

# Tervise determinandid

Anu Kasmel  
Tartu Ülikool

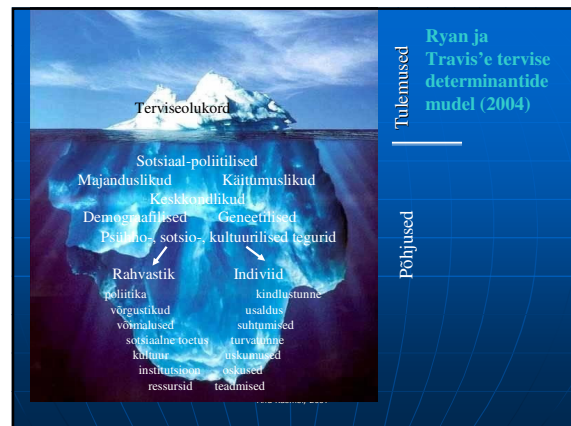
## Tervise determinantide ehk tervise mõjurite all

- mõistetakse tegureid või iseloomlike tunnuseid, mis tingivad muutusi indiviidi, grupi või rahvastiku tervises - kas paremas või halvemas suunas;
- suur hulk tõenduspõhiseid ja omavahel põimunud üksikmõjureid ja mõjurite kombinatsioone;

Anu Kasmel, 2007

## WHO käsitus tervisemõjuritest, 1986

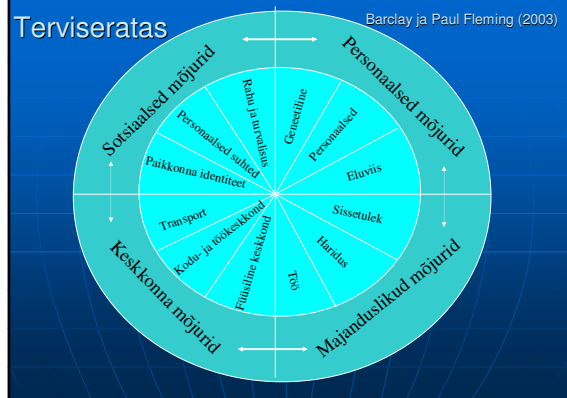
- Rahu;
- Peavari;
- Haridus;
- Sotsiaalne turvalisus;
- Sotsiaalsed suhted;
- Toit;
- Sissetulek;
- Võrdõiguslikkus;
- Stabiilne ökosüsteem;
- Jätkusuutlik ressursside kasutamine;
- Sotsiaalne õiglus;
- Inimõiguste austamine ja võrdsus.



## Tarlov'i tervisemõjurite mudel (1996)

1. Geenid ja bioloogilised mõjurid
2. Meditsiiniabi
3. Tervisekäitumise riskifaktorid
4. Sotsiaalsed mõjurid

Anu Kasmel, 2007

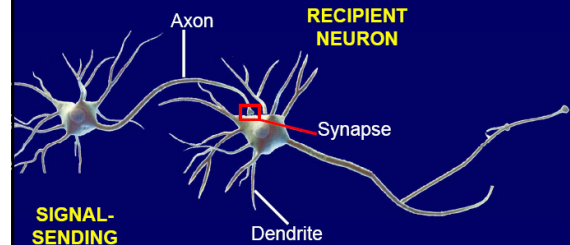


## Aju varajane areng

- Stiimulid varajases lapseeas muudavad neuronite funktsioone kriitilises ja tundlikus eas;
- Stiimulid mõjutavad seoste (sünapside) arengut sensitiivsel perioodil;
- Aju seoste areng mõjutab kirjaoskust, käitumist ja tervist kogu edasise elukäigu jooksul.

