



# Läänemaa *terviseprofiil*



# Läänemaa

Terviseprofiil on maailmas laialdast kasutust leidnud võimalus saada hea ülevaade piirkonna inimeste tervise seisundist ja seda mõjutavatest teguritest. Teadmine sellest, mis hästi ja mis halvasti, võimaldab kogukonna edaspidiste tegevuste fookuse õigesti paigutada ning nappe vahendeid targalt ja tulemuslikult kulutada.

Tervise näol on tegemist ressursiga, mille hoidmisele ja arendamisele tehtud kulutused kujutavad endast tulusat investeringut. Terviseprofiil heidab valgust selle ressursi tänasele seisukorrale.

Terviseprofiili koostamist ja tegevusi toetab Inimressursi arendamise rakenduskava raames Euroopa Sotsiaalfond Eestis.



## Maakonna üldinfo

Lääne maakond koosneb 12 omavalitsuslikust üksusest – 1 linnast ja 11 vallast.

Maakonna keskus on Haapsalu linn.

Läänemaa on turvaline: tegemist on Eesti kõige kaitstuma maakonnaga, sest 23% selle territooriumist on nii ehk teisiti looduskaitse all. Meil on puhta õhu ja merega vaikne, rahulik ning roheline piirkond.

2010. aasta 1. jaanuari seisuga on Läänemaal 27 562 elanikku, mis moodustab terve Eesti elanikkonnast ca 2%. Statistika kohaselt on Läänemaal naisi 14 295 ja mehi 13 267.

- 41% Läänemaa elanikest elab Haapsalus;
- 88% maakonna elanikest on eestlased;
- eakad moodustavad 18% elanikkonnast, noorte osakaal on langemas.
- Sündimus on tõusvas trendis;
- suureneb alla 18. aastaste sündimise osakaal;
- imikusuremus väheneb.
- Enneaegsete surmade osakaal on vähenenud (praegu 28,6%, sh lastesuremus 1%);
- suremus südame- ja veresoonkonna haigustesse on langenud;
- suremus pahaloomulistesse kasvajatesse on tõusnud;
- välispõhjustest tingitud suremus on langustendentsiga.
- Läänlane on aktiivne, kuid veidi ülekaaluline;
- läänlane suitsetab rohkem kui varem.
- Keskkonna turvalisus on paranenud.
- Läänlane ise hindab oma tervist heaks.

## Visioon:

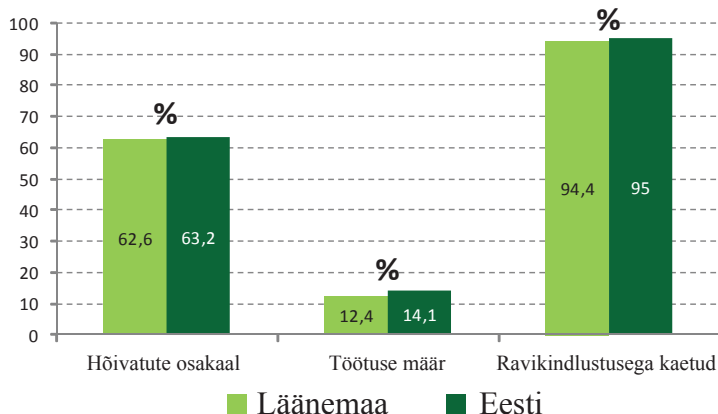
*läänlane on terve  
ja ta pere on tugev*

“ Järgmised valdkonnad annavad ülevaate hetkeolukorrast maakonnas. Välja on toodud suurimad probleemid ja võimalikud tegevussuunad (2008. ja 2009. aasta näitajad).

## Sotsiaalne sidusus ja võrdsed võimalused

Sidususe all mõistetakse kogukonna võimet tagada iga oma liikme heaolu, ületades sotsiaalset lõhestumist ja vältides tõrjutust. Sidususel on otsene seos tervisega – mida kõrgem on sidusus, seda paremad on ka tervisenäitajad. Kas läänlased hoiavad kokku, osalevad aktiivselt erinevate ühenduste ja rühmade tegevuses; kas tuntakse oma naabreid ja suheldakse nendega; kas tänane kogukond suudab kindlustada oma elanike heaolu, vältides lõhestumist ja tõrjutust jne.

