikitamäe vald
Pere, sõbrad ja kolleegid	I	II	I	II	II	I	I
Linna või valla ajaleht	II	I	II	I	I	II	II
Maakonna ajaleht	III	III	IV	III	IV	III	III
KOV-i interneti kodulehekülg	IV	IV	III	IV	III	IV	IV

#### 6.4. OSALEMINE TERVISETEEMALISTEL ÜRITUSTEL

Uuringus osalejatelt küsiti, kas nad on viimase aasta jooksul osalenud mõnel kohalikul tervise teemalisel üritusel. Põlvamaal vastas küsimusele jaatavalt 23% vastajatest, mis on sarnane Eesti keskmisele (joonis 6.4). Kõige kõrgem on osalemismäär Põlva linnas (32%) ja madalaim Mikitamäe vallas (5%), kus on ka kõige enam neid vastajaid, kellele teadaolevalt pole taolisi üritusi toimunud (23%).



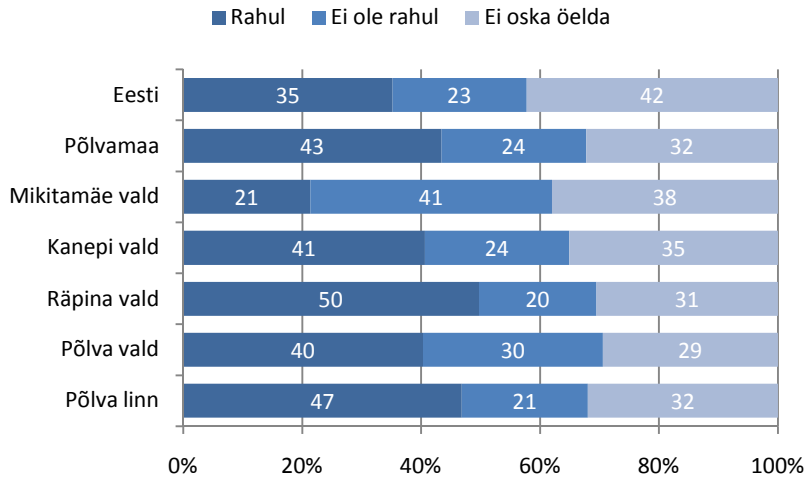
Joonis 6.4. Osalemine elukohas toimunud tervise teemalisel üritusel

Tervise teemalistel üritustel osalejaid saab iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem töötud (49%) ja mitteaktiivsed (31%) kui töötavad (17%);
- ▶ pigem kõrge (28%) ja madala (25%) kui keskmise (17%) ostujõuga vastajad;

## 6.5. RAHULOLU VABA AJA VEETMISE VÕIMALUSTEGA

Oma elukohas pakutavate huvitegevuste ja vaba aja veetmise võimalustega on rahul 43% Põlvamaa vastajatest, mis on kõrgem Eesti keskmisest 35% (joonis 6.5). Kõrgeim on näitaja Räpina vallas (50%) ja kõige madalam Mikitamäe vallas (21%).



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

Huvitegevuse ja vaba aja võimalustega rahulolijaid saab iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem keskharidusega (51%) ja kõrgharidusega (49%) kui alg- või põhiharidusega (30%) vastajad;
- ▶ pigem töötud (59%) ja mitteaktiivsed (51%) kui töötavad (38%);
- ▶ pigem kõrge (51%) kui keskmise (42%) ja madala (36%) ostujõuga vastajad;
- ▶ pigem ilma lasteta (46%) ja täisealiste lastega (46%) kui alaealiste lastega (34%) leibkondade liikmed;
- ▶ pigem need, kelle toimetulek ei ole terviseseisundi tõttu piiratud.

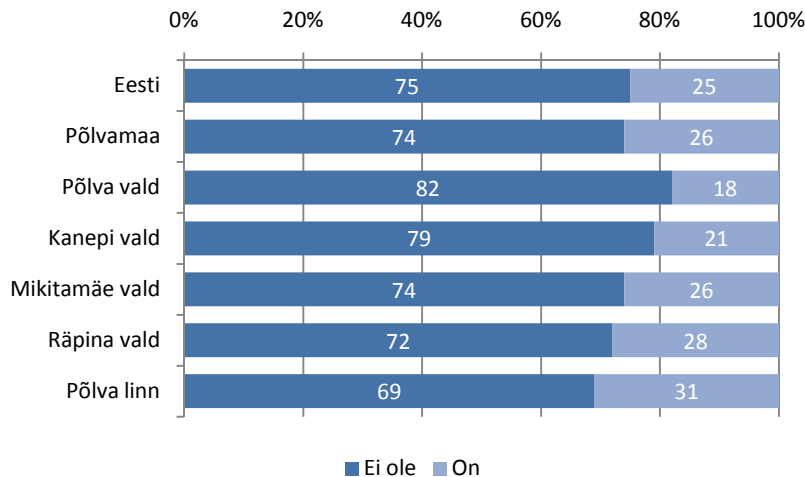
Tabel 6.3. Rahulolu oma elukohas pakutavate huvitegevuste ja vaba aja veetmise võimalustega, seos terviseseisundiga, %

		Rahul	Ei ole rahul	Ei oska öelda	Kokku
Terviseseisundi tõttu piiratud toimetulek	Piiratud	37	22	42	100
	Ei ole piiratud	47	27	26	100

## 7. VAIMNE TERVIS

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

Depressiooni sümptomeid esineb Põlvamaal vastajate hulgas (26%), näitaja on sarnane Eesti keskmisega (joonis 7.1). Kõige vähem esineb depressiooni sümptomeid Põlva vallas (18%) ja kõige sagedamini Põlva linnas (31%).



Joonis 7.1. Depressiooni sümptomite esinemine

Depressiooni sümptomitega vastajaid saab iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem naised (31%) kui mehed (21%);
- ▶ pigem töötud (55%) kui mitteaktiivsed (31%) ja töötavad (21%);
- ▶ pigem madala (41%) kui kõrge (17%) ja keskmise (16%) ostujõuga vastajad;
- ▶ pigem täisealiste lastega (31%) ja ilma lasteta (26%) kui alaealiste lastega (20%) leibkondade liikmed;
- ▶ pigem need, kes hindavad oma tervislikku seisundit halvaks;
- ▶ pigem need, kes ei ole rahul oma lähisuhetega.

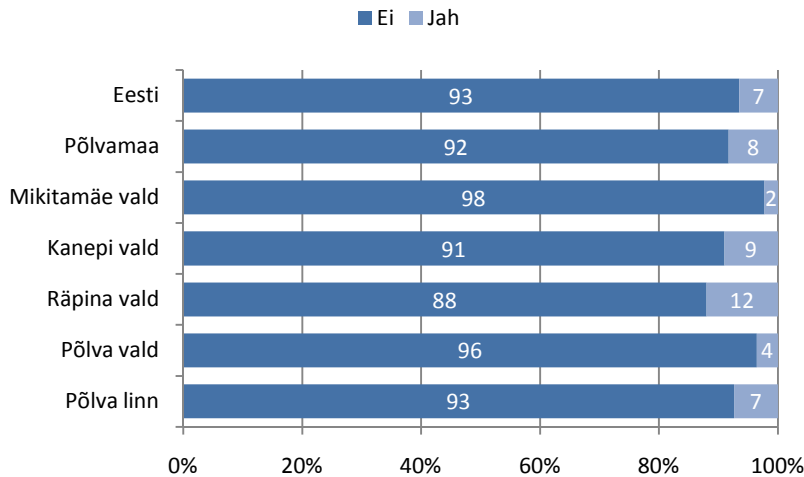
Tabel 7.1. Depressiooni sümptomite esinemise seos teiste tunnustega, %

		On	Ei ole	Kokku
Tervise enesehinnang	Hea	16	84	100
	Keskmine	23	77	100
	Halb	47	53	100
Suhted abikaasa või elukaaslasega	Rahul	25	75	100
	Ei ole rahul	49	51	100
Suhted lastega	Rahul	25	75	100
	Ei ole rahul	63	37	100

<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.

## 7.2. SUITSIIDIKATSE

Põlvamaa vastajatest on 8% püüdnud endalt elu võtta (joonis 7.2). Näitaja on sarnane Eesti keskmisega. Kõige kõrgem on suitsiidi üritanud vastajate osakaal Räpina vallas (12%) ja kõige madalam Mikitamäe vallas (2%).



Joonis 7.2. Suitsiidikatse esinemine elu jooksul

Suitsiidikatse üle elanud vastajaid saab iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem noored (15%) kui vanemaealised (5%) ja keskealised (3%);
- ▶ pigem need, kellel on halb tervise enesehinnang;
- ▶ pigem need, kellel on terviseseisundi tõttu piiratud toimetulek;
- ▶ pigem need, kes ei ole rahul suhetega oma vanematega;
- ▶ pigem need, kes ei ole organisatsioon, ühingu või grupi liikmed.

