



Tervise Arengu Instituut
National Institute for Health Development



Paikkonna tervisemõjurite uuring 2011

Viljandimaa raport



Analüüsiraporti koostas Tervise Arengu Instituut (TAI) koostöös Tartu Ülikooli sotsiaalteaduslike rakendusuuringu keskusega (RAKE). Raport on valminud Euroopa Sotsiaalfondi kaasrahastamisel 2013. aastal.

Raporti koostajad:

- Karl Viilmann (TAI)
- Kerly Espenberg (RAKE)
- Katrin 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. Tervise seisund	7
2. Toitumine	21
3. Alkohol	26
4. Suitsetamine	36
5. Narkootikumid	44
6. Sotsiaalsed suhted	48
7. Vaimne tervis	54
8. Kehaline aktiivsus	57
9. Seksuaaltervis	65
10. Turvalisus ja ohutus	69

LISAD

Lisa 1. Tervise seisund	73
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. Seksuaaltervis	96
Lisa 10. Turvalisus ja ohutus	97

SISSEJUHATUS

Käesolev raport annab ülevaate Viljandimaa elanike tervises seisundist, tervisekäitumisest ja tervist mõjutavatest teguritest, tuginedes 2011. aastal läbiviidud Paikkonna¹ tervisemõjurite uuringu andmetele.

Paikkonna tervisemõjurite 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). Viljandimaalt osales uuringus 258 inimest.

Uuringu ankeet koosnes 10 peatükist:

1. tervises seisund
2. toitumine
3. alkoholi tarvitamine
4. tubaka tarvitamine
5. narkootikumide tarvitamine
6. sotsiaalsed suhted
7. vaimne tervis
8. kehaline aktiivsus
9. seksuaaltervis
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 tervisemõjurite uuring viidi läbi Euroopa Sotsiaalfondi raamprogrammi „Tervislikke valikuid toetavad meetmed 2010-2013“ raames.

¹ 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 tervisemõjurite 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 kohalikku omavalitsust (edaspidi KOV). Igast maakonnast kaasati uuringusse 3-6 KOVi. Valimi koostamisel arvestati iga valimisse haaratud KOVi soolis-vanuselist 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 iseloomust, eristatakse kuus tüüpi KOV üksusi²:

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 arvutatud suhtarvud on esitatud komakohtadeta. See tähendab, et arvud on ümardatud kuni ühelisteni. 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 arvutatud sõltuvalt sellest, kas vastajad said koheselt, järelmaksuga või ei saanud üldse endale lubada järgnevaid kaupu: tolmuimeja (95 eurot), külmkapp (350 eurot), televiisor (640 eurot).

² Sepp, V. (2011). Paikkonna tervisemõjurite uuringu valim. Konsultatsiooni- ja koolituskeskus Geomedia, Tartu. Tellija: Tervise Arengu Instituut.

VASTAJATE TAUST

Viljandimaal kaasati küsitlusse kokku viis omavalitsusüksust: linnadest Viljandi ning valdadest Pärsti, Abja, Paistu ja Tarvastu. Valim, vastajate arv ja tagasiside määr haldusüksuste lõikes täidetud ankeetide põhjal on esitatud tabelis 0.1.

Tabel 0.1. Valimi maht uuringus osalenud haldusüksuste lõikes

	Eesti	Viljandimaa	Viljandi linn	Pärsti vald	Abja vald	Paistu vald	Tarvastu vald
KOV tüüp	-	-	Tüüp 3	Tüüp 4	Tüüp 5	Tüüp 6	Tüüp 6
Valim	9668	626	149	121	119	115	122
Vastajate arv	4239	258	59	50	45	52	52
Tagasiside määr	44%	41%	40%	41%	38%	45%	43%

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

- ▶ Pärsti vallas on vastajate hulgas kõige enam mehi (61%);
- ▶ Viljandi linnas on vastajate hulgas kõige enam naisi (57%);
- ▶ Viljandi linnas on vastajate hulgas kõige enam noori (44%);
- ▶ Abja vallas on vastajate hulgas kõige enam keskealisi (40%);
- ▶ Paistu vallas on vastajate hulgas kõige enam vanemaealisi (32%);
- ▶ Pärsti vallas on kõige enam alg- või põhiharidusega vastajaid (40%);
- ▶ Abja vallas on kõige enam keskharidusega vastajaid (55%);
- ▶ Tarvastu vallas on kõige enam kõrgharidusega vastajaid (29%);
- ▶ Pärsti vallas on kõige enam töötavaid vastajaid (63%);
- ▶ Abja vallas on kõige enam töötuid vastajaid (8%);
- ▶ Paistu vallas on kõige enam tööturul mitteaktiivseid vastajaid (43%).

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

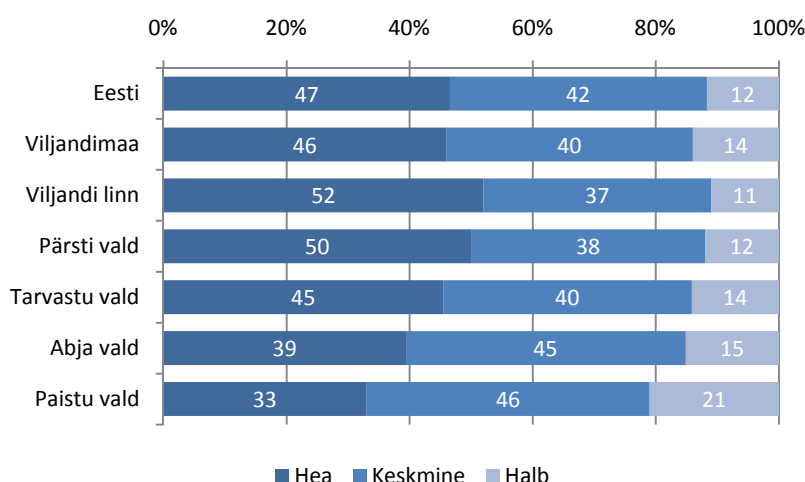
	Sugu		Vanus			Haridus			Tööturu staatus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus	Töötav	Töötu	Mitteaktiivne
Eesti	48	52	39	37	24	26	45	30	63	5	32
Viljandimaa	52	48	41	36	23	33	44	22	58	4	39
Viljandi linn	43	57	44	39	16	25	50	25	58	3	39
Pärsti vald	61	39	41	31	28	40	40	20	63	0	37
Abja vald	53	47	37	40	22	39	55	6	59	8	34
Paistu vald	58	42	36	32	32	35	47	18	53	4	43
Tarvastu vald	58	42	40	35	26	39	33	29	57	4	40

*Suhtarvud on arvutatud uuringu kaalutud andmete põhjal.

1. TERVISESEISUND

1.1. TERVISE ENSEHINNANG

Vastajatel paluti anda hinnang oma tervisele. Tegu on inimese enda tunnetusega oma tervisliku seisundi kohta. Viljandimaa vastajate hinnang oma tervisele sarnaneb Eesti keskmisega – 46% Viljandimaa vastajatest peavad oma tervist heaks (joonis 1.1). Omavalitsuste lõikes erineb tervise enesehinnang oluliselt. Viljandi linnas hindab oma seisundit heaks 52% ja Paistu vallas on näitaja 33%.



Joonis 1.1. Tervise enesehinnang

Hea tervise enesehinnanguga on:

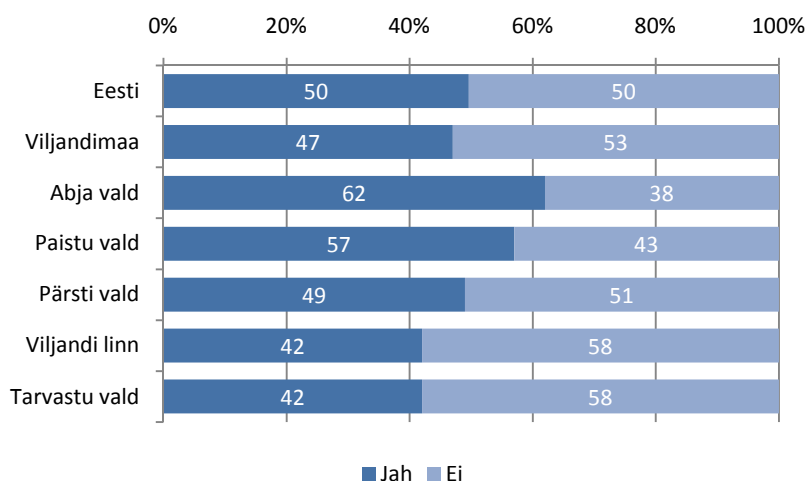
- ▶ pigem noored (71%) kui keskealised (38%) ja vanemaealised (14%);
- ▶ pigem kõrgharidusega (56%) kui keskharidusega (45%) ja alg- või põhiharidusega (41%) vastajad;
- ▶ pigem need, kellel ei ole pikaajalist kroonilist haigust;
- ▶ pigem need, kes ei ole tervise seisundi tõttu piiratud toimetulekuga.

Tabel 1.1. Tervise enesehinnangu seos teiste tunnustega, %

		Hea	Keskmine	Halb	Kokku
Pikaajaline haigus	Jah	19	52	29	100
	Ei	69	30	1	100
Tervise seisundi tõttu piiratud toimetulek	Piiratud	11	56	34	100
	Pole piiratud	65	32	3	100

1.2. KROONILISED TERVISEPROBLEEMID

Pikaajalisi kroonilisi haigusi või terviseprobleeme esineb Viljandimaal sarnasel määral Eesti keskmisega ehk ligikaudu pooltel vastajatel (joonis 1.2). Pikaajalise kroonilise haiguse põdejaid on kõige enam Abja vallas (62%) ning kõige vähem Viljandi linnas ja Tarvastu vallas (42%).



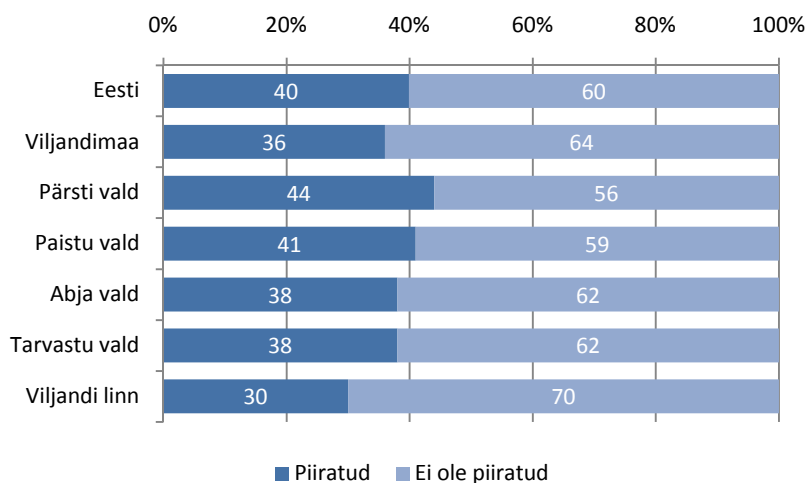
Joonis 1.2. Pikaajaline krooniline haigus või terviseprobleem

Pikaajalisi kroonilisi haigusi või terviseprobleeme esineb:

- ▶ sagedamini vanemaelistel (75%) kui keskealistel (59%) ja noortel (20%);
- ▶ sagedamini mitteaktiivsetel (48%) ja töötavatel (48%) kui töötutel (21%);
- ▶ sagedamini keskmise (53%) kui kõrge (44%) ja madala (41%) ostujõuga vastajatel;
- ▶ sagedamini alaealiste lastega (57%) kui ilma lasteta (47%) ja täisealiste lastega (39%) leibkondade liikmete hulgas.

1.3. TERVISEST TINGITUD PIIRANGUD

Tervise tõttu piiratud igapäevase toimetulekuga vastajate osakaal Viljandimaal (36%) on sarnane Eestis keskmisele (joonis 1.3). Viljandimaa omavalitsustest on enim tervise tõttu piiratud toimetulekuga vastajaid Pärsti vallas (44%) ja kõige vähem Viljandi linnas (30%).



Joonis 1.3. Terviseseisundi tõttu piiratud igapäevane toimetulek

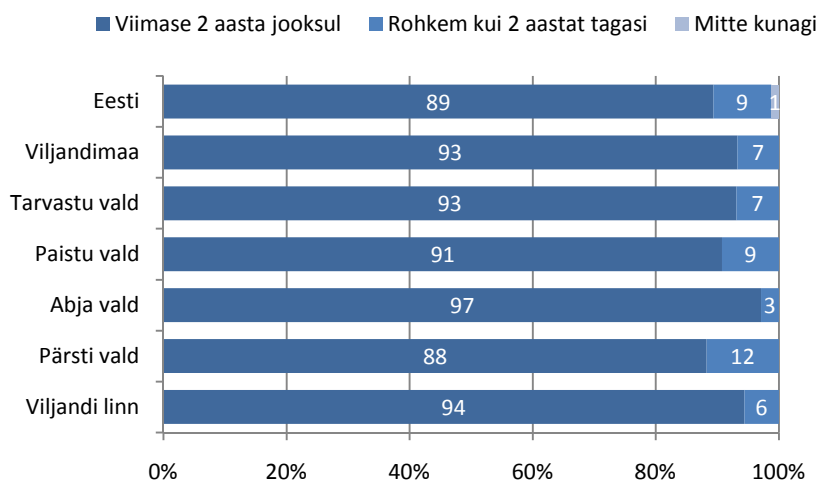
Terviseseisundi tõttu piiratud igapäevase toimetulekuga vastajate osakaal on kõrgem:

- ▶ pigem meeste (41%) kui naiste (31%) hulgas;
- ▶ pigem vanemaealiste (63%) kui keskealiste (43%) ja noorte (14%) hulgas;
- ▶ pigem alg- või põhiharidusega (43%) ja keskharidusega (39%) kui kõrgharidusega (24%) vastajatel;
- ▶ pigem mitteaktiivsete (44%) kui töötavate (31%) ja töötute (26%) hulgas;
- ▶ pigem alaealiste lastega (43%) kui ilma lasteta (37%) ja täisealiste lastega (31%) leibkondade liikmete hulgas.

1.4. TERVISENÄITAJATE MÕÕTMINE JA KONTROLL

Vererõhu mõõtmine

Sarnaselt Eesti keskmisele on enamikul Viljandimaa vastajatest (93%) viimase kahe aasta jooksul vererõhku mõõdetud (joonis 1.4). Näitaja on kõrgeim Abja vallas (97%) ja madalaim Pärsti vallas (88%).

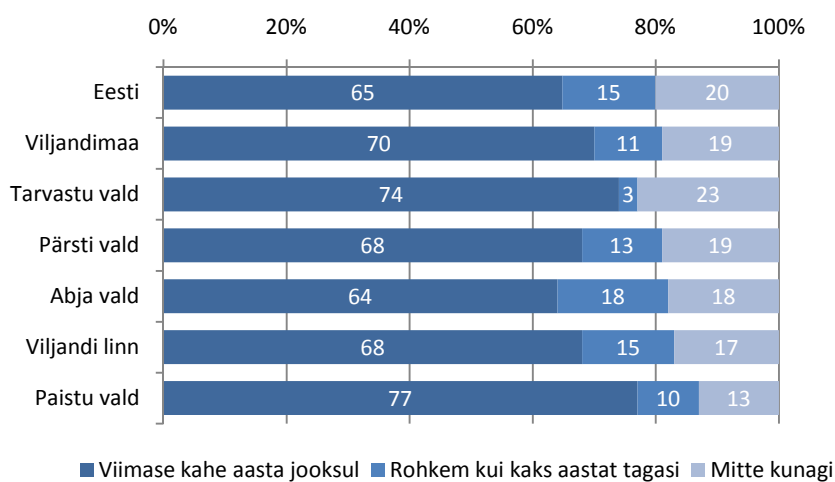


Joonis 1.4. Vererõhu mõõtmine

Uuringule eelnenud kahe aasta jooksul on vererõhku mõõdetud pigem alg- või põhiharidusega (98%) ja keskkharidusega (96%) kui kõrgharidusega (81%) vastajatel.

Kolesterooli mõõtmine

Vastajaid, kellel pole elu jooksul kunagi vere kolesterooli taset määratud on Viljandimaal 19%, mis on sarnane Eesti keskmisele (joonis 1.5). Viimase kahe aasta jooksul on vere kolesterooli taset lasknud määrata 70% maakonna vastajatest, mis on kõrgem kui Eestis keskmiselt 65%. Näitaja on kõige kõrgem Paistu vallas (77%) ja kõige madalam Abja vallas (64%). Tarvastu vallas pole kunagi lasknud enda vere kolesterooli taset määrata 23% vastajatest



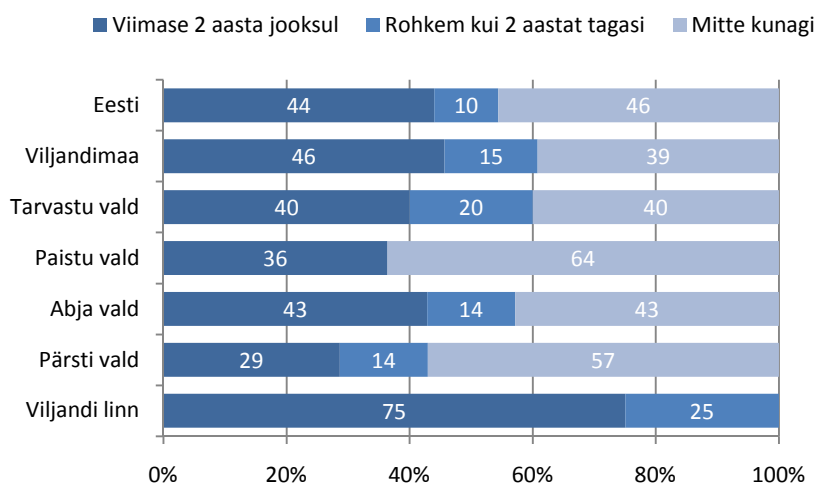
Joonis 1.5. Vere kolesterooli taseme määramine

Vere kolesterooli taset on viimase kahe aasta jooksul määratud:

- ▶ sagedamini vanemaealistel (86%) kui keskealistel (78%) ja noortel (50%);
- ▶ sagedamini keskharidusega (80%) kui alg- või põhiharidusega (67%) ja kõrgharidusega (61%) vastajatel.

Eesnäärme kontroll

Eesnäärme uuringus osalemise kohta paluti vastata vaid 55-70 aastastel meestel. Viimase kahe aasta jooksul on uuringus osalenud 46% Viljandimaa meestest, mis on sarnane Eesti keskmisele (joonis 1.6). Kõige kõrgem on näitaja Viljandi linnas (75%) ja madalaim Pärsti vallas (29%). Paistu valla meestest pole kunagi eesnäärme kontrollis käinud 64%.

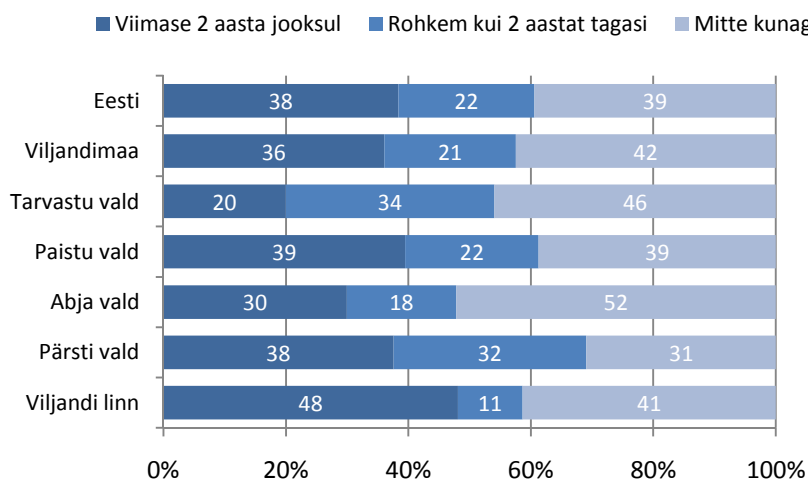


Joonis 1.6. Eesnäärme uuringus osalemine
(vastasid ainult mehed vanuses 55-70 aastat)

Viimase kahe aasta jooksul on eesnäärme kontrollis käinud pigem keskharidusega (61%) kui alg- või põhiharidusega (51%) ja kõrgharidusega (26%) mehed.

Mammograafia

Mammograafia uuringus osalemise kohta paluti vastata vaid 35-70 aastastel naistel. Viimase kahe aasta jooksul mammograafia uuringus osalenud naiste osakaal on Viljandimaal (36%) sarnane Eesti keskmisele (joonis 1.7). Kõrgeim on näitaja Viljandi linnas (48%) ja madalaim Tarvastu vallas (20%). Abja vald tõuseb esile selle poolest, et sealsetest vähemalt 35-aastastest naistest pole 52% mammograafia uuringus kunagi osalenud.



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

Viimase kahe aasta jooksul mammograafia uuringus osalenud:

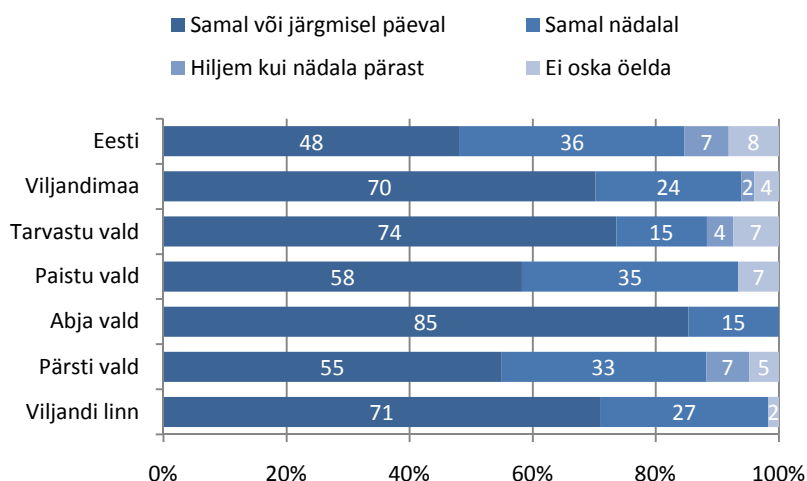
- ▶ pigem vanemaealised (46%) kui keskealised (46%) naised;
- ▶ pigem alg- või põhiharidusega (50%) ja keskkharidusega (41%) kui kõrgharidusega (22%) naised.

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

Viljandimaal on perearsti või -õe teenus kättesaadav samal või järgmisel päeval 70% vastajatest (joonis 1.8), mis on kõrgem Eesti keskmisest 48%. Kõige kõrgem on samal või järgmisel päeval perearsti või -õe teenuse kättesaadavus Abja vallas (85%) ja madalaim Pärsti vallas (55%).