Võrdlused Eesti keskmiste näitajatega (2009 andmetel)



Võrdlused Eesti keskmiste näitajatega (2008)

		Läänemaa	Eesti
Toimetulekutoetused	Krooni elaniku kohta (toimetulek)	133	90
	1000 elaniku kohta (rahuldatud toetused)	77	44
Elussünnid	1000 elaniku kohta	10,1	12
Keskmine brutotulu	Krooni kuus	9744	12912

Maksumaksjate osakaal on 45% elanikkonnast, vaesusriskis elavate inimeste osakaal on 16% ning puuetega inimeste osakaal 8%.

Maakonnas on aktiivseid ettevõtteid 1374, erinevaid kultuuriselt üle 150 ning nendes on kaasatud ligi 2000 inimest. 14% Läänemaa ühendustest on orienteeritud kodanikuühiskonna tegevustele.



### Probleemid

Töökohtade puudus, sotsiaalne eraldatus, elanike, eriti puuetega inimeste vähene kaasamine kogukonna tegevustesse.



### Eesmärk:

kogukonna suutlikkuse tõus sotsiaalse sidususe suurendamiseks.

### Tegevused:

- o sotsiaalselt tundlike gruppide kaasamine tervise töörühmadesse;
- o maakonna tervise arengukava koostamine;
- o kohaliku tasandi sotsiaalse infrastruktuuri arendamine;
- o koostöö- ja toetusvõrgustike ja huvialaühenduste tegevuste toetamine;
- o elukvaliteeti ja toimetulekut suurendavate teenuste ja meetmete edasiviimine;
- o tervisega seonduva teabe kättesaadavuse tagamine.

## Laste ja noorte turvaline ning tervislik areng

Laste arengule ja tervisele avaldab suurt mõju neid ümbritsev sotsiaalne võrgustik, vanemate, vanavanemate ja sõprade eluviis, eeskujud, teadmised ja oskused. Tervisliku ja turvalise arengu tagamine lastele ning noortele annab neile võimaluse kasvada tervena ning saada ühiskonna tegusateks liikmeteks. Investeering haridusse võrdub investeeringuga tervisesse.

### Möödikud:

- Õpilaste arv haridusasutustes väheneb;
- koolikohustust mittetäitjate osakaal on 1%;
- noorte süütegude arv on veidi vähenenud (2008. aastal 1199, 2009. aastal 1025);
- maakonna noored on aktiivsemad osalema erinevate konkurssidel, näitustel ja võistlustel.
- Noortega tegelevaid ühendusi on maakonnas 12.
- 54,5% noortest hindab oma tervist heaks;
- spordiga tegeleb aktiivselt 39,7% noortest;
- 5,5% noortest on ülekaalulised.
- Suitsetavate noorte osakaal on tõusnud, kanepit on proovinud ~33,1% maakonna noortest.



### Probleemid

*Noorte riskiv tervisekäitumine, koolikohustuse täitmise probleemid, väärtegade tõusev tendents, vähene kodanikuaktiivsus, lastevanemate ebapiisav teadlikkus ja hoolivus. Vaba aja veetmise võimaluste ning huvitegevuste vähesus ja nende kättesaadavuse probleem piirkonniti.*

**Eesmärk:**  
Läänemaa lapsed ja noored on terved.

### Tegevused:

- laste ja noorte kehalise ja vaimse tervise ning sotsiaalse arengu edendamine;
- vigastuste ja vägivalda ennetamine laste ja noorte seas;
- krooniliste haiguste ja nende riskitegurite ennetamine laste ning noorte seas.