Tabel 7.2. Suitsiidikatse esinemise seos teiste tunnustega, %

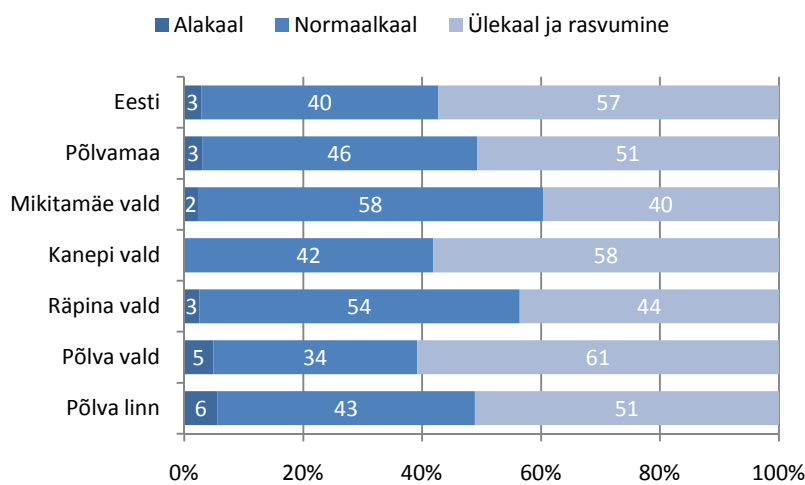
		Jah	Ei	Kokku
Tervise enesehinnang	Hea	4	96	100
	Keskmine	9	91	100
	Halb	16	84	100
Terviseseisundi tõttu piiratud toimetulek	Piiratud	11	89	100
	Ei ole piiratud	6	94	100
Suhted vanematega	Rahul	9	91	100
	Ei ole rahul	29	71	100
Organisatsiooni liikmelisus	Jah	2	98	100
	Ei	9	91	100

## 8. KEHALINE AKTIIVSUS

### 8.1. KEHAMASSIINDEKS

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

Normaalkaalulisi on Põlva maakonnas 46%, mis on kõrgem Eesti keskmisest 40% (joonis 8.1). Ülekaaluliste ja rasvunute osakaal Põlvamaal (51%) on madalam Eesti keskmisest (57%). Kõige enam on ülekaalulisi ja rasvunuid Põlva vallas (61%) ja kõige vähem Mikitamäe vallas (40%).



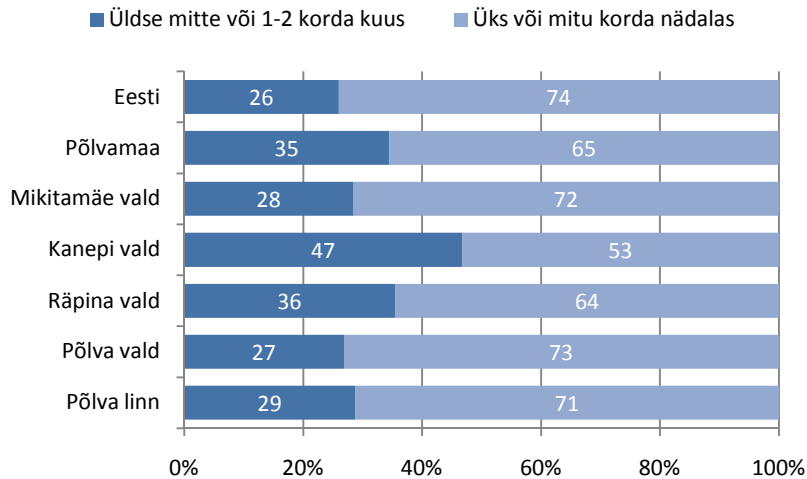
Joonis 8.1. Kehamassiindeks

Ülekaalulisi ja rasvunuid saab iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem naised (59%) kui mehed (43%);
- ▶ pigem vanemaealised (57%) ja keskealised (56%) kui noored (42%);
- ▶ pigem keskmise (55%) ja kõrge (48%) kui madala (40%) ostujõuga vastajad;
- ▶ pigem täisealiste lastega (69%) kui alaealiste lastega (51%) 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 Põlvamaal sedasi 65% vastajatest, mis on madalam Eesti keskmisest 74% (joonis 8.2). Kõige vähem on regulaarselt jalgsi või rattaga liiklejaid Kanepi vallas (53%) ja kõige enam Põlva vallas (73%).



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 (41%) kui naised (28%);
- ▶ pigem keskealised (40%) ja vanemaealised (35%) kui noored (29%);
- ▶ pigem madala (42%) kui kõrge (35%) ja keskmise (29%) ostujõuga vastajad;
- ▶ pigem need, kes pole suitsetamisest loobunud.

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

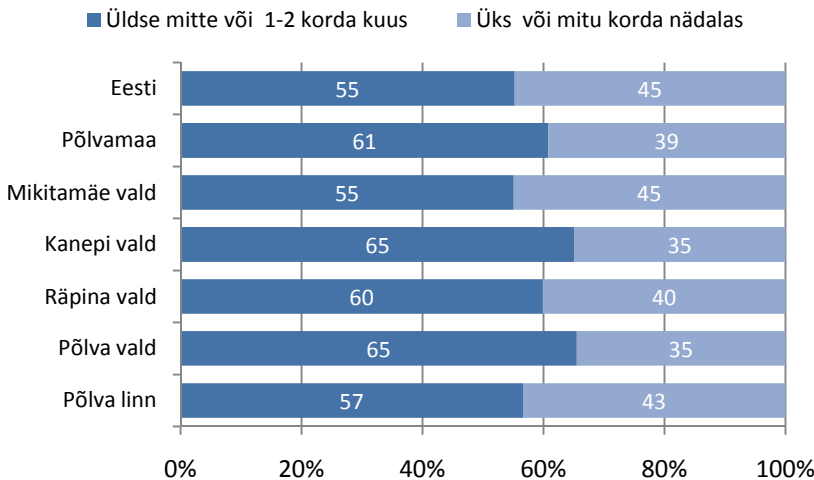
		Üldse mitte või 1-2 korda kuus	Üks või mitu korda nädalas	Kokku
Suitsetamine*	Suitsetab	42	58	100
	Loobunud	34	66	100

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



### 8.3. FÜÜSILINE AKTIIVSUS VABAL AJAL

Füüsilise aktiivsuse kirjeldamiseks paluti uuringus osalejatel vastata küsimusele: „Kui sageli tegelesite vabal ajal vähemalt 30 minutit sellise liikumisharrastusega, mis ajas teid kergelt hingeldama ja higistama?“. Vähemalt ühe korra nädalas tegeleb sellise harrastusega 39% Põlvamaa vastajatest, mis on madalam Eesti keskmisest 45% (joonis 8.3). Füüsiliselt on kõige aktiivsemad Mikitamäe valla vastajad (45%) ning kõige passiivsemad Kanepi valla ja Põlva valla (35%) vastajad.



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

Füüsiliselt väheaktiivseid vastajaid saab iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem vanemaealised (68%) ja keskealised (64%) kui noored (52%);
- ▶ pigem keskharidusega (66%) ja alg- või põhiharidusega (60%) kui kõrgharidusega (47%) vastajad;
- ▶ pigem kõrge (76%) kui madala (57%) ja keskmise (55%) ostujõuga vastajad;
- ▶ pigem täisealiste lastega (68%) kui alaealiste lastega (58%) ja ilma lasteta (56%) leibkondade liikmed;
- ▶ pigem need, kellel on keskmine või halb tervise enesehinnang;
- ▶ pigem need, kes pole suitsetamisest loobunud;
- ▶ pigem need, kes alustasid suitsetamist 18-astaselt 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	49	51	100
	Keskmine	70	30	100
	Halb	64	36	100
<b>Suitsetamine*</b>	Suitsetab	73	27	100
	Loobunud	54	46	100
<b>Suitsetamise alustamine**</b>	Enne 18. eluaasta	50	50	100
	18-aastaselt või vanemalt	69	31	100

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

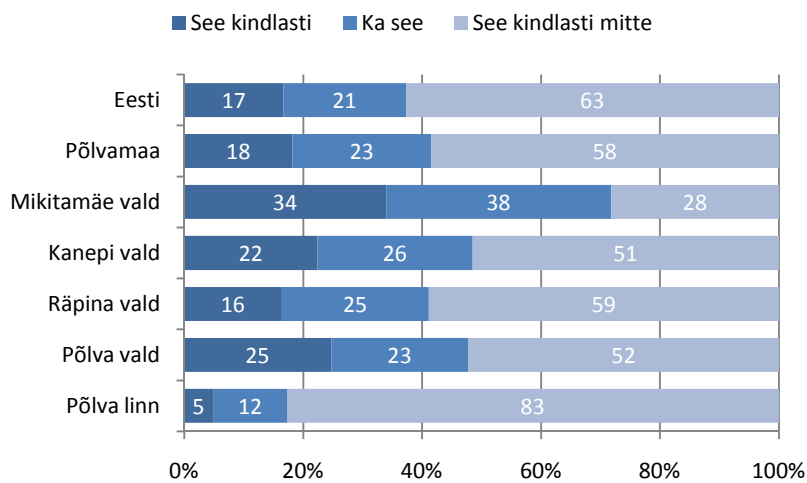
\*\*Vastasid ainult need, kes suitsetavad igapäevaselt.

## 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 41% Põlvamaa vastajatest, mis on sarnane Eesti keskmisele (joonis 8.4). Kõige enam pidasid seda takistuseks Mikitamäe valla vastajad (72%), kõige vähem aga Põlva linna vastajad (17%).



