



SOTSIAALMINISTEERIUM

Uus algus vaimse tervise poliitikas

Vaimse tervise osakonna tänased sammud ja tulevikusuunad

Anne Randväli

Vaimse tervise poliitika juht, Sotsiaalministeerium

EPSÜ suvekoolis 11.09.2022

Teemad

- 1 Milline on meie, st Eesti elanike vaimne tervis?
- 2 Vaimse tervise poliitika
- 3 Vaimse tervise valdkonna arengud Eestis
- 4 Apteegi roll vaimse tervise edendamises?

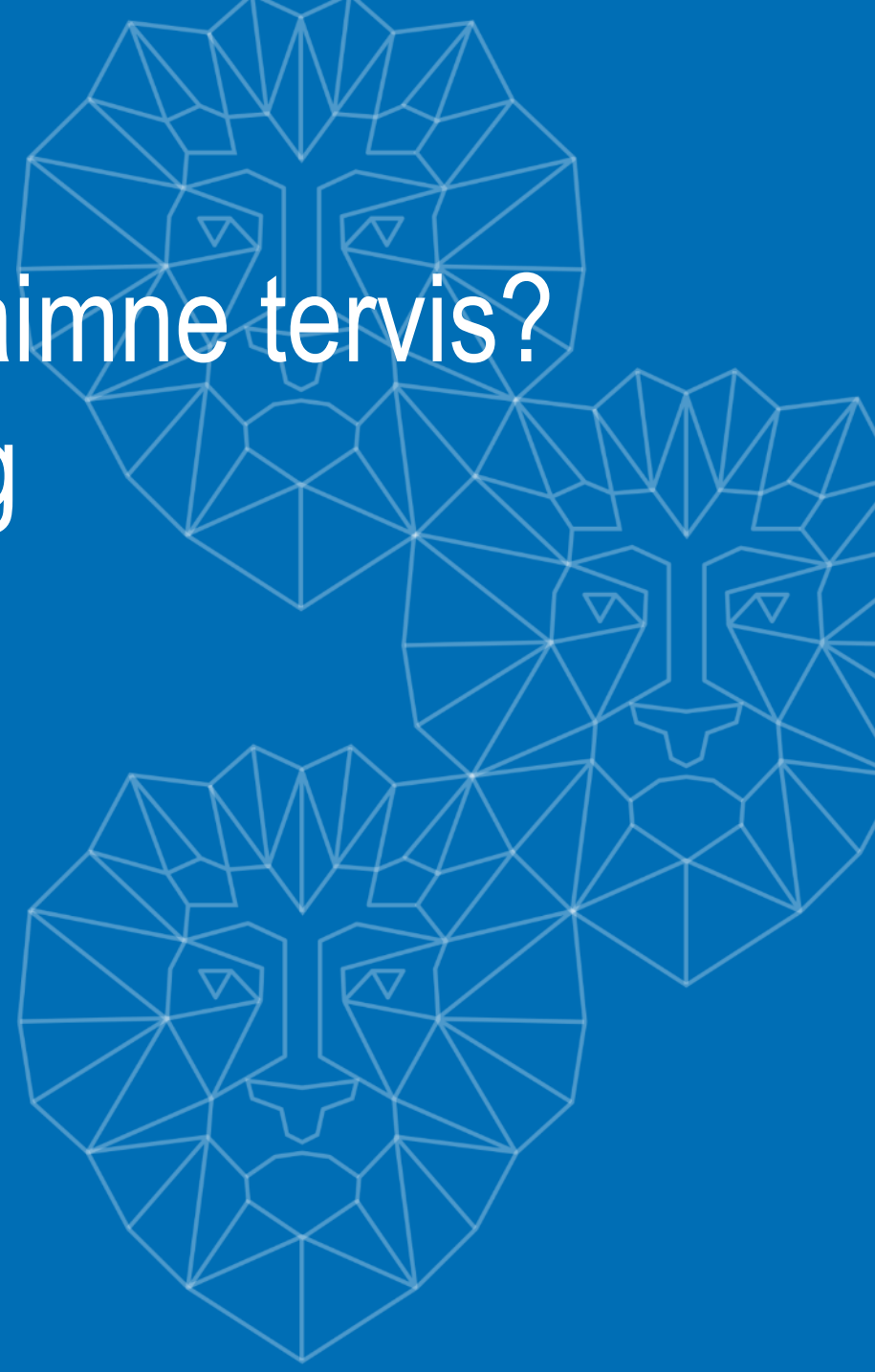
Milline on meie (Eesti elanike) vaimne tervis?

