

# Ülevaade laste vaimse tervise valdkonnast Eestis.

Anne Kleinberg  
Tallinna Lastehaigla psühhiaatriakliiniku juhataja  
27.mai 2013

# Sissejuhatus

- Eesti lapsed
- Eesti laste vaimne tervis
- Eesti lastepsühhiaatria

# Mõisted

- *Vaimne tervis* on üldise tervise lahutamatu osa, lai mõiste, mis haarab nii psühholoogilise heaolu kui psüühikahäired ja probleemid
- Psüühikahäire-psüühika-ja käitumishäire vastavalt RHK-10-le.

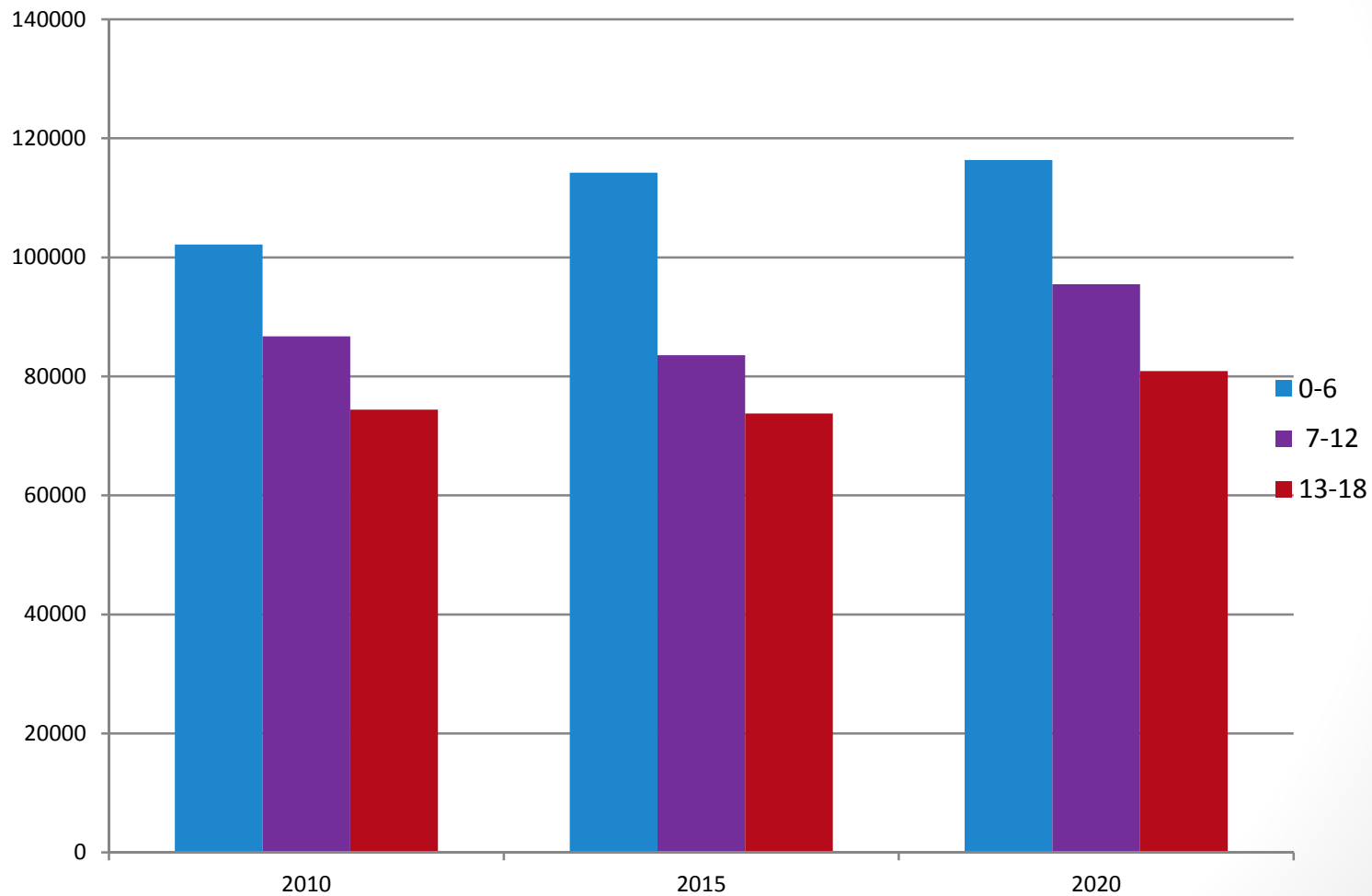
# Eesti laste arv (Rahvastiku tervise arengukava 2011-2020)

- 0–17aastaste laste arvu vähenemine rahvastikus
  - 1990. a ligi 416 000 last
  - 2011. a ligi 246 000 last
- Lasteaiaaeglaste laste arv kasvab 2020–2030 aastatel võrreldes 2010. aastaga 6% ja põhikooliealiste laste arv 20%
- Langustrende on näha gümnaasiumi- ja kõrgkooliealiste noorte hulgas

# Rahvastikuprognosis

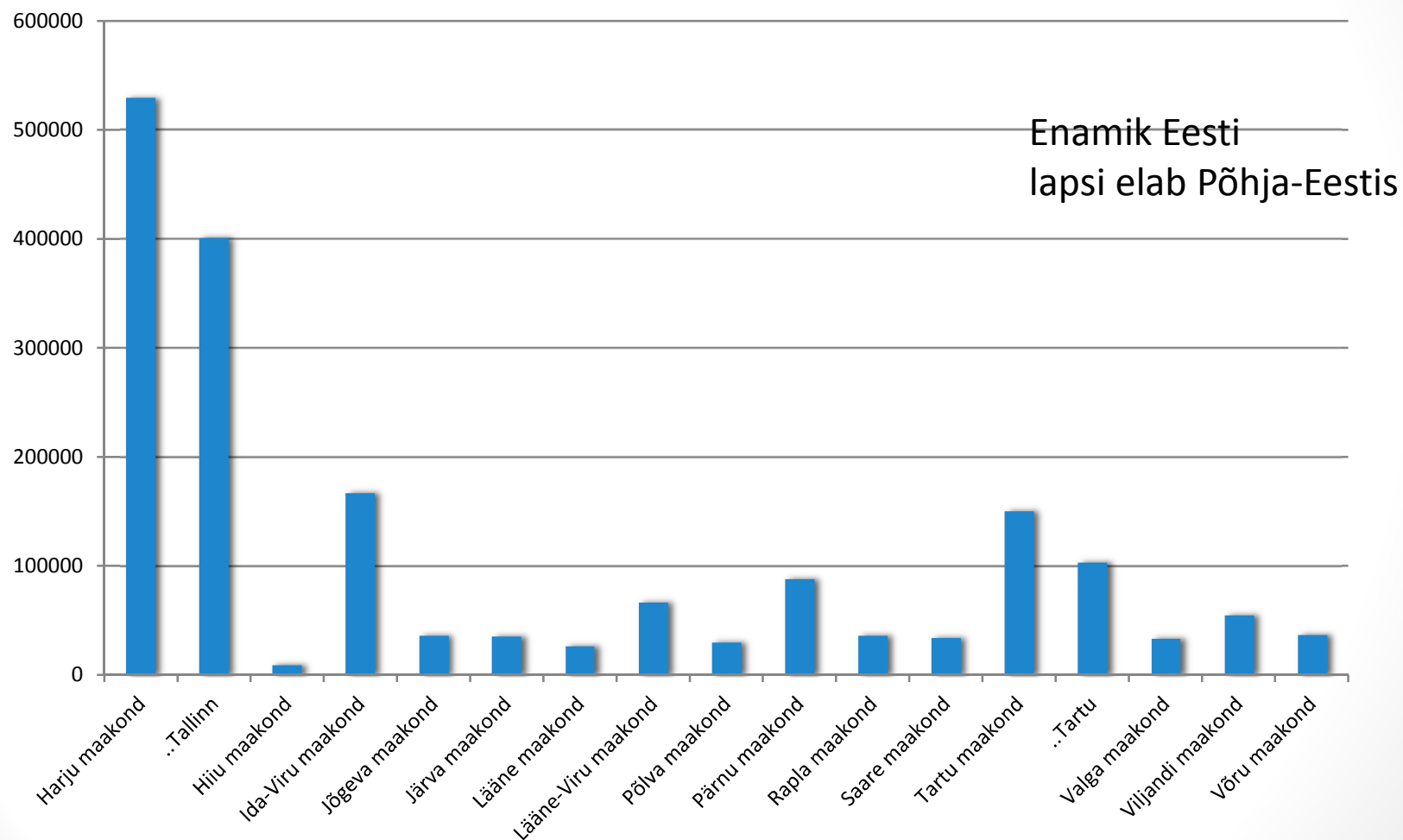
## vanusegrupis 0-18 aastat

(Statistikaamet, 2011)

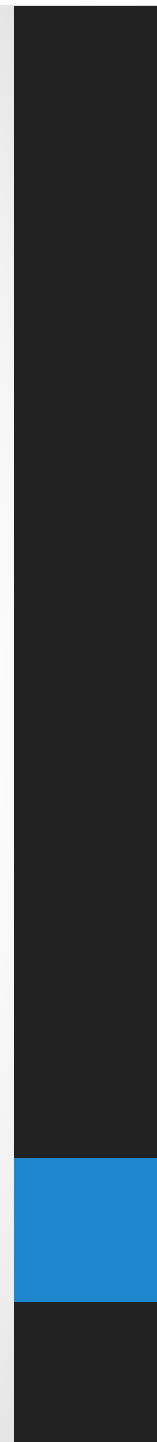
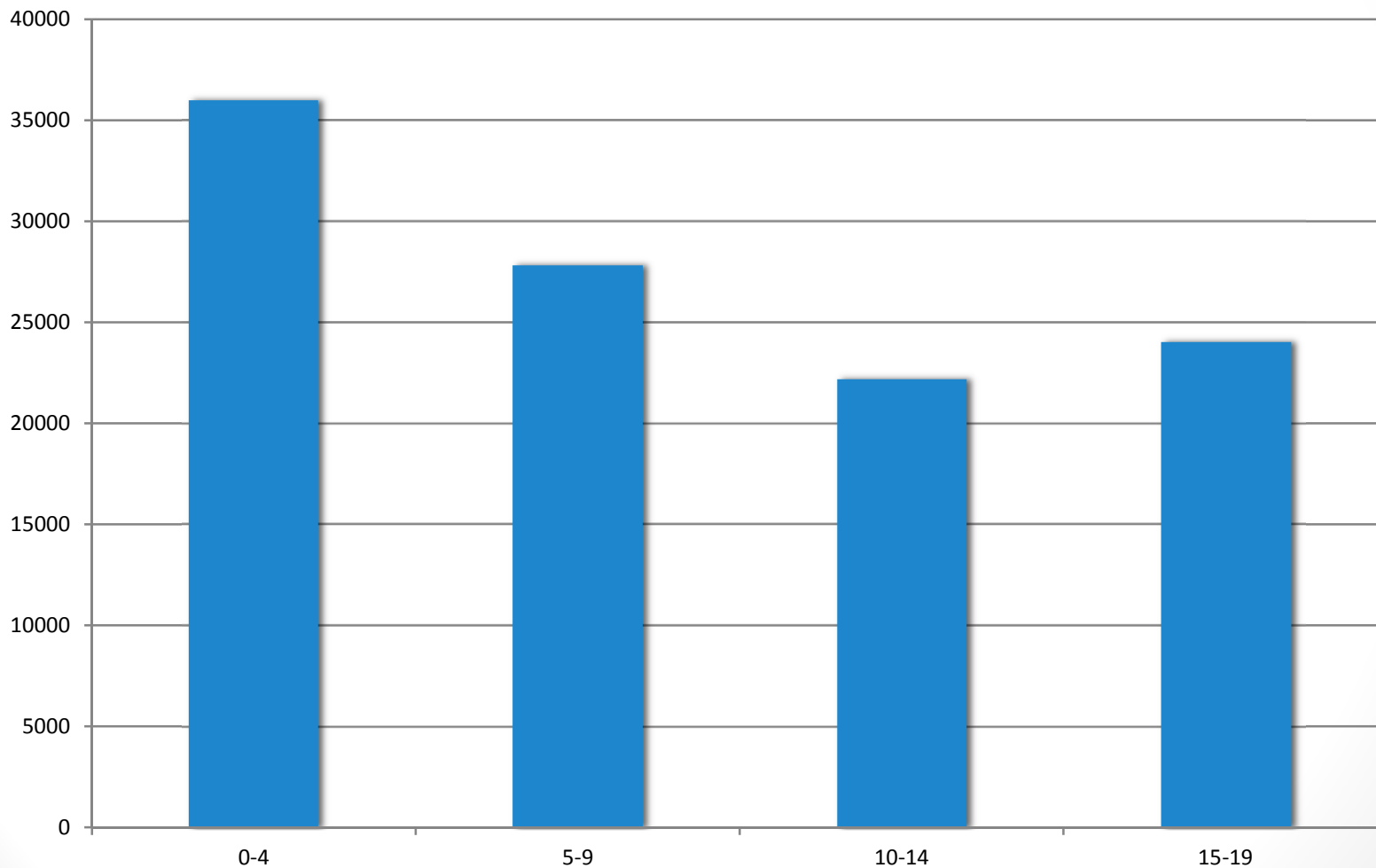


