



INIMESTE TERVISE PARANDAMINE JA NENDE TERVENA ELATUD ELUEA PIKENDAMINE

OLULISE MÕJUGA GLOBAALSED TRENDID



Maailma rahvastik kasvab ja vananeb



Tehnoloogia muutub järjest kiiremini



Loodusvarasid napib järjest enam



Kliimamuutused jätkuvad ning keskkonnaseisund halveneb

ARENGUD EESTIS

Ravi kättesaadavus on piiratud

Inimeste tervisenäitajad on märkimisväärselt erinevad

Inimeste käitumine on tervist kahjustav

ARENGUVAJADUS

• INIMESTE TERVISE PARANDAMINE JA NENDE TERVENA ELATUD ELUEA PIKENDAMINE

- Suunata inimeste väärtushinnanguid ja tervisekäitumist
- Arendada inimkeskset ja tõhusat tervishoiusüsteemi
- Integreerida omavahel tervishoiu- ja sotsiaalteenused
- Tagada ravikindlustusega kaetus ja solidaarne tervishoiusüsteem
- Korrastada tervishoiutaristu võrgustikku
- Arendada personaalmeditsiini nii Eestis kui ka ELi tasandil (sh parandada sisendandmete ühilduvust)
- Toetada teadus-arendustegevust ja arendada innovaatilisi lahendusi (nt digilahendused, e-tervis jne), sh koostöö ELis
- Vähendada keskkonnast (sh töökeskkonnast) tulenevaid terviseriske

KUI EI TEGELE, SIIS

Inimeste tervena elatud eluaastad ning heaolu ja aktiivne osalus ühiskondlikus elus vähenevad

Suureneb tervishoiu- ja sotsiaalsüsteemi ning riigieelarve koormus

Suureneb terviseprobleemidest tingitud tööjõu nappus ja hoolduskoormus



INIMESTE TERVISE PARANDAMINE JA NENDE TERVENA ELATUD ELUEA PIKENDAMINE

1. Olulise mõjuga globaalsed trendid

- **Maailma rahvastik kasvab ja vananeb, Euroopas kahaneb.** Rahvastiku vähenemine ja vananemine Eestis suurendab nõudlust erinevate tervishoiuteenuste järele ning survestab tervishoiusüsteemi finantsilist jätkusuutlikkust.
- **Tehnoloogia muutub järjest kiiremini.** Arengud personaalmeditsiinis, geenitehnoloogias ja biotehnoloogias võimaldavad pikendada inimeste eluiga ning säilitada nende tervist. Tehisintellekti areng mõjutab tulevikus rakendatavaid ravitehnoloogiaid. Tehnoloogilised arengud muudavad oluliselt nii ravimi-, toiduaine- kui ka materjalitööstust.
- **Loodusvarasid napib järjest enam.** Aastaks 2030 kasvab maailmas veekasutus 40% ja toidu vajadus 35%, mis mõjutab toiduainetööstuse arengusuundi ning omab seetõttu otseselt mõju inimese tervisele. Aastal 2035 kannatab pool maailmast veepuuduse all, mis suurendab erinevate epideemiate levikut maailmas.
- **Kliimamuutused jätkuvad ning keskkonnaseisund halveneb.** Kliimamuutused võivad suurendada inimeste tervisevaevusi (nt kuumarabandused, külmakahjustused). Vee ja õhu kvaliteedi halvenemine mõjutab oluliselt inimeste tervislikku seisundit ning suurendab terviseriske (nt astma, nakkuste levik, mürgitused). Keskkonna seisundi halvenemine mõjutab loomsetes ja taimsetes toiduainetes sisalduvate kemikaalide hulka.

2. Peamised arengud Eestis

- **Inimeste käitumine on tervist kahjustav**

Ligi 53% tervisekaotusest ehk enneaegsest suremusest ja haigestumusest 2017. aastal oli tingitud riskiteguritest või riskikäitumisest – viis peamist nendest on kõrge vererõhk, tasakaalustamata toitumine, alkoholi, narkootikumide ja tubaka tarvitamine ning liigne kehakaal. Tubaka ja alkoholi tarvitamine on viimasel aastakümnel vähenenud, kuid tõusev trend on ülekaalulisus. Tasakaalustamata toitumise ja vähese füüsilise aktiivsuse tulemusena on praegu **üle poole Eesti rahvastikust ülekaaluline, sh iga neljas 1. klassi õpilane.** Võrdlusena, et aastal 2004 oli ülekaaluliste hulk rahvastikust 43%. Ka liikumisaktiivsus on nii täiskasvanute kui ka laste seas väike. Tervisliku liikumise normi täidab alla 20% lastest. Inimeste ebateadlik tervisekäitumine kajastub ka **peamistes tervisekaotuse ehk enneaegse suremuse ja haigestumise põhjustes**, mille esikohal on südame-veresoonkonnahaigused, teisel kasvaja, kolmandal õnnetusjuhtumid, mürgistused, traumad ning neljandal vaimse tervise häired. Vaimse tervise probleemide osakaal Eestis on ülejäänud Euroopaga võrreldes kõrge, **vaimse tervise probleemid** on hakanud süvenema noorte hulgas. Inimeste tervist kahjustavad valikud suurendavad nii tervishoiusüsteemi kui ka riigieelarve koormust.