Rahvastiku vaimse tervise uuring (RVTU 2020-2022)

Uuringu läbiviijad: Tervise Arengu Instituut ja Tartu Ülikool

Rahastaja: Eesti Teadusagentuur

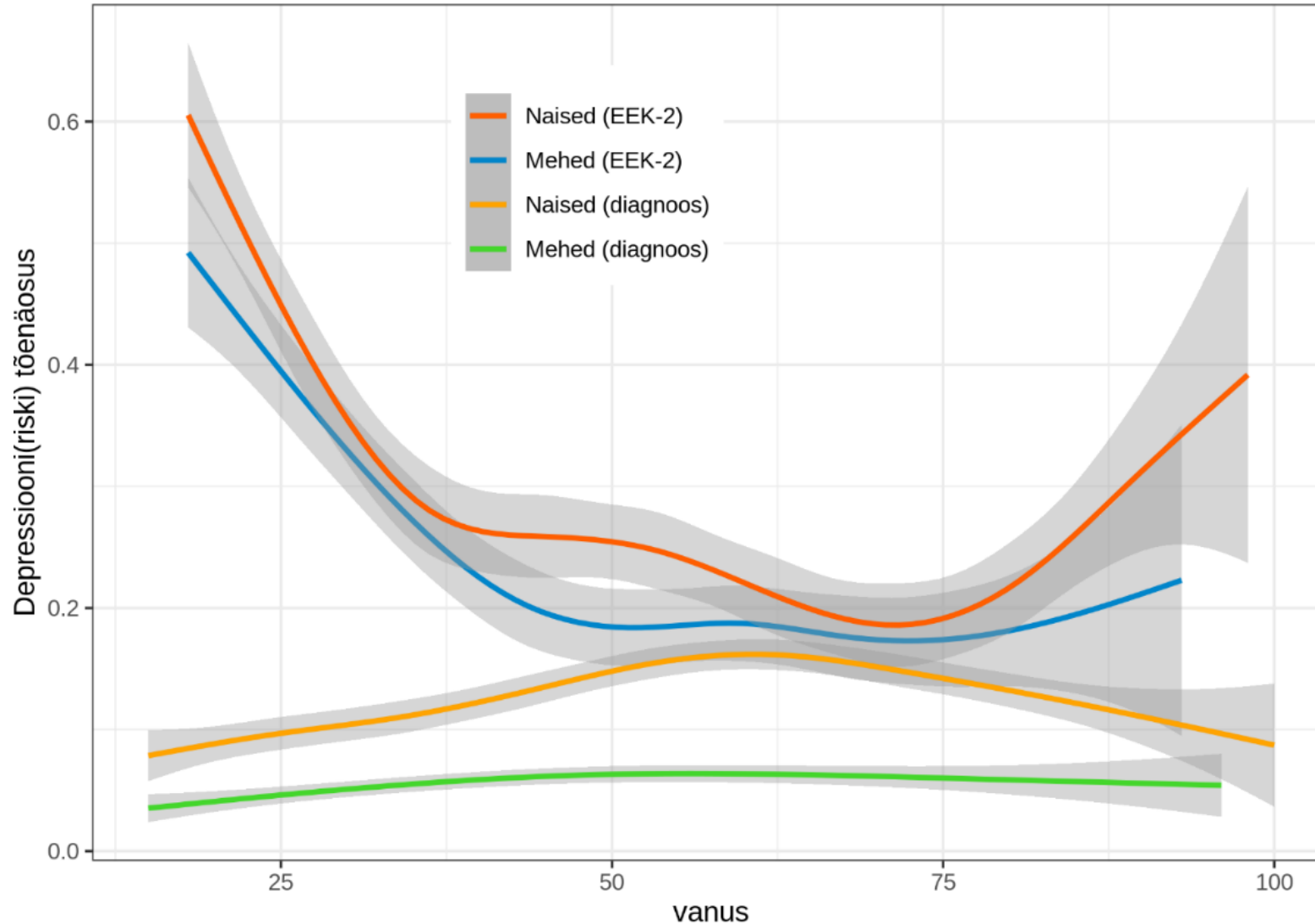
Tellijad: SOM, JUM, HTM, SIM, Riigikantselei