# Eesti lapsed maakonniti 2011 aasta

(TAI 2012)



# Harju maakond, vanusegrupid, 2011



# Laste vaimse tervise mõtestamiseks

- Lapse ja pere koht ning elutingimused ühiskonnas
- Erinevate käitumisviiside mõistmine
- Psühhopatoloogia mõistmine



# Vaimse tervise olukorra analüüsimise raamid

- Ennetamine
- Teadustöö
- Teenused
- Ressursid
- Süsteemsed väljakutsed

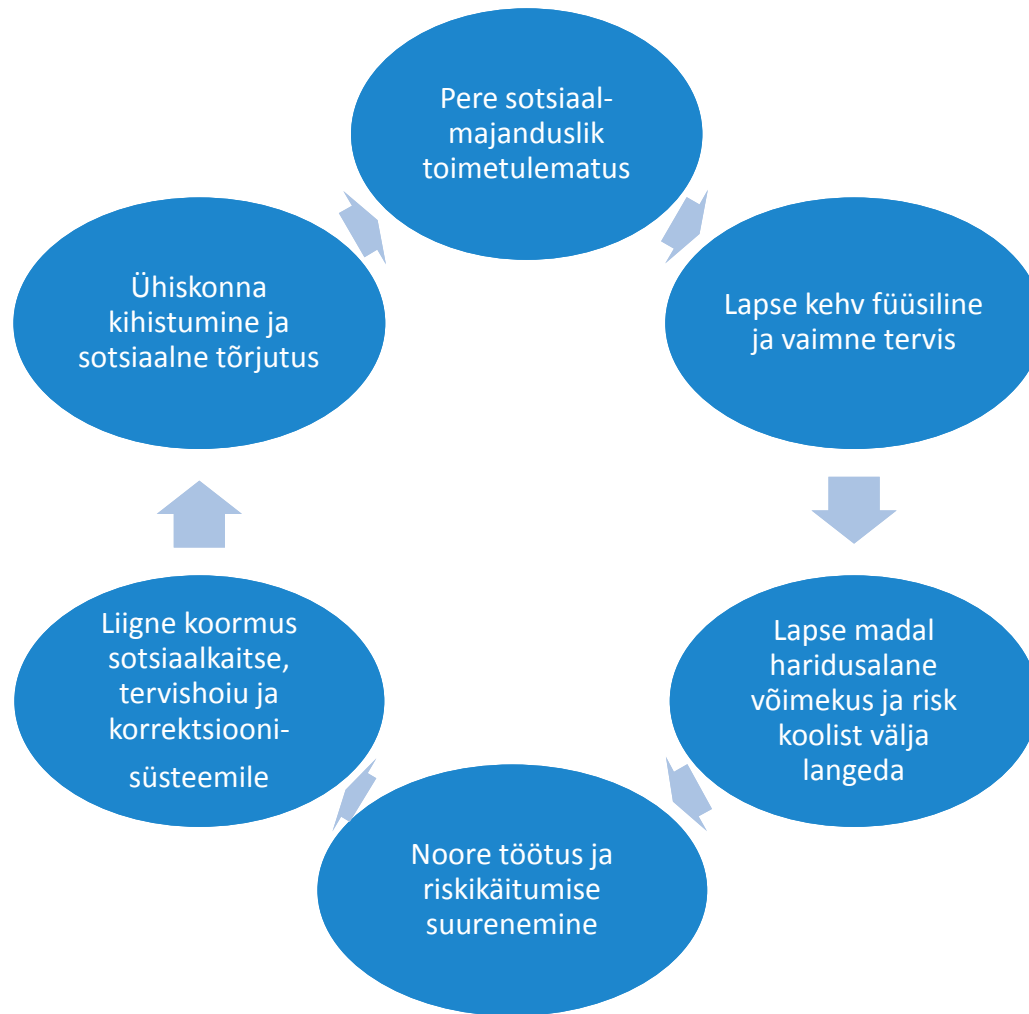
# Ennetamine

# Vaimse tervise loomise alused

- Vaimse tervise parandamine läbi põhjaliku vaimse tervise poliitika
- Vaimselt tervete kogukondade ülesehitamine
- Füüsilise keskkonna kujundamine
- Vaba aja veetmise võimaluste pakkumine
- Laste vaimse tervise parandamine
- Vaimselt tervete koolide edendamine
- Vaimselt terve töökeskkonna edendamine
- Eakate vaimse tervise parandamine
  - Lehtinen (2008). Building Up Good Mental Health

# Laste-ja perede toimetuleku võimalikud riskid

(Laste ja perede arengukava 2012-2020)



# Laste ja perede arengukava 2012-2020 eesmärgid

- Eesti laste- ja perepoliitika on teadmistepõhine ja ühtne, toetades ühiskonna jätkusuutlikkus
- Eesti on positiivset vanemlust toetav riik, kus pakutakse vajalikku tuge laste kasvatamisel ja vanemaks olemisel, et parandada laste elukvaliteeti ja tulevikuväljavaateid
- lapse õigused on tagatud ja loodud on toimiv lastekaitseüsteem, et väärtustada ühiskonnas iga last ja tema arengut ning heaolu toetavat turvalist keskkonda.
- Eestis on perede adekvaatset majanduslikku toimetulekut toetav kombineeritud toetuste ja teenuste süsteem, mis pakub perele püsivat kindlustunnet
- meestel ja naistel on võrdsed võimalused töö-, pere- ja eraelu ühitamiseks, soodustamaks kvaliteetset ja iga pereliikme vajadustele vastavat igapäevaelu

# Laste vaimse tervise riskid

- Laste ja vanemate pikad separatsioonid
- Füüsiline või seksuaalne väärkohtlemine
- Vaesus
- Abieluprobleemid
- Vanema psühhopatoloogia
- Pere elukeskkonna ebastabiilsus
- Pere, kooli või kogukonna vägivaldsus
- Vanemlikud oskused
- Vanemate turvatunne töö-ja pereelu ühendamisel

# Rahvastiku tervise arengukava 2009–2020

- sotsiaalse sidususe ja võrdsete võimaluste suurendamine
- lastele tervisliku ja turvalise arengu tagamine
  - Reproduktiivtervise ja imikute tervisenäitajad on paranenud.
  - Eelkooliealiste laste suremus vigastuste ja mürgistuste tõttu ning psüühika ja käitumishäirete esmashaigestumus on vähenenud.
    - 1–19-aastaste laste ja noorte psüühika- ning käitumishäirete esmashaigestumuskordaja 100 000 inimese kohta
  - Kooliealiste laste ja noorte suremus vigastuste ja mürgistuste tõttu ning psüühika- ja käitumishäirete esmashaigestumus on vähenenud ja noored annavad oma tervisele järjest positiivsema hinnangu.
- tervist toetava elu-, töö- ja õpikeskkonna kujundamine
- tervislike eluviiside soodustamine
- tervishoiusüsteemi jätkusuutlikkuse kindlustamine
  - Probleemiks on pikad ravijärjekorrad eriarsti juurde.

- Millal planeeritavad meetmed hakkavad heaolu ja tervist tootma optimaalses suhtes abi võimaluste arenguga?



# Teadustöö



# Laste vaimse tervise analüüsimine

- Uurida
  - kuidas ühiskonnas toimuvad muutused mõjutavad vaimse tervise probleemide levimust ja esinemist
  - kuidas erinevad laste kasvatamise meetodid mõjutavad laste normaalse ja häirunud käitumise ja emotsionaalset arengut
  - vaimse tervise teenuste korraldust ja pakkumist

# Kas kultuurispetsiifiline kompetentsus teadustöökaks on olemas?

- Kultuurispetsiifiliselt kompetentne ühiskonna kaasamine
- Kommunikatsioon uuritavatega
- Uuringu disain
- Uuringuinstrumentide kultuurispetsiifiline valideerimine
- Valimi moodustamine
- Erinevate muutujate kalibreerimine
- Demograafiliste tunnuste määratlemine
- Uuringu eetika
- Andmekogumistehnikad
- Andmete töötlus ja analüüs
- Tulemuste levitamine ja rakendamine

# Kultuurispetsiifiliselt kompetentne ühiskonna kaasamine

- Koostööpartnerid
- Tunnustatud ja vajalike sekkumiste välja arendamine
- Edukas osavõtjate leidmine, kaasamine ja hoidmine
- Pühendunud, mitmepalgelise ja sidusa uurimismeeskonna loomine koos efektiivse toetava juhtimis- ja infomeeskonnaga.

# Teadustöö praktiline reaalsus

- Eesti-Roosti Vaimse Tervise ja Suitsidologia Instituut
- Tervise Arengu Instituut
- Eesti ülikoolid
- Laste psüühika-ja käitumishäirete levimusuuring?
- Vaimse tervise teenuste analüüs
- Lastepsühhiaatrilise abi korraldus
  - Uurida paralleelselt pakkumisega ehk pidev protsessi analüüs

# Teenused ja ressursid

- Kui palju abi vajajaid on?
- Kui palju eri sihtgruppe on?
- Kui palju need sihtgrupid kattuvad?
- Kui palju teuseid vaja on?
- Kui palju teenused kattuvad?
- Kuidas olemasolev info koondub?
- ...

# Vaimse tervise probleemid, toimetulek ja abi sh.ravi

Eesti lapsed ja noorukid 0-19  
n=278 680 (aastakeskmine rahvaarv 2011)

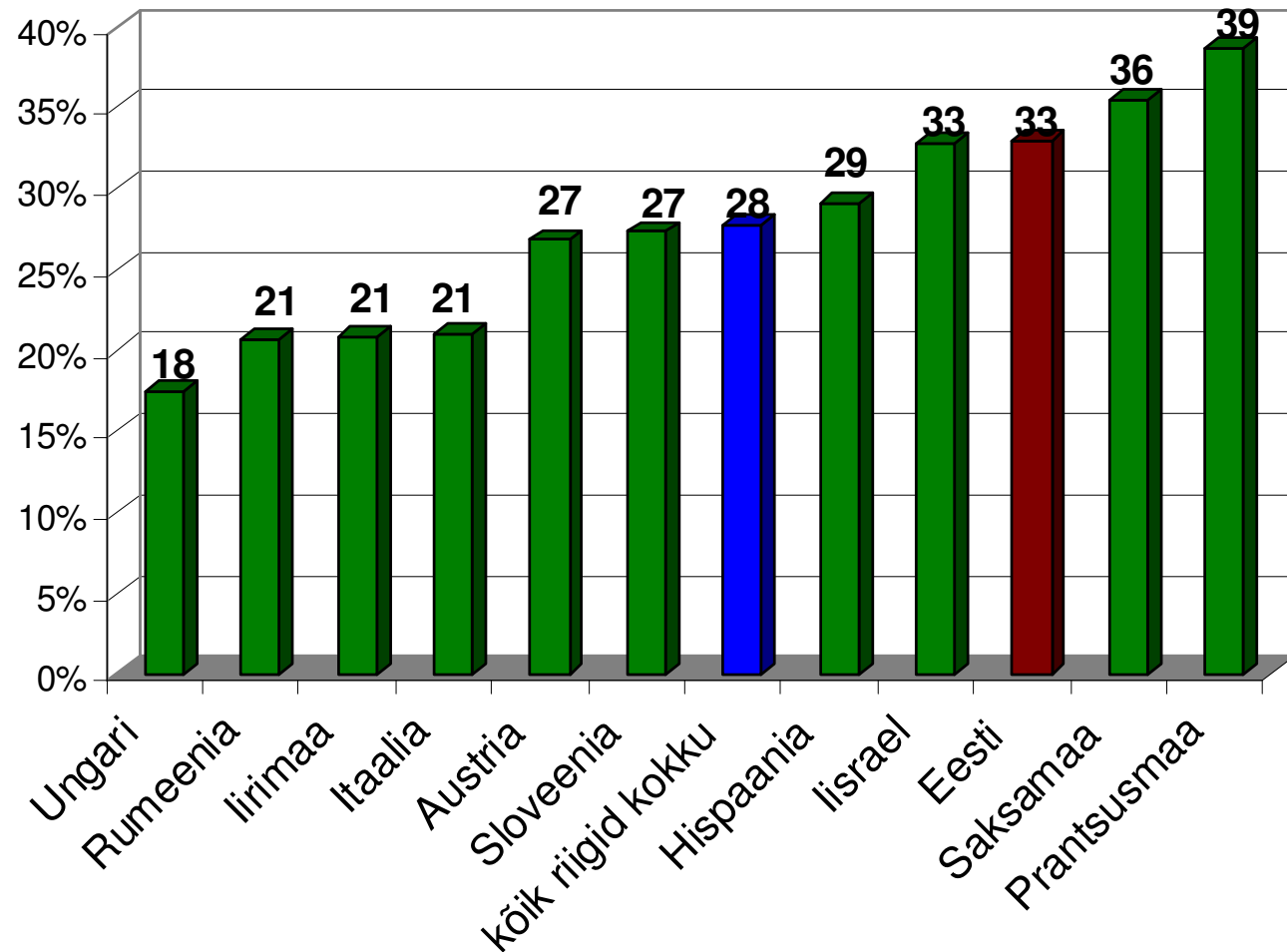
Riskikäitumisega lapsed-teinirasedus, narkootikumide tarbimine, koolist välja langemine jne.  
n=?