- **Inimeste tervisenäitajad on sotsiaal-majanduslike rühmade lõikes märkimisväärselt erinevad**

Viimasel kümnel aastal on oodatava eluea kasv Eestis olnud Euroopa Liidu kiireim (2017. aastal oli Eestis oodatav keskmine eluiga 78,2 aastat), jäädes ca 3 eluaastaga endiselt alla ELi keskmise. Probleemne on aga inimeste tervena elatud eluiga (2017. aastal 56,8 aastat), mille poolest on Eesti endiselt 2009. aasta tasemel. Eesti inimeste tervist iseloomustavad **ELi ühed suurimad soolised lõhed** – 2017. aastal elasid mehed naistega võrreldes ligi 8,7 eluaastat vähem, sealhulgas tervetena 4,5 eluaastat vähem. Märkimisväärsed on ka **Eesti-sisesed piirkondlikud erinevused**, kus Lõuna-Eesti maakondades (Põlvamaa, Võrumaa) ja Ida-Virumaal on tervena elatud eluiga ligi 10 aastat lühem võrreldes Põhja- ja Lääne-Eesti



elanikega. **Haridustase** on oluline tervisekäitumise mõjutaja – 2017. aastal elasid kuni põhiharidusega mehed keskmiselt 9,5 eluaastat vähem kui kõrgharidusega mehed, põhiharidusega naised 7,2 eluaastat vähem kui kõrgharidusega naised.

- **Ravi kättesaadavus on piiratud**

Seda mõjutavad kindlustuskaitse puudumine, pikad ravijärjekorrad, koormus omaosalusest ning uute ravimite halb kättesaadavus. OECD määratluse kohaselt oli 2016. aastal Eestis **ravikindlustusega kaetud** vaid 94% elanikkonnast, enamikus OECD riikides on ravikindlustusega kaetus 100%. 2017. aasta novembri lõpu seisuga oli pikaajalise ravikindlustusega ca 76 000 inimest. Eesti paistab ELis elanike arvamusuuringute põhjal silma suurima **katmata ravivajaduse** poolest. 2017. aastal ei saanud 11,8% Eesti elanikest vajaduse korral viimasel 12 kuul (ELis keskmiselt 1,6%) meditsiiniabi. Selle peamise põhjusena tuuakse esile pikki ravijärjekordi (eelkõige eriarstiabis). 2017. aastal moodustas **Eesti patsientide omaosalus (visiiditasu, retseptiravimid, hambaravi) 24% tervishoiukuludest**, ületades sellega WHO soovitusliku taseme (kuni 15%). Suurima omaosaluse moodustasid kulud hambaravile (31%) ja ravimitele (retseptiravimid 20% ja käsimüügiravimid 15%).

3. Arenguvajadus

Parandada inimeste tervist ja pikendada nende tervena elatud elu, panustades ennetusse ning tervishoiusüsteemi tõhususse.

Inimeste tervist kahjustava käitumise (ebatervislik toitumine, vähene aktiivsus, tubaka, alkoholi ja sõltuvusainete tarbimine jne) vähendamisel on suur **roll inimeste väärtushinnangutel**. Inimeste terviseharitus ning väärtushinnangute ja seniste käitumismustrite muutumine aitab pikemas perspektiivis vähendada ka sotsiaal-majanduslike rühmade tervisenäitajate erinevust. Väärtushinnangute kujundamisse saab lisaks tervishoiusüsteemile märkimisväärselt panustada nii haridussüsteem kui ka näiteks spordi- ja kultuurivaldkond. Oluline on teadvustada inimeste **vaimse tervise heaolu** olulisust ja selle mõju füüsilisele tervisele. Peale inimese isiklike käitumis- ja tarbimisvalikute on tema oluliseks **tervise seisundi mõjutajaks loodus- ja tehiskeskkond**, milles ta viib. Seetõttu on vaja tähelepanu pöörata ka inimest ümbritsevale keskkonnale (sh töökeskkonnale, vee ja õhu kvaliteedile, toiduohutusele) ning arvestada kliimamuutustest tulenevate mõjudega inimeste tervisele.

Tervist kahjustavate valikute ennetamine, haiguste varajane avastamine ning seniste käitumismustrite muutmine vajab **terviklikku ning tõhusat valdkonnaülest lähenemist, juhtumipõhise käsitlemise toetamist, ennetust toetavaid õigusakte** (nt alkoholi- ja tubakapoliitika õigusaktid nii riigisiselt kui ka ELi tasandil) ning **innovaatilisi lahendusi** (nt eri digilahendused tervisliku seisundi jälgimiseks ja hindamiseks), et tagada inimeste pikaajaline elukvaliteet ja vähendada ennetatavatest haigestumistest tingitud koormust tervishoiusüsteemile.

