



# Eesti kooliõpilaste tervisekäitumine

2009/2010. õppeaasta  
Eesti HBSC uuringu raport



**Tervise Arengu Instituut**  
National Institute for Health Development



**TERVISE ARENGU INSTITUUT**

# **Eesti kooliõpilaste tervisekäitumine**

2009/2010. õppeaasta Eesti HBSC uuringu raport

**Katrin Aasvee, Marge Eha, Tiiu Härm, Krystiine Liiv, Leila Oja, Mariliis Tael**



**Tallinn 2012**

**Peatükkide autorid:**

Katrin Aasvee (ptk 1, 2, 4, 6.2, 6.3, 6.4, 7.2, „Kokkuvõte“)

Marge Eha (ptk 5.1, 5.2, 5.3, 5.4)

Tiiu Härm (ptk 6.1)

Krystiine Liiv (ptk 3)

Leila Oja (ptk 5.5, 5.6)

Mariliis Tael (ptk 6.2)

**Toimetanud:** Margit Raias

Autoriõigus: Tervise Arengu Instituut ja Katrin Aasvee, Marge Eha, Tiiu Härm, Krystiine Liiv, Leila Oja, Mariliis Tael, 2012

Igasugune autoriõigusega kaitstud materjali ebaseaduslik paljundamine ja levitamine toob kaasa seaduses ette nähtud vastutuse.

ISBN 978-9949-461-26-4 (trükis)

ISBN 978-9949-461-27-1 (pdf)

Kujundanud ja trükkinud: Atlex AS

## SISUKORD

<b>EESSÕNA</b>	<b>5</b>
<b>1. UURINGU TUTVUSTUS</b>	<b>6</b>
<b>2. ANDMETE KOGUMINE JA ANALÜÜS</b>	<b>8</b>
2.1. Valim ja vastamismäär	8
2.2. Küsimustik ja uuringu korraldus	8
2.3. Andmete analüüs	9
<b>3. MAJANDUSLIK TAUST JA SOTSIAALNE KESKKOND</b>	<b>11</b>
3.1. Perekond	11
3.2. Sõbrad	13
3.3. Koolielu	15
3.4. Kokkuvõte	21
<b>4. TERVISESEISUND</b>	<b>22</b>
4.1. Hinnang oma tervisele ja eluga rahulolu	22
4.2. Kehakaalu hindamine kehamassiindeksi ja subjektiivse enesehinnangu järgi	26
4.3. Vigastuste esinemine	28
4.4. Kokkuvõte	29
<b>5. TERVISEKÄITUMINE</b>	<b>30</b>
5.1. Hommikusöögi söömine	30
5.2. Erinevate toitude söömine	31
5.3. Kehakaalu kontrollimine	38
5.4. Suuõõne hügieen	40
5.5. Kehaline aktiivsus	40
5.6. Istuv eluviis	43
5.7. Kokkuvõte	47
<b>6. RISKIKÄITUMINE</b>	<b>48</b>
6.1. Suitsetamine	48
6.2. Alkoholi tarvitamine	52
6.3. Kanepi tarvitamine	56
6.4. Seksuaalkäitumine	58
6.5. Kokkuvõte	60
<b>KOKKUVÕTE</b>	<b>62</b>
<b>KASUTATUD KIRJANDUS</b>	<b>65</b>

<b>LISAD</b>	<b>66</b>
<b>Lisa 1:</b> Perekonna tüüp HBSC uuringus osalenud maade järgi	66
<b>Lisa 2:</b> Õpilased, kellele meeldib väga koolis käia, osalenud maade ja soo järgi	67
<b>Lisa 3:</b> Viimase paari kuu jooksul vähemalt kahel korral koolikiusamist kogunud õpilased osalenud maade ja soo järgi	68
<b>Lisa 4:</b> Viimase paari kuu jooksul vähemalt ühel korral koolikiusamist kogunud õpilased osalenud maade ja soo järgi	69
<b>Lisa 5:</b> Oma tervisele rahuldava või väga halva hinnangu andnud õpilased osalenud maade ja soo järgi	70
<b>Lisa 6:</b> Õpilased, kes andsid oma eluga rahulolule 6 või enam punkti, osalenud maade ja soo järgi	71
<b>Lisa 7:</b> Vähemalt ühe arstiabi vajanud vigastuse esinemine viimasel 12 kuul osalenud maade ja soo järgi	72
<b>Lisa 8:</b> Iga päev puuvilju söövad õpilased osalenud maade ja soo järgi	73
<b>Lisa 9:</b> Iga päev köögivilju söövad õpilased osalenud maade ja soo järgi	74
<b>Lisa 10:</b> Iga päev suhkrut sisaldavaid magusaid jooke tarbivad õpilased osalenud maade ja soo järgi	75
<b>Lisa 11:</b> Ülekaaluliste õpilaste osakaal osalenud maade ja soo järgi	76
<b>Lisa 12:</b> Kehakaalu langetamisega tegelevad õpilased osalenud maade ja soo järgi	77
<b>Lisa 13:</b> Rohkem kui üks kord päevas hambaid pesevad õpilased osalenud maade ja soo järgi	78
<b>Lisa 14:</b> Koolipäevadel kaks või rohkem tundi televiisorit vaadanute jaotus osalenud maade ja soo järgi	79
<b>Lisa 15:</b> Sigarette proovinud õpilased osalenud maade ja soo järgi	80
<b>Lisa 16:</b> Vähemalt kord nädalas sigarette suitsetavad õpilased osalenud maade ja soo järgi	81
<b>Lisa 17:</b> Iga päev sigarette suitsetavad õpilased osalenud maade ja soo järgi	82
<b>Lisa 18:</b> Vähemalt kord nädalas alkohoolseid jooke tarvitanud õpilased osalenud maade ja soo järgi	83
<b>Lisa 19:</b> Elu jooksul kaks või enam korda purjus olnud õpilased osalenud maade ja soo järgi	84
<b>Lisa 20:</b> Kanepit proovinud 15-aastased õpilased osalenud maade ja soo järgi	85
<b>Lisa 21:</b> Viimase seksuaalvahekorra ajal kondoomi kasutanud 15-aastased õpilased osalenud maade ja soo järgi	86

## EESSÕNA

Käesolevas kogumikus tutvustame 2010. aastal Eestis läbi viidud kooliõpilaste tervisekäitumise küsitlusuuringu tulemusi. See on osa ulatuslikust rahvusvahelisest noorukite uuringust, mis toimus 2009/2010. õppeaastal juba 8. korda. Akronüümi HBSC (Health Behaviour of School-aged Children) all tuntuks saanud uuring toimub kõigis osalevates riikides igal neljandal aastal. Esimeses uuringus 1983/1984. õa osales viis riiki, kuid järgmises, juba WHO Euroopa regionaalbüroo egiidi all toimunud uuringus, üle kahe korra rohkem. HBSC uuringu algatamise perioodil oli see ainus rahvusvaheline noorukite uuring, ehkki täiskasvanute tervisekäitumise, haigestumuse ja suremuse uuringud olid küllalt levinud. Praegu, oma 30. sünnipäeva lävel, on HBSC uurijate võrgustikuga liitunud juba üle 40 Euroopa ja Põhja-Ameerika riigi.

Küsitlusuuringu eesmärgiks on saada läbi aastate/aastakümnete objektiivset teavet noorukite tervisekäitumisest, tervisest ja heaolust. Eriti väärtuslik on küsimustikuga kogutav teave õpilaste sotsiaalse võrgustiku, majandusliku olukorra ja peresiseste suhete kohta. Need andmed võimaldavad analüüsida ka seoseid õpilaste tervise, tervisekäitumise ja neid mõjutavate tegurite vahel. Uuring on väga oluline ka seetõttu, et see viiakse läbi nooruki jaoks murrangulises eas, mil eluviis, sh tervisekäitumuslikud harjumused, on alles välja kujunemas.

Põhiliselt käsitleb käesolev raport 11–15-aastaste õpilaste tervist ja tervisekäitumist ning neid mõjutavaid tegureid 2010. aastal, see sisaldab 6 peatükki, milles antakse ülevaade uuringu meetodikast, õpilaste sotsiaalmajanduslikust olukorrast, koolikeskkonnast, terviseseisundist, toitumisharjumustest, kehalisest aktiivsusest ja riskikäitumisest. Kõikides peatükkides on esitatud ka tervise ja tervisekäitumise trendid viimase 10 aasta jooksul, sellesse ajavahemikku langes kolm HBSC uuringut – 2001/2002., 2005/2006. ja 2009/2010. õppeaastal.

Lisaväärtuseks on raamatu lõppu lisatud rahvusvaheliste andmetega tabelid 2010. aasta HBSC uuringu 2. mail 2012. avalikustatud koondraportist. Need võimaldavad võrrelda Eesti kooliõpilaste terviseseisundi, tervisekäitumise ja ka tervistkahjustavaid harjumusi teiste riikide eakaaslastega.

Maris Jesse

Tervise Arengu Instituudi direktor

## 1. UURINGU TUTVUSTUS

2010. aasta veebruaris ja märtsis toimus Eestis järjekordne kooliõpilaste tervise ja tervisekäitumise uuring. Anonüümne ankeetküsitlus viidi läbi 82 üldhariduskooli viiendates, seitsmendates ja üheksandates klassides. Uuring on osa igal neljandal aastal läbiviidavast rahvusvahelisest uuringust, mida tuntakse akronüümi HBSC (*Health Behaviour of School-aged Children study*) järgi. HBSC uuringu algatasid 1982. aastal kolm riiki: Inglismaa, Soome ja Norra, varsti sai uuringust WHO koostööuuring. Esimene uuring toimus 1983/1984. õppeaastal, milles algatajate kõrval osalesid juba ka Taani ja Austria. 2010. aastal viidi uuring läbi kaheksandat korda, osales 41 riiki ja/või regiooni, lisaks Euroopa riikidele ka Põhja-Ameerika ja Iisrael (vt tabel 1.1). Praegu, kui HBSC uuring valmistub oma 30. aastapäevaks, on HBSC uurijate võrgustikus 258 liiget. HBSC võrgustiku rahvusvaheline koordinatsioonikeskus asub Šotimaal, St Andrews'i Ülikooli juures, keskest juhivad alates 1995. aastast professor Candace Currie. Eesti liitus uuringuga 1993/1994. õppeaastal ja seni on siin läbi viidud viis uuringut. Täiendavat informatsiooni selle unikaalse uuringu kohta leiab HBSC kodulehelt [www.hbsc.org](http://www.hbsc.org).

HBSC uuring annab igal neljandal aastal üleriigilisel juhuvalimil põhinevad usaldusväärsed andmed:

1. hetkeolukorrast noorukite tervises, tervislikus ja riskivas käitumises;
2. tervise ja tervisekäitumise trendidest riigis läbi aastate;
3. Eesti noorte tervise ja tervist mõjutava käitumise võrdlemiseks teiste Euroopa riikide ja regioonidega.

Uuringu suureks väärtuseks on sotsiaalmajanduslikku tausta, perekonna funktsioneerimist, koolikeskkonda ja vabaaja tegevusi ning suhtlusringi iseloomustavate näitajate registreerimine. Need andmed aitavad analüüsida ja põhjendada õpilaste tervise ja tervisekäitumise trende. Tulemused on aluseks tervisepoliitika teaduspõhisele suunamisele.

Uurimuse sihtrühmaks on 11-, 13- ja 15-aastased noorukid. See on murranguline iga, kus toimuvad suured kehalised ja emotsionaalsed muutused ning ka sotsiaalne küpsemine, 15–16-aastaselt tuleb teha juba tähtsaid elukutset ja edasist elu määravaid otsuseid. See on otsustav iga ka isiksuse kujunemises ning tervisekäitumuslike harjumuste juurdumises.

2001/2002., 2005/2006. ja 2009/2010. õppeaasta HBSC uuringud on läbi viidud Tervise Arengu Instituudis, varasemad uuringud viidi läbi Tartu Ülikooli või Tervisekasvatuse keskuse juhtimisel. Uuringu koordinaator oli kuni 2005. aastani Mai Maser, alates novembrist 2005 Katrin Aasvee. Praegu rahastatakse uuringut Sotsiaalministeeriumi tellimusena „Südame-veresoonkonna haiguste ennetamise riikliku strateegia 2005–2020“ eelarvest.



**Tabel 1.1:** Rahvusvahelises kooliõpilaste tervisekäitumise uuringus (HBSC) osalevad riigid

<u>1983/1984</u>	<u>1985/1986</u>	<u>1989/1990</u>	<u>1993/1994</u>	<u>1997/1998</u>	<u>2001/2002</u>	<u>2005/2006</u>	<u>2009/2010</u>
Inglismaa	Soome	Soome	Soome	Soome	Soome	Soome	Soome
Soome	Norra	Norra	Norra	Norra	Norra	Norra	Norra
Norra	Austria	Austria	Austria	Austria	Austria	Austria	Austria
Austria	Belgia(Pr)	Belgia (Pr)	Belgia (Pr)	Belgia (Pr)	Belgia (Pr)	Belgia (Pr)	Belgia (Pr)
Taani	Ungari	Ungari	Ungari	Ungari	Ungari	Ungari	Ungari
	Iisrael	Šotimaa	Iisrael	Iisrael	Iisrael	Iisrael	Iisrael
	Šotimaa	Hispaania	Šotimaa	Šotimaa	Šotimaa	Šotimaa	Šotimaa
	Hispaania	Rootsi	Hispaania	Rootsi	Hispaania	Hispaania	Hispaania
	Rootsi	Šveits	Rootsi	Šveits	Rootsi	Šveits	Šveits
	Šveits	Wales	Šveits	Wales	Šveits	Rootsi	Rootsi
	Wales	Taani	Wales	Taani	Wales	Wales	Wales
	Taani	Holland	Taani	Kanada	Taani	Taani	Taani
	Holland	Kanada	Kanada	Läti	Kanada	Kanada	Kanada
		Läti	Läti	P-lirimaa	Läti	Läti	Läti
		P-lirimaa	P-lirimaa	Poola	Poola	Poola	Poola
		Poola	Poola	Belgia (Flaami)	Belgia (Flaami)	Belgia (Flaami)	Belgia (Flaami)
			Belgia (Flaami)	Tšehhi	Tšehhi	Tšehhi	Tšehhi
			<b>Eesti</b>	<b>Eesti</b>	<b>Eesti</b>	<b>Eesti</b>	<b>Eesti</b>
			Tšehhi	Prantsusmaa	Prantsusmaa	Prantsusmaa	Prantsusmaa
			Prantsusmaa	Saksamaa	Saksamaa	Saksamaa	Saksamaa
			Saksamaa	Gröönimaa	Gröönimaa	Gröönimaa	Gröönimaa
			Gröönimaa	Leedu	Leedu	Leedu	Leedu
			Leedu	Venemaa	Venemaa	Venemaa	Venemaa
			Venemaa	Slovakkia	Inglismaa	Slovakkia	Slovakkia
			Slovakkia	Inglismaa	Kreeka	Inglismaa	Inglismaa
				Kreeka	Portugal	Kreeka	Kreeka
				Portugal	Iirimaa	Portugal	Portugal
				Iirimaa	USA	Iirimaa	Iirimaa
				USA	Makedoonia	USA	USA
					Holland	Makedoonia	Makedoonia
					Itaalia	Holland	Holland
					Horvaatia	Itaalia	Itaalia
					Malta	Horvaatia	Horvaatia
					Sloveenia	Malta	Malta
					Ukraina	Sloveenia	Sloveenia
						Ukraina	Ukraina
						Bulgaaria	Island
						Island	Luksemburg
						Luksemburg	Rumeenia
						Rumeenia	Türgi
						Türgi	Armeenia

## 2. ANDMETE KOGUMINE JA ANALÜÜS

### 2.1. Valim ja vastamismäär

Nagu varasemad HBSC uuringud Eestis, viidi küsitlus läbi viiendate, seitsmendate ja üheksandate klasside õpilaste hulgas, andmed juhuvalimi koostamiseks saadi Eesti Hariduse Infosüsteemist. Valimist jäeti välja erivajadustega laste koolid, inglise õppekeelega koolid ja koolid, kus plaani kohaselt pidi kuu aega hiljem läbi viidama HIV/AIDS-i temaatikaga seotud ankeetküsitlus. Valimi üldkogumiks jäi 42 614 õpilast. Väljavõtu tegemiseks jagati Eesti maakonnad 12 kihti olenevalt geograafilisest piirkonnast (Harjumaa, Virumaa, Lõuna-Eesti, Lääne-Eesti), õppekeelest ja urbaniseerumise tasemest. Valimi moodustamise esimeses etapis valiti koolid, teises etapis klassid, et tagada võrdsed võimalused ka suuremate koolide paralleelklassidele. Lõplikus valimis oli 82 kooli ja 272 klassi. Valimi suuruseks kujunes 5601 vastavas vanuses õpilast, mis moodustas 13,1% üldkogumist. Kokku laekus 4923 ankeeti (88,4% algvalimist). Puudujate (668 õpilast – 11,9%), keeldujate (10 õpilast – 0,18%) või rikutud/pooleldi täidetud ankeetide (8 ankeeti – 0,14%) väljalangemise tõttu sisestati algandmebaasi 4914 õpilase ankeedid (87,7% algvalimist), millest pärast puhastamist rahvusvahelises andmepangas jäid alles 4224 õpilase andmed (75,4% algvalimist). Neist olid 47,9% poisid ja 52,1% tüdrukud, 77,5% pärines eesti kodukeelega ja 22,5% muu kodukeelega perekondadest. Õpilaste väljajätmise algandmefailist põhjustas eelkõige nende mittesobivus kehtestatud vanusepiiridesse või andmete puudumine sünniaja kohta.

HBSC uuringu sihtrühmaks on õpilased, kelle vanus täisaastates on 11, 13 ja 15 aastat. Vastavalt reeglitele ei tohi 90% rahvusvahelisse andmefaili jäävate õpilaste vanusest erineda rohkem kui +/- 6 kuud vastava vanuserühma keskmisest vanusest, ülejäänud 10% aga mitte rohkem kui 12 kuud keskmisest vanusest. Eesti 2010. aasta uuringus osalenud õpilaste keskmine vanus vanuserühmades oli 11,8; 13,8 ja 15,8 aastat. Seega, HBSC uuringus käsitletavat 11-, 13- ja 15-aastaste vanuserühmad on tinglikud, kuid enamiku uuritavate vanus täisaastates on 11–15 aastat.

### 2.2. Küsimustik ja uuringu korraldus

Uuringus kasutatud ankeet sisaldas kohustuslikke küsimusi, mille alusel koostati rahvusvaheline andmefail. Lisandusid rahvusvahelised valikküsimused ja lõpuks Eestile olulised rahvuslikud küsimused. Küsimused annavad mitmekülgset teavet õpilaste tervise, tervisekäitumise ja elutingimuste kohta. Eestis kasutatud küsimustikus viitab küsimuse liigile selle järjekorranumbrile järgnev sulgudes olev märge: kui see algab tähega M (*mandatory*), on tegemist kohustusliku küsimusega; kui tähtedega EE, on see Eestile oluline rahvuslik küsimus; kõik teised algustähed viitavad valikküsimustele. Eesti HBSC uuringutes on tavaks moodustada 11-aastastele ja 13–15-aastastele erinevad ankeedid. Noorima vanuserühma ankeetides puuduvad küsimused seksuaalkäitumise, dieedipidamise ja kanepisuitsetamise sageduse kohta. Küsimuste arv oli 2009/2010. õppeaastal 11-aastastel 61 ja 13–15-aastastel 77. Küsimustiku leiata Tervise Arengu Instituudi veebilehel avaldatud HBSC metoodika ja standardtabelite kogumiku lisas.

HBSC uuringus hinnatakse ülekaalu, lähtudes pikkuse ja kehakaalu andmetest, mis õpilane on ankeeti kirjutanud. Sellistel andmetel põhinev ülekaalu levimus on osutunud paljudes uuringutes väiksemaks kui otsestest mõõtmistel põhinev hinnang. Kuna Eestis on erinevad uuringud andnud erineva ülekaalu levimuse, tekkis vajadus kontrollida enesehinnangulise kasvu ja kaalu kõrvalekaldeid tegelikest andmetest. Mõõtmised viidi läbi HBSC uuringu raames kohe pärast küsimustiku täitmist. 25% õpilastest mõõdeti kehakaal poistel ja tüdrukutel eraldi ruumides lahtiriietatuna. 75%-l tehti mõõtmised klassiruumis tava-

riietuses, lahutades eelnevalt väljatöötatud juhise järgi kaalust maha riideesemete kaalu. Erineval viisil kaalutud õpilaste kehamassiindeks ja ülekaalu levimus ei erinenud.

Ankeetküsitlus oli anonüümne ja vabatahtlik. Uuringu päeval kooli saabunud uurijad selgitasid õpilastele, kuidas ankeeti täita ja viibisid vastamise ajal klassis. Õpilased täitsid küsimustiku klassiruumis ühe koolitunni vältel, kohe pärast küsimustiku täitmist mõõdeti õpilaste kehakaal ja pikkus, tulemus märgiti ankeedi kaanele. Enamik õpilastest suutis küsimustikule vastata kiiremini kui akadeemiline tund, õpilaste kaalumisele kulus sageli ka vahetund. Täidetud küsimustikud suleti õpilaste juuresolekul ümbrikutesse, mille uurijad kaasa võtsid.

Küsimustiku ja uuringu korralduse kiitis heaks Tallinna Meditsiiniuuringute Eetikakomitee (otsus nr 1818, 15.10.2009).

## 2.3. Andmete analüüs

Valimi esinduslikkuse analüüs on esitatud TAI veebilehel ilmunud standardtabelite kogumikus. Lõplikus valimis oli 11- ja 15-aastaste vanuserühmas oodatust vähem poisse. Kuna andmefaili puhastamine ei toonud kaasa muid arvestatavaid muutusi isekaaluvas valimis, esitatakse tulemused kaalumata andmete alusel.

Andmeid töödeldi andmetöötlusprogrammiga SPSS 11.0. Protsentväärtuste erinevuse tõepärasust hinnati Chi-ruudu meetodil, erinevus loeti tõepäraseks P väärtusel  $<0,05$ . Mitme küsimuse alusel tuletatud koondtunnuste saamiseks kasutati SPSS *multiple correspondence analysis* funktsiooni. Vastajad jagati kolme vanuserühma: 11-, 13- ja 15-aastased õpilased. Vanuserühmade määratlus on tinglik, kuid enamiku vastavasse rühma kuuluvate noorukite vanus täisaastates oli vastavalt 11, 13 ja 15 aastat. Andmeanalüüsis kasutati põhiliselt protsentjaotuse meetodit – toodi välja teatud näitaja esinemissagedus protsendina vastanute koguarvust. Kõigepealt analüüsiti indikaatori jaotumust soo ja vanuse järgi. Seejärel vaadeldi selle jaotumust taustatunnuste alajaotustes. Käesolevas aruandes on kasutatud järgmisi taustatunnuseid: asustuse tüüp ja elupiirkond, perekonna struktuur ja majanduslik olukord, kodus räägitav põhiline keel, suhted perekonnas, edukus koolis, kehaline aktiivsus, enesehinnanguline tervis, kehakaalu hinnang, riskikäitumise liigid.

**Asustuse tüüpidena eristati:** Tallinn, muu linn ja maapiirkond.

Eesti jaotati viieks administratiivseks elupiirkonnaks: 1) Rapla- ja Harjumaa koos Tallinnaga; 2) Ida- ja Lääne-Virumaa; 3) Jõgeva-, Tartu-, Põlva-, Valga- ja Võrumaa; 4) Järva-, Viljandi- ja Pärnumaa; 5) Lääne-maa, Hiiumaa ja Saaremaa.

**Perekonna struktuuri** määratlemisel oli rõhuasetuseks bioloogiliste vanemate olemasolu kodus, kus laps elab. Jaotused olid järgmised: 1) mõlema bioloogilise vanemaga perekond; 2) ainult üks bioloogiline vanem; 3) bioloogiline vanem ja kasuvanem (või ema/isa elukaaslane); 4) bioloogiline vanem puudub.

**Rahvuse tinglik määratlus** tehti kodus räägitava põhikeele järgi: eesti ja mitte-eesti.

**Majanduslikku olukorda hinnati** leppelise punktiskoori alusel, mis iseloomustab perekonna omandi suurust (arvesse võeti autode, arvutite omamist, perekonna ühiste puhkusereiside arvu, oma toa olemasolu). Skoori väärtused, mis varieeruvad vahemikus 0–9, jaotati tertsiilideks. Majandusliku olukorra alajaotused olid järgmised: halb – I tertsiil, skoor 0–4; keskmine – II tertsiil, skoor 5,6; hea – III tertsiil, skoor 7–9.

**Kehakaalu hinnang** anti Cole'i jt poolt noorukite jaoks välja töötatud ealiste / sooliste KMI kriteeriumite järgi. Need on olenevalt vanusest ja soost järgmised:

I vanuserühm (keskmine vanus 11,8 aastat)

Poiste alakaal  $KMI \leq 14,1$  ja ülekaal  $KMI \geq 21,2$ ; tüdrukute alakaal  $KMI \leq 14,3$  ja ülekaal  $KMI \geq 21,7$ .

II vanuserühm (keskmine vanus 13,8 aastat)

Poiste alakaal  $KMI \leq 15$  ja ülekaal  $KMI \geq 22,6$ ; tüdrukute alakaal  $KMI \leq 15,4$  ja ülekaal  $KMI \geq 23,3$ .