RVTU eesmärgid

- ❖ Ülevaade Eesti rahvastiku vaimsest tervisest / psühholoogilisest heaolust
 - probleemide levimus
 - haavatavad grupid
 - riski- ja kaitsetegurid
- ❖ Indikaatorite süsteem, mida saaks edaspidi kasutada

Häirete levimus – depressiooni näide



Enim levinud probleemide - depressiooni ja ärevushäirete - esinemine

- Haigekassa andmete alusel diagnoositi perioodil 2016–2021 **depressiooni** 12%-l ja **ärevushäireid** 10%-l täiskasvanutest.
- Enesekohase küsimustiku andmete põhjal oli 2021. aastal kõrgenenud depressioonirisk 28%-l ja üldistunud ärevushäire risk 20%-l rahvastikust.

Riiklikud andmekogud tõenäoliselt **alahindavad** ja enesekohased küsimustikud **ülehindavad** probleemide esinemist.

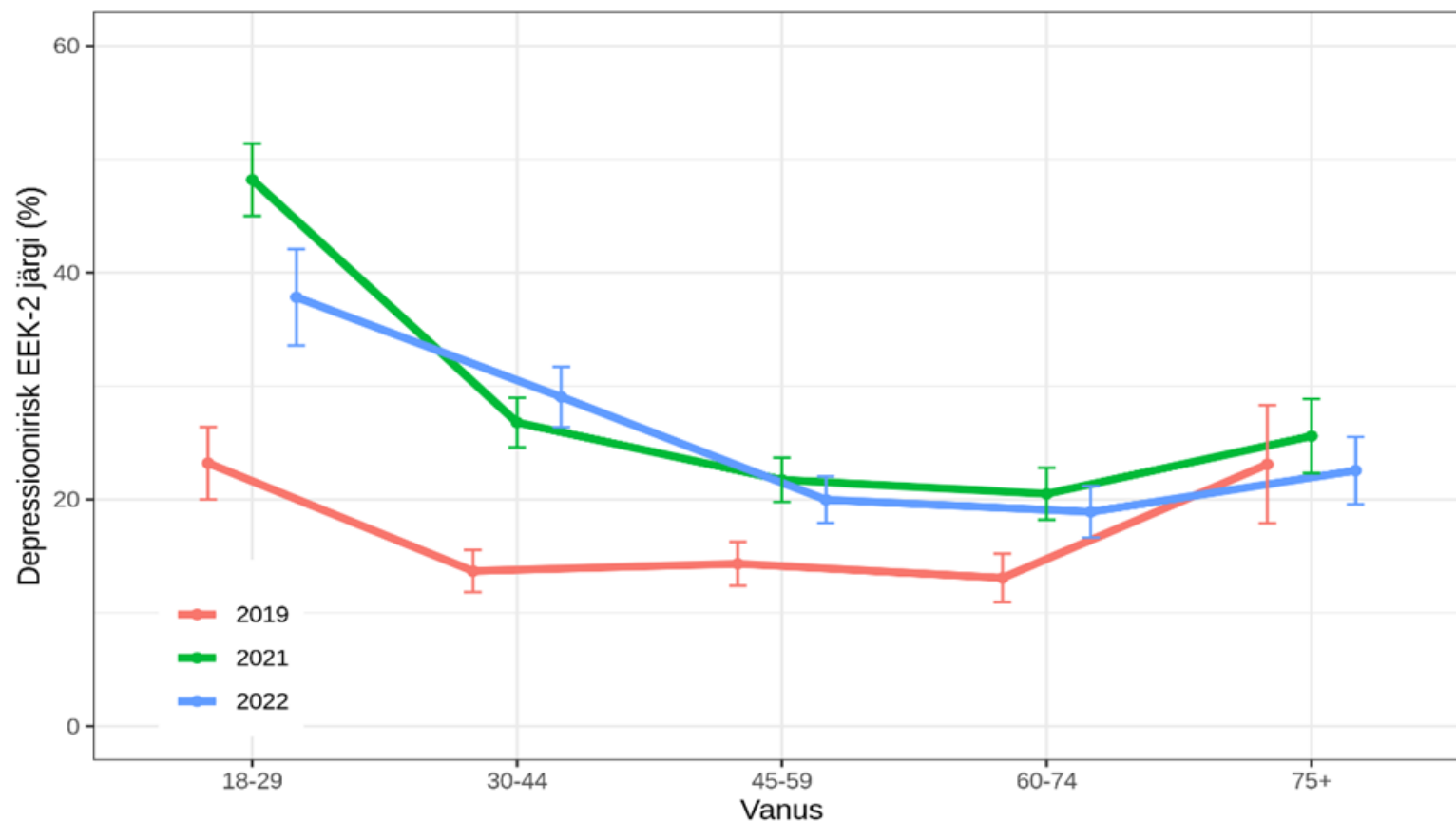
Seetõttu on rahvastiku vaimse tervise probleemide ulatuse täpseks hindamiseks mõistlik enesekohaseid ja registripõhiseid näitajaid **kombineerida**.

Noored kui riskirühm

- Noortel (15–24a) oli enesekohase küsimustiku põhjal nii depressiooni kui ärevushäirete risk kuni kaks korda kõrgem kui elanikkonnas keskmiselt.

Pandeemia mõju

- Koroonakriis mõjus rahvastiku vaimsele tervisele negatiivselt: 2021. ja 2022. aastal oli kõrgenenud depressiooni ja ärevuse riskiga inimeste osakaal oluliselt suurem kui pandeemiaeelselt 2019.



VT teenuste kasutamine (1)

- Psühhiaatri, psühholoogi või psühhoterapeudi teenuseid kasutas perioodil 2016–2021 13% täisealisest rahvastikust; teenuseid kasutasid rohkem **naised** (14%) ja **18–24a** vanuserühm (26%), samuti **madalama haridustaseme ja sissetulekuga** inimesed.
- Erandiks olid **väga madala sissetulekuga** elanikud, kes kasutasid Haigekassa poolt rahastatavaid vaimse tervise teenuseid oluliselt vähem.
- Koroonakriisi vältel pidas enamik täisealistest vastanutest oluliseks vaimse tervise teenuste **kättesaadavuse** üldist parandamist, kuid **isiklikult vaimse tervise teenuse vajadust tundvaid inimesi oli vastajate seas vähem** (psühholoogi või nõustaja vastuvõttust tundis puudust 13%, psühhiaatri vastuvõttust 8%).

VT teenuste kasutamine (2)

- Nendest, kes tundsid vajadust vaimse tervise abi järele, eelistas **70% abi otsimise asemel oodata**, et probleemid laheneksid või ise hakkama saada.
- Peamiste takistustena abi otsimisel toodi välja **tervishoiusüsteemist tulenevad piirangud** (sh liiga pikad järjekorrad, plaanilise ravi piirangud, teenuste hind), samuti **vähene usk, et teenustest oleks kasu**, ning **teadmatus** sellest, kuhu pöörduda.
- Arvestades, kui suur osa rahvastikust on ühe või teise psüühikahäire suhtes kõrgenenud riskis, on oluline soodustada vaimse tervise probleemide **õigeaegset märkamist** ja kasvatada elanikkonna **teadlikkust abivõimalustest**.
- Märkimisväärne **lõhe** vaimse tervise teenuste vajaduse ja kasutamise vahel ilmnes vanemates vanuserühmades, meestel ja väga väikese või puuduva sissetuleku korral.

Sõlmprobleemid

1. Sotsiaal-majanduslik ebavõrdsus
2. Sotsiaalne isolatsioon
3. Noorte vaimne tervis
4. Puudulik terviseharidus ning infopuudus teenuste kohta
5. Puudulik info VT häirete levimuse, mõjude ja riskitegurite kohta

Vaimse tervise poliitika

Me lahendame üle maailma sarnaseid probleeme



There is no health without mental health



Overview of the *World mental health report: transforming mental health for all*

1 INTRODUCTION: A WORLD REPORT

Inspire and
inform change

Core concepts

Determinants

**PRINCIPLES AND
DRIVERS OF PUBLIC
MENTAL HEALTH**

2

**3 MENTAL HEALTH TODAY: WHY DO
WE NEED A TRANSFORMATION IN
MENTAL HEALTH?**

A
growing
crisis

Advance
public health

Protect
human rights

Support
development

**THE CASE FOR
TRANSFORMATION:
WHAT ARE THE
BENEFITS OF CHANGE?**

4

Frameworks

- Laws, plans and policies
- Research and information

Commitment

- Political will
- Public interest
- Community action

Finance

- Domestic finance
- External investment

Competencies

- Health care workforce
- Community providers
- Self-care

**5 THE FOUNDATIONS:
HOW DO WE BUILD AMBITION AND ACTION FOR CHANGE?**

**MENTAL HEALTH REFORM:
HOW DO WE RESTRUCTURE
SERVICES FOR CHANGE? 6 AND 7**

Promote mental health for all
Protect those at risk



- Suicide prevention
- Children and adolescents
- Mental health at work

Provide mental health care
in the community



- Community services
- In general health care
- Beyond the health sector

Scale up care
for common
conditions

Deinstitutionalize
care for severe
conditions

**8 PATHS TO
TRANSFORMATION**

Deepen
value and
commitment

Reshape
environments

Strengthen
mental
health care

2013-2030



World Health Organization

COMPREHENSIVE MENTAL HEALTH ACTION PLAN

KEY PRINCIPLES



Universal health coverage

People with mental disorders should be able to access, without the risk of impoverishing themselves, essential health and social services that enable them to achieve recovery and the highest attainable standard of health.



Human rights focus

Mental health strategies, actions and interventions must be compliant with the Convention on the Rights of Persons with Disabilities and other human rights instruments.



Evidence-based practice

Mental health strategies and interventions need to be based on scientific evidence and/or best practice, taking cultural considerations into account.



Life course approach

Policies, plans and services for mental health need to account for health and social needs at all stages of the life course.



Multisectoral approach

A comprehensive and coordinated response for mental health requires partnership with multiple public sectors as well as the private sector.



Empowerment of persons at risk

People with mental disorders and psychosocial disabilities should be empowered and involved in mental health advocacy, policy, planning, legislation, service provision, monitoring, research and evaluation.



UPDATED MENTAL HEALTH TARGETS 2030

1. Effective leadership and governance

- 80% of countries will have developed or updated their policy or plan for mental health in line with international and regional human rights instruments.
- 80% of countries will have developed or updated their law for mental health in line with international and regional human rights instruments.

2. Comprehensive, integrated services in community-based settings

- Service coverage for mental health conditions will have increased by at least half.
- 80% of countries will have doubled number of community-based mental health facilities.
- 80% of countries will have integrated mental health into primary health care.

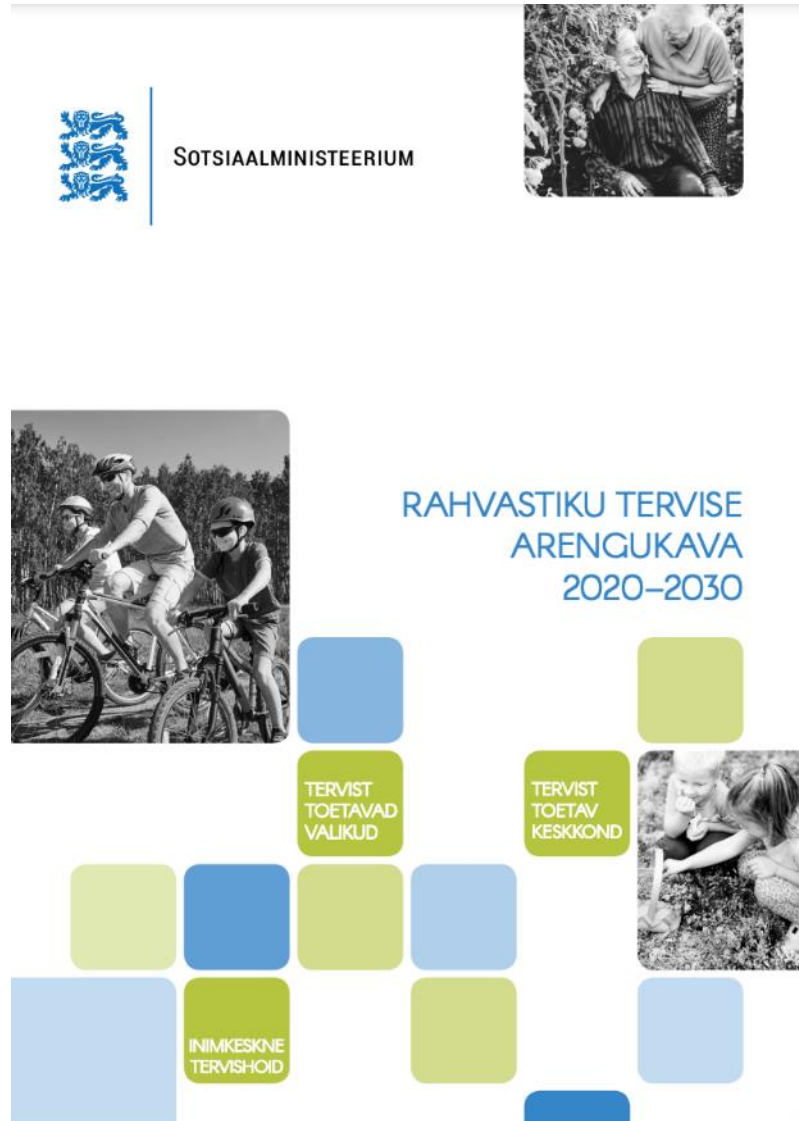
3. Strategies for promotion and prevention

- 80% of countries will have at least two functioning national, multisectoral mental health promotion and prevention programmes.
- The rate of suicide will be reduced by one-third.
- 80% of countries will have a system in place for mental health and psychosocial preparedness for emergencies and/or disasters.

4. Information systems, evidence and research

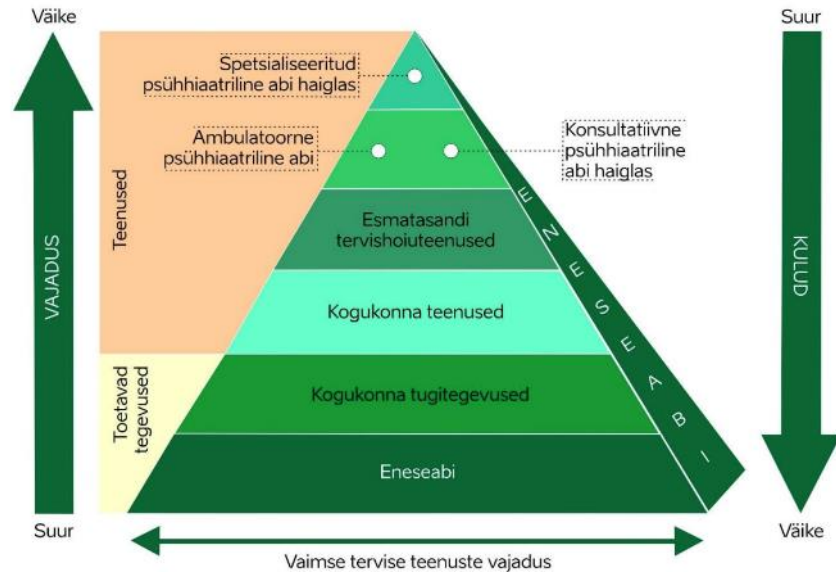
- 80% of countries will be routinely collecting and reporting at least a core set of mental health indicators every two years through their national health and social information systems.
- The output of global research on mental health will have doubled.

RTA - tervisevaldkonna raamdokument



Joonis 5. Rahvastiku tervise arengukava 2020-2030 struktuur

Eesti VT valdkonna alusdokumendid



Joonis 15. Visioon Eesti vaimset tervist toetavate tegevuste ja teenuste korraldusest
Allikas: Maailma Terviseorganisatsioon. Eestile kohandanud Sotsiaalministeerium, 2019

**Integreeritud teenused laste vaimse tervise toetamiseks:
ennetus, varajane märkamine ja õigeaegne abi**

Kontseptsioon

Versioon 30.03.2016

VAIMSE TERVISE STRATEEGIA

2016 - 2025



KROONVIIRUSE EPIDEEMIA PSÜHHOSOTSIAALSETE TAGAJÄRGEDEGA TOIMETULEK

II EKSPERDIARVAMUS

MARIS VAINRE^{1,2}, KIRSTI AKKERMANN³, ZRINKA LAIDO¹,
VOOTELE VELDRE⁵, ANNE RANDVÄLI⁵

¹ Poliitikauuringute keskus Praxis

² Cambridge'i Ülikooli MRC kognitiiv- ja ajuteaduste üksus

³ Tartu Ülikooli psühholoogia instituut, Kognitiivse Käitumisteraapia Keskus

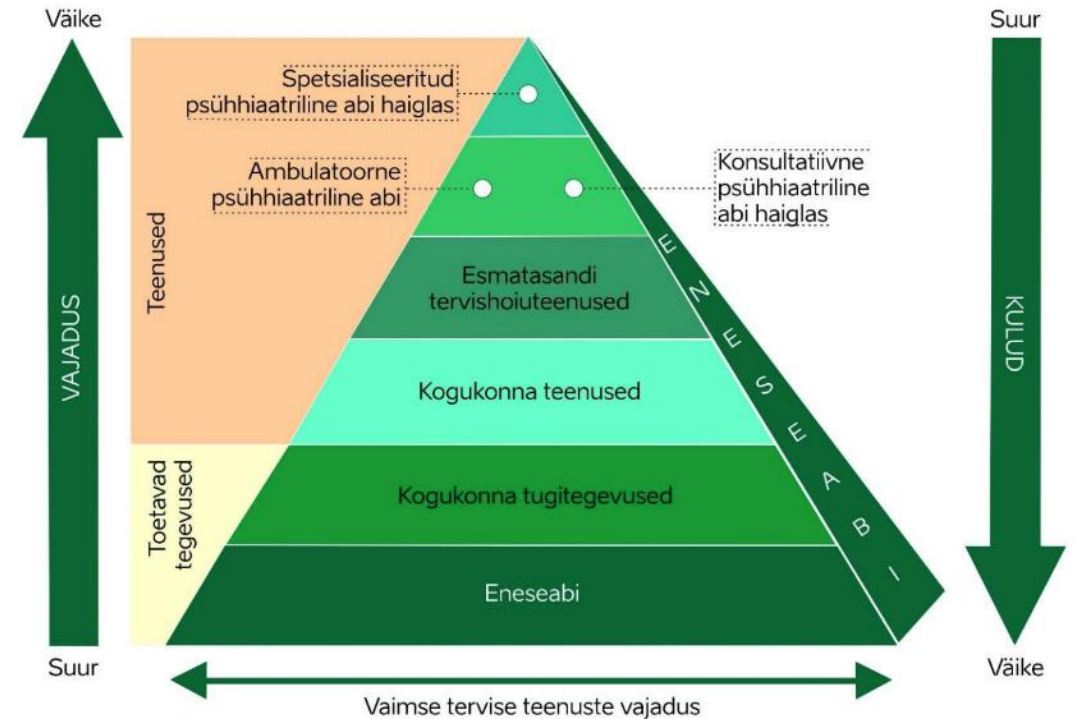
⁵ Sotsiaalministeeriumi Vaimse Tervise Staap



EESTI VAIMSE TERVISE
JA HEAOLU KOALITSIOON

HUVIKAITSEPLAAN: INIMKESKSED
VAIMSE TERVISE TEENUSED

Vaimse tervise roheline raamat



Joonis 15. Visioon Eesti vaimset tervist toetavate tegevuste ja teenuste korraldusest
Allikas: Maailma Terviseorganisatsioon. Eestile kohandanud Sotsiaalministeerium, 2019

2.	Vaimset tervist toetavate tegevuste ja teenuste korraldus Eestis – olukord ja visioon....	23
2.1.	Enesetoetamine ja eneseabi.....	26
2.2.	Kogukonna vaimse tervise tugitegevused ja teenused.....	29
	Kogukonna vaimse tervise tugitegevused	30
	Kogukonna vaimse tervise teenused.....	30
2.3.	Vaimse tervise abi korraldus esmatasandi tervishoius	40
2.4.	Ambulatoorne ja konsultatiivne psühhiaatriline abi	47
2.5.	Spetsialiseeritud statsionaarne psühhiaatriline abi haiglates	52
2.6.	Vaimse tervise huvikaitse edendamine	56

Vaimse tervise valdkonna arengud Eestis

*Sotsiaalministeeriumi vaimse tervise osakonna
esmased tegevused ja tulevikusuunad*



Vaimse tervise valdkonna juhtimine ja koostöö

- Vaimse tervise osakond loodi 01.01.2022, 9 töötajat
- SoM tervisevaldkonnas
- Sotsiaalkaitseministri portfellis, kuid praktikas tihe koostöö tervise-ja tööministriga
- Strateegilised partnerid HMN toetusest:
 - Eesti Vaimse Tervise ja Heaolu Koalitsioon
 - Peaasjad MTÜ
 - Hasartmängusõltlaste Nõustamiskeskus
- Koostöö sidus- ja huvigruppidega vaimse tervise valdkonnas – valdkondlikud katusorganisatsioonid, „patsientide“ (*people with lived experience*) esindatus
- Muu partnerlus (nt Accelerate Estonia missioonid, erasektor)

Aluspõhimõtted

- „*Do no harm*“
 - Kui ei saa olla abiks, hoolitse, et ei tee kahju
 - VT andmed ja seiramine
 - Sekkumiste mõju hindamine ja teenuste kvaliteedi arendus
- Vaimne tervis igas poliitikas
 - Füüsilise ja vaimse tervise kooskäsitlemine
- Elukaarepõhine lähenemine
- Suund püramiidi tipult ehk tervishoiuteenustelt alla
 - Edenduse ja ennetuse suunas
 - Kogukonnatasandi ja madalama intensiivsusega teenuste suunas

Prioriteetsed suunad ja tegevused elukaareülese vaimse tervise teenuste süsteemi kujundamisel 2022-2023

- Rahvastiku vaimse tervise seiresüsteemi arendamine
 - RVTU valmis juunis 2022
 - Laste vaimse tervise uuring (valmimisaeg 2024)
 - Regulaarsed küsitlused (hetkel Riigikantselei Covid-küsitlused)
- Vaimse tervise tegevuskava edenduse, ennetuse ja kogukonnatoe tegevuste elluviimine:
 - Suitsiidiennetuse tegevuskava (valmimisaeg 2024)
 - Suitsiide patsiendi käsitlemine esmatasandi tervishoius – uuring 2022
 - Strateegilise partnerluse tegevused (Peaasi, VATEK)
 - VT huvikaitse ja valdkonna professionaalide katustegevused
 - VT esmaabi koolitused, VT nõustamine, suitsiidenetuse tegevused
- Vaimse tervise abi kättesaadavuse laiendamine ja kvaliteedi tõstmine:
 - Kogukonnatasandi vaimse tervise teenuste ja kogukonnapsühholoogi teenuse rahastamine (KOV toetusmeede) ja meetme edasi arendamine
 - Vaimse tervise astmelise abi süsteemi loomine ja testimine
 - Vaimse tervise spetsialistide väljaõppesüsteemi arendused
 - Psühholoogilise ravi osutamise tegevusloa nõuete kehtestamine
 - Palliatiivravis vaimse tervise teenuste mudeli väljatöötamine ja rakenduskava
- Tähelepanu alla tuleb võtta laste ja noorte vaimne tervis – riiklikult ja valdkondade üleselt olulise küsimusena

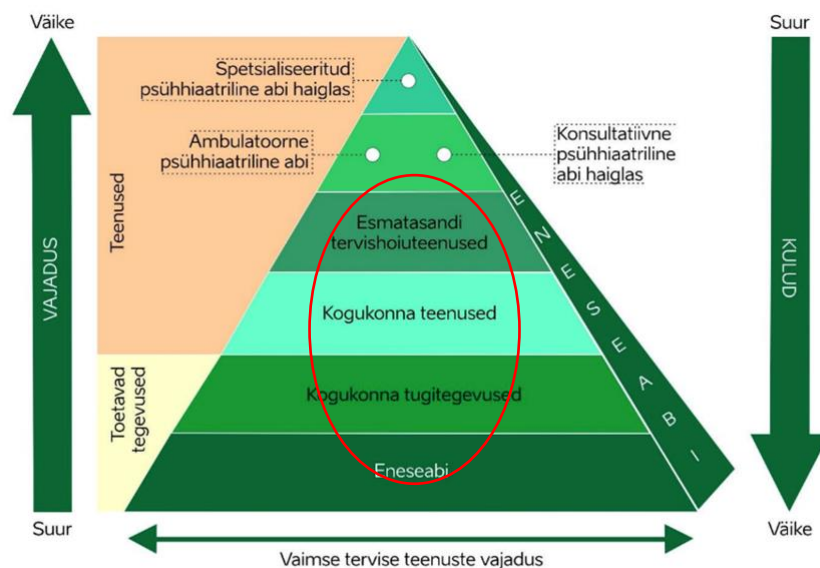
Apteegi roll

*Kuidas saab apteek või proviisor olla abiks inimeste
vaimse tervise edendamisel?*



Kuidas saab apteek või proviisor olla abiks inimeste vaimse tervise edendamisel?

- Krooniliste haigete toetamisel?
- Vaimse tervise esmaabi andmisel?
- Sõelumisel?
- Ettepanekud on teretulnud!



Joonis 15. Visioon Eesti vaimset tervist toetavate tegevuste ja teenuste korraldusest
Allikas: Maailma Terviseorganisatsioon. Eestile kohandatud Sotsiaalministeerium, 2019





SOTSIAALMINISTEERIUM

Täna tähelepanu eest!

<https://www.sm.ee/tervisevaldkonna-infokiri>