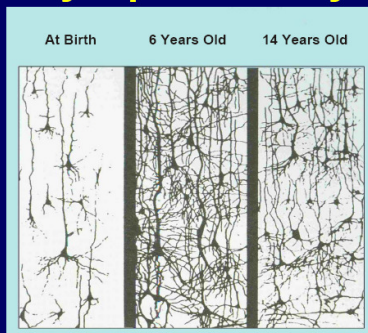
Anu Kasimel, 2007

## Two Neurons



Centre of Excellence for Early Childhood Development, Vaadatud (vaadatud) April 26-28, 2006

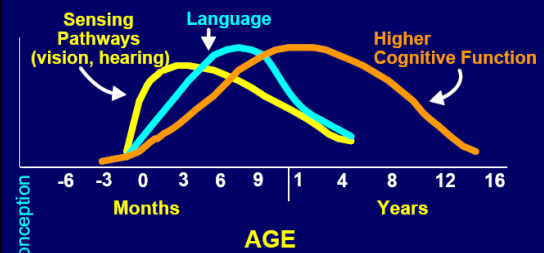
## Synaptic Density



Centre of Excellence for Early Childhood Development, Vaadatud (vaadatud) April 26-28, 2006

Rethinking the Brain, Families and Work Institute, Rima Shore, 1997.

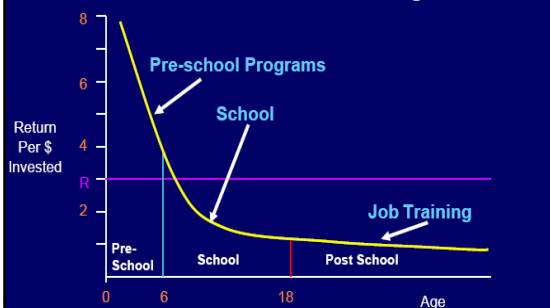
## Human Brain Development – Synapse Formation



C. Nelson, in From Neurons to Neighborhoods, 2000

Centre of Excellence for Early Childhood Development, Vaadatud (vaadatud) April 26-28, 2006

## Rates of Return to Human Development Investment Across all Ages



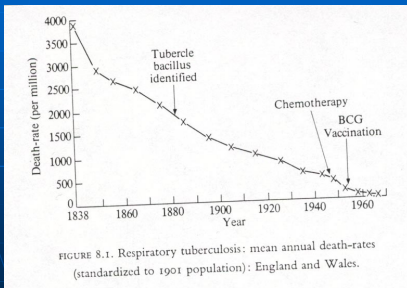
Pedro Carneiro, James Heckman, Human Capital Policy, 2003

## Peamine sõnum tervise determinantidest

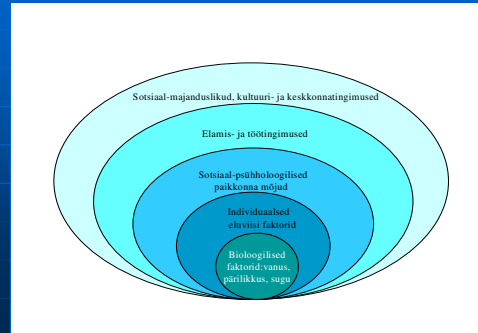
- Ei eksisteeri üksikut kõige olulisemat faktorit, mis määraks rahvastiku tervise;
- Oluline on bioloogia, keskkonna ja käitumisei koosmõju;
- Kõige olulisemaks aga peetakse konteksti, milles need mõjud koos toimivad.

Anu Kasimel, 2007

## Tervishoid ei ole mitte peamiste tervisemõjurite hulgast



## Tervise mõjurid Dahlgren ja Whitehead, 1991



## Võrdsus ja majandusareng

- Jaapani näide: 1965 ja 1990 aasta vahel tõusis keskm eeldatav eluiga kiirelt hoolimata kõrge rasvasisaldusega toidust ja suitsetamisest

1955.a.  
1991

- 63.6 aastalt meestel 76,1
- 67.8 aastalt naistel 82.1

Anu Kasimel, 2007

## Personaalsed tervise mõjurid

- Geneetiline pärand
- Vanus
- Sugu
- Elukoht
- Etnos
- Kehakuju
- Enesehinnang
- Eneseusk teatud funktsioonide sooritamiseks
- Toimetulek ootamatult ette tulevate olukordadega;
- Väegurlus
- Võime realiseerida oma tervisepotentsiaali.