III vanuserühm (keskmine vanus 15,8 aastat)

Poiste alakaal  $KMI \leq 16,1$  ja ülekaal  $KMI \geq 23,9$ ; tüdrukute alakaal  $KMI \leq 16,4$  ja ülekaal  $KMI \geq 24,4$ .

Rasvunuid käsitletakse HBSC uuringus ülekaaluliste rühma osana.

Eesti koolinoorte näitajate võrdlemiseks teiste riikide tulemustega kasutatakse 2012. aasta 2. mail avalikustatud 2009/2010. õppeaasta HBSC uuringu rahvusvahelist raportit, milles esitatakse 39 riigi/regiooni andmed. Kaks osalenud riiki (Iisrael ja Malta) puuduvad aruandest, sest nad ei jõudnud kokkulepitud tähtajaks esitada oma andmefaili.

Käesolevas raportis antakse ülevaade Eesti 2009/2010. õppeaasta HBSC uuringu tulemustest, mida võrreldakse 2001/2002. ja 2005/2006. õppeaastal Eestis toimunud HBSC uuringutega. Vastavale uuringule viidates kasutatakse lihtsuse ja selguse huvides küsitluse toimumise õppeaasta asemel uuringu lõppemise aastaarvu. Seega räägitakse 2002., 2006. ja 2010. aasta uuringust.

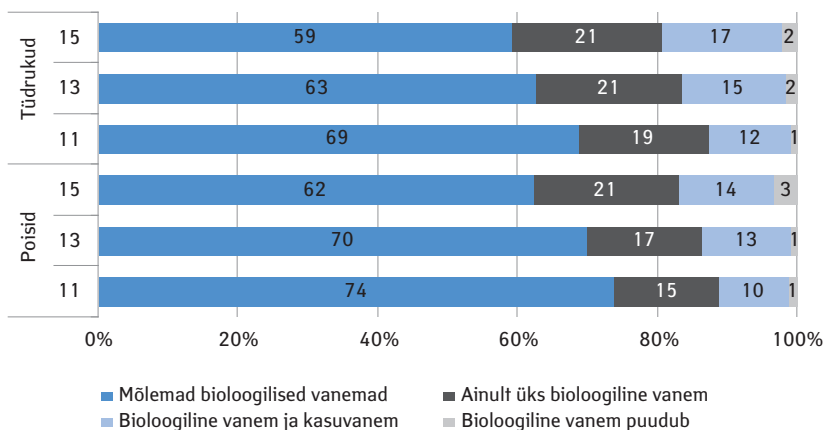
### 3. MAJANDUSLIK TAUST JA SOTSIAALNE KESKKOND

#### 3.1. Perekond

Perekond pakub olulist sotsiaalset tuge kogu teismeea vältel. Lapse ja vanemate vaheliste heade suhete tähtsus, et ennetada riskikäitumist ning terviseprobleeme, on uurimistöodes korduvalt kinnitust leidnud. Vanematega suhtlemise kergus on üks sageli kasutatavaid näitajaid, mis kirjeldab vanematelt saadavat sotsiaalset toetust ja peresisest seotust.

##### Perekonna tüüp

Perekonna struktuuri määratlemiseks küsiti õpilastelt, kellega nad elavad enamiku aega või pidevalt koos. Kõigest 11–15-aastastest õpilastest elab koos mõlema bioloogilise vanemaga 66%, ainult ühe bioloogilise vanemaga 19%, bioloogilise vanema ja kasuvanemaga 13% ning bioloogiline vanem puudub 2% vastanutest. Vanuserühmade ja sugude vahelised erinevused on esitatud joonisel 3.1. **Vanemaks saades** väheneb nende noorukite osakaal, kes elavad mõlema bioloogilise vanemaga ning **poiste** hulgas on neid rohkem võrreldes tüdrukutega.



Joonis 3.1: Perekonna tüüp soo ja vanuse järgi (%)

**Elukoha** järgi on maapiirkonnast pärit õpilaste seas rohkem neid, kes elavad koos mõlema bioloogilise vanemaga ning vähem üksikvanemaga peresid.

**Võrreldes 2006. aastaga** on koos mõlema bioloogilise vanemaga elavate laste osakaal jäänud samaks, 2002. aastal oli antud näitaja oluliselt kõrgem (73%).

**Rahvusvahelises võrdluses** jääb koos mõlema vanemaga koos elavate noorte osakaal vahemikku 49% Gröönimaal ja 88% Armeenias. Kui koos mõlema vanemaga elavate õpilaste osakaalu poolest on Eesti viimases veerandis, siis kasuperede osakaal on Eestis üks suurimaid.

##### Perekonna majanduslik olukord

Majandusliku olukorra hindamiseks kasutatakse uuringus perekonna jõukuse skoori (HBSC *Family Affluence Scale*), milles võetakse arvesse autode, arvutite, ühiste puhkusereiside ja oma toa olemasolu. Mitmele erinevale küsimusele antud vastuste põhjal jagatakse õpilased hea, keskmise ja halva majandusliku olu-

korraga peredest pärit õpilasteks. Analüüsi tulemustest ilmneb, et 39% õpilastel, vanuses 11–15 aastat, on perekonna majanduslik olukord hea, 34% keskmine ning ülejäänud 27% puhul halb.

Kodus räägitava peamise **keele alusel** on mitte-eestlaste seas rohkem halvema majandusliku olukorraga õpilasi võrreldes eestlastega (vastavalt 36% ja 24%). Halvemas olukorras on ka üksikvanemaga pered, 45% ainult ühe bioloogilise vanemaga elavate õpilaste majanduslik olukord on halb.

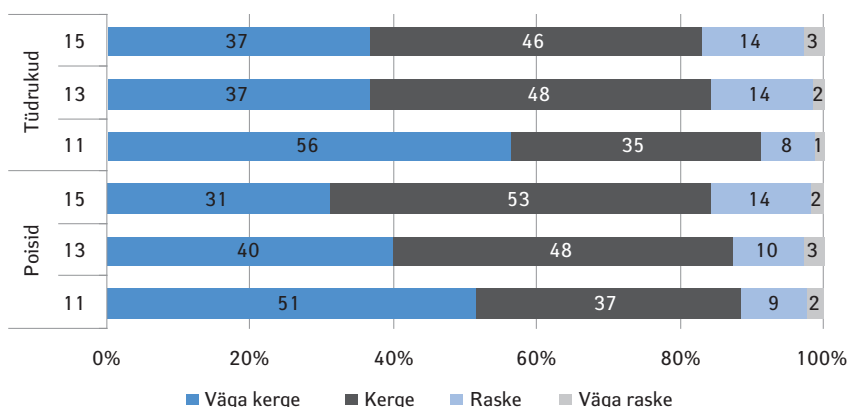
Halvema majandusliku olukorraga peredest pärit õpilaste osakaal on kahel viimasel uuringuaastal sama, 2002. aastal oli see näitaja 4% võrra suurem.

Lisaks küsiti õpilastelt hinnangut perekonna majanduslikule kindlustatusele 5-pallisel skaalal. Kõigist vastajatest 12% pidas seda väga heaks, 43% heaks, 42% keskmiseks ja ainult 3% halvaks või väga halvaks. Võrreldes 2006. aastaga on vähenenud nende õpilaste osakaal, kes on oma perekonna majanduslikku kindlustatust pidanud heaks või väga heaks (vastavalt 64% ja 55%).

### Peresised suhted

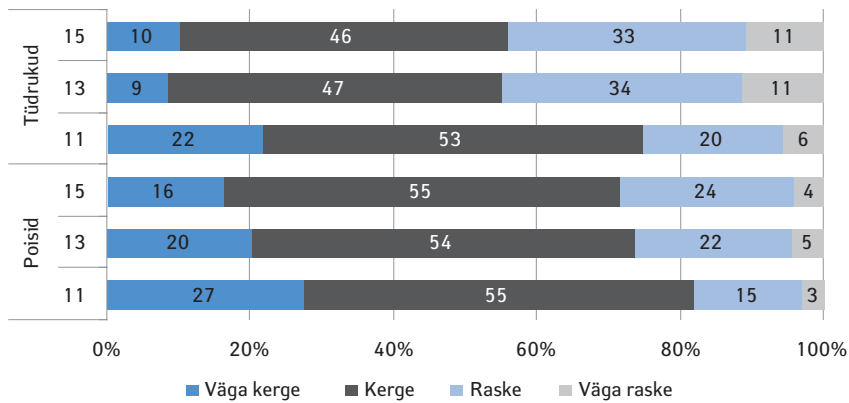
Õpilased hindasid rahulolu pere omavaheliste suhetega 10-astmelisel skaalal, millel 0 tähistas väga halbu suhteid ja 10 väga häid suhteid ning suurt rahulolu. Positiivseks, üle keskmise hinnanguks loetakse astmeid 6–10, negatiivseks, alla keskmise astmeid 0–5. Enamik õpilasi (88%) annab oma peresuhetele positiivse hinnangu. Vanemaks saades väheneb rahulolu pereseste suhetega, eriti tüdrukutel. Kui 11-aastasest tüdrukutest 9% annab negatiivse hinnangu peresuhetele, siis 15-aastaste seas on neid kaks korda enam (18%).

Teise pereseseid suhteid peegeldava näitajana kasutatakse pereliikmetele muredest rääkimise kergust või raskust. Oma muredest on bioloogilise emaga kerge või väga kerge rääkida 87%-l noortest. **Poiste** ja **tüdrukute** vahel olulisi erinevusi pole, kuid vanemate õpilaste hulgas suureneb mõnevõrra nende osakaal, kellel on raske või väga raske emaga muredest rääkida (vt joonis 3.2).



**Joonis 3.2:** Bioloogilise emaga muredest rääkimise kergus soo ja vanuse järgi (%)

Ka bioloogilise isaga on Eesti lastel oma muredest rääkida suhteliselt lihtne: 69% jaoks on see kerge või väga kerge. Raskem on isaga muredest rääkimine 13- ja 15-aastastele tüdrukutele võrreldes noorima vanuserühma või poistega. Poiste hulgas on samuti täheldatav tendents, et vanemaks saades muutub isaga muredest rääkimine raskemaks (vt joonis 3.3).



**Joonis 3.3:** Bioloogilise isaga muredest rääkimise kergus soo ja vanuse järgi (%)

Ootuspäraselt on emaga ja isaga oma muredest rääkimise hõlpsus seotud peresisestele suhetele antud rahulolu hinnanguga. Noorukid, kellel on oma vanematega usalduslikud suhted, on ka üldist rahulolu peresiseste suhetega hinnanud positiivsemalt.

Kahel viimasel *küsitlusaastal* on antud näitajad püsinud stabiilsena. 2002. aastal oli ema ja isaga muredest rääkimist kergeks pidavaid noorukeid vastavalt 8% ning 12% võrra vähem.

**Rahvusvahelises võrdluses** teiste 2009/2010. õppeaastal HBSC uuringus osalenud riikidega asetuvad Eesti 11- ja 13-aastased õpilased ema ja isaga muredest rääkimise hõlpsuse poolest edetabeli keskel, 15-aastased esimese kolmandiku lõpus. Kui paljudele riikidele on iseloomulik tendents, et vanemaks saades väheneb noorte osakaal, kellel on kerge vanematega rääkida, siis Eestis on see langus suhteliselt väike. Teised Baltimaad paiknevad Eesti tulemustega võrreldes riikide järjekorras tagapool. Kõige kergem on vanematega probleeme jagada Hollandi, Gröönimaa ja Makedoonia noortel.

## 3.2. Sõbrad

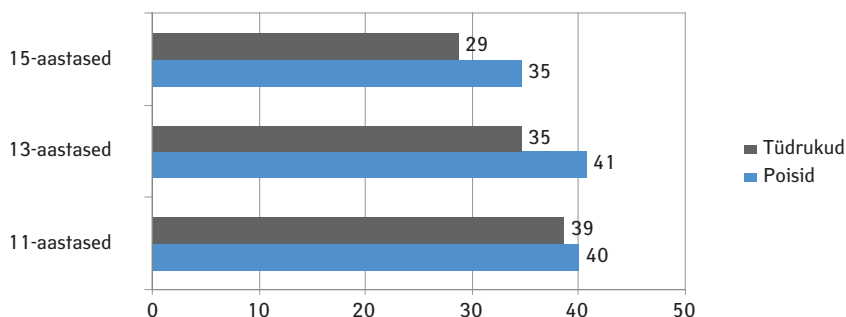
Suure osa oma ärkveloleku ajast veedavad noorukid koos eakaaslaste või sõpradega. Kaaslastega suhtlemisel võivad olla nii negatiivsed kui ka positiivsed mõjud. Samaealiste rühmitustesse kuulumist ja õhtuti koos sõpradega aja viitmist on seostatud riskikäitumisega, teisalt aitab sõpradega läbikäimine teismelistel arendada mitmeid vajalikke sotsiaalseid oskusi. Sõprussuhete kaudu leiavad rahuldumist lähedaste suhete ja kuuluvusvajadus. Üheskoos osaletakse sporditreeningutes või teistes vabaajategevustes. Toetuse tundmine kaaslastelt on seotud kõrgema enesehinnangu ja parema toimetulekuga koolikeskkonnas. Üksildased noorukid jäävad oma väheste sotsiaalsete oskuste tõttu sageli isolatsiooni ning võivad sagedamini kogeda kiusamist.

### Lähedased sõbrad

Enamikul 11–15-aastastest noortest (87%) on kolm või enam lähedast sõpra, kaks sõpra on 7%-l ja üks sõber 4%-l. Vaid 1% vastajatest märkis, et neil pole ühtegi lähedast sõpra.

Et hinnata lähedaste sõpradega suhtlemise sagedust, küsiti õpilastelt: mitmel päeval nädalas nad tavaliselt veedavad koos sõpradega aega kohe pärast kooli ja õhtuti kodust väljas. Kõigist 11–15-aastastest õpilastest veedab kohe pärast kooli sõpradega 4–5 päeval nädalas aega 38% vastanutest, 2–3 päeval 39%, ühel päeval 13% ja 12% ei tee seda üldse.

**Sugude lõikes** võib jooniselt 3.4 näha, et poisid veedavad sagedamini 4–5 päeval nädalas aega kohe pärast kooli sõpradega väljas.

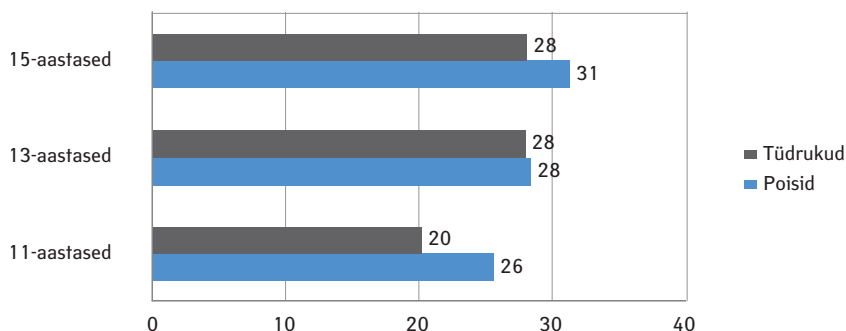


**Joonis 3.4:** Sõpradega 4–5 päeval nädalas kohe pärast kooli aega veetvate õpilaste jaotus soo ja vanuse järgi (%)

**Elukoha järgi** maapiirkondade (39%) ja teiste linnade (36%) õpilased veedavad enam iga päev pärast kooli sõpradega aega võrreldes eakaaslastega Tallinnas (30%) ning **kodukeele järgi** mitte-eestlased (41%) võrreldes eestlastega (35%). Sõpradega pärast kooli sageli suhtlevate noorukite seas on rohkem suitsetajaid ja vähemalt kord nädalas alkoholitartajaid võrreldes mittetarvitajate või harva tarvitajatega. Nad on sagedamini pärit ainult ühe bioloogilise või bioloogilise ja kasuvanemaga ning hea majandusliku olukorraga peredest.

Viiendik kõigist 11–15-aastastest õpilastest ei veeda tavaliselt üldse õhtuti kodust väljas sõpradega aega, ligikaudu kolmandik teeb seda neli või rohkem õhtut nädalas.

**Sugudevahelised ja vanuselised** erinevused ilmnevad selles, et võrreldes vanemate vanuserühmadega veedavad 11-aastased vähem sageli õhtuti aega sõpradega, kuid sama vanuserühma poisid teevad seda tüdrukutest oluliselt enam (vt joonis 3.5).



**Joonis 3.5:** Neljal või enamal õhtul nädalas õhtuti sõpradega aega veetnud õpilaste jaotus soo ja vanuse järgi (%)

**Elukoha järgi** maapiirkondade (27%) ja teiste linnade (30%) noored veedavad sagedamini rohkem kui neljal õhtul nädalas sõpradega õhtuti aega väljas võrreldes eakaaslastega Tallinnas (23%). **Pere tüübi alusel** mõlema bioloogilise vanemaga perest pärit lapsed veedavad vähem õhtuti aega väljas.

Õhtuti sõpradega ajaviitmine kodust väljas on seotud riskikäitumisega: nii tubaka kui ka kanepi suitsetajate hulgas on sageli õhtuti väljas sõpradega aega veetvaid õpilasi kaks korda enam kui mittersuitsetajate seas ning vähemalt kord nädalas alkoholi tarvitajate seas üle kahe korra enam võrreldes mittetarvitajatega.



**Rahvusvahelises võrdluses** on Eesti nii sageli pärast kooli kui ka õhtuti sõpradega aega veetvate õpilaste osakaalu pingereas keskel, Läti on mõned kohad eespool. Soome noored veedavad võrreldes eestlastega märgatavalt sagedamini koos sõpradega õhtuti aega väljas, kuid on harvem koos kohe pärast kooli.

### Sõpradega koos harrastatavad tegevused

Tabelis 3.1 on esitatud loetelu tegevustest, mida koos sõpradega umbes kord nädalas või sagedamini tehakse. Need on järjestatud harrastajate osakaalu järgi poiste seas. Enamik noori suhtleb oma sõpradega interneti teel või silmast silma. Ligikaudu pooled poistest on vastanud, et nad spordivad, mängivad arvutimänge, jalutavad või ei tee midagi erilist (hängivad ringi). Tüdrukutel on sagedased tegevused lisaks interneti kaudu sõpradega suhtlemisele veel jalutamine, niisama ringihängimine ja muusika kuulamine.

**Tabel 3.1:** Vähemalt kord nädalas vabal ajal koos sõpradega loetletud tegevusi harrastavate 13–15-aastaste õpilaste jaotus soo järgi (%)

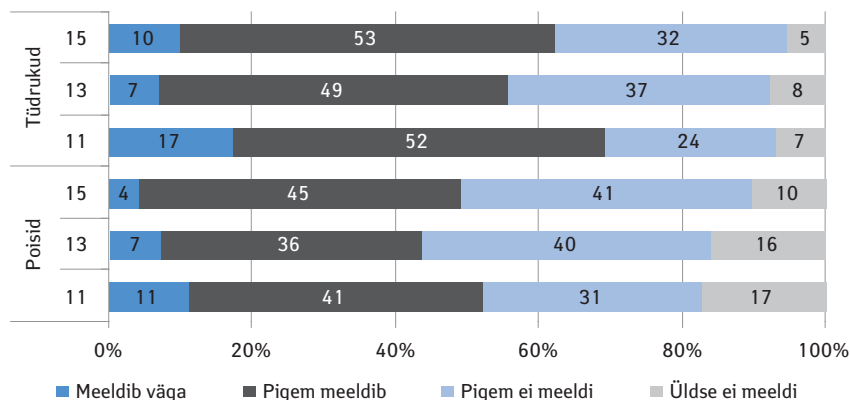
	Poisid (n = 1207) %	Tüdrukud (n = 1400) %
Suhtlevad interneti kaudu	85	90
Vestlevad sõpradega	63	77
Spordivad	54	41
Mängivad laua- / arvutimänge	52	23
Jalutavad	52	67
Käivad niisama ringi (hängivad)	51	52
Lähevad välja / pidutsevad	34	33
Kuulavad muusikat / tantsivad	28	45
Lähevad kinno / teatrisse / kontserdile	19	17
Loominguline koostegevus	18	23
Õpivad / teevad kodutööd	14	19
Osalevad vabatahtlikes liikumistes	10	7

### 3.3. Koolielu

Koolil on oluline osa õpilaste elus ning seal saadud kogemused mõjutavad nende praegust ja tulevast tervist ning eluga rahulolu. Koolieluga seonduvaid positiivseid kogemusi peetakse üheks positiivse tervise eelduseks, samas negatiivsed kogemused võivad osutada riskifaktoriteks. Õpilastel, kellele koolikeskkond ei meeldi, on suurema tõenäosusega raskusi õppetöös ning suurem risk koolist välja langeda, omandada tervist kahjustavad käitumisviisid, mille tagajärjeks on üldine elukvaliteedi langus.

### Koolis käimise meeldivus

11–15-aastaste õpilaste hulgas on võrdselt neid, kellele väga meeldib koolis käia ning 10%-le ei meeldi üldse. Kooliskäimist pidas pigem meeldivaks 46% ja pigem mitte-meeldivaks 34% vastanutest. **Poiste** seas on võrreldes tüdrukutega kõigis vanuserühmades oluliselt suurem koolis käimist mitte-meeldivaks hinnanute osakaal ning **vanuserühmade** võrdluses kõige vähem meeldib see 13-aastastele õpilastele (vt joonis 3.6).



**Joonis 3.6:** Kooliskäimise meelepärasmus soo ja vanuse järgi (%)

Vaadeldes kooliskäimise meelepärast lähtudes **elukohast** selgub, et Tallinna õpilaste hulgas on võrreldes teiste linnade ja maapiirkondadega viie protsendipunkti võrra vähem neid, kellele kooliskäimine pigem või üldse ei meeldi. **Kodus räägitava kõnekeele alusel** olulisi erinevusi ei ilmnenud.

Koolis käimise meeldivus seostub nii tervisenäitajate, peresiseste suhete kui ka riskikäitumisega. Koolis meeldib vähem käia neil noortel, kelle tervis enese hinnangul on rahuldav või väga halb ning kellel on esinenud depressiivseid episoodide viimasel 12 kuul. Kool on vähem meelepärane õpilastele, kes hindavad oma peresiseste suhteid negatiivseks, ema ja isaga muredest rääkimist raskeks ning kes õhtuti sõpradega sageli väljas käivad, suitsetavad ja alkoholi tarvitavad. Samuti meeldib tunduvalt vähem koolis käia õpilastele, kelle arvates õpetaja hindaks nende koolis edasijõudmist võrreldes klassikaaslastega keskmiseks või alla selle.

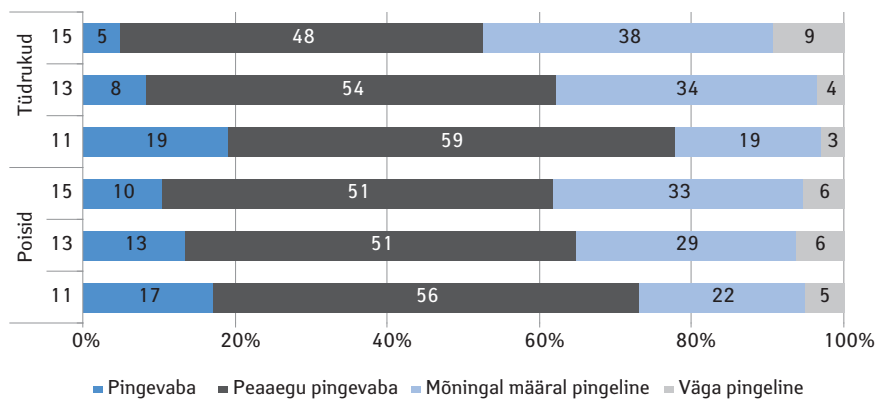
**Küsitlusaastaid võrreldes** olulisi muutusi toimunud pole. Kui eelmisel küsitlusaastal oli kooliskäimist mitte-meelepäraseks pidavate vastajate osakaal nelja protsendipunkti võrra suurenenud, siis viimasel küsitlusaastal on see jälle vähenenud.

**Rahvusvahelises võrdluses** kasutatakse indikaatorina kooliskäimist väga meeldivaks pidavate õpilaste osakaalu. Selle näitaja järgi meeldib Eesti ja Horvaatia õpilastele kõigis vanuserühmades kõige vähem koolis käia. Ka soomlased asetuvad tabeli lõpuossa. Läti ja Leedu õpilased hindavad kooliskäimist Eesti lastest oluliselt meeldivamaks, kusjuures Leedu on kõigis vanuserühmades esimese kümne riigi seas. Indikaatori suure varieeruvuse (4–89%) tõttu tuleks tulemuste tõlgendamisel arvestada võimalusega, et ingliskeelse originaalküsimuse mõte võib teistesse keeltesse tõlkimisel olla mõnevõrra erinev.

### Koolitöö pingelisus

Koolitöö pingelisust hinnati vastusega küsimusele: „Kui pingeline on sinu jaoks õppetöö?“. Ligikaudu 2/3 õpilastest vanuses 11–15 aastat hindab koolitööd peaaegu pingevabaks või pingevabaks ning kolmandik mõningal määral või väga pingeliseks. **Tüdrukud** peavad koolitööd pingelisemaks kui **poisid** ning **vane-**

**maks saades** suureneb õpilaste osakaal, kes peavad koolitööd pingeliseks. Kui 11-aastaste poiste ja tüdrukute seas oli neid 27% ja 22%, siis 15-aastaste seas vastavalt 38% ja 47% (vt joonis 3.7).