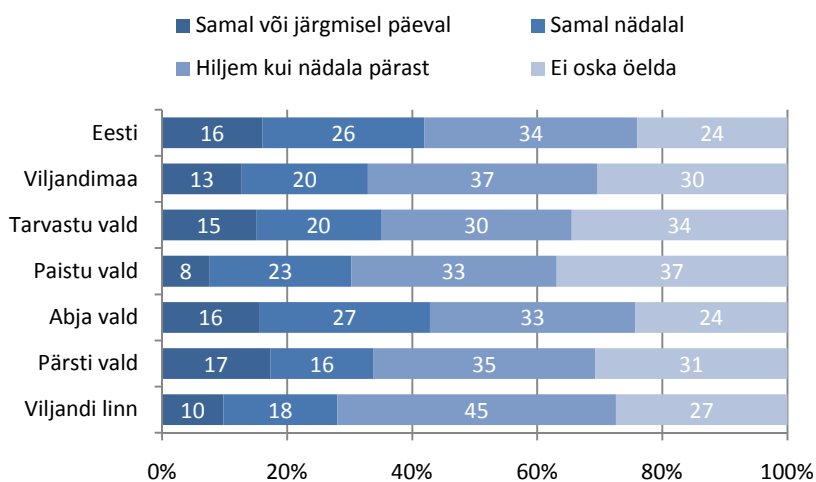


Joonis 1.8. Perearsti või -õe teenuse kättesaadavus

Perearsti või -õe teenus on samal või järgmisel päeval kättesaadavam pigem noortele (77%) kui keskealistele (72%) ja vanemaealistele (55%) vastajatele.

Hambaarst

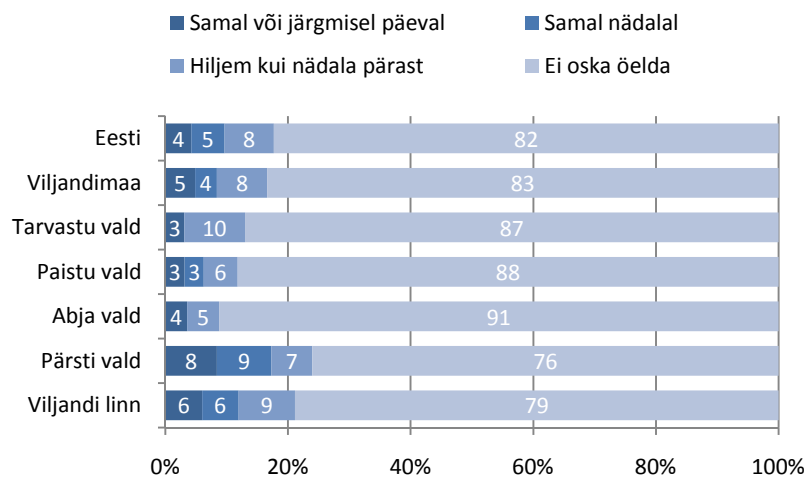
Samal või järgmisel päeval pääseb hambaarstile 13% Viljandimaa vastajatest, mis on sarnane Eesti keskmisele (joonis 1.9). Kõrgeim on näitaja Pärsti (17%) vallas ja madalaim Paistu vallas (8%). Olulisi erinevusi sotsiaal-demograafiliste tunnuste lõikes näitaja kohta ei esinenud (vt lisa 1, tabel 1.9).



Joonis 1.9. Hambaarsti teenuse kättesaadavus

Psühholoogiline nõustamine

Enamus vastajaid nii Eestis keskmiselt kui Viljandimaal 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 Pärsti valla vastajad, kellest enamik hindasid teenuse ootejärjekorda ühe nädala pikkuseks. Olulisi erinevusi sotsiaaldemograafiliste tunnuste lõikes näitaja kohta ei esinenud (vt lisa 1, tabel 1.10).



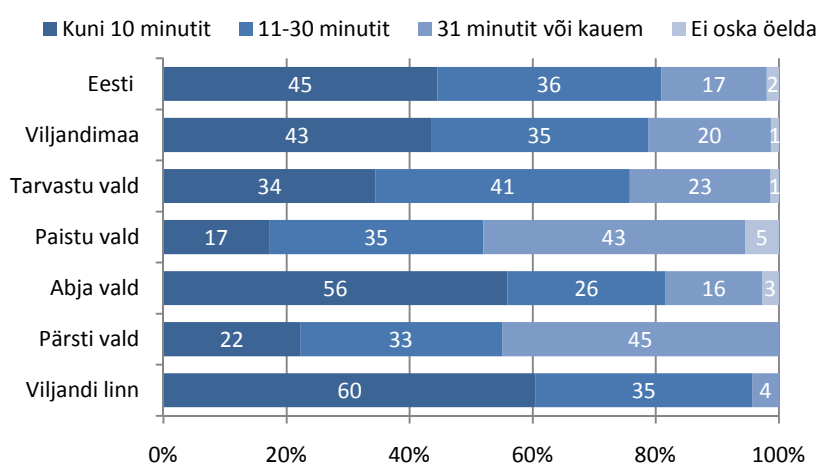
Joonis 1.10. Psühholoogilise nõustamisteenuse kättesaadavus

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 Viljandimaal (43%) sarnane Eesti keskmisega (joonis 1.11). Näitaja on kõrgeim Viljandi linnas (60%) ja madalaim Paistu vallas (17%).



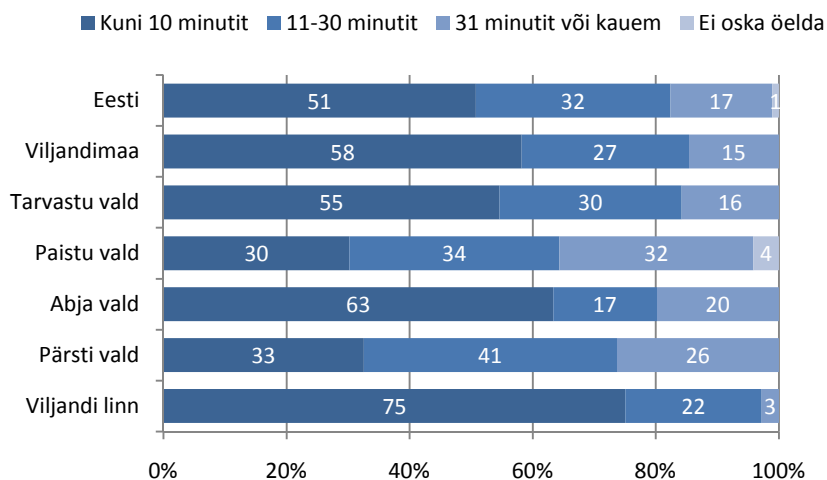
Joonis 1.11. Ravimite kättesaadavus

Kuni 10 minuti jooksul on ravimid kättesaadavad:

- ▶ pigem noorele (56%) kui keskealistele (38%) ja vanemaealistele (29%);
- ▶ pigem keskmise (47%) ja madala (45%) kui kõrge (31%) ostujõuga vastajatele.

Toidukaupade kättesaadavus

Toidukaupade kättesaadavus kuni 10 minuti jooksul on Viljandimaal (58%) kõrgem kui Eestis keskmiselt (51%) (joonis 1.12). Omavalitsuste lõikes on näitaja kõrgeim Viljandi linnas (75%) ja madalaim Paistu vallas (30%).

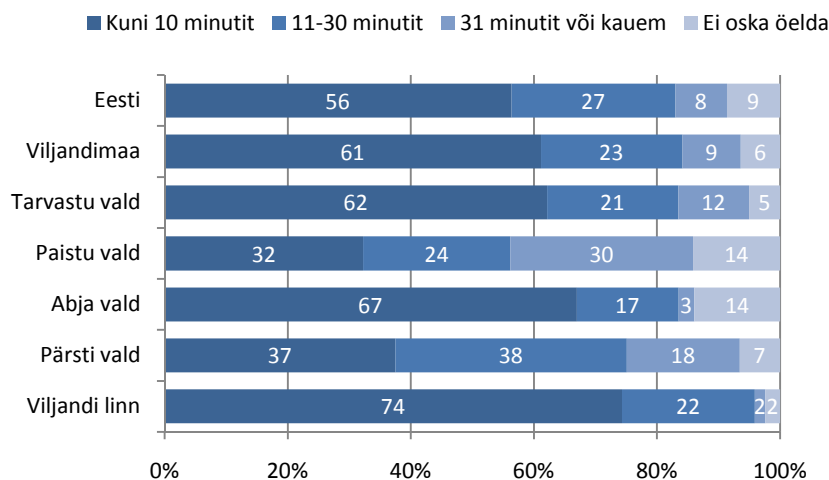


Joonis 1.12. Toidukaupade kättesaadavus

Kuni 10 minuti jooksul on toidukaubad kättesaadavamad pigem noortele (76%) kui keskealistele (48%) ja vanemaealistele (41%) vastajatele.

Alkoholi kättesaadavus

Alkoholi kättesaadavus kuni 10 minuti jooksul on Viljandimaal (61%) kõrgem kui Eesti keskmiselt (56%) (joonis 1.13). Näitaja on kõige kõrgem Viljandi linnas (74%) ja madalaim Paistu vallas (32%).

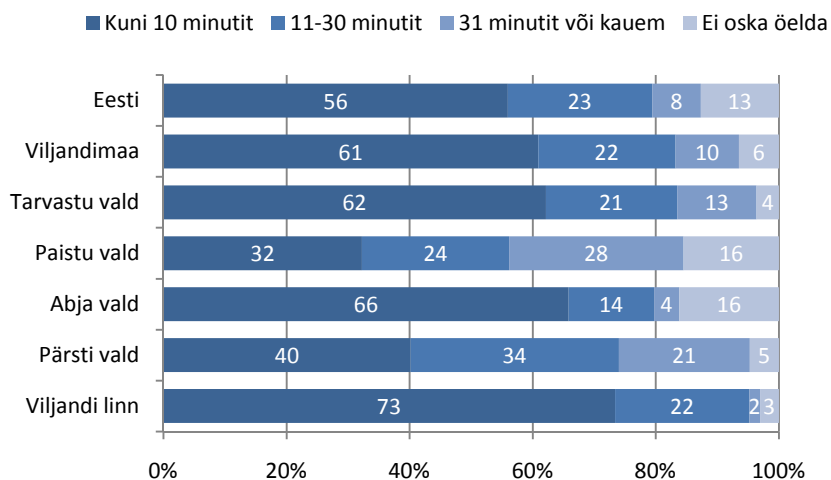


Joonis 1.13. Alkoholi kättesaadavus

Kuni 10 minuti jooksul on alkohol kättesaadavam pigem noortele (77%) kui keskealistele (54%) ja vanemaealistele (41%) vastajatele.

Tubaka kättesaadavus

Tubakatoodete kättesaadavus kuni 10 minuti jooksul on Viljandimaal (61%) kõrgem kui Eesti keskmiselt (56%). Sarnaselt alkoholi kättesaadavusele on näitaja kõrgeim Viljandi linnas (73%) ja kõige madalam Paistu vallas (32%).



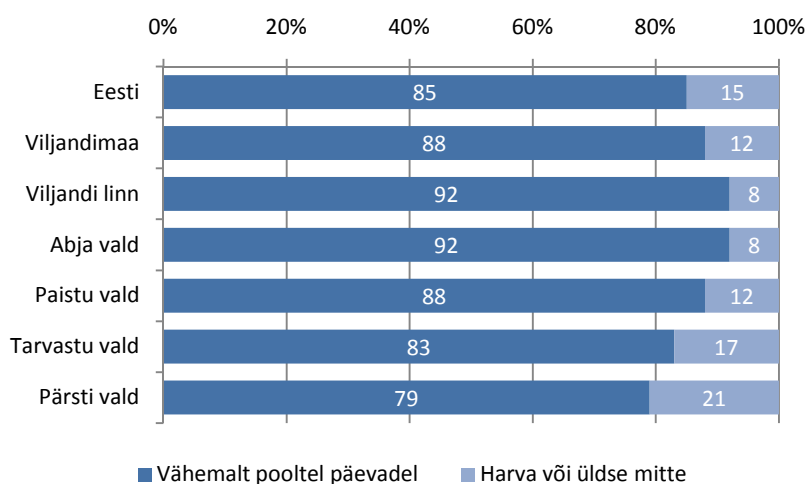
Joonis 1.14. Tubakatoodete kättesaadavus

Kuni 10 minuti jooksul on tubakatooted kättesaadavamad pigem noortele (77%) kui keskealistele (54%) ja vanemaealistele (41%) vastajatele.

2. TOITUMINE

2.1. HOMMIKUSÖÖK

Hommikusöögi söömise poolest on Viljandimaa näitaja sarnane Eesti keskmisele – 88% Viljandimaa vastajatest sõi uuringule eelnenud kuu jooksul hommikust vähemalt pooltel päevadel (joonis 2.1). Kõige enam söövad hommikust Viljandi linna ja Abja valla vastajad (92%) ning kõike vähem Pärsti valla vastajad (79%).



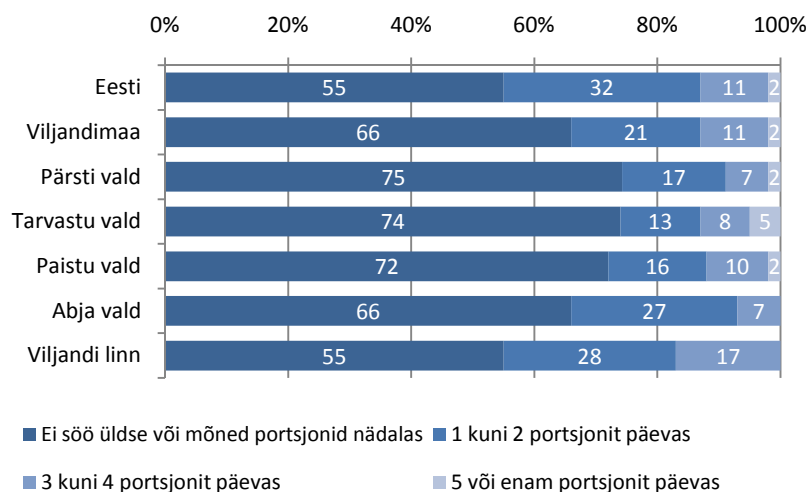
Joonis 2.1. Hommikusöögi söömine uuringule eelnenud 30 päeva jooksul

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

- ▶ pigem vanemaealised (94%) ja keskealised (89%) kui noored (83%);
- ▶ pigem kõrgharidusega (97%) ja keskhariidusega (90%) kui alg- ja põhiharidusega (77%) vastajad;
- ▶ pigem töötavad (90%) ja mitteaktiivsed (85%) kui töötud (71%);
- ▶ pigem keskmise (94%) kui kõrge (86%) ja madala ostujõuga (84%) vastajad.

2.2.PUU- JA KÖÖGIVILJAD

Võrreldes Eesti keskmisega on Viljandimaal rohkem vastajaid, kes puu- ja köögivilju üldse ei söö või söövad ainult mõned korrad nädalas – 66% (joonis 2.2). Vähese puu- ja köögiviljade söömise poolest tõusevad esile Pärsti vald (75%), Tarvastu vald (74%) ja Paistu vald (72%). Kõige suurem on vähemalt 3 portsjonit päevas puu- ja köögivilju sööjate arv Viljandi linnas (17%), soovituslikud 5 ja rohkem portsjonit päevas sööb 2% Viljandimaa vastajatest.



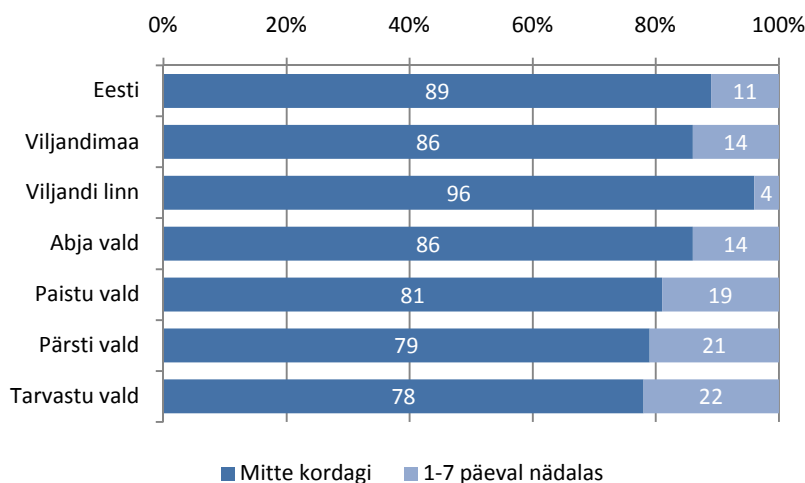
Joonis 2.2. Puu- ja köögiviljade söömine uuringule eelnenud 7 päeva jooksul

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

- ▶ pigem mehed (71%) kui naised (60%);
- ▶ pigem vanemaealised (71%) kui noored (66%) ja keskealised (62%);
- ▶ pigem keskharidusega (74%) ja alg- või põhiharidusega (70%) kui kõrgharidusega (42%) vastajad;
- ▶ pigem töötud (88%) kui mitteaktiivsed (66%) ja töötavad (65%);
- ▶ pigem ilma lasteta (75%) kui alaealiste lastega (65%) ja täisealiste lastega (59%) leibkondade liikmed.

2.3. ENERGIAJOOGID

Vastajaid, kes uuringule eelnenud nädala jooksul jõid energijooke on Viljandimaa vastajate hulgas 14%, näitaja on sarnane Eesti keskmisega (joonis 2.3). Kõige vähem on energijookide tarvitajaid Viljandi linnas (4%) ning kõige enam Tarvastu vallas (22%).



Joonis 2.3. Energijookide tarvitamine uuringule eelnenud 7 päeva jooksul

Vähemalt ühe korra nädalas energijookide tarvitajaid võib iseloomustada järgnevalt:

- ▶ pigem mehed (18%) kui naised (9%);
- ▶ pigem noored (21%) kui keskealised (11%) ja vanemaealised (5%);
- ▶ pigem alg- või põhiharidusega (25%) kui keskharidusega (9%) ja kõrgharidusega (5%) vastajad;
- ▶ pigem ilma lasteta (18%) ja täisealiste lastega (14%) kui ilma lasteta (7%) leibkondade liikmed;
- ▶ pigem need, kes joovad end purju (korraga vähemalt 6 alkoholiannust) 1-3 korda kuus.

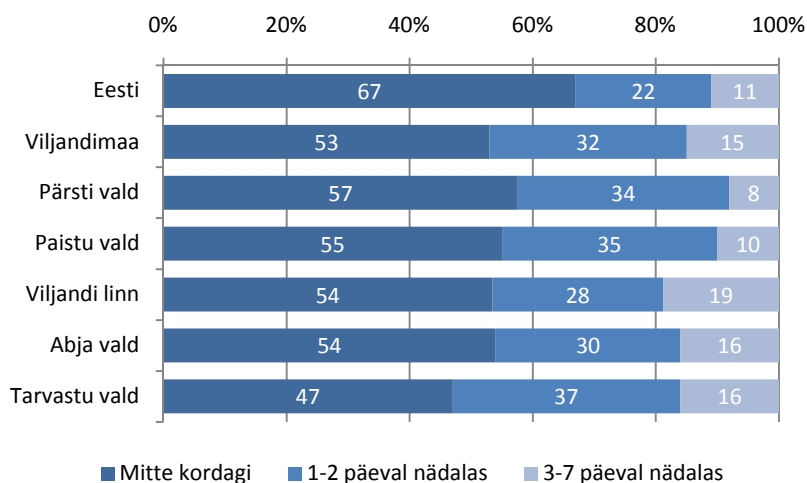
Tabel 2.1. Energijookide tarvitamise seos vähemalt 6 alkoholiannuse tarvitamisega, %

		Mitte kordagi	1-7 päeval nädalas	Kokku
Korraga vähemalt 6 alkoholiannuse tarvitamine*	Mitte kordagi	93	7	100%
	1-3 korda kuus	66	34	100%
	Vähemalt 1 kord nädalas	79	21	100%

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

2.4.SUHKRUT SISALDAVAD MAGUSAD JOOGID

Viljandimaal on vähemalt üks kord nädalas Coca-Cola ja teiste suhkrut sisaldavate magusate jookide tarvitajaid 47%, näitaja on kõrgem Eesti keskmisest 33% (joonis 2.4). Vähemalt ühel päeval nädalas on mainitud jooke tarvitanud vastajate osakaal suurim Tarvastu vallas (53%) ja madalaim Pärsti vallas (42%).



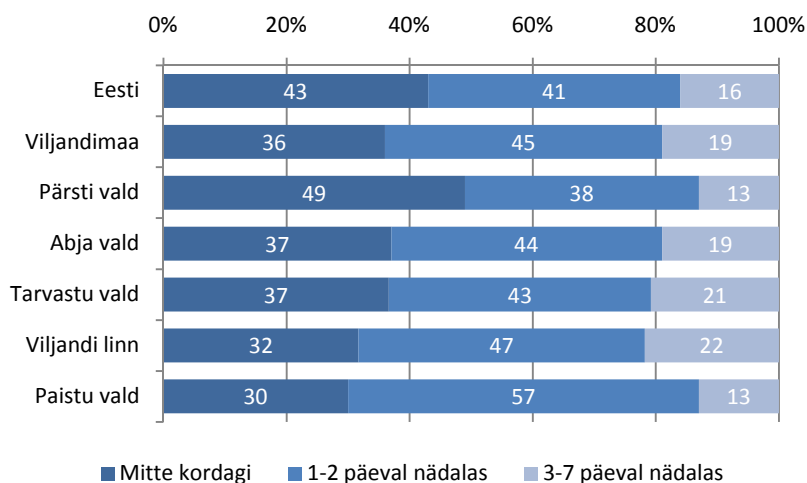
Joonis 2.4. Coca-Cola ja teiste suhkrut sisaldavate magusate jookide tarvitamine uuringule eelnud 7 päeva jooksul

Vähemalt ühe korra nädalas magusate jookide tarvitajaid võib iseloomustada järgnevalt:

- ▶ pigem mehed (57%) kui naised (37%);
- ▶ pigem noored (69%) kui keskealised (42%) ja vanemaealised (15%);
- ▶ pigem alg -või põhiharidusega (51%) ja keskharidusega (48%) kui kõrgharidusega (39%) vastajad;
- ▶ pigem madala (54%) kui keskmise (48%) ja kõrge ostujõuga vastajad (38%);
- ▶ pigem täisealiste lastega (54%) kui ilma lasteta (42%) ja alaealiste lastega (36%) leibkondade liikmed.