Anu Kasimel, 2007

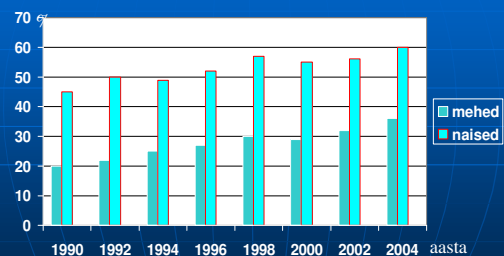
## Käitumine

(kas personaalne või kultuuritegur?)

- Toitumine
- Füüsiline aktiivsus
- Uimastite tarvitamine (alkohol, tubakas ja illegaalsed narkootikumid)
- Seksuaalkäitumine
- Vaba aja veetmine

Anu Kasimel, 2007

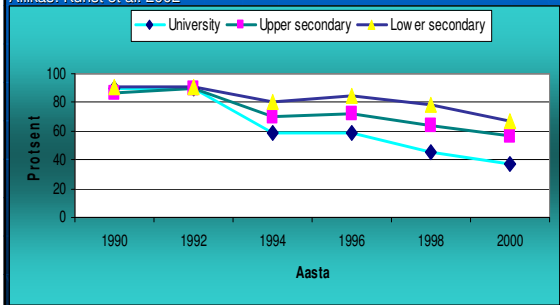
## Hammaste pesemise sagedus rohkem kui üks kord päevas soo järgi, 1990-2000



Anu Kasimel, 2007

Värske puuvilja vähese kasutamise (vähem kui 2 päeval nädalas) suundumus erineva haridustasemega vastajatel aastatel 1990-2000

Allikas: Kunst et al. 2002



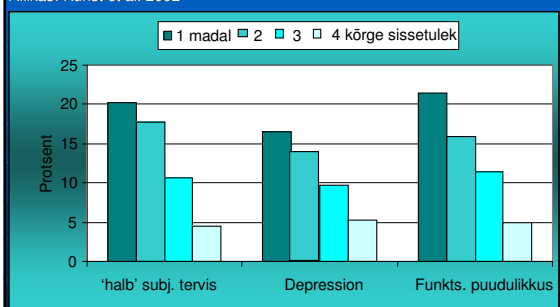
Majanduslikud determinandid

- Sissetulek
- Sotsiaalne positsioon
- Haridus ja koolitus
- Tööhõive ja töökoht

Anu Kasnel, 2007

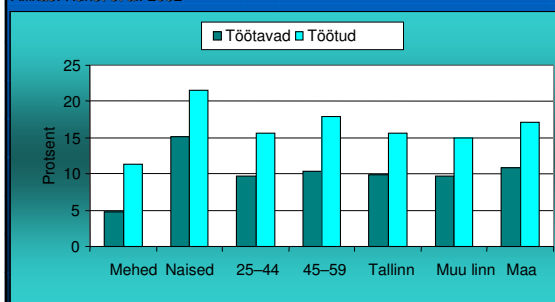
'Halb' subjektiivne tervis, depressioon (vanusgrupp 25-79) ja funktsionaalne puudulikkus (vanusgrupp 60-79) erineva sissetuleku järgi

Allikas: Kunst et al. 2002

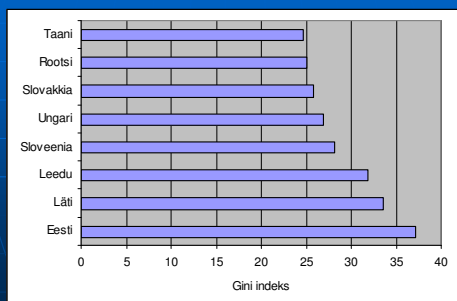


Emotsionaalne distress töötavate ja töötute vastajate hulgas erineva soo, vanusgrupi ja elukoha järgi (vanusgrupp 25-59)

Allikas: Kunst et al. 2002



Gini indeks valikus Euroopa riikides, 2002 (WHO, 2005).