## Tervislik elu-, õpi- ja töökeskkond

Paljud terviseprobleemid saavad alguse meid ümbritsevast keskkonnast tööl, kodus, koolis ja puhkehetkel. Elu-, töö- ja õpikeskkonda võivad erinevad ohutegurid (keemilised, füüsilised, bioloogilised) sattuda peamiselt toodetest, ehitistest, rajatistest, sõidukitest ja tööstusettevõtetest. Kvaliteetne joogivesi, puhas õhk ja ohutu ning täisväärtuslik toit, head elu- ja tööttingimused kindlustavad hea tervise ja tööjõudluse.

### Möödikud:

- Tervist edendavaid töökohti on maakonnas 4, koole 9, lasteaedu 4 ja haiglaid 1.
- Tegutsevaid spordiklubisid on ca 65, terviseradu 2. Lisaks on olemas staadion, ujula, 2 valgustatud suusarada ning 2 jõusaali.
- Maakonnas puudub raudteetransport.
- Joogivesi on Läänemaal kõrge fluoriidisisaldusega (3,0 mg/l kuni 5,2 mg/l).
- Kuritegude arv on 884-lt juhtumilt vähenenud 775-le.
- Vähenenud on ka liikluskuritegude ja õnnetuste arv (sh joobes juhtide põhjustatud).
- Tööõnnetuste arv on vähenenud (2008. aastal 79 juhtu, 2009. aastal 57 juhtu).



### Probleemid

*Inimesed ei ole piisavalt teadlikud elu-, töö- ja õpikeskkonnast tulenevatest terviseriskidest. Heade tavade juurutamise süsteem ei ole piisavalt tõhus. Elu-, töö- ja õpikeskkonnale juurdepääsetavus ja nende keskkondade kasutatavus ning kvaliteet ei vasta kõigile soovijate (sh erivajadustega inimeste) vajadustele. Puudub süsteemne ülevaade elu-, töö- ja õpikeskkonnas esinevate ohutegurite mõjude olulisusest inimese tervisele. Ohutegurite kohta ei koguta järjekindlalt andmeid.*

### Eesmärk:

Elu-, õpi- ja töökeskkonnast tulenevad terviseriskid on vähenenud.

### Tegevused:

- Erinevate sihtrühmade teadlikkuse tõstmine elu-, töö- ja õpikeskkonnast lähtuvatest terviseriskidest ja nende maandamise meetmetest.
- Elu-, töö- ja õpikeskkonnast tulenevate terviseriskide hindamise, juhtimise ja teavitamise süsteemi tõhustamine.
- Tervist edendavate ja ennetavate ettevõtmiste osalemisaktiivsuse tõstmine.

## Tervislik eluviis

Tervisekäitumist mõjutavad otseselt isiku enda hoiakud, uskumused, väärtushinnangud, teadlikkus, oskused ja motivatsioon. Inimest ümbritsev elukeskkond oma mõjudega määrab suures osas, milliseid tervist puudutavaid otsuseid inimene langetab ning kuidas inimene enda ja teiste tervise suhtes käitub. Investeerimine laste ja noorte tervisesse on üks tulemuslikumaid meetodeid tulevaste täiskasvanute hea tervise tagamiseks.

### Möödikud:

- Maakonna terviseteave on kättesaadav aadressil [www.laanemaa.ee](http://www.laanemaa.ee), maavalitsuse kodulehel [www.lmv.ee](http://www.lmv.ee), maakonna lehe Lääne Elu ning erinevate valdkondlike listide kaudu.
- Erinevad asutused ja ettevõtted (koolid, lasteaiad, spordiklubid, maavalitsus, TLÜ Haapsalu Kolledž, äriühingud jpt) korraldavad tervist edendavaid üritusi.
- 48,9 % läänlastest hindab oma tervist sõnadega „üsna hea“.
- 37,8 % läänlastest on kehaliselt aktiivsed.
- Tõusnud on ülekaaluliste arv: 2007– 2,3%, 2008 – 8,8%.
- Vähenenud on alkoholitarbimine: 2007 – 30,9%; 2008 – 28%.
- Mittesuitsetajate osakaal on vähenenud: 2007 – 68%, 2008 – 60,8%.
- Helkuri kandmist peab oluliseks 89% täiskasvanutest.