2.5. SAIATOOTED

Vähemalt üks kord nädalas pitsa, pirukate, saiakeste ja hamburgerite sööjaid on Viljandimaal (64%) enam kui Eestis keskmiselt (57%) (joonis 2.5). Kõige sagedamini söövad saiatooteid Paistu valla vastajad (70%) ja kõige harvemini Pärsti valla (51%) vastajad.



Joonis 2.5. Saiatoodete söömine uuringule eelnenud 7 päeva jooksul

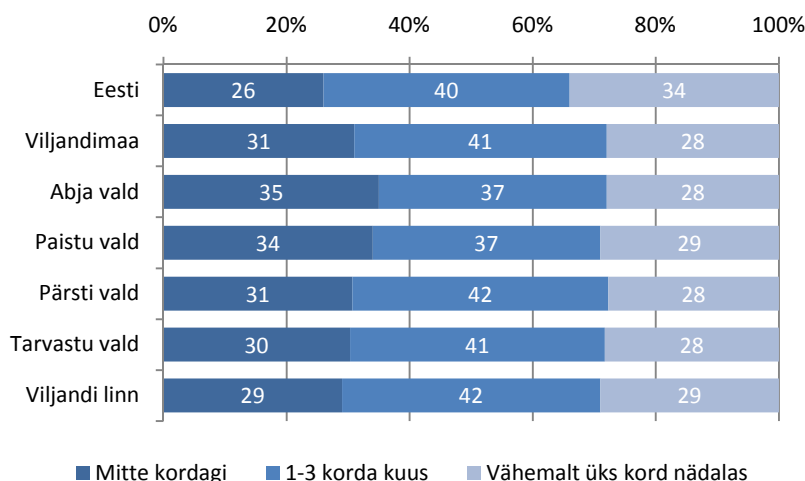
Vähemalt ühe korra nädalas saiatoodete sööjaid võib iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem noored (77%) kui keskealised (61%) ja vanemaealised (46%);
- ▶ pigem keskharidusega (66%) ja kõrgharidusega (66%) kui alg- või põhiharidusega (58%) vastajad;
- ▶ pigem ilma lasteta (69%) ja täisealiste lastega (69%) kui alaealiste lastega (52%) leibkondade liikmed.

3. ALKOHOL

3.1. ALKOHOLI TARVITAMISE REGULAARSUS

Alkoholi tarvitamise regulaarsus Viljandimaal on madalam Eesti keskmisest. Viljandimaal on uuringule eelnenud 30 päeva jooksul alkoholi mitte tarvitanud vastajaid 31%, Eestis keskmiselt 26% (joonis 3.1). Vähemalt ühe korra nädalas alkoholi tarvitajaid on kõige enam Paistu vallas ja Viljandi linnas (29%).



Joonis 3.1. Alkoholi tarvitamise regulaarsus uuringule eelnenud 30 päeva jooksul

Vähemalt ühe korra nädalas alkoholi tarvitajaid võib iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem mehed (41%) kui naised (15%);
- ▶ pigem noored (36%) ja keskealised (31%) kui vanemaealised (10%);
- ▶ pigem töötud (48%) kui töötavad (33%) ja mitteaktiivsed (20%);
- ▶ pigem täisealiste lastega (39%) kui ilma lasteta (25%) ja alaealiste lastega (20%) leibkondade liikmed.

Vähemalt üks kord nädalas tarvitajad alkoholi pigem need:

- ▶ kelle tervise enesehinnang on hea või keskmine;
- ▶ kellel ei ole tervises seisundi tõttu piiratud toimetulekut;
- ▶ kes joovad end purju vähemalt üks kord nädalas;
- ▶ kes enda hinnangul tarvitavad alkoholi palju;
- ▶ kes ei ole suitsetamisest loobunud;
- ▶ kellel on depressiooni sümptomid;
- ▶ kes on korduvalt tarvitanud kanepit;
- ▶ kes on korduvalt tarvitanud teisi narkootikume (ecstasy, amfetamiin, kokaiin, heroiin);
- ▶ kellel on olnud juhuslikke seksuaalsuhteid.

Tabel 3.1. Alkoholi tarvitamise regulaarsuse seos teiste tunnustega, %

		Vähemalt üks kord nädalas	1-3 korda kuus	Mitte kordagi	Kokku
Tervise enesehinnang	Hea	33	40	28	100
	Keskmine	29	43	28	100
	Halb	12	37	51	100
Tervises seisundi tõttu piiratud toimetulek	Piiratud	23	33	44	100
	Ei ole piiratud	32	46	22	100
Vähemalt 6 alkoholiannuse tarvitamine*	Mitte kordagi	25	75	0	100
	1-3 korda kuus	56	44	0	100
	Vähemalt üks kord nädalas	75	25	0	100
Subjektiivne alkoholi tarvitamise hinnang*	Vähe või mõõdukalt	37	63	0	100
	Palju	83	17	0	100
Suitsetamine**	Suitsetab	48	38	14	100
	Loobunud	19	49	32	100
Depressiooni sümptomite esinemine	Ei ole	24	45	31	100
	On	43	29	28	100
Kanepi tarvitamine	Jah, 1 korra	42	51	7	100
	Jah, korduvalt	72	24	4	100
	Ei	23	39	38	100
Teiste narkootikumide tarvitamine	Jah, 1 korra	61	39	0	100
	Jah, korduvalt	78	16	6	100
	Ei	26	41	33	100
Seksuaalvahekord juhupartneriga viimase 12 kuu jooksul***	Jah	64	12	24	100
	Ei	26	45	29	100

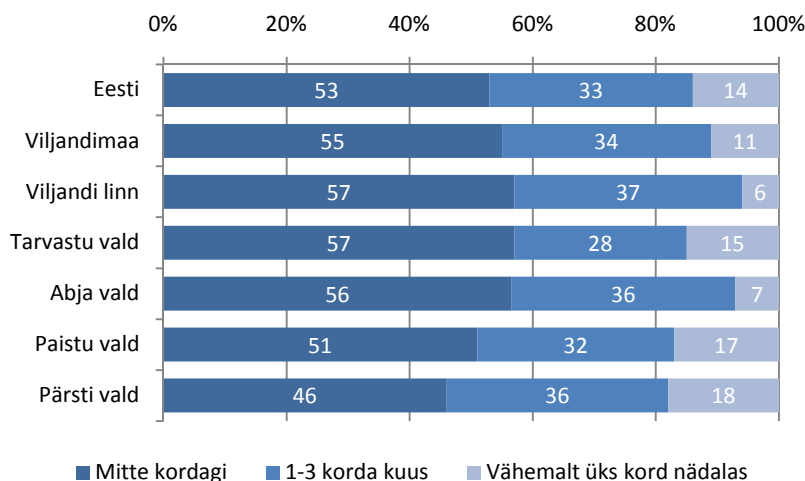
*Vastasid ainult need, kes olid uuringule eelnenud 30 päeva jooksul alkohoolseid jooke tarvitanud.

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

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

3.2. ALKOHOLI TARVITAMISE KOGUSED

Purju joomise (ehk korraga vähemalt 6 annuse alkoholi³ tarvitamise) sageduse näitajate poolest on Viljandimaa olukord sarnane Eesti keskmisele (joonis 3.2). Viljandimaal joob end vähemalt ühe korra kuus purju 45% vastajatest, mis on sarnane Eesti keskmisele. Iga nädal purju jookjaid on Viljandimaal keskmiselt 11%. Iganädalasi purju jookjaid on kõige enam Pärsti vallas (18%) ja kõige vähem Viljandi linnas (6%).



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 tarvinud)

Vähemalt ühe korra nädalas purju jookjaid võib iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem mehed (18%) kui naised (2%);
- ▶ pigem alg- või põhiharidusega (19%) kui keskharidusega (10%) ja kõrgharidusega (4%) vastajad;
- ▶ pigem töötavad (15%) ja töötud (13%) kui mitteaktiivsed (5%);
- ▶ pigem kõrge (25%) kui madala (7%) ja keskmise ostujõuga vastajad (5%).

Rohkem esineb purju joomist nende hulgas:

- ▶ kes enda hinnangul tarvitavad alkoholi palju;
- ▶ kes tarvitavad energijooke;
- ▶ kes ei ole suitsetamisest loobunud;
- ▶ kes on vähemalt ühe korra tarvinud kanepit;
- ▶ kes on korduvalt tarvinud teisi narkootikume (ecstasy, amfetamiin, kokaiin, heroiin);
- ▶ kellel on olnud juhuslikke seksuaalsuhteid.

³ 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
Subjektiiivne alkoholi tarvitamise hinnang*	Vähe või mõõdukalt	8	33	58	100
	Palju	42	39	18	100
Energiajookide tarvitamine	Mitte kordagi	11	27	62	100
	1-7 päeval nädalas	13	66	21	100
Suitsetamine**	Suitsetab	22	48	30	100
	Loobunud	10	26	64	100
Kanepi tarvitamine	Jah, ühe korra	42	41	17	100
	Jah, korduvalt	9	32	58	100
	Ei	2	30	68	100
Teiste narkootikumide tarvitamine	Jah, 1 korra	10	72	18	100
	Jah, korduvalt	53	29	18	100
	Ei	7	24	69	100
Seksuaalvahekord juhupartneriga viimase 12 kuu jooksul***	Jah	35	32	33	100
	Ei	9	32	59	100

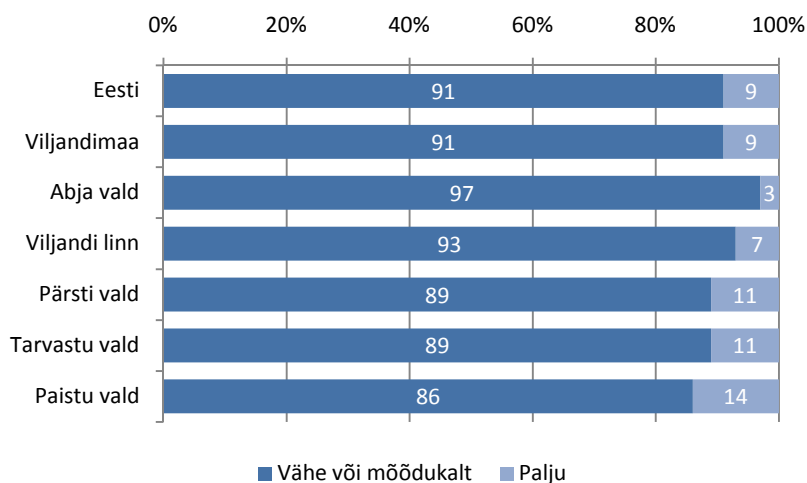
*Vastasid ainult need, kes olid uuringule eelnenud 30 päeva jooksul alkohoolseid jooke tarvitanud.

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

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

3.3. HINNANGUD OMA ALKOHOLI TARVITAMISELE

Uuringus osalenutel paluti anda subjektiivne hinnang enda alkoholi tarvitamisele. Nii Eestis keskmiselt kui ka Viljandimaal leiab 91% vastajatest, et nad tarvitavad alkoholi vähe või mõõdukalt (joonis 3.3). Palju tarvitajate osakaal on kõige madalam Abja vallas (3%) ja kõige kõrgem Paistu vallas (14%).



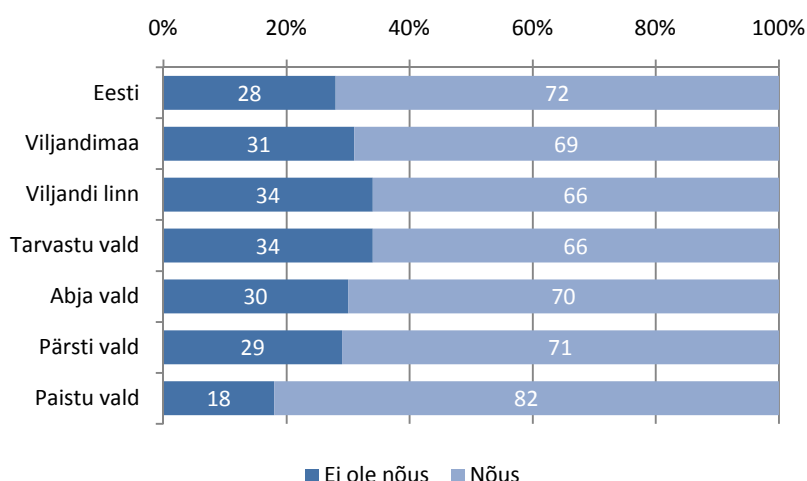
Joonis 3.3. Subjektiivne alkoholi tarvitamise hinnang
(vastasid ainult need, kes olid uuringule eelnud 30 päeva jooksul alkoholseid jooke tarvitanud)

Enda hinnangul tarvitavad alkoholi palju pigem keskharidusega (12%) ja alg- või põhiharidusega (10%) kui kõrgharidusega (2%) vastajad.

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 Viljandimaal (69%) sarnane Eestis keskmisele (joonis 3.4). Väitega nõustujaid on kõige enam Paistu vallas (82%) ja kõige vähem Viljandi linnas ja Tarvastu vallas (66%).



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

Väitega mittenõustujaid võib iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem mehed (41%) kui naised (21%);
- ▶ pigem noored (39%) kui keskealised (29%) ja vanemaealised (18%);
- ▶ pigem alg- või põhiharidusega (34%) ja keskharidusega (34%) kui kõrgharidusega (21%) vastajad;
- ▶ pigem need, kes sagedamini joovad end purju.

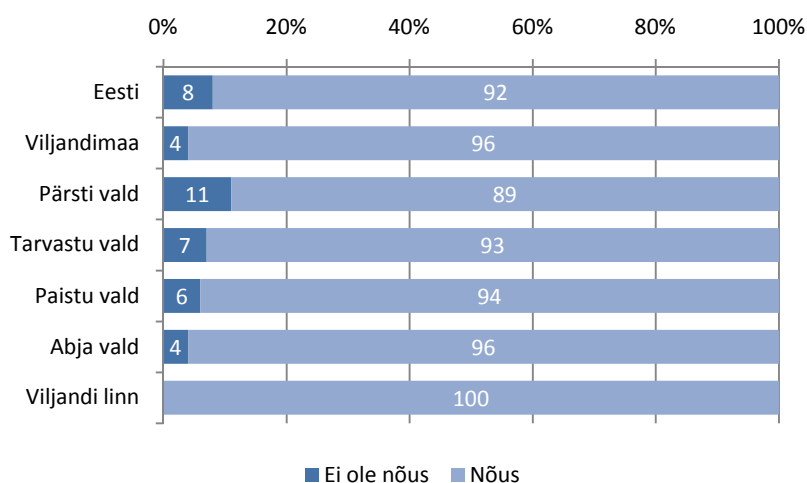
Tabel 3.3. Väite „Enamikel nädalapäevadel klaasi veini või pudeli õlle joomine võib tervisele halvasti mõjuda“, seos korraga vähemalt 6 alkoholiannuse tarvitamise regulaarsusega, %

		Ei ole nõus	Nõus	Kokku
Korraga vähemalt 6 alkoholiannuse tarvitamine*	Vähemalt üks kord nädalas	66	34	100
	1-3 korda kuus	54	46	100
	Mitte kordagi	21	79	100

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

Hoiakud purju joomise terviskahjude suhtes

Väitega „Iganädalane purju joomine võib tekitada tõsiseid tervisehäireid“ ei nõustu 4% Viljandimaa vastajatest, mis on sarnane Eesti keskmisele (joonis 3.5). Mittenõustujaid on kõige rohkem Pärsti vallas (11%) ja kõige vähem Viljandi linnas, kus väitega mittenõustujad puuduvad. 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

Väitega mittenõustujad on pigem need, kes joovad end purju vähemalt üks kord nädalas.

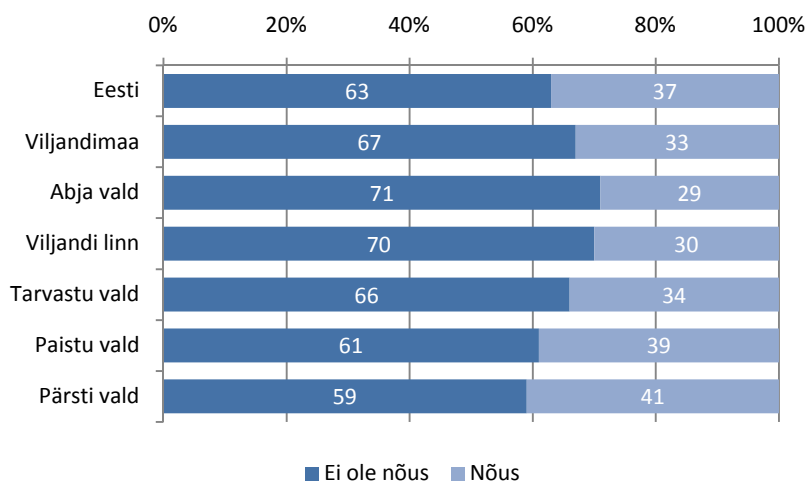
Tabel 3.4. Väite „Iganädalane purju joomine võib tekitada tõsiseid tervisehäireid“, seos korraga vähemalt 6 alkoholiannuse tarvitamise regulaarsusega, %

		Ei ole nõus	Nõus	Kokku
Korraga vähemalt 6 alkoholiannuse tarvitamine*	Vähemalt üks kord nädalas	23	77	100
	1-3 korda kuus	10	90	100
	Mitte kordagi	0	100	100

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

Purju joomist soosivad hoiakud tutvusringkonnas

Väitega „Minu tutvusringkonnas on tavaline ennast seltskondlikel koosviibimistel purju juua“ on nõus 33% Viljandimaa vastajatest, näitaja on madalam Eesti keskmisest 37% (joonis 3.6). Kõige madalam on nõustujate osakaal Abja vallas (29%) ja kõige kõrgem Pärsti vallas (41%).



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

Väitega nõustujaid võib iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem mehed (38%) kui naised (28%);
- ▶ pigem noored (45%) kui keskealised (29%) ja vanemaealised (17%);
- ▶ pigem alg- või põhiharidusega (40%) ja keskkharidusega (39%) kui kõrgharidusega (16%) vastajad;
- ▶ pigem need, kes tarvitavad alkoholi vähemalt üks kord nädalas;
- ▶ pigem need, kes joovad end purju vähemalt üks kord nädalas;
- ▶ pigem need, kellel esineb depressiooni sümptomeid.

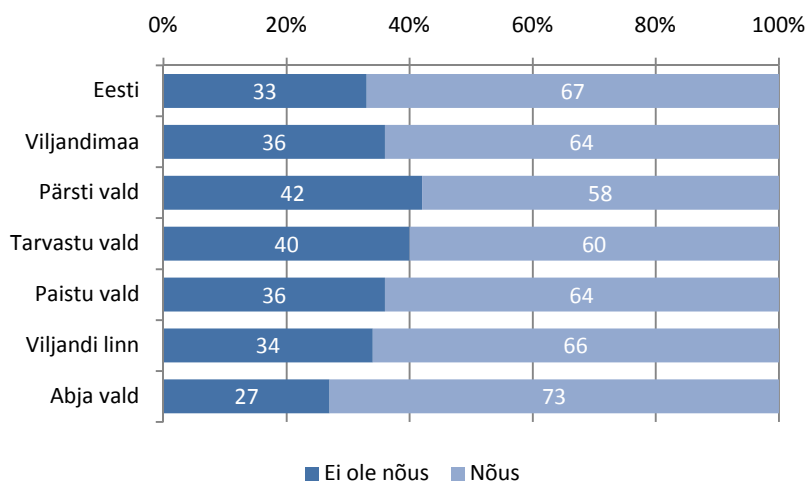
Tabel 3.5. Väite „Minu tutvusringkonnas on tavaline ennast seltskondlikel koosviibimistel purju juua“, seos teiste tunnustega, %

		Ei ole nõus	Nõus	Kokku
Alkoholi tarvitamise regulaarsus	Vähemalt 1 kord nädalas	51	49	100
	1-3 korda kuus	72	28	100
	Mitte kordagi	76	24	100
Korraga vähemalt 6 alkoholiannuse tarvitamine*	Vähemalt 1 kord nädalas	16	84	100
	1-3 korda kuus	57	43	100
	Mitte kordagi	76	24	100
Depressiooni sümptomite esinemine	Ei ole	71	29	100
	On	49	51	100

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

Hoiakud alkoholi ja tubakatoodete müügipiirangute suhtes

Viljandimaal (64%) on väitega „Alkoholi ja tubakatooteid tuleks müüa spetsiaalsetes müügikohtades“ nõustujaid sarnaselt Eesti keskmisele (Joonis 3.7). Kõige madalam on nõustujate osakaal Pärsti vallas (58%) ja kõige kõrgem Abja vallas (73%).



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

Müügipiirangute vastaseid võib iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem mehed (42%) kui naised (30%);
- ▶ pigem keskealised (39%) ja noored (38%) kui vanemaealised (27%);
- ▶ pigem kõrgharidusega (47%) kui alg- või põhiharidusega (36%) ja keskharidusega (33%) vastajad;
- ▶ pigem need, kes tarvitavad alkoholi vähemalt üks kord nädalas;
- ▶ pigem need, kes sageli tarvitavad alkoholi suures koguses.

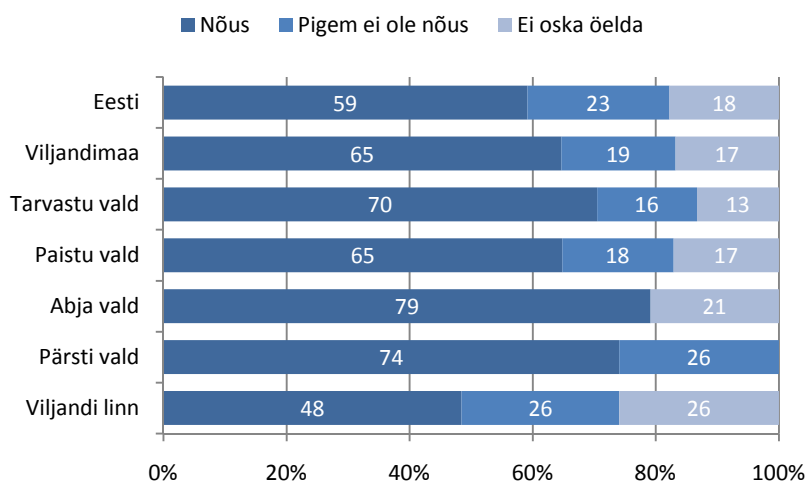
Tabel 3.6. Väite „Alkoholi ja tubakatooteid tuleks müüa spetsiaalsetes müügikohtades“, seos teiste tunnustega, %

		Ei ole nõus	Nõus	Kokku
Alkoholi tarvitamise regulaarsus	Vähemalt 1 kord nädalas	56	44	100
	1-3 korda kuus	39	61	100
	Mitte kordagi	13	87	100
Korraka vähemalt 6 alkoholiannuse tarvitamine*	Vähemalt 1 kord nädalas	64	36	100
	1-3 korda kuus	55	45	100
	Mitte kordagi	36	64	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 Viljandimaal (65%) rohkem kui Eestis keskmiselt 59% (joonis 3.8). Näitaja on kõrgeim Abja vallas (79%) ja madalaim Viljandi linnas (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 mehed (67%) kui naised (56%);
- ▶ pigem need, kes joovad end purju vähemalt üks kord nädalas;
- ▶ pigem need, kes nõustuvad, et enamikel nädalapäevadel alkoholi tarvitamine on kahjulik;
- ▶ pigem need, kes leiavad, et nende tutvusringkonnas on seltskondlikel üritustel purju joomine tavaline.