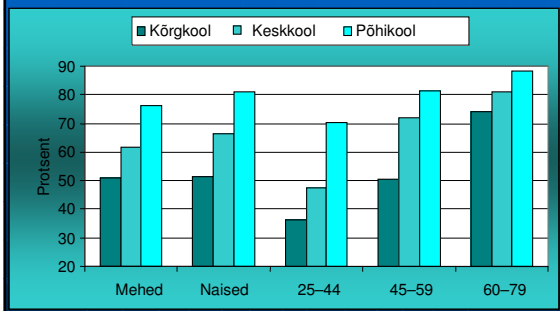
Sotsiaalsed determinandid

- kogukonna tähendus inimestele, kes elavad ja töötavad samal asualal ning on seotud sotsiaalse kokkukuuluvusega.
- Sotsiaalne sidusus
- Sotsiaalne usaldus
- Sotsiaalne kuuluvus
- Sotsiaalsed võrgustikud
- Vaesus
- Sotsiaalne positsioon
- Haridus
- Sotsiaalne tõrjutus
- Perekooslus

Anu Kasnel, 2007

'Halb' või 'keskmine' subjektiivne tervis erineva haridustasemega, soo ja vanusgrupiga uuritavatel

Allikas: Kunst et al. 2002



## Sotsiaalne ebavõrdsus, kaks interpretatsiooni:

1) *Psühhosotsiaalne seisukoht*. Richard Wilkinson (1996) ja Michael Marmot (1999), mille kohaselt ebavõrdsed ühiskonnad on ebaõiglased ning inimestes avaldub taju rikkuse ebaõiglases jaotuses psühhosotsiaalse stressina. - seotud põhjuslikult kõrgema haigestumise ja suremuse tasemega.

2) *Neomaterialistlikku seisukohta* esindavad John Lynch ja George Kaplan (2000), mille kohaselt inimesed, kes elavad ebavõrdsemates ühiskondades on viletsamate tervisenäitajatega seetõttu, et ebavõrdsed ühiskonnad investeerivad vähe sotsiaalsesse infrastruktuuri nagu eluasemesse, transporti ja terviseteenustesse.

Anu Kasnel, 2007

## Tervise mõjurite kolme tasandit

Turrell et al. (1999)

1. Ülemine ehk makrotasand sisaldab valitsuse poliitikaid, üldisi majanduskokkuleppeid ning investeeringuid rahvastiku tervise uuringutesse.
2. Keskmine ehk mesotasand sisaldab indiviidi eluviisi ja käitumist mõjutavaid preventiooni programme.
3. Alumine ehk mikrotasand sisaldab haiguste ohjamist ja ravi ning investeeringuid kliinilistesse uuringutesse.

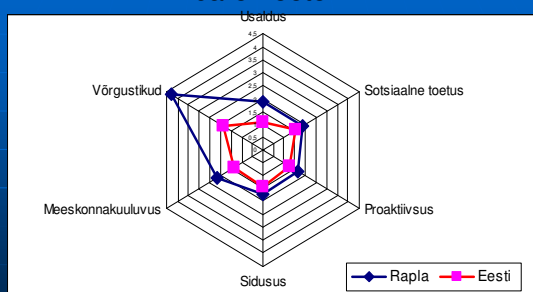
Anu Kasnel, 2007

## Sotsiaalne kapital ja tervisepoliitika

- Teadusuuringud demonstreerivad sotsiaalse kapitali ja rahvastiku tervise omavahelist tugevat positiivset seost (ka hariduse kvaliteeti, tööhõivet, elamumajandust, transporti, keskkonda ja turvalisust);
- Suurendades sotsiaalset kapitali oma kodukandi piires saavutame nii üldise terviseolukorra paranemise kui sotsiaalse ebavõrdsuse vähenemise tervises

Anu Kasnel, 2007

## Sotsiaalsete tervisemõjurite baromeeter



Allikad: Rapla täiskasvanud elanikkonna tervisekäitumise uuring, 2002  
Eesti täiskasvanud elanikkonna tervisekäitumise uuring, 2004

Anu Kasnel, 2007

## Sotsiaalse kapitali all mõistame:

- Neid ressursse, mis on ühel sotsiaalsel grupil (pere, paikkond, organisatsioon, omavalitsus) kättesaadavad
- Neid võrgustikke, kus vastastikku üksteist abistatakse, usaldatakse ja üksteisest hoolitakse;
- Sotsiaalset kapitali saab kasvatada koostöoga, ühiste probleemilahenduste otsimise, planeerimise ja elluviimisega ja koos mõnusa seltsielu loomisega nii peredes, töökohtades, naabruskonnas, kodukandis kui laiemalt.