Vähemalt 12% -20% alla 18 aastastest lastest omab diagnoositavat vaimse tervise häiret  
n=55736

9-13% neist on igapäevane toimetulek häiritud  
n=7245

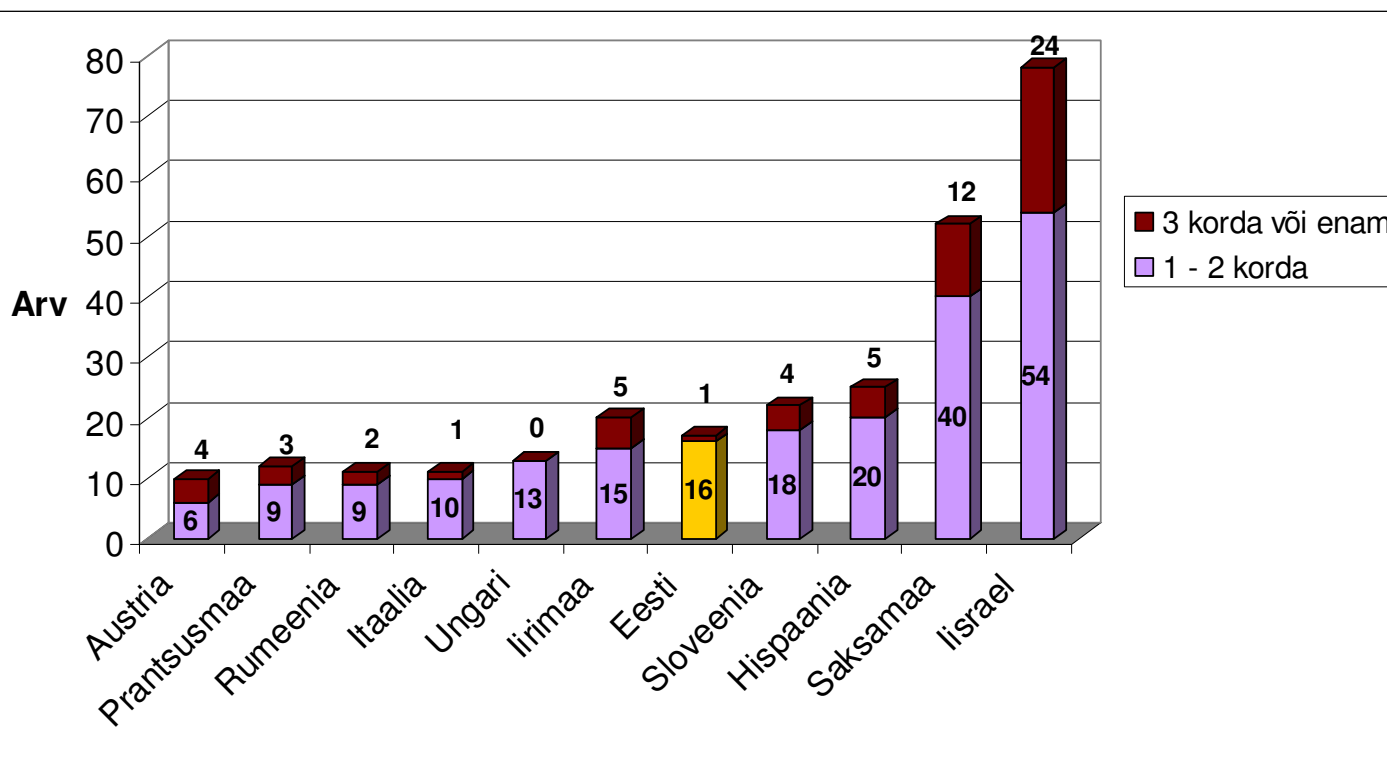
0-14 aastasi konsulteeriti psühhiaatri poolt ambulatoorselt 7262 ehk 3.5% 0-14 aastastest võimaliku vaimse tervise häirega lastest

# Õpilased, kes on ennast vähemalt üks kord tahtlikult vigastanud ( Jushkin, 2011)





Kas Sa oled kunagi tahtlikult ennast nii tõsiselt vigastanud, oled selle tagajärjel sattunud haiglasse või vajanud meditsiinilist abi? ( Jushkin, 2011)



# Adolescent subthreshold-depression and anxiety: psychopathology, functional impairment and increased suicide risk (Balazs *et al.*, 2013)

- The Saving and Empowering Young Lives in Europe (SEYLE) study (11 riiki sh. Eesti, läbiviijaks ERSI)
- n= 12 395, vanus 14-16 a.
- 32% alalävine ärevus ja 5.8% ärevus
- 29% alalävine depressioon ja 10.5 % depressioon
- Iga aastaga suureneb funktsionaalse kahjustuse tõenäosus 21.9% ning tüdrukutel on see risk suurem
- Iga aastaga suureneb suitsidaalsuse risk 17.4%.

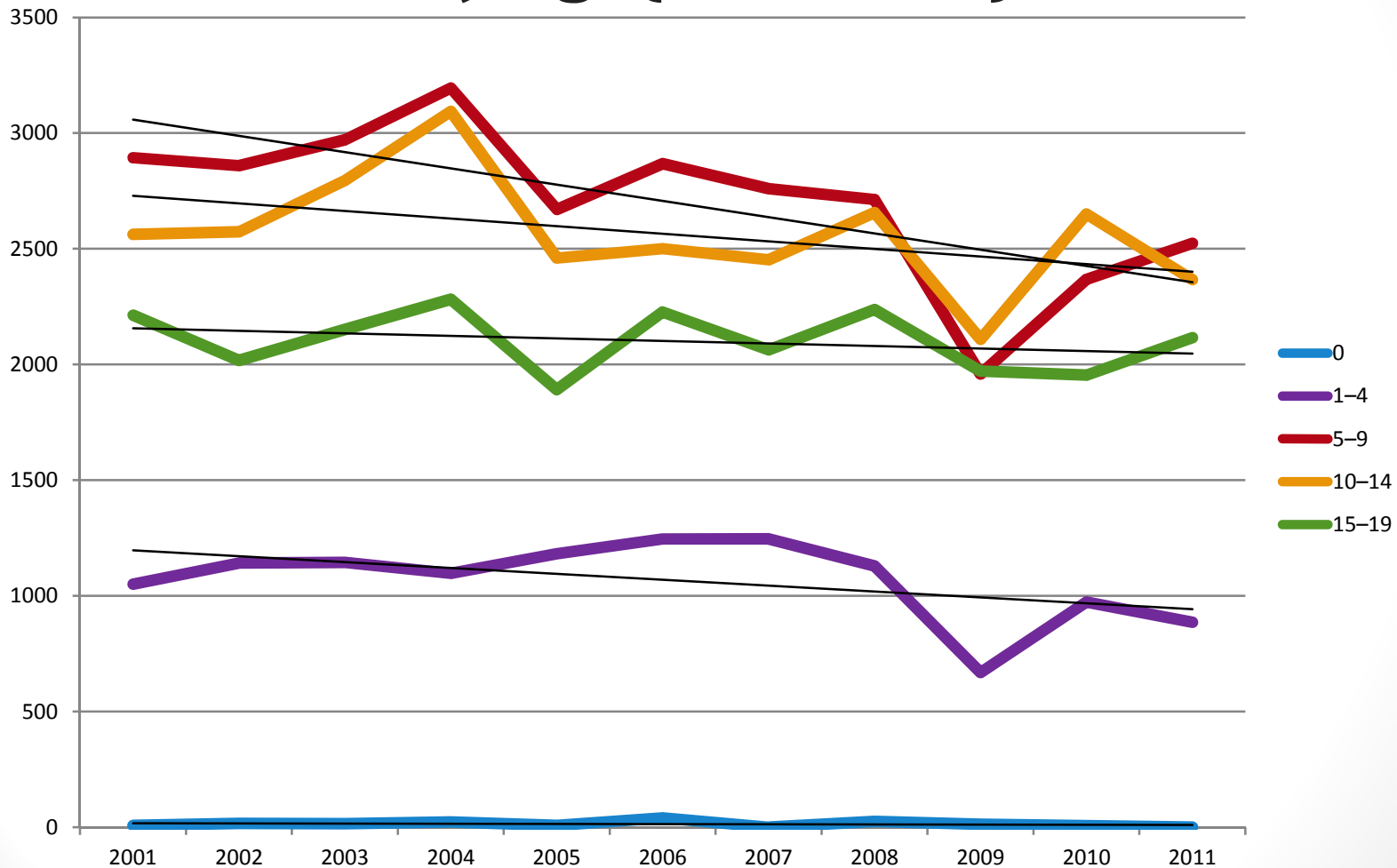
# Sexual behavior, depressive feelings, and suicidality among Estonian school children aged 13 to 15 years (Heidmets *et al.*, 2010)

- WHO Collaborative Cross-National Study "Health Behavior in School-Aged Children (HBSC)."
- N = 3,055
- 15.2% olid kaotanud süütuse
- seksuaalvahekorra kogemus suurendas oluliselt depressiivsete tunnete ja suitsidaalsuse tõenäosust
- mida varem see juhtus, seda suurem oli halva vaimse tervise tõenäosus