Tabel 3.7. Väite „Peaksin tarvitama vähem alkoholi“, seos teiste tunnustega, %*

		Nõus	Pigem ei ole nõus	Ei oska öelda	Kokku
Vähemalt 6 alkoholiannuse tarvitamine**	Mitte kordagi	51	20	29	100
	1-3 korda kuus	63	23	14	100
	Vähemalt 1 kord nädalas	81	12	7	100
Enamikel nädalapäevadel alkoholi tarvitamine on kahjulik	Ei ole nõus	61	39	0	100
	Nõus	67	14	19	100
Tutvusringkonnas on tavaline ennast seltskondlikel koosviibimistel purju juua	Ei ole nõus	53	28	19	100
	Nõus	76	6	18	100

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

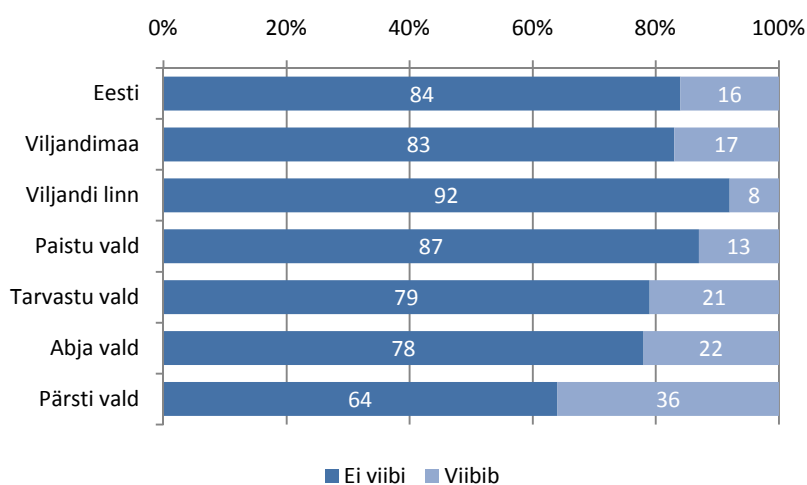
**Vastasid ainult need, kes olid uuringule eelnenud 30 päeva jooksul alkohoolseid jooke tarvitanud.

4. SUITSETAMINE

4.1. PASSIIVNE SUITSETAMINE

Tööl viibimine ruumides, kus suitsetatakse

Viljandimaa vastajatest viibib 17% tööl ruumides, kus suitsetatakse, mis sarnaneb Eesti keskmisele (joonis 4.1). Kõige kõrgem on näitaja Pärsti vallas (36%) ja madalaim Viljandi linnas (8%).



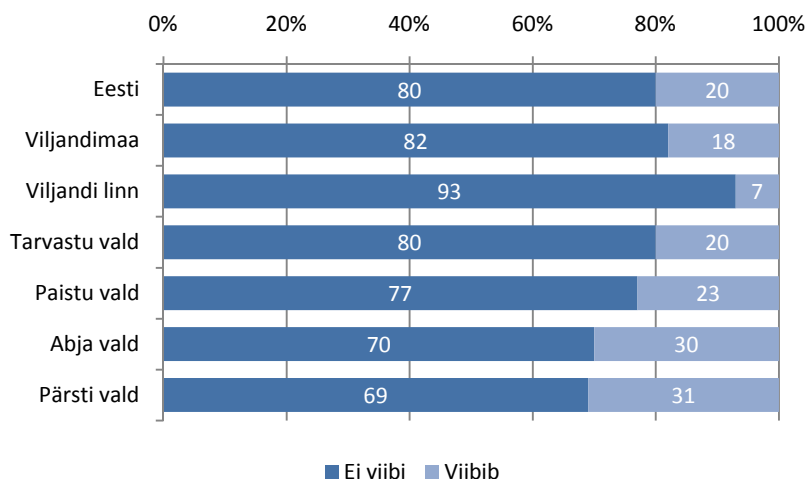
Joonis 4.1. Tööl viibimine ruumides, kus suitsetatakse

Vastajaid, kelle töökohal suitsetatakse võib iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem mehed (28%) kui naised (6%);
- ▶ pigem noored (20%) ja keskealised (20%) kui vanemaealised (6%);
- ▶ pigem alg- või põhiharidusega (22%) ja keskkharidusega (18%) kui kõrgharidusega (12%) vastajad;
- ▶ pigem kõrge (32%) kui madala ja (16%) ja keskmise (10%) ostujõuga vastajad.

Kodus viibimine ruumides, kus suitsetatakse

Viljandimaa vastajate hulgas on 18% neid, kelle kodus suitsetatakse, mis sarnaneb Eesti keskmisele (joonis 4.2). Madalaim on näitaja Viljandi linnas (7%) ja kõrgeim Pärsti vallas (31%).

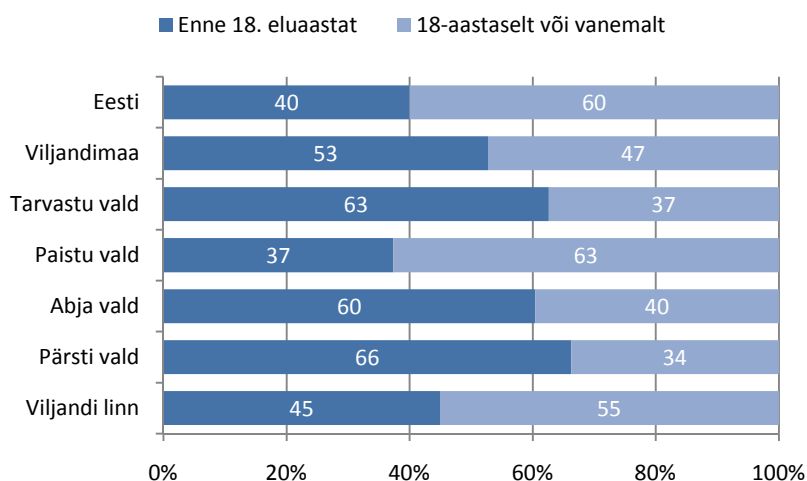


Joonis 4.2. Kodus viibimine ruumides, kus suitsetatakse

Vastajad, kelle kodus suitsetatakse on pigem alg- või põhiharidusega (28%) kui keskharidusega (12%) ja kõrgharidusega (12%).

4.2. SUITSETAMISE ALUSTAMINE

Kõigilt vastajatelt, kes olid uuringu läbiviimise ajal igapäevased suitsetajad, paluti täpsustada, mis vanuses nad suitsetamisega alustasid. Enne 18-aastaseks saamist alustas suitsetamisega 53% Viljandimaa vastajatest, mis on kõrgem kui Eesti keskmine 40% (joonis 4.3). Kõige enam on enne täisealiseks saamist suitsetamisega alustanud Pärsti vallas (66%), näitaja on madalaim Paistu vallas (37%).



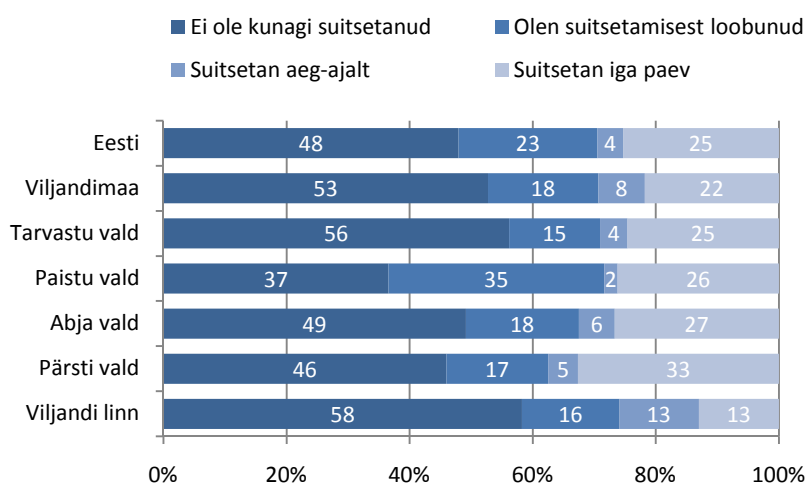
Joonis 4.3. Suitsetamise alustamine
(vastasid ainult need, kes suitsetavad igapäevaselt)

Alaealisena suitsetamist alustanud võib iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem noored (78%) kui keskealised (37%) ja vanemaealised (23%);
- ▶ pigem alg- või põhiharidusega (68%) kui keskkooliharidusega (53%) või kõrgharidusega (31%) vastajad;
- ▶ pigem kõrge (90%) kui keskmise (52%) ja madala (42%) ostujõuga vastajad.

4.3. IGAPÄEVASED SUITSETAJAD

Viljandimaal on igapäevaseid suitsetajaid 22%, mis on sarnane Eesti keskmisele (joonis 4.4). Näitaja on kõrgeim Pärsti vallas (33%) ja madalaim Viljandi linnas (13%). Vastajaid, kes pole mitte kunagi suitsetanud on Viljandimaal 53%, mis on kõrgem Eesti keskmisest 48%. Mitte kunagi suitsetanud on kõige vähem Paistu vallas (37%) ning kõige enam Viljandi linnas (58%).



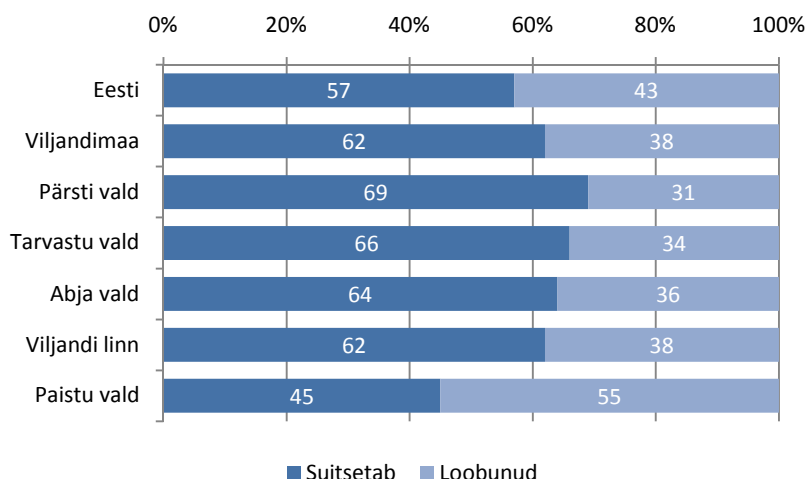
Joonis 4.4. Igapäevane suitsetamine

Igapäevaseid suitsetajaid võib iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem mehed (32%) kui naised (10%);
- ▶ pigem töötud (55%) kui töötavad (22%) ja mitteaktiivsed (19%);
- ▶ pigem alg- või põhiharidusega (29%) kui keskharidusega (20%) ja kõrgharidusega (12%) vastajad;
- ▶ pigem kõrge (30%) ja madala (23%) kui keskmise (14%) ostujõuga vastajad.

4.4. SUITSETAMISEST LOOBUMINE

Suitsetamisest loobumise küsimustele vastasid ainult need inimesed, kes mingil perioodil oma elus on tarvitanud erinevaid tubakatooteid. Suitsetamisest on loobunud 38% kõigist kunagi elus suitsetanud Viljandimaal, näitaja on madalam Eesti keskmisest 43% (joonis 4.5). Kõige vähem on loobujaid Pärsti vallas (31%) ning kõige enam Paistu vallas (55%).



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

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

- ▶ pigem noored (82%) kui keskealised (58%) ja vanemaealised (34%);
- ▶ pigem töötud (81%) kui töötavad (61%) ja mitteaktiivsed (60%);
- ▶ pigem kõrge (70%) ja madala (62%) kui keskmise (52%) ostujõuga vastajad;
- ▶ pigem ilma elukaaslaseta (76%) kui elukaaslasega (54%) vastajad;
- ▶ pigem ilma lasteta (71%) ja täisealiste lastega (66%) kui alaealiste lastega (55%) leibkondade liikmed;
- ▶ pigem need, kes tarvitavad alkoholi vähemalt üks kord nädalas;
- ▶ pigem need, kes joovad ennast sagedamini purju;
- ▶ pigem need, kellel on depressiooni sümptomid;
- ▶ pigem need, kes on ühe korra või korduvalt kanepit tarvitanud;
- ▶ pigem need, kes on ühe või korduvalt tarvitanud teisi narkootikume (ecstasy, amfetamiin, kokaiin, heroiin);
- ▶ pigem need, kes ei tegele vabal ajal liikumisharrastusega;
- ▶ pigem need, kellel on olnud juhuslikke seksuaalsuhteid;
- ▶ pigem need, kes ei ole juhusliku seksuaalvahekorra ajal kasutanud kondoomi.

Tabel 4.1. Suitsetamisest loobumise seos teiste tunnustega, %*

		Suitsetab	Loobunud	Kokku
Alkoholi tarvitamise regulaarsus	Mitte kordagi	42	58	100
	1-3 korda kuus	56	44	100
	Vähemalt 1 kord nädalas	81	19	100
Korraga vähemalt 6 alkoholiannuse tarvitamine**	Mitte kordagi	50	50	100
	1-3 korda kuus	79	21	100
	Vähemalt 1 kord nädalas	82	18	100
Depressiooni esinemine	Ei ole	56	44	100
	On	72	28	100
Kanepi tarvitamine	Jah, 1 korra	88	12	100
	Jah, korduvalt	80	20	100
	Ei	52	48	100
Teiste narkootikumide tarvitamine	Jah, 1 korra	100	0	100
	Jah, korduvalt	84	16	100
	Ei	58	42	100
Liikumisharrastus	Üldse mitte või 1-2 korda kuus	70	30	100
	Üks või mitu korda nädalas	47	53	100
Seksuaalvahekord juhupartneriga viimase 12 kuu jooksul***	Jah	88	12	100
	Ei	57	43	100
Kondoomi kasutamine****	Mitte kordagi või harva	96	4	100
	Enamasti või iga kord	74	26	100

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

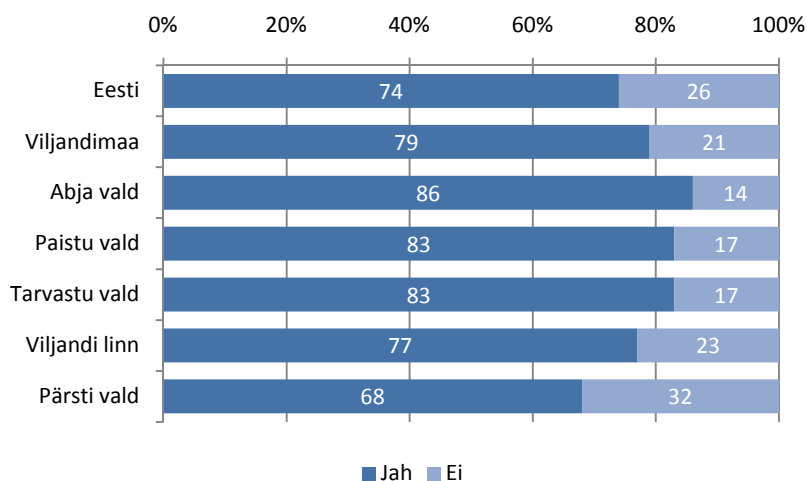
**Vastasid ainult need, kes olid uuringule eelnud 30 päeva jooksul alkohoolseid jooke tarvitanud.

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

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

Soov suitsetamisest loobuda

Küsimusele „Kas te soovite suitsetamisest loobuda?“ vastasid ainult igapäevased suitsetajad. Viljandimaa igapäevastest suitsetajatest soovivad 79% suitsetamisest loobuda, mis on kõrgem Eesti keskmisest 74% (joonis 4.6). Kõige suurem on loobuda soovijate osakaal Abja vallas (86%) ja kõige madalam Pärsti vallas (68%).



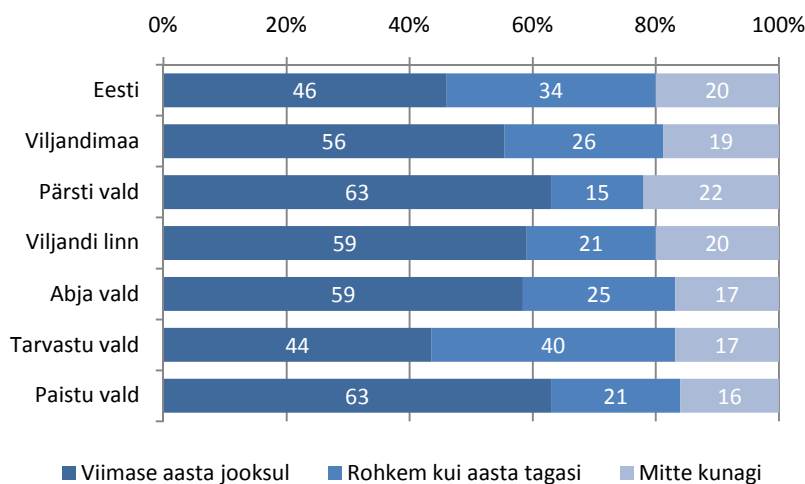
Joonis 4.6. Soov loobuda suitsetamisest
(vastasid ainult need, kes küsimustiku täitmise hetkel suitsetasid igapäevaselt)

Suitsetamisest loobuda soovijaid võib iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem naised (90%) kui mehed (77%);
- ▶ pigem keskealised (83%) ja noored (80%) kui vanemaealised (70%).

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 56% Viljandimaa vastajatest, mis on kõrgem Eesti keskmisest 46% (joonis 4.7). Kõige suurem viimase aasta jooksul loobuda püüdnu osakaal on Pärsti vallas ja Paistu vallas (63%) ning kõige madalam Tarvastu vallas (44%).



Joonis 4.7. Proovinud loobuda suitsetamisest
(vastasid ainult praegusel eluperioodil aeg-ajalt või igapäevaselt suitsetajad)

Viimase aasta jooksul suitsetamisest loobuda proovinuid võib iseloomustada järgmiselt:

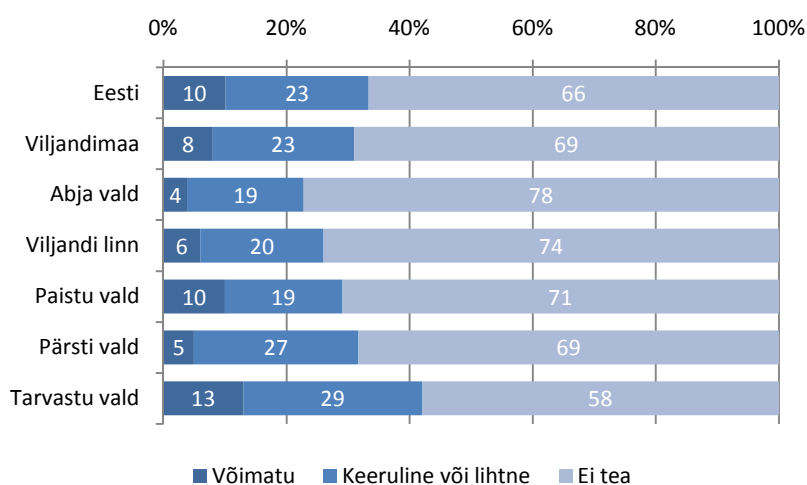
- ▶ pigem noored (72%) kui keskealised (44%) ja vanemaealised (19%);
- ▶ pigem alg- või põhiharidusega (69%) ja kõrgharidusega (56%) kui keskharidusega (40%) vastajad.

5. NARKOOTIKUMID

5.1. NARKOOTIKUMIDE LEVIK JA KÄTTESAADAVUS

Kanepi hankimine

Viljandimaa vastajatest 23% leidsid, et soovi korral on neil võimalik hankida kanepit, mis on võrdne Eesti keskmisele (joonis 5.1). Kõige enam hindasid kanepit kättesaadavaks Tarvastu valla vastajad (29%), näitaja oli kõige madalam Abja vallas ja Paistu vallas (19%).



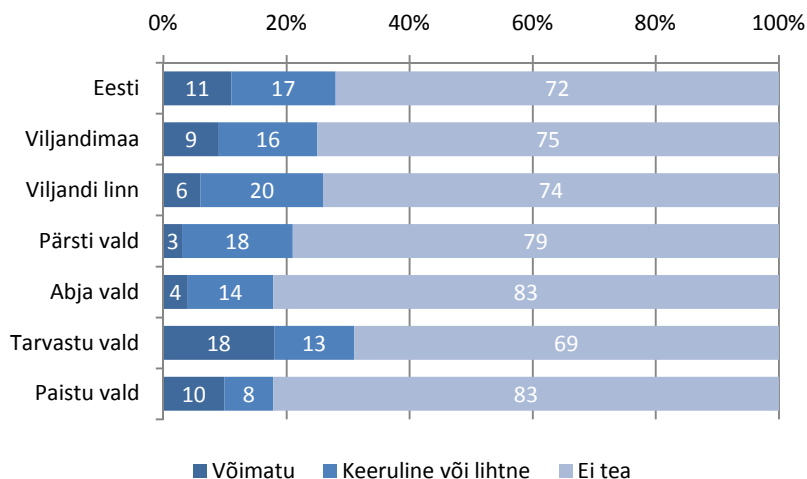
Joonis 5.1. Kanepi hankimise võimalikkus

Kanepi hankimist võimalikuks pidavaid vastajaid saab iseloomustada järgnevalt:

- ▶ pigem mehed (31%) kui naised (14%).
- ▶ pigem noored (48%) kui keskealised (8%) ja vanemaealised (2%).

Teiste narkootikumide hankimine

Viljandimaa vastajatest 16% leidsid, et soovi korral on neil võimalik hankida selliseid narkootikume nagu ecstasy, amfetamiin, kokaiin, heroiin, mis on sarnane Eesti keskmisega (joonis 5.2). Kõige enam hindasid teisi narkootikume kättesaadavaks Viljandi linna vastajad (20%), madalaim oli näitaja Paistu vallas (8%).