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

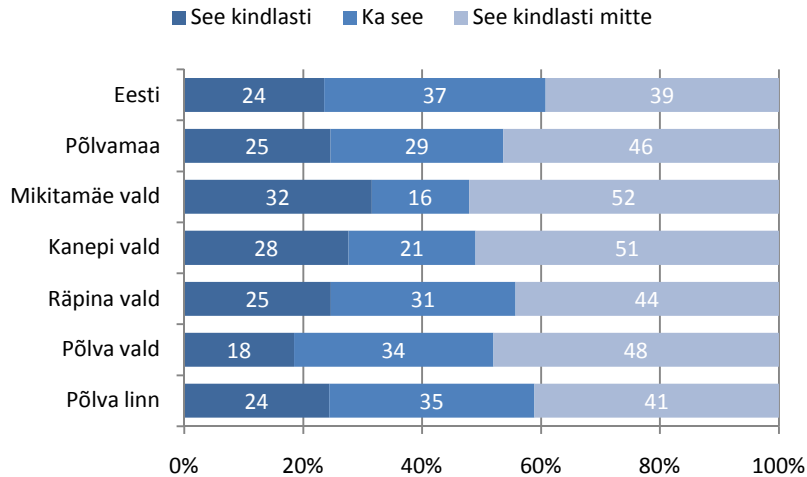
(vastasid ainult need, kes olid uuringule eelnend 30 päeva jooksul tegelenud liikumisharrastusega harvem kui üks kord nädalas)

Sobiva asukoha puudumist näevad liikumisharrastuse takistusena:

- ▶ pigem noored (58%) kui vanemaealised (41%) ja keskealised (27%);
- ▶ pigem alg- või põhiharidusega (48%) ja keskkharidusega (40%) kui kõrgharidusega (33%) vastajad;
- ▶ pigem ilma elukaaslaseta (48%) kui elukaaslasega (37%) vastajad;
- ▶ pigem täisealiste lastega (44%) ja ilma lasteta (41%) kui alaealiste lastega (31%) leibkondade liikmed.

### Harrastuse kallis hind

Harrastuse kalli hinna tõi takistusena välja 54% Põlvamaa vastajatest, mis on madalam Eesti keskmisest 61% (joonis 8.5). Kõige enam pidasid seda takistuseks Põlva linna (59%) vastajad ja kõige vähem Mikitamäe valla vastajad (48%).



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

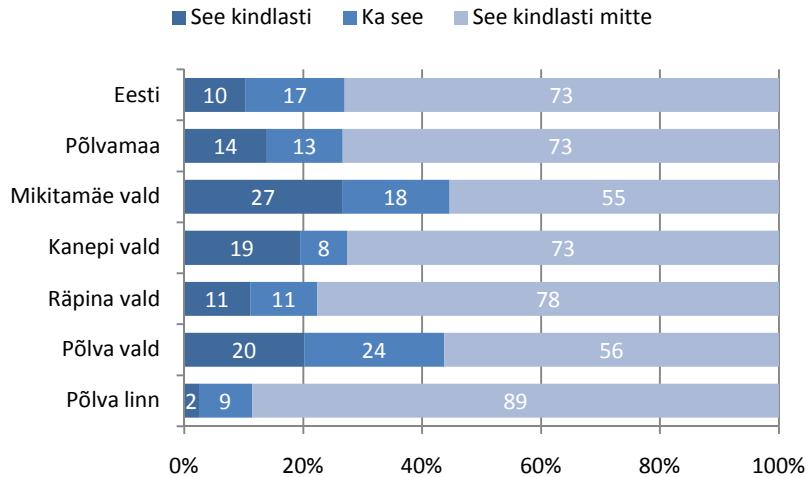
(vastasid ainult need, kes olid uuringule eelnud 30 päeva jooksul tegelenud liikumisharrastusega harvem kui üks kord nädalas)

Harrastuse kallist hinda näevad liikumisharrastuse takistusena:

- ▶ pigem naised (68%) kui mehed (42%);
- ▶ pigem vanemaealised (67%) kui noored (51%) ja keskealised (50%) vastajad;
- ▶ pigem täisealiste lastega (60%) kui alaealiste lastega (47%) ja ilma lasteta (46%) leibkondade liikmed.

### Sobiva transpordi puudumine harrastuskohta jõudmiseks

Sobiva transpordi puudumise tõi takistusena välja 27% Põlvamaa vastajatest, mis on võrdne Eesti keskmisega (joonis 8.6). Kõige enam pidasid seda takistuseks Mikitamäe valla (45%) vastajad, kõige vähem aga Põlva linna vastajad (11%).



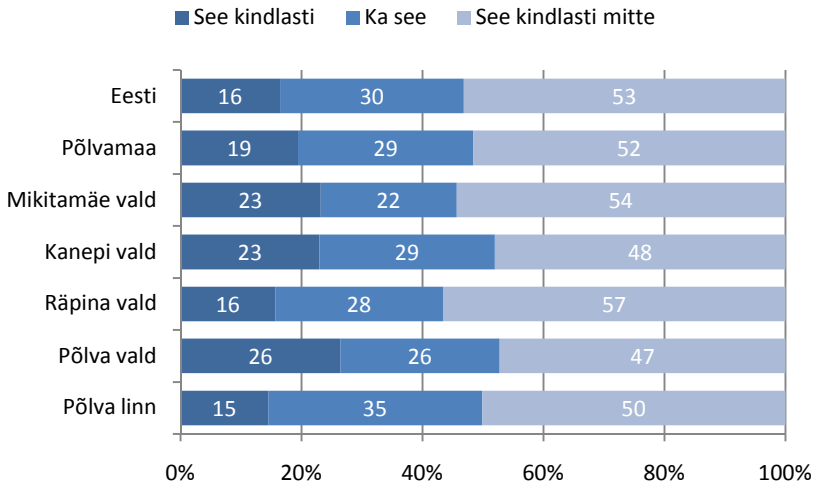
**Joonis 8.6.** Liikumisharrastust pärsib harrastuskohta jõudmiseks sobiva transpordi puudumine (vastasid ainult need, kes olid uuringule eelnud 30 päeva jooksul tegelenud liikumisharrastusega harvem kui üks kord nädalas)

Sobiva transpordi puudumist näevad liikumisharrastuse takistusena:

- ▶ pigem vanemaealised (43%) kui noored (33%) ja keskealised (13%);
- ▶ pigem alg- või põhiharidusega (36%) kui keskkharidusega (23%) ja kõrgharidusega (12%) vastajad;
- ▶ pigem täisealiste lastega (28%) ja ilma lasteta (24%) kui alaealiste lastega (17%) leibkondade liikmed.

### Vajalike vahendite puudumine

Vajalike vahendite puudumise tõi takistusena välja 48% Põlvamaa vastajatest, mis on sarnane Eesti keskmisele (joonis 8.7). Kõige enam pidasid seda takistuseks Põlva valla ja Kanepi valla (52%) vastajad, kõige vähem aga Räpina valla vastajad (44%).



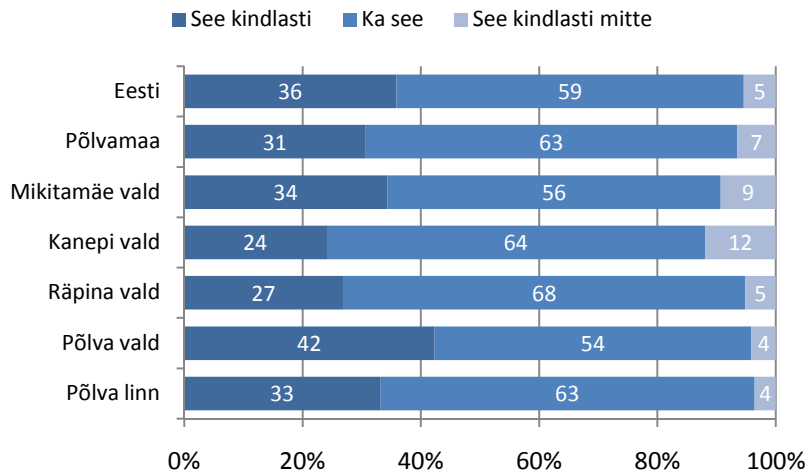
**Joonis 8.7.** Liikumisharrastust pärsib vajalike vahendite puudumine  
(vastasid ainult need, kes olid uuringule eelnud 30 päeva jooksul tegelema liikumisharrastusega harvem kui üks kord nädalas)

Vajalike vahendite puudumist näevad liikumisharrastuse takistusena:

- ▶ pigem noored (54%) ja vanemaealised (52%) kui keskealised (41%);
- ▶ pigem kõrge (56%) ja madala (51%) kui keskmise (37%) ostujõuga vastajad;
- ▶ pigem ilma elukaaslaseta (56%) kui elukaaslasega (44%) vastajad;
- ▶ pigem alaealiste lastega (54%) ja täisealiste lastega (51%) kui ilma lasteta (43%) leibkondade liikmed.

### Huvipuudus, vähene viitsimine, väsimus või ajapuudus

Huvi või aja puudumise, vähese viitsimise ja väsimuse tõi takistusena välja 94% Põlvamaa vastajatest, mis sarnaneb Eesti keskmisega (joonis 8.8). Kõige vähem pidasid seda takistuseks Kanepi valla vastajad (88%). Põlva linnas ja Põlva vallas pidas neid tegureid takistuseks (96%) vastajatest.