# Psüühikahäiretega laste arv?

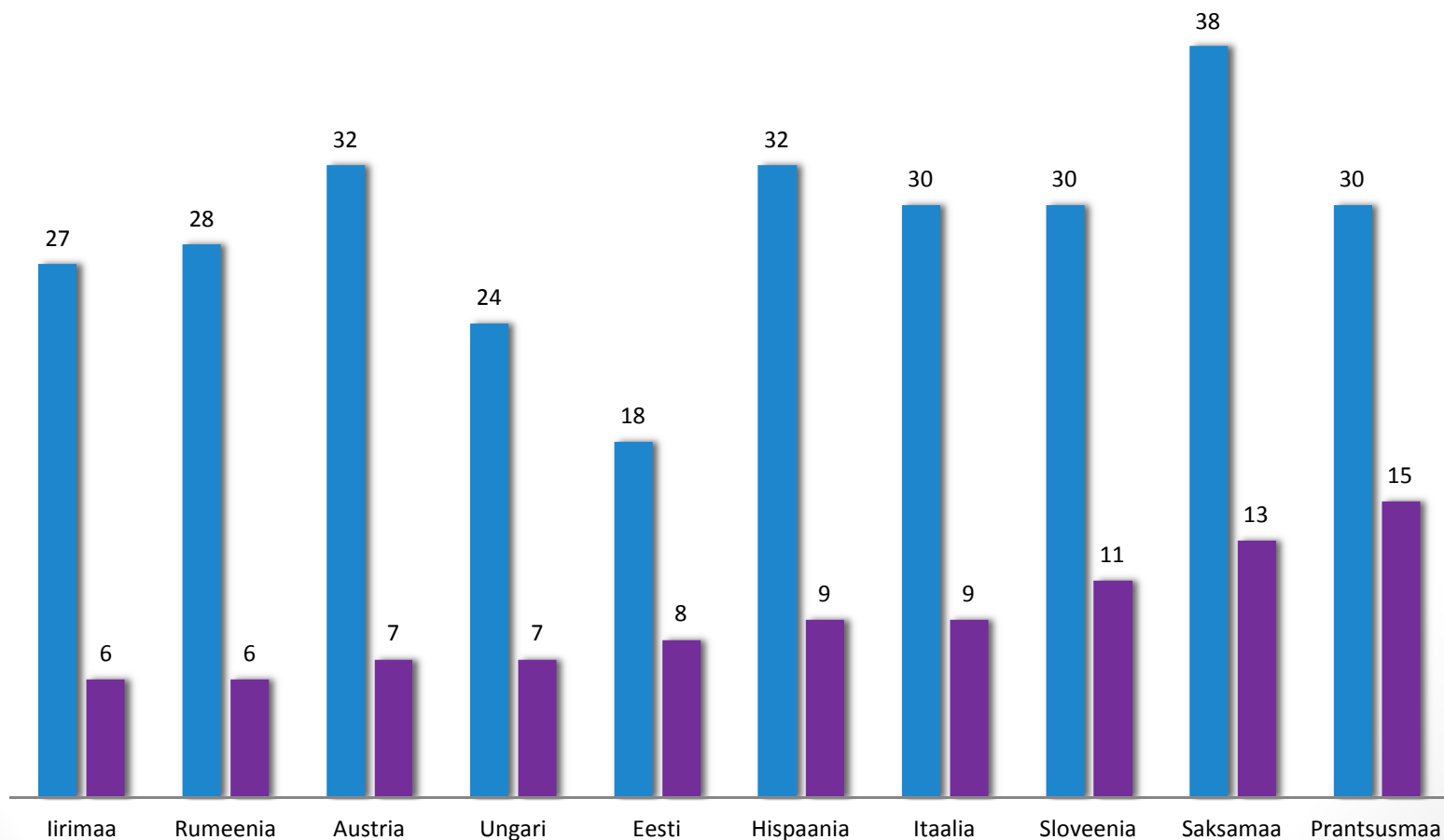
- Eeldades, et Eesti noorte psüühikahäirete levimus ei erine oluliselt muust Euroopast, saab metaanalüüsi (Wittchen et al., 2011) põhjal teha Eesti kohta järgmised hinnangud:
- aktiivsuse- ja tähelepanuhäirega (ATH) lapsi ca 13 300 (levimus keskmiselt 5%),
- pervasiivsete häiretega lapsi ca 1600 (0,6%),
- käitumishäiretega lapsi ca 8000 (3%),
- opiaatsõltuvusega hilisteismeealisi (15-19 aastaseid) ca 300 (0,4%)
- kanepisõltuvusega hilisteismeealisi ca 1400 (1,8%).

# Uued psühhiaatrilised haigusjuhud 100 000 elaniku kohta soo ja vanusrühma järgi (TAI, 2013)

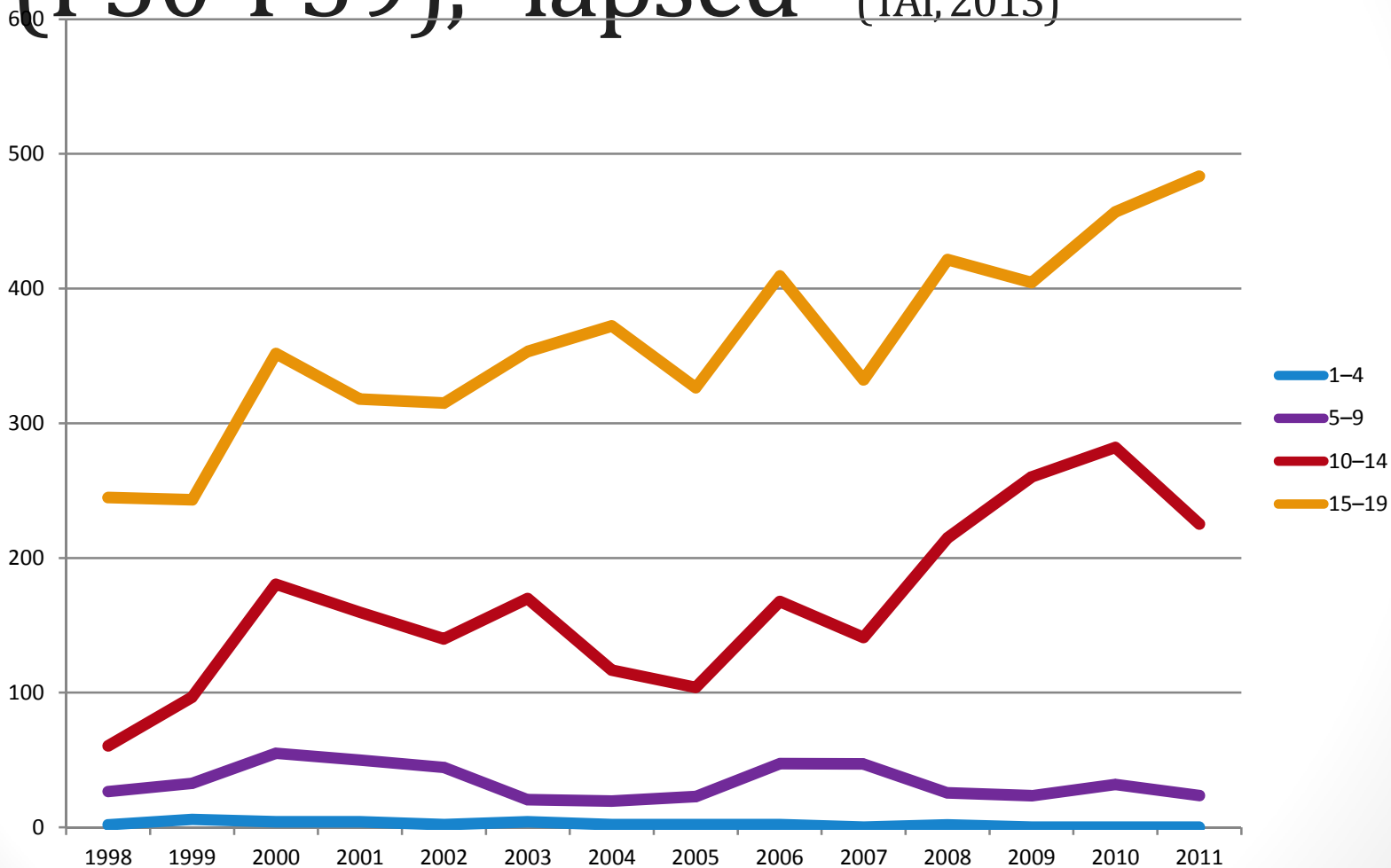


# Depressiooni levimus 14-16a. (Jurjev, 2011)

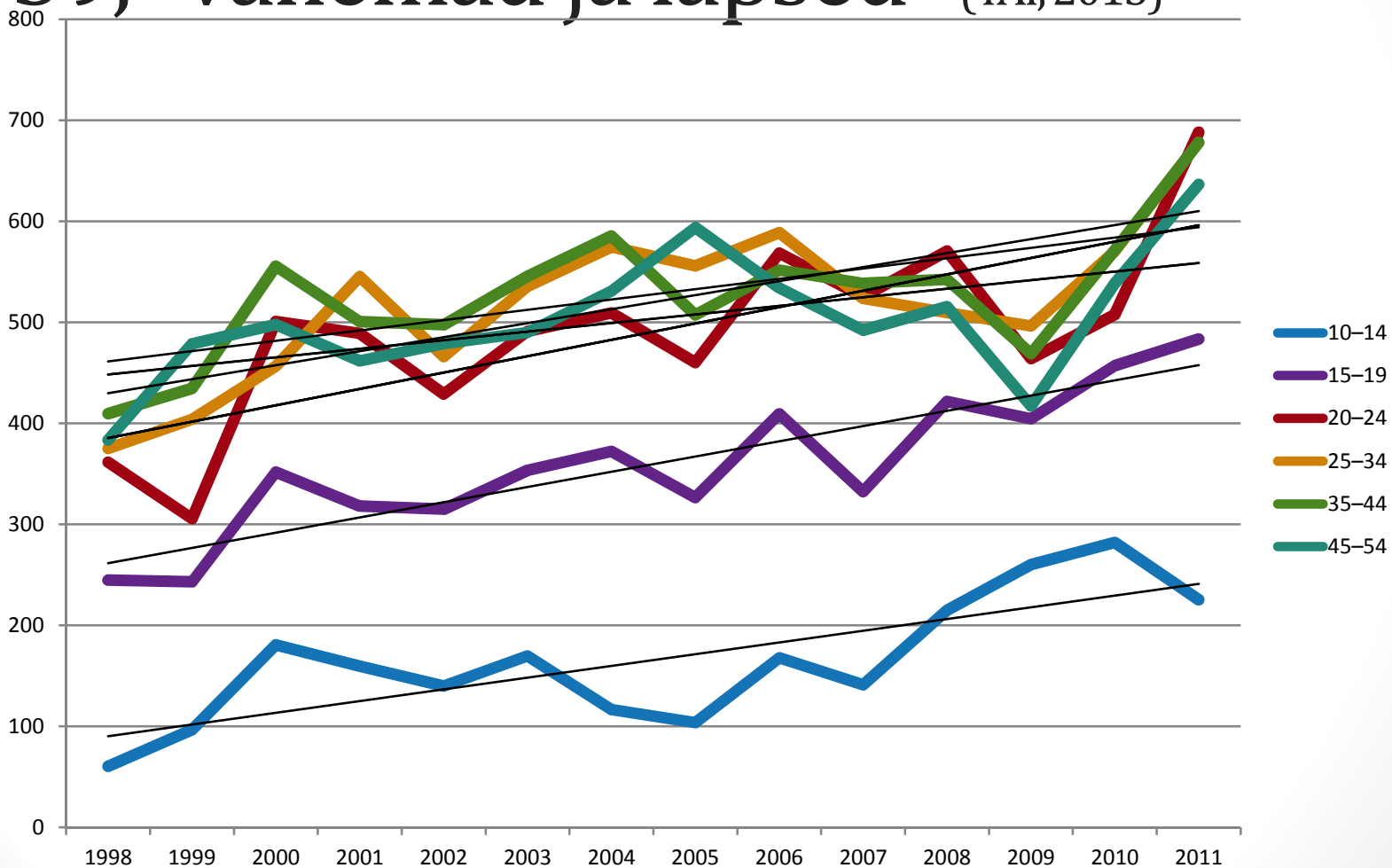
■ Alalävine depressioon % ■ Depressioon %