Joonis 5.2. Teiste narkootikumide hankimise võimalikkus

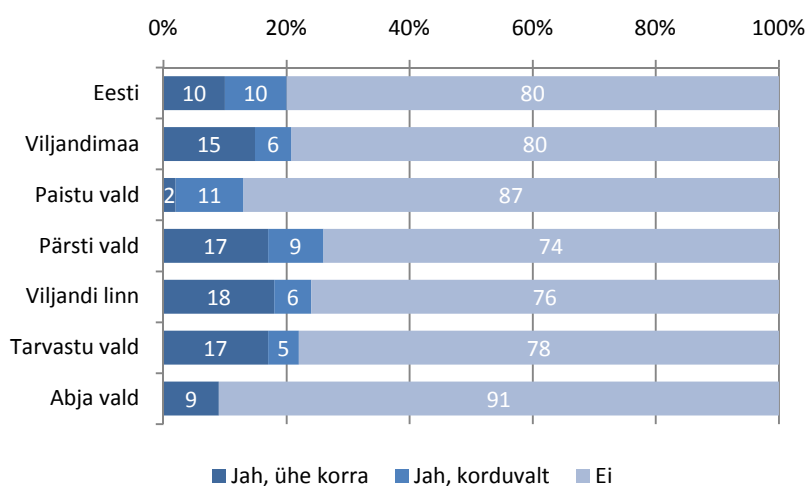
Teiste narkootikumide hankimist võimalikuks pidavaid vastajaid saab iseloomustada järgnevalt:

- ▶ pigem mehed (21%) kui naised (9%).
- ▶ pigem noored (31%) kui keskealised (8%) ja vanemaealised (1%).

5.2. NARKOOTILISTE AINETE TARVITAMINE

Kanepi tarvitamine

Vastajaid, kes on elu jooksul vähemalt korra kanepit tarvitanud on Viljandimaal 21%, näitaja on sarnane Eesti keskmisega (joonis 5.3). Korduvaid kanepi tarvitajaid on Viljandimaa vastajatest 6%. Korduvaid kanepi tarvitajaid on kõige enam Paistu vallas (11%) ja kõige vähem Abja vallas, kus mitte ükski vastaja ei olnud elu jooksul korduvalt kanepit tarvitanud.



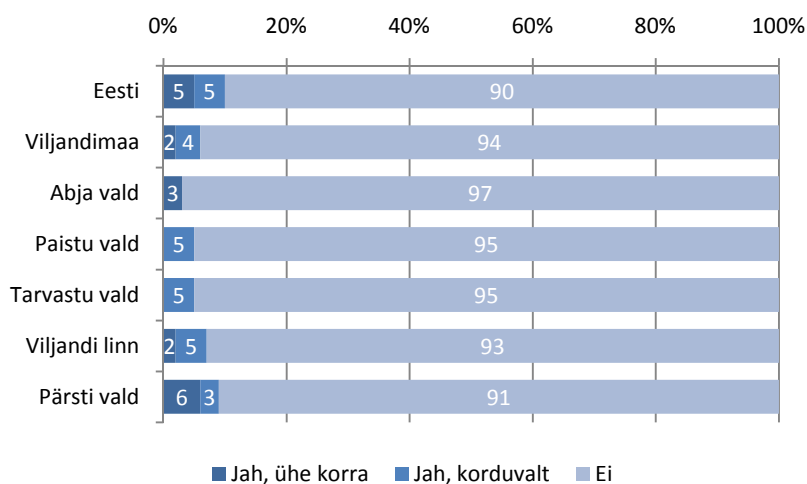
Joonis 5.3. Kanepi tarvitamine elu jooksul

Korduvalt kanepit tarvitanuid saab iseloomustada järgnevalt:

- ▶ pigem mehed (10%) kui naised (1%);
- ▶ pigem noored (9%) ja keskealised (5%) kui vanemaealised (0%).

Teiste narkootikumide tarvitamine

Vastajaid, kes on elu jooksul vähemalt korra tarvitanud selliseid narkootikume nagu ecstasy, amfetamiin, kokaiin, heroiin on Viljandimaal 6%, näitaja on sarnane Eesti keskmisega (joonis 5.4). Korduvaid tarvitajaid on Viljandimaa vastajatest 4%. Kõige enam oli elu jooksul vähemalt ühe korra teisi narkootikume tarvinud Pärsti vallas (9%) ning kõige vähem Abja vallas (3%). Olulisi erinevusi sotsiaal-demograafiliste tunnuste lõikes näitaja kohta ei esinenud (vt lisa 5, tabel 5.4).



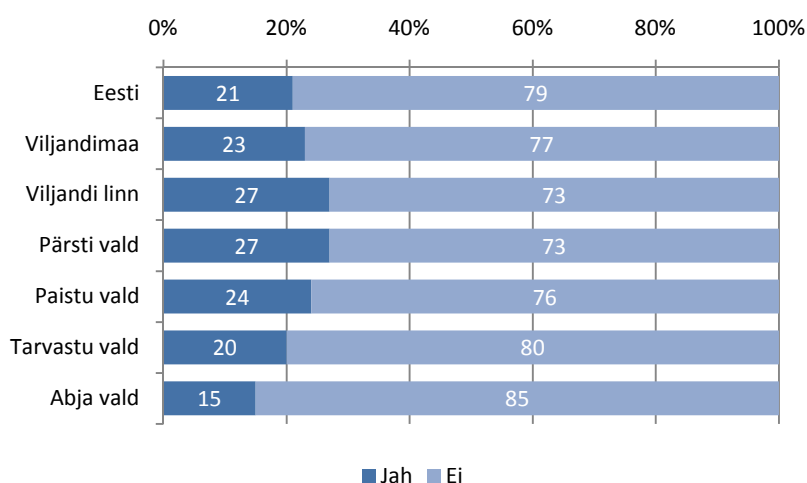
Joonis 5.4. Teiste narkootikumide tarvitamine elu jooksul

6. SOTSIAALSED SUHTED

6.1. SOTSIAALNE VÕRGUSTIK

Kuulumine organisatsiooni või ühingusse

Viljandimaa vastajatest kuulub 23% mõne organisatsiooni, ühingu või grupi liikmete sekka, mis on sarnane Eesti keskmisele (joonis 6.1). Kõige kõrgem on organisatsiooni või ühingusse kuuluvate osakaal Viljandi linnas ja Pärsti vallas (27%) ning madalaim Abja vallas (15%).



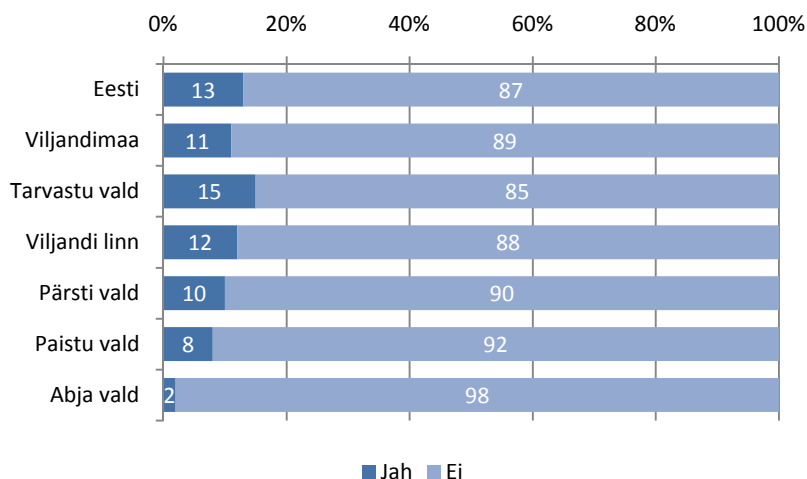
Joonis 6.1. *Organisatsiooni, ühingu või grupi liikmelisus*

Organisatsiooni, ühingu või grupi liikmed on:

- ▶ pigem keskealised (27%) ja noored (24%) kui vanemaealised (16%);
- ▶ pigem kõrgharidusega (35%) kui alg- või põhiharidusega (21%) ja keskhariidusega (18%) vastajad;
- ▶ pigem mitteaktiivsed (25%) ja töötavad (23%) kui töötud (0%).

Kuulumine mittetulundusühingusse

Viljandimaal kuulub mittetulundusühingutesse 11% uuringus osalenud inimestest, mis on sarnane Eesti keskmisele (joonis 6.2). Kõige kõrgem on näitaja Tarvastu vallas (15%) ja kõige madalam Abja vallas (2%).



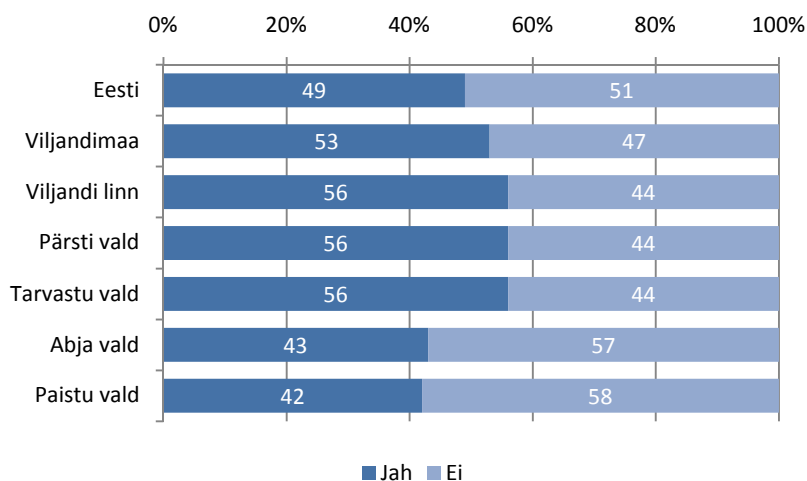
Joonis 6.2. Mittetulundusühingu liikmelisus

Mittetulundusühingute liikmeid saab iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem mehed (14%) kui naised (6%);
- ▶ pigem kõrgharidusega (23%) kui keskhariidusega (9%) ja alg- või põhiharidusega (3%) vastajad;
- ▶ pigem töötud (18%) ja töötavad (15%) kui mitteaktiivsed (3%).

Suhtlemine internetis

Uuringus osalejad hindasid oma suhtlemisaktiivsust internetis. Neil paluti vastata, kuivõrd nad kasutavad suhtlemiseks e-posti, Facebooki, MSN-i, Skype-i ja foorumeid. Viljandimaal (53%) on interneti kaudu suhtlejad sarnaselt Eestis keskmisele (joonis 6.3). Kõige kõrgem on internetis aktiivsete suhtlejate osakaal Viljandi linnas, Pärsti vallas ja Tarvastu vallas (56%) ning madalaim Paistu vallas (42%).



Joonis 6.3. Aktiivne suhtleja internetis

Aktiivseid internetis suhtlejaid saab iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem noored (85%) kui keskealised (39%) ja vanemaealised (16%);
- ▶ pigem töötud (64%) kui mitteaktiivsed (53%) ja töötavad (52%);
- ▶ pigem ilma elukaaslaseta (59%) kui elukaaslasega (47%) vastajad.

6.2. KOGUKONNATUNNE

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

Tabel 6.1. Väidetega nõustujate osakaal Viljandimaa omavalitsuste lõikes, %

	Eesti	Viljandimaa	Viljandi linn	Pärsti vald	Abja vald	Paistu vald	Tarvastu vald
Usaldan oma kodukandi inimesi	46	47	41	49	45	51	55
Minu kodukandi inimesed üldiselt aitavad üksteist, kui on vaja	57	68	58	65	70	68	80
Oma ümbruskonna hüvanguks teen mõnikord mõne töö ära omal algatusel, ilma et keegi oleks palunud	47	53	48	65	58	46	55
Minu kodukandi asjad on olulised	75	83	90	80	83	78	78
Suudan mõjutada ja muuta elu oma kodukandis	31	36	41	38	21	39	34
Osalen oma kodukandi tegevustes	36	41	46	44	48	47	27

6.3. PEAMISED INFOKANALID

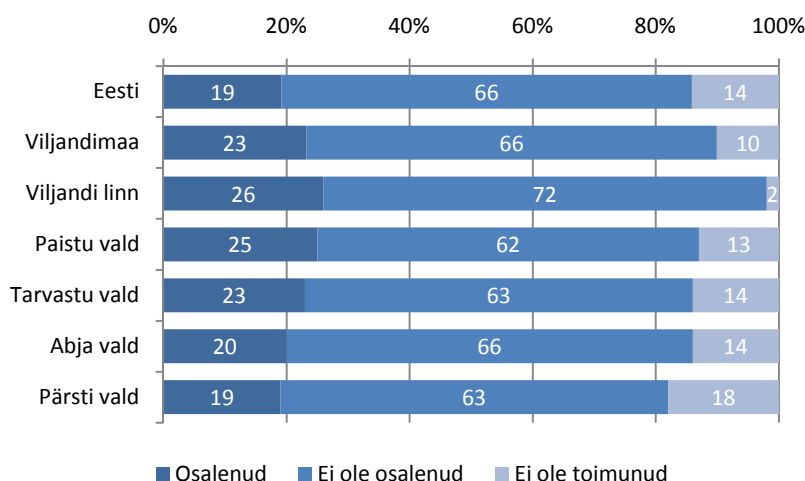
Uuringus osalejatel paluti vastata, millised on peamised infokanalid, kust nad saavad infot elukohas pakutavate teenuste, sündmuste jms kohta. Tabelis 6.2. on esitatud neli kõige sagedamini valitud infokanalit omavalitsuste lõikes. Infokanalite järjestused Eestis ja Viljandimaal on nelja tähtsaima osas identsed. Enamikus uuringus osalenud KOVides on kõige tähtsam infokanal pere, sõbrad ja kolleegid.

Tabel 6.2. Neli peamist infokanalit, nummerdatud tähtsuse järjekorras

	Eesti	Viljandimaa	Viljandi linn	Pärsti vald	Abja vald	Paistu vald	Tarvastu vald
Pere, sõbrad ja kolleegid	I	I	I	II	I	I	I
Linna või valla ajaleht	II	II	II	I	II	II	II
Maakonna ajaleht	III	III	III	III	III	IV	III
KOV-i interneti kodulehekül	IV	IV	IV	IV	IV	III	IV

6.4. OSALEMINE TERVISETEEMALISTEL ÜRITUSTEL

Uuringus osalejatelt küsiti, kas nad on viimase aasta jooksul osalenud mõnel kohalikul terviseteemalisel üritusel. Viljandimaal vastas küsimusele jaatavalt 23% vastajatest, mis on sarnane Eesti keskmisele (joonis 6.4). Kõige kõrgem on osalemismäär Viljandi linnas (26%) ja madalaim Pärsti vallas (19%), kus on ka kõige enam neid vastajaid, kellele teadaolevalt pole taolisi üritusi toimunud (18%).



Joonis 6.4. Osalemine elukohas toimunud terviseteemalisel üritusel

Terviseteemalistel üritustel osalejaid saab iseloomustada järgmiselt:

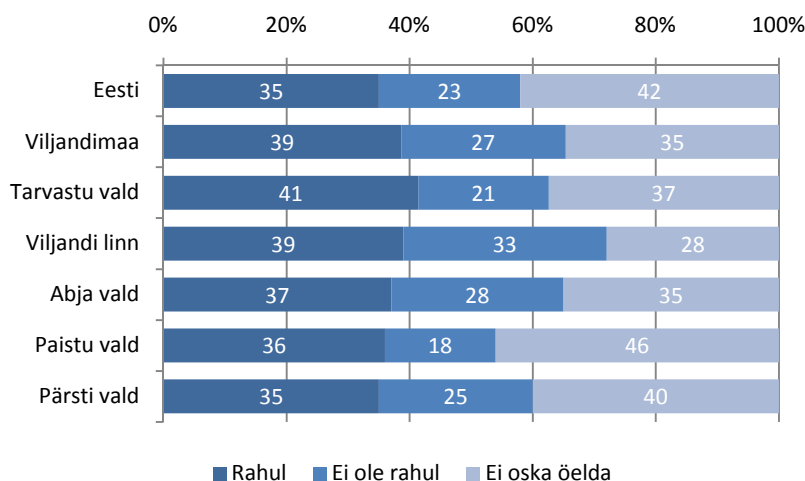
- ▶ pigem keskealised (27%) ja noored (25%) kui vanemaealised (14%);
- ▶ pigem kõrgharidusega (37%) kui alg- või põhiharidusega (21%) ja keskharidusega (19%) vastajad;
- ▶ pigem need, kellel on hea tervise enesehinnang.

Tabel 6.3. Elukohas toimunud terviseteemalisel üritusel osalemise seos tervise enesehinnanguga, %

		Osalenud	Ei ole osalenud	Ei ole toimunud	Kokku
Tervise enesehinnang	Hea	33	58	9	100
	Keskmine	15	74	10	100
	Halb	10	75	16	100

6.5. RAHULOLU VABA AJA VEETMISE VÕIMALUSTEGA

Oma elukohas pakutavate huvitegevuste ja vaba aja veetmise võimalustega on rahul 39% Viljandimaa vastajatest, mis on sarnane Eesti keskmisele (joonis 6.5). Kõige enam on rahulolijaid Tarvastu vallas (41%) ja kõige vähem Pärsti vallas (35%).



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

Huvitegevuse ja vaba aja võimalustega rahulolijaid saab iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem keskealised (48%) kui noored (35%) ja vanemaealised (31%);
- ▶ pigem kõrgharidusega (55%) kui keskharidusega (36%) ja alg- või põhiharidusega (32%) vastajad;
- ▶ pigem töötavad (44%) kui töötud (38%) ja mitteaktiivsed (31%);
- ▶ pigem keskmise (45%) ja kõrge (41%) kui madala (25%) ostujõuga vastajad;
- ▶ pigem need, kellel on hea tervise enesehinnang;
- ▶ pigem need, kelle toimetulek ei ole tervises seisundi tõttu piiratud.

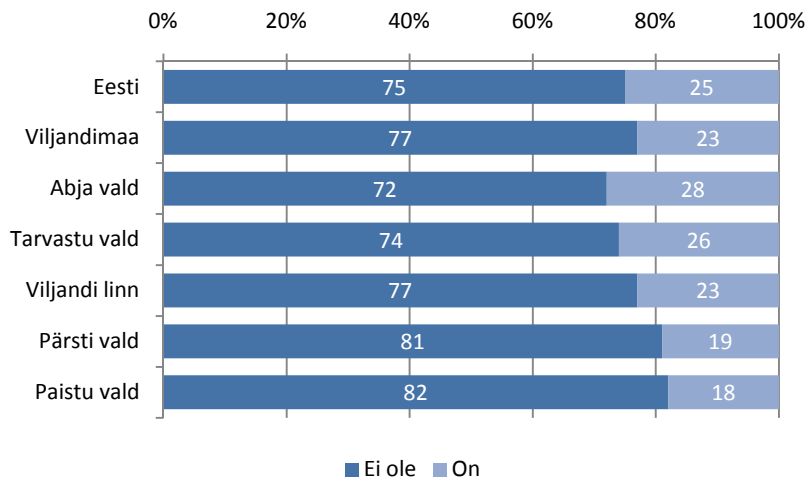
Tabel 6.4. Rahulolu oma elukohas pakutavate huvitegevuste ja vaba aja veetmise võimalustega, seos teiste tunnustega, (%)

		Rahul	Ei ole rahul	Ei oska öelda	Kokku
Tervise enesehinnang	Hea	47	31	22	100
	Keskmine	31	23	46	100
	Halb	32	24	44	100
Tervises seisundi tõttu piiratud toimetulek	Piiratud	33	20	47	100
	Ei ole piiratud	43	29	28	100

7. VAIMNE TERVIS

7.1. DEPRESSIOONI SÜMPTOMID⁴

Depressiooni sümptomeid esineb Viljandimaa vastajate hulgas 23%, näitaja on sarnane Eesti keskmisele (joonis 7.1). Kõige vähem esineb depressiooni sümptomeid Paistu vallas (18%) ja kõige enam Abja vallas (28%).



Joonis 7.1. Depressiooni sümptomite esinemine

Depressiooni sümptomitega vastajaid saab iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem keskealised (32%) kui vanemaealised (23%) ja noored (16%);
- ▶ pigem need, kes hindavad oma tervislikku seisundit halvaks;
- ▶ pigem need, kelle tervises seisund piirab nende igapäevast toimetulekut;
- ▶ pigem need, kes tarvitavad alkoholi vähemalt üks kord nädalas;
- ▶ pigem need, kes joovad end purju vähemalt üks kord nädalas;
- ▶ pigem need, kes pole suitsetamisest loobunud;
- ▶ pigem need, kes ei ole rahul oma lähisuhetega.

⁴ 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.

Tabel 7.1. Depressiooni sümptomite esinemise seos teiste tunnustega, %

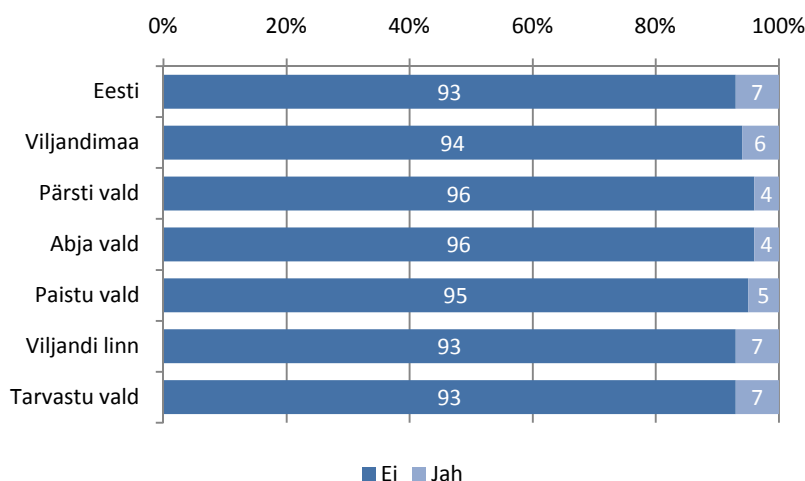
		On	Ei ole	Kokku
Tervise enesehinnang	Hea	10	90	100
	Keskmine	27	73	100
	Halb	61	39	100
Terviseseisundist tulenev toimetulek	Piiratud	32	68	100
	Ei ole piiratud	19	81	100
Alkoholi tarvitamise regulaarsus	Mitte kordagi	21	79	100
	1-3 korda kuus	16	84	100
	Vähemalt 1 kord nädalas	35	65	100
Korraga vähemalt 6 alkoholiannuse tarvitamine*	Mitte kordagi	23	77	100
	1-3 korda kuus	20	80	100
	Vähemalt 1 kord nädalas	41	59	100
Suitsetamine**	Suitsetab	36	64	100
	Loobunud	22	78	100
Suhted lastega	Rahul	21	79	100
	Ei ole rahul	74	26	100
Suhted abikaasa või partneriga	Rahul	23	77	100
	Ei ole rahul	56	44	100
Suhted õdede-vendadega	Rahul	20	80	100
	Ei ole rahul	39	61	100

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

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

7.2. SUITSIIDIKATSE

Viljandimaa vastajatest 6% on püüdnud endalt elu võtta, mis on sarnane Eesti keskmisega (joonis 7.2). Kõige kõrgem on suitsiidi üritanud vastajate osakaal Viljandi linnas ja Tarvastu vallas (7%) ning kõige madalam Pärsti ja Abja vallas (4%). Olulisi erinevusi sotsiaal-demograafiliste tunnuste lõikes näitaja kohta ei esinenud (vt lisa 7, tabel 7.2).