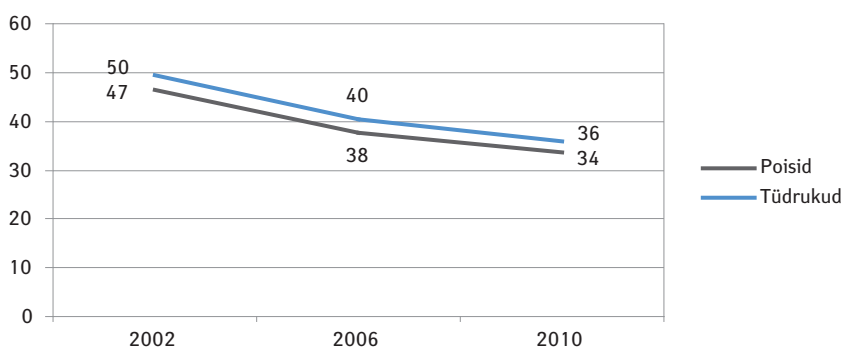


**Joonis 3.7:** Hinnang koolitöö pingelisusele soo ja vanuse järgi (%)

Arvestades **elukohta**, peavad koolitööd pingelisemaks võrreldes teiste linnade ja maakondade õpilastega Tallinna õpilased (vastavalt 38% ja 34%) ning noorukid, kelle kodukeeleks ei ole eesti keel (39%), võrreldes õpilastega, kel kodukeeleks eesti keel (34%).

Koolitöö on pingelisem noorukitele, kes peavad oma pereliikmete vahelisi suhteid halvaks ning ema ja isaga muredest rääkimist keeruliseks ning kellel on esinenud depressiivseid episoodi viimasel aastal. Ligi pooled õpilastest, kes on enda tervist rahuldavaks või halvaks hinnanud, peavad ka koolitööd pingeliseks.

Nii poiste kui ka tüdrukute hulgas on koolitööd pingeliseks pidavate õpilaste osakaal **võrreldes varasemate küsitlusaastatega** oluliselt vähenenud (joonis 3.8).



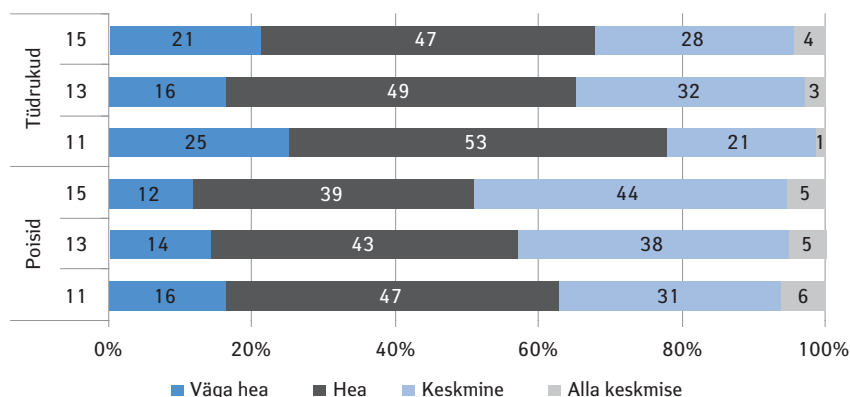
**Joonis 3.8:** Koolitööd mõningal määral või väga pingeliseks pidavate õpilaste osakaal 2002–2010 (%)

**Võrreldes teiste riikidega** tunnetavad Eesti lapsed koolitöö pingelisust keskmisel määral. Soome õpilaste jaoks on koolitöö pingelisem ning Läti laste jaoks vähem pingeline. Koolitöö pingelisus kasvas vanusega peaaegu kõigis riikides, kuid Eestis on see kasv olnud üsna mõõdukas. Kui Soomes ja Rootsis suurenes koolitööd pingeliseks pidavate tüdrukute osakaal vanusega 45%, siis Eestis 25%.

### Koolis edasijõudmine

Õpilastelt küsiti, millise hinnangu annaks õpetaja nende hakkamasaamisele koolis võrreldes klassikaaslastega. Oma toimetulekut koolis pidas heaks või väga heaks 64% vastanutest. Joonisel 3.9 on näha, et **sugude võrdluses** on tüdrukute seas rohkem neid, kelle arvates annaks õpetaja neile võrreldes klassi-

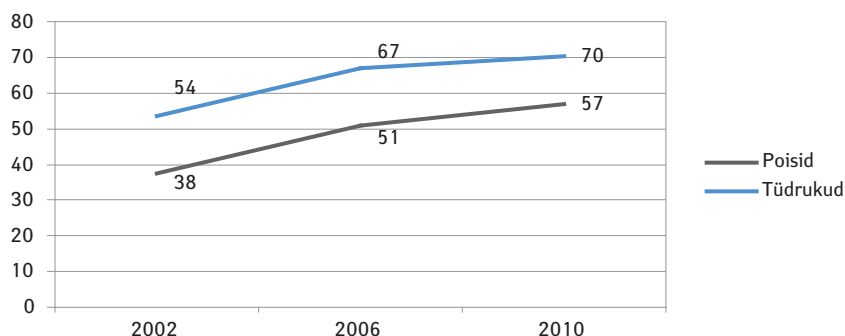
kaaslastega positiivse hinnangu. Poiste seas suureneb vanusega oma toimetulekut keskmiseks pidavate õpilaste osakaal.



**Joonis 3.9:** Õpilaste arvamus õpetaja hinnangust nende edasijõudmisele koolis soo ja vanuse järgi (%)

Rohkem positiivseid hinnanguid oma hakkamasaamisele koolis andsid õpilased, kes hindasid oma tervist ja peresiseid suhteid heaks või väga heaks, kes ei suitseta, ei tarvita üldse või tarvitavad harva alkoholi ning veedavad õhtuti harvem aega koos sõpradega kodust väljas.

**Võrreldes varasemate küsitlusaastatega** on hea või väga hea edasijõudmisega õpilaste osakaal kasvanud nii poiste kui ka tüdrukute seas (joonis 3.10).

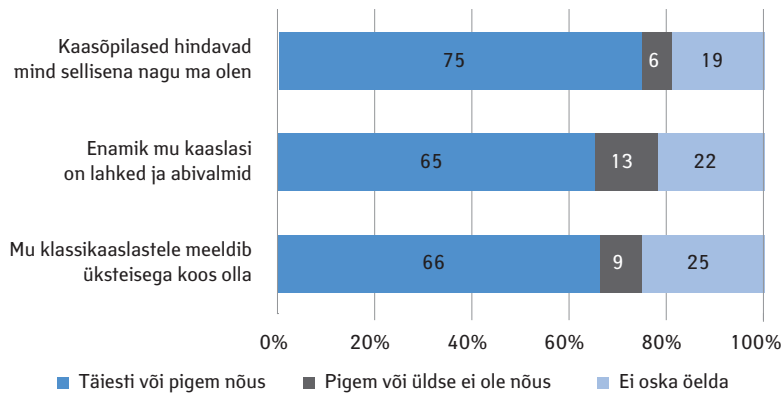


**Joonis 3.10:** Hea või väga hea edasijõudmisega õpilaste osakaal 2002–2010 (%)

Koolis edasijõudmise alusel on **riikide võrdlevas** edetabelis Eesti 11-aastased õpilased 28. kohal, 13-aastased 23. kohal ja 15-aastased 16. kohal. Teised Baltimaad jäid meist tahapoole. Eesti on üks väheseid riike, kus vanusega positiivsed hinnangud koolis edasijõudmisele on kahanenud vähem kui 15 protsendipunkti võrra. Eesti ja Soome õpilaste hinnangud edasijõudmisele koolis on 13-aastaste rühmas sarnased, kuid 11-aastaste seas on Soomes oma edasijõudmist positiivseks hinnanud rohkem ja 15-aastaste tüdrukute seas vastupidiselt oluliselt vähem.

### Suhted klassikaaslastega

Klassis valitsevat sisekliimat – klassikaaslaste sotsiaalse toetuse ning ühistunde olemasolu – hinnatakse kolme väitega. Joonisel 3.11 on toodud 11–15-aastaste õpilaste hinnangute jaotus neile väidetele. Vastusevariandid on: „täiesti nõus“, „pigem nõus“, „ei oska öelda“, „pigem ei ole nõus“, „üldse ei ole nõus“.



**Joonis 3.11:** Õpilaste hinnangud suhetele kaasõpilastega (%)

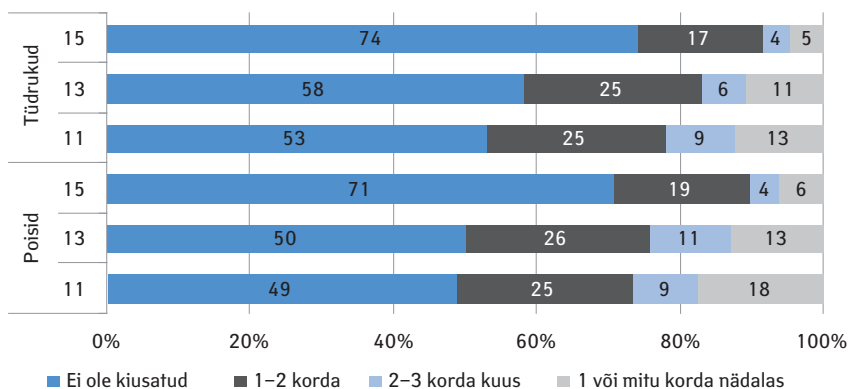
Rahvusvahelises uurimuses kasutatakse kooli psühhosotsiaalse sisekliima indikaatorina hinnanguid klassikaaslaste abivalmidusele. **Tüdrukud, võrreldes poistega**, peavad sagedamini klassikaaslasti lahkeks ja abivalmiks (vastavalt 67% ja 63%). Mõlema soo puhul on 13-aastaste **vanuserühmas** kaaslastele positiivse hinnangu andnute osakaal väiksem kui nooremate ja vanemate seas.

Kolme **küsitlusaasta võrdlus** näitab, et klassikaaslaseid abivalmiks ja lahkeks pidavate õpilaste osakaal on kasvanud 58%-lt 2002. aastal 65%-ni 2010. aastal. Muutumatu on näitaja püsinud 11-aastaste tüdrukute seas, kus see on olnud läbi aastate kõrgeim: 70%.

**Riikide võrdlevas järjestuses** asetuvad Eesti 11- ja 13-aastased õpilased selle näitaja alusel tabeli teise poolde, 15-aastased on tõusnud tabeli esimesse poolde (16. koht). Erinevalt riikide enamusest, kus vanuse suurenedes väheneb klassikaaslaste toetus, tõuseb see Eestis vanemas vanuserühmas taas pärast langust 13-aastaste seas. Hinnangud klassikaaslaste lahkusele ja abivalmidusele on Eesti ja Soome õpilastel üsna sarnased, erinevused on kuni 4%. Läti ja Leedu paigutuvad tabeli viimase 10 hulka.

### Kiusamine koolis

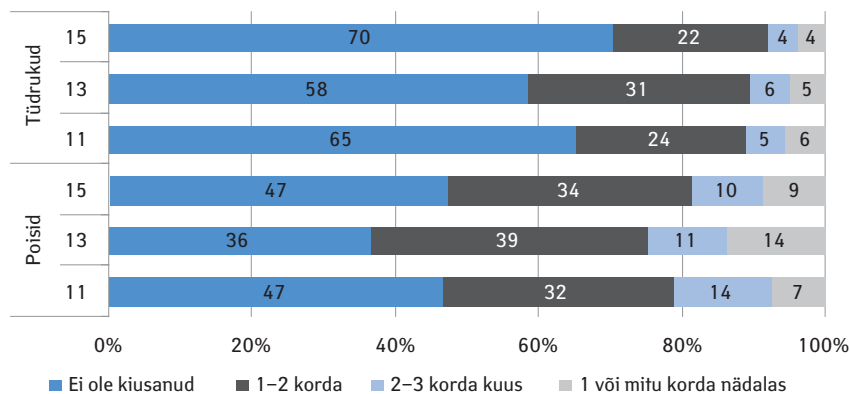
Kaasõpilaste kiusamist on viimasel paaril kuul vähemalt ühe korra kogunud 41% vastanutest. Kiusamise kogemise sagedus soo ja vanuserühmiti on toodud joonisel 3.12. Koolikiusamise näidikuna kasutatakse selles uuringus viimase paari kuu jooksul 2–3 korda või sagedamini kooliõpilaste poolt kiusatud noorukite osakaalu. Koolikiusamist esineb kahes nooremas vanuserühmas sagedamini kui 15-aastaste seas ning kiusatute osakaal on mõnevõrra suurem poiste hulgas.



**Joonis 3.12:** Kiusamise kogemise sagedus viimase paari kuu jooksul soo ja vanuse järgi (%)

Kiusamise ohvriks on sagedamini sattunud õpilased, kes on halvema **majandusliku olukorraga** peredest, koolis halvema toimetulekuga ning hinnanud oma tervist halvaks ja on kogunud viimasel aastal depressiivseid episoode.

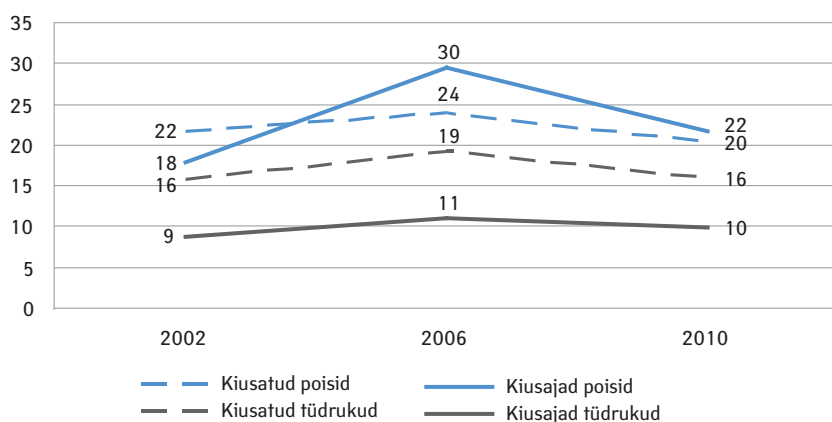
Koolikiusamise teise poolena küsitakse õpilastelt, kui sageli nad ise on viimasel paaril kuul teiste kiusamisest osa võtnud. Ise on kaasõpilasi kiusanud 46% õpilastest vanuses 11–15 aastat. Võrreldes **tüdrukutega** on **poistega** hulgas kiusajate osakaal kahekordne kõikides vanuserühmades. Kui tüdrukutest on kaasõpilasi kiusanud vähemalt 2–3 korral kuus iga kümnes õpilane, siis poistest iga neljas 13-aastane ja viies 11- ja 15-aastane õpilane (vt joonis 3.13).



**Joonis 3.13:** Kaasõpilaste kiusamises osalemise sagedus viimase paari kuu jooksul soo ja vanuse järgi (%)

Teiste kiusamise ja õpilase majandusliku olukorra vahel seost ei ilmnenud. Küll on kaasõpilaste kiusamine sagedasem õpilaste hulgas, kes oma peresisesid suhteid peavad halvaks, õpetaja hinnangut nende koolis hakkamasaamisele keskmiseks või alla selle, suitsetavad ning tarvitavad sagedamini alkoholi.

**Kolme uuringuaasta võrdluses** on 2006. aastal toimunud kiusatute ja kiusajate osakaalu kasvule järgnenud taas langus. Kui 2006. aastal oli koolikiusamise tase oluliselt suurenenud 11-aastaste vanuserühmas, siis viimases uuringus on see taas oluliselt vähenenud. Indikaatorina kasutatav näitaja, vähemalt kaks korda kuus kiusatute osakaal, on samal tasemel 2002. aastaga – 18%. Samamoodi kui 2006. aastal ise teisi kiusanud õpilaste osakaal oli oluliselt suurenenud, siis viimase uuringu andmetel on see langenud peaaegu samale tasemele 2002. aastaga (vt joonis 3.14).



**Joonis 3.14:** Vähemalt kaks korda kuus viimasel paaril kuul kaasõpilaste poolt kiusatud ja kaasõpilasi ise kiusanud vastajate osakaal soo ja uuringuaasta järgi (%)

**Teiste riikidega võrdluses** paistavad Baltimaad silma koolikiusamise sagedusega. Kõigis vanuserühmades esineb koolikiusamist kõige enam Leedus. 11-aastaste vanuserühmas on Eesti kiusatute osakaalu poolest teisel kohal, 13-aastaste vanuserühmas kolmanda kohal ning 15-aastaste seas langenud 16. kohale. Soomes on kahes nooremas vanuserühmas ligikaudu kaks korda vähem koolikiusamist kogenud õpilasi. Kõige vähem esineb koolikiusamist Armeenias ja Rootsis. Ka teisi kiusanute osakaalult on riikide järjestustabelis Eesti 11-aastased õpilased teisel kohal, 13-aastased kuuendal kohal ja 15-aastased 15. kohal. Läti ja Leedu on kiusajate osakaalu poolest kõigis vanuserühmades esimese viie seas. Soome asetub tabeli teises pooles. Kõige vähem kiusavad kaasõpilasi Rootsi ja Walesi lapsed.

### 3.4. Kokkuvõte

- Enamikul Eesti 11–15-aastastest noortest on kolm või enam lähedast sõpra. Iga kolmas õpilane kohtub 4–5 päeval pärast kooli oma sõpradega, sama palju noori veedab väljas koos sõpradega aega vähemalt neljal õhtul nädalas.
- Kolmandik õpilastest ei ela koos mõlema bioloogilise vanemaga.
- Enamik õpilasi annab oma peresuhetele positiivse hinnangu ning neil on ema ja isaga kerge oma muredest rääkida.
- Eesti kooliõpilastele pigem meeldib koolis: kuus õpilast kümnest peab kooliskäimist meeldivaks, üldse ei meeldi kooliskäimine igale kümnendale õpilasele.
- Mida vanemad õpilased, seda pingelisem on nende jaoks koolitöö, keskeltläbi iga kolmas õpilane peab koolitööd mingil määral pingeliseks.
- Koolitööd pingeliseks pidavate õpilaste osakaal on võrreldes varasemate aastatega vähenenud.
- 2/3 õpilaste arvates annaks õpetaja nende koolis edasiõudmisele võrreldes klassikaaslastega hea hinnangu.
- Neli õpilast kümnest on viimastel kuudel kogenud koolikiusamist.
- Vähemalt 2–3 korda kuus on koolikiusamist kogenud iga viies poiss ja kuues tüdruk.
- Pisut üle poolte õpilastest on ise teisi kiusanud. Kiusajaid on poiste seas kaks korda enam võrreldes tüdrukutega. Koolikiusamist esineb Eestis nooremate õpilaste seas sagedamini kui enamikus HBSC uuringus osalenud riikides.

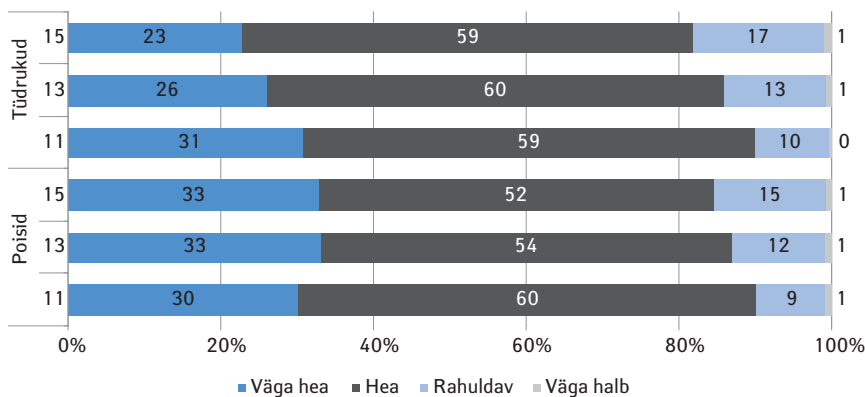
## 4. TERVISE SEISUND

### 4.1. Hinnang oma tervisele ja eluga rahulolu

#### Tervisehinnang

Täiskasvanutel kasutatavad standardsed tervisenäitajad – haigestumus ja suremus – ei ole noorukieas informatiivsed, kuna need on selles eas väga madalad. Seetõttu on oluline subjektiivne tervisehinnang, mis peegeldab nii vaimset kui ka füüsilist heaolu ning võimaldab tervise seisundit hinnata kõikidel lastel, mitte ainult väikeses kliinilist diagnoosi omavas alarühmas. Õpilastele esitatakse küsimus: „Kuidas sa üldiselt iseloomustad oma tervist?“. Vastusevariandid on järgmised: „väga hea“, „hea“, „rahuldav“, „väga halb“. Küsimus on sellisel kujul kasutusel alates 2001/2002. õppeaastast.

Viimases kooliõpilaste tervisekäitumise uuringus hindas oma tervist heaks või väga heaks 87% 11–15-aastastest õpilastest. **Soolised ja vanuselised erinevused** tervisehinnangutes on toodud joonisel 4.1.



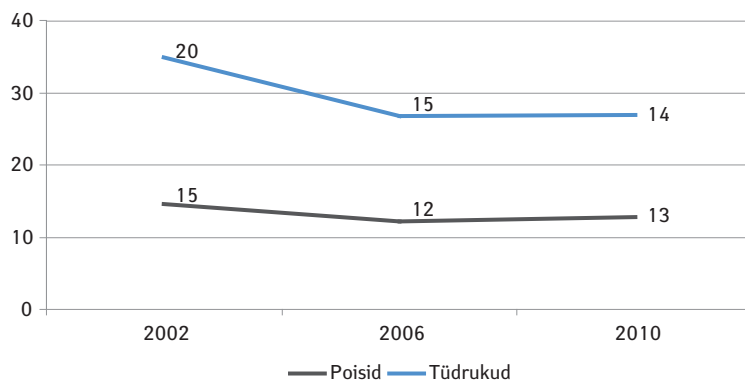
**Joonis 4.1:** Õpilaste hinnang oma tervisele (%) soo ja vanuse järgi

Hea või väga hea hinnangu oma tervisele andis 87% poistest ja 86% tüdrukutest. Mida noorem on laps, seda parema hinnangu annab ta oma tervisele. 11-aastaste poiste ja tüdrukute seas on kõige vähem neid, kes oma tervist rahuldavaks või väga halvaks hindasid. Poisid annavad oma tervisele väga hea hinnangu sagedamini kui tüdrukud (vastavalt 32% ja 27%). Kõige harvem hindasid oma tervist väga heaks 13- ja 15-aastased tüdrukud, poiste näitajates puudub oluline erinevus vanuserühmade vahel. Seega on puberteediikka jõudnud tüdrukud tundlikumad puberteedieaga seotud füsioloogilistele muutustele.

**Kodus räägitava kõnekeele** järgi annavad oma tervisele sagedamini väga hea hinnangu mitte-eesti kodukeelega poisid, tüdrukute seas kõnekeelega seotud erinevused puuduvad. **Perekonna majanduslik olukord** on oluline tervisemõjutaja ainult tüdrukute seas. Tervisehinnang sõltub ka **perekonna struktuurist**. Oma tervist hindavad sagedamini väga heaks õpilased, kes pärinevad mõlema bioloogilise vanemaga kodust (31%), võrreldes üksikvanemaga (25%) või kasuvanemaga (26%) perest lastega. Samuti esineb väga head tervisehinnangut rohkem heade omavaheliste suhetega perekonnas – poiste seas 1,5 ja tüdrukutel kaks korda sagedamini kui halbade peresuhete korral. Ootuspäraselt on tervisehinnang seotud ka **tervisekäitumisega**: väga heaks hindavad oma tervist sagedamini mittersuitsetajad ja vabal ajal sportlikku tegevust harrastavad õpilased.

Tervisehinnangu trendi jälgimiseks läbi kolme viimase tervisekäitumise uuringu lähtusime 11–15-aastaste õpilaste osakaalust, kelle tervisehinnang oli halb – hinnangud: „rahuldav“ ja „väga halb“ (vt joonis 4.2).





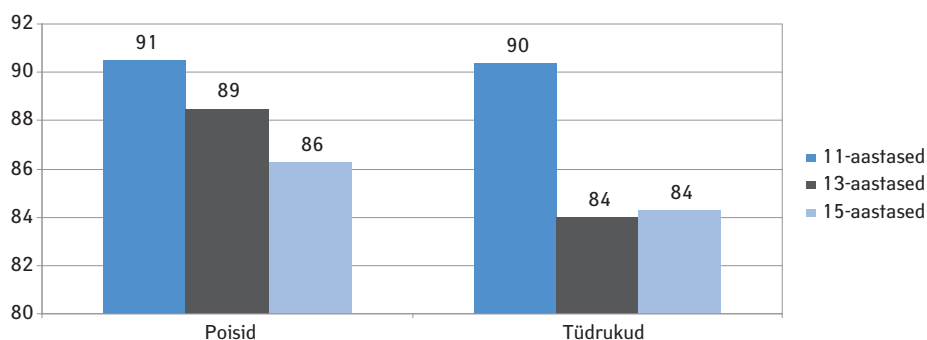
**Joonis 4.2:** Halva tervisehinnanguga 11–15-aastased õpilased (%), trend 2002–2010

Halva tervisehinnanguga õpilaste osakaal vähenes 2006. aastaks nii tüdrukute kui ka poiste hulgas ja jäi saavutatud tasemele ka 2010. aasta uuringus. On teada, et vaesus avaldab negatiivset mõju tervisele, üheks tervisehinnangu paranemise põhjuseks 2006. aastal oli tõenäoliselt majandustõus. Järgnenud majanduslangus ei ole jätnud olulist jälge Eesti õpilaste tervisehinnangutesse.