# Uued haigusjuhud 100 000 elaniku kohta, meeleoluhäired (F30-F39), "lapsed" (TAI, 2013)

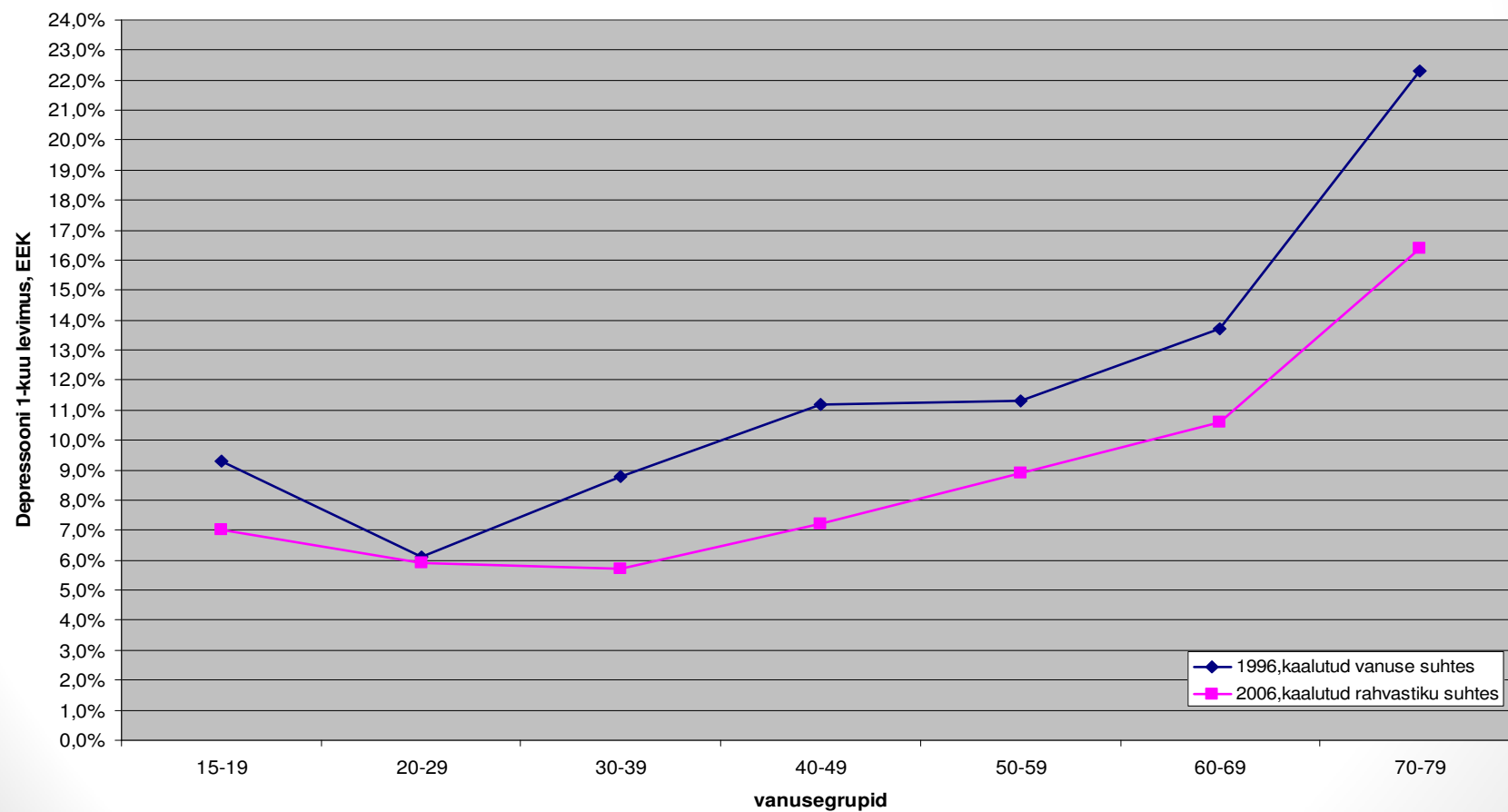


# Uued haigusjuhud/100 000 elaniku kohta, meeleoluhäired F30- 39, “vanemad ja lapsed” (TAI, 2013)





# Depressiivsuse levimus Eestis 1996-2006

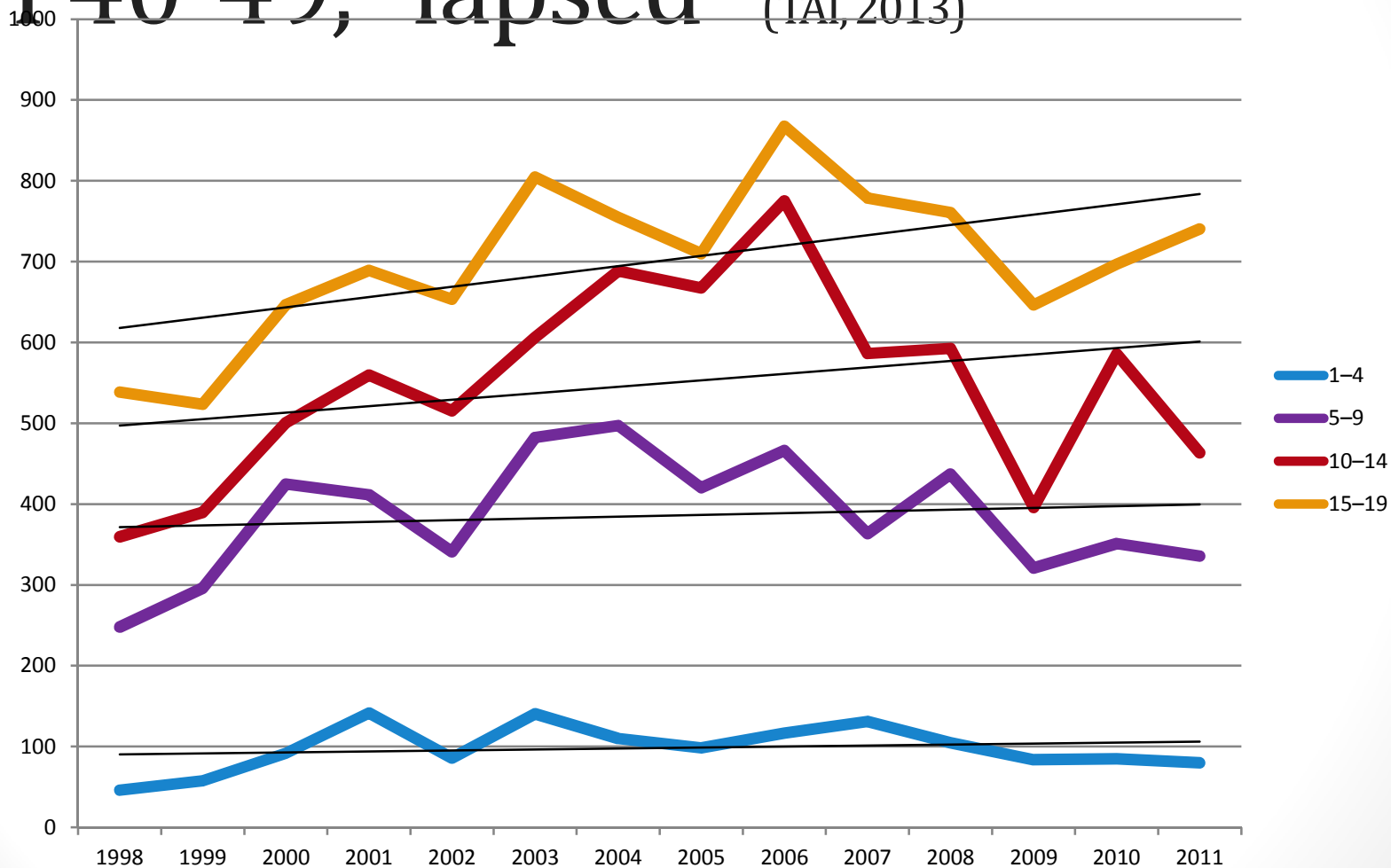


# Kas vanemad saavad abi?

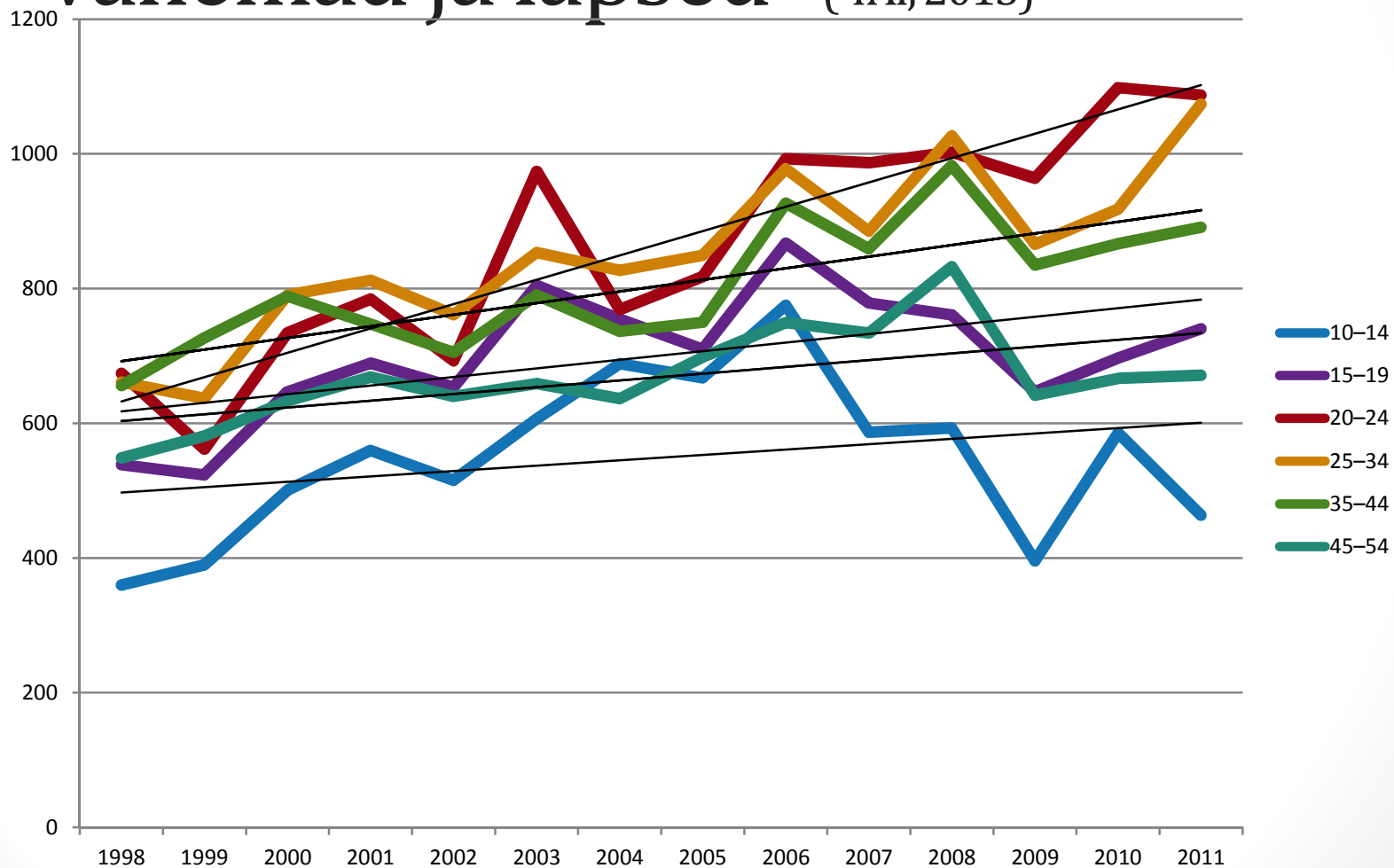
- Täiskasvanute depressiooni hetkelevimus Eestis on 5.6% (Kleinberg *et al.*, 2009)
- 10 aastaga on eestlaste depressiivsus vähenenud, kuid meeste depressiivsus sisuliselt mitte, seos sissetulekuga on tõusnud, maakonniti pole midagi muutunud Ida-Virumaal (Kleinberg *et al.*, 2008)
- Täiskasvanute depressioon on väga oluliselt seotud halva tervise ja puudega (Kleinberg *et al.*, 2010)
- 12 kuu jooksul otsis abi 34.1% depressiivsetest,
  - 44.0 % depressiivsete puhul ei märka seda perearst ega tema ise
  - depressiooni ravilõhe on 67.9%
  - sõltumata vanusest, soost või kroonilisest kehalisest häirest kasutasid depressiivsed inimesed 1.5–3 korda enam erinevaid muid tervishoiuteenuseid (Kleinberg *et al.*, 2012)
- *Liigne ja mitte sihipärane koormus tervishoiusüsteemile ja sotsiaalhoolekandesüsteemile on seotud ravimata depressiooniga*