### Probleemid

*Kehaline aktiivsus on täiskasvanute ja koolinoorte hulgas madal. Ebatervislik toitumine. Toetus huvitegevusele koolides ja väljaspool kooli on vähene. Alkohoolsed joogid on noortele kergesti kättesaadavad. Sõltuvusest vabaneda aitavate nõustamisteenuste kättesaadavus ei ole kõigile abivajajatele tagatud. Tugiteenused sõltlaste lähedastele ei ole piisavalt kättesaadavad. Lastesüühhiaatrite, lastekaitsespetsialistide ja sotsiaaltöötajate arv on ebapiisav ning nende töökoormus on suur. Puuduvad toitumist ja toidu ohutust käsitlevad riskiuuringud. Vigastuste ennetamises ei koguta piisavalt andmeid.*

### Eesmärk:

läänlaste kehaline aktiivsus on suurenenud, toitumisharjumused on muutunud tervislikumaks ja riskikäitumine on vähenenud.

### Tegevused:

- Tervist toetavate ühiskondlike normide ja väärtushinnangute kujundamine maakonnas;
- tervist toetava keskkonna loomine lastele ja noortele kaitsvate tegurite mõju suurendamise kaudu.
- Teavitada inimesi teadlikest valikutest terviseriskide vähendamiseks.
- Toetada vaba aja veetmist kehaliselt aktiivselt.

## Terviseteenused

Tervis on täieliku füüsilise, vaimse ja sotsiaalse heaolu seisund, mitte üksnes haiguse või puuete puudumine, mille tagab kvaliteetne terviseteeenus.

### Möödikud:

- Maakonnas on 7 haiglat (sh hooldushaiglad), 4 eriarstiabi osutajat (2 silmaarsti, 1 günekoloog, 1 psühhiaater, 12 perearstikeskust, 11 apteeki, 1 töötervishoiuarst, 4 hooldusteenuse osutajat).
- Läänemaal on 9 nõustamisteenust osutavat asutust (pere-, seksuaal-, erivajadustega laste, suitsetamisest loobumise ja vangist vabanenute nõustamine).
- 98% kuni 2 aastastest lastest on immuniseeritud.



### Probleemid

*Pikad ravijärjekorrad eriarsti juurde, esmatasandi tervishoiuteenuste kättesaadavus on ebahühtlane, maapiirkonna elanikele apteegiteenuse kättesaadavus probleemne, elanikel puudub teave maakonna nõustamissüsteemist, tõusnud on lastevanemate hirmud vaktsineerimise osas.*

**Eesmärk:**  
Läänlastele on kvaliteetne terviseteeenus kättesaadav.

### Tegevused:

- Tagada läänlastele vajalik teave terviseteenustest, mis mõjutavad inimese vaimset ja füüsilist tervist.
- Tõhustada koostööd tervishoiuteenuse osutajatega teavitustegevuse ja terviseprogrammide elluviimisel.

Väga hea – kui näitaja on tublisti paranenud Hea – kui näitaja on veidi paranenud Keskmine – kui näitaja pole perioodil muutunud Halb – kui näitaja on langustendentsiga Väga halb – kui näitaja on väga halb	Väga halb	Halb	Keskmine	Hea	Väga hea
<b>1. ÜLDANDMED</b>					
Elussündide arv				X	
Elussünnid ema vanuse järgi			X		
Abordid				X	
Suitsetamine raseduse ajal	X				
<i>Esmahaigestumine nakkushaigustesse:</i>					
HIV					X
Süüfilis		X			
Gonorröa		X			
Klamüüdia			X		
Puukborrelioos	X				
Puukentsefaliit		X			
Tuberkuloos				X	
<i>Surmad ja suremus</i>					
Surmad				X	
Suremuskordaja vereringeelundite haigustesse		X			
Suremuskordaja pahaloomulistesse kasvajatesse		X		X	
Suremuskordaja välispõhjustesse					
Loomulik iive		X			
Rändesaldo			X		
Esmahaigestumuskordaja pahaloomulistesse kasvajatesse			X		
Demograafiline tööturusurveindeks		X			
<b>2. SOTSIAALNE SIDUSUS JA VÕRDESED VÕIMALUSED</b>					
<i>Tööturu situatsioon</i>					
Keskmine brutopalk		X			
Hõivatud			X		
Majanduslikult aktiivsed üksused/ettevõtted				X	
Töötus		X			
Maksumaksjad			X		
Miinimumpalga saajad		X			
Tööjõus osalemise määr			X		
<i>Toimetulek</i>					
Ravikindlustusega kaetud					X
Toimetulekutoetused			X		
Puuetega inimesed osakaal		X			
Suhtelise vaesuse määr		X			
Sotsiaaltoetused			X		
Sotsiaalteenused				X	