**Rahvusvahelises võrdluses** oli Eesti halva tervisehinnanguga õpilaste osakaalu poolest kõikides vanuserühmades riikide/regioonide edetabelis keskmise kolmandiku lõpus, 23.–25. kohal. Võrreldes 2006. aasta tulemustega oli 2010. aastal Eesti 15-aastaste õpilaste hulgas täheldatav tervisehinnangu paranemine, nende koht halva tervise edetabelis oli samuti viie koha võrra langenud. Lätis ja Leedus esines halva tervisehinnangut rohkem, Soomes aga vähem kui Eestis.

## Eluga rahulolu

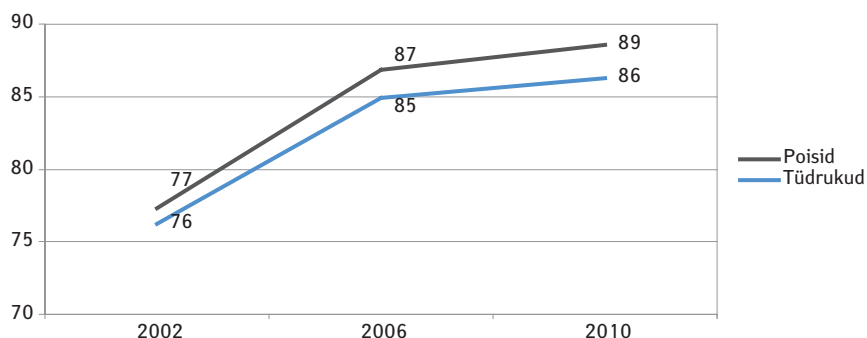
Õpilased hindavad oma eluga rahulolu 10-astmelise skaala alusel, kus 0 tähistab varianti „kõige halvem elu“ ja 10 „kõige parem elu“. Hinnang näitab üldist heaolu, peegeldades rahulolu oma elukeskkonnaga, tervise, emotsionaalse seisundiga ja võimalustega, mida elu talle pakub. Kooliõpilaste tervisekäitumise uuringus võeti hindamisel aluseks skaala keskpunkt – 6 punkti. Oma eluga enam rahuolevaks loeti lapsi, kes andsid hinnangu „üle keskmise“, seega kuus või rohkem punkti.



**Joonis 4.3:** Elule hea hinnangu andnud õpilaste jaotumus soo ja vanuse järgi (%)

Joonisel 4.3. on näha, et rõhuv enamuse õpilastest on eluga üle keskmise rahul, vanemaks saades eluga rahulolu väheneb. Poistel muutub eluga rahulolu vähenemine oluliseks 15-aastaste seas, tüdrukutel on langus järsem ja jääb 13- ja 15-aastastel samale tasemele.

Võrreldes üle keskmise eluga rahul olnud 11–15-aastaste õpilaste osakaalusid aastatel 2002–2010 toimunud uuringutes, oli rahulolu oluliselt suurenenud 2006. aastaks, näitaja vähene tõus jätkus poiste seas ka 2010. aastal (vt joonis 4.4).



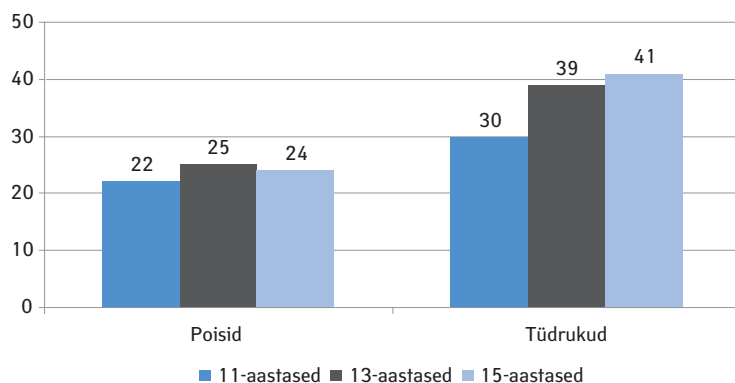
**Joonis 4.4:** Eluga üle keskmise rahul olnud 11–15-aastased õpilased (%) 2002–2010

**Rahvusvahelises võrdluses** on Eestis 2010. aastal üle keskmise eluga rahul olnud 11- ja 15-aastaste õpilaste osakaal suurenenud. Eesti on nendes vanuserühmades riikide/regioonide edetabelis tõusnud tabeli keskosast (15. ja 19. koht 2006. aastal) esikümnesse. Tabelis on tunduvalt tõusnud ka meie lõuna-naabrid. Läti ja Leedu olid 2006. aastal viimase seitsme seas. 2010. aastaks oli Läti vanemates vanuserühmades tõusnud tabeli keskmiste hulka, jättes Leedu kaugele maha. Soome on säilitanud oma kõrge koha eriti vanemate õpilaste seas, olles edetabelis 3.–4. kohal.

### Subjektiiivsed tervisekaebused

Tervise seisundi täpsemaks hindamiseks viimasel kuuel kuul esitatakse õpilastele küsimused järgmiste tervisekaebuste esinemissageduse kohta: peavalu, kõhuvalu, seljavalu, kurbus/masendus, ärrituvus, närvilisus, uinumisraskused, peapööritus. Vastusevariandid olid vahemikus: „peaaegu iga päev“ kuni „harva või mitte kunagi“. HBSC tervisekaebuste loend sisaldab nii somaatilisi kui ka psühholoogilisi kaebusi. Hindamisel võetakse arvesse kõik kaebused ja antakse kompleksne hinnang. Hindamise aluseks on indikaator „tervisekaebuste koosinemine üle ühe korra nädalas“ (*multiple health complaints more than once a week*), mis tähendab, et õpilasel on kaks või rohkem erinevat kaebust vähemalt kahel päeval nädalas.

Tervisekaebuste koosinemise andmed **sugude ja vanuserühmade lõikes** on esitatud joonisel 4.5. Sageliesinevate tervisekaebuste soolised ja vanuselised erinevused on küllalt sarnased halva tervisehinnangu („rahuldav“ ja „väga halb“) tulemustega (vt joonis 4.1). Vanemaks saades kasvab koosinevate tervisekaebuste osakaal. Tüdrukutel esineb kaebusi sagedamini, nende esinemine on kõige väiksem 11-aastastel, tõuseb hüppeliselt 13-aastaste rühmas ja jääb peaaegu samale tasemele ka 15-aastastel. Poiste hulgas on koosinevate kaebuste sagenemine vanemaks saades väike. Tervisekaebused avaldavad negatiivset mõju nooruki füüsilisele ja emotsionaalsele heaolule ning on üheks eluga rahulolu vähenemise põhjuseks vanemates vanuserühmades.

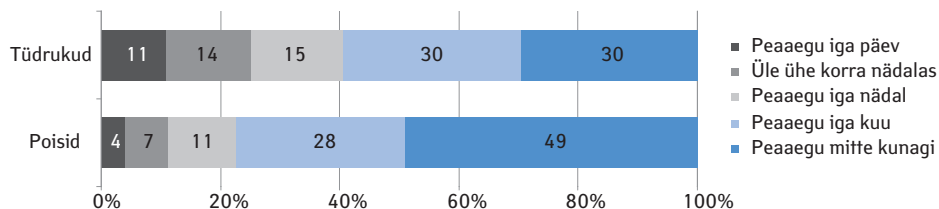


**Joonis 4.5:** Tervisekaebuste koosinemine õpilastel üle ühe korra nädalas (%) soo ja vanuse järgi

Tervisekaebuste koosinemise osakaalud on **võrreldes varasemate uuringuaastatega** suhteliselt vähe muutunud – näitaja oli 2010. aasta uuringus nii 11–15-aastastel poistel kui ka tüdrukutel 3% võrra väiksem kui 2002. aastal.

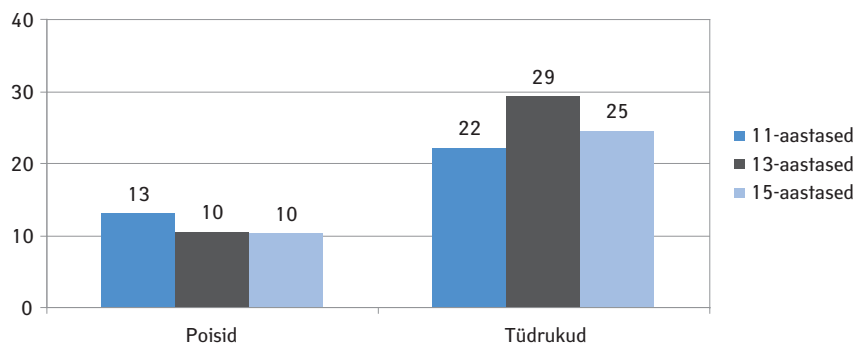
### Vaimne tervis

Tervisekaebuste kompleksist vaatleme eraldi **vaimset tervist** peegeldavat küsimust: „Kui sageli on sul viimase kuue kuu jooksul esinenud kurbust/masendust?“. Nende kaebuste esinemise sageduses 11–15-aastaste õpilaste hulgas on täheldatav märgatav **sooline erinevus** (vt joonis 4.6). Tüdrukutel esineb kurbust/masendust tunduvalt sagedamini kui poistel – kui poistest ligi pooltel ei esine sellist meeleolu langust, siis tüdrukutest on sellest peaaegu vaba ainult 30%.



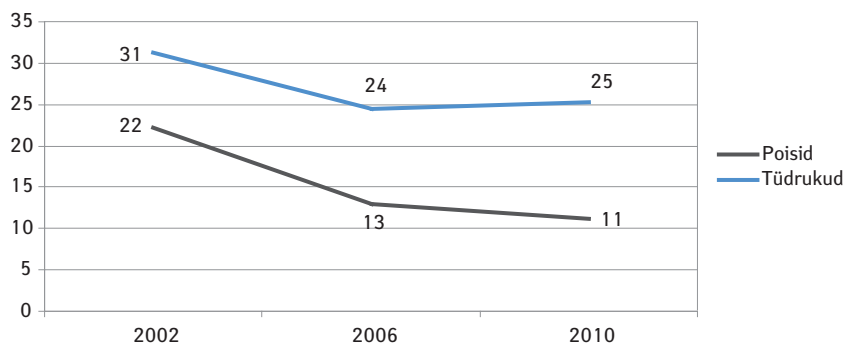
**Joonis 4.6:** Viimasel kuuel kuul kurbust/masendust tundnud 11–15-aastaste õpilaste jaotus (%) soo järgi

**Lähtudes soost ja vanuserühmadest** esineb poistel kurbust/masendust üle ühe korra nädalas rohkem kui kaks korda vähem kui tüdrukutel, vanuserühmade vahel ei ole olulist erinevust. Tüdrukutel on seda kaebust kõige vähem 11-aastaste seas, sagedus suureneb järsult 13-aastastel (vt joonis 4.7).



**Joonis 4.7:** Rohkem kui ühel korral nädalas kurbust/masendust tundnud õpilased (%) vanuse ja soo järgi

**Võrreldes varasemate uuringuaastatega** on Eestis 2010. aastaks noorukite kalduvus depressiivsele vähenenud (joonis 4.8). Mitu korda nädalas kurbust/masendust tundnud poiste osakaal oli 2010. aastal üle 10% väiksem kui 2002. aastal, tüdrukute seas oli näitaja vähenemine poole väiksem.



**Joonis 4.8:** Üle ühe korra nädalas kurbust/masendust tundnud 11–15-aastased noorukid (%) 2002–2010

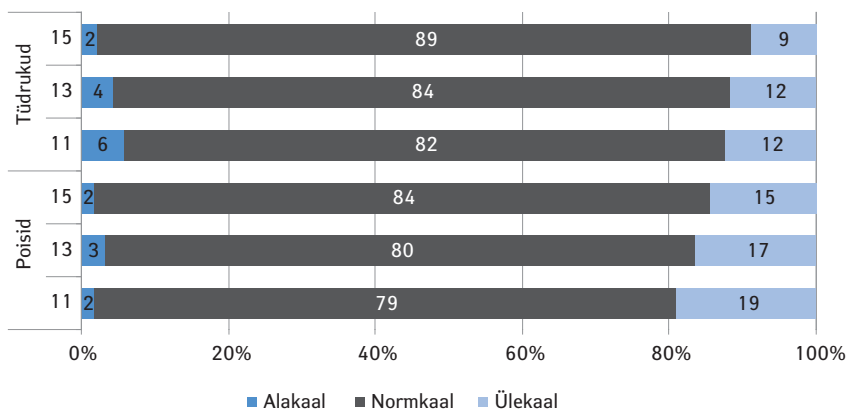
Eesti andmed kurbuse/masenduse tajumise kohta üle ühe korra nädalas asetuvad 11- ja 13-aastastel õpilastel **rahvusvahelises edetabelis** esikümnesse, 15-aastased on tabeli keskosas. Kõikides vanuserühmades on Läti ja Soome Eestist tagapool, osutades noorukite väiksemale kalduvusele depressiivsusele nendes maades. Leedu vastav näitaja paigutub meist ettepoole.

## 4.2. Kehakaalu hindamine kehamassiindeksi ja subjektiivse enesehinnangu järgi

Ülekaalusus noorukieas on diabeedi ja südame-veresoonkonnahaiguste ennustaja hilisemas elus, teave ülekaalu levimusest lapseas aitab prognoosida haiguskoormust täiskasvanueas.

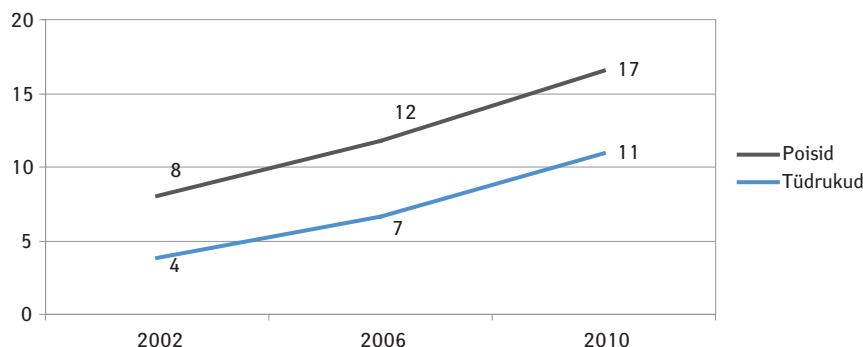
### Kehakaalu hinnang kehamassiindeksi alusel

HBSC ankeedis vastab õpilane järgmistele küsimustele: „Kui palju Sa kaalud ilma riieteta?“, „Kui pikk Sa oled ilma kingadeta?“. Kehakaalu hinnang antakse kehamassiindeksi järgi, mis arvutatakse valemi alusel:  $KMI = \text{kehakaal (kg)} / \text{pikkus (m)}^2$ . Rahvusvahelised ealised/soolised KMI kriteeriumid ala- ja ülekaalu hindamiseks on välja töötatud Cole'i ja kaastöötajate poolt (2000, 2007), need on esitatud peatükis 2.3.



**Joonis 4.9:** Õpilaste kehakaalu hinnang (%) kehamassiindeksi alusel

Vaadeldes ülekaalu levimust **soo ja vanuse järgi**, on ülekaaluliste osakaal tunduvalt suurem poiste hulgas. Võrreldes andmeid **vanuserühmades**, on 11-aastaste õpilaste hulgas rohkem ülekaalulisi kui 15-aastaste seas, erinevus on oluline nii poistel kui ka tüdrukutel (vt joonis 4.9).



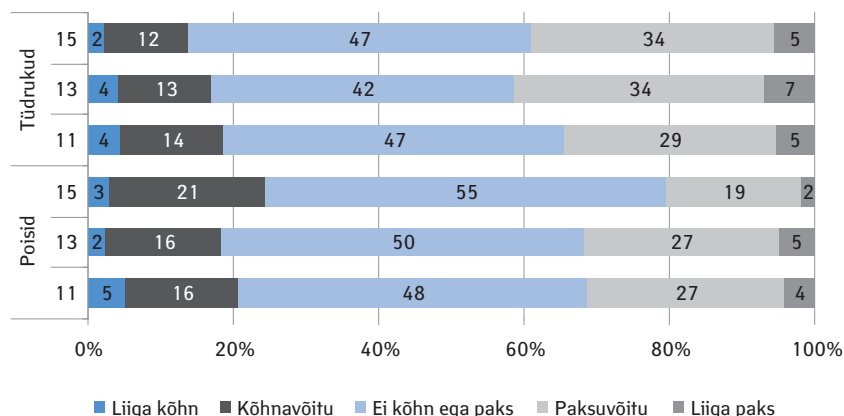
**Joonis 4.10:** 11–15-aastased ülekaalulised õpilased soo järgi (%), 2002–2010

Joonisel 4.10 on näha, et HBSC **küsitlusaastate lõikes** suureneb ülekaaluliste laste hulk iga järjekordse uuringuga nii poiste kui ka tüdrukute seas. **Rahvusvaheline võrdlus** näitab ülekaalu tõusutrendi paljudes riikides. Üldiselt ei ole ülekaalulisus Baltimaades suureks probleemiks olnud, ehkki ülekaalulisus on tõusutrendis ka selles regioonis. 2010. aasta uuringus on täheldatav ülekaaluliste osakaalu suurenemine, millega kaasnes tõus ka riikide/regioonide edetabelis, eelkõige 15-aastaste seas: Eesti 15-aastased on teinud kõige suurema tõusu – 12 kohta, Läti kerkis 7 ja Leedu 4 koha võrra. Baltimaade kohad 39 riigi hulgas olid vastavalt 24., 34. ja 37..

HBSC uuringus arvutatakse KMI õpilaste ankeeti kirjutatud enesehinnangulise kaalu ja pikkuse järgi. Uuringud on näidanud, et kui pikkust ja kaalu on mõõtnud küsitlajad, osutub KMI ja ülekaaluliste osakaal suuremaks. Selleks et saada üleriigiline teave ülekaalu tegelikust levimusest Eesti laste seas, õpilasi mõõdeti ja kaaluti 2010. aasta HBSC uuringus paralleelselt ankeetküsitlusega. Selgus, et tegelik ülekaaluliste osakaal on ligi 4% võrra suurem kui HBSC uuringu tabelites esitatud andmed.

### Kehakaalu hindamine subjektiivse enesehinnangu järgi

HBSC ankeedis palutakse õpilasel anda oma kehale subjektiivne hinnang valides ühe järgmistest variantidest: „liiga kõhn“, „pisut kõhnavõitu“, „ei kõhn ega paks“, „pisut paksuvõitu“, „liiga paks“. Noorukite subjektiivne hinnang oma kehakujule on esitatud joonisel 4.11.



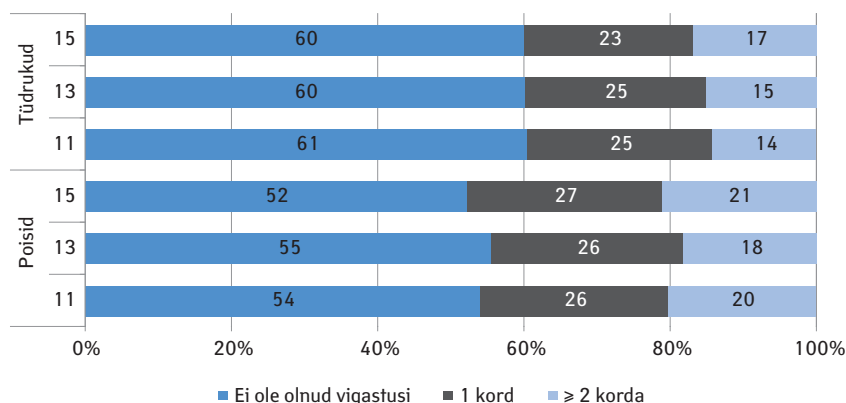
**Joonis 4.11:** Kehakaalu subjektiivse enesehinnangu kategooriate jaotumus õpilaste seas (%) soo ja vanuse järgi

Tulemused näitavad, et õpilaste subjektiivse hinnangu alusel (joonis 4.11) on normaalset kehakaalu (hinnang „ei kõhn ega paks“) tunduvalt vähem kui ankeedi kehakaalu ja pikkuse küsimuste alusel saadud näitajad (joonis 4.9).

Võrreldes alakaalule viitavate näitajate kattuvust joonistel 4.11 ja 4.9, võib öelda, et hinnang „liiga kõhn“ on küllalt lähedane jaotumusele „alakaal“. Samas, KMI alusel saadud ülekaalu levimus (joonis 4.9) ei ole kokkuviidav ülekaalule viitavate keha hinnangutega (joonis 4.11). **Soolise iseärasusena** annavad tüdrukud oma kehale hinnangu „ei kõhn ega paks“ ligi kaks korda harvem kui esineb normkaalusust kehakaalu ja pikkuse andmetest lähtudes (vastavalt 45% ja 85%), poistel on nende näitajate erinevus väiksem (vastavalt 51% ja 81%), nad ei ole nii kriitilised oma kehakuju suhtes.

### 4.3. Vigastuste esinemine

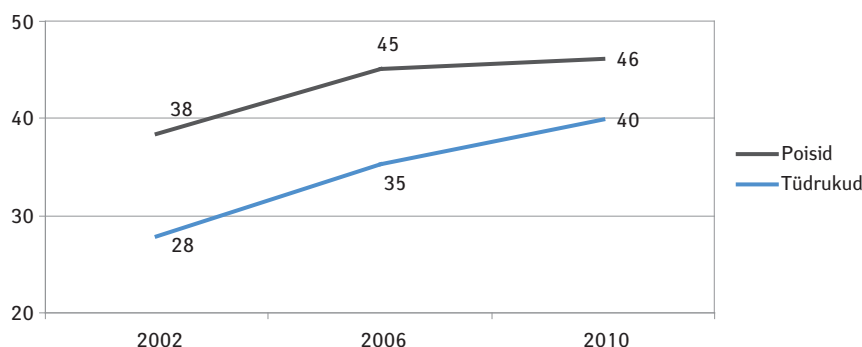
Heaoluriikides on vigastused noorukieas kõige sagedasem surma põhjus. HBSC uuringus esitatakse vaid üks kohustuslik küsimus vigastuste kohta: „Mitu korda oled sa viimase 12 kuu jooksul saanud selliseid vigastusi, mille puhul vajasid arsti või meditsiiniõe abi?“ Vastusevariandid olid järgmised: „ei ole vigastusi olnud“, „vigastusi on olnud 1, 2, 3, 4 või rohkem korda“.



**Joonis 4.12:** Arstiabi vajanud vigastuste esinemine viimasel 12 kuul õpilase soo ja vanuse järgi (%)

Märkimisväärsed **vanuselised erinevused** arstiabi vajanud vigastuste esinemises viimasel 12 kuul puudusid nii poiste kui ka tüdrukute hulgas, **sugudevahelise erinevusena** oli selliseid vigastusi saanud poiste osakaal suurem kui tüdrukutel (vastavalt 46% ja 40%).

**Elukohast** lähtudes esines maapiirkondade õpilastel vähem vigastusi kui Tallinna või muude linnade lastel (vastavalt 39%, 49% ja 45%). Parema **majandusliku olukorraga** perede lastel esineb sagedamini arstiabi vajanud vigastusi. **Eesti kodukeelega** õpilaste hulgas on vigastusi harvem kui muu kodukeelega lastel (vastavalt 41% ja 49%). Vigastuste teke on seotud ka **riskikäitumisega**: regulaarselt alkoholi tarvitavatel õpilastel oli viimasel 12 kuul esinenud 18% võrra rohkem vigastusi kui mitte kunagi alkoholi tarvitanutel (vastavalt 56% ja 38%).



**Joonis 4.13:** Arstiabi vajanud vigastused viimasel 12 kuul 11–15-aastaste õpilaste seas (%), trend 2002–2010

Viimasel 12 kuul vähemalt ühe tõsisema vigastuse saanud õpilaste osakaal on 2002–2006 HBSC uuringutes suurenenud nii poiste kui ka tüdrukute seas, 2010. aastal jätkus tõusutrend ainult tüdrukute tulemustes (vt joonis 4.13).

**Rahvusvahelises võrdluses** vaadati õpilaste osakaalu, kes olid küsitlusele eelnenud 12 kuu jooksul saanud vähemalt ühe sellise vigastuse, millega pöörduti arsti poole. Eestis oli see näitaja nii poiste kui ka tüdrukute seas paari protsendipunkti võrra kõrgem kui HBSC uuringus osalenud riikides keskmiselt. Eesti paikneb riikide järjestustabelis olenevalt vanuserühmast 19.–23. kohal, Läti 2.–3., Leedu kõikides vanuserühmades 6. ja Soome 27. kohal. Võrreldes 2006. aasta tulemustega on Eestis vigastuste arv suurenenud 13- ja 15-aastastel tüdrukutel (vastavalt 10% ja 4% võrra) ning 15-aastastel poistel (6% võrra).