Anu Kasnel, 2007

## Kuidas sotsiaalne kapital toimib?

- Paraneb informatsiooni kättesaadavus;
- Sotsiaalsed võrgustikud loovad vastastikkuses abistamise keskkonna;
- Identiteeditunne seob ja loob sotsiaalse toetuse süsteemi;
- Koostöö ja ühised eesmärgid seovad muidu erinevatesse gruppidesse kuuluvaid inimesi;
- Kollektiivne tegutsemine loob uusi võrgustikke;
- Identiteeditunde kasv ja solidaarsus suurenevad sotsiaalsete võrgustike laienemisega – suureneb “meie” tunnetus.

Anu Kasnel, 2007

## Sotsiaalse toetuse all mõeldakse nelja tüüpi toetavat käitumist

- Emotsionaalne toetus - see on empaatiaosutus, armastus, usaldus ja hoolimine teisest. Emotsionaalsel toetusel, selle olemasolul või selle puudumisel on inimese tervisele määravaim osa.
- Instrumentaalse toetuse all mõeldakse otsest, käegakatsutavat abi ja teenuseid.
- Informatiivne toetus tähendab nõuannete, soovitude ja informatsiooni jagamist, mille abil inimene saab oma probleemide lahendamist kergendada.
- Hinnangulise toetuse all mõeldakse tagasisidet, kinnitusi ja sotsiaalset võrdlust, mis on inimesele vajalik enesehinnangu kujundamiseks.

## Kultuur kui tervisemõjur

- Kultuur kui keskkond mis ümbritseb inimest sünnist alates;
- Kultuur kui adaptatsioonistrateegia ühiskonnas;
- Kultuur kui väärtushinnangute kogum.

Anu Kasnel, 2007

## Poliitika kui tervisemõjur

- Poliitika mõjutab kõiki tervise determinante;
- On tugevaim tervisemõjur;
- Omab keskkonda, sotsiaalseid shteid, majandust etc. mõjutava toimega;
- Demokraatia versus autokraatia.

Anu Kasnel, 2007

## Võimestumine ja võim

- Võimestumise olemus seisneb võimu ülekandmises;
- Võim on võimelisus olukorda kontrollida, mis annab võimaluse oma keskkonnas teataval viisil toimida ja käituda. *Pinderhuges, 1983*
- Mitte võim 'kellegi üle' vaid võim 'kellegagi koos'.  
*O'Neill, 1992*

Anu Kasnel, 2007

## Võim kellegi üle

- Võimelisus mõjutada teiste tegemisi ka vastu nende endi tahtmist;
- Autoritaarsus
- Jõud
- Manipuleerimine
- Sundimine
- Üks võidab/teine kaotab:
- Ebaterve konkurents
- Sotsiaalse sidususe langus

Anu Kasnel, 2007

## Võim koostööst

- Võimelisus arendada indiviidi kindlustunnet, väärikust ja enesekindlust.
- Kasvav ja laienev;
- **Kõik võidavad olukorrast;**
- Kasvab sotsiaalse usaldus, teadmised, vastastikune toetus.

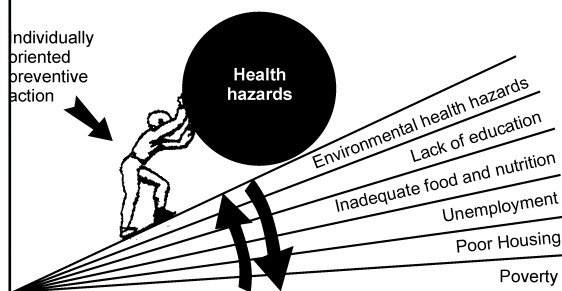
Anu Kasnel, 2007

## Geneetika

- Keha suurus ja kuju
- Spetsiaalsed võimed
- Resistentsus haigustele
- Vastuvõtlikkus haigustele
- Geneetilised haigused

Anu Kasnel, 2007

## The Health Gradient



Source: adapted from Making Partners: intersectoral action for health.

Anu Kasnel, 2007