# Uued haigusjuhud 100 000 elaniku kohta, ärevushäired

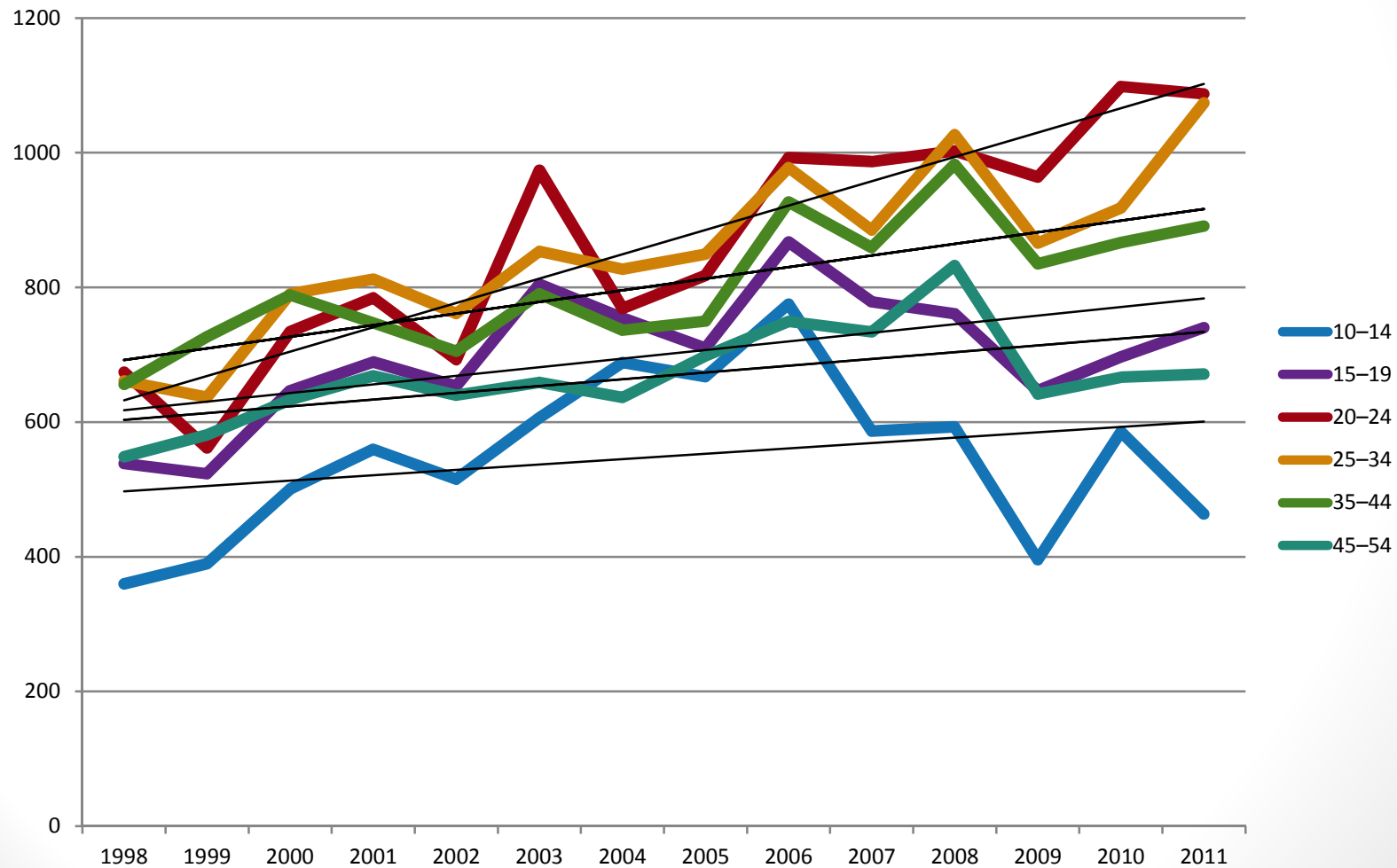
## F40-49, "lapsed" (TAI, 2013)



# Uued haigusjuhud 100 000 elaniku kohta, ärevusehäired F40-49, “vanemad ja lapsed” (TAI, 2013)



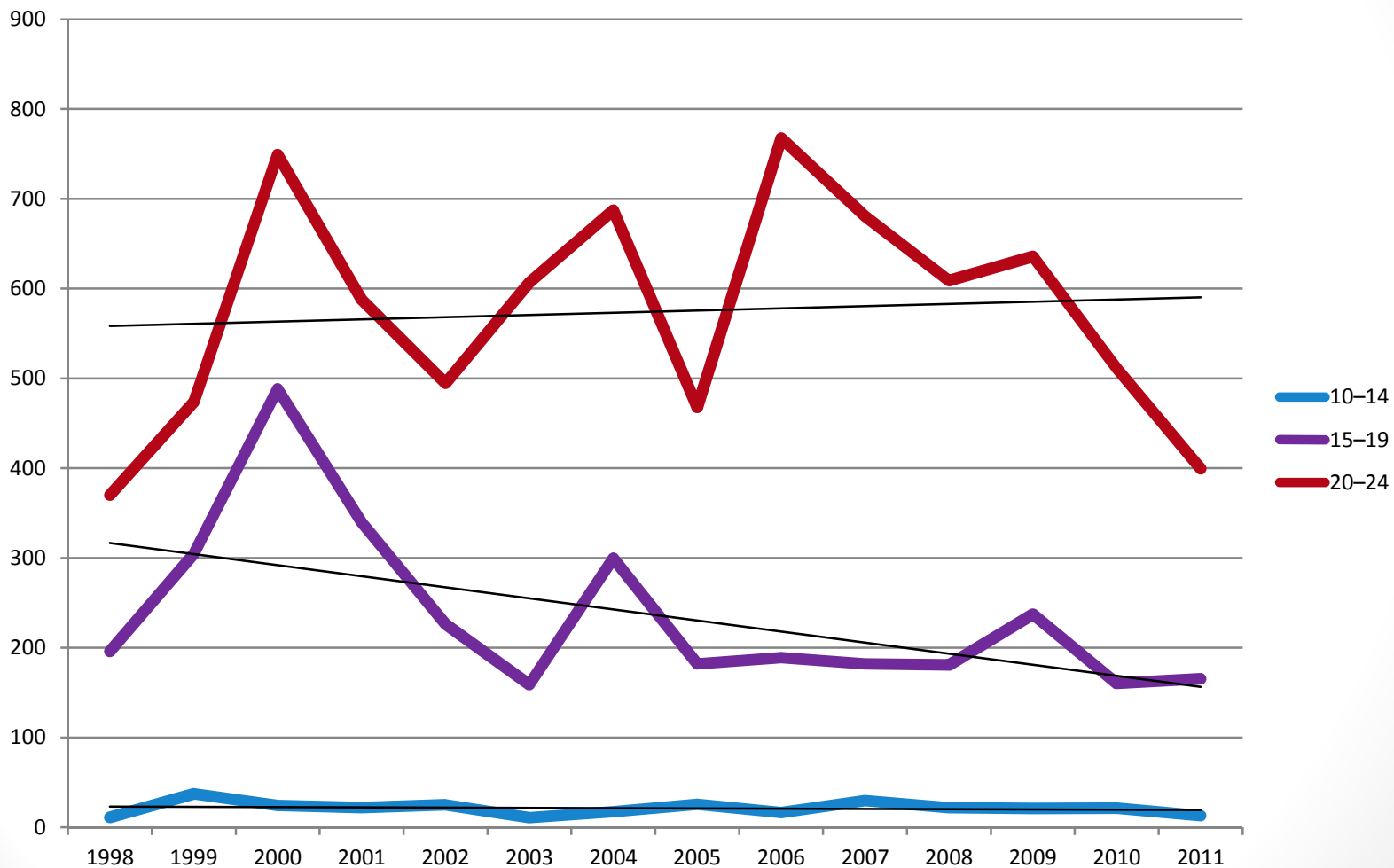
# Uued haigusjuhud 100 000 elaniku kohta, ärevusehäired F40-49, “vanemad ja lapsed” (TAI, 2013)



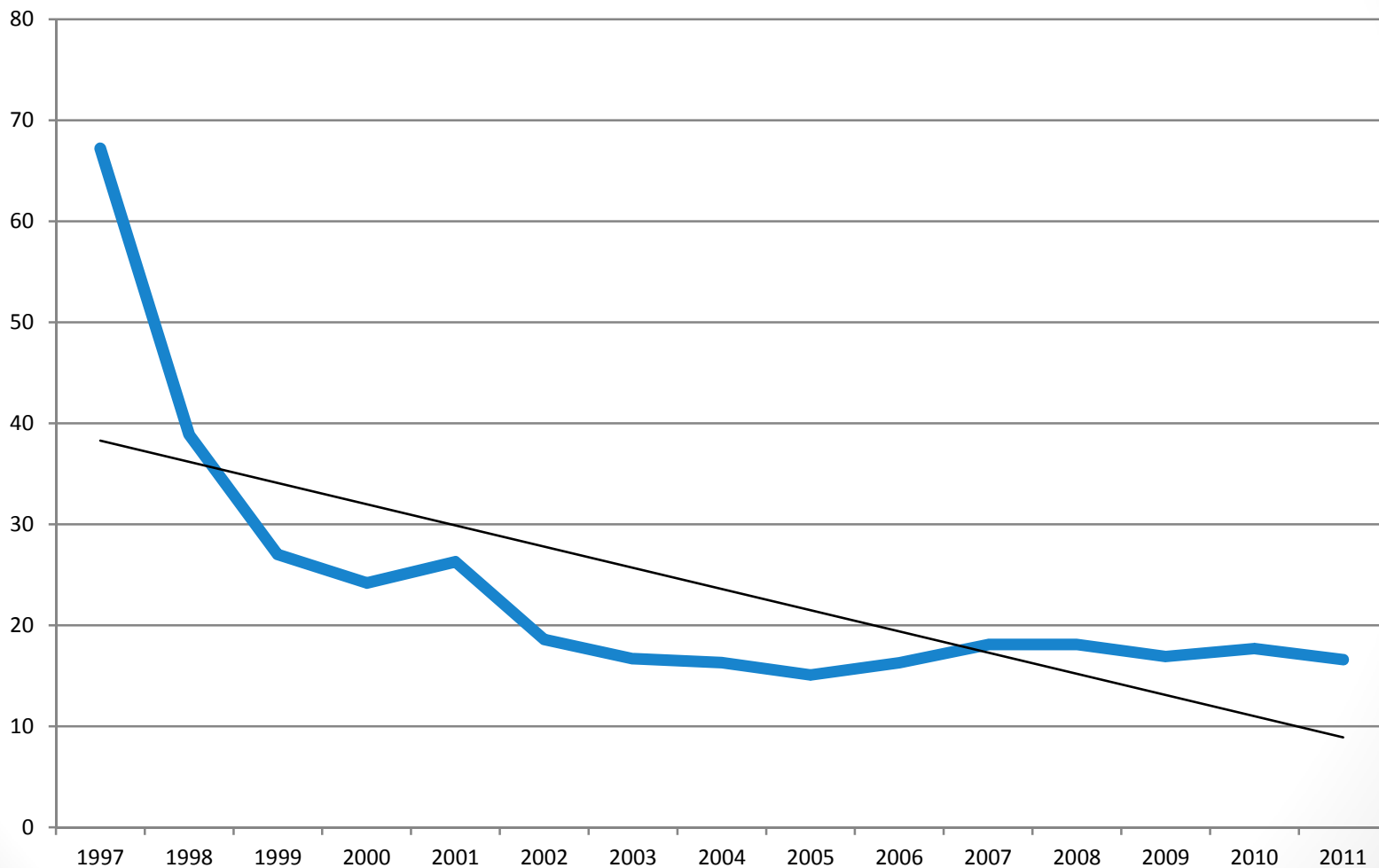
# Narkootikumide kuritarvitamine ja sõltuvus

- Arvestades Eesti kooliõpilaste tervisekäitumise uuringu ja ESPAD-i mitme aasta trende, võib arvata, et narkootiliste ainete kasutamisega seotud psüühikahäirete levimus on Eestis siiski kõrgem, kui Euroopas keskmiselt.
- Alaealiste kõrge narkootiliste ainete tarvitamise tase prognoosib sõltuvushäiretega ning spetsiifilist abi vajavate täiskasvanute hulga suurenemist lähiaastatel.