Joonis 7.2. Suitsiidikatse esinemine elu jooksul

Suitsiidikatse üle elanud vastajaid saab iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem need, kellel on halb tervise enesehinnang;
- ▶ pigem need, kelle tervises seisund piirab nende igapäevast toimetulekut;
- ▶ pigem need, kes ei ole suitsetamisest loobunud;
- ▶ pigem need, kes alustasid suitsetamist 18-aastaselt või vanemalt;
- ▶ pigem need, kellel esineb depressiooni sümptomeid;
- ▶ pigem need, kes ei ole rahul suhetega sõpradega.

Tabel 7.2. Suitsiidikatse esinemise seos teiste tunnustega, %

		Jah	Ei	Kokku
Tervise enesehinnang	Hea	2	98	100
	Keskmine	8	92	100
	Halb	13	87	100
Tervises seisundist tulenev toimetulek	Piiratud	9	91	100
	Ei ole piiratud	4	96	100
Suitsetamine*	Suitsetab	13	87	100
	Loobunud	1	99	100
Suitsetamise alustamine**	Enne 18. eluaastat	1	99	100
	18-aastaselt või vanemalt	19	81	100
Depressiooni sümptomid	Ei ole	2	98	100
	On	16	84	100
Suhted sõpradega	Rahul	5	95	100
	Ei ole rahul	20	80	100

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

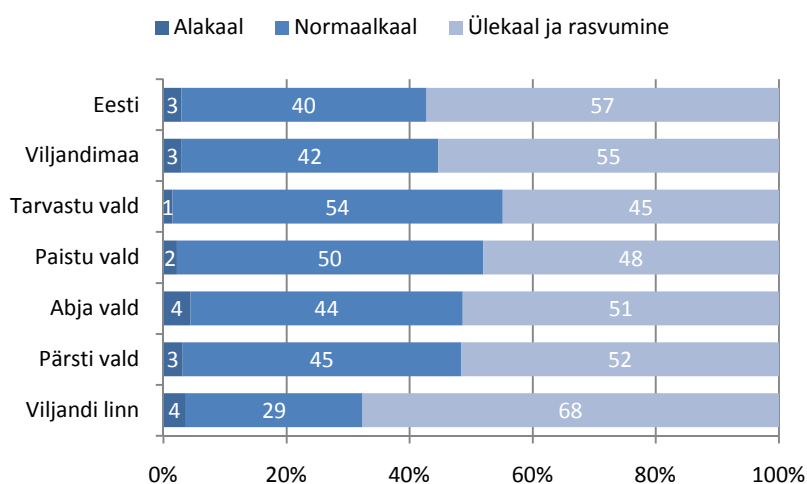
**Vastasid ainult need, kes suitsetavad igapäevaselt.

8. KEHALINE AKTIIVSUS

8.1. KEHAMASSIINDEKS

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

Normaalkaalulisi on Viljandi maakonnas 42%, näitaja on sarnane Eesti keskmisele (joonis 8.1.). Ülekaaluliste ja rasvunute osakaal Viljandimaal (55%) on samuti sarnane Eesti keskmisele. Kõige enam on ülekaalulisi ja rasvunuid Viljandi linnas (68%) ja kõige vähem Tarvastu vallas (45%).



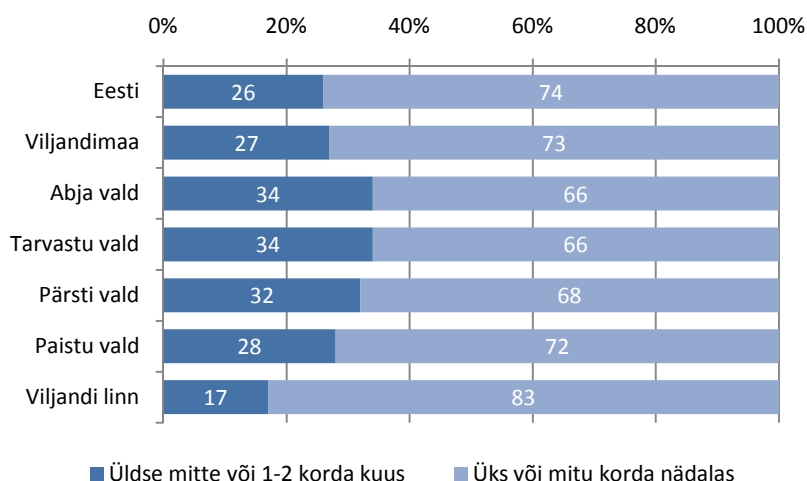
Joonis 8.1. Kehamassiindeks

Ülekaalulisi ja rasvunuid saab iseloomustada järgmiselt:

- ▶ pigem noored (61%) kui keskealised (53%) ja vanemaealised (48%);
- ▶ pigem ilma elukaaslaseta (61%) kui elukaaslasega (51%) vastajad;
- ▶ pigem täisealiste lastega (72%) kui alaealiste lastega (54%) ja ilma lasteta (31%) leibkondade liikmed.

8.2. LIIKLEMININE JALGSI VÕI JALGRATTAGA

Vastajad märkisid, kui sageli nad viimase 30 päeva jooksul käisid jala või sõitsid rattaga vähemalt 30 minutit. Vähemalt korra nädalas liigub Viljandimaal sedasi 73% vastajatest mis on sarnane Eesti keskmisele (joonis 8.2). Kõige vähem on regulaarselt jalgsi või rattaga liikuvaid vastajaid Abja ja Tarvastu vallas (66%) ning kõige enam Viljandi linnas (83%).



Joonis 8.2. Vähemalt 30 minutit jala käimise või rattaga sõitmise sagedus uuringule eelnenud 30 päeva jooksul

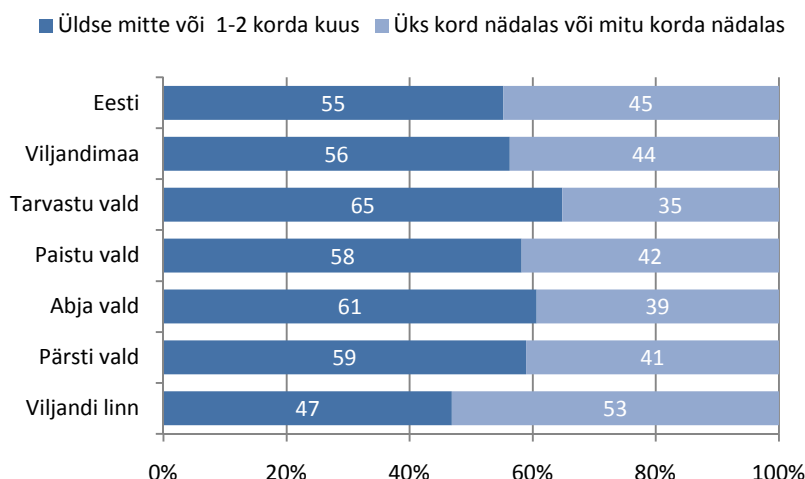
Vastajaid, kes on passiivsemad jalgsi või rattaga liiklejad, saab iseloomustada järgnevalt:

- ▶ pigem mehed (34%) kui naised (19%);
- ▶ pigem keskealised (33%) kui vanemaealised (25%) ja noored (23%);
- ▶ pigem alg- või põhiharidusega (31%) ja keskharidusega (28%) kui kõrgharidusega (21%) vastajad.

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 korra nädalas tegeleb sellise harrastusega 44% Viljandimaa vastajatest, mis on sarnane Eesti keskmisele (joonis 8.3). Füüsiliselt on kõige aktiivsemad Viljandi linna (53%) ja kõige passiivsemad Tarvastu 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%) kui keskealised (53%) ja noored (53%);
- ▶ pigem alg- või põhiharidusega (63%) kui keskeharidusega (56%) ja kõrgharidusega (50%) vastajad;
- ▶ pigem kõrge (68%) kui madala (54%) ja keskmise (53%) ostujõuga vastajad;
- ▶ pigem ilma lasteta (64%) kui täisealiste lastega (55%) ja alaealiste lastega (50%) leibkondade liikmed;
- ▶ pigem need, kellel on halb või keskmine tervise enesehinnang;
- ▶ pigem need, kes pole suitsetamisest loobunud.

Tabel 8.1. 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
Tervise enesehinnang	Hea	48	52	100
	Keskmine	63	37	100
	Halb	66	34	100
Suitsetamine*	Suitsetab	75	25	100
	Loobunud	53	47	100

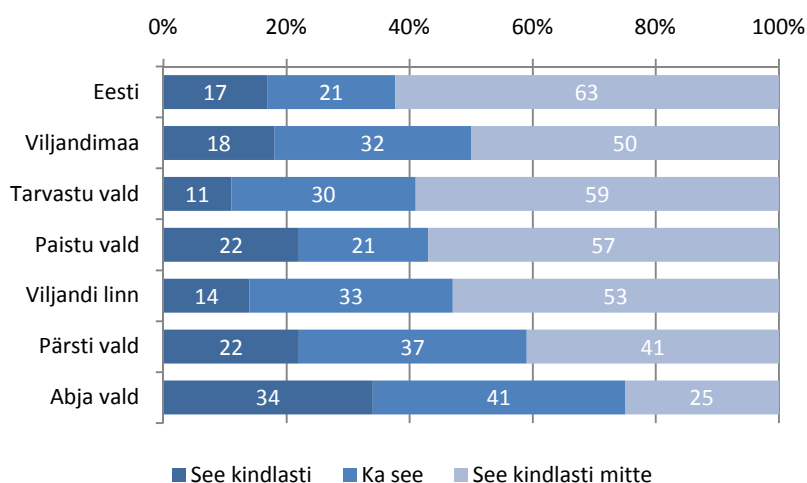
*Vastasid ainult need, kes on kunagi elus suitsetanud.

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 50% Viljandimaa vastajatest, mis on kõrgem Eesti keskmisest 38% (joonis 8.4). Kõige enam pidasid seda takistuseks Abja valla vastajad (75%) ja kõige vähem Tarvastu valla vastajad (41%).



Joonis 8.4. Liikumisharrastust pärsib sobiva asukoha puudumine

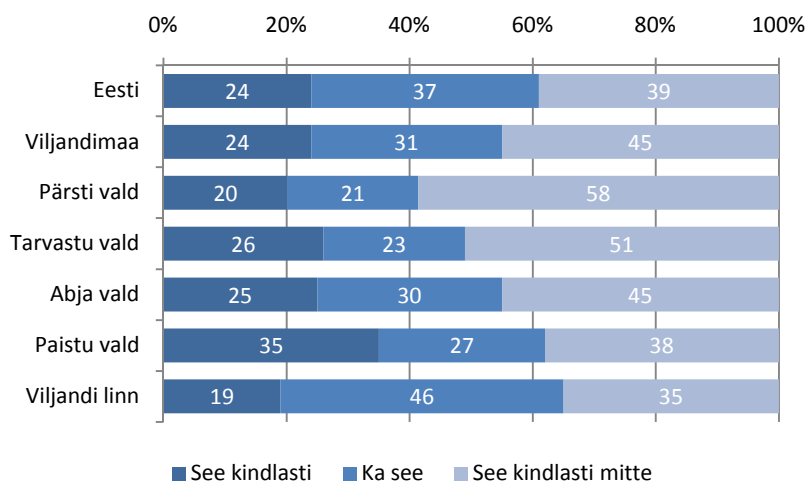
(vastasid ainult need, kes olid uuringule eelnud 30 päeva jooksul tegelenud liikumisharrastusega harvem kui üks kord nädalas)

Sobiva asukoha puudumist näevad liikumisharrastuse takistusena:

- ▶ pigem noored (53%) ja keskealised (51%) kui vanemaealised (40%);
- ▶ pigem alg- või põhiharidusega (64%) kui keskharidusega (46%) ja kõrgharidusega (35%) vastajad;
- ▶ pigem ilma lasteta (64%) kui täisealiste lastega (49%) ja alaealiste lastega (26%) leibkondade liikmed.

Harrastuse kallis hind

Harrastuse kalli hinna tõi takistusena välja 55% Viljandimaa vastajatest, mis on madalam Eesti keskmisest 61% (joonis 8.5). Kõige enam pidasid seda takistuseks Viljandi linna vastajad (65%) ja kõige vähem Pärsti valla vastajad (41%).



Joonis 8.5. Liikumisharrastust pärsib selle kallis hind

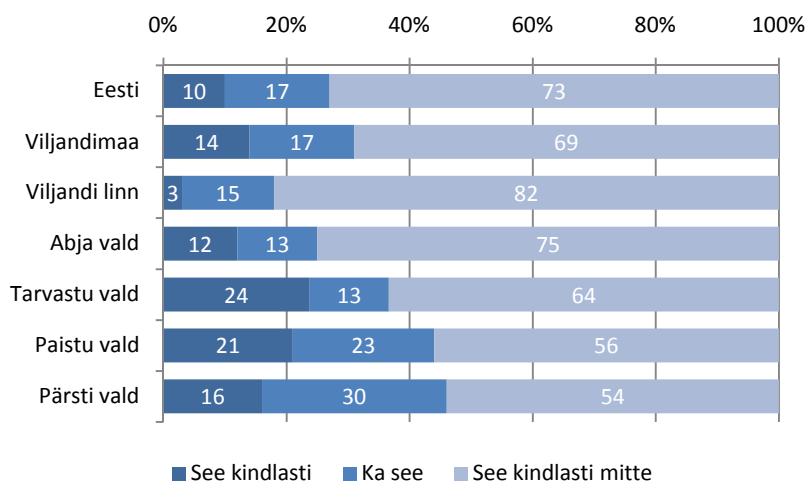
(vastasid ainult need, kes olid uuringule eelnud 30 päeva jooksul tegelenud liikumisharrastusega harvem kui üks kord nädalas)

Harrastuse kallist hinda näevad liikumisharrastuse takistusena:

- ▶ pigem vanemaealised (68%) ja keskealised (61%) kui noored (45%);
- ▶ pigem keskharidusega (61%) ja alg- või põhiharidusega (59%) kui kõrgharidusega (37%) vastajad;
- ▶ pigem kõrge (63%) kui madala (56%) ja keskmise (48%) ostujõuga vastajad.

Sobiva transpordi puudumine harrastuskohta jõudmiseks

Sobiva transpordi puudumise tõi takistusena välja 31% Viljandimaa vastajatest, mis on sarnane Eesti keskmisele (joonis 8.6). Kõige enam pidasid seda takistuseks Pärsti valla vastajad (46%) ja kõige vähem Viljandi linna vastajad (18%).



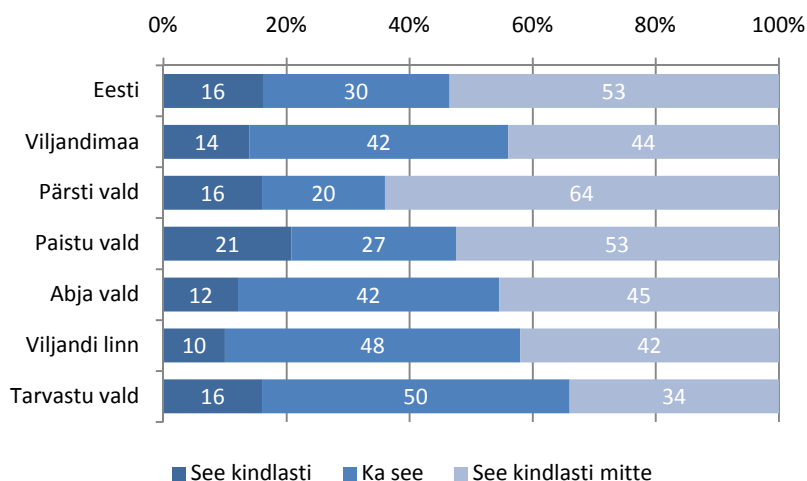
Joonis 8.6. Liikumisharrastust pärsib harrastuskohta jõudmiseks sobiva transpordi puudumine
(vastasid ainult need, kes olid uuringule eelnud 30 päeva jooksul tegelenud liikumisharrastusega harvem kui üks kord nädalas)

Sobiva transpordi puudumist näevad liikumisharrastuse takistusena:

- ▶ pigem mehed (38%) kui naised (23%);
- ▶ pigem vanemaealised (50%) ja keskealised (32%) kui noored (20%);
- ▶ pigem alg- või põhiharidusega (41%) kui keskharidusega (26%) ja kõrgharidusega (25%) vastajad;
- ▶ pigem kõrge (39%) kui madala (30%) ja keskmise (25%) ostujõuga vastajad;
- ▶ pigem ilma lasteta (38%) ja täisealiste lastega (30%) kui alaealiste lastega (22%) leibkondade liikmed.

Vajalike vahendite puudumine

Vajalike vahendite puudumise tõsi takistusena välja 56% Viljandimaa vastajatest, mis on kõrgem Eesti keskmisest 46% (joonis 8.7). Kõige enam pidasid seda takistuseks Tarvastu valla vastajad (66%) ja kõige vähem Pärsti valla vastajad (36%).



Joonis 8.7. Liikumisharrastust pärsib vajalike vahendite puudumine

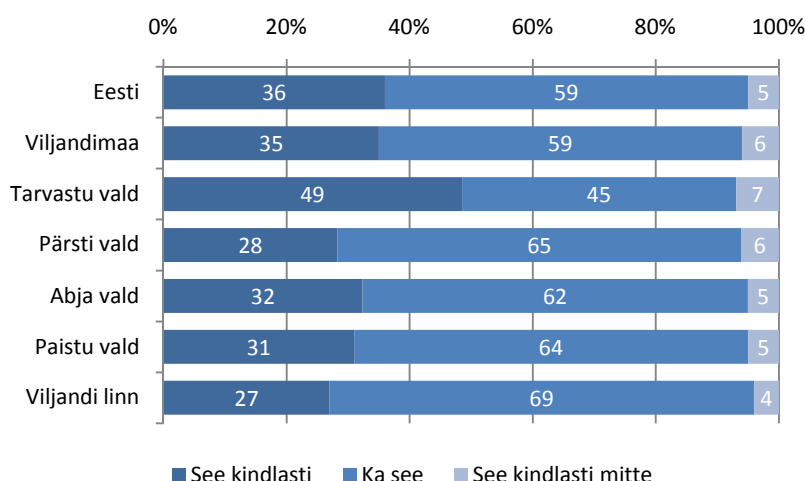
(vastasid ainult need, kes olid uuringule eelnud 30 päeva jooksul tegelenud liikumisharrastusega harvem kui üks kord nädalas)

Vajalike vahendite puudumist näevad liikumisharrastuse takistusena:

- ▶ pigem keskealised (69%) ja vanemaealised (61%) kui noored (44%);
- ▶ pigem madala (63%) ja kõrge (62%) kui keskmise ostujõuga vastajad (45%);
- ▶ pigem ilma elukaaslaseta (65%) kui elukaaslasega (49%) vastajad;
- ▶ pigem ilma lasteta (66%) kui alaealiste lastega (54%) ja täisealiste lastega (50%) leibkondade liikmed.

Huvipuudus, vähene viitsimine, väsimus või ajapuudus

Huvi või aja puudumise, vähese viitsimise ja väsimuse tõi takistusena välja 94% Viljandimaa vastajatest, mis sarnaneb Eesti keskmisega (joonis 8.8). Kõige vähem pidasid seda takistuseks Tarvastu valla (94%) ja kõige enam Viljandi linna vastajad (96%). Olulisi erinevusi sotsiaal-demograafiliste tunnuste lõikes näitaja kohta ei esinenud (vt lisa 8, tabel 8.8).



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)

8.5. VAJADUS SPORTIMISKOHA JÄRGI

Uuringus osalejatele esitati küsimus „Millise sportimiskoha järele on teie arvates teie linnas või vallas kõige suurem vajadus?“. Tabelis 8.2 on esitatud neli kõige sagedamini antud vastust. Enamikes Viljandimaa omavalitsustes on vastajate arvates kõige suurem nõudlus ujula järele, populaarsuselt teine eelistus on rulluisu- ja jalgrattatee.

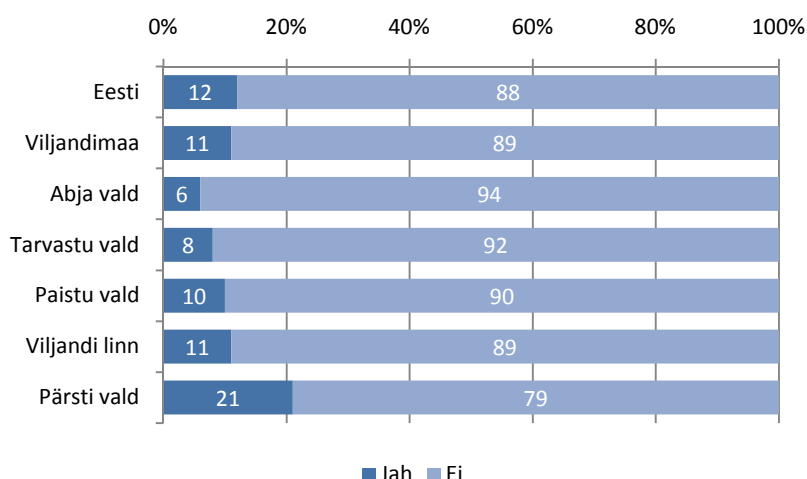
Tabel 8.2. „Millise sportimiskoha järele on teie arvates teie linnas või vallas kõige suurem vajadus?“ – neli populaarseimat vastust tähtsuse järjekorras

	Eesti	Viljandimaa	Viljandi linn	Pärsti vald	Abja vald	Paistu vald	Tarvastu vald
Ujula	I	I	II	I	I	I	I
Rulluisu- ja jalgrattatee	II	II	III	II	II	III	II
Jõusaal	III	III	I	III	III	IV	IV
Tenniseväljak	IV	IV		IV	IV		
Aeroobika ja võimlemine			IV			III	
Korvpalliväljak							III

9. SEKSUAALTERVIS

9.1. SEKSUAALVAHEKORD JUHUPARTNERIGA

Viljandimaa vastajatest on 11% uuringule eelnenud aasta jooksul olnud seksuaalvahekorras juhupartneriga, näitaja on sarnane Eesti keskmisega (joonis 9.1). Maakonna keskmisest kõrgem on näitaja Pärsti vallas (21%) ja kõige madalam on näitaja Abja vallas (6%).