#### 4.4. Kokkuvõte

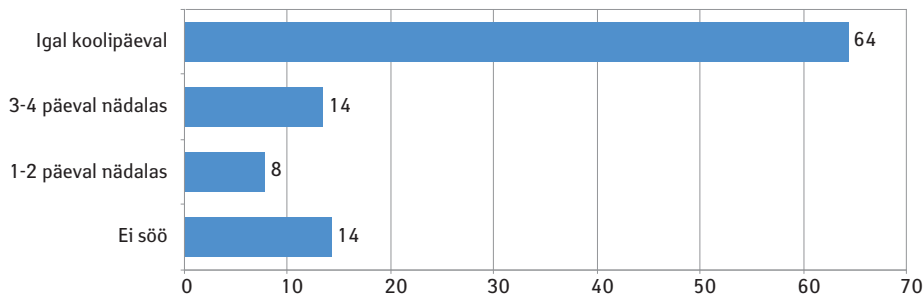
- Hinnangu „hea“ või „väga hea“ andis oma tervisele pisut vähem kui 90% lastest. Kõige paremaks peavad oma tervist 11-aastaselt, 13- ja 15-aastaselt hindavad tüdrukud oma tervist halvemaks kui poisid. Võrreldes 2006. aasta tulemustega oli 2010. aastal tervisehinnang paranenud 15-aastaste hulgas.
- Vanemaks saades väheneb rahulolu eluga. 11-aastastest poistest ja tüdrukutest on 90% eluga üle keskmise rahul, 13- ja 15-aastaste hulgas rahulolu väheneb ja on tüdrukutel väiksem kui poistel. Oma eluga rahul olnud õpilaste osakaal suurenes aastatel 2002–2010, rahulolu kasvas hüppeliselt 2006. aastal, vähene tõus jätkus 2010. aastal. Depressiivsusele viitava kurbuse/masenduse tajumine on poiste seas harvem kui tüdrukutel. Võrreldes 2002. ja 2010. aasta tulemusi on näitaja langustrendis.
- Ülekaaluliste õpilaste osakaal on viimastes uuringutes järk-järgult suurenenud. Eesti 11–15-aastastest õpilastest olid 2010. aastal ülekaalus 17% poistest ja 11% tüdrukutest. Veel 2002. aasta uuringus olid need tulemused vastavalt 8% ja 7%.
- 2010. aasta HBSC uuringus õpilasi mõõdeti ja kaaluti paralleelselt ankeetküsitlusega. Kohapeal tehtud mõõtmiste järgi oli ülekaaluliste õpilaste osakaal ligi 4% võrra suurem kui HBSC küsimustiku alusel saadud näit.
- Arstiabi vajanud vigastuste osakaal noorukite hulgas on perioodil 2002–2010 tõusutrendis, vahemikus 2006–2010 on vigastuste arv suurenenud ainult tüdrukute hulgas.

## 5. TERVISEKÄITUMINE

### 5.1. Hommikusöögi söömine

Hommikusöök on päeva olulisim toidukord – see varustab organismi energiaga, et laps saaks hakata õppima.

Igal koolipäeval sööb hommikusööki 64% õpilastest, 14% õpilastest väidab, et nad ei söö koolipäevadel hommikusööki (vt joonis 5.1).

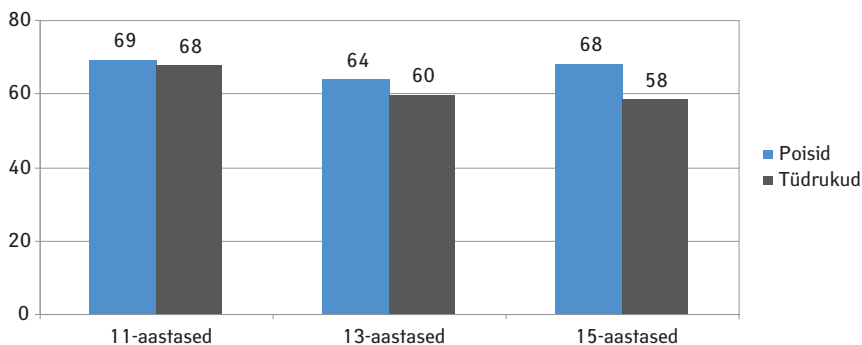


**Joonis 5.1:** Vastajate jaotus (%) koolipäevadel hommikusöögi söömise järgi

**Vanuserühmade** kaupa võrreldes selgub, et igal koolipäeval hommikusööki söövaid õpilasi on kõige rohkem 11-aastaste hulgas (68%), 13- ja 15-aastaste vanuserühmas on see näitaja vastavalt 62% ja 63%.

**Vanemaks saades** väheneb nende tüdrukute hulk, kes söövad hommikusööki igal koolipäeval (vt joonis 5.2).

**Soo** järgi võrreldes on 11–15-aastaste seas iga päev hommikusööki söövaid poisse rohkem (67%) kui tüdrukuid (62%). Erinevus on suurim 15-aastaste hulgas, kus igal koolipäeval hommikusööki söövaid poisse on oluliselt rohkem kui tüdrukuid.



**Joonis 5.2:** Igal koolipäeval hommikusööki söövate õpilaste jaotus (%) soo ja vanuse järgi

Enamik lapsi (84%) sööb hommikusööki nädalavahetuse mõlemal päeval, ühel päeval sööb 10% ja üldse ei söö 6%.

Tüdrukute puhul võib hommikusöögi söömise kohta nädalavahetusel välja tuua sama tendentsi nagu koolipäevadelgi: nädalavahetuse mõlemal päeval hommikusööki söövate tüdrukute hulk väheneb vanemaks saades (11-aastased 87% ning 13- ja 15-aastased vastavalt 84% ja 83%).

Nädalavahetusel on mõlemal päeval hommikusöögi sööjaid oluliselt rohkem kui igal koolipäeval hommikusöögi sööjaid.



**Võrdluses teiste riikidega** paigutuvad Eesti 11-, 13- ja 15-aastased õpilased koolipäevadel hommikusöögi söömise järgi vastavalt 22., 18. ning 9. kohale. Vanemates vanuserühmades on Eestis võrreldes Läti ja Leeduga rohkem õpilasi, kes söövad igal koolipäeval hommikusööki.

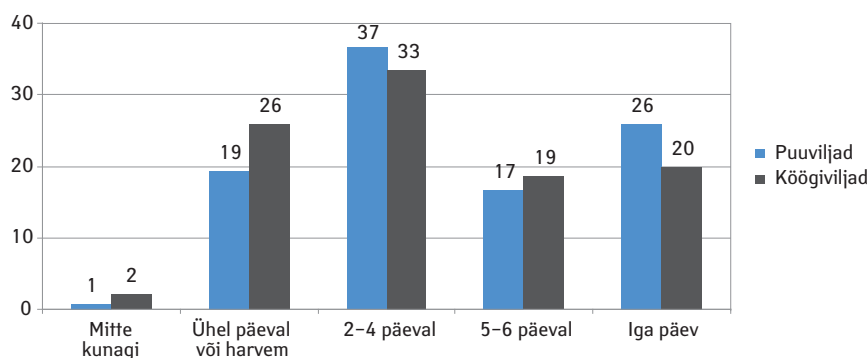
## 5.2. Erinevate toitude söömine

### Puu- ja köögiviljad

Puu- ja köögiviljad sisaldavad palju vitamiine, mineraalaineid ja kiudaineid, seetõttu on neil nii laste kui ka täiskasvanute igapäevases toidus oluline osa.

11–15-aastastest õpilastest sööb iga päev puuvilju keskmiselt vaid iga neljas (26%). Kõige suurem on nende õpilaste osakaal, kes söövad puuvilju 2–4 päeval nädalas (37%) (vt joonis 5.3).

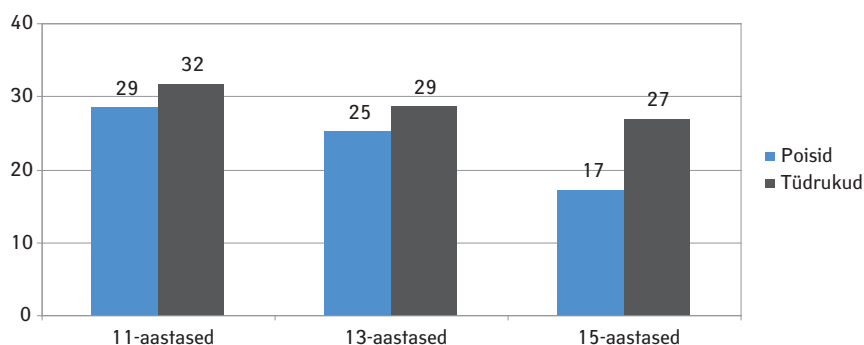
Köögivilju sööb iga päev 20% õpilastest, kõige suurem on nende õpilaste osakaal, kes söövad köögivilju 2–4 päeval nädalas (33%) (vt joonis 5.3).



**Joonis 5.3:** Vastajate jaotus (%) puu- ja köögiviljade söömise sageduse järgi nädalas

**Vanuserühmade võrdluses** selgub, et iga päev puuvilju söövaid õpilasi on kõige rohkem 11-aastaste hulgas (30%) ning kõige vähem 15-aastaste hulgas (22%).

**Soolises võrdluses** selgub, et 11–15-aastaste hulgas on iga päev puuvilju söövaid tüdrukuid rohkem kui poisse. Kui 11- ja 13-aastaste hulgas on iga päev puuvilju söövate poiste ja tüdrukute osakaal erinev 3–4% võrra, siis 15-aastaste tüdrukute hulgas on iga päev puuviljade sööjaid oluliselt rohkem kui sama vanusegrupi poiste hulgas (vt joonis 5.4).

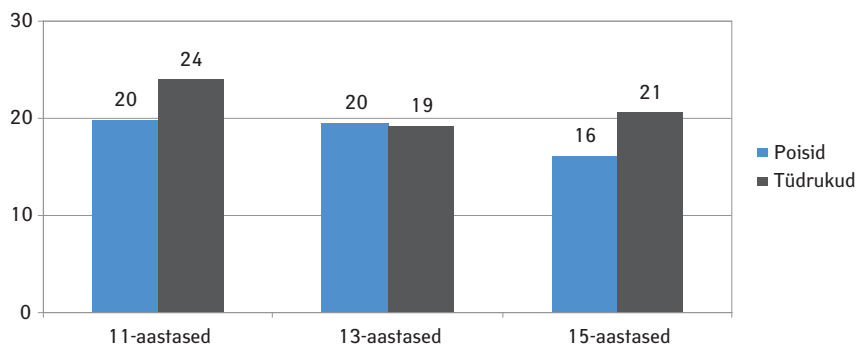


**Joonis 5.4:** Vähemalt korra igal päeval puuvilju söövate õpilaste jaotus (%) soo ja vanuse järgi

**Rahvusvahelises võrdluses** teiste 2009/2010. õppeaastal HBSC uuringus osalenud riikidega jääb Eesti iga päev puuviljade söömisel viimasele kohale, olles 11-aastaste puhul 37., 13-aastaste puhul 35. ja 15-aastaste puhul 37. kohal.

Samuti jäävad edetabeli viimasesse neljandikku Läti, Leedu, Soome ja Rootsi.

Nagu ka puuviljade puhul on **vanuse järgi võrreldes** iga päev köögivilju söövaid õpilasi kõige enam 11-aastaste hulgas (22%) ja kõige vähem 15-aastaste hulgas (18%). Samuti on **sooline erinevus** suurim 15-aastaste vanuserühmas, kus iga päev köögivilju söövaid tüdrukuid on oluliselt rohkem kui samas vanuserühmas poisse (vt joonis 5.5).

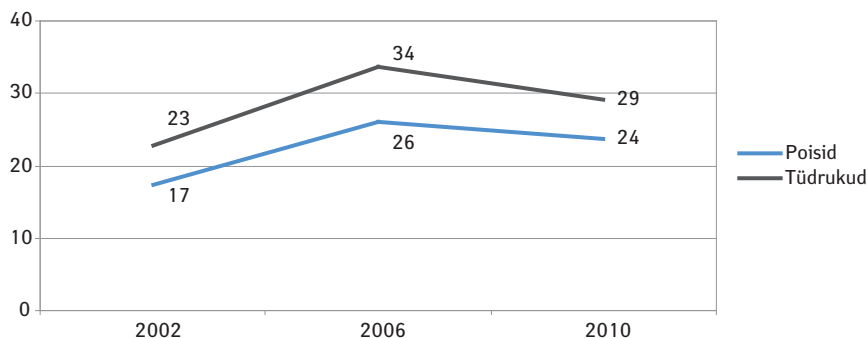


**Joonis 5.5:** Vähemalt korra igal päeval köögivilju söövate õpilaste jaotus (%) soo ja vanuse järgi

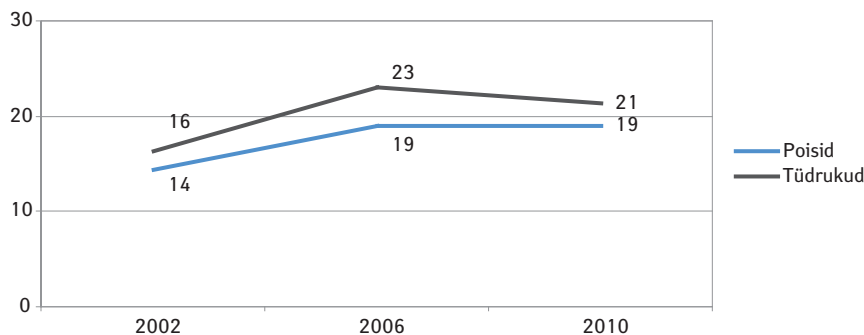
**Rahvusvahelises võrdluses** on Eesti 11- ja 13-aastaste õpilaste vanuserühm igapäevase köögiviljade söömise osas HBSC maade edetabelis viimasel kohal ning 15-aastaste vanuserühm eelviimasel. Kõige enam süüakse iga päev köögivilju Belgias, kus 13- ja 15-aastaste puhul on iga päev köögivilju tarbivate õpilaste protsent ligikaudu kolm korda suurem kui Eestis.

Võrreldes eesti ja muu **kodukeelega** noori selgub, et muu kodukeelega õpilaste seas on rohkem neid, kes söövad vähemalt korra igal päeval nii puu- kui ka köögivilju. Samuti mõjutab puu- ja köögiviljade söömist pere **majanduslik olukord** – parema majandusliku olukorraga peredest pärit õpilaste hulgas on rohkem neid, kes söövad vähemalt korra igal päeval puu- ja köögivilju.

Joonistelt 5.6 ja 5.7 on näha, et **uuringu aastate lõikes** on tüdrukute seas iga päev puu- ja/või köögiviljade sööjaid rohkem kui poiste seas. 2006. aastal on vähemalt korra igal päeval puu- ja/või köögivilju söövate õpilaste osakaal tõusnud. 2010. aasta andmetest on näha sama näitaja langustendentsi, kuid õpilaste hulk, kes söövad vähemalt korra igal päeval puu- ja/või köögivilju, on ikkagi oluliselt suurem kui 2002. aastal.



**Joonis 5.6:** Vähemalt korra igal päeval puuvilju söönute jaotus (%) soo järgi, 2002–2010

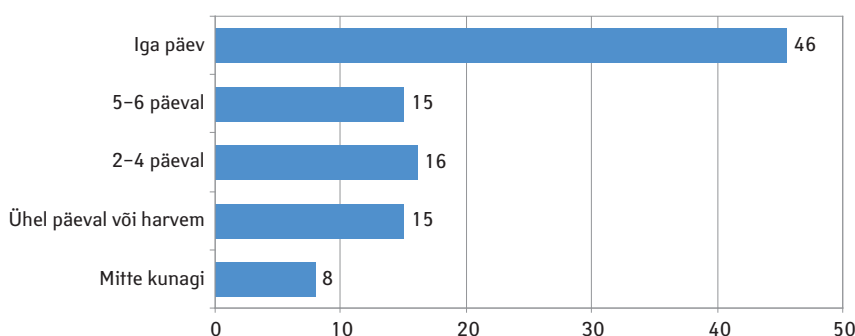


**Joonis 5.7:** Vähemalt korra igal päeval kõogivilju söönute jaotus (%) soo järgi, 2002–2010

## Piim

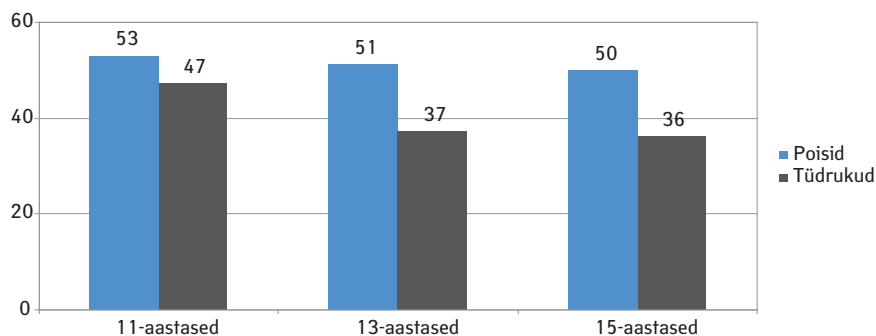
Piim on lastele esmane valgullikas. Lisaks valgule saadakse piimast hästi omastatavat kaltsiumi ja fosforit, kaaliumi ning magneesiumi, vitamiini A, B-grupi vitamiine ning D-vitamiini. Piima mineraalainete koosmõju on soodne luude tugevuse tagamisel, aga ka küünte ja juuste ilu hoidmisel.

11–15-aastastest õpilastest joob iga päev piima 46%, kunagi ei joo piima 8% õpilastest (vt joonis 5.8).



**Joonis 5.8:** Vastajate jaotus (%) piima joomise sageduse järgi nädalas

**Vanuserühmade** ja **sugude** vahelised erinevused piima joomises on toodud joonisel 5.9. Kõikides vanuserühmades on iga päev piima joovate poiste hulk suurem kui tüdrukute oma. Poiste puhul jääb iga päev piima joovate õpilaste osakaal vanemaks saades enam-vähem samale tasemele, seevastu tüdrukute puhul on vanemaks saades näha sama näitaja langustendentsi.



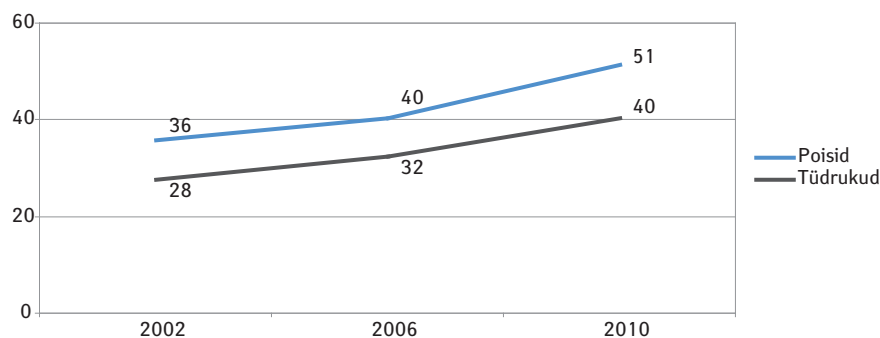
**Joonis 5.9:** Vähemalt korra igal päeval piima joovate õpilaste jaotus (%) soo ja vanuse järgi

**Elukoha** järgi on iga päev piima joovaid õpilasi maapiirkonnas rohkem kui Tallinnas. **Piirkondlik** analüüs näitab, et iga päev piima joovaid õpilasi on Ida- ja Lääne-Virumaal oluliselt vähem kui teistes piirkondades.

**Kodukeele** järgi on iga päev piima joovaid noori rohkem eesti kodukeelega õpilaste seas kui muu kodukeelega õpilaste seas.

Joonisel 5.10 on näha, et **aastate lõikes** on poiste seas iga päev piima joojaid rohkem kui tüdrukute seas. Iga päev piima joovate poiste ja tüdrukute osakaal on aastate lõikes suurenenud.

Alates 2005. aastast saavad tasuta koolipiima põhikooli, gümnaasiumi ja kutsekooli õpilased, kelle kool on programmiga liitunud. Programmi rakendumine põhikoolile võib olla seletuseks, miks iga päev piima joovate 11–15-aastase õpilaste hulk on aastate lõikes suurenenud. Samuti kasvab aasta-aastalt koolipiima programmis osalevate koolide arv, seega tasuta piim on kättesaadav rohkematele õpilastele.

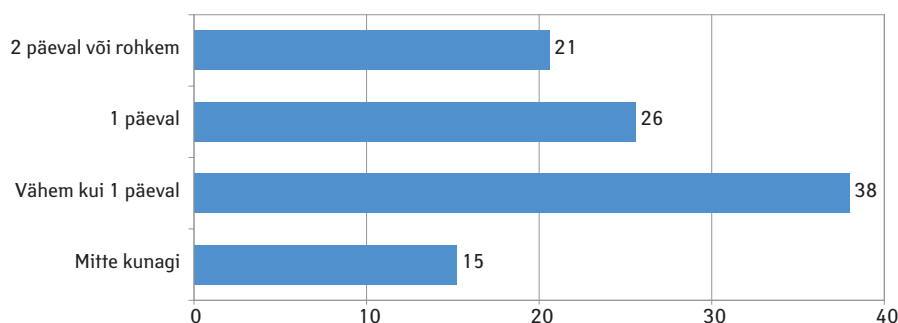


**Joonis 5.10:** Vähemalt korra igal päeval piima joovate õpilaste jaotus (%) soo järgi, 2002–2010

## Kala

Kala on meile vajalike polüküllastumata rasvhapete ning D-vitamiini allikas. Kala tuleks süüa vähemalt kaks korda nädalas.

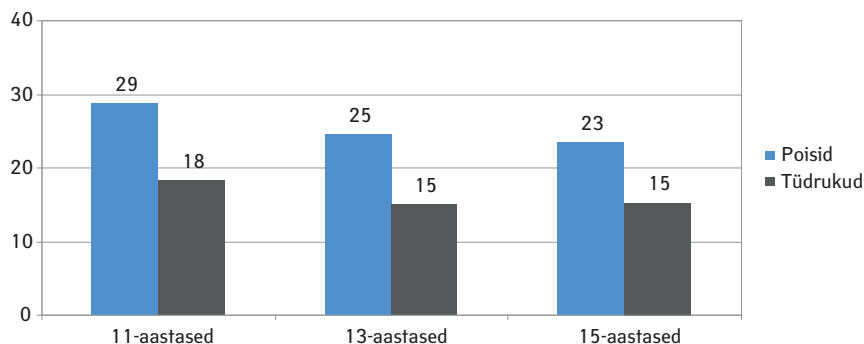
11–15-aastastest õpilastest sööb kala kahel päeval nädalas või enam vaid 21%. Kõige rohkem on neid õpilasi, kes söövad kala vähem kui ühel päeval nädalas (38%) (vt joonis 5.11).



**Joonis 5.11:** Vastajate jaotus (%) kala söömise sageduse järgi nädalas

**Vanuserühmade ja sugude vahelised** erinevused kala söömisel on toodud joonisel 5.12. Poiste hulgas on kõikides vanuserühmades oluliselt rohkem neid, kes söövad kala kahel päeval nädalas või enam.

**Vanuseline erinevus:** 11-aastasi, kes söövad kala kahel päeval nädalas või enam, on oluliselt rohkem kui 13- või 15-aastasi.



**Joonis 5.12:** Kahel päeval nädalas või rohkem kala söövate õpilaste jaotus (%) soo ja vanuse järgi

**Elukoha** järgi on kahel päeval nädalas või enam kala söövaid õpilasi linnas elavate õpilaste hulgas rohkem kui maapiirkonnas elavate hulgas. **Kodukeele** järgi on kahel päeval nädalas või enam kala söövaid noori rohkem mitte-estli kodukeelega õpilaste seas. Samuti mõjutab kala söömist pere **majanduslik olukord**: parema majandusliku olukorraga peredest pärit õpilaste hulgas on rohkem neid, kes söövad kala kahel päeval nädalas või enam.

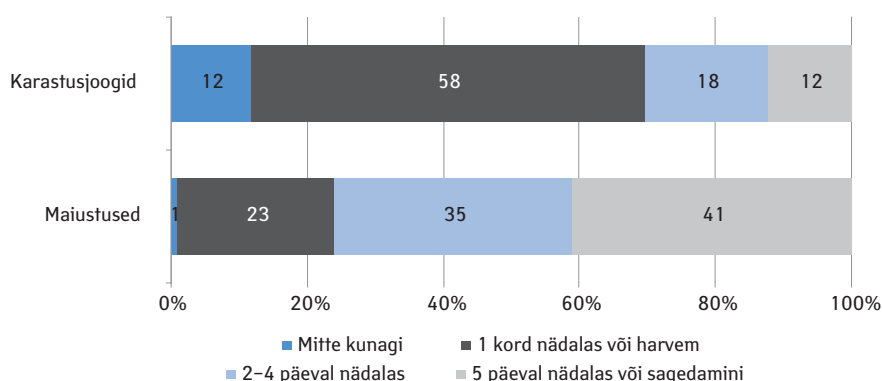
**Aastate lõikes:** 2002. aastal küsimust ei esitatud. Kui võrrelda 2006. ja 2010. aasta andmeid, siis kahel päeval nädalas või enam kala söövate tüdrukute ja poiste hulk on jäänud samale tasemele.

### Maiustused ja suhkruga karastusjoogid

Maiustused ja suhkruga karastusjoogid annavad liigset toiduenergiat ja on harilikult vitamiinide ning mineraalainete poolest vaesed ning nende kestev ületarbimine koos vähese kehalise aktiivsusega võib viia liigsele kehakaalu tõusule ning rasvumisele.

11–15-aastastest õpilastest 12% joob Coca-Colat või teisi suhkruga karastusjooke viiel päeval nädalas või sagedamini, kõige enam on neid õpilasi, kes väidavad, et joovad suhkruga karastusjooke üks kord nädalas või harvem (58%) ning üldse ei joo neid 12% õpilastest (vt joonis 5.13).