# Uued haigusjuhud, psühhoaktiivsete ainete tarvitamisest tingitud psüühika- ja käitumishäired (F10-F19) 100 000 elaniku kohta, 10-24 ea. ( TAI, 2013)

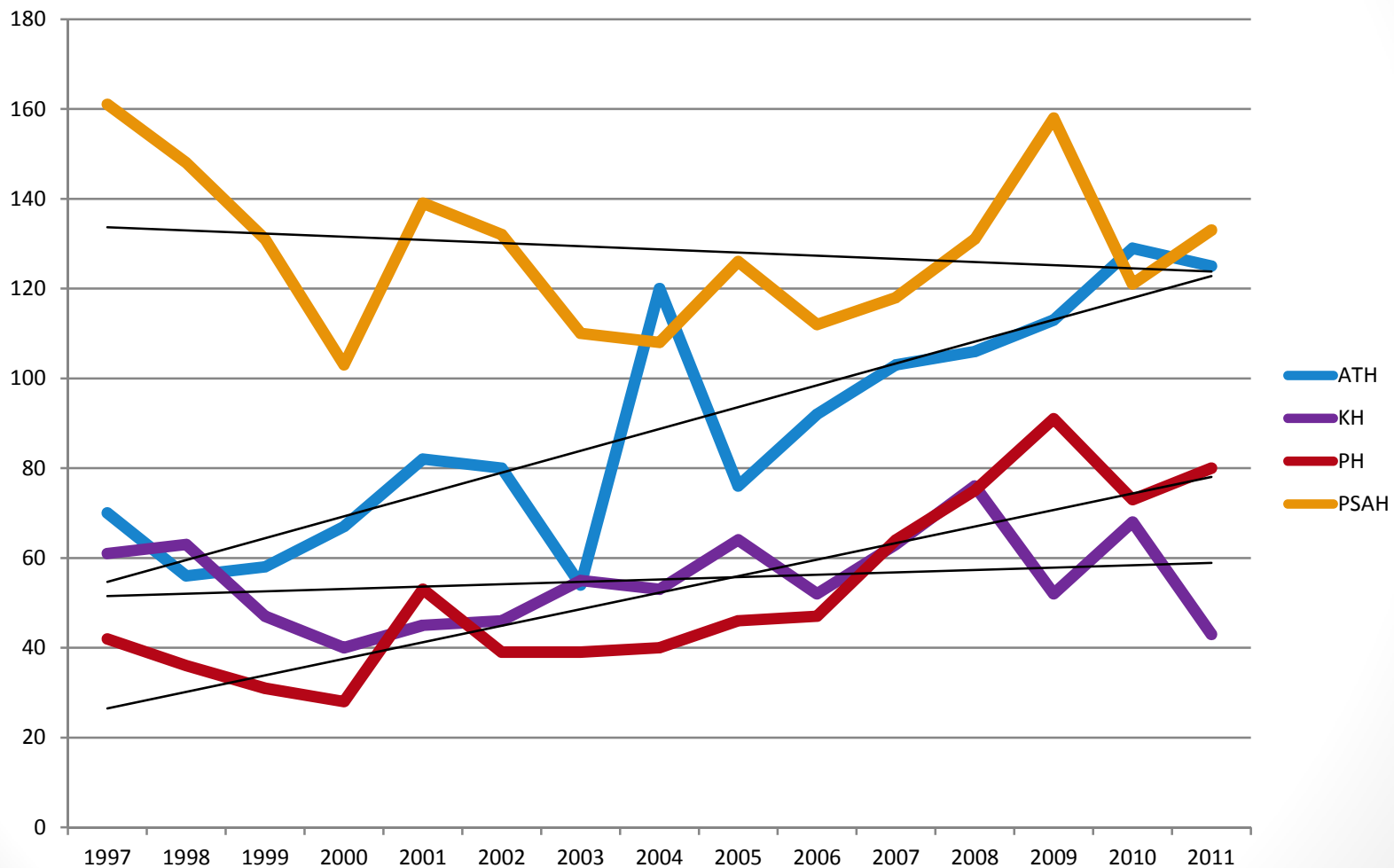


# Keskmine ravikestvus, stats ravi, F00-98, kõik vanusegrupid (TAI, 2013)

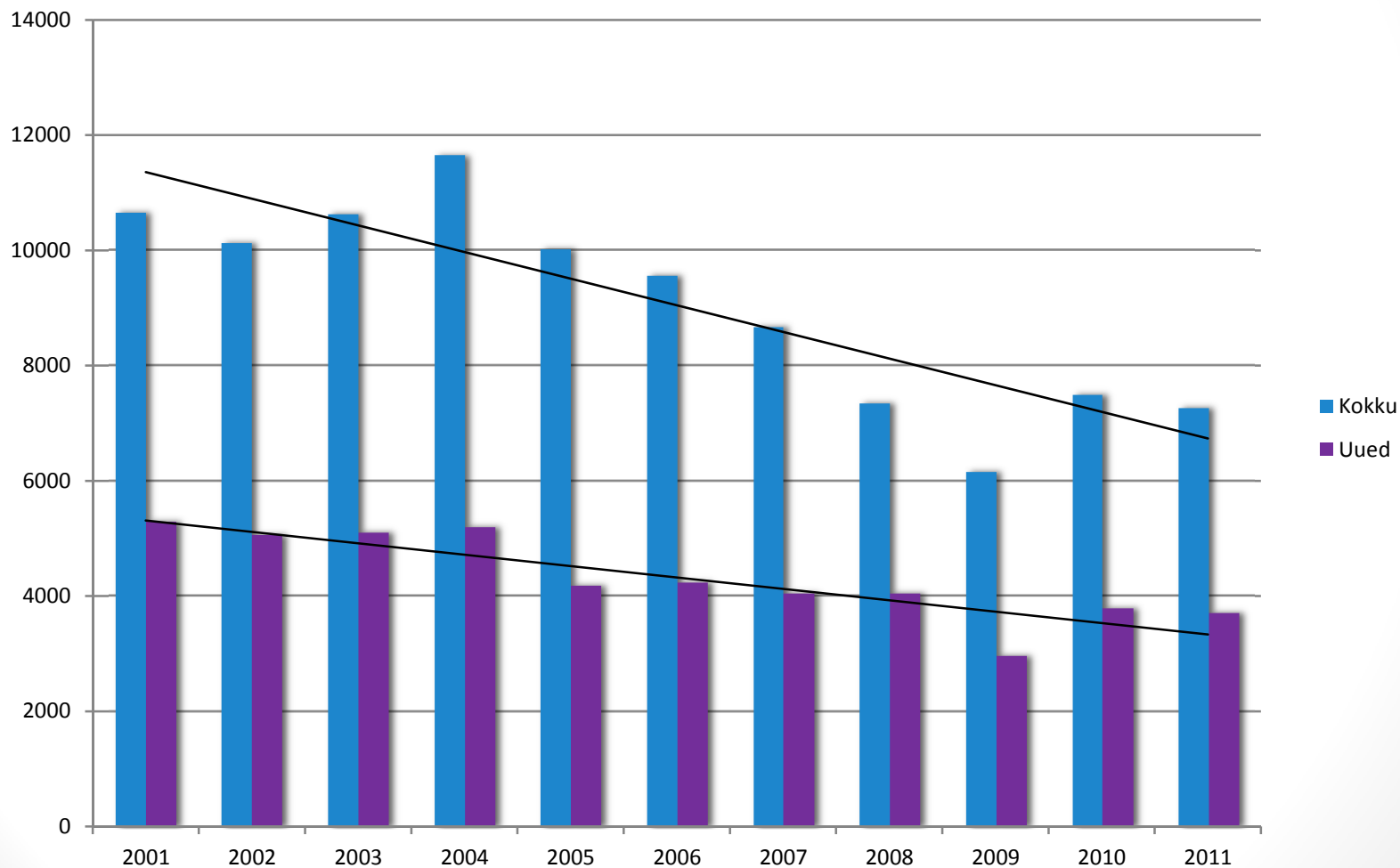




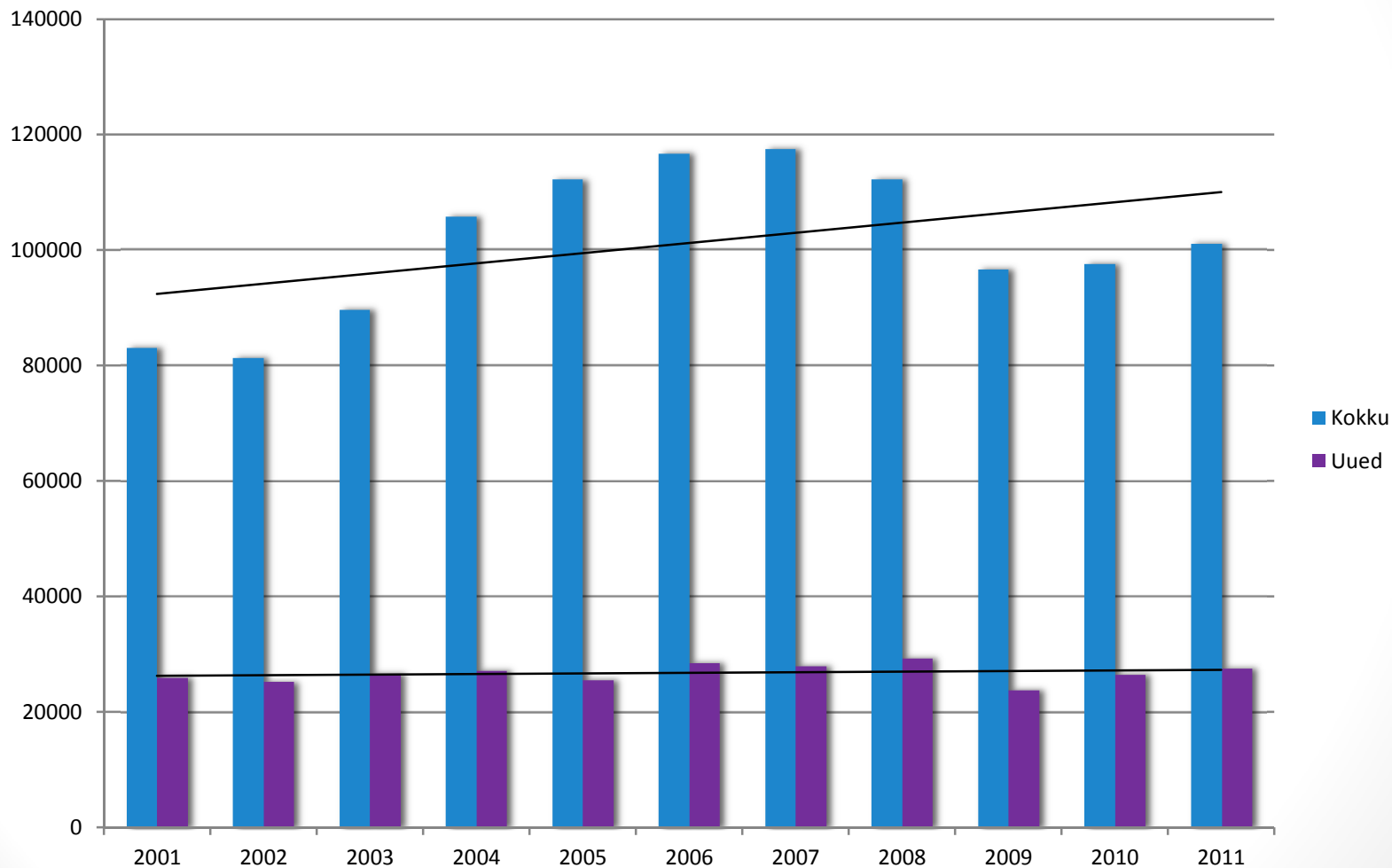
# Laste statsionaarne ravi, trendid (TAI, 2013)



