

# Heaolu tehnoloogiatest

## #2 Kukkumiste ennetamine tehnoloogiaga



SOTSIAALMINISTEERIUM



Kaasrahastanud  
Euroopa Liit



Eesti  
tuleviku heaks

# KODUKORD

- **Mikrofonid välja, kaamerad sisse**
- **Küsimused ja kommentaarid vestlusaknasse**
- **Ei lindistata**
- **Link slaididele saadetakse osalenutele pärast üritust**

*„Heaolu tehnoloogiatest“ üritustel jagatakse infot, kogemusi ja kontakte tehnoloogiapõhiste lahenduste kasutamisest inimeste iseseisva toimetuleku ja heaolu tõstmisel ning teenuste tõhususe ja töötajate töötingimuste parandamisel.*

# KUKKUMISED

- Kolmandik kodus elavatest üle 65-aastastest eakatest kukub vähemalt kord aastas.
- Kukkumised on üle 65-aastaste hulgas juhtiv vigastuste põhjus. Hinnanguliselt 10–15% EMO visiite on põhjustatud kukkumisest.
- Ligikaudu iga viies kukkumine päädib vigastusega nagu luumurd, pehmekoe- või peatrauma, mis võib viia elukvaliteedi olulise halvenemise ning eluea lühenemiseni.
- Reieluukaela murru kui ühe sagedaima ja raskeima kukkumise tüsistuse tõttu sureb aasta jooksul 28% ja hoolekandetasutusse siirdub 20% kukkunutest.
- Kuni 60% kukkunutest vajab koduste toimingutega abi veel 1–2 aastat pärast murdu.
- Tervisekassa 2022. aasta andmetel oli 65-aastaste ja vanemate seas 40 625 kukkumisega seotud ravijuhtu ning nende raviarvete kogusumma ligi 25 miljonit eurot. Lisaks põhjustasid kukkumised üle 65-aastaste seas 211 surma.
- Allikas: [Lähteülesanne TTH 71 Kukkumiste multifaktoriaalne ennetusprogramm](#)

- 1. Tartu Ülikooli Kliinikum** alustas aasta tagasi tehisaru põhise lahenduse kasutamist kukkumiste ennetamiseks ja tuvastamiseks. Lahendust testitakse sisehaiguste osakonnas ja sellel on potentsiaali vähendada juhtumeid 50% võrra. Rääkima tulevad kliinikumi **digiteenuste juht Rainis Kolga** ja **sisehaiguste osakonna õendusjuht Martina Vool**.
- 2. Tallinna linn** on abivajajatele üle kümne aasta pakkunud terviklikku sotsiaalvalveteenust, mis võimaldab inimestel kauem iseseisvalt ja turvaliselt kodus elada kasutades tehnoloogiaid, mis tagavad häda korral abi ja tähelepanu. Taipamisi jagab **Kätlin Uuemäe Tallinna Sotsiaal- ja Tervishoiuametist**.

# VEEL KUKKUMISTE TEEMAL

- **Siseministeriumi** eestvedamisel koostatakse **Koduohutuse tegevuskava 2025-2028**, mis keskendub koduste kukkumiste vähendamisele läbi **tõhusama andmevahetuse operatiivselt reageeriva ressursi (PPA, PÄA, KA, HäK) ja KOVide vahel**.
- **Tartu Ülikooli peremeditsiini ja rahvatervishoiu instituut** analüüsib **kukkumiste ennetusprogrammi tervisekasu ja kulutõhusust** võrreldes Eesti tavapraktikaga ning hindab, milline oleks taolise sekkumise optimaalne korraldus ja eelarvemõju Eestis ([TTH 71 Kukkumiste multifaktoriaalne ennetusprogramm](#)).
- [Riigi innotiimi 2024 sügisel toimunud müksatonis](#) osales tiim „**Ennetustegevused eakatele**“. Eakatega juhtub kõige rohkem õnnetusi koduses keskkonnas. Samas on just eakad need, kelle käitumist ei ole seniste ennetustegevustega õnnestunud muuta. Päästeamet, Rapla vald, Politsei- ja Piirivalveamet ning Tallinna linn otsisid lahendusi, kuidas kohandada ennetustegevus just nende vajadustele.
- [Põhja-Eesti Regionaalhaigla kodulehele](#) on koondatud kukkumise ennetamise ja kukkumisele reageerimise infomaterjale, sh **tõendus põhine kukkumisriski hindamise küsimustik**, mida inimene ise saab enda kukkumisriski hindamiseks kasutada.
- [Päästeameti kodulehel voldik](#) näpunäidetega eakale, kuidas kohandada oma kodu lihtsate võtetega turvalisemaks.

# MÄRGI KALENDRISSE

- **Järgmine üritus toimub 18.02 kl 10:00-11:30**
- **Teema anname teada kaks nädalat enne**
- **Anna mulle teada kui soovid välja pakkuda huvitava teema ja/või ise esinema tulla!**
- **Kui ei soovi edaspidi kutseid saada, siis kirjuta mulle!**

*„Heaolu tehnoloogiatest“ üritustel jagatakse infot, kogemusi ja kontakte tehnoloogiapõhiste lahenduste kasutamisest inimeste iseseisva toimetuleku ja heaolu tõstmisel ning teenuste tõhususe ja töötajate töötingimuste parandamisel.*

# KONTAKT

**Kitty Kubo**

sotsiaalteenuste innovatsiooni ja tehnoloogia juht

Sotsiaalministeerium

[Kitty.kubo@sm.ee](mailto:Kitty.kubo@sm.ee)



SOTSIAALMINISTEERIUM



Kaasrahanud  
Euroopa Liit



Eesti  
tuleviku heaks