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

Huvi või aja puudumist, vähest viitsimist ja väsimust näevad liikumisharrastuse takistusena:

- ▶ pigem alg- või põhiharidusega (100%) kui keskharidusega (91%) ja kõrgharidusega (90%) vastajad;
- ▶ pigem kõrge (99%) ja keskmise (97%) kui madala (86%) ostujõuga vastajad;
- ▶ pigem ilma elukaaslaseta (100%) kui elukaaslasega (89%) vastajad;
- ▶ pigem alaealiste lastega (97%) ja täisealiste lastega (94%) kui ilma lasteta (88%) 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 Põlvamaa omavalitsustes on vastajate arvates kõige suurem nõudlus ujula, rulluisu- ja jalgrattatee ning jõusaali järele.

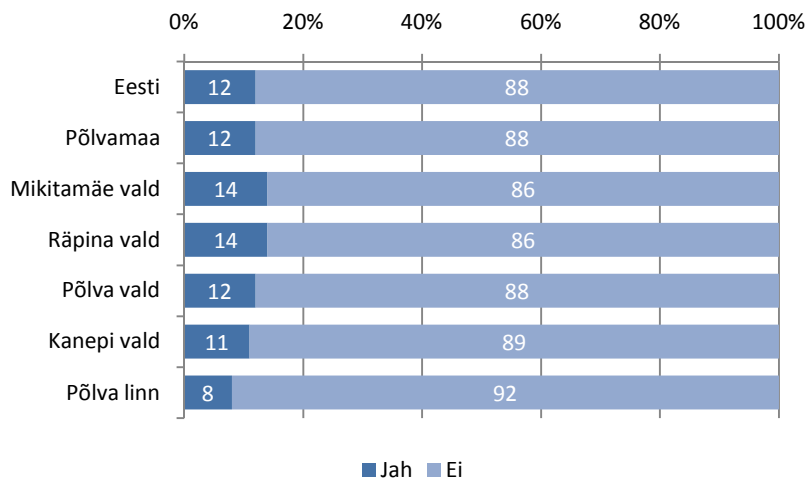
**Tabel 8.3.** „Millise sportimiskoha järele on teie arvates teie linnas või vallas kõige suurem vajadus?“ – neli populaarseimat vastust tähtsuse järjekorras

	Eesti	Põlvamaa	Põlva linn	Põlva vald	Räpina vald	Kanepi vald	Mikitamäe vald
Ujula	I	I	II	I	II	I	I
Rulluisu- ja jalgrattatee	II	II	I	II	I	III	II
Jõusaal	III	III	III	III	IV	II	
Tenniseväljak	IV	IV		IV	III		IV
Aeroobika ja võimlemine							III
Korvpalliväljak			IV				
Võrkpalliväljak						IV	

## 9. SEKSUAALTERVIS

### 9.1. SEKSUAALVAHEKORD JUHUPARTNERIGA

Põlvamaa vastajatest on 12% uuringule eelnenud aasta jooksul olnud seksuaalvahekorras juhupartneriga, näitaja on võrdne Eesti keskmisega (joonis 9.1). Kõrgeim on näitaja Mikitamäe vallas ja Räpina vallas (14%) ja madalaim Põlva linnas (8%).



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

Juhupartneriga seksuaalvahekorras olnuid saab iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem noored (26%) kui keskealised (4%) ja vanemaealised (3%);
- ▶ pigem kõrgharidusega (18%) ja alg- või põhiharidusega (14%) kui keskharidusega (8%) vastajad;
- ▶ pigem need, kes tarvitavad regulaarselt alkoholi.

*Tabel 9.1. Seksuaalvahekord juhupartneriga seos alkoholi tarvitamise regulaarsusega, %\**

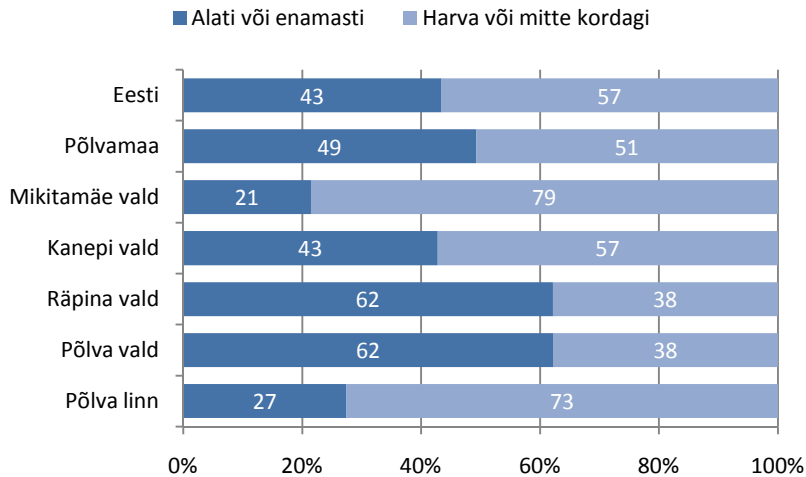
		Jah	Ei	Kokku
Alkoholi tarvitamise regulaarsus	Mitte kordagi	0	97	100
	1-3 korda kuus	15	85	100
	Vähemalt üks kord nädalas	15	85	100

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

## 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?“.

Põlvamaa vastajatest 49% väitis, et kannab kondoomi alati või enamasti kaasas, mis on kõrgem Eesti keskmisest 43% (joonis 9.2). Kõrgeim on näitaja Põlva vallas ja Räpina vallas (62%) ning madalaim Mikitamäe vallas (21%).



**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:

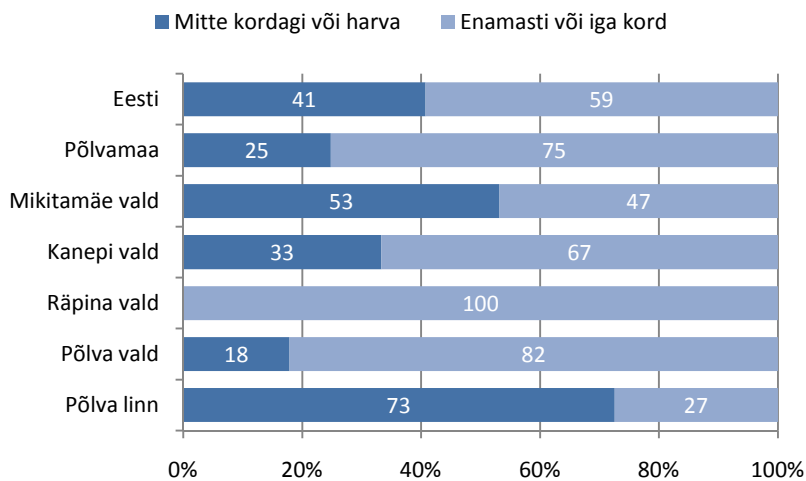
- ▶ pigem mehed (62%) kui naised (30%);
- ▶ pigem noored (54%) kui vanemaealised (35%) ja keskealised (27%);
- ▶ pigem alg- või põhiharidusega (78%) kui kõrgharidusega (38%) ja keskharidusega (30%) vastajad.



### 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?“

Põlvamaa vastajatest 75% väitis, et kasutas kondoomi enamasti või igakord, mis on oluliselt kõrgem Eesti keskmisest 59% (joonis 9.3). Neid, kes jätsid kondoomi enamasti kasutamata on kõige enam Põlva linnas (73%). Räpina vallas kasutasid kõik vastajad juhusliku seksuaalvahekorra ajal kondoomi enamasti või iga kord.



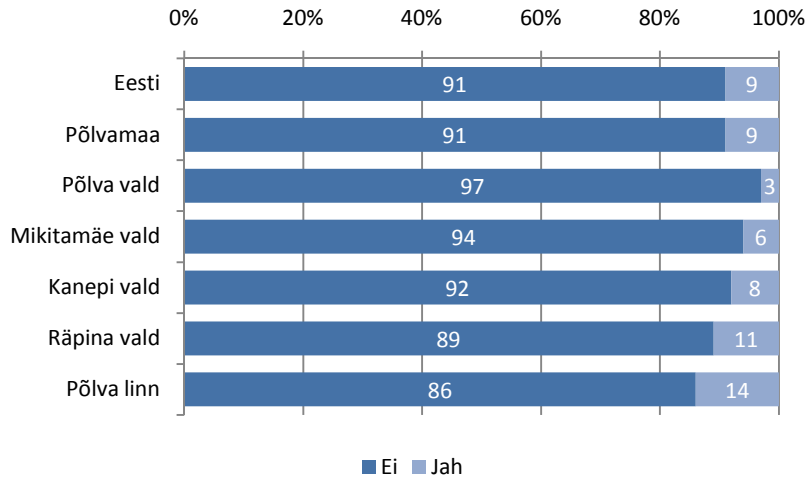
**Joonis 9.3.** Kondoomi kasutamine juhusliku seksuaalvahekorra ajal  
(vastasid ainult need, kes uuringule eelnenud 12 kuu jooksul olid olnud seksuaalvahekorras juhupartneriga)

Juhupartneriga seksuaalvahekorras olles jätsid kondoomi enamasti kasutamata:

- ▶ pigem keskealised (100%) kui vanemaealised (65%) ja noored (10%);
- ▶ pigem keskharidusega (37%) kui kõrgharidusega (19%) ja alg- või põhiharidusega (18%) vastajad.