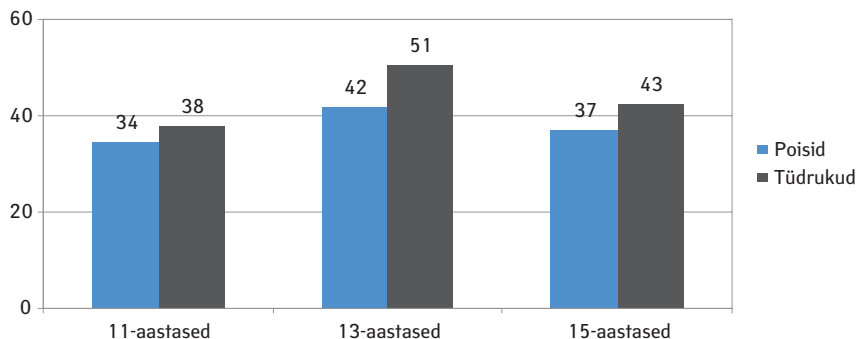
Maiustusi sööb viiel päeval nädalas või sagedamini 41% õpilastest ning üldse ei söö neid 1% õpilastest (vt joonis 5.13).



**Joonis 5.13:** Vastajate jaotus (%) maiustuste söömise ja suhkrut sisaldavate karastusjookide joomise sageduse järgi nädalas

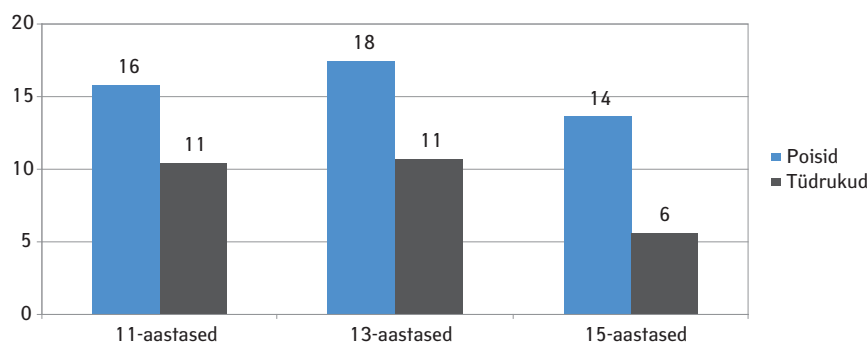
**Sugudevahelises** võrdluses ilmneb, et tüdrukute hulgas on rohkem neid, kes söövad maiustusi viiel päeval nädalas või sagedamini kui poisid. Sugudevaheline erinevus on suurim 13-aastaste hulgas (vt joonis 5.14).

**Vanuserühmade võrdlus:** 13-aastasi, kes söövad maiustusi viiel päeval nädalas või sagedamini, on võrreldes teiste vanuserühmadega rohkem.



**Joonis 5.14:** Viiel päeval nädalas või sagedamini maiustusi söövate õpilaste jaotus (%) soo ja vanuse järgi

**Sooline erinevus:** poisid joovad magusaid karastusjooke rohkem kui tüdrukud. 15-aastaste poiste puhul on see näitaja enam kui kaks korda suurem kui sama vanadel tüdrukutel (vt joonis 5.15).



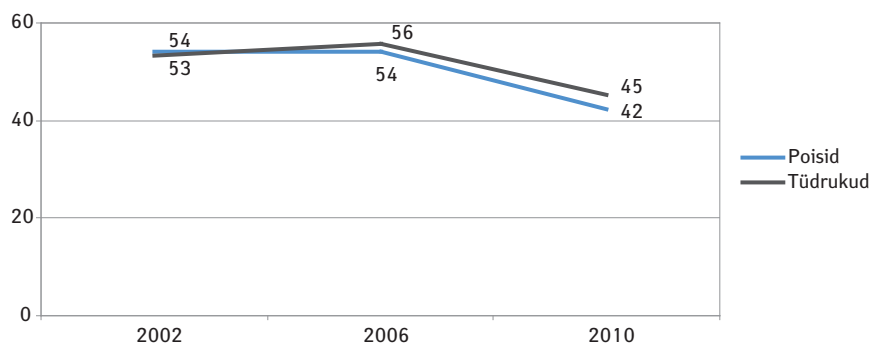
**Joonis 5.15:** Viiel päeval nädalas või sagedamini suhkruga karastusjooke joovate õpilaste jaotus (%) soo ja vanuse järgi

**Kodukeele** järgi on viiel päeval nädalas või sagedamini maiustusi ja/või magusaid jooke tarbivaid noori 10% protsendipunkti võrra rohkem mitte-estli kodukeelega õpilaste seas.

Viiel päeval nädalas maiustusi ja/või magusaid jooke tarbivaid noori on rohkem ka nende hulgas, kes **veevadavad sõpradega rohkem aega** ja/või **suitsetavad**.

**Riikidevahelises võrdluses** on välja toodud iga päev suhkruga karastusjooke joovate õpilaste hulk. Võrdluses teiste riikidega on iga päev suhkruga karastusjooke joovaid õpilasi vähem Balti- ja Skandinaavia maades. Eesti koht edetabelis on 11-aastaste puhul 30., 13-aastaste puhul 37. ja 15-aastaste puhul 39.

2002. ja 2006. aastal viis korda nädalas või sagedamini maiustusi ja/või magusaid jooke tarbivate õpilaste osakaal püsis enam-vähem samal tasemel, 2010. aastal on märgata viis korda nädalas või sagedamini maiustusi ja/või magusaid jooke tarbivate õpilaste osakaalu langust.

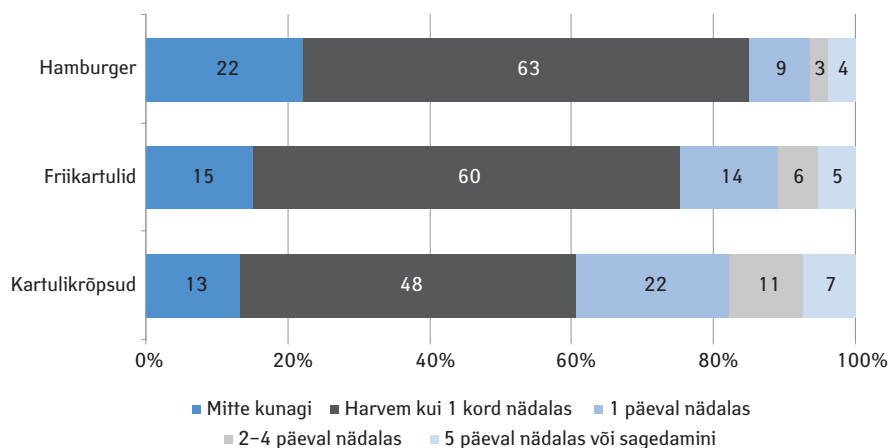


**Joonis 5.16:** Viis korda nädalas või sagedamini maiustusi ja/või magusaid jooke tarvitavate õpilaste jaotus (%) soo järgi, 2002–2010

### Kartulikrõpsud, friikartulid ja hamburger

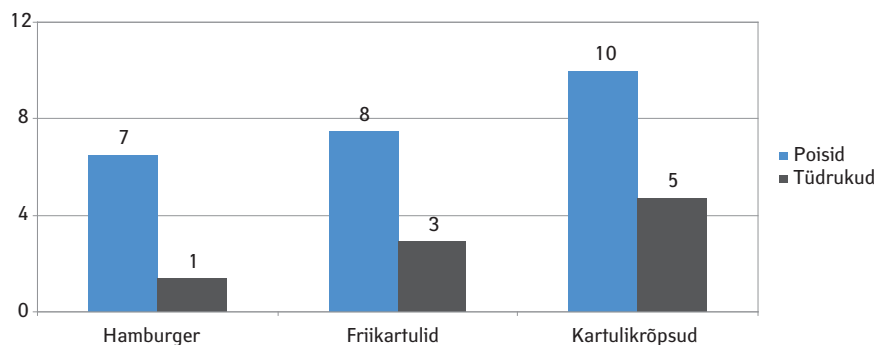
Friikartulid, kartulikrõpsud ja hamburger võivad sisaldada väga palju soola ning rasva, seetõttu ei tohiks neid süüa rohkem kui kord kuus.

Jooniselt 5.17 on näha, et nii hamburgeri, friikartulite kui ka kartulikrõpsude puhul on kõige enam neid õpilasi, kes söövad neid toite harvem kui üks kord nädalas.



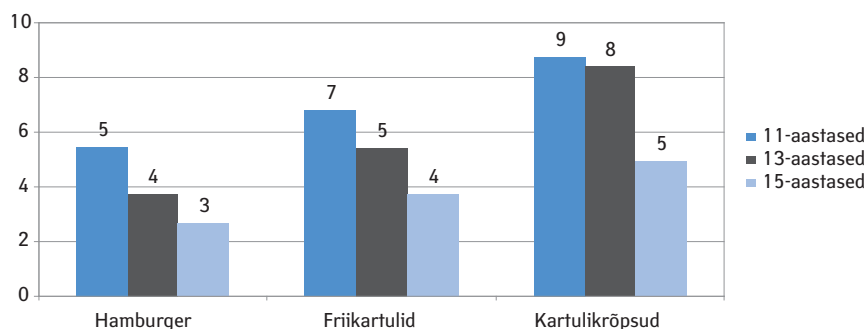
**Joonis 5.17:** Vastajate jaotus (%) hamburgeri, friikartulite ja kartulikrõpsude söömise sageduse järgi nädalas

**Erinevused soo lõikes:** rohkem on nende toitade sööjaid poiste hulgas (vt joonis 5.18).



**Joonis 5.18:** Viiel päeval nädalas või enam hamburgerit, friikartulid, kartulikrõpse söövate õpilaste hulk (%) soo järgi

**Vanuse lõikes:** mida noorem on õpilane, seda sagedamini sööb ta kartulikrõpse, friikartuleid ja/või hamburgerit. 11-aastasi, kes söövad viiel päeval nädalas või enam hamburgerit, friikartuleid ja/või kartulikrõpse, on ligikaudu kaks korda rohkem kui 15-aastasi, kes söövad viiel päeval nädalas või enam hamburgerit, friikartuleid ja/või kartulikrõpse (vt joonis 5.19).

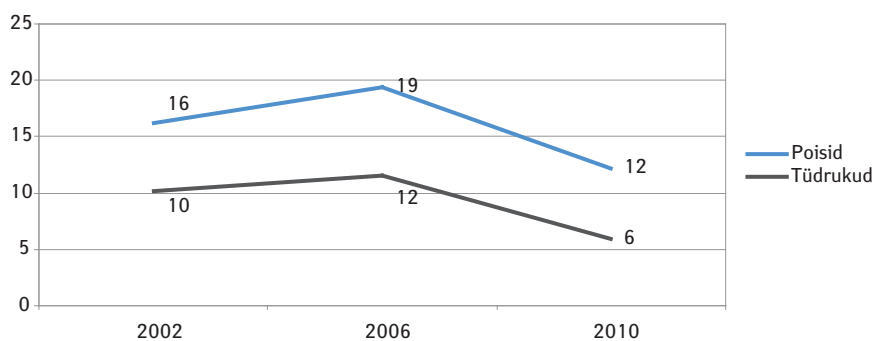


**Joonis 5.19:** Viiel päeval nädalas või enam hamburgerit, friikartuleid, kartulikrõpse söövate õpilaste hulk (%) vanuse järgi

**Kodukeele** järgi on viiel päeval nädalas või sagedamini kartulikrõpse ja/või friikartuleid söövaid noori rohkem mitte-eesti kodukeelega õpilaste seas. Vaadeldes sama näitajat **sõpradega ajaveetmise järgi**, söövad kartulikrõpse ja/või friikartuleid sagedamini need noored, kes veedavad sõpradega rohkem aega.

**Alkohol ja suitsetamine:** kartulikrõpse ja/või friikartuleid söövad sagedamini ka need õpilased, kes suitsetavad ja/või tarvitavad alkoholi vähemalt korra nädalas.

**Aastate lõikes:** võrreldes 2002. aastaga on 2006. aastal viis korda nädalas või sagedamini kartulikrõpse ja/või friikartuleid söövate õpilaste osakaal nii poiste kui ka tüdrukute hulgas langenud. Viis korda nädalas või sagedamini kartulikrõpse ja/või friikartuleid söövate poiste osakaal on aastate lõikes suurem kui tüdrukute oma (vt joonis 5.20).



**Joonis 5.20:** Viis korda nädalas või sagedamini kartulikrõpse ja/või friikartuleid söövate õpilaste jaotus (%) soo järgi, 2002–2010

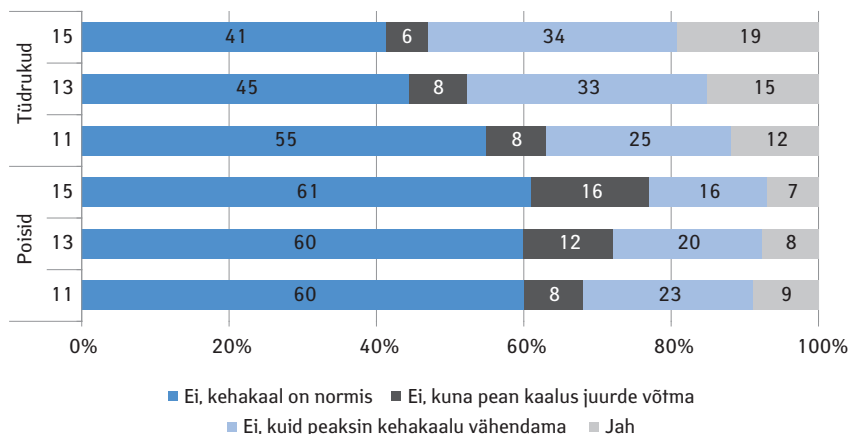
### 5.3. Kehakaalu kontrollimine

Õpilastele esitati küsimus: „Kas Sa pead praegu dieeti või teed midagi muud kehakaalu vähendamiseks?“. Vastustes väidab 8% poistest, vanuses 11–15 aastat ja 16% tüdrukutest, et nad peavad dieeti või teevad midagi muud, et oma kehakaalu vähendada. Hetkel ei pea dieeti ega tee muud oma kehakaalu vähendamiseks (kuid peaksid seda enda arvetes tegema) 20% poistest ja 30% tüdrukutest.



Jooniselt 5.21 on tüdrukute puhul näha, et **vanemaks saades** kasvab nende õpilaste hulk, kes küsitluse ajal pidasid dieeti või tegid muud, et oma kehakaalu vähendada, ja ka nende hulk, kes küsitluse ajal ei teinud kehakaalu vähendamiseks midagi, kuid peaksid seda enda arvates siiski tegema.

**Sooline erinevus:** tüdrukuid, kes teevad midagi, et oma kehakaalu vähendada, on oluliselt rohkem kui poisse.



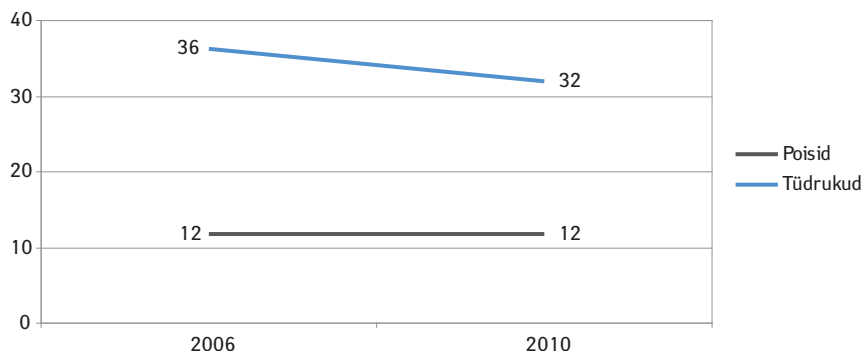
**Joonis 5.21:** Vastajate jaotus (%), kes kehakaalu langetamise eesmärgil peavad dieeti või kasutavad muud meetodit

Küsimust „Kas Sa oled viimase 12 kuu jooksul olnud dieedil, muutnud enda söömisharjumusi või teinud midagi muud kehakaalu kontrollimiseks (langetamiseks/säilitamiseks/tõstmiseks)?“ küsiti 13- ja 15-aastastelt õpilastelt. 13–15-aastastest õpilastest 23% (12% poistest ja 32% tüdrukutest) on viimase 12 kuu jooksul olnud dieedil, muutnud enda söömisharjumusi või teinud midagi muud, et oma kehakaalu kontrollida.

**Elukoha järgi** on oma kehakaalu kontrollimiseks mingeid meetmeid kasutanud õpilasi Tallinnas oluliselt rohkem kui muus linnas või maapiirkonnas. **Kehamassiindeksi järgi:** võrreldes normaalkaalulistega on ülekaaluliste hulgas kaks korda rohkem neid õpilasi, kes on teinud midagi, et oma kehakaalu kontrollida.

**Depressiivsed episoodid:** 34% õpilastest, kellel on viimasel 12 kuul esinenud depressiivseid episoodide, on viimase 12 kuu jooksul teinud midagi, et oma kehakaalu kontrollida. Seevastu õpilastest, kellel depressiivseid perioode ei olnud, on teinud oma kehakaalu kontrollimiseks midagi vaid 18%.

2002. aastal seda küsimust ei esitatud. Tüdrukute puhul on 2010. aastal, võrreldes 2006. aasta uurinuga, nende hulk oluliselt langenud, kes viimasel 12 kuul olid kehakaalu kontrollimiseks mingeid meetmeid kasutanud. Poiste puhul muutust toimunud ei ole. Aastate lõikes on tüdrukute hulk, kes on oma kehakaalu kontrollimiseks viimasel 12 kuul muutnud toitumist või teinud midagi muud, ligikaudu kolm korda suurem kui poiste hulk (vt joonis 5.22).



**Joonis 5.22:** Kehakaalu kontrollimiseks viimasel 12 kuul toitumist või muid harjumusi muutnute jaotus (%) soo järgi, 2006–2010

## 5.4. Suuõõne hügieen

Õpilastele esitati küsimus: „Kui sageli Sa hambaid pesed“. 63% õpilastest vastas, et peseb hambaid üle ühe korra päevas, ühel korral päevas peseb hambaid 32% õpilastest.

**Vanuserühmade võrdlus:** 15-aastaste seas on rohkem neid õpilasi, kes pesevad iga päev hambaid (96%), 11- ja 13-aastaste puhul on sama näitaja vastavalt 94% ja 93%.

**Soo lõikes:** üle ühe korra päevas hambaid pesevaid tüdrukuid on palju rohkem kui poisse (vastavalt 73% ja 52%). Ühel korral päevas peseb hambaid 24% tüdrukutest ja 39% poistest.

Tüdrukute puhul on näha, et vähemalt ühel korral päevas hambaid pesevate õpilaste hulk suureneb vanemaks saades, seevastu poiste hulgas ei sõltu hammaste pesemine eriti vanusest. 15-aastaste tüdrukute puhul on iga päev vähemalt ühel korral hambaid pesevate õpilaste hulk 99%.

**Riikidevahelises võrdluses** on rohkem kui korra päevas hammaste pesemise järgi Eesti 11- ja 13-aastased õpilased 25. kohal ja 15-aastased 20. kohal. Läti, Leedu ja Soome jäävad edetabeli viimasesse neljandikku.

## 5.5. Kehaline aktiivsus

Vähene kehaline aktiivsus õpilaste kasvu- ja arenguperioodil võib põhjustada mitmetes arenguvaldkondades tõsiseid terviseprobleeme. Näiteks inaktiivsuse tagajärjeks pole vaid puudulik liigutuslik pagas ja kehatunnetus, vaid ilmnevad ka häired hingamis- ja südame-veresoonkonnas ja südame-veresoonkonnas. Ülekaalulisuse ja rasvumise esmaseks põhjuseks on tasakaalu puudumine energia omastamise ja selle kulutamise vahel, mis kaasneb järjest sagedasema istuva eluviisiga.

HBSC uuringus selgitatakse õpilaste igapäevast mõõdukat kehalist aktiivsust, vabal ajal tehtava intensiivse kehalise tegevuse sagedust ja ajalist kestust tundides. Igapäevast mõõdukat aktiivsust selgitav küsimus on kohustuslik ja läbi uuringute püsinud muutumatu sõnastusega, mis annab võimaluse hinnata õpilaste aktiivsust aastate lõikes.

Uuringus on mõõduka kehalise aktiivsuse mõistet selgitatud kui „liikumist mis kiirendab südame tööd ning paneb mõneks ajaks hingeldama“. Selle hulka võib lugeda sportimist, kehalise kasvatuse tunde koolis, sõpradega mängimist ja jalgsi kooli minekut. Samuti sportlikke tegevusi, nagu rula- ja rattasõit, tantsimine, ujumine jne.

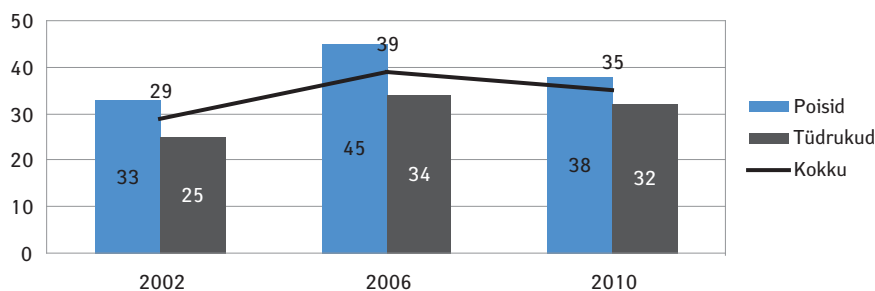
### Igapäevane mõõdukas kehaline aktiivsus

On soovitatav, et lapsed osaleksid mõõduka kuni tugeva intensiivsusega kehalises tegevuses (*moderate to vigorous physical activity* – MVPA) sagedusega iga päev vähemalt 60 minutit. Eestis vastas sellele nõudele kõigest 11–15-aastastest õpilastest 14% (sh 16% poistest ja 12% tüdrukutest).

Aastatel 2006–2010 on langus iga päev aktiivsete õpilaste hulgas märkimisväärne. 2010. aastal oli kehaline aktiivsus võrreldes 2002. aastaga küll oluliselt suurem, kuid ei saavuta 2006. aasta taset, kui vähemalt üks tund viiel või rohkemal päeval nädalas olid mõõdukalt aktiivsed keskmiselt 40% vastanutest (vt joonis 5.23)

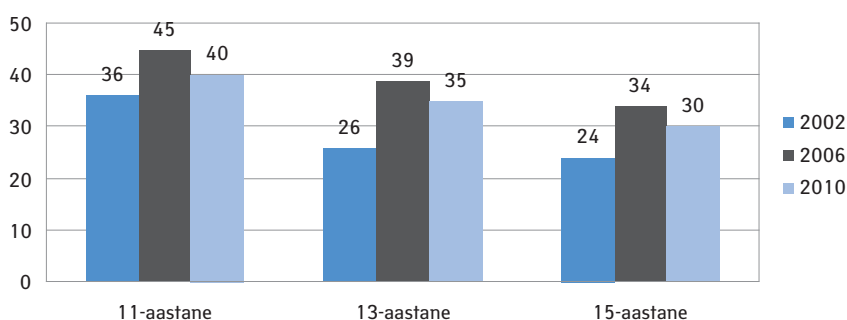
**Soolises** võrdluses on poiste ja tüdrukute varasemate uuringute tulemused statistiliselt erinevad. Võrreldes 2006. aastaga on meie tüdrukute igapäevane kehaline aktiivsus 2010. aastal jäänud samaks, kuid

poiste hulgas on langus ligikaudu 7%. Poiste igapäevase mõõduka ja intensiivse kehalise aktiivsuse tase on kõrgem kui tüdrukutel, see on iseloomulik ka teistele uuringus osalenud riikidele.



**Joonis 5.23:** Vähemalt üks tund viiel või enamal päeval nädalas mõõdukalt kehaliselt aktiivsete vastajate jaotus soo järgi (%), 2002–2010

Iga päev vähemalt mõõduka intensiivsusega kehaliselt aktiivsete laste osakaal väheneb **vanemaks saades** nii poiste kui ka tüdrukute hulgas. Oluliselt kõrgem MVPA tase on 11-aastaste hulgas võrreldes 15-aastastega. Tüdrukute seas on vanusega toimuv langus iga päev kehaliselt aktiivsete osakaalus märgatavalt suurem kui poiste hulgas.



**Joonis 5.24:** Vähemalt üks tund viiel või enamal päeval nädalas mõõdukalt kehaliselt aktiivsete vastajate jaotus vanuse järgi (%) aastatel 2002–2010

11–13-aastaste hulgas on muutus perioodil 2002–2010 oluline (vt joonis 5.24). Vaid 15-aastastel ei ole erinevust viimase kahe uuringu tulemuste vahel.