<b><i>Kaasatus kogukonna tegevustesse</i></b>					
Kogukonna motivaatorid			X		
Elanike kaasamine			X		
Naabrivalve piirkonnade arv			X		
Kultuurielus osalemise võimalus				X	
<b>3. LASTE JA NOORTE TURVALINE NING TERVISLIK ARENG</b>					
Õpilaste arv haridusasutustes			X		
Koolikohustuse täitmine (% koolikohustuse mittetäitjatest)			X		
Noorte süüteod		X			
Maakonna poolne initsiatiiv ja toetused lastele ja noortele			X		
Laste ja noortega tegelevad asutused			X		
Laste subjektiivne tervisehinnang				X	
Kehaline aktiivsus		X			
Kehakaal		X			
Sõltuvusained (kanepi suitsetamine)		X			
<b>4. TERVISLIK ELU-, ÕPI- JA TÖÖKESKKOND</b>					
Tervist edendavad töökohad				X	
Tervist edendavad lasteaiad				X	
Tervist edendavad koolid				X	
Üldkasutatavad spordirajatised ja terviserajad				X	
Transport ja teedevõrk			X		
Keskkonna mõjurid				X	
Kuriteod		X			
Liikluskuriteod ja -õnnetused kokku		X			
Tulekahjud			X		
Tööõnnetused		X			
Kõrgendatud riskiga objektid			X		
Juhtumikorraldusskeemide olemasolu		X			
<b>5. TERVISLIK ELUVIIS</b>					
Tervisealase teabe kättesaadavus		X			
Tervislikku eluviisi toetavad üritused maakonnas		X			
Subjektiivne hinnang enda tervisele				X	
Füüsiline aktiivsus				X	
Ülekaalulised/rasvunud		X			
Alkoholarbimine		X			
Suitsetamine		X			
Narkootiliste ainete tarbimine			X		
Helkuri kasutamine				X	
Turvavöö kasutamine			X		
<b>6. TERVISETEENUSED</b>					
Tervishoiuteenused			X		
Nõustamisteenused			X		
Kuni 2 aastaste laste hõlmatus immuniseerimisega					X
Olulisemad tervise teenuseprojektid				X	



# Läänemaa

## Turvaline pesapaik

Terviseprofiili koostamisele aitas kaasa maavanema kinnitatud komisjon (korraldus nr 8, 18.01.2010), mille liikmeteks olid Ülle Lass, Merle Mäesalu, Kersti Lõhmus, Anneli Vaarpuu, Kaasi Almers, Aino Rahula, Kristi Erkmann, Anneli Katkosilt, Solveig Edasi, Maie Mitsurina, Kai Tennisberg, Talis Vare, Arno Peksar, Lea Kiis ja Hele Leek-Ambur.

*Terviseprofiil on kinnitatud 24. märtsil 2010. a maavanema korraldusega nr 71.*

Valminud terviseprofiili indikaatortabeli, täpsustatud tegevuskava ja info on esitatud aadressil:

[www.lmv.ee](http://www.lmv.ee) › [avalik teave](#) › [arengukavad](#) › [terviseprofiil](#)

Profiili koostamise partneriteks olid:

