

Kinnitatud TAI teadusnõukogu otsusega 23.03.2021
TAI teadusnõukogu protokoll nr 2/21

Tervise Arengu Instituudi aastaruanne 2020

Tallinn 2021

TERVISE ARENGU INSTITUUDI AASTARUANNE 2020

Nimi: Tervise Arengu Instituut (TAI)
Registrikood: 70006292
Aadress: Hiiu 42, 11619 Tallinn
Telefon: 659 3900
E-post: tai@tai.ee
Koduleht: www.tai.ee

Sisukord

Üldandmed 2018–2020 ja eesmärgid aastani 2021 ¹	3
Ülevaade asutusest.....	4
Struktuur ja juhtimine.....	5
Koostöö.....	6
Eelarve ja kulud	6
Töötajad ja töökeskkond	7
Teadus- ja õppetöö	12
Publikatsioonid.....	13
Juhendamised	14
Õppetöö	14
Arendustöö	15
Alkoholi liigtarvitamise ennetamine ja raviteenuste arendamine.....	15
HIV-i ennetamine	15
Laste ja noorte tervise edendamine.....	16
Narkomaania ennetamine	17
Tervise edendamine paikkonnas ja töökohal	18
Tasakaalustatud toitumise edendamine.....	19
Tubakatarvitamise vähendamine.....	19
Tuberkuloositorje.....	20
Vanemahariduse edendamine.....	20
Vähiennetus ja söeluuringud.....	21
Riiklikud arengukavad, strateegiad, seadusloome ja tööühmad	21
Rahvusvahelised projektid ja koostöö	22
Tervisestatistika, registrid ja andmebaasid.....	26
Täienduskoolitused	27
Kommunikatsioon	28
Meediakajastused	28
Veebilehed ja toitumise infosüsteem	29
Teavituskampaaniad.....	30
Trükised	31
Ajakiri Sotsiaaltöö.....	31
Eetikakomitee	32
Meditsiiniterminoloogia kompetentsikeskus	33
COVID-19.....	34
Kasutatud kirjandus.....	35

Üldandmed 2018–2020 ja eesmärgid aastani 2021¹

	2018	2019	2020	2021 ²
TÖÖTAJAD				
Töötajate arv (n) ³ ,	170	176	191	
sh doktorikraadiga (%) ⁴	15	14	15	> 15
sh magistrikraadiga (%)	59	60	58	> 60
Töötajate arv täiskoormuse arvestuses (n) ⁵	154	156	177	
Akadeemiliste töötajate arv (n),	26	29	35	
sh doktorikraadiga (n)	18	18	22	
STRUKTUUR				
Üksuste arv (n)	24	24	24	
RAHASTAMINE				
Kulud (mln €),				
sh riigieelarve eraldised	16,8	14,9	14,1	15,4
sh riigieelarvevälised allikad	4,1	5,4	5,2	5,5
TEADUSTÖÖDE PUBLITSEERIMINE				
1.1. publikatsioonide arv	59	62	65	65
MEEDIAKAJASTUSED				
TAI-le viitamine meedias (kordade arv)	247 4	1867	1875	> 3000
VÕTMENÄITAJAD RAHVASTIKU TASANDIL⁶				
Eesti inimeste oodatav eluiga aastates:				
mehed	73,9	74,4		75 ⁷
naised	82,4	82,8		84 ⁷
Eesti inimeste tervena elatud aastate arv:				
mehed	52,8	54,1		60 ⁷
naised	55,6	57,6		65 ⁷

¹ Arengukava alusel.

² Arengukava 2021–2025 võtmenäitajate sihttasemed.

³ Töötajate arv 31.12 seisuga, v.a pikaajalised puudujad (nt lapsehoolduspuhkusel viibijad).

⁴ Kõik doktorikraadiga töötajad, mitte üksnes akadeemilised töötajad.

⁵ Täistööajale taandatud töötajate arv 31.12 seisuga, v.a pikaajalised puudujad (nt lapsehoolduspuhkusel viibijad).

⁶ Statistikaamet avaldab andmed kalendriaasta kohta järgmise aasta mais.

⁷ Rahvastiku tervise arengukava 2009–2020 eesmärk.

Ülevaade asutusest

Tervise Arengu Instituut (TAI) on Sotsiaalministeeriumi haldusalasse kuuluv riiklik teadus- ja arendusasutus, kes tegeleb rahvatervishoiu teadustööga, haiguste ennetamise programmide ja tegevuste väljatöötamise ja elluviimisega ning tervisedendusega. TAI vastutab Eesti riikliku tervisestatistika ning kuue rahvastikupõhise registri haldamise eest. TAI tegevusi rahastatakse riigieelarvest, majandustegevusest saadud tulust ja muudest allikatest.

TAI missioon

TAI loob ja jagab teadmisi, et tõenduspõhiselt mõjutada tervist toetavaid hoiakuid, käitumist, poliitikat ja keskkonda eesmärgiga suurendada inimeste heaolu Eestis.

TAI visioon

TAI on Eestis ja rahvusvaheliselt silmapaistev rahvatervishoiu ja sotsiaalteaduste kompetentsikeskus, kus uurimistöö on tihedalt läbi põimunud arendustööga. TAI tegevuse tulemusel on aastaks 2020 tervisepoliitika tõenduspõhine, inimesed käituvad terviseteadlikumalt ja elukeskkonda kujundavates otsustes arvestatakse mõjuga tervisele, et seeläbi suurendada hea tervisega elatud aastate arvu.

TAI peamised **tegevusvaldkonnad**:

- rahvastiku terviseseisundi ja -mõjurite uurimine ning hindamine
- riikliku tervisestatistika koondamine ja avaldamine
- tervise ja sotsiaalse heaolu edendamine
- tervist mõjutavate sekkumiste ja tervist edendavate programmide väljatöötamine ning tervise- ja sotsiaalteenuste korraldamine
- koolituste korraldamine
- tervisepoliitika tegijate nõustamine ja mõjutamine

TAI arengukavas aastateks 2016–2020 seatud **arenguprioriteedid**:

- teiste teadus- ja arendusasutuste ning erasektoriga ühist tööd toetavate koostöömudelite struktuurne väljaarendamine
- organisatsiooni tõhusust ja valdkondlikku meeskonnatööd toetava struktuuri loomine
- analüütilise võimekuse ja terviseandmestiku kasutatavuse parandamine
- TAI hallatavate ja arendatavate andmebaaside, sh toitumise infosüsteemi Nutridata kasutusvaru suurendamine ettevõtete, teadusasutuste ja tavatarbijate jaoks

TAI arengukava täitmise jälgimise **võtmenäitajad**:

- oodatav eluiga
- tervena elatud aastate arv
- 1.1. teadusartiklite arv
- TAI-le viitamine meedias
- rahastamise stabiilsus ja allikate mitmekesisus
- töötajate haridustase

Võtmenäitajate baas- ja sihttasemed on toodud tabelis leheküljel 3 („Üldandmed 2018–2020 ja eesmärgid aastani 2021“). Arengukava täistekstiga saab tutvuda TAI kodulehel (http://www.tai.ee/images/TAI_arengukava_2016-2020.pdf).

2020. aastal koostati TAI-le uus arengukava aastateks 2021–2025 (https://intra.tai.ee/images/Arengukava/TAI_arengukava_2021_2025_l%C3%B5ppversioon_toim.pdf). Poole aasta vältel toimunud töötubade ja arutelude tulemusena sõnastati TAI visioon, missioon ja põhiväärtused. Meie eesmärgid järgmiseks viieks aastaks toetavad tugevamat tervist, pikemat iga, tunnete selgust ja vaimset küpsust.

TAI missioon on olla teaduspõhiste tervislike valikute kujundaja. TAI visioon on olla Eestis juhtiv ja rahvusvaheliselt tunnustatud rahvatervishoiu kompetentsikeskus, kes koostöös partneritega kujundab teaduspõhist tervisepoliitikat, soodustab tervist ja heaolu toetavat elukeskkonda ning loob ja jagab terviseteadmust, mille tulemusena on olulised tervisenäitajad aastaks 2025 paranenud. Meie väärtused on pädevus, koostöö ja uuendusmeelsus. Strateegilised sihid aastateks 2021–2025 on:

- tervislikuma eluviisiga inimesed
- positiivne töötajakogemus
- kvaliteetsed ja ajakohased terviseandmed
- teaduspõhine rahvatervishoiu eestvedaja ja arvamussliider

Struktuur ja juhtimine

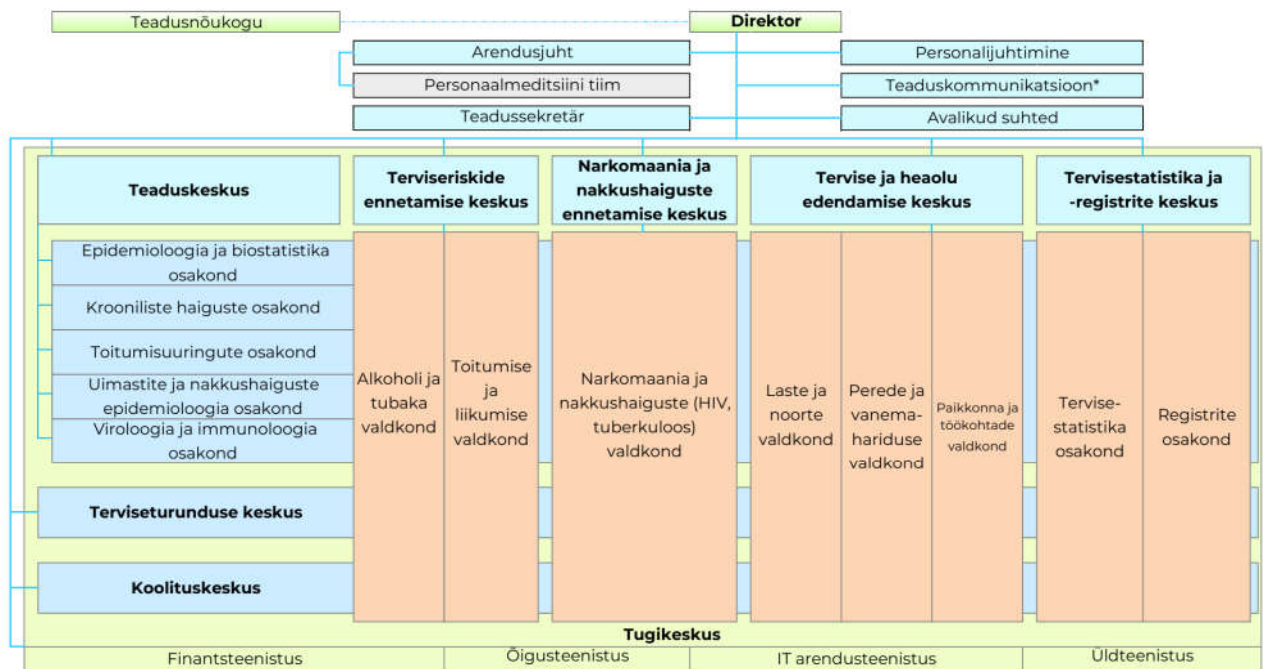
TAI-s on kaheksa keskust, mille koosseisus on valdkonnad, osakonnad ja registrid (joonis 1). Instituudi juures töötavad Tervise Arengu Instituudi inimuuringute eetikakomitee (TAIEK) ja meditsiiniterminoloogia keskus.

TAI-d juhib ja seda esindab **direktor**, kes tagab asutuse stabiilse arengu ning rahaliste vahendite õiguspärase ja otstarbeka kasutamise. TAI direktor on 2017. aasta jaanuarist **Annika Veimer**. Teadusdirektor on **Toomas Veidebaum**.

TAI kõrgeim otsustuskogu on **teadusnõukogu**, mille koosseisu kuuluvad:

- TAI epidemioloogia ja biostatistika osakonna juhataja
- TAI toitumisuuringute osakonna juhataja
- TAI tervise ja heaolu edendamise keskuse juhataja
- TAI teadusdirektor
- TAI teadussekretär
- Sotsiaalministeeriumi terviseala asekanstler
- Sotsiaalministeeriumi analüüsi ja statistika osakonna juhataja
- Jaanus Harro (Tartu Ülikool (TÜ), psühholoogia instituut, psühhofüsioloogia professor)
- Raivo Uibo (TÜ, bio- ja siirdemeditsiini instituut, immunoloogia professor)

Teadusnõukogu töö on määratud töökorraga. Töövormiks on koosolek, mida korraldatakse vastavalt vajadusele. Möödunud aastal toimus kaks koosolekut.



Joonis 1. TAI struktuur

* Struktuurimuudatus alates 01.01.2021

Koostöö

TAI teeb tihedat koostööd teiste valitsusasutuste, valitsusväliste organisatsioonide ja erasektoriga. Uuringuid ja arendustegevusi viiakse ellu koostöös paljude Euroopa teadusasutuste ja ülikoolidega. Muu hulgas osaleb TAI sotsiaalministeeriumi juures terviseala teadus- ja innovatsiooninõukogu töös.

TAI on Maailma Terviseorganisatsiooni ning Euroopa Liidu rahvatervishoiu programmide ja projektide koostööpartner. TAI on Rahvusvahelise Riiklike Rahvatervishoiu Instituutide Assotsiatsiooni (The International Association of National Public Health Institutes ehk IANPHI) asutajaliige. TAI direktor **Annika Veimer** on assotsiatsiooni Euroopa võrgustiku **asejuht**.