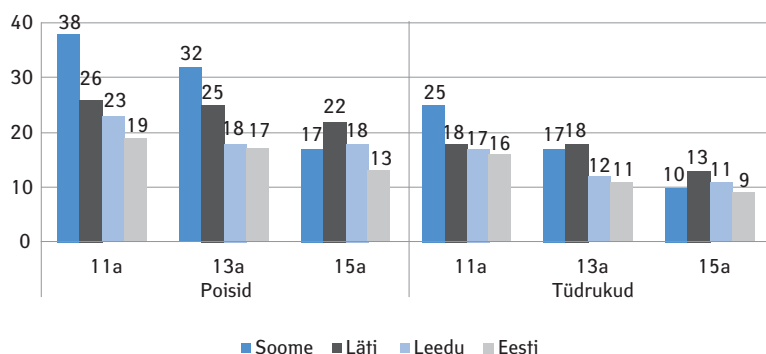
**Elupaigast** tulenevaid tingimusi on peetud kehalist aktiivsust mõjutavaks teguriks, mida on põhjendatud sportimise ja aktiivse liikumise võimaluste kättesaadavusega. Käesoleva analüüsi andmetel ei ole elukohast tulenevaid erinevusi iga päev kehaliselt aktiivsete õpilaste osakaaludes Tallinna, muude linnade ja maapiirkondade vahel. Samuti puuduvad märkimisväärsed erinevused viie administratiivse piirkonna vahel.

Kui 2006. aasta uuringu andmetel ilmnis, et igapäevane kehaline aktiivsus oli kodus räägitava **kõnekeele** alusel mitte-eestikeelsest kodust pärit noortel kõrgem võrreldes eestlastest eakaaslastega, siis 2010. aasta uuringus kehaline aktiivsus kodus räägitava kõnekeele alusel noortel ei erinenud.

Nagu varasemad uuringud ja võrdlus teiste HBSC osalenud riikidega on kinnitanud, on Eestis õpilaste kehaline aktiivsus seda kõrgem, mida parem on **pere majanduslik olukord**. 2010. aasta uuringu andmetel oli hea majandusliku olukorraga õpilase igapäevane kehaline aktiivsus ligikaudu 10% võrra kõrgem, võrreldes õpilastega, kes hindasid oma pere majanduslikku seisuga „keskmiseks“ või „halvaks“. Vanemaks saades väheneb nii poiste kui ka tüdrukute hulk, kes hindavad oma pere majanduslikku olukorda heaks.

**Rahvusvahelises võrdluses** on võrreldes 2006. aastaga eesti noorte igapäevase kehalise aktiivsuse langus täheldatav ka uuringus osalenud riikide järjestuses. Kui 2006. aastal 41 riigi hulgas asus Eesti 25.–26. kohal, jäädes kõikides vanuserühmades HBSC **uurimus osalenud maade** keskmisest tulemusest tahapoole, on 2010. aastal mahajäämus – Eesti asub riikide järjestuses 29.–33. kohal.

Rahvusvahelises võrdluses on igapäevane kehaline aktiivsus 11- ja 13-aastaste osas kõige suurem Iirimaa ja 15-aastaste osas Ameerika Ühendriikide noorte hulgas. Teiste Baltimaade ja Soome kooliõpilaste kehalise aktiivsuse näitajad on kõigis soo- ja vanuserühmades kõrgemad võrreldes Eesti noorte andmetega (vt joonis 5.25). Riikide järjestuses asuvad lähinaabritest esikümnes Soome 11-aastaste ja 13-aastaste noorte kehalise aktiivsuse osas ja Läti 15-aastaste osas.

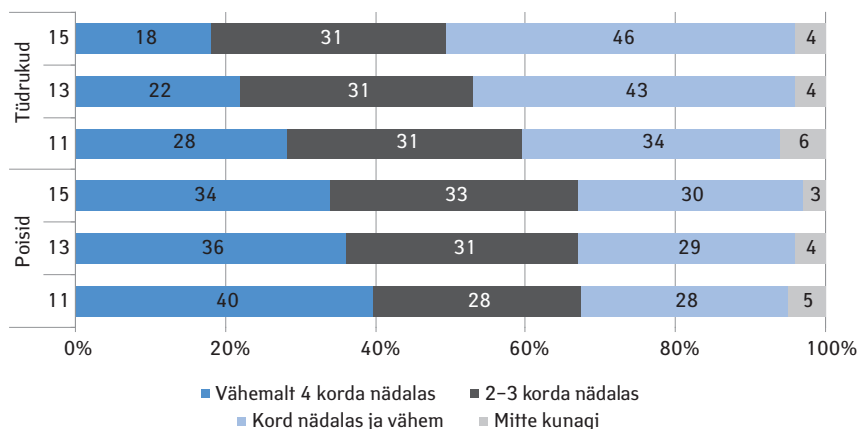


**Joonis 5.25:** Iga päev vähemalt 60 minutit kehaliselt aktiivsete vastajate jaotus vanuse ja soo järgi Soomes, Lätis, Leedus ja Eestis (%) 2010. aastal

### Kehaline aktiivsus vabal ajal

Vaba aja intensiivne kehaline aktiivsus (*vigorous physical activity* – VPA) nädalas hõlmab nii organiseeritud sportlikku tegevust ehk spordiringides käimist kui ka enesealgatuslikku intensiivset liikumist. Vastates küsimusele „Kui sageli oled Sa tavaliselt vabal ajal kehaliselt aktiivne, nii et hingeldad või higistad?“ oli õpilasel võimalik valida seitsme vastusevariandi vahel: „iga päev“, „4–6 korda nädalas“, „2–3 korda nädalas“, „üks kord nädalas“, „kord kuus“, „alla ühe korra kuus“, „mitte kunagi“.

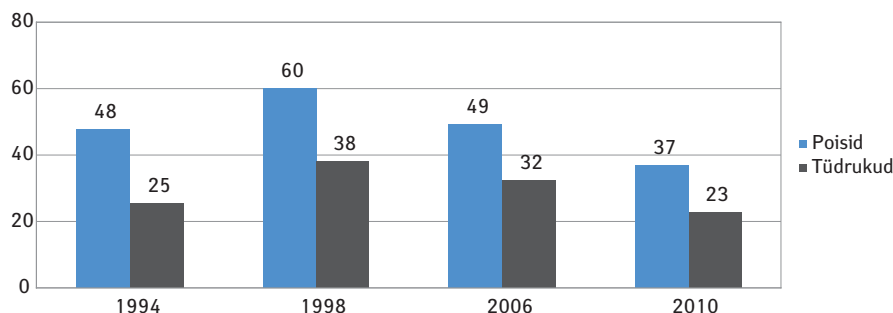
Vabal ajal ei tegele sportliku tegevusega üldse ligikaudu 5% tüdrukutest ja 3% poistest. **Vanemaks saades** suureneb noorte hulk, kelle vabal ajal harrastatava kehalise aktiivsuse sagedus on vaid kord nädalas või harvemini ja samas väheneb igapäevaste harjutajate hulk. Kui 11-aastaste **poiste ja tüdrukute** seas oli igapäevaseid harjutajaid vastavalt 40% ja 28%, siis 15. eluaastaks on igapäevaseid harjutajaid poiste hulgas 34% ja tüdrukute hulgas vaid 18% (vt joonis 5.26).



**Joonis 5.26:** Vaba aja intensiivse kehalise tegevuse sagedus soo ja vanuse järgi (%)

Eesti 11–15-aastastest õpilastest on vähemalt neli korda nädalas vabal ajal intensiivselt kehaliselt aktiivsed 30% vastajatest.

Intensiivselt kehaliselt aktiivsete osakaal on langenud võrreldes varasemate uuringutega alates 1998. aastast ning eelmise uuringuga võrreldes ligikaudu 10%. Langus poiste hulgas on suurem kui tüdrukutel (vt joonis 5.27).



**Joonis 5.27:** Vähemalt neli korda nädalas vabal ajal intensiivselt kehaliselt aktiivsete vastajate jaotus soo järgi (%) erinevates HBSC uuringutes

Analüüsil on kasutatud kehaliselt aktiivsete õpilaste andmeid, kes on tegevuses vähemalt 4–6 korda nädalas või iga päev (ehk vähemalt neli korda nädalas).

Erinevalt 2006. aasta uuringust ei ole käesoleva analüüsi tulemusel olulist erinevust **elukoha** järgi Tallinnas ja muus linnas vähemalt neli korda nädalas vabal ajal intensiivselt harjutavate õpilaste vahel.

**Piirkondlikult** on vabal ajal kehaliselt aktiivseid õpilasi kõige vähem Hiiu-, Saare- ja Läänemaal, selles piirkonnas on ka kõige suurem langus võrreldes eelmise uuringuga. Võrreldes 2006. aasta uuringuga on vabal ajal aktiivsete õpilaste osakaal langenud kõikides piirkondades.

Kodus räägitava **kõnekeele** järgi on vabal ajal kehaliselt aktiivseid oluliselt rohkem mitte-eesti kodukeelega perest pärinevate noorukite hulgas (38%), võrreldes eesti kodukeelega noortega (27%).

Lähtudes **perestruktuurist** on mõlema bioloogilise vanemaga perest pärit noorukite vaba aja intensiivne kehaline aktiivsus kõrgem kui lastel, keda kasvatab üksikvanem.

## 5.6. Istuv eluviis

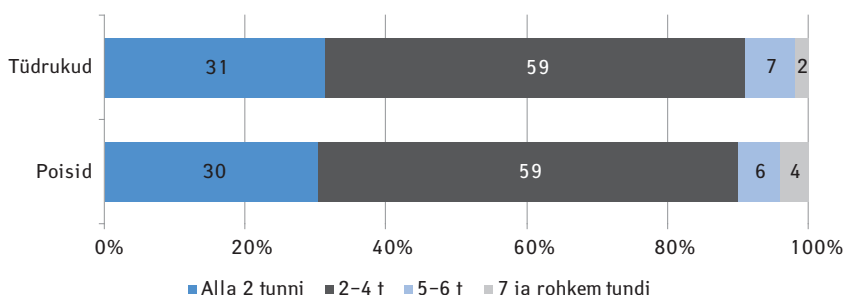
Istuvat eluviisi ja vähest kehalist aktiivsust peetakse olulisemateks laste ülekaalulisuse ja rasvumise põhjustajateks. Kuigi uuringute andmetel arvuti kasutamise sagedus ja kestus ning sõprade arv ei mõjuta 11–15-aastaste õpilaste vaba aja mõõdukast ja intensiivset kehalist aktiivsust, ei ole soovitatav, et televiisori või video vaatamine ületaks kahte tundi ööpäevas. Samuti on täheldatud, et televiisori ülemäärane vaatamine on seotud ebatervislike ja energiarikaste toitude, maiustuste ja suhkrurikaste jookide tarbimise suurenemisega ning agressiivsuse kasvuga.

Arvestades infotehnoloogia arengut ja olukorda, kus nutitelefoniid võimaldavad olla võrguvestluses ja mängudes kogu aeg, siis on hakatud erialakirjanduses nimetama laste TV ja arvuti ning muu IT-vahendite kasutamist ühtse mõistega „ekraaniaeg“. Siiski HBSC uuringus küsitakse istuva eluviisi sageduse selgitamiseks televiisori vaatamisele, arvuti- ja telerimängudele ja arvuti kasutamisele kulutatud aega nii koolipäevadel kui ka nädalavahetusel. Vastates küsimustele: „Mitu tundi päevas mängid Sa tavaliselt vabal ajal arvuti-, TV- või videomänge?“ ja „Mitu tundi päevas vaatad Sa tavaliselt vabal ajal televiisorit (sh DVD,

videod)?” ja „Mitu tundi päevas kasutate Sa väljaspool koolitunde arvutat *online*-suhtluseks, internetis surfamiseks, e-kirjade saatmiseks?”, valivad õpilased üheksa vastusevariandi seast sobivaima vastuse vastavalt tundide arvule.

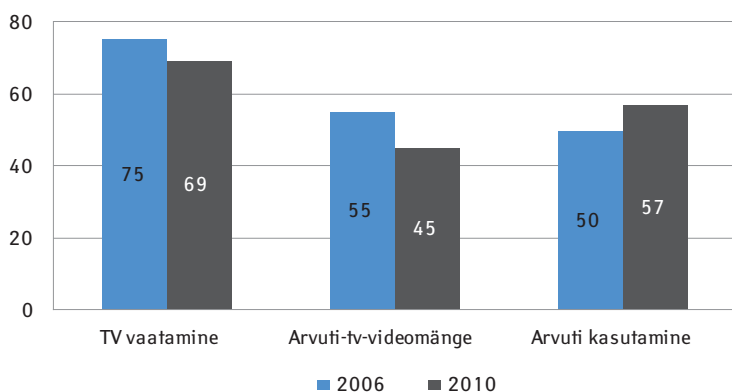
### Televisori vaatamine

Aastatega on mõnevõrra vähenenud televiisori vaatamisele kulunud aja hulk. Suur osa selles on ka võimaluste laienemisel infotehnoloogia valdkonnas. „Istuvat ajaviidet ja meelelahutust” kõrvuti televiisori vaatamisele pakuvad arvutis surfamine, telerimängud ja muu sarnane tegevus. 2010. aasta uuringu andmetel koolipäevadel vabal ajal vaatavad televiisorit seitse tundi või rohkem 2–4% õpilastest, vanuses 11–15 aastat (vt joonis 5.28). Nende hulgas on poisse rohkem kui tüdrukuid.



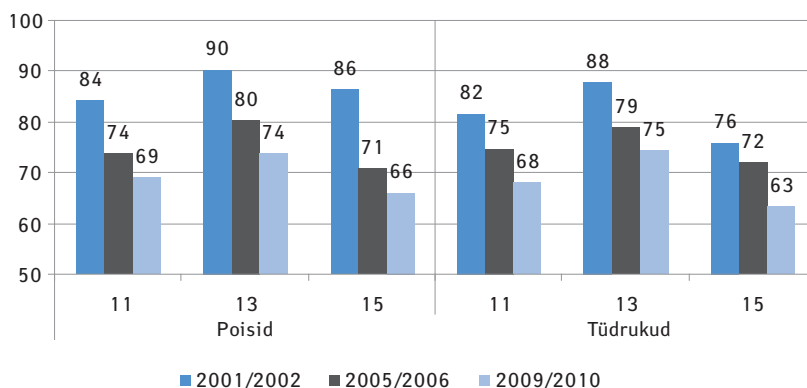
**Joonis 5.28:** Koolipäevadel televiisori/DVD vaatamisele kulunud aeg tundides soo järgi (%)

Rahvusvaheliselt hinnatakse ülemääraseks ekraaniaja tarbimiseks kaks tundi ja enam ekraani ees veedetud aega. Võrreldes 2006. aastaga on vähenenud TV vaatamisele kulunud aeg, kuid oluliselt on tõusnud arvuti kasutamise aeg (vt joonis 5.29).



**Joonis 5.29:** Koolipäevadel kaks või rohkem tundi televiisorit vaadanud, videomänge mänginud ja arvutit kasutanud õpilased (%) 2006. ja 2010. aasta uuringus

Võrreldes kolme viimase HBSC uuringu tulemusi (vt joonis 5.30), on televiisori ja DVD-vaatajate hulk aasta-aastalt langenud ja olenevalt vanusest muutub õpilastel televiisori vaatamisele kulutatud aeg. **Vanuserühmade** võrdluses on nii poiste kui ka tüdrukute seas teleri ja video vaatajate hulk suurem just 13-aastaste hulgas, võrreldes noorema- või vanemaalaste õpilastega. Koolipäeval vaatavad televiisorit kaks või enam tundi 11–15-aastastest õpilastest 69,2% ning nädalavahetusel 82,5%.



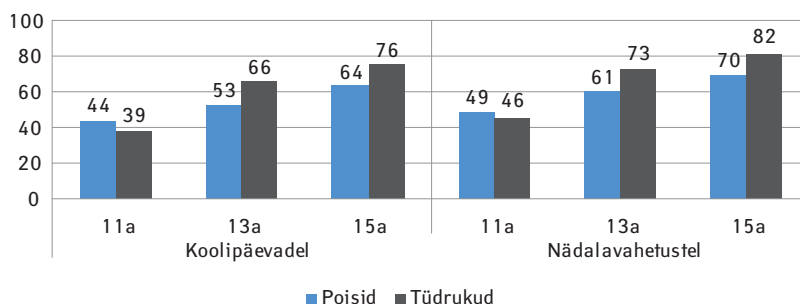
**Joonis 5.30:** Koolipäevadel kaks või rohkem tundi televiisorit vaadanud õpilaste jaotus soo ja vanuse järgi (%) aastatel 2002–2010.

**Poiste ja tüdrukute võrdluses** suurem langus, kuni 8,9%, oli 15-aastaste tüdrukute vanuserühmas. Kaks ja rohkem tundi iga päev televiisorit vaadanute osakaal on koolipäevadel poistel ja tüdrukutel sarnane (68–69%). **Perestruktuurist lähtudes** kõikides vanuserühmades vaatavad kasuvanemaga peredest pärit poisid oluliselt rohkem (75,2%) televiisorit võrreldes üksikvanemaga peredest (67,4%) või täisperedest (69,5%) pärit poistega. Tüdrukute hulgas ei ilmne perestruktuuri mõju telerivaatamisele rohkem kui kaks tundi koolipäevadel. Kodus räägitav **kõnekeel** ei mõjuta teleri vaatamisele kulutatud aega.

### Arvuti kasutamine

Arvuti kasutajate hulk on võrreldes varasemate uuringutega oluliselt suurenenud, sest laiienenud on sotsiaalvõrgustike võimalused. Suur osa noorte omavahelisest suhtlusest vabal ajal käib internetivõrgu kaudu.

Arvutit kasutab väljaspool koolitunde võrgus suhtlemiseks, internetis surfamiseks, e-kirjavahetuseks jm sarnaseks kaks tundi või enam koolipäevadel 57,2% ja nädalavahetusel 63,6% kõigist 11–15-aastasest õpilastest. **Vanemaks saades** suureneb järk-järgult arvutikasutajate hulk nii koolipäevadel kui ka nädalavahetusel. **Soo lõikes** on vaid 11-aastaste seas arvutikasutajaid tüdrukuid vähem, kõigis teistes vanuserühmades ületab tüdrukutest arvutikasutajate osakaal poisse ligikaudu 10% (vt joonis 5.31).



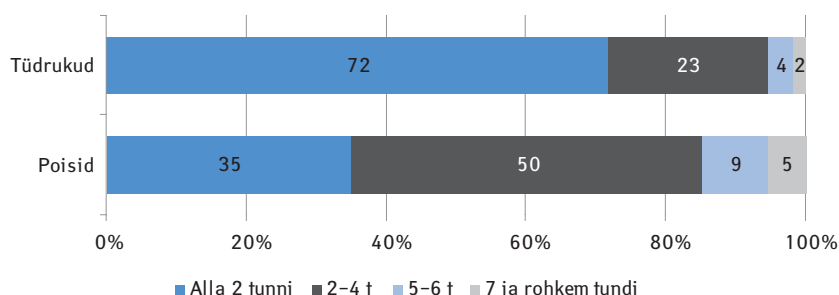
**Joonis 5.31:** Kaks või rohkem tundi päevas arvutit kasutavad õpilased koolipäevadel ja nädalavahetusel soo ja vanuse järgi (%)

**Elukoha mõju** arvutikasutamisele: maapiirkonnas on oluliselt vähem arvutit kaks või rohkem tundi päevas kasutavaid poisse võrreldes linnades elavate (v.a Tallinn) poistega. Tallinna tüdrukud kasutavad oluliselt rohkem arvutit, võrreldes maapiirkonna neidudega.

Kodus räägitava **kõnekeele** järgi on mitte-eesti kõnekeelega kodudes oluliselt rohkem arvutit kasutavaid poisse (60,5%) ja tüdrukuid (65,4%), võrreldes eesti kõnekeelega poiste (51,6%) ja tüdrukutega (58,9%). On märkimisväärne, et eesti kodukeelega peredes kasutavad tüdrukud arvutit oluliselt rohkem kui poisid.

### Arvuti- ja TV-mängude mängimine

Rohkem meelelahutuslikku laadi arvuti- ja TV-mängude mängimist on nüüdisajal järjest raskem eristada tavapärasest arvuti kasutamisest, kuna noored veedavadki valdava osa vabast ajast arvutis. HBSC küsimustikus on kasutatud otsest küsimust mängudele kulutatud aja kohta. Tulemustest ilmnes, et 35% poistest ja 72% tüdrukutest kulutab kuni kaks tundi vabal ajal koolipäevadel arvutimängudele. On tähelepanuväärne, et 5% poistest ja ligi 2% tüdrukutest veedab aga mängides seitse tundi ja rohkem (vt joonis 5.32).



**Joonis 5.32:** Koolipäevadel televiisori/DVD mängudele kulutatud aja jaotus tundides soo järgi (%)

Rohket televiisori/arvutimängudele kulunud ajakasutust mõjutab nii elukoht, elupiirkond, kodus räägitav kõnekeel kui ka edasijõudmine koolis.

**Elukoha võrdluses** Tallinnast (45%) ja maapiirkonnast (44%) pärit laste hulk, kes koolipäevadel mängivad televiisori/arvutimänge kaks tundi ja rohkem, on oluliselt väiksem kui muudest linnadest lastel (49%).

**Elupiirkonna** võrdluses selgub, et oluliselt suurem õpilaste hulk, kes kulutavad rohkelt aega arvutimängudele, elab Ida- ja Lääne-Virumaal.

Kodus räägitava **kõnekeele järgi** mängivad mitte-eesti kodukeelega tüdrukud oluliselt rohkem televiisori/arvutimänge kui eesti kodukeelega tüdrukud (vastavalt 38% ja 26%), see erinevus avaldus kõikides vanuserühmades. Poiste seas erinevus kõnekeele järgi puudub.

**Võrreldes teiste riikidega** on Eesti noorte telerivaatamise trend teisem. Kui HBSC üldtrendi kohaselt televiisori vaatamise aeg suureneb vanemaks saades, siis Eesti noorte andmetel kulutavad meie 15-aastased noored vähem aega teleri vaatamisele kui nooremad vanuserühmad.

Nooremate õpilaste hulgas veedavad nii poisid kui ka tüdrukud oluliselt rohkem aega teleri ees kui nende eakaaslased teistes riikides: 11-aastaste puhul on Eesti kolmandal kohal (2006. aasta uuringus oli 8. kohal), 13- ja 15-aastaste puhul vastavalt 6. ja 19. kohal (2006. aasta uuringus oli Eesti 10. ja 14. kohal). Võrreldes teiste Baltimaadega kulutavad Eesti 11- ja 13-aastased noored rohkem aega teleri vaatamisele. Vaid 15-aastaste noorte televiisori vaatamise harjumus on võrdne HBSC uuringus osalenud maade keskmise tulemusega.



## 5.7. Kokkuvõte

- Igal koolipäeval sööb hommikusööki ligikaudu 2/3 õpilastest.
- Neljandik õpilastest sööb iga päev puuvilju ja viiendik köögivilju.
- Iga päev puu- ja/või köögivilju söövaid tüdrukuid on rohkem kui poisse. Õpilaste hulk, kes söövad iga päev puu- ja/või köögivilju, väheneb, kui nad saavad vanemaks.
- Ligi pooled 11–15-aastastest õpilastest joovad piima iga päev.
- Vaid iga viies õpilane sööb kala kahel või enamal päeval nädalas.
- Vastavalt soovitusel puuvilju, köögivilju, kala ja piima tarbivaid õpilasi on kõige rohkem 11-aastaste seas.
- Karastusjooke joob viiel päeval nädalas või sagedamini iga kümnes õpilane. Viiel päeval nädalas või sagedamini karastusjooke joovaid poisse on ligi kaks korda enam kui tüdrukuid.
- Friikartuleid, kartulikrõpse ja/või hamburgerit söövad õpilased suhteliselt harva. 11-aastaste hulgas on võrreldes 15-aastastega kaks korda rohkem neid õpilasi, kes söövad viiel päeval nädalas või enam hamburgerit, friikartuleid ja/või kartulikrõpse.
- Viimase 12 kuu jooksul on olnud dieedil, muutnud enda söömisharjumusi või teinud midagi muud, et oma kehakaalu kontrollida, ligi kolmandik 13–15-aastastest tüdrukutest, poiste seas oli kehakaalu kontrollijaid ligikaudu kolm korda vähem.
- Kuus õpilast kümnest peseb hambaid üle ühe korra päevas.
- Vähemalt 60 minutit on viiel ja enamal päeval nädalas mõõduka kehalise tegevusega seotud 35% noortest (sh 38% poistest ja 33% tüdrukutest). Vanemaks saades kehaline aktiivsus langeb (tüdrukutel vanuses 11–13, poistel 13.–15. eluaastal.)
- Vabal ajal vähemalt neli korda nädalas intensiivselt kehaliselt aktiivseid õpilasi on 30% (sh 37% poistest, 23% tüdrukutest).
- Televiisori vaatamisele kulunud aeg on võrreldes 2006. aastaga vähenenud ligi 20%, samavõrd on kasvanud arvutikasutusele kulunud aeg.
- Arvutit kasutab väljaspool koolitunde kaks tundi või enam võrgus suhtlemiseks, internetis surfamiseks, e-kirjavahetuseks jm sarnaseks koolipäevadel 57% ja nädalavahetusel 64% õpilastest. Vanemaks saades arvutikasutajate hulk suureneb nii koolipäevadel kui ka nädalavahetusel.
- Koolipäevadel kasutavad 13–15-aastased tüdrukud arvutit enam kui samaealised poisid.