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 mehed (16%) kui naised (5%);
- ▶ pigem keskealised (14%) ja noored (13%) kui vanemaealised (2%);
- ▶ pigem need, kes tarvitavad alkoholi vähemalt üks kord nädalas;
- ▶ pigem need, kes joovad end purju vähemalt üks kord nädalas.

Tabel 9.1. Seksuaalvahekord juhupartneriga, seos teiste tunnustega, %*

		Jah	Ei	Kokku
Alkoholi tarvitamise regulaarsus	Mitte kordagi	9	91	100
	1-3 korda kuus	3	97	100
	Vähemalt 1 kord nädalas	23	77	100
Korraga vähemalt 6 alkoholiannuse tarvitamine*	Mitte kordagi	7	93	100
	1-3 korda kuus	12	88	100
	Vähemalt 1 kord nädalas	33	67	100

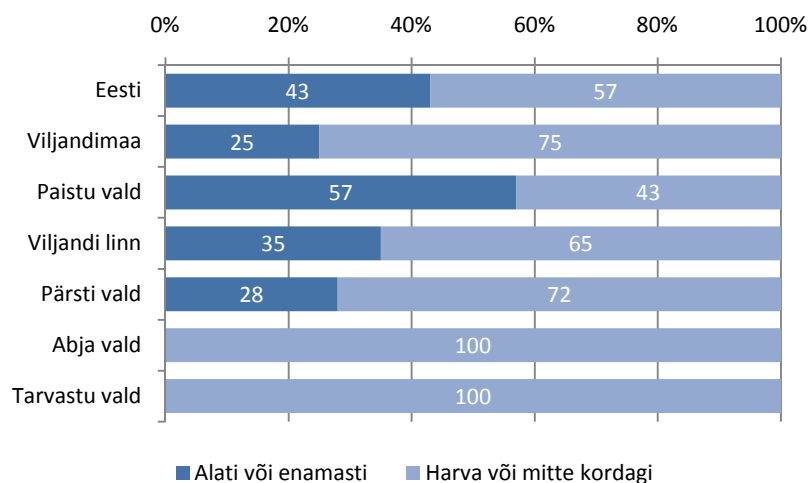
*Vastasid ainult need, kes on kunagi olnud seksuaalvahekorras.

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

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?“

Viljandimaa vastajatest 25% väitis, et kannab kondoomi alati või enamasti kaasas, mis on oluliselt madalam Eesti keskmisest 43% (joonis 9.2). Kõrgeim on näitaja Paistu vallas (57%). Abja ja Tarvastu vallas ei ole ühtegi vastajat, kes alati või enamasti kondoomi kaasas kannaks.



Joonis 9.2. Kondoomide kaasas kandmine

(vastasid ainult need, kes uuringule eelnenud 12 kuu jooksul olid olnud seksuaalvahekorras juhupartneriga)

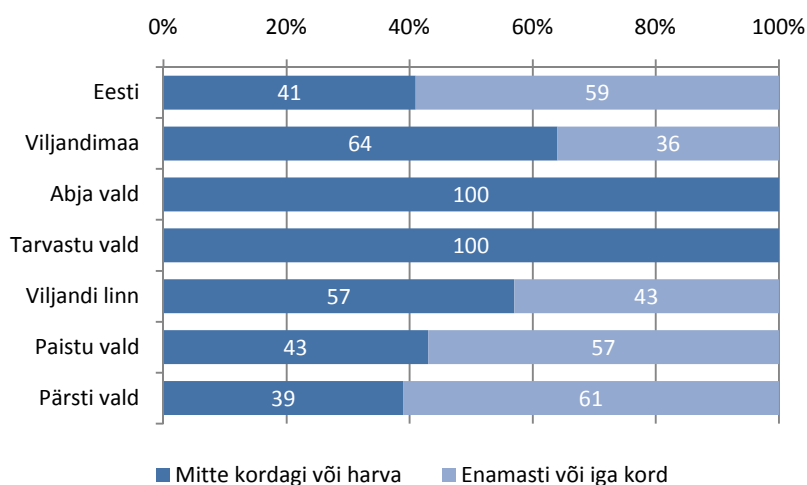
Kondoomi kannavad alati või enamasti kaasas:

- ▶ pigem noored (30%) kui keskealised (24%) ja vanemaealised (0%);
- ▶ pigem alg- või põhiharidusega (41%) ja keskharidusega (25%) kui kõrgharidusega (8%) 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?“

Viljandimaa vastajatest 36% väitis, et kasutas kondoomi enamasti või igakord, mis on madalam Eesti keskmisest 59% (joonis 9.3). Neid, kes jätsid kondoomi enamasti kasutamata on kõige vähem Pärsti vallas (39%). Abja vallas ja Tarvastu vallas väitsid kõik vastajad, et nad jätsid juhupartneriga seksuaalvahekorras olles kondoomi enamasti kasutamata.



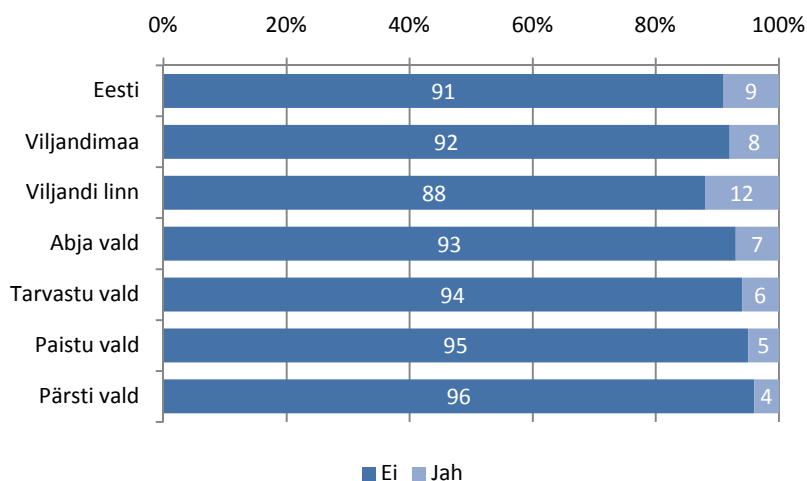
Joonis 9.3. Kondoomi kasutamine juhusliku seksuaalvahekorra ajal
(vastasid ainult need, kes uuringule eelnend 12 kuu jooksul olid olnud seksuaalvahekorras juhupartneriga)

Juhupartneriga seksuaalvahekorras olles jätsid kondoomi enamasti kasutamata:

- ▶ pigem mehed (67%) kui naised (53%);
- ▶ pigem vanemaealised (100%) kui keskealised (78%) ja noored (41%).

9.4. SEKSUAALVÄGIVALD

Kõigist Viljandimaa vastajatest, kes kunagi on seksuaalvahekorras olnud on 8% kogenud seksuaalvägivalda ehk olnud sunnitud astuma seksuaalvahekorda vastu oma tahtmist, näitaja on sarnane Eesti keskmisega (joonis 9.4). Kõige kõrgem on näitaja Viljandi linnas (12%) ja madalaim Pärsti vallas (4%).



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

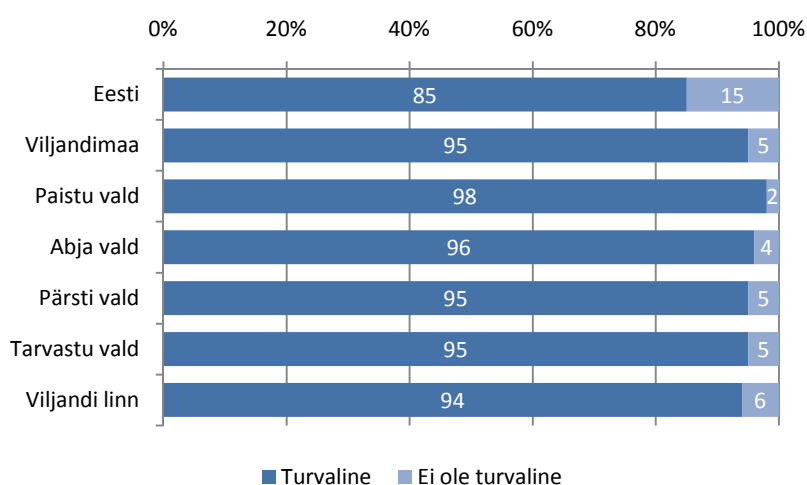
Sunnitud seksuaalvahekorda on pidanud astuma:

- ▶ pigem naised (14%) kui mehed (1%);
- ▶ pigem keskealised (13%) kui vanemaealised (7%) ja noored (3%);
- ▶ pigem kõrgharidusega (15%) kui keskharidusega (6%) või alg- ja põhiharidusega (5%) vastajad.

10. TURVALISUS JA OHUTUS

10.1. ELUKOHA TURVALISUS

Uuringus osalejatel paluti vastata, kui turvaliseks nad hindavad oma elukohta. Viljandimaa vastajatest 95% leiab, et tema elukoht on turvaline, mis on kõrgem Eesti keskmisest 85% (joonis 10.1). Omavalitsuste lõikes on erinevused väiksed, elukohta hindavad kõige enam turvaliseks Paistu valla vastajad (98%) näitaja on madalaim Viljandi linnas (94%). Olulisi erinevusi sotsiaal-demograafiliste tunnuste lõikes näitaja kohta ei esinenud (vt lisa 10, tabel 10.1).



Joonis 10.1. Elukohta turvalisus

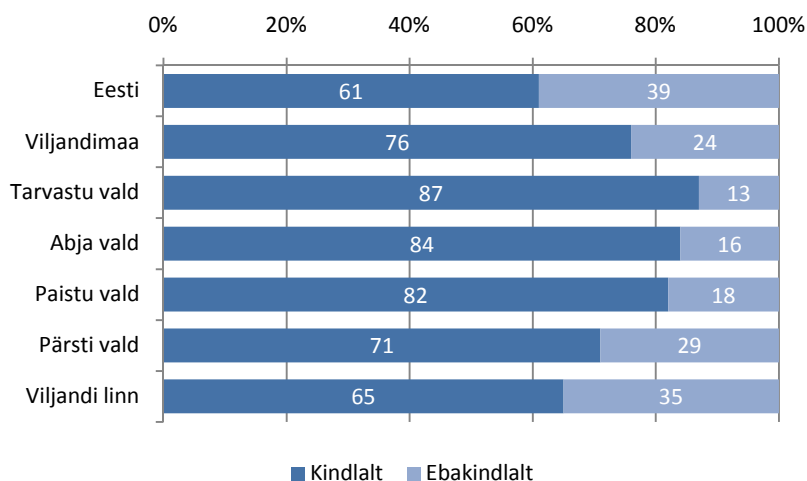
Oma elukohta ei pea turvaliseks pigem halva tervise enesehinnanguga vastajad.

Tabel 10.1. Elukohta turvalisuse seos tervise enesehinnanguga, %

		Ei ole turvaline	Turvaline	Kokku
Tervise enesehinnang	Hea	2	98	100
	Keskmine	5	95	100
	Halb	12	88	100

10.2. TURVATUNNE OMA ELUKOHAS PIMEDAL AJAL

Viljandimaa vastajatest 24% tunneb ennast ebakindlalt, käies oma elukohas üksinda väljas pärast pimeduse saabumist, mis on madalam Eesti keskmisest 39% (joonis 10.2). Kõige vähem tunnevad pimedal ajal ebakindlust Tarvastu valla (13%) ja kõige enam Viljandi linna (35%) vastajad.



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 (37%) kui mehed (11%);
- ▶ 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	22	78	100
	Keskmine	22	78	100
	Halb	38	62	100
Tervises seisundi tõttu piiratud toimetulek	Piiratud	29	71	100
	Ei ole piiratud	21	79	100

10.3. ÜMBRUSKONNA OHUTUS

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

Uuringus osalenud omavalitsustest eristub Pärsti vald, kus kõige sagedamini peetakse ohtlikuks sõidutee ületamist. Jalgrattaga sõitmist peetakse kõige ohtlikumaks Paistu vallas ning veekogudes ujumist Tarvastu vallas. Parkide ja haljasalade ning mänguväljakute kasutamist Viljandimaal pigem ohtlikuks ei peeta.

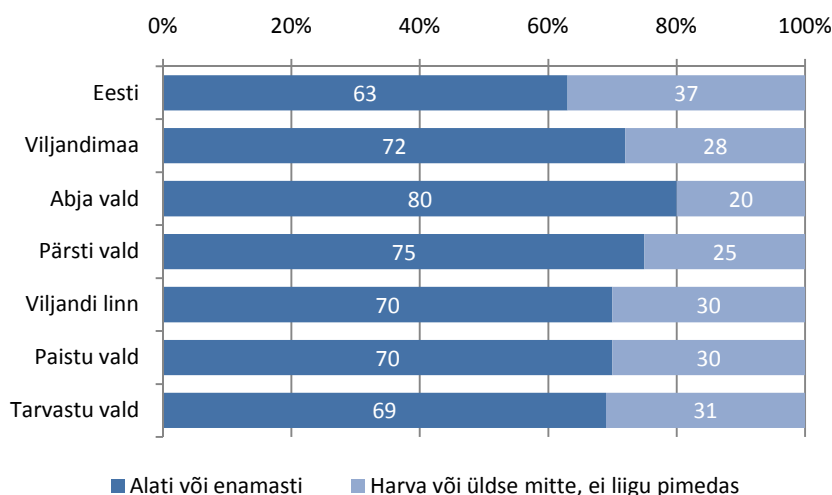
Tabel 10.3 Vastajad, kes peavad erinevaid tegevusi elukohas ohtlikuks, %

	Eesti	Viljandimaa	Viljandi linn	Pärsti vald	Abja vald	Paistu vald	Tarvastu vald
Jalgsi tööle või kooli minemine	6	4	4	9	3	4	4
Sõidutee ületamine	18	11	16	20	2	13	6
Jalgrattaga sõitmine	27	13	14	12	7	26	12
Parkides ja haljasaladel jalutamine	7	2	2	1	3	2	2
Mänguväljakute kasutamine	3	2	0	0	3	0	5
Veekogudes ujumine	18	13	11	13	3	0	26

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 Viljandimaal 72%, mis on kõrgem Eesti keskmisest 63% (joonis 10.4). Kõige madalam on alati või enamasti helkurit kandjate osakaal Tarvastu vallas (69%) ja kõige kõrgem Abja vallas (80%).



Joonis 10.4 Helkuri kandmine

Alati või enamasti helkuri kandjaid saab iseloomustada järgnevalt:

- ▶ pigem naised (78%) kui mehed (66%);
- ▶ pigem keskealised (79%) kui vanemaealised (70%) ja noored (66%).

Turvavöö kasutamine

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

Juhina kasutavad turvavööd alati kõige enam uuringus osalenud Viljandi linnas ja Paistu vallas (76%) ning kõige vähem Pärsti vallas (65%). Kaassõitjana esiistmel kasutatakse kõige enam turvavööd Paistu vallas (99%) ja kõige vähem Abja vallas ja Pärsti vallas (85%). Tagaistmel on enim turvavöö kasutajaid samuti Paistu vallas (77%) ja kõige vähem Pärsti vallas (60%).

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

Tabel 10.4. Alati turvavöö kasutamine, %

	Eesti	Viljandimaa	Viljandi linn	Pärsti vald	Abja vald	Paistu vald	Tarvastu vald
Juhina	70	72	76	65	73	76	67
Esiistmel kaassõitjana	93	91	94	85	85	99	90
Tagaistmel kaassõitjana	59	67	71	60	69	77	61

LISA 1. TERVISESEISUND

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	Töotu	Mitteaktiivne	Kõrge	Keskmine	Madal
Hea	45	47	71	38	14	41	45	56	46	42	46	45	51	44
Keskmine	42	38	29	42	59	45	42	27	46	49	31	47	35	39
Halb	12	15	0	21	27	13	13	17	8	9	23	9	15	17

	Perekonnaseis			Leibkond		
	Ei ela kooselus	Kooselus	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega	
Hea		45	47	42	43	51
Keskmine		40	41	44	39	39
Halb		16	12	14	18	10

Tabel 1.2. Pikaajaline krooniline haigus või terviseprobleem, %

	Sugu		Vanus			Haridus			Tööturu staatus			Ostujõud		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus	Töötav	Töotu	Mitteaktiivne	Kõrge	Keskmine	Madal
Jah	47	47	20	59	75	48	46	47	48	21	48	44	53	41
Ei	53	53	80	41	25	52	54	53	52	79	52	56	47	59

	Perekonnaseis			Leibkond		
	Ei ela kooselus	Kooselus	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega	
Jah		44	49	47	57	39
Ei		56	51	53	43	61

Tabel 1.3. Tervise seisundi tõttu piiratud toimetulek, %

	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
Piiratud	41	31	14	43	63	43	39	24	31	26	44	35	36	36
Ei ole piiratud	59	69	86	57	37	57	61	76	69	74	56	65	64	64

	Perekonnaseis		Leibkond		
	Ei ela kooselus	Kooselus	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
Piiratud	37	36	37	43	31
Ei ole piiratud	63	64	63	57	69

Tabel 1.4. Vererõhu mõõtmine, %

	Sugu		Vanus			Haridus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus
Viimase 2 aasta jooksul	94	93	94	91	96	98	96	81
Rohkem kui 2 aastat tagasi	6	7	6	9	4	2	4	19
Mitte kunagi	0	0	0	0	0	0	0	0

Tabel 1.5. Vere kolesterooli taseme määramine, %

	Sugu		Vanus			Haridus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus
Viimase 2 aasta jooksul	71	70	50	78	86	67	80	61
Rohkem kui 2 aastat tagasi	10	12	12	12	9	9	7	21
Mitte kunagi	19	18	38	10	6	24	13	18

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

	Haridus		
	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus
Viimase 2 aasta jooksul	51	61	26
Rohkem kui 2 aastat tagasi	0	15	39
Mitte kunagi	49	24	35

Tabel 1.7. Mammograafia uuring (vastasid ainult naised vanuses 35-70 aastat), %

	Vanus		Haridus		
	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus
Viimase 2 aasta jooksul	30	46	50	41	22
Rohkem kui 2 aastat tagasi	17	28	9	15	38
Mitte kunagi	53	26	42	44	40

Tabel 1.8. Perearsti või pereõe teenuse kättesaadavus, %

	Sugu		Vanus			Ostujõud		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Kõrge	Keskmine	Madal
Samal või järgmisel päeval	73	67	77	72	55	72	68	71
Samal nädalal	20	28	20	22	33	20	27	22
Hiljem kui nädala pärast	3	1	0	3	4	3	1	2
Ei oska öelda	4	4	3	2	8	5	4	4

Tabel 1.9. Hambaarsti teenuse kättesaadavus, %

	Sugu		Vanus			Ostujõud		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Kõrge	Keskmine	Madal
Samal või järgmisel päeval	13	12	12	15	11	14	13	12
Samal nädalal	23	17	25	16	19	23	22	17
Hiljem kui nädala pärast	29	45	32	42	36	31	40	36
Ei oska öelda	34	27	31	28	34	32	24	35

Tabel 1.10 Psühholoogiline nõustamisteenus, %

	Sugu		Vanus			Ostujõud		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Kõrge	Keskmine	Madal
Samal või järgmisel päeval	5	5	10	1	2	3	8	3
Samal nädalal	6	1	6	2	2	2	5	4
Hiljem kui nädala pärast	10	6	4	12	9	9	8	8
Ei oska öelda	79	88	80	84	88	86	79	86

Tabel 1.11. Ravimite kättesaadavus, %

	Sugu		Vanus			Ostujõud		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Kõrge	Keskmine	Madal
Kuni 10 minutit	39	48	56	38	29	31	47	45
11-30 minutit	38	32	35	38	31	37	35	36
31 minutit või kauem	21	19	8	23	36	30	17	18
Ei oska öelda	2	1	1	0	4	2	1	1

Tabel 1.12. Toidukaupade kättesaadavus, %

	Sugu		Vanus			Ostujõud		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Kõrge	Keskmine	Madal
Kuni 10 minutit	56	60	76	48	41	54	59	58
11-30 minutit	28	26	19	34	31	27	29	25
31 minutit või kauem	16	13	5	18	26	18	11	17
Ei oska öelda	1	0	0	0	2	1	0	

Tabel 1.13 Alkoholi kättesaadavus, %

	Sugu		Vanus			Ostujõud		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Kõrge	Keskmine	Madal
Kuni 10 minutit	61	61	77	54	41	60	63	59
11-30 minutit	24	22	17	28	26	23	24	22
31 minutit või kauem	11	7	4	12	16	8	8	12
Ei oska öelda	3	10	2	6	18	9	5	7

Tabel 1.14 Tubakatoodete kättesaadavus, %

	Sugu		Vanus			Ostujõud		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Kõrge	Keskmine	Madal
Kuni 10 minutit	62	59	77	54	41	65	60	59
11-30 minutit	22	22	16	27	26	20	24	22
31 minutit või kauem	12	8	4	13	19	9	9	13
Ei oska öelda	3	11	3	6	14	6	8	6

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	Kõrg-haridus	Töötav	Töotu	Mitteaktiiv-ne	Kõrge	Keskmine	Madal
Vähemalt pooltel päevadel	84	91	83	89	94	77	90	97	90	71	85	86	94	84
Harva või üldse mitte	16	9	17	11	6	23	10	3	10	29	15	14	6	16

	Perekonnaseis			Leibkond		
	Ei ela kooselus	Kooselus	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega	
Vähemalt pooltel päevadel		85	90	87	91	87
Harva või üldse mitte		15	10	13	9	13

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	Keskhari-dus	Kõrghari-dus	Töötav	Töotu	Mitteaktiivne	Kõrge	Keskmine	Madal
Ei söö üldse, mõned portsjonid nädalas	71	60	66	62	71	70	74	42	65	88	66	70	68	64
1-2 portsjonit päevas	18	25	17	28	19	21	14	37	22	12	21	25	18	20
3-4 portsjonit päevas	9	13	14	9	9	9	10	16	11	0	12	4	13	14
5 või rohkem portsjonit päevas	2	2	3	1	1	0	2	4	2	0	1	1	2	3