Lisaks kuulub TAI Euroopa Toiduinfo Võrgustikku (European Food Information Resource ehk EuroFIR) ja Rahvusvahelisse Vähiregistrite Assotsiatsiooni (International Association of Cancer Registries).

Eelarve ja kulud

TAI kasutas 2020. aastal oma tegevusteks 19 255 932 eurot (2019. aastal 20 298 900 eurot). Sellest kulus riiklike ülesannete täitmiseks ja üldisteks kuludeks 14%,

arendustegevuseks (rahvatervishoiuprogrammid ning tervishoiu- ja sotsiaalteenused) 67% ja teadustegevuseks 19%.

Rahvatervishoiuprogrammide vahenditest rahastatakse muu hulgas tervishoiu- ja sotsiaalteenuseid (näiteks tuberkuloosi otseselt kontrollitav ravi, HIV-testimine, alkoholisõltuvuse ja narkomaania ravi jmt). Selleks kulus 65% rahvatervishoiuprogrammide vahenditest (43% kogu TAI eelarvest).

Valdkondade tekkepõhised kulud rahastamisallikate kaupa on toodud tabelis 1.

Tabel 1. TAI kulud 2020. aastal

	2020 (€)	Osakaal (%) ¹	2019 (€)	Muutus (%)
TAI kulud kokku	19 255 932	100	20 298 900	-5,1
Üldkulud (administreerimine, meditsiiniregistrid jm)	2 256 585	12	2 213 700	+1,9
Riigi Kinnisvara AS	381 478	2	377 400	+1,1
Rahvatervishoiuprogrammid,	12 901 474	67	13 917 400	-7,3
sh tervishoiu- ja sotsiaalteenused	8 364 763	43	9 023 446	-7,3
Teadustegevus,	3 642 037	19	3 692 900	-1,4
sh personaalmeditsiin	1 073 872	6	2 085 800	-48,5
Kulud omatuludest²	74 358	0	97 500	-23,7

¹ Osakaal kogu TAI eelarvest.

² Sisaldub kõigis kuludes.

Töötajad ja töökeskkond

Seisuga 31. detsember 2020 töötas TAI-s põhikohaga (töölepinguga) 191 töötajat, nendest doktorikraadiga olid 15% ja magistrikraadiga 58%.

Möödunud aastal jätkas kraadiõpinguid 28 töötajat, neist 12 doktorantuuris ja 16 magistrantuuris. Seitse töötajat kaitses magistrikraadi.

TAI aastapremia 2020 (eduka töö eest aastatel 2017–2019) sai vähiregistri juht **dr Margit Mägi**. Tunnustuse sai ta tulemusliku töö eest vähiregistris ning panuse eest teadustegevusse ja rahvusvahelistesse teadusprojektidesse. Dr Mägi on väga pühendunud, koostööaldis ja sõbralik kolleeg. Ta on vähiregistris juhtinud alates 2006. aastast, kuid registoris alustas ta juba 1997. aastal. Praeguseks iseloomustab registorit kõrge andmekvaliteet ja statistiliste andmete ajakohane avaldamine. Sisse on viidud ka vähistaadiumi täpne registreerimine, mis võimaldab ravitulemusi detailsemalt analüüsida. Eriliselt tuleb rõhutada Margiti panust surmainfo taastamisel registoris pärast aastaid kestnud õigusliku regulatsiooni puudumist. Registori andmed ja nende valiidsus vastavad nüüd rahvusvahelistele standarditele.

Kolmandat korda anti välja **TAI elutööpreemia**. Selle pälvis **dr Jaak Põlluste**, kes töötas TAI-s 43 aastat. Dr Põlluste alustas oma tööd TAI eelkäijas, Eksperimentaalse ja Kliinilise Meditsiini Instituudis 1977. aastal — algul vabariiklikus tuberkuloositõrje dispanseris arstina ja pulmonoloogia osakonnas ordinaatorina. Pärast aspirantuuri lõpetamist Moskvas üleliidulises tuberkuloosi keskinstituudis naasis ta 1982. aastal Tallinna ning alustas tööd Eksperimentaalse ja Kliinilise Meditsiini Instituudi teadussekretärina. Aastatel 1988 kuni 2003 oli ta instituudi teadusdirektor. TAI moodustamisel 2003. aastal sai temast taas teadussekretär ja seda ametit pidas ta kuni 2017. aastani. Samal ajal oli ta mitmes haiglas tegev kopsuarstina. Ta andis hindamatu panuse meditsiiniterminoloogia ja meditsiinieetika valdkonda, juhtides aastaid meditsiiniterminoloogia komisjoni ja Tallinna Meditsiiniuuringute Eetika-komiteed ning panustades Eesti Meditsiinieetika Nõukogu töösse. Ta oli üks rahvusvahelise haiguste klassifikatsiooni 10. versiooni (RHK-10) elluvijatest.

Aastast 2018 tunnustame **staažimärgiga** neid, kes on TAI-s töötanud 10 või enam aastat. Vastavalt staažile on märke nelja sorti: hõbedast (10–14 aastat TAI-s), ülekullatud hõbedast (15–19 aastat), ülekullatud ja emailitud hõbedast (20 aastat ja enam) ning kullast rinnamärk elutöö eest. Mullu sai staažimärgi 16 töötajat. 20 aastat TAI-s täitus Piret Veerusel, Pille Kasemetsal ja Riina Pöderil, 15 aastat Annika Veimeril, Katrin Aasveel, Kristi Rüütlil, Virve Ploomil, Regina Linnul ja Liana Rumvoltil ning 10 aastat Kristina Pertelil, Marge Saamelil, Jelena Jakovleval, Helen Bogdanovil, Mari Raudsepal, Ingrid Valdmaal ja Kärt Allveel.

Epidemioloogia ja biostatistika osakonna juhataja **dr Kaire Innos** valiti naissoost tippteadlaste portaali AcademiaNet. AcademiaNetis olevad teadlased peavad olema silmapaistva akadeemilise kvalifikatsiooniga ja iseseisva uurimisrühma juhi kogemusega. Alates 2018. aastast on Eesti Teadusagentuur portaali esitanud 16 edukat Eesti naisteadlast, tänavu lisati 80 Eesti teadlase nimed. AcademiaNet on aktiivne alates 2010. aastast ja avatud kasutamiseks kõigile teadushuvilistele. Kokku on Swiss National Science Foundationi hallatavas portaalis esindatud rohkem kui 2800 teadlast üle kogu maailma.

Alates 2020. aastast on teadusdirektor Toomas Veidebaumi ning epidemioloogia ja biostatistika osakonna juhtteaduri Mati Rahu kõrval juhtteadur teinegi epidemioloogia ja biostatistika osakonna töötaja **Mall Leinsalu**. Tema peamine uurimisvaldkond on sotsiaalepidemioloogia, täpsemalt sotsiaalsete tegurite mõju tervisele.

Vabariigi aastapäeva eel andsid siseminister Mart Helme, rahvastikuminister Riina Solman ja siseministeriumi kantsler Lauri Lugna üle teenetemärgid ja tänukirjad neile, kes on riigi heaolusse silmapaistvalt panustanud. Tunnustuse said ka TAI kolleegid. **Katri Abel-Ollo** (narkomaania ja nakkushaiguste ennetamise keskus), **Karin Streimann** ja **Triin Vilms** (tervise ja heaolu edendamise keskus) pälvisid tunnustuse panuse eest uimastiennetuse valdkonna arendamisse ning kaasaaitamise eest Eesti uimastitarvitamise vähendamise poliitika valge raamatu hindamisel.

Külli Luuk tervise ja heaolu edendamise keskusest sai Tööinspeksioonilt tänukirja koostöö eest.

Eesti Tervisedenduse Ühingu valis 2020. aasta tervisedendajaks **Kaidy Aljama**, kes töötab TAI-s paikkonna ja töökohtade valdkonnas vanemspetsialistina. Ühingu toob oma põhjenduses välja, et Kaidy on pea kümne aasta jooksul panustanud inimeste tervisesse nii lasteaias, maakonnas kui ka riigi tasandil. Oma erialase hariduse, eri organisatsioonides töötamise kogemuse ja suurepärase tervisedendaja omadustega on ta paikkonna tervisedenduse jaoks loonud olulist väärtust. Kaidy oskab meeskondi juhtida, teeb oma tööd entusiasmiga ja kirega ning suhtub ellu alati huumoriga.

Statistikaamet tunnustas TAI tervisestatistika osakonna analüütikut **Diana Sokurovat** Albert Pulleritsu nimelise noore statistiku preemiaga tema uurimistöö eest statistikameetodite rakendamise ja arendamise valdkonnas. Diana Tartu Ülikoolis kaitstud magistritöö „Tervishoiutöötajate aruandluskoormuse vähendamine veereva ja kahe hetke valimidisaini abil“ käsitleb statistikavaldkonna jaoks olulist teemat: andmeesitaja koormuse vähendamist ilma et tulemuste kvaliteet kannataks.

Kadri Bobrovski sai Aberdeeni Ülikoolilt professor Geraldine McNeill'i auhinna parima toitumisteaduste osakonna magistritöö eest („Validity and Reliability of a Newly Developed Diet Quality Index for Estonia (DQI-E), and its Relationship with Sociodemographic Factors“).

Juulis tunnustas peaminister **TAI-d** tänumedaliga panuse eest COVID-19 olukorra lahendamisse.

Aasta lõpus tunnustati **aasta silmapaistvamaid tegusid ja inimesi**. Nende hääletusel osales 124 töötajat (65% TAI töötajatest).

- **TAI aasta tegu 2020** oli puugipank, puugiveeb ja kampaania „Pane puuk posti“. Esimest korda kutsusid teadlased endale appi kogu Eesti rahva, et koguda laialdasemat teavet puukide kohta. Eesmärk oli rakendada Eestis uudsel viisil kaasavat teadust, et koos inimeste abiga saada parem ülevaade puugiohtlikest piirkondadest. Inimesed kaasati puugihammustuste kaardistamise ja puukide kogumisse. Puugiohtlike piirkondade kaardistamisele kaasa aitamiseks tuli minna veebilehele puugiinfo.ee, märkida endalt või lemmikloomalt leitud puuk kaardile ja vastata mõnele küsimusele. Puugikaardi ja puugipanga tutvustamiseks korraldati läbi suve kestev kampaania „Pane puuk posti“. Kampaania jooksul saadeti puugipanka teadlastele uurimiseks üle 6200 puugi ning kaardile märgiti 15 152 puugi leiukohta kokku 21 373 puugiga.
- **TAI aasta kolleeg 2020** — üldteenistuse spetsialist **Malle Heerde**.
- **TAI aasta tiim 2020** — koolituskeskus.
- **TAI aasta juht 2020** — narkomaania ja nakkushaiguste ennetamise keskuse juht **Aljona Kurbatova** ja koolituskeskuse juht **Alo Raieste**.

TAI alkoholitarvitamise vähendamiseks loodud **eneseabiprogramm „Selge“** pälvis IANPHI tunnustuse ennetustöö eest Euroopa regioonis. Rahvusvaheline eneseabi programm „Selge“ tugineb tõenduspõhistel teraapiameetoditel ning TAI kohandas selle Eesti oludele vastavaks. Programm on mõeldud iseseisvaks kasutamiseks

kõigile, kes soovivad oma alkoholitarnitamise harjumust muuta — tarvitada alkoholi vähem või saada karsklaseks. TAI on sarnaselt teistele riikidele teinud programmi kohta ka mõju-uuringu. Uuring kinnitas, et programm on tõhus ning aitab tööpoolest vähendada tarvitataavaid alkoholikoguseid ning suurendada alkoholivabade päevade arvu. Programmiga liitunudest oli programmiga rahul 87%. Programm on kõigile kättesaadav alates 2020. aasta kevadest nii eesti kui vene keeles.

Narkomaania ja nakkushaiguste ennetamise keskuse ning tervise ja heaolu edendamise keskuse meeskonnad osalesid riigikantselei koordineeritavas avaliku sektori innovatsiooniprogrammi projektis „**Minu esimene vahelejäämine**“, mida tunnustati kui kõige innovaativsemat lähenemist.

Aasta lõpus korraldati **töötajate seas rahulolu-uuring**. Selle eesmärk oli kaardistada töötajate rahulolu organisatsiooni sisekliima, infovahetuse, juhtimise, töökoormuse, töötajate väärtustamise, organisatsiooni maine, isikliku tööalase motivatsiooni ning arenguvõimalustega. Laiem eesmärk oli koguda infot, kuidas muuta instituudi keskkonda töötajasõbralikumaks ja sisekommunikatsiooni eesmärgipärasemaks. Uuringu viis sarnaselt eelnevatele aastatele läbi kommunikatsiooniagentuur Vaikus koos andmekogumisettevõttega Norstat. Veebiküsitlusele vastas kokku 135 töötajat 191-st (70,7% küsimustiku saanutest). Järgnevalt on toodud peamised tulemused (hinnangud anti skaalal 1–7).