## 9.4. SEKSUAALVÄGIVALD

Kõigist Põlvamaa 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 Põlva linnas (14%) ja kõige madalam Põlva vallas (3%).



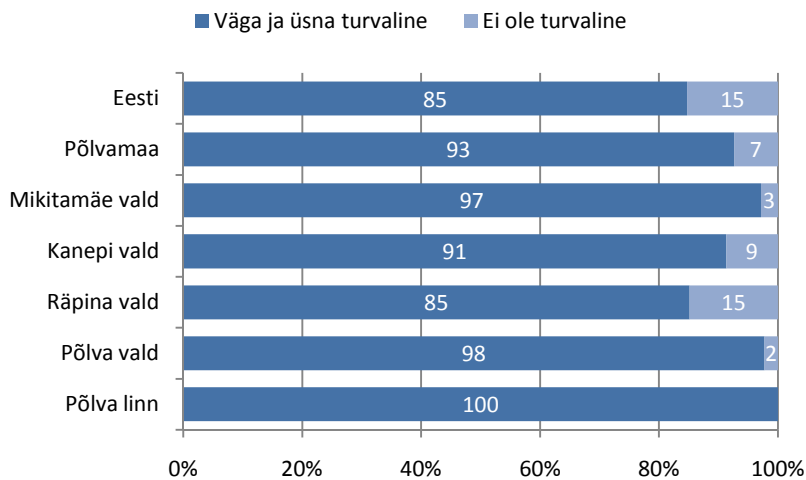
**Joonis 9.4.** On olnud sunnitud astuma seksuaalvahekorda vastu tahtmist  
(vastasiid ainult need, kes on kunagi olnud seksuaalvahekorras)

Seksuaalvägivalda on kogenud pigem naised (16%) kui mehed (3%).

## 10. TURVALISUS JA OHUTUS

### 10.1. ELUKOHA TURVALISUS

Uuringus osalejatel paluti vastata, kui turvaliseks nad üldiselt hindavad oma elukohta. Põlvamaa vastajatest 93% peab oma elukohta turvaliseks, mis on kõrgem Eesti keskmisest 85% (joonis 10.1). Põlva linnas tunnevad ennast turvaliselt kõik vastajad, kõige madalam on näitaja Räpina vallas (85%). Olulisi erinevusi sotsiaal-demograafiliste tunnuste lõikes näitaja kohta ei esinenud (vt lisa 10, tabel 10.1).



Joonis 10.1. Elukohta turvalisus

Oma elukohta ei pea turvaliseks:

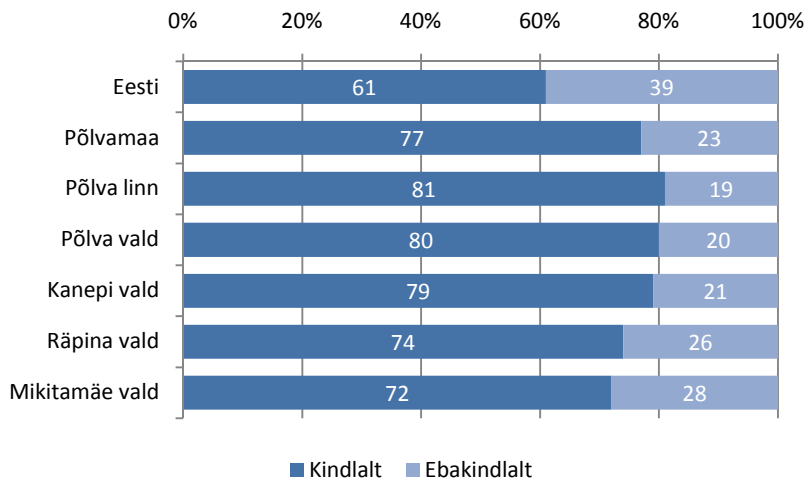
- ▶ pigem halva tervise enesehinnanguga vastajad;
- ▶ pigem terviseseisundi tõttu piiratud toimetulekuga vastajad.

Tabel 10.1. Elukohta turvalisuse seos teiste tunnustega, %

		Ei ole turvaline	Turvaline	Kokku
Tervise enesehinnang	Hea	0	100	100
	Keskmine	6	94	100
	Halb	24	76	100
Terviseseisundi tõttu piiratud toimetulek	Piiratud	14	86	100
	Ei ole piiratud	2	98	100

## 10.2. TURVATUNNE OMA ELUKOHAS PIMEDAL AJAL

Põlvamaa vastajatest 23% tunneb end ebakindlalt, kui oma elukohas pimedas üksi liigub, mis on madalam Eesti keskmisest 39% (joonis 10.2). Kõige vähem tunnevad pimedal ajal ebakindlust Põlva linna vastajad (19%) ja kõige enam Mikitamäe valla vastajad (28%).



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 (31%) kui mehed (15%);
- ▶ pigem vanemaealised (29%) ja noored (24%) kui keskealised (17%);
- ▶ pigem need, kellel on halb tervise enesehinnang;
- ▶ pigem need, kelle tervises seisund piirab igapäevast toimetulekut.

Tabel 10.2. Kindlustunne pimedas väljaskäimise ajal, seos teiste tunnustega, %

		Ebakindlalt	Kindlalt	Kokku
Tervise enesehinnang	Hea	15	85	100
	Keskmine	21	79	100
	Halb	44	56	100
Tervises seisundi tõttu piiratud toimetulek	Piiratud	29	71	100
	Ei ole piiratud	18	82	100

### 10.3. ÜMBRUSKONNA OHUTUS

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

Uuringus osalenud omavalitsusest eristub Kanepi vald, kus peab kõige enam vastajaid jalgrattaga sõitmist ohtlikuks. Jalgrattaga sõitmist ja sõidutee ületamist peavad ohtlikuks veel vastajad Põlva vallast. Veekoges ujumist peetakse kõige ohtlikumaks Mikitamäe vallas. Jalgsi tööle või kooli minemist, mänguväljakute kasutamist ja parkide ning haljasalade kasutamist Põlvamaal pigem ohtlikuks ei peeta.

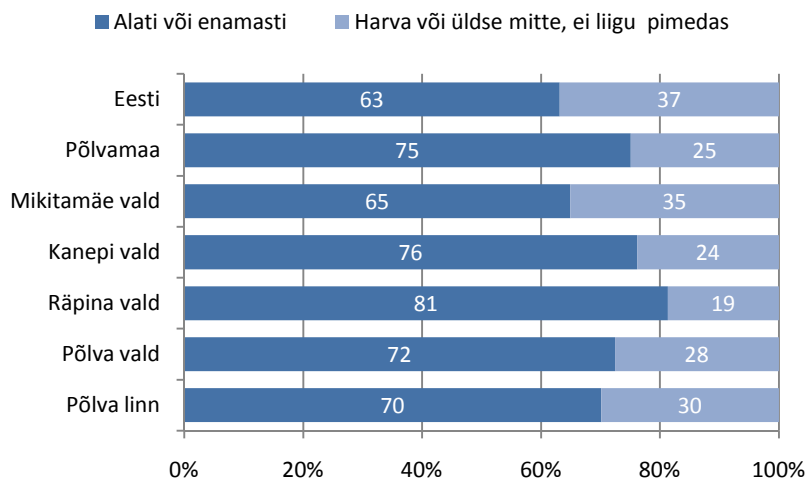
**Tabel 10.3.** Vastajad, kes peavad erinevaid tegevusi elukohas ohtlikuks, %

	Eesti	Põlvamaa	Põlva linn	Põlva vald	Räpina vald	Kanepi vald	Mikitamäe vald
Jalgsi tööle või kooli minemine	6	3	0	5	0	8	6
Sõidutee ületamine	18	11	12	14	9	7	10
Jalgrattaga sõitmine	27	19	12	30	10	32	22
Parkides ja haljasaladel jalutamine	7	1	2	0	0	2	1
Mänguväljakute kasutamine	3	1	1	0	0	3	2
Veekogudes ujumine	18	7	1	7	8	6	16

## 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 Põlvamaal 75%, näitaja on kõrgem Eesti keskmisest 63% (joonis 10.3). Kõige madalam on alati või enamasti helkurit kandjate osakaal Mikitamäe vallas (65%) ja kõige kõrgem Räpina vallas (81%).



Joonis 10.3. Helkuri kandmine

Alati või enamasti helkuri kandjaid saab iseloomustada järgnevalt:

- ▶ pigem naised (90%) kui mehed (62%);
- ▶ pigem vanemaealised (87%) kui keskealised (76%) ja noored (67%);
- ▶ pigem kõrgharidusega (84%) ja keskhariidusega (77%) kui alg- või põhiharidusega (68%) vastajad.

### Turvavöö kasutamine

Uuringus osalenutel paluti vastata, millised on nende turvavöö kasutamise harjumused (tabel 10.4). Põlvamaal on juhina ja esiistmel kaassõitjana turvavöö kasutamise harjumused sarnased Eesti keskmisele, tagaistmel kasutatakse Põlvamaal turvavööd sagedamini.