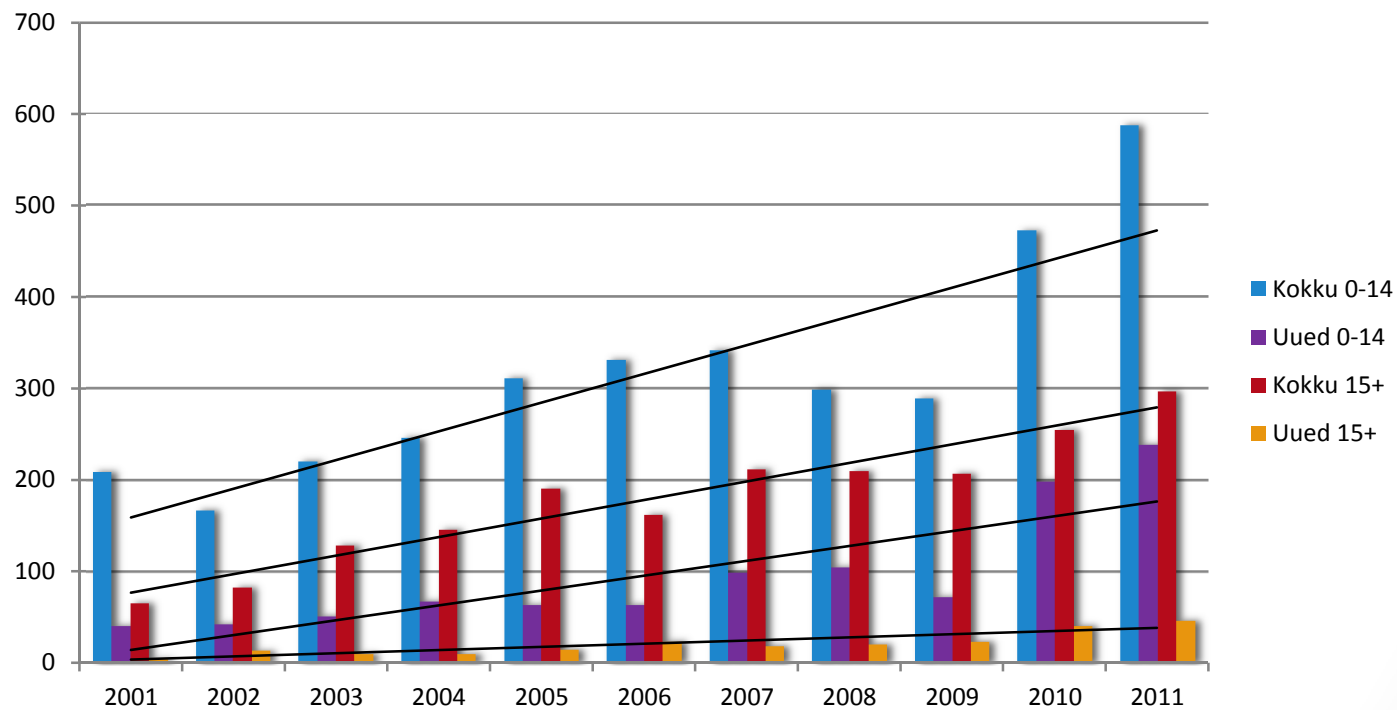
# Ambulatoorselt konsulteeritud juhud, 0-14 a.



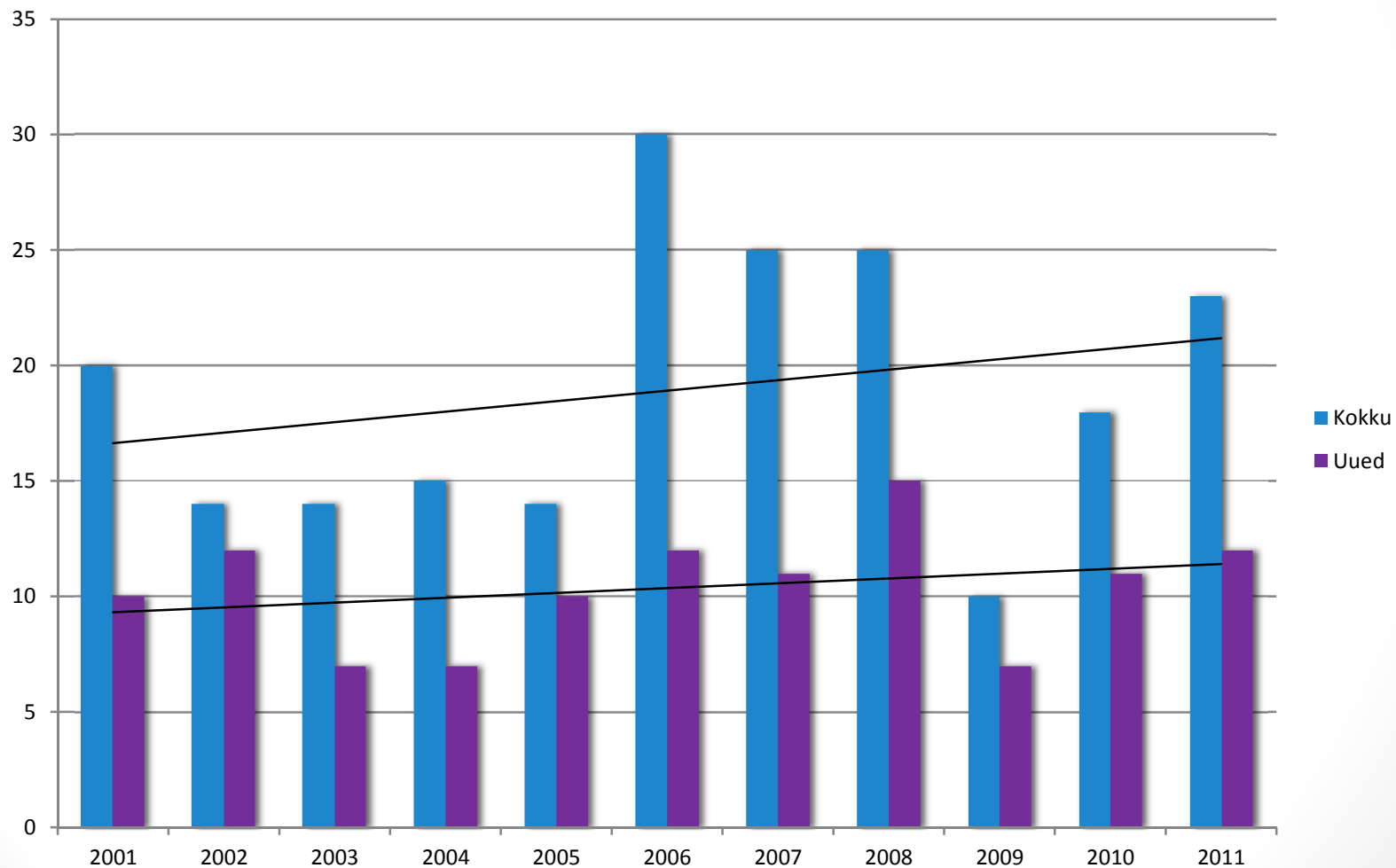
# Ambulatoorselt konsulteeritud juhud, kogu elanikkond



# Pervasiivsete häirete ambulatoorne diagnostika Eestis , ravijuhud (TAI, 2012)



# Ambulatoorselt konsulteeritud söömishäired 0-14a. (TAI, 2013)



# Vaimse tervise teenused

- Lastepsühhiaatriliste teenuste prognoosimisel ei saa üheselt lähtuda ainult senisest ravivajadusest, kuna abi osutajate arv on olnud selgelt ebapiisav.
- Laste arvu muutuste kõrval mõjutavad senist teenusestatistikat teenuseosutajate arvu ja profiili muutused ja haigekassa lepingutega etteantud raam.

# Vaimse tervise teenuste vajaduse prognoosimisel...

- on soovitatav lähtuda mitte ainult häirete levimusest või ravijuhtude arvust, vaid ka nähtustest nagu
- lahutuste määr
- üksikvanemaga perede osakaal
- asenduskodudes viibivate laste arv
- lastekaitstes arvel olevate laste arv
- haridusliku erivajadusega laste arv
- politsei vaateväljas olevate laste arv
- koolist väljalangejate arv
- koolist puudunud päevade arv
- suitsiidide tase
- somaatiline haigestumus.

# Aitajate ring

- Tervishoid
  - Sotsiaalhoolekanne
  - Haridus
  - Õiguskaitstesüsteem
- 
- Vanemad
  - Ühiskond laiemalt



# Lastepsühhiaatria eriala arengu kitsaskohad

- Spetsialistide vähesus
- Lastepsühhiaatriline abi on kättesaadav piiratud hulgale patsientidele

# Laste psühhiaatiline meeskond

- Laste ja noorukite psühhiaater
- Vaimse tervise õde
- Kliiniline lapsepsühholoog
- Logopeed
- Eripedagoog
- Sotsiaaltöötaja

# Spetsialistide vajadus

- Optimaalne lastepsühhiaatrite arv 100 000 elaniku kohta võiks olla 3.5.
- 1 ambulatoorne lastepsühhiaater 40 000 elaniku
- Minimaalne vajalik täiskoormusega töötavate lastepsühhiaatrite arv oleks seega keskmiselt 60.
- Arvestatava mahuga töötab umbes 22 lastepsühhiaatrit, kelle keskmine vanus on 55 aastat.
- Lastepsühhiaatria residentuur kestab 5 aastat,
- Minimaalne arengut tagav koolitustellimus on 4 lastepsühhiaatrit igal aastal.

# Laste psühhiaatrias vajalike spetsialistide arv 2015-2020

- Lastepsühhiaatrite optimaalne absoluutarv 60
- Med.õdede optimaalne absoluutarv 240
- Kliiniliste lapsepsühholoogide optimaalne absoluutarv 120
- Logopeedide optimaalne absoluutarv 45
- Eripedagoogide optimaalne absoluutarv 15
- Sotsiaaltöötajate optimaalne absoluutarv 15

# Laste psühhiaatria eriala arengu prioriteedid I

- Tagada 2011. aasta sügisest alanud lastepsühhiaatria eriresidentuuri jätkusuutlikkus
- Taastada lastepsühhiaatria eraldiseisev eriala
- Tagada lapse ja pere vajadustest lähtuv ea ja probleemispetsiifiline lastepsühhiaatriline abi
- Kaasajastada lastepsühhiaatriliste teenuste kättesaadavuse parandamiseks haigekassa tervishoiuteenuste loetelu

# Lastepsühhiaatria eriala arengu prioriteetidid II

- Lahendada kiiresti olukord, kus tervishoiuressursse sunnitakse kulutama erihoolduse tagamiseks raviasutuses
- Luua tingimused regulaarse erialase supervisiooni tagamiseks
- Tagada perearstide väljaõppes lastepsühhiaatria õpetamine

# Laste psühhiaatria eriala arengu prioriteetidid III

- Tagada regionaalsete lastepsühhiaatria keskuste väljaarendamine ja jätkusuutlik areng
  - minimaalselt Põhja-Eestis Tallinnas, Lõuna-Eestis Tartus, Lääne-Eestis Pärnus ja Ida-Eestis Ida-Virumaal, arvestades vajadust süstemaatiliseks koostööks teiste laste psüühikahäirete ravis- ja rehabilitatsiooniosalevate erialadega.
- Arvestada olemaolevate kõrvalvaldkondade arengukavade eesmärkidega, sh Laste ja perede arengukava 2012–2020 raames loodavate regionaalsete riskilaste keskuste kontseptsiooniga

# Ravijuhised

- Olemas
  - aktiivsuse-tähelepanuhäire ravijuhis;
  - perearstidele suunatud depressiooni diagnostika- ja ravijuhises on eraldi peatükk laste ja noorukite depressiooni käsitlemiseks
- Vajalik
  - autismi ravijuhis
  - perearstidele mõeldud ravijuhis, mis käsitleks lastepsühhiaatriliste häirete sõelumist (skriining) ja esmatasandil võimalikke sekkumisi.
- Multidistsiplinaarse valdkonnaülese sekkumise põhialused?



# Regulatiivne keskkond ja vajalikud muudatused

- Psühhiaatrilise abi seadus versus Vaimse tervise seadus, mis reguleeriks ka lastepsühhiaatrilisi küsimusi.
- Kuidas seadusandlus toetab hariduse, sotsiaalhoolekande ja ka kriminaalhooldussüsteemi integreeritud lahendusi, lähtudes vaimse tervise probleemiga lapse vajadustest.
- Laste ja noorukitepsühhiaatria kõrvaleriala seadustamine.
- Uue Lastekaitseseaduse rakendamine
- Omastehooldajaid puudutavate probleemide lahendamist vastavate õiguslike regulatsioonides.
- Laste vaimse tervise poliitika

# Vaimse tervise poliitika

- *Vaimse tervise poliitika* on avalikult vastu võetud dokument, milles on sõnastatud vaimse tervise valdkonna eesmärgid, strateegiad, vajalikud tegevused ja vastutajad.
  - See peaks välja tooma rahvusliku ja/või regionaalse vaimse tervise raamistiku kirjeldades kuidas on organiseeritud vaimse tervise teenused, vaimse tervise alane ennetus ja edendus, samuti regulatsioonid, mis tagavad vaimse tervise probleemidega inimeste õigused (Lehtinen, 2008)

# Süsteemsed väljakutsed

- Interaktsioon teaduse, kliinilise teadmise ja poliitika arendamise vahel
- Ressursisäästlik kvaliteetne regionaalselt võrdselt kättesaadav abi
- Rahvusvaheline koostöö

# Pikk tee minna...