	Perekonnaseis			Leibkond		
	Ei ela kooselus	Kooselus	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega	
Ei söö üldse, mõned portsjonid nädalas		70	62	75	65	59
1-2 portsjonit päevas		18	24	14	20	26
3-4 portsjonit päevas		12	10	7	15	13
5 või rohkem portsjonit päevas		0	3	4	0	2

Tabel 2.3. Energiajookide tarvitamine uuringule eelnenud 7 päeva jooksul, %

	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
Mitte kordagi	82	91	79	89	95	75	91	95	88	87	84	82	93	86
1-7 päeval nädalas	18	9	21	11	5	25	9	5	12	13	16	18	7	14

Tabel 2.4. Coca-Cola ja teiste suhkrut sisaldavate magusate jookide tarvitamine uuringule eelnenud 7 päeva jooksul, %

	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
Mitte kordagi	43	63	31	58	85	49	52	61	62	52	46	59	64	45
1-2 päeval nädalas	35	29	45	31	8	31	34	33	30	31	37	24	25	39
3-7 päeval nädalas	22	8	24	11	7	20	14	6	8	17	17	18	11	15

Tabel 2.5. Pitsa, pirukate, saiakeste ja hamburgerite söömine uuringule eelnenud 7 päeva jooksul, %

	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
Mitte kordagi	37	35	23	39	54	42	33	34	36	34	40	30	49	31
1-2 päeval nädalas	49	41	59	37	32	43	48	45	43	49	38	50	36	46
3-7 päeval nädalas	14	25	18	24	14	15	18	21	21	17	22	19	16	23

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	Kesk- haridus	Kõrg- haridus	Töötav	Töötu	Mitte- aktiivne	Kõrge	Keskmine	Madal
Mitte kordagi	22	41	26	26	48	35	28	31	23	19	44	24	41	26
1-3 korda kuus	38	44	38	43	42	38	44	37	44	33	36	46	34	44
Vähemalt üks kord nädalas	41	15	36	31	10	27	28	32	33	48	20	29	24	30

	Perekonnaseis		Leibkond		
	Ei ela kooselus	Kooselus	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
Mitte kordagi	34	28	33	41	26
1-3 korda kuus	42	40	42	39	35
Vähemalt üks kord nädalas	24	32	25	20	39

Tabel 3.2. Korraga vähemalt 6 alkoholiannuse tarvitamine uuringule eelnenud 30 päeva jooksul (vastasid ainult need, kes olid uuringule eelnenud 30 päeva jooksul alkoholiseid jooke tarvitanud), %

	Sugu		Vanus			Haridus			Tööturu staatus				Ostuõud	
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus	Töötav	Töötu	Mitte töötav	Kõrge	Keskmine	Madal
Mitte kordagi	42	74	39	61	83	38	58	73	60	44	46	49	52	62
1 kord + 2–3 korda kuus	40	24	48	29	9	42	32	23	26	43	49	26	43	31
Vähemalt 1 kord nädalas	18	2	13	11	9	19	10	4	15	13	5	25	5	7

	Perekonnaseis		Leibkond		
	Ei ela kooselus	Kooselus	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
Mitte kordagi	46	61	62	60	45
1-3 korda kuus	42	28	24	32	43
Vähemalt üks kord nädalas	12	11	14	9	13

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

	Sugu		Vanus			Haridus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus
Vähe või mõõdukalt	90	93	91	89	96	90	88	98
Palju	10	7	9	11	4	10	12	2

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
Ei ole nõus	41	21	39	29	18	34	34	21
Nõus	59	79	61	71	82	66	66	79

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
Ei ole nõus	8	1	7	4	1	8	1	6
Nõus	92	99	93	96	99	92	99	94

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
Ei ole nõus	62	72	55	71	83	60	61	84
Nõus	38	28	45	29	17	40	39	16

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
Ei ole nõus	42	30	38	39	27	36	33	47
Nõus	58	70	62	61	73	64	67	53

Tabel 3.8. Väitele „Peaksin tarvitama vähem alkoholi” (analüüsist on välja jäetud need, kes vastasid väitele „ei kehti minu kohta”) vastamine, %

	Sugu		Vanus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70
Nõus	67	56	66	65	59
Pigem ei ole nõus	18	21	22	11	24
Ei oska öelda	15	23	12	24	17

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
Ei viibi	72	94	80	80	94	78	82	88	68	90	84
Viibib	28	6	20	20	6	22	18	12	32	10	16

Tabel 4.2. Viibimine kodus ruumides, kus suitsetatakse, %

	Sugu		Vanus			Alg- või põhiharidus	Haridus		Ostujõud			Leibkond	
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70		Keskharidus	Kõrgharidus	Kõrge	Keskmine	Madal	Ilma lasteta	Täisealiste lastega
Ei viibi	79	86	80	83	84	72	88	88	81	85	79	84	82
Viibib	21	14	20	17	16	28	12	12	19	15	21	16	18

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
Enne 18. eluaastat	52	54	78	37	23	68	53	31	90	52	42
18-aastaselt või vanemalt	48	46	22	63	77	32	47	69	10	48	58

Tabel 4.4. Igapäevane suitsetamine, %

	Sugu		Vanus			Tööturu staatus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Töötav	Töotu	Mitteaktiivne
Ei ole kunagi suitsetanud	42	65	55	49	54	50	34	58
Olen suitsetamisest loobunud	21	14	8	22	30	19	11	17
Suitsetan aeg-ajalt	4	11	12	7		9		7
Suitsetan iga päev	32	10	24	23	16	22	55	19

	Haridus			Ostujõud		
	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus	Kõrge	Keskmine	Madal
Ei ole kunagi suitsetanud	40	55	68	43	54	58
Olen suitsetamisest loobunud	22	19	12	17	22	16
Suitsetan aeg-ajalt	9	6	8	10	9	4
Suitsetan iga päev	29	20	12	30	14	23

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	Töotu	Mitteaktiivne	Kõrge	Keskmine	Madal
Suitsetab	64	59	82	58	34	64	58	62	61	84	60	70	52	62
Loobunud	36	41	18	42	66	36	42	38	39	16	40	30	48	38

	Perekonnaseis			Leibkond	
	Ei ela kooselus	Kooselus	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
Suitsetab	76	54	71	55	66
Loobunud	24	46	29	45	34

Tabel 4.6. Soov loobuda suitsetamisest (vastasid ainult igapäevased suitsetajad) %

	Sugu		Vanus			Haridus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus
Jah	77	90	80	83	70	76	80	76
Ei	23	10	20	17	30	24	20	24

Tabel 4.7. Proovinud loobuda suitsetamisest (vastasid 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
Viimase aasta jooksul	57	54	72	44	19	69	40	56
Rohkem kui aasta tagasi	19	40	18	32	42	15	37	24
Mitte kunagi	24	7	10	24	39	16	23	20

LISA 5. NARKOOTIKUMID

Tabel 5.1. Kanepi hankimise võimalikkus, %

	Sugu		Vanus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70
Võimatu	8	8	7	8	8
Keeruline või lihtne	31	14	48	8	2
Ei tea	61	78	45	84	90

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

	Sugu		Vanus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70
Võimatu	8	10	11	8	8
Keeruline või lihtne	21	9	31	8	1
Ei tea	71	80	59	84	91

Tabel 5.3. Kanepi tarvitamine elu jooksul, %

	Sugu		Vanus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70
Jah, ühe korra	18	11	34	2	0
Jah, korduvalt	10	1	9	5	0
Ei	72	88	57	93	100

Tabel 5.4. Teiste narkootikumide tarvitamine elu jooksul, %

	Sugu		Vanus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70
Jah, ühe korra	4	0	5	0	0
Jah, korduvalt	5	3	5	5	0
Ei	91	97	91	95	100

LISA 6. SOTSIAALSED SUHTED

Tabel 6.1. Organisatsiooni, ühingu või grupi liikmelisus, %

	Sugu		Vanus			Haridus			Tööturu staatus			Perekonnaseis	
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus	Töötav	Töotu	Mitteaktiivne	Ei ela kooselus	Kooselus
Jah	25	21	24	27	16	21	18	35	23	0	25	27	20
Ei	75	79	76	73	84	79	82	65	77	100	75	73	80

Tabel 6.2. Mittetulundusühingu liikmelisus, %

	Sugu		Vanus			Haridus			Tööturu staatus			Perekonnaseis	
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus	Töötav	Töotu	Mitteaktiivne	Ei ela kooselus	Kooselus
Jah	14	6	11	13	7	3	9	23	15	18	3	9	12
Ei	86	94	89	87	93	97	91	77	85	82	97	91	88

Tabel 6.3. Aktiivne suhtleja internetis, %

	Sugu		Vanus			Haridus			Tööturu staatus			Perekonnaseis	
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus	Töötav	Töotu	Mitteaktiivne	Ei ela kooselus	Kooselus
Jah	55	51	85	39	16	57	50	50	52	64	53	59	47
Ei	45	49	15	61	84	43	50	50	48	36	47	41	53

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

	Sugu		Vanus			Haridus			Tööturu staatus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus	Töötav	Töotu	Mittetöötav
Nõus	49	45	41	49	54	51	54	63	45	73	49
Ei ole nõus	28	30	37	29	16	29	30	17	31	23	27
Ei oska öelda	23	25	22	22	30	20	16	20	24	4	25

	Ostujõud			Leibkond		
	Kõrge	Keskmine	Madal	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
Nõus	37	46	52	55	42	46
Ei ole nõus	35	24	30	28	28	35
Ei oska öelda	27	29	17	17	30	20

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

	Sugu		Vanus			Haridus			Tööturu staatus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus	Töötav	Töotu	Mitteaktiivne
Nõus	73	62	64	70	70	72	65	69	64	92	71
Ei ole nõus	16	18	20	15	14	13	19	16	19	0	16
Ei oska öelda	11	20	16	15	16	14	16	15	17	8	13

	Ostujõud			Leibkond		
	Kõrge	Keskmine	Madal	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
Nõus	66	69	66	72	63	64
Ei ole nõus	21	10	23	16	15	19
Ei oska öelda	13	22	11	12	22	17

Tabel 6.6. Väitele „Oma ümbruskonna hüvanguks teen mõnikord mõne töö ära omal algatusel, ilma et keegi oleks palunud“ vastamine, %

	Sugu		Vanus			Haridus			Tööturu staatus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus	Töötav	Töotu	Mitteaktiivne
Nõus	51	55	39	68	57	51	53	58	56	80	47
Ei ole nõus	31	32	46	22	18	25	34	33	31	0	34
Ei oska öelda	18	13	16	10	25	23	13	9	13	20	19

	Ostujõud			Leibkond		
	Kõrge	Keskmine	Madal	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
Nõus	52	59	51	53	47	56
Ei ole nõus	29	26	36	29	33	29
Ei oska öelda	20	15	13	18	20	14

Tabel 6.7. Väitele „Ma arvan, et minu kodukandi asjad on olulised“ vastamine, %

	Sugu		Vanus			Haridus			Tööturu staatus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus	Töötav	Töotu	Mitteaktiivne
Nõus	79	87	81	87	81	77	85	90	87	80	78
Ei ole nõus	11	3	10	7	3	8	7	6	7	0	8
Ei oska öelda	10	10	9	6	16	15	8	4	6	20	14

	Ostujõud			Leibkond		
	Kõrge	Keskmine	Madal	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
Nõus	74	85	87	86	85	77
Ei ole nõus	7	6	7	6	9	8
Ei oska öelda	19	9	6	8	6	15

Tabel 6.8. Väitele „Ma usun, et suudan mõjutada ja muuta elu oma kodukandis“ vastamine, %

	Sugu		Vanus			Haridus			Tööturu staatus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus	Töötav	Töötu	Mitteaktiivne
Nõus	46	24	36	40	28	31	28	54	40	38	28
Ei ole nõus	31	38	33	39	32	31	40	33	38	39	29
Ei oska öelda	22	38	31	21	40	39	32	13	22	24	42

	Ostujõud			Leibkond		
	Kõrge	Keskmine	Madal	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
Nõus	24	36	42	30	34	40
Ei ole nõus	40	33	34	38	38	29
Ei oska öelda	36	31	24	32	28	31

Tabel 6.9. Väitele „Ma osalen kodukandi tegevustes“ vastamine, %

	Sugu		Vanus			Haridus			Tööturu staatus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus	Töötav	Töötu	Mitteaktiivne
Nõus	40	42	41	46	32	35	41	47	42	51	38
Ei ole nõus	43	43	49	37	41	41	45	47	43	37	44
Ei oska öelda	17	15	10	17	27	25	14	6	15	12	18

	Ostujõud			Leibkond		
	Kõrge	Keskmine	Madal	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
Nõus	42	39	42	40	42	46
Ei ole nõus	42	44	42	37	41	41
Ei oska öelda	16	17	17	23	17	14

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

	Sugu		Vanus			Haridus			Tööturu staatus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus	Töötav	Töotu	Mitteaktiivne
Osalenud	20	27	25	27	14	21	19	37	25	25	21
Ei ole osalenud	68	65	62	68	72	60	73	60	71	62	60
Ei ole toimunud	13	8	13	5	14	19	8	3	5	12	19

	Ostujõud			Leibkond		
	Kõrge	Keskmine	Madal	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
Osalenud	20	27	20	26	18	26
Ei ole osalenud	72	57	72	61	70	66
Ei ole toimunud	7	16	7	13	12	7

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

	Sugu		Vanus			Haridus			Tööturu staatus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus	Töötav	Töotu	Mitteaktiivne
Rahul	36	41	35	48	31	32	36	55	44	38	31
Ei ole rahul	27	26	38	22	13	25	32	16	25	38	29
Ei oska öelda	37	33	27	30	56	43	32	30	31	24	41

	Ostujõud			Leibkond		
	Kõrge	Keskmine	Madal	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
Rahul	25	45	41	36	36	39
Ei ole rahul	26	26	28	24	29	32
Ei oska öelda	49	29	31	40	35	30

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	Mitteaktiivne	Kõrge	Keskmine	Madal
Ei ole	78	75	84	68	77	77	79	71	74	79	81	72	77	81
On	22	25	16	32	23	23	21	29	26	21	19	28	23	19

	Perekonnaseis			Leibkond		
	Ei ela kooselus	Kooselus	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega	
Ei ole	76	77	74	76	78	
On	24	23	26	24	22	

Tabel 7.2. Suitsiidikatse esinemine elu jooksul, %

	Sugu		Vanus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70
Ei	96	92	95	93	94
Jah	4	8	5	7	6

LISA 8. KEHALINE AKTIIVSUS

Tabel 8.1. Kehamassiindeks, %

	Sugu		Vanus			Haridus			Ostujõud		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus	Kõrge	Keskmine	Madal
Alakaal	2	4	3	4	2	4	4	1	1	4	3
Normaalkaal	41	43	36	43	51	42	39	49	48	41	40
Ülekaal ja rasvumine	57	53	61	53	48	55	57	50	52	55	57

	Perekonnaseis		Leibkond		
	Ei ela kooselus	Kooselus	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
Alakaal	5	2	8	3	0
Normaalkaal	35	48	61	42	28
Ülekaal ja rasvumine	61	51	31	54	72

Tabel 8.2. Vähemalt 30 minutit jala käimise või rattaga sõitmise sagedus uuringule eelnenud 30 päeva jooksul, %

	Sugu		Vanus			Haridus			Ostujõud		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus	Kõrge	Keskmine	Madal
Üldse mitte või 1-2 korda kuus	34	19	23	33	25	31	28	21	26	30	26
Üks või mitu korda nädalas	66	81	77	67	75	69	72	79	74	70	74

	Perekonnaseis			Leibkond		
	Ei ela kooselus	Kooselus	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega	
Üldse mitte või 1-2 korda kuus		26	28	31	25	26
Üks või mitu korda nädalas		74	72	69	75	74

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

	Sugu		Vanus			Haridus			Ostujõud		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus	Kõrge	Keskmine	Madal
Üldse mitte või 1-2 korda kuus	56	57	53	53	68	63	56	50	68	53	54
Üks või mitu korda nädalas	44	43	47	47	32	37	44	50	32	47	46

	Perekonnaseis			Leibkond		
	Ei ela kooselus	Kooselus	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega	
Üldse mitte või 1-2 korda kuus		52	60	64	50	55
Üks või mitu korda nädalas		48	40	36	50	45

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			Haridus			Ostujõud		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus	Kõrge	Keskmine	Madal
See kindlasti	15	20	16	17	22	27	16	6	23	10	20
Ka see	36	27	37	34	18	37	30	29	27	40	25
See kindlasti mitte	48	53	47	49	60	36	54	65	50	50	55

	Perekonnaseis			Leibkond		
	Ei ela kooselus	Kooselus	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega	
See kindlasti		17	18	25	8	17
Ka see		28	35	39	18	32
See kindlasti mitte		55	47	37	74	51

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			Haridus				Ostujõud	
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus	Kõrge	Keskmine	Madal
See kindlasti	21	27	23	17	38	31	21	18	28	23	21
Ka see	31	32	22	44	30	28	40	19	35	25	35
See kindlasti mitte	47	41	55	39	32	40	40	63	37	52	43

	Perekonnaseis			Leibkond	
	Ei ela kooselus	Kooselus	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
See kindlasti	31	19	34	12	26
Ka see	26	35	21	35	30
See kindlasti mitte	43	46	45	52	44

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			Haridus				Ostujõud	
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus	Kõrge	Keskmine	Madal
See kindlasti	18	10	8	15	24	21	13	6	23	8	12
Ka see	20	13	12	17	26	20	13	19	16	17	18
See kindlasti mitte	62	78	80	68	50	59	74	75	61	74	70

	Perekonnaseis			Leibkond	
	Ei ela kooselus	Kooselus	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
See kindlasti	14	14	14	19	15
Ka see	16	17	24	3	15
See kindlasti mitte	70	69	62	78	69

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			Haridus			Ostujõud		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus	Kõrge	Keskmine	Madal
See kindlasti	15	13	10	16	21	15	18	5	11	11	20
Ka see	39	45	34	53	40	37	42	51	51	34	43
See kindlasti mitte	46	42	57	32	40	49	40	44	39	54	36

	Perekonnaseis			Leibkond		
	Ei ela kooselus	Kooselus	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega	
See kindlasti		14	14	12	19	10
Ka see		51	35	54	35	40
See kindlasti mitte		35	51	35	47	50

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			Haridus			Ostujõud		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus	Kõrge	Keskmine	Madal
See kindlasti	38	32	36	45	17	38	31	41	40	33	33
Ka see	55	64	60	49	73	59	63	51	50	66	60
See kindlasti mitte	7	4	3	6	10	3	6	8	10	1	7

	Perekonnaseis			Leibkond		
	Ei ela kooselus	Kooselus	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega	
See kindlasti		36	35	33	34	43
Ka see		59	59	60	59	52
See kindlasti mitte		6	5	7	7	5

LISA 9. SEKSUAALINTERVIS

Tabel 9.1. Olnud seksuaalvahekorras juhipartneriga 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
Jah	16	5	13	14	2	11	10	12
Ei	84	95	87	86	98	89	90	88

Tabel 9.2. Kondoomide kaasas kandmine (vastasid ainult need, kes olid uuringule eelnenud 12 kuu jooksul olnud seksuaalvahekorras juhipartneriga), %

	Sugu		Vanus			Haridus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus
Alati või enamasti	23	33	30	24	0	41	25	8
Harva või mitte kordagi	77	67	70	76	100	59	75	92

Tabel 9.3. Kondoomi kasutamine (vastasid ainult need, kes olid uuringule eelnenud 12 kuu jooksul olnud seksuaalvahekorras juhipartneriga), %

	Sugu		Vanus			Haridus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus
Mitte kordagi või harva	67	53	41	78	100	61	61	69
Enamasti või iga kord	33	47	59	22	0	39	39	31

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
Ei	99	86	97	87	93	95	94	85
Jah	1	14	3	13	7	5	6	15

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
Turvaline	94	97	94	96	96	95	99	92
Ei ole turvaline	6	3	6	4	4	5	1	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
Kindlalt	89	63	75	78	75	79	80	73
Ebakindlalt	11	37	25	22	25	21	20	27

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
Ohutu	90	91	95	91	79	86	95	89
Ohtlik	6	3	3	6	5	6	0	6
Puudub selline võimalus	5	6	3	3	16	8	5	4

Tabel 10.4. Sõidutee ületamise ohtlikkus, %

	Sugu		Vanus			Leibkond		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
Ohutu	88	89	90	87	85	89	82	90
Ohtlik	12	11	10	12	14	11	16	10
Puudub selline võimalus	1	0	0	1	1	0	2	0

Tabel 10.5. Jalgrattaga sõitmise ohtlikkus, %

	Sugu		Vanus			Leibkond		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
Ohutu	80	81	90	75	71	82	76	83
Ohtlik	19	18	10	24	26	18	21	16
Puudub selline võimalus	1	1	0	1	3	0	3	1

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
Ohutu	91	93	92	95	86	90	94	93
Ohtlik	3	1	3	2	1	3	0	3
Puudub selline võimalus	6	6	6	3	13	7	6	4

Tabel 10.7. Mänguväljakute kasutamise ohtlikkus, %

	Sugu		Vanus			Leibkond		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
Ohutu	91	88	95	89	77	85	92	95
Ohtlik	2	1	0	4	0	4	0	0
Puudub selline võimalus	7	11	5	6	23	11	8	5

Tabel 10.8. Veekogudes ujumas käimise ohtlikkus, %

	Sugu		Vanus			Leibkond		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Ilma lasteta	Alaealiste lastega	Täisealiste lastega
Ohutu	83	82	87	77	83	77	89	81
Ohtlik	15	10	10	19	6	15	6	16
Puudub selline võimalus	2	8	3	3	10	7	5	3

Tabel 10.9. Helkuri kandmine, %

	Sugu		Vanus			Haridus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus
Alati ja enamasti	66	78	66	79	70	71	73	69
Harva ja üldse mitte, ei liigu pimedas	34	22	34	21	30	29	27	31

Tabel 10.10. Autojuhina turvavöö kasutamine, %

	Sugu		Vanus			Haridus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus
Alati	79	64	73	74	66	56	82	72
Mitte alati, ei sõida autoga	21	36	27	26	34	44	18	28

Tabel 10.11. Kaassõitjana esiistmel turvavöö kasutamine, %

	Sugu		Vanus			Haridus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus
Alati	88	94	92	89	93	87	95	89
Mitte alati, ei sõida autoga	12	6	8	11	7	13	5	11

Tabel 10.12. Tagaistmel turvavöö kasutamine, %

	Sugu		Vanus			Haridus		
	Mees	Naine	15-34	35-54	55-70	Alg- või põhiharidus	Keskharidus	Kõrgharidus
Alati	65	70	59	67	83	64	70	68
Mitte alati, ei sõida autoga	35	30	41	33	17	36	30	32