Juhina kasutavad turvavööd alati kõige enam Kanepi valla (79%) ja kõige vähem Põlva linna vastajad (68%). Kaassõitjana esiistmel on enim turvavöö kasutajaid Räpina vallas ja Põlva vallas (95%) ning kõige vähem Mikitamäe vallas (89%). Tagaistmel on enim turvavöö kasutajaid samuti Põlva vallas (80%) ja kõige vähem Mikitamäe vallas (57%).

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

**Tabel 10.4.** Alati turvavöö kasutamine, %

	Eesti	Põlvamaa	Põlva linn	Põlva vald	Räpina vald	Kanepi vald	Mikitamäe vald
Juhina	70	73	68	74	71	79	70
Esiistmel kaassõitjana	93	94	94	95	95	91	89
Tagaistmel kaassõitjana	59	67	58	80	70	67	57

## LISA 1. TERVISE SEISUND

Tabel 1.1. Tervise enesehinnang, %

	Sugu		Vanus			Haridus			Tööturu staatus			Ostujõud		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus	Töötav	Töötu	Mitteaktiivne	Kõrge	Keskmine	Madal
<b>Hea</b>	40	39	66	33	6	31	37	60	41	49	37	50	39	34
<b>Keskmine</b>	39	41	25	46	55	44	40	31	49	17	27	38	43	37
<b>Halb</b>	22	19	9	21	39	25	23	9	11	34	37	12	18	29

	Perekonnaseis		Leibkond		
	Ei ela kooselus	Kooselus	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
<b>Hea</b>	40	39	48	30	42
<b>Keskmine</b>	42	38	36	51	34
<b>Halb</b>	18	22	16	19	24

Tabel 1.2. Pikaajaline krooniline haigus või tervise probleem, %

	Sugu		Vanus			Haridus			Tööturu staatus			Ostujõud		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus	Töötav	Töötu	Mitteaktiivne	Kõrge	Keskmine	Madal
<b>Jah</b>	52	51	27	54	90	54	52	46	50	51	55	36	53	62
<b>Ei</b>	48	49	73	46	10	46	48	54	50	49	45	64	47	38

	Perekonnaseis		Leibkond		
	Ei ela kooselus	Kooselus	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
<b>Jah</b>	46	56	53	51	51
<b>Ei</b>	54	44	47	49	49



**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	Mitte-aktiivne	Kõrge	Keskmine	Madal
<b>Piiratud</b>	46	40	25	46	72	52	46	24	34	45	59	34	50	45
<b>Ei ole piiratud</b>	54	60	75	54	28	48	54	76	66	55	41	66	50	55

	Perekonnaseis		Leibkond		
	Ei ela kooselus	Kooselus	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
<b>Piiratud</b>	36	49	41	44	47
<b>Ei ole piiratud</b>	64	51	59	56	53

**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>		91	95	92	92	97	89	95	96
<b>Rohkem kui 2 aastat tagasi</b>		6	5	5	7	3	7	5	4
<b>Mitte kunagi</b>		3	0	3	1	0	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>	68	72	48	78	88	66	76	66
<b>Rohkem kui 2 aastat tagasi</b>	10	8	9	12	5	8	4	18
<b>Mitte kunagi</b>	22	20	43	10	7	26	20	16

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

	Haridus		
	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus
<b>Viimase 2 aasta jooksul</b>	52	48	74
<b>Rohkem kui 2 aastat tagasi</b>	3	0	0
<b>Mitte kunagi</b>	45	52	26

**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>	54	54	52	59	47
<b>Rohkem kui 2 aastat tagasi</b>	15	33	34	25	13
<b>Mitte kunagi</b>	31	13	14	16	40

**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>	61	60	63	64	50	59	58	62
<b>Samal nädalal</b>	31	35	27	31	45	36	32	33
<b>Hiljem kui nädala päras</b>	5	3	7	2	0	1	6	3
<b>Ei oska öelda</b>	4	2	2	2	6	4	3	2

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

	Sugu		Vanus			Ostujõud		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Kõrge	Keskmine	Madal
Samal või järgmisel päeval	25	17	33	15	10	13	26	22
Samal nädalal	22	17	20	21	18	23	18	21
Hiljem kui nädala päras	29	44	35	38	35	40	38	31
Ei oska öelda	24	22	12	26	37	24	18	26

**Tabel 1.10.** Psühholoogiline nõustamisteenus, %

	Sugu		Vanus			Ostujõud		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Kõrge	Keskmine	Madal
Samal või järgmisel päeval	10	4	11	4	5	8	8	5
Samal nädalal	12	8	12	10	5	11	9	9
Hiljem kui nädala päras	9	12	12	8	10	10	12	9
Ei oska öelda	69	77	64	77	81	71	71	77

**Tabel 1.11.** Ravimite kättesaadavus, %

	Sugu		Vanus			Ostujõud		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Kõrge	Keskmine	Madal
Kuni 10 minutit	44	39	43	52	22	41	46	39
11-30 minutit	35	38	43	27	39	39	33	35
31 minutit või kauem	15	23	11	17	35	19	21	18
Ei oska öelda	6	1	3	4	4	1	0	9

**Tabel 1.12.** Toidukaupade kättesaadavus, %

	Sugu		Vanus			Ostujõud		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Kõrge	Keskmine	Madal
<b>Kuni 10 minutit</b>	55	50	60	58	32	51	54	53
<b>11-30 minutit</b>	32	35	33	31	38	39	29	34
<b>31 minutit või kauem</b>	12	14	7	9	29	9	17	11
<b>Ei oska öelda</b>	2	1	0	2	2	1	0	2

**Tabel 1.13.** Alkoholi kättesaadavus, %

	Sugu		Vanus			Ostujõud		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Kõrge	Keskmine	Madal
<b>Kuni 10 minutit</b>	58	50	64	57	30	55	57	50
<b>11-30 minutit</b>	29	32	29	31	33	33	27	32
<b>31 minutit või kauem</b>	9	8	4	8	17	7	9	9
<b>Ei oska öelda</b>	5	10	4	3	20	4	7	9

**Tabel 1.14.** Tubakatoodete kättesaadavus, %

	Sugu		Vanus			Ostujõud		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Kõrge	Keskmine	Madal
<b>Kuni 10 minutit</b>	59	52	66	59	26	55	58	53
<b>11-30 minutit</b>	26	31	27	27	33	33	24	30
<b>31 minutit või kauem</b>	9	8	4	9	20	7	9	11
<b>Ei oska öelda</b>	6	9	3	5	21	5	10	7

## 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	Mitte-aktiivne	Kõrge	Keskmine	Madal
Vähemalt pooltel päevadel	81	87	79	84	93	85	87	77	81	74	90	86	87	79
Harva või üldse mitte	19	13	21	16	7	15	13	23	19	26	10	14	13	21

	Perekonnaseis			Leibkond		
	Ei ela kooselus	Kooselus	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega	
Vähemalt pooltel päevadel	82	86	82	75	89	
Harva või üldse mitte	18	14	18	25	11	

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	Mitte-aktiivne	Kõrge	Keskmine	Madal
Ei söö üldse, mõned portsjonid nädalas	76	56	58	70	78	73	70	47	68	56	66	60	63	74
1-2 portsjonit päevas	18	33	28	25	16	19	23	39	22	44	27	28	28	22
3-4 portsjonit päevas	4	7	7	3	5	5	3	11	6	0	4	7	4	3
5 või rohkem portsjonit päevas	3	4	7	1	1	3	4	2	4	0	3	4	4	1

	Perekonnaseis			Leibkond		
	Ei ela kooselus	Kooselus	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega	
Ei söö üldse, mõned portsjonid nädalas	72	63	66	63	72	
1-2 portsjonit päevas	22	27	27	31	18	
3-4 portsjonit päevas	5	5	5	3	6	
5 või rohkem portsjonit päevas	1	5	2	3	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>	81	94	74	96	95	79	91	91	84	87	88	83	98	85
<b>1-7 päeval nädalas</b>	19	6	26	4	5	21	9	9	16	13	12	17	2	15

**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>	63	75	51	74	90	67	69	70	62	77	64	62	71	72
<b>1-2 päeval nädalas</b>	27	15	32	20	4	20	25	16	26	13	25	28	14	24
<b>3-7 päeval nädalas</b>	11	10	17	6	6	13	6	14	11	11	10	10	15	5

**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>	39	41	25	48	54	36	46	34	43	41	36	33	42	42
<b>1-2 päeval nädalas</b>	48	42	57	41	32	52	34	59	36	49	49	48	44	47
<b>3-7 päeval nädalas</b>	13	17	18	11	14	12	20	7	20	9	15	18	15	10

## LISA 3. ALKOHOL

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

	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>Mitte kordagi</b>	14	37	22	20	37	25	28	18	15	0	42	24	26	23
<b>1-3 korda kuus</b>	39	50	47	40	45	40	48	39	45	31	42	35	47	50
<b>Vähemalt üks kord nädalas</b>	47	14	32	40	18	36	25	43	40	69	16	41	27	28

	Perekonnaseis			Leibkond		
	Ei ela kooselus	Kooselus	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega	
<b>Mitte kordagi</b>		28	22	24	27	18
<b>1-3 korda kuus</b>		39	47	42	37	51
<b>Vähemalt üks kord nädalas</b>		33	30	35	36	31

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

	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>Mitte kordagi</b>	30	86	50	45	70	35	59	61	51	50	55	60	49	48
<b>1-3 korda kuus</b>	45	11	31	35	23	53	23	16	28	21	40	25	31	37
<b>Vähemalt üks kord nädalas</b>	26	3	18	20	6	12	18	23	21	29	5	15	20	15

	Perekonnaseis		Leibkond		
	Ei ela kooselus	Kooselus	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
<b>Mitte kordagi</b>	57	49	52	45	51
<b>1-3 korda kuus</b>	22	37	26	34	40
<b>Vähemalt üks kord nädalas</b>	21	14	22	21	9

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

	Sugu		Vanus			Haridus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus
<b>Vähe või mõõdukalt</b>	85	99	90	88	96	92	90	88
<b>Palju</b>	15	1	10	12	4	8	10	12

**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>	35	19	32	24	22	35	28	17
<b>Nõus</b>	65	81	68	76	78	65	72	83

**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>	11	5	10	8	8	10	7	10
<b>Nõus</b>	89	95	90	92	92	90	93	90

**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>	57	78	51	73	89	61	67	75
<b>Nõus</b>	43	22	49	27	11	39	33	25



**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>	48	28	49	32	29	34	37	50
<b>Nõus</b>	52	72	51	68	71	66	63	50

**Tabel 3.8.** Väitele „Peaksin tarvitama vähem alkoholi“ (analüüsisist 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>	60	54	43	69	78
<b>Pigem ei ole nõus</b>	22	25	36	12	11
<b>Ei oska öelda</b>	18	22	21	19	11

## 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>	74	93	85	76	91	74	86	90	84	79	86
<b>Viibib</b>	26	7	15	24	9	26	14	10	16	21	14

**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>	86	84	80	87	89	83	83	92	89	90	76	86	80	84
<b>Viibib</b>	14	16	20	13	11	17	17	8	11	10	24	14	20	16

**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>	46	52	56	46	42	50	42	71	35	61	54
<b>18-aastaselt või vanemalt</b>	54	48	44	54	58	50	58	29	65	39	46

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>	30	65	48	40	52	41	59	54
<b>Olen suitsetamisest loobunud</b>	32	21	19	31	33	28	0	27
<b>Suitsetan aeg-ajalt</b>	5	3	5	4	3	4	0	5
<b>Suitsetan iga päev</b>	33	11	27	24	12	27	41	14

	Haridus			Ostujõud		
	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus	Kõrge	Keskmine	Madal
<b>Ei ole kunagi suitsetanud</b>	36	50	56	49	47	41
<b>Olen suitsetamisest loobunud</b>	25	23	35	26	24	31
<b>Suitsetan aeg-ajalt</b>	3	6	2	5	5	3
<b>Suitsetan iga päev</b>	35	21	7	20	24	25

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

	Sugu		Vanus			Haridus			Tööturu staatus			Ostujõud		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus	Töötav	Töötu	Mitte- aktiivne	Kõrge	Keskmine	Madal
<b>Suitsetab</b>	55	39	63	47	32	60	54	19	53	100	41	49	55	47
<b>Loobunud</b>	45	61	37	53	68	40	46	81	47	0	59	51	45	53

	Perekonnaseis			Leibkond		
	Ei ela kooselus	Kooselus	Ilma lasteta	Alaerialiste lastega	Täisealiste lastega	
<b>Suitsetab</b>		69	38	46	68	38
<b>Loobunud</b>		31	62	54	32	62

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

	Sugu		Vanus			Haridus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus
<b>Jah</b>	68	93	56	88	96	67	78	100
<b>Ei</b>	32	7	44	12	4	33	22	0

**Tabel 4.7.** Proovinud loobuda suitsetamisest (vastasisid 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>	51	69	66	45	41	55	57	37
<b>Rohkem kui aasta tagasi</b>	38	23	21	52	34	29	36	63
<b>Mitte kunagi</b>	11	8	13	3	25	16	7	0

## LISA 5. NARKOOTIKUMID

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

	Sugu		Vanus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70
<b>Võimatu</b>	12	14	11	11	21
<b>Keeruline või lihtne</b>	22	14	37	9	0
<b>Ei tea</b>	66	72	52	80	78

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

	Sugu		Vanus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70
<b>Võimatu</b>	15	17	15	13	21
<b>Keeruline või lihtne</b>	13	7	21	5	0
<b>Ei tea</b>	72	76	64	82	78

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

	Sugu		Vanus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70
<b>Jah, ühe korra</b>	13	12	25	7	0
<b>Jah, korduvalt</b>	7	0	8	1	0
<b>Ei</b>	80	87	66	92	100

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

	Sugu		Vanus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70
<b>Jah, ühe korra</b>	5	5	10	3	0
<b>Jah, korduvalt</b>	1	0	2	0	0
<b>Ei</b>	94	95	89	97	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>	18	21	20	13	27	14	17	35	18	0	23	25	15
<b>Ei</b>	82	79	80	87	73	86	83	65	82	100	77	75	85

**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	Mitte-aktiivne	Ei ela kooselus	Kooselus
<b>Jah</b>	10	18	10	19	9	5	9	37	15	0	11	10	15
<b>Ei</b>	90	82	90	81	91	95	91	63	85	100	89	90	85

**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	Mitte-aktiivne	Ei ela kooselus	Kooselus
<b>Jah</b>	45	57	86	33	14	46	48	63	49	86	51	54	48
<b>Ei</b>	55	43	14	67	86	54	52	37	51	14	49	46	52

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

	Sugu		Vanus			Alg- või põhiharidus	Haridus		Tööturu staatus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70		Keskharidus	Kõrgharidus	Töötav	Töötu	Mittetöötav
<b>Nõus</b>	46	43	41	43	54	43	49	39	47	50	42
<b>Ei ole nõus</b>	34	36	38	36	27	36	34	34	35	16	37
<b>Ei oska öelda</b>	19	21	21	21	18	21	17	28	19	34	22

	Ostujõud			Leibkond		
	Kõrge	Keskmine	Madal	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
<b>Nõus</b>	45	41	50	46	41	45
<b>Ei ole nõus</b>	36	30	38	37	35	35
<b>Ei oska öelda</b>	19	29	12	17	24	20

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

	Sugu		Vanus			Alg- või põhiharidus	Haridus		Tööturu staatus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70		Keskharidus	Kõrgharidus	Töötav	Töötu	Mitte-aktiivne
<b>Nõus</b>	66	68	63	70	69	59	71	72	67	78	66
<b>Ei ole nõus</b>	21	17	19	17	23	28	16	11	19	5	20
<b>Ei oska öelda</b>	13	14	18	13	8	13	13	17	14	17	14

	Ostujõud			Leibkond		
	Kõrge	Keskmine	Madal	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
<b>Nõus</b>	66	64	68	74	67	61
<b>Ei ole nõus</b>	14	19	18	12	16	26
<b>Ei oska öelda</b>	20	17	14	14	16	13

**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	54	42	63	50	43	58	53	53	38	50
<b>Ei ole nõus</b>	32	27	43	24	16	30	29	30	30	62	28
<b>Ei oska öelda</b>	18	19	15	12	34	27	14	17	17	0	22

	Ostujõud			Leibkond		
	Kõrge	Keskmine	Madal	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
<b>Nõus</b>	50	55	49	50	39	57
<b>Ei ole nõus</b>	29	28	33	33	42	23
<b>Ei oska öelda</b>	21	17	18	17	20	20

**Tabel 6.7.** Väitele „Ma arvan, et minu kodukandi asjad on olulisel“ 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>	84	85	83	86	85	79	86	91	87	83	81
<b>Ei ole nõus</b>	6	4	5	7	3	3	8	2	7	17	2
<b>Ei oska öelda</b>	9	11	12	7	11	18	6	7	6	0	17

	Ostujõud			Leibkond		
	Kõrge	Keskmine	Madal	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
<b>Nõus</b>	87	86	81	80	84	92
<b>Ei ole nõus</b>	4	5	7	10	8	0
<b>Ei oska öelda</b>	8	9	13	10	8	8



**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	Mitte-aktiivne
<b>Nõus</b>	39	31	40	40	18	27	37	45	40	57	25
<b>Ei ole nõus</b>	35	36	33	39	33	34	38	32	34	43	38
<b>Ei oska öelda</b>	26	34	27	21	49	39	25	23	26	0	37

	Ostujõud			Leibkond		
	Kõrge	Keskmine	Madal	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
<b>Nõus</b>	35	39	32	36	33	32
<b>Ei ole nõus</b>	30	31	44	39	39	32
<b>Ei oska öelda</b>	34	30	24	25	28	37

**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	Mitte-aktiivne
<b>Nõus</b>	47	43	45	52	35	38	48	54	49	46	39
<b>Ei ole nõus</b>	37	39	45	38	26	34	39	39	39	43	36
<b>Ei oska öelda</b>	15	18	10	10	39	28	13	7	12	11	25

	Ostujõud			Leibkond		
	Kõrge	Keskmine	Madal	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
<b>Nõus</b>	36	47	48	48	35	46
<b>Ei ole nõus</b>	43	39	36	37	50	32
<b>Ei oska öelda</b>	21	14	16	14	14	22

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

	Sugu		Vanus			Alg- või põhiharidus	Haridus		Tööturu staatus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70		Keskharidus	Kõrgharidus	Töötav	Töötu	Mitte-aktiivne
<b>Osalenud</b>	20	26	19	27	22	17	26	25	17	49	31
<b>Ei ole osalenud</b>	70	67	66	67	76	72	65	72	76	46	57
<b>Ei ole toimunud</b>	10	7	15	6	3	11	9	3	7	5	12

	Ostujõud			Leibkond		
	Kõrge	Keskmine	Madal	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
<b>Osalenud</b>	28	17	25	25	20	25
<b>Ei ole osalenud</b>	66	77	62	67	75	65
<b>Ei ole toimunud</b>	6	6	13	8	5	9

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

	Sugu		Vanus			Alg- või põhiharidus	Haridus		Tööturu staatus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70		Keskharidus	Kõrgharidus	Töötav	Töötu	Mitte-aktiivne
<b>Rahul</b>	42	45	44	43	42	30	51	49	38	59	51
<b>Ei ole rahul</b>	23	26	36	19	14	26	25	16	24	16	25
<b>Ei oska öelda</b>	35	29	20	38	43	43	24	35	37	24	24

	Ostujõud			Leibkond		
	Kõrge	Keskmine	Madal	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
<b>Rahul</b>	51	42	36	46	34	46
<b>Ei ole rahul</b>	18	23	32	20	32	23
<b>Ei oska öelda</b>	31	35	32	34	35	31

## LISA 7. VAIMNE TERVIS

Tabel 7.1. Depressiooni sümptomite esinemine, %

	Sugu		Vanus			Haridus			Tööturu staatus			Ostujõud		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus	Töötav	Töötu	Mitte-aktiivne	Kõrge	Keskmine	Madal
<b>Ei ole</b>	79	69	76	76	68	77	74	74	79	45	69	83	84	59
<b>On</b>	21	31	24	24	32	23	26	26	21	55	31	17	16	41

	Perekonnaseis			Leibkond	
	Ei ela kooselus	Kooselus	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
<b>Ei ole</b>	76	73	74	80	69
<b>On</b>	24	27	26	20	31

Tabel 7.2. Suitsiidikatse esinemine elu jooksul, %

	Sugu		Vanus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70
<b>Ei</b>	93	90	85	97	95
<b>Jah</b>	7	10	15	3	5

## 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>	3	3	4	2	2	5	0	6	1	3	4	
<b>Normaalkaal</b>	53	38	53	42	41	43	48	46	51	42	46	
<b>Ülekaal ja rasvumine</b>	43	59	42	56	57	51	52	48	48	55	40	

	Perekonnaseis			Leibkond	
	Ei ela kooselus	Kooselus	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
<b>Alakaal</b>	1	5	7	3	0
<b>Normaalkaal</b>	45	47	59	47	31
<b>Ülekaal ja rasvumine</b>	55	48	34	51	69

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>	41	28	29	40	35	39	33	31	35	29	42	33	36	
<b>Üks või mitu korda nädalas</b>	59	72	71	60	65	61	67	69	65	71	58	67	64	

	Leibkond		
	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
<b>Üldse mitte või 1-2 korda kuus</b>	35	33	40
<b>Üks või mitu korda nädalas</b>	65	67	60

**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	
Üldse mitte või 1-2 korda kuus	61	60	52	68	64	60	66	47	76	55	57	57	63	
Üks või mitu korda nädalas	39	40	48	32	36	40	34	53	24	45	43	43	37	

	Leibkond		
	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
Üldse mitte või 1-2 korda kuus	56	58	68
Üks või mitu korda nädalas	44	42	32

**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	
See kindlasti	18	18	25	11	21	29	11	20	10	24	21	23	15	
Ka see	21	26	33	16	20	19	29	13	33	14	19	25	22	
See kindlasti mitte	60	56	42	73	60	52	61	67	57	63	61	52	63	

	Leibkond		
	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
See kindlasti	12	14	20
Ka see	29	17	24
See kindlasti mitte	59	69	56

**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>	22	28	22	21	37	32	24	9	27	26	17	23	25	
<b>Ka see</b>	20	40	29	29	30	20	30	44	27	30	32	32	27	
<b>See kindlasti mitte</b>	58	32	49	50	33	48	46	47	46	44	51	44	48	

	Leibkond		
	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
<b>See kindlasti</b>	11	26	36
<b>Ka see</b>	35	21	24
<b>See kindlasti mitte</b>	54	53	40

**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>	10	19	14	9	23	16	14	7	10	19	9	13	14	
<b>Ka see</b>	13	12	19	4	20	20	9	5	15	5	18	13	13	
<b>See kindlasti mitte</b>	77	69	67	87	57	63	77	88	75	75	73	74	73	

	Leibkond		
	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
<b>See kindlasti</b>	13	10	9
<b>Ka see</b>	11	7	19
<b>See kindlasti mitte</b>	76	83	72

**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>	18	21	19	16	27	21	21	9	15	17	22	18	21	
<b>Ka see</b>	27	31	35	25	25	22	30	37	41	20	29	38	23	
<b>See kindlasti mitte</b>	55	48	46	58	48	57	49	54	45	64	49	44	57	

	Leibkond		
	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
<b>See kindlasti</b>	10	19	27
<b>Ka see</b>	33	35	24
<b>See kindlasti mitte</b>	57	47	49

**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>	35	25	35	29	25	44	25	22	34	26	28	42	23	
<b>Ka see</b>	61	65	57	64	72	56	66	69	65	71	58	58	66	
<b>See kindlasti mitte</b>	4	10	8	7	3	0	9	10	2	3	14	0	11	

	Leibkond		
	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
<b>See kindlasti</b>	31	37	24
<b>Ka see</b>	57	60	70
<b>See kindlasti mitte</b>	12	3	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>	14	10	26	4	3	14	8	18
<b>Ei</b>	86	90	74	96	97	86	92	82

**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>	62	30	54	27	35	78	30	38
<b>Harva või mitte kordagi</b>	38	70	46	73	65	22	70	62

**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>	27	22	10	100	65	18	37	19
<b>Enamasti või iga kord</b>	73	78	90	0	35	82	63	81

**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>	97	84	89	92	90	93	89	91
<b>Jah</b>	3	16	11	8	10	7	11	9



## 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>	92	94	95	93	87	94	94	92
<b>Ei ole turvaline</b>	8	6	5	7	13	6	6	8

**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>	85	69	76	83	71	82	81	76
<b>Ebakindlalt</b>	15	31	24	17	29	18	19	24

**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>	89	88	97	86	79	91	97	81
<b>Ohtlik</b>	2	4	2	5	2	1	3	5
<b>Puudub selline võimalus</b>	9	8	1	10	19	8	0	14

**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>	90	88	84	95	88	92	91	85
<b>Ohtlik</b>	9	11	15	5	10	8	9	12
<b>Puudub selline võimalus</b>	1	1	1	0	2	0	0	2

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

	Sugu		Vanus			Leibkond		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
<b>Ohutu</b>	84	75	85	79	70	81	84	74
<b>Ohtlik</b>	15	24	15	19	26	19	13	22
<b>Puudub selline võimalus</b>	2	2	0	2	4	0	3	4

**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>	93	94	97	94	87	95	97	92
<b>Ohtlik</b>	1	1	0	1	3	1	0	3
<b>Puudub selline võimalus</b>	6	4	3	5	10	4	3	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>	90	87	88	95	91	69	91	91
<b>Ohtlik</b>	0	2	1	1	0	2	1	3
<b>Puudub selline võimalus</b>	10	12	11	4	9	29	8	6

**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>	86	83	90	85	74	88	84	84
<b>Ohtlik</b>	7	11	4	9	17	6	3	11
<b>Puudub selline võimalus</b>	7	6	6	6	10	6	13	5

**Tabel 10.9.** Helkuri kandmine, %

	Sugu		Vanus			Alg- või põhiharidus	Haridus	
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70		Keskharidus	Kõrgharidus
<b>Alati ja enamasti</b>	62	90	67	76	87	68	77	84
<b>Harva ja üldse mitte, ei liigu pimedas</b>	38	10	33	24	13	32	23	16

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

	Sugu		Vanus			Alg- või põhiharidus	Haridus	
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70		Keskharidus	Kõrgharidus
<b>Alati</b>	81	63	78	76	55	62	76	81
<b>Mitte alati, ei sõida autoga</b>	19	37	22	24	45	38	24	19

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

	Sugu		Vanus			Alg- või põhiharidus	Haridus	
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70		Keskharidus	Kõrgharidus
<b>Alati</b>	90	97	91	95	96	88	95	99
<b>Mitte alati, ei sõida autoga</b>	10	3	9	5	4	12	5	1

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

	Sugu		Vanus			Alg- või põhiharidus	Haridus	
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70		Keskharidus	Kõrgharidus
<b>Alati</b>	59	77	59	71	78	70	68	63
<b>Mitte alati, ei sõida autoga</b>	41	23	41	29	22	30	32	37