Praeguse **tervishoiusüsteemi probleemide** lahendamiseks on vaja vähendada katmata ravivajadust ja suurendada ravikindlustusega kaetust. Tervishoiuteenused, sotsiaalteenused ning laste ja noorte puhul ka hariduse tugiteenused vajavad omavahelist integreerimist. Tervishoiusüsteemi eri tasandite (eriarstiabi, esmatasandi arstiabi, EMO, õendusteenused) omavahelise koostöö tõhustamine aitab parandada arstiabi kvaliteeti ning kättesaadavuse kiirust. Tervishoiutaristu võrgustik vajab jätkuvat korrigeerimist, et see vastaks elanikkonna demograafilistele muutustele ning tagaks kvaliteetse eriarstiabi kättesaadavuse. Endiselt on vaja panustada erinevate tervise infosüsteemide ühildamisse ning sisendandmete kvaliteedi parendamisse, et muuta praegust tervishoiusüsteemi korraldust veelgi tõhusamaks.

Riigi tasandil on oluliseks lahendamist vajavaks probleemiks, kuidas tagada tervishoiuvaldkonnas piisav hulk tööjõudu. Samuti seisab riik tähtsate valikute ees, kuidas



laiendada ja mitmekesistada tulubaasi, et tagada Eesti tervishoiusüsteemi rahastamise pikaajaline stabiilsus.

Muutuste elluviimiseks on vajalikud järgnevad tegevused:

- Suunata inimeste väärtushinnanguid ja tervisekäitumist
- Arendada inimkeskset ja tõhusat tervishoiusüsteemi
- Integreerida omavahel tervishoiu- ja sotsiaalteenused
- Tagada ravikindlustusega kaetus ja solidaarne tervishoiusüsteem
- Korrastada tervishoiutaristu võrgustikku
- Arendada personaalmeditsiini nii Eestis kui ka ELi tasandil (sh parandada sisendandmete ühilduvust)
- Toetada teadus-arendustegevust ja arendada innovaatilisi lahendusi (nt digilahendused, e-tervis jne), sh koostöö ELis
- Vähendada keskkonnast (sh töökeskkonnast) tulenevaid terviseriske
- Teha ELi tasandil koostööd ravimite kättesaadavuse ja taskukohasema hinna tagamiseks

4. Võimalikud tagajärjed, kui arenguvajadusega ei tegeleta

- Inimeste tervena elatud eluaastad ning heaolu ja aktiivne osalus ühiskondlikus elus vähenevad
- Suureneb tervishoiu- ja sotsiaalsüsteemi ning riigieelarve koormus
- Suureneb terviseprobleemidest tingitud tööjõu nappus ja hoolduskoormus

5. Eduvõimalus

Saavutada maailma tipptase personaalmeditsiini valdkonnas nii ennetus- kui ka ravitegevuses, parandades inimeste tervist.

Eesti on praeguseks astunud olulisi samme personaalmeditsiini arendamisel. **Geeniproovide** laialdane kogumine ning saadud informatsiooni sidumine teistest andmekogudest ja registritest pärineva informatsiooniga võimaldab tulevikus terviseriske tulemuslikumalt ennetada ja inimest täpsemalt ravida. Eestis on praeguseks loodud ka **unikaalne keskne e-tervise õiguslik, organisatoorne ja infotehnoloogiline taristu**.

Tänu Eesti võimekusele nii infotehnoloogia kui ka biotehnoloogia valdkonnas ning geenivaramus sisalduvale andmestikule on Eesti arenguvõimaluseks **tagada personaalmeditsiinilahendustele keskne koht** nii ennetus- kui ka ravitegevuses, võttes aluseks inimeste individuaalsed terviseriskid, individuaalse ravitaluvuse ja eelistused ning tuginedes mitmekülgetele terviseandmetele (sh elustiili-, keskkonna- ja geenandmed). Samuti on suur arengupotentsiaal **digitehnoloogiliste lahenduste ning tehisintellekti kasutamise arendamisel**, seda nii tervishoiusüsteemis kui ka tervisedenduse valdkonnas.

Potentsiaal luua riigi võime mitmekülgete masinloetavate sotsiaal- ja terviseandmete integreerimiseks ja analüüsimiseks elanikkonda tervikuna puudutavate **prognooside ning strateegiliste otsuste kavandamisel** oleks oluliseks kvaliteedihüppeks tulevaste poliitikaotsuste tegemisel ning suurendab riigis poliitikavalikute teadmispõhisust.

Selle võimaluse rakendumise eelduseks on:

- **Personaalmeditsiini tõhusam arendamine ning riiklikuks prioriteediks seadmine**
- **Teadus-arendustegevuse ja ettevõtete-ülikoolide koostöö toetamine personaalmeditsiini valdkonnas**

^a Sotsiaalministeerium, „Rahvastiku tervise arengukava 2020-2030“ eelnõu (2019)

^b OECD/European Observatory on Health Systems and Policies, „Eesti: riigi terviseprofiil 2017“ (2017)