Olulisimad muutused 2019. ja 2020. aastate võrdluses toimusid:

- edastatud info selguses, keskmine hinnang 5,8 (2019. aastal 5,4)
- info piisavuses, keskmine hinnang 5,5 (2019. aastal 5,1)
- TAI kollektiivi kohanemises muudatustega, keskmine hinnang 5,0 (2019. aastal 4,4)

Rahulolu-uuringu tulemuste põhjal on instituudi tugevusteks töötajate võimalus tööd puudutavates küsimustes kaasa rääkida (6,3), tööülesannete arusaadavus (6,2), info piisavus TAI töökorraldusest (6,2), info liikumine töötajalt vahetule juhile (6,0), teadlikkus TAI eesmärkidest (5,9) ning töötaja tunnetatud panus TAI eesmärkide saavutamisel (5,9). Kõrgelt hinnatakse ka vahetu juhi tegevusi ning esile tõstetakse töötajatele tähelepanu pööramist (5,9), avatust (5,9) ning töötajate võrdset kohtlemist (5,9). Arenguruumi on endiselt üksuste vahelises info liikumises (4,1), kollektiivi ühtsuses (4,2) ja rahulolus töötasuga (4,4).

Kodukontor ja kaugtöö

Seoses COVID-19 pandeemiast tingitud eriolukorraga rakendas TAI kevadest alates ulatuslikumalt kaugtööd. Mullu sai esimest korda kaugtöömärgise 44 organisatsiooni, nende hulgas ka TAI. Kokku oli möödunud aastal Eestis 139 kehtiva märgisega ettevõtet. Kaugtöömärgist on neli aastat välja andnud Elisa, Targa Töö Ühing ja Eesti Personalijuhtimise Ühing PARE. Märgise **Kaugtöö Tegija** eesmärk on tunnustada ja kaasata organisatsioone, kes rakendavad mitmesuguseid kaugtöötamise võimalusi. Märgis antakse välja kolmeks aastaks, seda saab uuesti taotledes pikendada. Digitaalset märgist saab asutus kasutada tööandja- ja organisatsiooni mainekommunikatsioonis.

Visuaalne identiteet ja logo

TAI visuaalne identiteet läbis uuenduskuuri. Tuttavaid elemente säilitades anti logole kaasaegsem kuju (joonis 2), et see sobiks organisatsioonile ja oleks eri kanalites paremini kasutatav. Logos kasutatakse Tervise Arengu Instituudi levinud lühendit TAI, kasutatakse TAI tunnusvärvi oranži ning tuttavat päikesekujutist. Logo on eraldi eesti ja inglise keeles. Koos logoga töötati välja komplekt materjale, mis toetavad ühtset visuaalset identiteeti.



**Tervise
Arengu
Instituut**



**National
Institute
for Health
Development**

Joonis 2. TAI logo

Teadus- ja õppetöö

Aastal 2020 oli töös kaks haridus- ja teadusministeeriumi sihtasutuse Eesti Teadusagentuur rahastatud institutsionaalse uurimistoetuse teemat, üks rühmagrant ja üks Mobilitas Pluss järeldoktoritoetus:

- IUT42-1: „Zoonootilised ja hepatotroopsed patogeenid Eestis: uued ja vanemad emergeeruvad nakkused ning nende mõju rahvastiku tervisele“ (2015–2020) — vastutav täitja Irina Golovljova
- IUT42-2: „Perekondlik agregatsioon, toitumisharjumused ja krooniliste haiguste longituudsed riskitegurite muutused ning riskeeriva tervisekäitumise mõjud“ (2015–2020) — vastutav täitja Toomas Veidebaum (kaks alateemat)
- PRG722: „Vähiravi ja -tulemite parandamine: reaalandmetele tuginev rahvastikupõhine uuring“ (2020–2024) — vastutav täitja Kaire Innos
- MOBJD579: „Pap-testi kvaliteedi ja patoloogilisele leiule järgneva kliinilise jälgimise ravijuhendile vastavuse hindamine emakakaelavähi patsientidel Eestis“ (2020–2022) — vastutav täitja Madleen Orumaa

Muudest rahastamisallikatest (eelkõige sotsiaalministeerium) oli töös 67 uuringut. Paljud uuringud toimusid koostöös kohalike ja rahvusvaheliste partneritega.

Rahvastiku tervise hindamiseks, rahvatervishoiu poliitikate kujundamiseks ja arengukavade tulemuslikkuse hindamiseks teeb TAI mitmesuguseid regulaarseid rahvastikupõhiseid uuringuid. Möödunud aastal koguti andmeid ja/või avaldati mitme suure uuringu tulemusi, näiteks:

- **HPV kodutest sõeluuringus mitteosalenud naistele: randomiseeritud teostatavusuuring.** Peamisteks eesmärkideks on hinnata HPV kodutestimise teostatavust emakakaelavähi sõeluuringus mitteosalenud naiste hulgas ja kodutestimise kasutajakogemust.
- **Eesti 11-, 13- ja 15-aastaste kooliõpilaste tervisekäitumise uuring (HBSC).** Avaldati **2017/2018. õppeaasta** tulemuste raport, mis annab valdkonna spetsialistile põhjalikuma ülevaate uuringu tulemustest. Uuringus analüüsiti koolinoorte elukeskkonda, sotsiaal-majanduslikku tausta ja sotsiaalseid suhteid iseloomustavaid teadmisi, mis aitavad mõista ja luua seoseid õpilaste tervise ja tervisekäitumist mõjutavate tegurite vahel.
- Avaldati uuringu **„Eesti kooliõpilaste alkoholi- ja narkootikumide tarvitamise küsitlusuuring 2019“** tulemused.
- **Puugiveeb.** Septembriga lõppes kevadel alanud puukide kogumise kampaania „Pane puuk posti“. Puugipanka saadeti teadlastele uurimiseks üle 6200 puugi ning Eesti kaardile märgiti 15 152 puugi leiukohta kokku 21 373 puugiga.
- Algas **Eesti rahvastiku vaimse tervise uuring** koostöös Tartu Ülikooliga. Eesmärk on saada ülevaade Eesti rahvastiku vaimsest tervisest, uurida vaimse tervise probleemide tekkemehhanisme stressiolukorras ning hinnata vajadust riiklike tugiteenuste järele kriisisituatsioonis.
- Algas **Eesti taimetoitluse uuringu** andmekogumine. Uuringu tulemused annavad olulise sisendi toitumisest tulenevate terviseriskide hindamiseks ja

võimalike riskirühmade tuvastamiseks eri toitumiseelistustega inimeste hulgas.

- Algas **IDEFICS/I.Family** veebipõhise jätku-uuringu „**Elustiil ja tervis**“ andmekogumine. Uuringus on osalenud ligi 700 Eesti noort vanuses 12–24 eluaastat. Kogutud andmed võimaldavad uurida elustiili ja käitumise mõju terviseriskide kujunemisele.
- Avaldati 2019. aasta **Tallinna narkootikumide ja psühhotropsete ainete jääkide reoveeuuringu** tulemused ja valmistati ette 2020. aasta Tallinna ja Pärnu linna reoveeuuringut. Reoveeproovide analüüsi eelis on keemilise analüüsi objektiivsus ja uuringu lihtne ning kiire teostus. Tegemist on hea meetodiga, et saada piirkonnapõhine ülevaade tarvitavatest narkootikumidest ja narkoturul toimuvast.

Alates 2018. aastast juhib TAI personaalmeditsiini arendamise projekti, mille raames tehakse koostööd TÜ Geenivaramu, TÜ arvutiteaduse instituudi, Tervise ja Heaolu Infosüsteemide Keskuse ja haigekassaga. Tervisetehnoloogiate arendamise käigus keskendutakse personaalmeditsiini innovaatiliste lahenduste loomisele ja juurutamisele eesmärgiga teha tervishoiutöötajatele kättesaadavaks lisatööriist inimestele parema tervishoiuteenuse osutamiseks ja rahvatervishoiu edendamiseks. Samuti korraldatakse projekti käigus tervishoiutöötajatele põhjalikud personaalmeditsiini lahenduste rakendamise koolitused. Projekti tulemusel luuakse IT-lahendus, mis võimaldab haiguste ennetamiseks ning efektiivsemaks raviks võtta patsiendi nõusolekul kasutusele geneetilise eelsoodumuse info ja anda selle alusel soovitusi. Aastaks 2022 valmib kolm rakendust, mis võimaldavad ravimite väljakirjutamisel anda automaatselt farmakogeneetilisi soovitusi ning pakkuda polügeensel riskiskooril põhineva rinnavähi varajase avastamise teenust ja südame-veresoonkonnahaiguste ennetamise teenust. Projekti eesmärk on personaalmeditsiini jätkusuutlik arendamine ja rakendamine tervishoiu valdkonnas.

Publikatsioonid

TAI töötajad avaldasid 2020. aastal kokku 112 publikatsiooni, neist 65 olid 1.1. kategooria publikatsioonid (lisa 1, eraldi dokument). Viieteistkümmel 1.1. kategooria artiklil oli esimeseks autoriks TAI töötaja.

Ühe akadeemilise töötaja (juht- ja vanemteadurid ning teadurid) kohta avaldati 2020. aastal keskmiselt 2,8 kõrgetasemelist teaduspublikatsiooni (1.1., 1.2. ja 1.3.), 2019. aastal 2,8 publikatsiooni, 2018. aastal 2,1 ja 2017. aastal 4,1 publikatsiooni. Publitseerimisaktiivsust võib pidada igati heaks.

Ajakirja Eesti Arst prima teaduspublikatsiooni preemia 2020 pälvis artikkel, kus kaasautoriks oli Piret Viiklepp: Laas K, Teär CM, Pehme L, Viiklepp P, Fischer K, Tammaru M. „Reumatoidartriidi patsientide haigestumus tuberkuloosi enne ja pärast bioloogilise ravi kasutuselevõttu Eestis: kahe perioodi võrdlus“ (Eesti Arst 2019;98:555–560).

Tabel 2. Publikatsioonide arv Eesti Teadusinfosüsteemi klassifikatsiooni alusel 2018–2020

Publikatsioon	Klassifikaator*	2018	2019	2020
Ajakirjaartikkel	1.1.	59	62	65
	1.2.	6	1	0
	1.3.	3	9	11
Raamat või monograafia	2.1.	1	0	1
	2.5.	17	12	20
Kogumiku artikkel, peatükk raamatus või kogumikus	3.1.	1	2	4
	3.2.	2	1	2
	3.4.	1	0	1
	3.5.	0	1	0
Publitseeritud konverentsiteesid	5.1.	1	0	1
	5.2.	9	5	3
Muud publikatsioonid	6.2.	0	0	1
	6.3.	0	2	2
	6.4.	0	0	0
	6.6.	6	1	0
	6.7.	2	1	2
	6.8.	1	1	0
KOKKU		109	98	112

* Klassifikatsiooni kirjeldus: <https://www.etis.ee/Portal/Classifiers/Details/81e52bde-a1a1-490a-a9c4-2df9f3fc3a70>.

Juhendamised

20 TAI töötajat juhendas või kaasjuhendas kokku 16 doktoranti ja 30 magistranti (peamiselt TÜ-s ja Tallinna Tehnikaülikoolis). TAI töötajate juhendamisel kaitsi 2020. aastal kolm doktoritööd, 14 magistritööd ning 24 bakalaureuse-, diplomi- või muud tööd.

Õppetöö

TAI töötajad õpetasid 2020. aastal Eesti eri kõrgkoolides (peamiselt Tallinna Tehnikaülikool, TÜ, Tallinna Tervishoiu Kõrgkool ja Tallinna Ülikool) nii bakalaureuse-, magistri- kui ka doktoriõppes. Kokku juhendas 14 TAI töötajat õppetööd 25 kursusel.

Arendustöö

TAI tegeleb tervise edendamise ja haiguste ennetamise valdkonnas eri teemadega (mis kuuluvad rahvastiku tervise arengukava 2009–2020 alla). Järgnevalt anname lühiülevaate valdkondadest ja peamistest 2020. aasta arendustegevustest. Iga valdkonna meediakampaaniad, trükised ja koolitused on välja toodud eraldi vastavate peatükkide all.

Alkoholi liigtarvitamise ennetamine ja raviteenuste arendamine

Viimastel aastatel ei ole elanike absoluutalkoholi tarbimine oluliselt muutunud ja püsib stabiilsena. Eestis täiskasvanud inimesed tarvitasid 2019. aastal 10,4 liitrit absoluutalkoholi. Aastaga kasvas tarbimine 0,3 liitrit (1). Hinnanguliselt on kõikidest alkoholitarvitajatest üks kolmandik alkoholi liigtarvitajad, kelle seas on ligi 60 000 inimest, kes on alkoholist sõltuvuses (2).

Otseselt alkoholiga seotud haiguste tagajärjel suri 2020. aastal 507 inimest, s.o 12 inimest rohkem kui 2019. aastal (TAI surmapõhjuste register, esialgsed andmed). Joobes olles liiklusõnnetuste, tuleõnnetuste, uppumiste, kukkumiste ja alajahtumiste tagajärjel hukkus kokku 112 inimest, mis on 15 inimest vähem kui eelmisel aastal (1).

TAI viib alkoholitarvitamise ennetamiseks ja liigtarvitamise vähendamiseks läbi mitmesuguseid tegevusi, sealhulgas pakutakse Euroopa Sotsiaalfondi programmi „Kainem ja tervem Eesti“ raames alkoholitarvitamise häire ravi teenuseid eriarstiabis (2020. aastal 3060 inimesele) ja alkoholi liigtarvitamise varajase avastamise teenust üldarstiabis (2020. aastal 3806 inimesele). Alkoholitarvitamise varajase avastamise ja lühisekkumise koolitusel osales 267 tervishoiutöötajat. Töötati välja veebipõhine eneseabiprogramm SELGE, mis toetab ja motiveerib kasutajat alkoholitarvitamist vähendama.

HIV-i ennetamine

Eestis diagnoositi 2020. aastal 147 uut HIV-i juhtu (11 juhtu 100 000 inimese kohta). Viimasel viiel aastal on uute juhtude arv vähenenud ligi kaks korda (2015. aastal diagnoositi 21 juhtu 100 000 inimese kohta) (3).

Peamised HIV-i ennetamise valdkonnas koordineeritud tegevused 2020. aastal

- Kahjude vähendamise teenuse osutamine narkootikume süstivatele inimestele, millel oli 3327 korduvkülastajat ja 859 uut külastajat. Kokku jagati 1 509 770 puhast süstalt ja nõela.
- Tartus jätkus apteegipõhine kahjude vähendamise teenus Raekoja apteegis. Kokku oli aasta jooksul 773 külastust, välja jagati 20 244 süstalt.
- Augustis alustas Lasnamäel tööd uus kahjude vähendamise keskus, kus MTÜ Convictus Eesti osutab teenust moodulhoones.
- HIV-testimise ja nõustamise kabinettides testiti 6339 inimest. HIV-kiirteste koduseks kasutamiseks väljastati 761 korral. Neid teste on võimalik saada

kahjude vähendamise keskustes, opioidisõltuvuse asendusravi keskustes ja prostitutsiooni kaasatutele suunatud nõustamiskeskustes.

- HIV-i nakatunute juhtumikorralduse raames nõustasid õed nakatunuid 10180 korral, sotsiaaltöötajad 911 korral ja psühholoogid 3056 korral. Kogemusnõustamisi toimus kahes haiglas kokku 1073.
- Koos Seksuaaltervise Kliinikuga käivitasime Tallinnas uue teenuse — **seksuaalsel teel levivate infektsioonide ja HIV-nakkuse diagnostika, ravi ja nõustamise teenus meestega seksivatele meestele.**

Laste ja noorte tervise edendamine

Haridusasutuste töötajate võimendamiseks ja tervist toetava keskkonna arendamiseks toimus lasteaedade ja koolide tervise ja heaolu alane juhendamine, nõustamine ja koostöövõrgustike koordineerimine 18 paikkonnas, sh 15 maakonnas ja kolmes suuremas omavalitsuses. Kaasati kokku 211 haridusasutust (21% kõigist asutustest), sh 173 Tervist Edendavate Lasteaedade (TEL) või Tervist Edendavate Koolide (TEK) võrgustikku kuuluvat asutust (33% võrgustikuga liitunudest). TEL võrgustikuga liitus kuus koolieelset lasteasutust ja TEK võrgustikuga kolm kooli. Kokku kuulub TEL ja TEK võrgustikesse 515 liiget (303 TEL-i ja 212 TEK-i) (51% Eesti koolieelsetest lasteasutustest, põhikoolidest või gümnaasiumidest).

Lasteaedade ja koolide tervisedenduse koordinaatorite vajaduste ja hetkeolukorra hindamiseks korraldati uuring (fookusgrupi intervjuud ja küsitlus veebis), mille tulemused avaldatakse 2021. aastal.

VEPA Käitumisoskuste Mäng ennetab õpilaste käitumisprobleemide teket või süvenemist ning toetab õpilaste ja õpetajate vaimset tervist. 2020/2021. õppeaastal rakendab VEPA-t 90 kooli ja 2020. aastal alustas programmiga ligi 220 õpetajat. VEPA jätkusuutlikkuse kindlustamiseks alustati koostööd Harjumaa omavalitsustega (kokku 20 kooli osas). Jätkati koolipõhise mentorlussüsteemi arendamist ja laiendamist, kaasates programmi üle 40 koolimentori. Lisaks neile toetab VEPA-ga liitunud õpetajaid ka üle 20 piirkonnamentori. Kokku on VEPA jõudnud enam kui 160-sse kooli ning VEPA-s on osalend üle 11 000 õpilase.

Koostöös sotsiaalkindlustusameti, TÜ Seksuaaltervise Kliiniku ja justiitsministeeriumiga koolitati eri valdkondade koolitajaid kasutama ja edasi koolitama laste seksuaalkäitumise hindamise ja sellele reageerimise juhendit „Lipusüsteem“. Lastega töötavatel spetsialistidel on kindla struktuuriga töövahend, mis aitab neil hinnata laste seksuaalkäitumist ja sellest lastega rääkida. See on täiskasvanute jaoks sageli keeruline teema ning varem sellist teaduspõhist juhendit Eestis ei olnud. Materjal kohandati Eesti tingimustele 2019. aastal.

Diabeedi- ja kooliõed koolitasid ja nõustasid personali, lapsevanemaid, lapsi ning noori (kokku 209 inimest) 13 haridusasutuses (kahes lasteaias ja 11 koolis) seitsmes Eesti paikkonnas (Tallinn, Pärnu-, Harju-, Rapla-, Tartu-, Saare- ja Lääne-Virumaa) ja toetasid 13 diabeeti põdevat last vanuses 5–18 eluaastat.

Koostöös politsei- ja piirivalveametiga ning sotsiaalkindlustusametiga aidati koolides välja töötada süsteemsemat lähenemist ennetustegevustele ja uimastitega seotud juhtumitele reageerimisele ning toetati ennetustöös kohalikke omavalitsusi (KOV).

Rahvusvahelise projekti „Building effective drug prevention results across Europe, based on prevention systems analysis and widespread professional training“ raames toimusid ASAP-koolitused uimastiennetuse tõhustamiseks: mullu toimus koolitajate koolitus, töötati välja otsusetegijatele suunatud koolituse materjalid ning alustati otsusetegijate koolitamist.

Innovatsioonitiimi programmis „Minu esimene vahelejäämine“ otsis politsei koos partneritega (sh TAI) lühisekkumist esimest korda keelatud ainetega vahelejäänud alaealistele. Lahendusena töötati välja lapse abivajadust kaardistav ning vanemaid võimestav perevestlus.

Narkomaania ennetamine

Eestis on endiselt probleemiks narkootikumide tarvitamine nii noorte kui täiskasvanute seas. 2018. aasta Eesti täiskasvanud rahvastiku uimastite tarvitamise uuringu järgi oli veerand (25%) 16–64-aastastest tarvitanud elu jooksul mõnda narkootilist ainet, 7% viimasel aastal ja 3% viimasel kuul. Narkootiliste ainete tarvitamine elu jooksul on meeste hulgas sagedasem kui naiste hulgas (32% vs. 25%) (4).

Üle kolmandiku (38%) Eesti 15–16-aastastest kooliõpilastest on elu jooksul enda sõnul tarvitanud mõnda narkootilist ainet. Võrreldes 2015. aasta uuringuga on see näitaja jäänud samaks. Varasematel uuringuaastatel oli õpilaste seas näha pidevat narkootiliste ainete tarvitamise kasvu, kus vastavalt 15% (1999. aastal), 24% (2003. aastal), 30% (2007. aastal) ja 32% (2011. aastal) õpilastest olid kasvõi korra elus tarvitanud narkootilisi aineid (5). Narkootikumide süstivaid inimesi oli 2015. aasta andmetele tuginedes hinnanguliselt 8600 (6). Kõige levinumad tarvitavad ained olid fentanüül, selle analoogid ja amfetamiin (7, 8).

Vahemikus 1999–2017 on Eestis narkootikumide üledoosi tõttu surnud kokku 1639 inimest. Võrreldes 2018. aastaga langes narkootikumide üledoosiga seotud surmade arv mullu veelgi. Kui 2019. aastal oli surmajuhtumeid 27, siis 2020. aastal 24 (2018. aastal 34 surmajuhtumilt) (9, Eesti Kohtuekspertiisi Instituudi esialgsed andmed).

Peamised narkomaania valdkonnas koordineeritud tegevused 2020. aastal

- Ida-Viru Keskhaigla sõltuvusprobleemidega noorukite ravikeskuses Torujõe noortekodus sai 23 noorukit ööpäevaringset teenust ning 97 ambulatoorset teenust.
- Statsionaarset sõltuvusravi ja rehabilitatsiooni sai 484 ning opioidisõltuvuse asendusravi 962 täiskasvanut.
- Sõltuvushäiretega laste ja noorukite ning nende vanemate nõustamisteenuse raames toimus 71 grupiteraapia kohtumist, 800 telefoninõustamist ja 416 pere-teraapia kohtumist.

- Nõustamise, kuidas kasutada naloksooni üledoosidest põhjustatud surmade ennetamiseks, läbis 545 inimest. Naloksooni väljastati (sh korduvalt) 624 korral, naloksooni kasutati elu päästmiseks 103 korral.
- Täisealistel on võimalik pärast rehabilitatsiooni saada järelteenust Tallinnas, Jõhvis ja Narvas. Sotsiaaltöötaja individuaalnõustamiste arv oli mullu 2126, psühholoogi individuaalnõustamiste arv 1406, individuaalsete kogemusnõustamiste arv 2438, psühholoogiliste grupinõustamiste arv 651 ning grupipõhiste kogemusnõustamiste arv 999.
- Kanepitarvitajatele suunatud nõustamisprogrammi VALIK läbis 102 inimest. VALIK muutus veebipõhiselt kättesaadavaks üle Eesti. Programm on ellu kutsutud selleks, et politseil oleks võimalik karistuse asemel suunata klient sotsiaalprogrammi.
- Programm SÜTIK (tugiisiku teenus narkootikumide tarvitavatele inimestele) laienes lisaks Ida-Virumaale ka Lääne-Virumaale. Programmi klientide arv oli kokku 370.
- Harjumaal käivitasime kahes kahjude vähendamise keskses uue teenuse — **ambulatoorse tervishoiuteenuse uimastitarvitajatele**. Teenuse raames on võimalik saada tervisenõustamist, vaimse tervise õe konsultatsiooni, teha HIV- ja hepatiiditest, saada naloksooninõustamist ja ravimit üledoosi ennetamiseks. Vajadusel tehakse koostööd üldarstiga, kes kirjutab välja ka retseptravimeid (nt antibiootikume). Sama teenuse raames tehakse iga päev ka veebi- ja telefoninõustamist.
- Valmis **opioidisõltuvuse asendusravi kliinilise protokoll**i uuendatud versioon.

Tervise edendamine paikkonnas ja töökohal

Maakondade rahvatervishoiualaseid tegevusi toetati 14 maakonnas (v.a Ida-Virumaal). Paikkonna rahvatervishoiu valdkonna kontaktisikutega toimus viis arenduskohtumist, lisaks ühisseminar „Võrgustikutöö ja kaasamine“ töökohtade ja haridusasutuste võrgustike koordinaatoritega ning täienduskoolitus „Kuidas ja kellega süsteemselt ennetust planeerida“. Augustis toimus 12 maakonna tervisenõukogude suvekooli „Kust me tuleme, kus oleme ja kuhu läheme? Tervisedendust paikkonnas 25 aastat“.

Mullu käivitati koostöös sotsiaalkindlustusameti ja Harjumaal Omavalitsuste Liiduga tervise- ja heaoluprofiili e-keskkonna pilootprojekt, millega liitus 11 KOV-i. Toetavalt piloteerib sotsiaalkindlustusamet uuesti kavandatud nõustamisteenust. Kohtumistel KOV-idega tutvustati nii e-keskkonda kui käidi koos läbi ka kõik sisuvaldkonnad. Iga teema lõpus toimus ühine töötuba sihiga üksteiselt õppida ning KOV-e võimendada. Tervikprotsessi kaardistatakse läbi kolme alateema: e-keskkond ja analüüs, meeskonna toimimine ning vajalik tugi protsessi õnnestumiseks. Pilootprojekt jätkub aastal 2021.

Alustati projekti „Rahvatervise valdkonna võimekuse ja kompetentside suurendamine kohalikes omavalitsustes“ rakendamiseks.

Viiendat aastat korraldati tervisekalendri teemakuud, mullu toimus 10 teemakuud. Tervisekalender on mõeldud abiks tööandjate tervist toetavatele tegevustele — TAI

pakub neile igal kuul temaatilisi materjale ja teavet. Kuud on jaotatud eri terviseetemeade vahel. Teemade jaotus lähtub aastarütmi terviseriskide, tervisetähtpäevade ja TAI korraldatavate traditsiooniliste kampaaniate toimumise ajast. Tervisekuul osalemise ulatuse ja viisid saab iga organisatsioon ise valida. Selleks võib olla töötajate põhjalikum teavitust, neile aktiivse osalemise võimaluste pakkumine, uute oskuste õpetamine, heade kogemuste jagamine või muu tervist toetav tegevus. Lisaks toimusid temaatilised koolitused tööandjatele (sh veebis) ja tervist edendavate töökohtade kogemusseminarid ning mentorid külastasid 15 ettevõtet.

Tasakaalustatud toitumise edendamine

Eesti täiskasvanud rahvastiku tervisekäitumise uuringu andmetel on Eestis ülekaalulisi (KMI 25–29,9) mehi 40% ja naisi 26%. Rasvunuid (kaaluindeks ≥ 30) oli meeste seas 21% ja naiste seas 18%. Endiselt on probleemiks vähene puu- ja köögiviljade ning soovituslikust suurem lihatoodete ja magusa söömine (10). HBSC andmetel on 11-, 13- ja 15-aastaste hulgas ülekaalulisi 17% (21% poisse ja 14% tüdrukuid). Rasvunuid oli noorte hulgas 3% (11).

Samas on Maailma Terviseorganisatsiooni soovitudele vastaval määral kehaliselt aktiivsed vaid 16% koolinoortest (17% poisse ja 14% tüdrukuid) (11). Kuigi poisid on kehaliselt aktiivsemad kui samaealised tüdrukud, on võrreldes 2014. aasta uuringuga poiste kehaline aktiivsus oluliselt langenud (21% vs. 17%). Nädalas vähemalt 2–3 korda kehaliselt aktiivseid noori on 37% ja üldse pole aktiivsed 4% noortest. Siin poiste ja tüdrukute vahel erinevust pole (5). Täiskasvanute hulgas on 2–3 korda nädalas tervisesporti harrastavaid inimesi 40%, kuid tervisesporti ei harrasta üldse veerand (25%) täiskasvanutest (10).

Möödunud aastal valmis lasteaiaõpetajatele mõeldud toitumisalane metoodiline juhend „Laste toiduteadlikkuse ja söömisharjumuste kujundamine“. Koostöös sotsiaalministeeriumiga on muudetud toidupakkide sisu, et pakkuda vähemkindlustatud inimestele tervist toetavaid toiduvalikuid. Valmistati ette toitlustusasutuste hindamise juhend, mida hakatakse piloteerima 2021. aastal (Norra toetusest 2020–2024 rahastatava projekti „Rahvatervise valdkonna võimekuse ja kompetentside suurendamine kohalikes omavalitsustes“ raames). Koostati eakate toitumissoovitused.

Tubakatarvitamise vähendamine

Eesti täiskasvanud rahvastiku tervisekäitumise uuringu andmetel on igapäevasuitsetajate osakaal täiskasvanute hulgas 17% (2016. aastal 21%) (10, 12). Meeste seas on igapäevasuitsetajaid 23% ja naiste seas 13%. Juhusuitsetajaid on keskmiselt 8%. Kõige rohkem esineb juhusuitsetamist noorte täiskasvanute seas (16–34-aastased) (10).

E-sigaretti tarvitab iga päev keskmiselt 2% täiskasvanutest. Kõige rohkem teevad seda mehed vanuses 25–34 aastat — 6% (10). E-sigaretti on proovinud 30% 11–15-aastastest kooliõpilastest (5).

Alates 2019. aastast rahastatakse tubakast loobumise nõustamise teenust nii ravikindlustusega kui ravikindlustusega hõlmamata isikutele Eesti Haigekassa kaudu. Teenust sai mullu 395 inimest 1287 visiidi käigus. Korraldati tubakast loobumise nõustamise koolitusi 100 inimesele. Alustati eneseabi veebi-programmide kaardistamist eesmärgiga luua inimestele veebipõhine rakendus tubakast/nikotiinist iseseisva loobumise toetamiseks. Meedias tõstatati teema kortermajade akendel ja rõdudel suitsetamise reguleerimiseks ning uudsete nikotiini- ja tubakatoodete tervisemõjude kohta.

Tuberkuloositõrje

Esialgsete andmete kohaselt registreeriti 2020. aastal 122 aktiivse tuberkuloosiga (TB) haigusjuhtu (haigestumuskindaja 9,3/100 000), neist 107 esmasjuhtu, 11 retsidiivi ja neli muud korduvravi juhtu. Ravimresistentseid vorme registreeriti 19 (sh 16 esmasjuhtu) ja kaksikdiagnoosiga TB/HIV juhte registreeriti 13 (sh kümme esmasjuhtu), HIV-testitud oli 95% TB-juhtudest (13).

Peamised tuberkuloositõrje valdkonnas koordineeritud tegevused 2020. aastal

- Patsiendikeskne tuberkuloosi otseselt kontrollitav ravi (OKR) koos kaasuvate haiguste diagnostika ja raviga (HIV-testimine ja ravi, sõltuvushaiguste ravi): ambulatoorseid OKR-visitite oli kokku 9915, sh üle 1200 koduvisiidi ja üle 300 sotsiaalse nõustamisvisiidi. Oluliselt tõusis koduvisiitide arv ja alustati kaugvastuvõtuga, et tagada paindlik ja patsiendikeskne TB OKR teenus COVID-19-st tingitud eriolukorras.
- Järjepidev personali koolitamine ja konsulteerimine ravikonsiiliumide ja supervisioonide käigus. Toimus kaheksa multiresistentse TB ravijärelevalve konsiiliumi väljasõiduistungit eri raviasutustesse, mille käigus vaadati läbi ja konsulteeriti 224 ravijuhtu. Kahes konsiiliumis osales ka nakkushaiguste konsultant ning konsulteeriti kõigi kaksikdiagnoosiga HIV-positiivsete TB-haigete TB-ravi, antiretroviirusravi ning vajadusel sõltuvus- ja muude kaasuvate haiguste ravi. Multiresistentse TB ravis kasutatakse kõige ajakohasemaid ja Maailma Terviseorganisatsiooni soovitatud raviskeeme, sh uue põlvkonna multiresistentse TB ravimeid.

Vanemahariduse edendamine

Vanemlusprogrammi „Imelised aastad“ rakendati koostöös 57 kohaliku omavalitsuse ning kolme laste ja noorte vaimse tervise keskusega (Pärnu, Tallinn ja Tartu). Tegemist on koolitusprogrammiga, mille eesmärk on aidata lapsevanematel arendada tõhusaid toimetulekustrateegiaid laste käitumisprobleemide ja arenguküsimustega toimetulekuks ning probleemide ennetamiseks. Üle Eesti toimus kokku 91 vanemlusprogrammi gruppi lapsevanematele, osalejaid oli 990. Eriolukorra ajal jätkas e-õppes 41 vanemlusprogrammi gruppi 56-st ja aasta jooksul toimus enamik programmi koolitussessioone e-keskkonnas.

Vanemlusprogrammi „Imelised aastad“ grupijuhtide võrgustikku kuulub 2020. aasta seisuga 96 grupijuhti, kellest neli on läbinud ka *peer coach*’i väljaõppe.

Grupijuhtidele korraldati koostöös programmi arendajaga seitse supervisioonipäeva, millest üks oli fookusega *peer coach*’idele (kolleegide *coach*’id ehk kolleegide arengunõustamise- ja juhendamiskoolituse läbiviijad). *Peer-coach*’id korraldasid omakorda 117 *coaching*’u sessiooni 61 grupijuhile. 2020. aasta lõpuks oli kokku sertifitseeritud neli *peer coach*’i ja viis on sertifitseerimise protsessis. Lisaks supervisioonidele korraldati grupijuhtidele neli kovisioonipäeva ja kaks täienduskoolitust e-keskkonnas koolitamise teemadel.

Veebilehelt www.tarkvanem.ee leitavate lapsevanematele mõeldud õppematerjalide tutvustamiseks korraldati sotsiaalmeediakampaania „Targaks vanemaks ei sünnita, selleks saab õppida!“. Veebilehte täiendati sisutekstidega järgmistel teemadel: „Eriolukord — kuidas keerulisel ajal ennast ja oma peret hoida“, „Lahkumine ja lahutus paarisuhtes“, „Perelepitus“ ja „Lapse tervise ja arengu toetamine“.

Vähiennetus ja sõeluuringud

Kokku diagnoositi 2018. aastal 8788 vähi esmasjuhtu, neist 60% 65-aastastel ja vanematel inimestel. Kõige sagedamini esines naha mittemelanoomi, eesnäärmevähki, käär- ja pärasoolevähki ning kopsuvähki. Vähi esmasjuhtude arv Eestis on aja jooksul suurenenud, selle peamiseks põhjuseks on oodatava eluea pikenemine. Viie aasta suhteline elulemus on enamiku paikmete puhul märkimisväärselt paranenud, kuid osade paikmete puhul püsib mahajäämus Euroopa parima elulemusega riikidest, peamiselt hilise avastamise tõttu (14).

Eelmisel aastal juhtis TAI **riikliku vähitõrje tegevuskava 2021–2030** koostamist.

2020. aastal saadeti:

- rinnavähi sõeluuringu kutse 68 107 naisele, lisaks 42 134 korduskutset
- emakakaelavähi sõeluuringu kutse 50 460 naisele, lisaks 53 454 korduskutset
- jämesoolevähi sõeluuringu kutse 73 134 inimesele, lisaks 42 134 korduskutset

Jätkus Vähiliidu ennetustegevuse toetamine ja mobiilsete mammograafia-uuringute (mammograafiabusside töö) lisakulude osaline kompenseerimine.

Riiklikud arengukavad, strateegiad, seadusloome ja töörühmad

TAI töötajad osalesid 2020. aastal mitmete riiklike **strateegiate, arengukavade ja muude oluliste dokumentide koostamisel**. Näiteks:

- Riiklik vähitõrje tegevuskava 2021–2030
- Teadus- ja arendustegevuse korralduse seaduse muutmise ettevalmistamine
- Doktoritõrje reform
- Teadus- ja arendustegevuse, innovatsiooni ning ettevõtluse arengukava 2021–2035

- Koolieelse lasteasutuse riikliku õppekava muutmise eelnõu
- Alushariduse seaduse eelnõu
- Euroopa Horisondi Eesti nõuanderühm
- Ravijuhendite nõukoda
- Ravijuhend „Alkoholitarvitamise häirega patsiendi käsitlemine“
- Ravijuhend „HIV-testimise ravijuhend“
- Sotsiaalministeeriumi töörühm joores juhtimiselt tabatud isikute tervisekontrolli teemal
- Emakakaevähi sõeluuringu uue tegevusjuhendi töörühm
- Jämesoolevähi sõeluuringu korraldusjuhendi uuendamise töörühm
- Valdkondade ülese antimikroobse resistentsuse juhtrühm
- Sotsiaalministeeriumi ravimistrateegia töörühm
- Farmaatsiaterminoloogia komisjon
- Terviseinfosüsteemi klassifikaatorite halduse töörühm
- Kvaliteediindikaatorite töörühm (patsiendi rahulolu indikaatorite eestikeelne terminoloogia)
- Uue põlvkonna tervise infosüsteemi (UpTIS-i) kavandamise ja loomise ettevalmistustööde juhtrühm
- Eesti Maaülikooli riskihindamisüksuse toiduohutuse ekspertrühm
- Vaimse tervise rohelise raamatu uuendamine
- Rahvastiku tervise arengukava 2020–2030 eelnõu koostamine
- Psühhiaatria eriala arengukava
- Sotsiaalministeeriumi algatatud lapse tervise jälgimise juhendi ja lapse tervisepäeviku tekstide kohandamine lapsevanematele
- Eesti Kliinilise Toitmise Seltsi alatoitumuse ravijuhendi väljatöötamise töörühm
- Toitumisharjumuste ja -terapeudi kutsekomisjon
- Põhjamaade toitumissoovituste uuendamise töögrupp
- Meediateenuste seaduse muutmise seaduse eelnõu ettevalmistamine
- Sotsiaalministeeriumi ettevalmistatava toidupäästmise edendamise tegevuskava ettevalmistamine
- Eest bioetika ja inimuuringute nõukogu
- Tartu Ülikooli inimuuringute eetika komitee
- Sotsiaalministeeriumi sotsiaal- ja töövaldkonna uuringute ja analüüside hindamise ajutine eetikakomitee

Rahvusvahelised projektid ja koostöö

Lisaks rahvastiku tervise arengukava 2009–2020 tegevustele olid töös mitmed **rahvusvahelised arendus- ja teadusprojektid, näiteks:**

- **Best-ReMaP** — Euroopa Liidu koostööprojekt parimate toitumise valdkonna praktikate rakendamiseks (Joint Action on Implementation of Validated Best Practices in Nutrition) (2020–2023)
 - Projekti pea-eesmärk on nende sekkumiste kohandamine ja rakendamine, mis on osutunud tõhusateks toidu koostiste parendamise, lastele suunatud toitumise turundamise piiramise ning tervist toetavate toiduhangete koostamise osas. Mullu toimused projekti ettevalmistavad tegevused.
- **COST Action Burden of Disease** — koostööprojekt tervisekaotuse (*burden of disease*) meetodikate ühtlustamiseks Euroopa riikide vahel (2019–2023)
 - Projekti eesmärk on ühtlustada Global Burden of Disease Study meetodikal põhinevad riiklikud lähenemised tervisekaotuse analüüsiks. Luuakse tervise riskitegurite hindamiskriteeriumite materjalid ning ühtlustatakse riskihindamise kriteeriumid. Samuti luuakse tööriistad tervisekaotuse indikaatorite integreerimise võimalustest tervishoiusüsteemide hindamiseks.
- **Euroopa Ennetusuuringute Ühingu aastakonverents Tallinnas 2021.** TAI korraldab koostöös Euroopa Ennetusuuringute Ühingu (European Society for Prevention Research, EUSPR, www.euspr.org) Tallinnas 29.09–01.10.2021 ennetusteemalise teaduskonverentsi. Konverentsi läbiviimist toetavad Ettevõtluse Arendamise Sihtasutus koostöös Euroopa Regionaalfondiga rahvusvaheliste konverentside toetuse meetme abil.
 - 2020. aastal lepidi kokku konverentsi fookusteema „Prevention — Between Ethics and Effectiveness“, valmistati ette tutvustavad materjalid, avaldati eelteade ja tutvustati EUSPR 2020. aasta konverentsil.
- **InfAct-projekt** — Euroopa riikide koostööprojekt tervise infosüsteemi taristu tugevdamiseks (Joint Action on Health Information) (2018–2020).
 - Projekt koondab eri tööühmi, luues koostöövõrgustikke andmekogumisvahendite, -tööriistade ja -metoodikate rakendamise tuvastamiseks. Riiklike tervise infosüsteemide hinnatakse Maailma Terviseorganisatsiooni hindamisvahendite abil. Projekti lõppedes saavad riigid rahvusvaheliste ekspertide koostatud tervise infosüsteemi taristu tugevdamise ettepanekute raporti.
- **INTEGRATE** — Euroopa Liidu ühisprogramm „HIV-i, viiruslike hepatiidide, tuberkuloosi ja seksuaalsel teel levivate infektsioonide ennetamise, testimise ja ravile suunamise strateegiate integreerimine Euroopas“ (Joint Action on integrating prevention, testing and linkage to care strategies across HIV, viral hepatitis, TB and STIs in Europe) (2017–2021).
 - TAI eesmärk on töötada koostöös teiste partneritega välja soovitud integreeritud teenuste käsitlemiseks riiklikes valdkondlikes strateegiates ning praktilised juhised integreeritud teenuste osutamiseks riiklike tervise- ja sotsiaalsüsteemide osana. Seejuures keskendutakse projektis alustatud piloottegevuste toetamisele. Eestis on selleks tegevuseks kogukonnapõhise HIV-testimise andmete integreerimine riikliku seiresüsteemiga.
- **JAHEE** – Euroopa Liidu ühisprogramm suurendamiseks eri ühiskonnagruppide vahel võrdsust tervises (Joint Action Health Equity Europe) (2018–2021).

- Eestis koostatakse maakondadele tervise ebavõrdsuse hindamiseks juhend ning kahes maakonnas korraldatakse arengudokumentide hindamine. Projektis osalevad 25 riigi esindajad.
- **PHIRI** — Euroopa riikide koostööprojekt teadusuuringute ja andmevahetuse taristu loomiseks (Population Health Information Research Infrastructure) (2020–2022).
 - Eesmärk on üleeuroopalise COVID-19-ga seotud teadusuuringute ja andmevahetuse taristu loomine.
- **Rahvatervishoiu valdkonna võimekuse ja kompetentside suurendamine kohalikes omavalitsustes.** Euroopa Majanduspiirkonna ja Norra toetusest 2014–2021 rahastatud programm „Local Development and Poverty Reduction“ (2020–2024).
 - Projekti raames korraldati laiendatud valimiga Eesti täiskasvanud rahvastiku tervisekäitumise uuring. Tehti kohalike omavalitsuste juhtide ja spetsialistide uuring. Alustati toitumise kvaliteedi hindamismudeli kohandamist. Sekkumise Toybox kohandamise raames koostati asutusesiseseks kasutamiseks kaks ülevaadet: „Liigne kehakaal ja sellega seotud näitajad 4–9-aastaste laste seas“ ning „Kokkuvõtte lapsevanematele suunatud tulemuslikest sekkumiste komponentidest eelkooliealiste laste ülekaalu ja rasvumise ennetamiseks“. Teenusdisaini meetodikat kasutades alustati kahe KOV-iga (Põlva ja Rõuge vald) kohalike omavalitsuste rahvatervise valdkonna võimekuse arendamiseks mudelite väljatöötamist ja piloteerimist. Koostati lähteülesanne toitumisvaldkonna tõenduspõhiste sekkumiste ülevaate koostamiseks kohalikele omavalitsustele.
- **SEPEN** — Euroopa Komisjoni rahastatav tervishoiu tööjõuvajaduse prognoosisüsteemi arendamise rahvusvaheline koostöövõrgustik
 - TAI liitus sellega 2020. aastal. Koostöö raames ühtlustatakse eri riikide meetodikad parimaks võimalikuks tervishoiualase tööjõuvajaduse hindamiseks.
- **SO-PREP** — Strengthening Synthetic Opioids health systems’ preparedness to respond to the potential increases in prevalence and use of Synthetic Opioids — rahastab Euroopa Komisjon (2020–2021). Eesmärk on aidata Euroopa Liidu liikmesriikidel arendada välja meetmed kiireks reageerimiseks sünteetiliste opioidide ohule.
 - TAI korraldas juhtumiuuringu „Fentanüüli tarvitamine Eestis“ ja intervjueris kohalikke valdkonna eksperte.
- **STOP-projekt** — teadus ja tehnoloogia lapsea ülekaalulisuse poliitikas (Science and Technology in Childhood Obesity Policy) (2018–2022)
 - Projekt koondab mitmeid tervishoiu- ja toidusektori osapooli, et luua teaduslikult põhjendatud ja poliitiliselt asjakohased tõendid tegurite kohta, mis on andnud oma panuse lapsea ülekaalulisuse levikule Euroopa riikides, ning alternatiivsete poliitikavalikute mõju kohta. Projektis osaleb 24 asutust eri riikidest. Mullu osaleti rahvusvahelise FOOD-EPI küsitluse väljatöötamises ja tehti seejärel esmane küsitlus Eestis.

TAI töötajad esindavad Eestit ja TAI-d paljudes **rahvusvahelistes tööühmades**, sealhulgas (tähestikulises järjekorras):

- Council of Europe Pompidou Group
- ECDC Dublin Declaration Advisory Group
- ECDC HIV Network
- ECDC Tuberculosis Surveillance Network
- ECDC Vector-borne and Emerging Diseases
- EU High Level Group on Nutrition and Physical activity
- European Centre for Disease Control and Prevention (ECDC) HIV Coordination Committee
- European Food Information Resource (EuroFIR)
- European Network of Cancer Registries (ENCR)
- European network on reducing marketing pressure on children
- Expert Group on Reformulation (EU High Level Group on Nutrition and Physical activity)
- International Association of Cancer Registries (IACR)
- Network of WHO National TB Programme Managers of European Region
- Nordic Food Analysis Network
- OECD Health Care Quality and Outcomes tööühm
- OECD Health Care Statistics tööühm
- Scientific Network on Food Consumption Data
- The Council of European Union, The Horizontal Working Party on Drugs (HDG)
- Wolfheze Working Group on collaborative TB/HIV activities

Tervisestatistika, registrid ja andmebaasid

Terviseandmete kogumise ja analüüsiga tegelevad TAI-s tervisestatistika osakond ning kuus riiklikku meditsiiniregistrit. TAI registrid ja üksused edastavad Eesti andmeid rahvusvahelistesse andmebaasidesse (nt Eurostat, Maailma Terviseorganisatsioon, Euroopa Haiguste Ennetamise ja Tõrje Keskus, Majandusliku Koostöö ja Arengu Organisatsioon, ÜRO AIDS-i programm, Euroopa Narkootikumide ja Narkomaania Seirekeskus) ja projektidesse (nt „Vähieelumus ja laste vähihaigestumus maailmas“).

Riiklikest meditsiiniregistritest tegutsevad TAI-s raseduse infosüsteem (RIS), surma põhjuste register (SPR), tuberkuloosiregister (TBR), vähiregister (VR), vähi söeluuringute register (VSR) ja narkomaaniaravi register (NARIS). TAI on SPR-i volitatud ja teiste registrite vastutav töötleja. VSR ja SPR koguvad andmeid ainult elektroonselt linkimise teel teistest andmekogudest (tervise infosüsteem, Eesti Haigekassa, rahvastikuregister), teised registrid koguvad andmeid ka elektroonselt ja paber kandjal. NARIS-esse sisestatakse andmed sisestusportaali kaudu.

Registrite kogutud andmed avaldati vastavalt avaldamiskalendrile tervisestatistika ja terviseuuringute andmebaasis (TSTUA). Mullu hakati TSTUA-s kord kuus avaldama esialgseid jooksva aasta andmeid.

Registrite IT-arendustest võib märkida ETRA platvormil töötavate TAI registrite ja registrite X-tee päringute üleviimist uuele Qure platvormile 5.90 funktsionaalsuse parandamise ja turvalisuse tõstmise eesmärgil. Koostöös Põhja-Eesti Regionaalhaiglaga piloteeriti VR-i päring haigla- ja laboriteatiste vastuvõtmiseks X-tee kaudu. Lisaks arendati X-tee kaudu toimuvaid VR, NARIS, TBR ja VSR-i päringuid rahvastikuregistrisse.

Tervisestatistika osakonna põhiülesanne on regulaarselt koguda ja analüüsida tervisestatistikat, avaldada tulemusi ja arendada meetodikaid. Andmed avaldatakse [vastavalt avaldamiskalendrile](#). Kokku avaldati aastaga kolm analüüsi, nende loetelu on toodud aruande lisa 1.

Andmeid kogutakse haigestumuse, tervishoiuteenuste kasutamise, ravi põhjuste ning tervishoiu ressursside kohta. Lisaks haldab osakond [tervisestatistika ja terviseuuringute andmebaasi](#), mis koondab tervisega seotud statistika ja mitmesuguste uuringute tulemused. TSTUA jaoks võeti eelmisel aastal kasutusele tarkvara versioon PxWev2019v1, mis on taganud andmebaasi tõrgeteta töö ja külastuste arvu 11% kasvu.

WHO välja kuulutatud ülemaailmsele ödede ja ämmaemandate aasta raames lisati andmebaasi täiendavad andmed öendustöötajate kohta. Selle puhul anti ka välja ödede ja ämmaemandate tööd koondav infoleht, mille leiab TAI veebist [trükiste ja infomaterjalide andmebaasist](#).

Osaleti peamise andmeallikana Eesti inimkeskse integreeritud haiglasüsteemi arenduse projekti (HVA 2040) esimese etapi töös. Projekti eesmärk oli haiglate inimressursi, infrastruktuuri, finantsilise jätkusuutlikkuse, juhtimise ning andmete registreerimise ja infoliikumise kaardistamine, sh haiglavõrgu arengukava haiglate tugevuste ja nõrkuste hindamine, füüsiliste ja inimressursside kasutamise võrdlusanalüüs ning tervishoiuteenuste pakkumise analüüs erialati.

Jätkati tervise infosüsteemi andmete hõlmatuse ja kvaliteedi hindamisega, et võtta need tulevikus statistika tarbeks kasutusele. Alustati uute meetodite välja töötamisega nii esmashaigestumuse, vastsündinute haigestumise kui tervishoiutöötajate töötasu ning tervishoiutöötajate statistika arvutamiseks.

Täienduskoolitused

TAI pakub täienduskoolitusi, väljaõpet ja interviseid (kolleegidevaheline õpe). Peamised sihtrühmad on:

- koolide ja lasteasutuste töötajad
- lastekaitsetöötajad
- asendus-, pere- ja turvakodu töötajad
- hoolduspere vanemad, lapsendajad ja eestkostjad
- HIV-i, tuberkuloosi ja sõltuvuste valdkonna spetsialistid
- tervishoiutöötajad, sh apteekrid
- kohalike omavalitsuste töötajad, vanglateenistuse töötajad, politseiametnikud

Vaatamata koroonaviiruse levikule jätkasime täienduskoolitustega — paljud koolitused toimusid veebipõhiselt või võimaluse korral põimõppes. Esimest korda viidi täies mahus veebi ka infopäevad ja konverentsid. TAI korraldatud **täienduskoolitusel** täiendas 2020. aastal oma teadmisi ja oskusi ligi 4000 õppijat.

TAI liitus e-õppekeskkonnaga Harno Moodle, täienduskoolitustel osalejatele hakkasime väljastama digiallkirjastatud tööendeid ja tunnistusi läbi dokumendihaldussüsteemi.

Uutest ettevõtmistest toimus koostöös Lastekaitse Liidu ja Sotsiaalkindlustusametiga esimene üle-eestiline **lastekaitsetöötajate suvekool „Samal poolel — lapse poolel“**. See toimub ka 2021. aastal ja loodetavasti muutub traditsiooniks. Suvekool aitab ühtlustada lastekaitsetöö taset üle Eesti ja luua valdkonna professionaalide võrgustikku.

Koostöös sotsiaalkindlustusameti, Tartu Ülikooli Seksuaaltervise Kliiniku ja justiitsministeeriumiga koolitati eri valdkondade koolitajaid kasutama ja edasi koolitama **laste seksuaalkäitumise hindamise ja sellele reageerimise juhendit „Lipusüsteem“**. Lastega töötavatel spetsialistidel on kindla struktuuriga töövahend, mis aitab neil hinnata laste seksuaalkäitumist ja sellest lastega rääkida.

See on täiskasvanute jaoks sageli keeruline teema ning varem sellist teaduspõhist juhendit Eestis ei olnud. Materjal kohandati Eestile 2019. aastal.

Koostöös Tallinna Ülikooli ühiskonnateaduste instituudi ja teiste asendushoolduse ja lastekaitse valdkonna ekspertidega arendati lastekaitsetöötajatele koolituse **„Lapse toetamine asendushooldusel“** kava.

ESF TAT-i „Tööturul osalemist toetavad hoolekandeteenused“ alt jätkati arendustegevuste ja programmiga **„Hoolekandetasutuste sisekoolitajate dementsuse teemaline koolitus“** spetsialistidele, kes puutuvad igapäevatoos hoolekandetasutustes kokku dementsuseprobleemidega inimestega. Arenguprogramm algas 2020. aasta juunikuus ning selle aasta märksõnadeks olid kohanemine COVID-19 levikust tingitud uute olukordadega ning koolituste viimine veebipõhiseks ja põimõppesse.

Traditsiooniliselt korraldati **õppepäevad Tartu Ülikooli peremeditsiini ja rahvatervishoiu instituudi ning Tallinna Tervishoiu Kõrgkooli tudengitele**. Kuna 2020. aastal toimus õppepäev täies mahus veebis, võimaldas see hõlpsalt kaasata suuremal hulgal osalejaid näiteks paikkondade tervisedendajate seast.

Korraldati kaks **konverentsi**:

- Veebis toimunud alkoholikonverentsil **„Alkohol ja illegaalsed uimastid ööelus“** võeti kokku nii legaalsete kui illegaalsete uimastite teema: anti ülevaade uimastite tarvitamisest ning sellega seotud probleemidest ööelus, lahati murekohti ning püüti leida lahendusi selle turvalisemaks muutmisel (262 osalejat).
- Tervisedenduse konverents 2020 **„Vaimne tervis — nähtamatust nähtavaks“** toimus samuti veebis ja seda jälgis läbi erinevate veebikanalite kokku ligikaudu 2000 inimest.

Kommunikatsioon

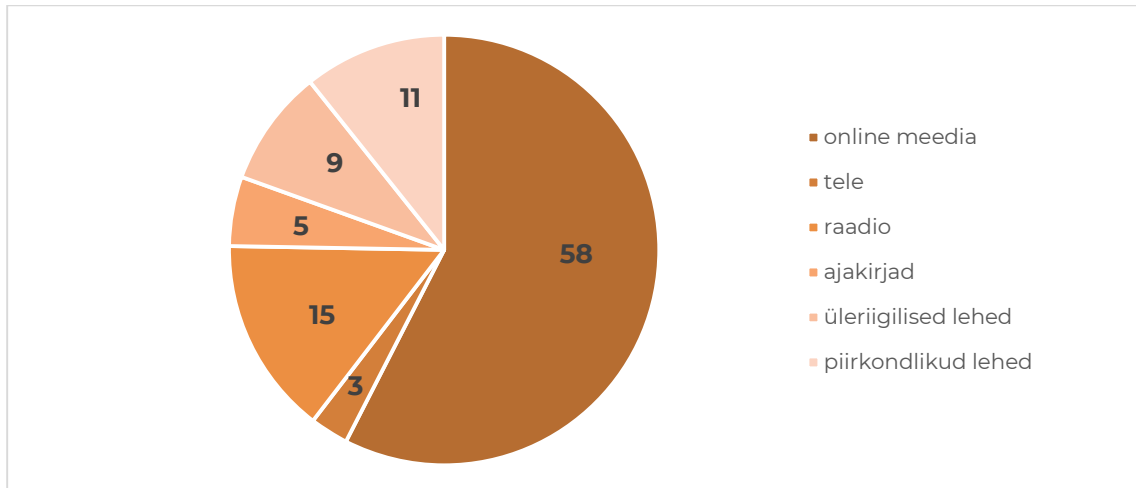
Meediakajastused

TAI avaldas 2020. aastal 97 pressiteadet (kasv 62%), lisaks oma veebilehel ka statistikauudiseid. Nimeliselt viidati TAI-le kokku 1875 meediakajastuses, mis on võrreldes aasta varasemaga samas suurusjärgus (2019. aastal oli Station.ee andmetel kajastusi 1867).

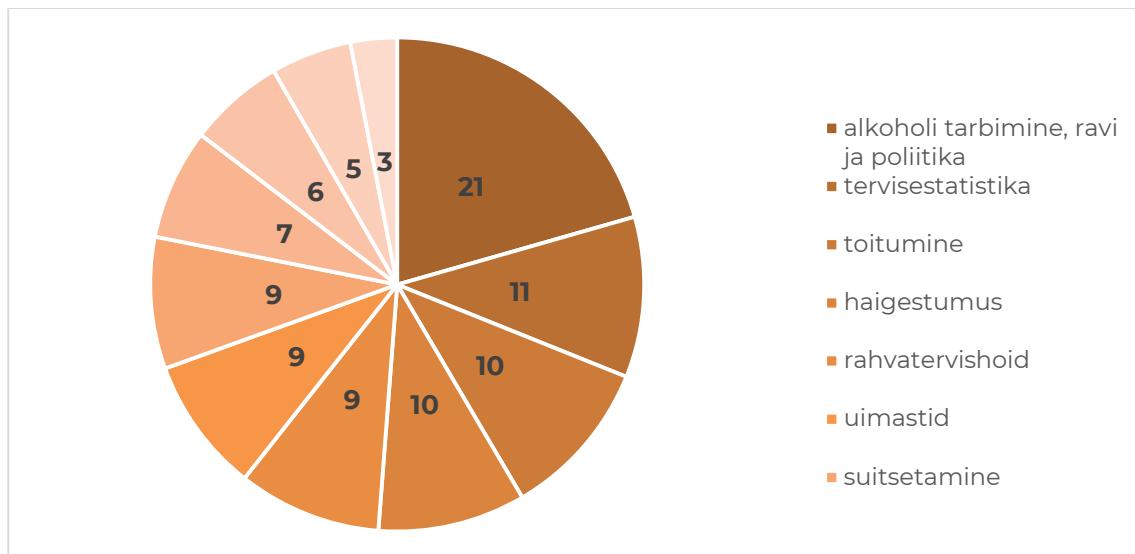
Mullu oli senisest suurema tähelepanu all Facebook ja TAI sõnumite aktiivsem levitamine. Jõulisem tegutsemine Facebookis kajastus ka lehe endale meeldivaks märkinud inimeste arvus. Kui 2019. aasta lõpu seisuga oli TAI-l Facebookis 11 620 jälgijat, siis 2020. aasta lõpuks oli neid 14 008 (kasv 21%).

Meediakajastuste keeleline jaotus püsis varasema aastaga võrreldes sama — venekeelsete meediakajastuste osakaal oli 14%. Varasema aastaga võrreldes on

online-meedia kajastuste arv püsinud samas suurusjärgus, küündides mullu 57%-ni (joonis 3). Järgnesid piirkondlikud ajalehed, raadiokanalid, seejärel üleriigilised ajalehed. Raadiokajastuste hulk oli taas 4% võrra kahanenud Teemadest kajastati kõige enam haiguste ennetamise valdkonda, nt alkoholitarbimine, -ravi ja -poliitika (joonis 4). Tõusetusid mitmed uued teemavaldkonnad, mis puudutasid nii TAI-d kui ühiskonda laiemalt. Nendeks olid koroonaviirusega seonduvad teemad, st üldine koroonaviirus, koroonasurmad Eestis, mis omakorda andis tõuke ka vaimse tervise kajastatusele.



Joonis 3. TAI meediakajastused meediatüübi lõikes (%), 2020



Joonis 4. TAI meediakajastused teemade lõikes (%), 2020

Veebilehed ja toitumise infosüsteem

Lisaks instituudi põhitegevusi tutvustavale veebilehele www.tai.ee haldab ja arendab TAI kaheksat üldsusele mõeldud interaktiivsete kasutusvõimalustega

temaatilist veebilehte. 2020. aastal lisandus veebileht puugiinfo.ee. Tabelis 3 on kajastatud Eesti territooriumilt tehtud külastuste arv.

Tabel 3. TAI veebilehtede külastatavus

Külastuste arv (n)	
hiv.ee	116 144
narko.ee	153 996
alkoinfo.ee	204 268
terviseinfo.ee	112 031
tubakainfo.ee	52 653
toitumine.ee	315 827
tai.ee	103 823
tarkvanem.ee	120 780
vepa.ee	5579
puugiinfo.ee	57 929

TAI haldab ja arendab toitumise infosüsteemi **Nutridata** (<http://tap.nutridata.ee/>), mis võimaldab analüüsida menüüde energia- ja toitainete sisalduse vastavust Eesti riiklikele ea- ja soopõhiste toitumissoovitustele. Aastal 2020 avaldati toidu koostise andmebaasi kümnes versioon ning teostati toiduanalüüsi projekt (sh polüoolide määramine). Toitumisprogrammis avaldati koolilõunate ja lasteaiamenüüde näidismenüüd. Koostöös Toiduliiduga korraldati kaks toitumisalase teabe arvutamise koolituspäeva. Lisaks korraldati kolm toitumisprogrammi koolitust. Arendati toitumisprogrammi mobiiliversiooni.

Teavituskampaniad

TAI korraldab rahvastiku tervisekäitumise edendamiseks regulaarselt teavituskampaniaid nii välimeedias, televisioonis kui ka internetis. 2020. aastal korraldati seitse kampaniat.

- **Tasakaalustatud toitumise kampania**, mille eesmärk oli tutvustada tasakaalustatud toitumise põhimõtteid ja tõsta toitumispüramiidi tuntuks. Kitsamalt juhtis kampania tähelepanu vajadusele süüa rohkem taimset toitu.
- Läbi aasta toimuv **positiivse vanemluse teavitus**, kus kutsuti vanemaid täiendama oma vanemlikke oskusi. Kampania keskmeks oli TAI kanal tarkvanem.ee.
- Kevadel COVID-19-ga seotud eriolukorra ajal tõime kampaniaga avalikkuse ette **alkoholitarvitamise vähendamist toetava eneseabiprogrammi „Selge“** ning 2020. aasta lõpuks oli programmiga liitunud juba ligi 4000 inimest. Septembris toimus juba traditsiooniks saanud kampania **„Septembris ei joo“**. Sellega innustati inimesi septembris alkoholitarvitamisest loobuma, et kogeda üheskoos kasusid, mida see annab. Kampaniast osavõtt tõuseb aasta-aastalt ja 2020. aastal võttis osa ligi 59 000 inimest.

- Aastavahetuse paiku toimus taas **tubakavastane kampaania „Sigarexit“**, mille eesmärk oli kutsuda loobuma tubakatoodetest ja pakkuda tuge loobujatele. Sel aastal tõime tavasigareti kõrval fookusesse ka teised nikotiini sisaldavad tooted.
- Narkomaania valdkonnas korraldati **teavituskampaania kanepitarvitajatele**. Kampaania eesmärk oli suunata tarvitajad hindama tarvitamisega seotud riske. Samuti tõstisime tarvitajate teadlikkust VALIK-teenusest.
- Toimus **kondoomi kasutamise suurendamise kampaania**, mis oli suunatud 35-aastastele ja vanematele inimestele.
- Puugikaardi ja puugipanga tutvustamiseks korraldati läbi suve kestev kampaania **„Pane puuk posti“**. Kampaania jooksul saadeti puugipanka teadlastele uurimiseks üle 6200 puugi ning kaardile märgiti 15 152 puugi leiukohta kokku 21 373 puugiga.

Trükised

TAI andis 2020. aastal välja:

- 17 üldsusele mõeldud tervise teemalist brošüüri või voldikut nii eesti kui vene keeles (nt „Plaan ja soovitused tubakast loobumiseks“, „Lähedane joob“, „Toitumine kasvaja haiguse korral“, „Minu keha ja turvalisus“)
- kaheksa juhendmaterjali (nt „Võimalused alkoholipoliitika kujundamiseks kohalikul tasandil“ ja „Laste toiduteadlikkuse ja söömisharjumuste kujundamine. Õpetajaraamat lasteaedadele“)

Kõik materjalid on leitavad TAI veebist [trükiste ja infomaterjalide andmebaasist](#).

Ajakiri Sotsiaaltöö

Ajakirjal Sotsiaaltöö ilmus 2020. aastal neli numbrit ja 12 elektroonilist uudiskirja. Kõik ajakirjas ilmunud artiklid ja lisalood avaldati ka ajakirja veebilehel.

Ajakirjades käsitleti päevakajalisi sotsiaaltöö- ja sotsiaalpoliitika teemasid: inimeste õigus sotsiaalabile, sotsiaalteenuste kvaliteet, sotsiaaltöö eetika ja kutsemeisterlikkus, sotsiaaltöö eriolukorras, asendushooldus, lapse õigused, integreeritud teenused eri sihtrühmadele, sotsiaaltöö korraldus kohalikus omavalitsuses, pikaajaline hooldus jpm.

Veebruarinumber (külalistoiimetaja Dagmar Narusson, TÜ) oli pühendatud vaimse tervise ja taastumise teemadele; koostöös juhtitsministeeriumi ja sotsiaalkindlustusametiga ilmunud detsembrinumbri kirjutati taastavast õigusest. Ilmus üks eelretsenseeritud artikkel.

Ajakiri valmib koostöös valdkonna asjatundjatest koosneva toimetuse kolleegiumiga.

Ajakirja paberväljaandel oli 2020. aasta lõpus 768 tellijat. Põhilised tellijad on kohalikud omavalitsused, hoolekandeesutused, riigiasutused ning eraisikud, kelle hulgas on sotsiaaltöö praktikuid, üliõpilasi ja teisi sotsiaaltöö huvilisi. Tellivad ka raamatukogud, tervishoiu- ja haridusasutused, mittetulundusühendused jm organisatsioonid. Järele jäänud eksemplare jagatakse tasuta sotsiaalvaldkonna üritustel. Artikleid kasutatakse ka õppetöös ja koolitustel. Ajakirja tiraaž oli 1000 eksemplari. Suvel sai paberajakiri uue esikaane ja kujunduse. Mustvalge sisu muutus värviliseks.

Ajakirja veebilehte www.tai.ee/sotsiaaltöö sai kuni septembrini lugeda parooliga sisse logides. Septembrist alates ei ole vaja veebilehele sisse logida. See võimaldas suurendada artiklite loetavust ja avaldada artikleid pidevalt, samuti muutis ajakirja veebilehe arvestatavaks iseseisvaks info jagamise kohaks: mitmeid artikleid luges veebis üle 250 unikaalse lehekülastaja, lugusid jagati lingi kaudu ka sotsiaalmeedias. Veebilehele loodi pidevalt täieneva infoga sündmuste ja koolituste kalender.

Kord kuus ilmuv elektrooniline uudiskiri vahendab sotsiaalvaldkonna asutuste ja organisatsioonide infot seadusemuudatuste, uuringute, sündmuste, projektide jpm kohta. Tasuta uudiskiri saadetakse uudiskirjaga liitunud huvilistele ning alates oktoobrist ka kõigile paberil ajakirja tellijatele. Aastas 11 korda ilmuvale uudiskirjale lisaks koostati kevadel COVID-19 kriisi ületamiseks vajaminevat infot koondav eriuudiskiri. Uudiskirja saajate andmebaasis oli 2020. aasta detsembri lõpus 1651 adreessaati.

Eetikakomitee

Tervise Arengu Instituudi inimuuringute eetikakomitee (TAIEK) hindab plaanitavaid uurimistöde projekte, milles uuritakse inimesi. Komitees on 11 liiget, neist kolm on TAI töötajad. Aruandeaastal peeti 18 koosolekut. Seoses COVID-19 pandeemiaga ja sellest tingitud eriolukorraga peeti seitse erakorralist koosolekut, et kiiremini menetleda COVID-19 teemalisi avaldusi ja muudatusettepanekuid uuringuprotokollides. Osaleti teadus- ja arendustegevuse korralduse seaduse muutmise teaduseetika töörühma aruteludes.

Mullu esitati hindamiseks **116 uuringuprojekti**, neist kaheksa ei saanud 2020. aastal veel kooskõlastust ja neli võeti tagasi. Taotluste arv kõigub aasta-aastalt — 2015. aastal oli 111, 2016. aastal 147, 2017. aastal 116, 2018. aastal 126 ja 2019. aastal 145 taotlust. TAIEK-i kooskõlastuse saanud **104** uuringust:

- **28** olid kliinilised ravimiuuringud (2019. aastal **32**)
- **76** olid Eestis algatatud uuringud (2019. aastal **94**), sh
 - **15** TAI uuringut (2019. aastal **10**)
 - **46** tervishoiuasutustes ja kõrgkoolides (nt Põhja-Eesti Regionaalhaigla, Ida-Tallinna Keskhaigla) tehtavat omaalgatuslikku uuringut (ilma tudengite osaluseta) (2019. aastal **57**)

- ülejäänud (15) olid põhiliselt üliõpilaste ja magistrantide tehtavad ja enamasti arstide juhendatavad uuringud (2019. aastal 27)

Lisaks sai kooskõlastuse kolm 2019. aastal esitatud kliinilise ravimiuuringu taotlust.

Meditsiiniterminoloogia kompetentsikeskus

Mullu lõpetati meditsiiniterminoloogia komisjoni töö ja selle võttis üle **meditsiiniterminoloogia kompetentsikeskus (MTK)**, mille ülesanne on jätkuvalt hoolitseda meditsiini- ja tervisevaldkonna terminoloogia kaardistamise, ühtlustamise ja arengu eest, kuid mitte ainult. MTK töötab välja ka **valdkondade ülese terminoloogia loomise standardi**, mida järgides on osapooltelt võimalik oma valdkonna terminitööd teha ühtede reeglite alusel, mis omakorda võimaldab tulemusi (terminibaase) ka kergemini avalikuks kasutuseks pakkuda. Terminoloogia halduse teine pool on aga seotud tervise infosüsteemis kasutatavate nomenklatuuride ja terminiloenditega, mis on aluseks kliiniliste dokumentide standardile. 2020. aastal sai paika esialgne **terminoloogia halduse visioonidokument**, mis on praegu arutelu staadiumis. Algasid ka ettevalmistused **RHK-11 tõlkimiseks ja kasutuselevõtuks**.

Standardmaterjalidesse kuulub **TAI terminimoodul ja avalik tervise valdkonna sõnastikuvaade**. Tegemist on veebipõhise tööriistaga, mis võimaldab luua terminisõnastikke ja teha need TAI veebi kaudu avalikuks. TAI terminimoodul on plaanitud valmima 2021. a I poolel. Selle üks väljundeid on ka korrastatud tervisestatistika sõnastik, mis on leitav siin: [Tervisestatistika sõnastik](#). Laiem eesmärk on luua tervisevaldkonna sõnastike koond TAI veebi ning linkida keskuse lehele ka muudes veebides avaldatud valdkonnaspetsiifilised sõnastikud. Tervisestatistika sõnastiku kõrvale luuakse seega ka TAI muude valdkondade terminibaasid (nt toitumise, ennetustegevuse, narkomaania, alkoholi-sõltuvuse jms sõnavara).

MTK tööde hulka kuulus 2020. aastal ka **meditsiiniterminoloogia komisjoni terminikoondi korrastamine**, eesmärgiga lisada see avalikuks kasutamiseks nii Eesti Keele Instituudi terminibaasi Ekilex kui ka TAI tervisesõnastike hulka.

Lisaks vastas MTK mitmetele **terminoloogia-alastele päringutele** nt Euroopa Komisjonist (kokku kümme päringut, millest osa on seotud EL-i seadusregulatsioonidega, nt sõnavara, mis on seotud naise õigusega oma kehale). Samuti on MTK aidanud TAI töötajaid oma teadusartiklites terminite väljatöötamise või defineerimisega (nt narkomaania ennetuse valdkonna uuringu ettevalmistamisel oli tarvis küsimustiku jaoks täpsustada narkootikumide manustamisviise; Eesti Arsti ülevaateartikli jaoks oli vaja täpsustada uute nakkuste epidemioloogia tõlkevasteid jne).

COVID-19

COVID-19 pandeemia ajal toetas TAI Terviseametit mitmel viisil: päringutele vastamine, andmete haldamine ja I poolaasta epidemioloogiliste andmete analüüs (raporti leiab lisast 1), teaduskirjandusest ja rahvusvahelistest juhistest eestikeelsete kokkuvõtete tegemine, juhiste ja materjalide koostamises osalemine, veebitekstide toimetamine.

COVID-19 teemat uurisime mitme nurga alt.

- **Uuring narkootikumide tarvitamisest eriolukorra ajal.** See korraldati koostöös EMCDDA-ga mitmes Euroopa ja Ees-Aasia riigis. Tulemused olid mitmetahulised, osade inimeste seas tarvitamine kasvas, osade seas langes. Tarvitamist suurendavad peamised põhjused olid igavus ning ärevuse ja muutustega toimetuleku parandamine. Piirangutest hoolimata ei muutunud professionaalse abi otsimise kavatsus ega kaugtugiteenuste kasutamise sagedus (15).
- **Teadlikkus koroonaviirusest ja seotud hoiakud Eestis: rahvastikupõhine küsitlusuuring.** Kahel korral (aprillis ja juunis–juulis) korraldati 18–79-aastaste inimeste seas internetipõhine küsitlusuuring, et hinnata koroonaviiruse (COVID-19) levikut, inimeste kokkupuuteid viirusega ning viirusest põhjustatud eriolukorra mõju inimeste hoiakutele, tervisekäitumisele ja tööhõivele eriolukorra järel.
- **Rahvastiku vaimse tervise uuring** sai tõuke COVID-19 eriolukorraga kaasuvast murest rahvastiku vaimse tervise üle. Eesmärk on aga laiem – hinnata inimeste vaimset tervist ja toimetulekut stressiga ning teha ettepanekuid vaimse tervise seiresüsteemi loomiseks Eestis. Seda rahastatakse RITAI meetme raames ja tehakse koostöös Tartu Ülikooliga aastatel 2020–2022.
- **Kohtla-Järve narkootikume süstivate inimeste 2020. aasta HIV-i levimuse ja riskikäitumise uuringus** hinnati muuhulgas SARS-CoV-2 antikehade levimust ja küsitleti osalejaid COVID-19 kontaktide ja põdemise kohta.
- **COVID-19 epidemioloogiline ülevaade.** Koos Terviseametiga analüüsiti 2020. aasta I poolaasta COVID-19 juhtude, testitute, hospitaliseeritute ja surnute andmeid ning tehti ettepanekud seire parendamiseks (16).

Kasutatud kirjandus

1. Orro E, Martens K, Lepane L, jt, koostajad. Alkoholi turg, tarbimine ja kahjud Eestis. Aastaraamat 2020. Tallinn: Eesti Konjunkturiinstituut; 2020. https://intra.tai.ee/images/prints/documents/160561083224_Alkoholi_turg_tarbimine_2020.pdf.
2. Rehm J, Shield KD, Gmel G. Modeling the impact of alcohol dependence on mortality burden and the effect of available treatment interventions in the European Union. *Eur Neuropsychopharmacol* 2013;23(2):89–97.
3. Terviseamet. Nakkushaigustesse haigestumine. HIV-nakkus. <https://www.terviseamet.ee/et/nakkushaigused-menuu/tervishoiutootajale/nakkushaigustesse-haigestumine/hiv-ja-aids>. Kasutatud 15. veebruar 2021.
4. Vorobjov, S, Salekešin, M, Vals K. Eesti täiskasvanud rahvastiku uimastite tarvitamise uuring. Tallinn: Tervise Arengu Instituut; 2019. <https://www.tai.ee/et/terviseandmed/uuringud/download/502>.
5. Vorobjov S, Tamson M. Uimastite tarvitamine koolinoorte seas: tubakatoodete, alkoholi ja narkootiliste ainete tarvitamine Eesti 15–16-aastaste õpilaste seas. Tallinn: Tervise Arengu Instituut; 2020. <https://www.tai.ee/et/terviseandmed/uuringud/download/519>.
6. Raag M, Vorobjov S, Uusküla A. Prevalence of injecting drug use in Estonia 2010-2015: a capture-recapture study. *Harm Reduct J* 2019;16(1):19.
7. Vorobjov S, Salekešin M. HIVi levimus ja riskikäitumine narkootikumide süstivate inimeste hulgas, Kohtla-Järve, 2016. Tallinn: Tervise Arengu Instituut; 2017. <https://www.tai.ee/et/terviseandmed/uuringud/download/401>.
8. Vorobjov S, Salekešin M. HIV levimuse ja riskikäitumise uuring Tallinna narkootikumide süstivate inimeste seas 2017. Tallinn: Tervise Arengu Instituut; 2018. <https://www.tai.ee/et/terviseandmed/uuringud/download/473>.
9. Surma põhjuste register. <https://www.tai.ee/et/tegevused/registrid/surma-pohjuste-register>.
10. Reile R, Tekkel M, Veideman T. Eesti täiskasvanud rahvastiku tervisekäitumise uuring, 2018. Tallinn: Arengu Instituut; 2019. <https://www.tai.ee/et/terviseandmed/uuringud/download/484>.
11. Oja L, Piksööt J, Rahno J. Eesti kooliõpilaste tervisekäitumise uuring, 2017/2018. õppeaasta. Tabelid. Tallinn: Tervise Arengu Instituut; 2019. <https://www.tai.ee/et/terviseandmed/uuringud/download/490>.
12. Tekkel M, Veideman T. Eesti täiskasvanud rahvastiku tervisekäitumise uuring, 2016. Tallinn: Tervise Arengu Instituut; 2017. <https://www.tai.ee/et/terviseandmed/uuringud/download/394>.
13. Tuberkuloosiregister. <https://www.tai.ee/et/tegevused/registrid/tuberkuloosiregister>.
14. Vähiregister. <https://www.tai.ee/et/tegevused/registrid/vahiregister>.
15. Kütt V. Narkootikumide tarvitamine COVID-19 eriolukorra ajal. Tallinn: Tervise Arengu Instituut; 2020. www.tai.ee/et/terviseandmed/uuringud/download/534.

16. Rüütel K, Panov L, Sadikova O, Epštein J, Sepp H, Härma M-A. COVID-19 epidemioloogiline ülevaade. 2020. aasta I poolaasta. Tallinn: Terviseamet, Tervise Arengu Instituut; 2020. https://www.terviseamet.ee/sites/default/files/Nakkushaigused/COVID-19/COVID-19_2020a_1_poolaasta_ulevaade.pdf.