## 6. RISKIKÄITUMINE

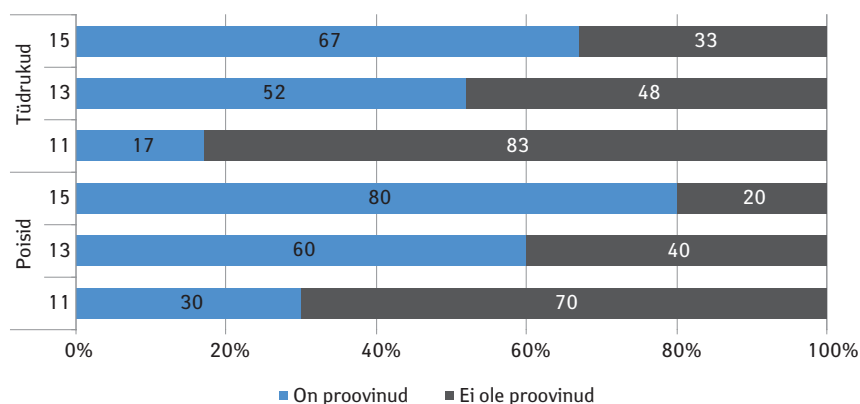
### 6.1. Suitsetamine

#### Esmakordne suitsu proovimine

Eestis on suitsetamine nii noorte kui ka täiskasvanud elanikkonna seas tõsine probleem. Tubakatarvitamine on üks olulisemaid haigestumise ja suremusega seotud ennetatavaid terviseriske maailmas. Tubakas tapab igal aastal 5,4 miljonit inimest üle maailma, neist 1,6 miljonit Euroopa regioonis. Igal seitsmendal sekundil sureb maailmas üks inimene tubakaga seonduvasse haigusesse, nagu vähk, südamehaigused, kroonilised kopsuhaigused, mitmed lastehaigused jt (WHO 2012). Suitsetamisega seotud surmade arv on viimase kümne aasta jooksul kolmekordistunud ning suured tubakaettevõtted õõnestavad püüdlusi, mis võiksid päästa miljoneid inimesi, leiab maailma kopsufond (WLF) oma 2012. aasta raportis.

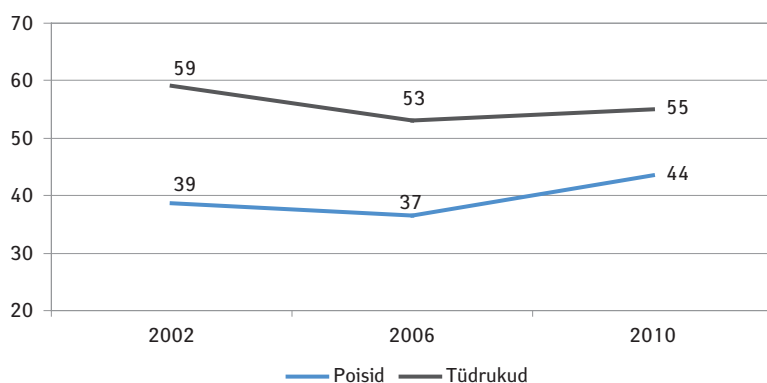
Uuringud on näidanud, et mida varem proovib laps esimest korda suitsu tõmmata, seda suurem on tõenäosus, et temast saab 15-aastasena regulaarne suitsetaja. Mida nooremalt suitsetamisega alustatakse ja mida rohkem sigarette päevas suitsetatakse, seda ulatuslikum on selle kahjustav mõju tervisele. Ka suitsetavate vanemate lastel on suuremad eeldused tubakat tarvitama hakata ja seda juba noores eas.

Kooliõpilaste tervisekäitumise uuringus oli 2010. aastal neid, kes ei ole suitsu proovinud, 11–15-aastaste õpilaste hulgas kokku 50%, suitsu ei olnud proovinud 44% poistest ja 55% tüdrukutest. Suitsu mitteproovinute osakaal vanemaks saades järk-järgult väheneb ja suitsu proovinute osakaal suureneb. Kuigi kõikides vanuserühmades on suitsu proovinute osakaal suurem poiste hulgas, ilmneb tendents tüdrukute ja poiste vahelise erinevuse vähenemisele vanemasse vanuserühma jõudes.



**Joonis 6.1:** Suitsu proovinud õpilaste jaotus (%) soo ja vanuse järgi

Positiivseks muutuseks 2010. aasta uuringus on, et suitsu mitteproovinute osakaal oli tunduvalt suurenenud just 11-aastaste poiste hulgas. Kui 2006. aastal ei olnud sigaretti proovinud 62% poistest vanuses 11 aastat, siis 2010. aastal oli see osakaal 70%. Tüdrukute seas olid 11-aastaste tulemused vastavalt 82% ja 83%.



**Joonis 6.2:** Sigarette mitteproovinud 11–15-aastaste õpilaste osakaal soo ja vanuse järgi (%) aastatel 2002–2010

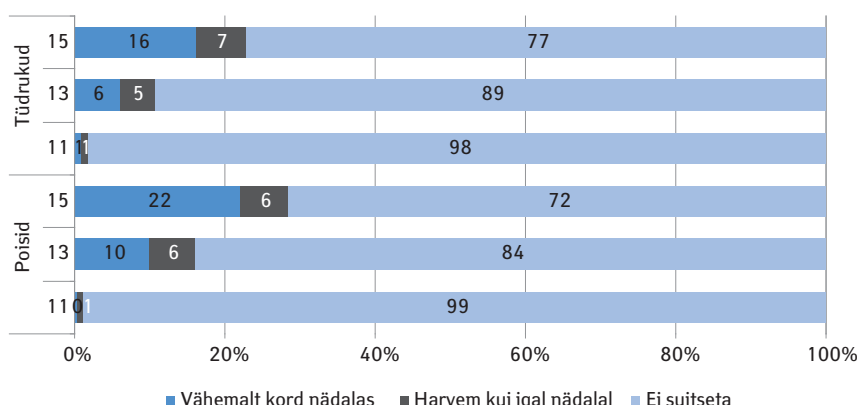
Ehkki poiste seas on sigarette mitteproovinuid vähem, ilmneb joonisel 6.2 sugudevaheline erinevus näitaja dünaamikas viimastes tervisekäitumise uuringutes. Poiste hulgas oli 2010. aastal suitsu mitteproovinute osakaal oluliselt tõusnud võrreldes nii 2002. kui ka 2006. aasta andmetega.

Õpilaste vanust esimese sigareti suitsetamisel hinnati küsimusega: „Kui vanalt Sa suitsetasid esimese sigareti?“. Õpilaste keskmine vanus esimest korda suitsetades oli 2010. aastal 11,9 aastat, samasugune tulemus saadi ka 2006. aastal. **Rahvusvaheliseks indikaatoriks** on 13-aastaselt või varem esimese sigareti suitsetanute osakaal 15-aastaste õpilaste hulgas. See näitaja oli Eestis 15-aastaste tüdrukute seas 48% ja poistel 63%. Rahvusvahelises järjestustabelis on Eesti esimesel kohal, näidates, et meie noorukitel on kõige suurem huvi sigaretti proovida võimalikult noores eas. Eesti, Leedu ja Läti moodustasid tabelis esikolmiku, Soome oli üheksandal kohal.

### Praegused suitsetamisharjumused

Sigaretide suitsetamise sagedust uuriti küsimusega: „Kui sageli Sa praegu suitsetad?“.

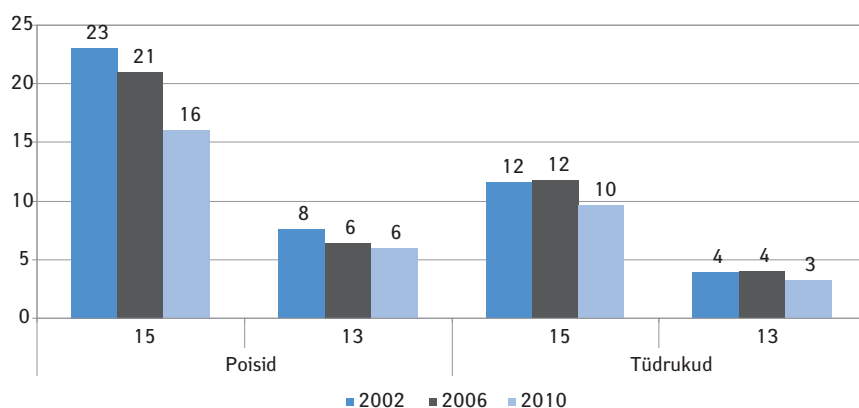
Joonisel 6.3 on andmed suitsetamise sageduse kohta esitatud kolme kategooriana: ei suitseta, suitsetab vähem kui kord nädalas, suitsetab igal nädalal (sh igapäevasuitsetajad). HBSC uuringus loetakse regulaarseks suitsetajaks õpilast, kes suitsetab vähemalt korra nädalas, sh ka iga päev.



**Joonis 6.3:** Sigarettide suitsetamise sagedus õpilaste seas (%) soo ja vanuse järgi 2010. aasta uuringus

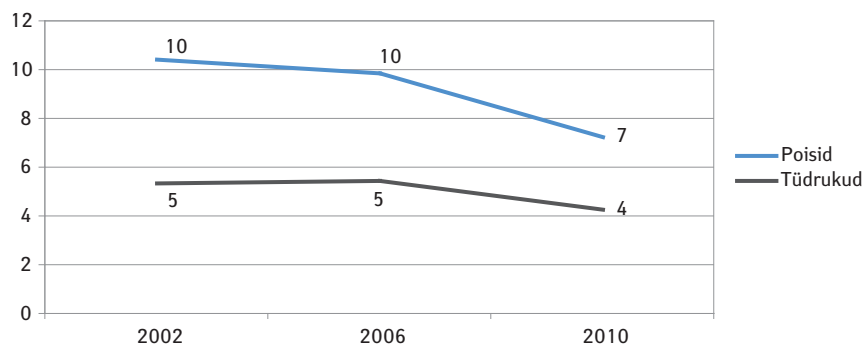
**Vanemaks saades** suureneb regulaarselt suitsetavate 11–15-aastaste õpilaste osakaal, neid oli 2010. aastal 9% (sh igapäevasuitsetajaid 6%), 2006. aastal aga rohkem – 12% (sh igapäevasuitsetajaid 8%). **Soo järgi** on igal nädalal ja iga päev suitsetajaid rohkem poiste hulgas, samas väheneb erinevus poiste ja

tüdrukute vahel iga uuringuga. Joonisel 6.4 on näha, et kui 2002. aastal oli erinevus iga päev suitsetavate 15-aastaste poiste ja tüdrukute vahel kahekordne, siis 2010. aastal oli erinevus vaid 6 protsendipunkti.



**Joonis 6.4:** Igapäevasuitsetajate jaotus 13- ja 15-aastaste õpilaste hulgas soo järgi (%) kolmes viimases HBSC uuringus

Joonis 6.5 näitab, et igapäevasuitsetajate osakaal 11–15-aastaste noorukite hulgas ajavahemikul 2002–2010 on langustrendis. Poiste hulgas on langus alates 2002. aastast 2010. aastani statistiliselt tõepärane, tüdrukutel esineb igapäevasuitsetamise langustendents 2006. ja 2010. aasta vahel.



**Joonis 6.5:** Igapäevasuitsetajate osakaal 11–15-aastaste õpilaste hulgas (%) soo järgi terviseuuringutes 2002–2010

**Elukoha** järgi on igapäevasuitsetajaid mõnevõrra rohkem maal kui linnades, samuti õpilaste seas, kes elavad halvema **majandusliku olukorraga** kodudes. Neid on üle kahe korra vähem **mõlema bioloogilise vanemaga** elavate laste seas, võrreldes üksikvanemaga või kasuvanemaga (st ema või isa elukaaslane) peredes. Kõige enam soodustab suitsetamist **ajaveetmine koos sõpradega kodust väljas**. Igapäevasuitsetajaid oli ligi viis korda rohkem noorukite hulgas, kes veetsid neli või rohkem õhtuid koos sõpradega väljaspool kodu, võrreldes nendega, kes olid õhtuti koos sõpradega kolmel päeval või harvem.

**Rahvusvaheline võrdlus:** HBSC riikide/regioonide järjestustabelis **vähemalt kord nädalas** suitsetavate 11-, 13- ja 15-aastaste õpilaste kohta oli Eesti vastavalt 21., 4. ja 15. kohal (2006. aastal vastavalt 20., 6. ja 8. koht). Eestis on kõige halvemad 13-aastaste tulemused. See vanuserühm on riikide järjestuses neljandal kohal, meid edestavad vaid Gröönimaa, Tšehhi ja Läti. Eesti 15-aastaste õpilaste regulaarse suitsetamise näitaja on paranenud. Kui 2006. aastal oldi tabelis kaheksandal kohal, siis 2010. aastal on toimunud langus 15. kohale. Leedu, Läti ja ka Soome on selle näitaja poolest halvemal positsioonil (vastavalt 2., 4. ja 13. koht).

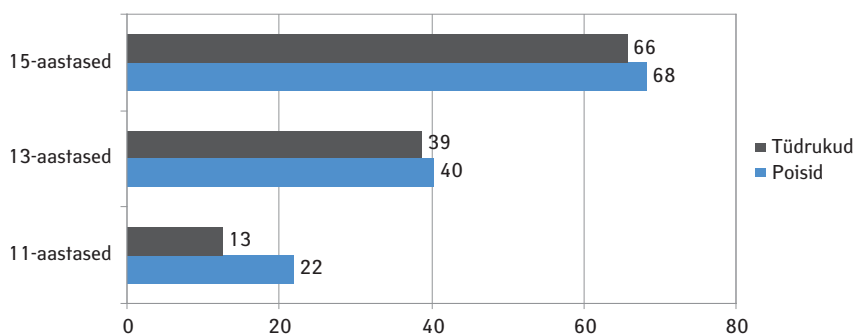
**Igapäevasuitsetamise** näitajate positsioon riikide/regioonide edetabelis on Eestil üsna sarnane igal nädalal suitsetamise tulemustega. 13- ja 15-aastaste kohad maade järjestuses on vastavalt 5. ja 16.

11-aastaste hulgas on igapäevasuitsetajate levimus alates 23. kohast nii poistel kui tüdrukutel null, nii ka Eestil, mis on paigutatud 37. kohale. Sarnaselt regulaarse suitsetamisega on kõige halvemad tulemused Eesti 13-aastaste noorukite seas. Ka meie lähinaabrid asuvad tabeli ülemises kolmandikus, Läti, Leedu ja Soome kohad vastavalt 3., 7., ja 13.. Eesti 15-aastased õpilased on järjestuse 16. kohal, meie lähinaabrid meist eespool.

## Vesipiibu suitsetamine

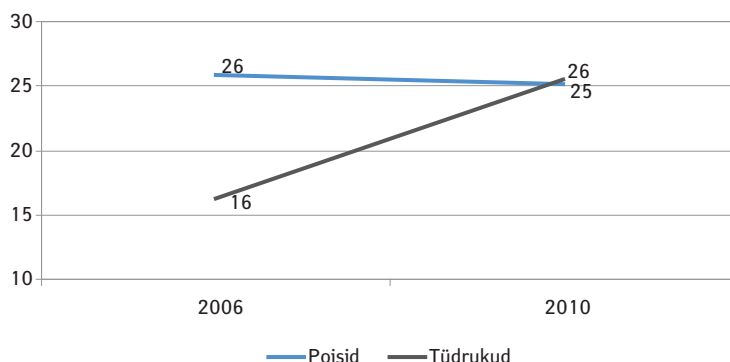
Vesipiibu suitsetamise populaarsus noorukite hulgas on viimastel aastatel kasvanud. On levinud ekslik arvamus, et vesipiip ei kahjusta tervist, mistõttu vanemad suhtuvad sellesse leebemalt või isegi soosivalt. Uuringud on aga näidanud, et vesipiibu suitsetades satub organismi ja ümbritsevasse keskkonda tunduvalt rohkem vingugaasi (CO) kui sigaretti suitsetades ning et vesipiip suurendab südameinfarkti riski sarnaselt sigarettide suitsetamisega. Küsimused vesipiibu kohta on olnud ankeedis rahvusliku küsimusena kahes viimases õpilaste tervisekäitumise uuringus. Joonisel 6.6 on toodud vesipiibu proovimise tulemused 11–15-aastastel noorukitel 2010. aastal.

Vesipiipu on üldse proovinud 41% õpilastest vanuses 11–15 aastat, neist 43% poistest ja 39% tüdrukutest. Vanemaks saades vesipiipu proovinute arv suureneb. Regulaarselt, vähemalt üks kord nädalas või iga päev suitsetab vesipiipu 3% õpilastest. Harvem kui ühe korra nädalas suitsetab vesipiipu rohkem kui viiendik õpilastest (22%). Sealjuures ei ole poiste ja tüdrukute vesipiibu suitsetamisel pea mingit erinevust.



**Joonisel 6.6:** Vesipiipu proovinud õpilaste jaotus (%) soo ja vanuse järgi

Võrreldes sigarettidega on vesipiibu regulaarseid suitsetajaid vähem: iga nädal teeb seda 3% kõigist 11–15-aastastest (sigarettide regulaarseid suitsetajaid 9%). Samas väärib tähelepanu, et harvem kui kord nädalas vesipiipu suitsetavate õpilaste osakaal on palju suurem kui sama näitaja sigarettide puhul, vastavalt 22% ja 4%. Ilmselt valib katsetamisaldis õpilane sigarettide asemel vesipiibu kui seltskondlikuma ja vähem taunitud ajaviite. Vesipiibu tõmbajatest saavad aga suure tõenäosusega hiljem sigarettide suitsetajad.



**Joonis 6.7:** Vesipiipu suitsetavate õpilaste jaotus (%) soo järgi kahes viimases HBSC uuringus

HBSC uuringust ilmneb, et 2006. aastal oli vesipiipu suitsetavaid poisse 26%. See näitaja jäi poiste seas samale tasemele ka 2010. aastal. Tüdrukute hulgas oli samal ajal täheldatav 10%-ne tõus. Viimases uurin-  
gus oli erinevus poiste ja tüdrukute vesipiibu suitsetamise osas kadunud.

**Elukoha** järgi on vesipiipu suitsetavaid õpilasi rohkem maapiirkondades ja eesti keelt rääkivates peredes. Vähem on vesipiibusuitsetajaid mõlema bioloogilise vanemaga peredes. Vesipiipu proovinuid on rohkem **väljaspool kooli sõpradega aega veetvate** õpilaste seas.

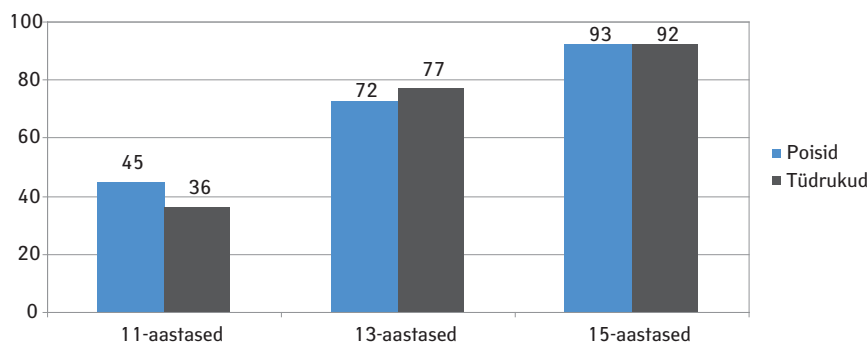
Eeltoodu näitab, et tubaka ennetusega tuleb alustada juba enne 11. eluaastat, siis kui poisid ja tüdru-  
kud alustavad suitsetamisega katsetamist. Ennetuse eesmärk on lükata suitsetamise alustamist edasi või hoida ära ning vältida suitsu proovimiselt regulaarsele suitsetamisele üleminekut.

## 6.2. Alkoholi tarvitamine

Noorukite hulgas on laialt levinud alkoholi tarvitamine ja purju joomine, mis tekitavad psühholoogilisi ja sotsiaalseid probleeme. Noorte alkoholi tarvitamist seostatakse vigastuste, liiklusõnnetuste, enesetap-  
pude, depressiooni, õppimisvõime languse, vägivalla, vägistamise ja kaitsmata vahekordadega, millest vii-  
mased suurendavad omakorda riski nakatuda HIV-i ja teistesse sugulisel teel levivatesse haigustesse.

### Alkoholi proovimine elu jooksul

Viimase kooliõpilaste tervisekäitumise uuringu tulemused näitasid, et 11–15-aastastest õpilastest oli 69% elu jooksul proovinud alkoholi. **Soolised ja ealised** erinevused on toodud joonisel 6.8. Noorimas vanuserühmas on alkoholi proovinuid 40%, 13-aastaste hulgas 75% ja 15-aastaste hulgas 93%. Väärrib tähelepanu, et 13-aastaste vanuserühmas on see näitaja tüdrukutel kõrgem kui poistel.



**Joonis 6.8:** Alkoholi proovinute osakaal (%) soo ja vanuse järgi

Võrreldes mitte-eesti **kodukeelega** noortega on eesti kodukeelega peredest pärit kooliõpilaste hulgas rohkem alkoholi proovinuid, vastavalt 56% ja 67%. Mõlema bioloogilise vanemaga **peredest** pärit noorte hulgas on vähem alkoholi proovinuid (61%) kui ühe bioloogilise vanemaga peredest (68%) või bioloogilise vanema ja kasuvanemaga peredest (77%) pärit kooliõpilastel.

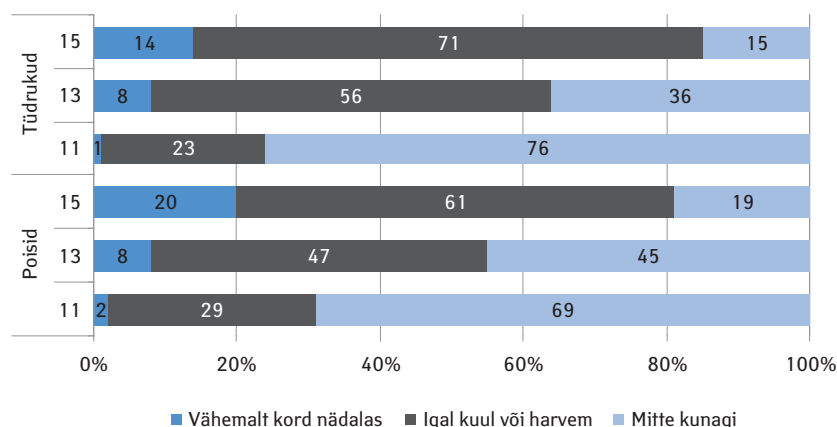
### Alkoholi tarvitamise sagedus

Igal kuul või harvem tarvitab noortest alkoholi 48% ning 9% teeb seda vähemalt kord nädalas ehk regu-  
laarselt.

Joonisel 6.9 on esitatud õpilaste alkoholi tarvitamise sagedus **soo ja vanuserühmade lõikes**.

**Vanemaks saades** väheneb noorte hulgas alkoholi mittetarvitavate osakaal. Kui 11-aastastest ei ole alkoholi mitte kunagi tarvinud 73%, siis 13-aastastel on see näitaja märgatavalt madalam (41%) ning 15-aastastel 17%. Hinnates alkoholi tarvitamist soo järgi oli alkoholi joomine poiste ja tüdrukute hulgas 2010. aastal peaaegu võrdne, vastavalt 56% ja 57%. Erandlik on 13-aastaste vanuserühm, milles tüdrukud tarvitavad rohkem alkoholi kui poisid (vastavalt 64% ja 55%).

Alkoholi igal nädalal ehk regulaarselt tarvitavad 13-aastased poisid ja tüdrukud võrdse sagedusega. Harva alkoholi tarvitavaid (igal kuul või harvem) tüdrukuid on 13- ja 15-aastaste seas rohkem kui poisse.



**Joonis 6.9:** Alkoholi tarvitamise sagedus kooliõpilaste seas (%) soo ja vanuse järgi

Eesti **kodukeelega** peredest pärit kooliõpilaste hulgas on kaks korda rohkem regulaarseid alkoholi tarvitajaid kui vene kodukeelega kooliõpilaste hulgas, vastavalt 10% ja 5%. Hea **majandusliku olukorraga** peredest pärit õpilaste hulgas on alkoholi regulaarselt tarvitavate noorte osakaal kõrgem võrreldes õpilastega, kelle perede majanduslik olukord on keskmine või halb (vastavalt 12% ja 8%). Mõlema bioloogilise vanemaga **peredest** pärit noorte hulgas on 2–3 protsendipunkti võrra vähem iganädalasi alkoholi tarvitajaid kui teistsuguste peremudelite puhul. Alkoholi regulaarne joomine on rohkem levinud õpilaste seas, kes hindavad **omavahelisi suhteid oma peres** halvaks (18% vs. 7% heade suhete korral) ja kes veedavad vähemalt neljal korral nädalas **õhtu sõpradega kodust väljas** (16% vs. 6%).

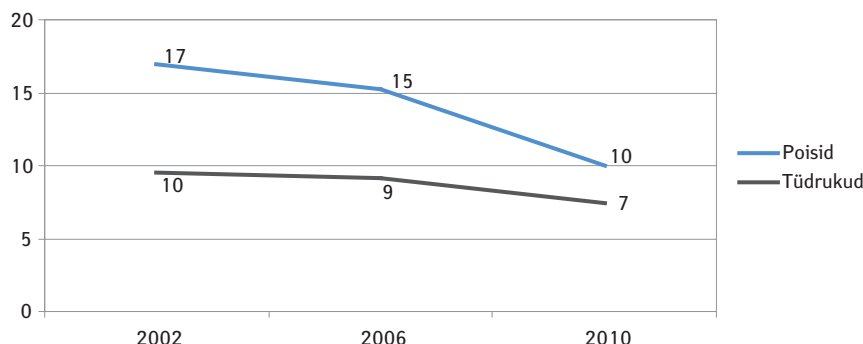
**Võrreldes teiste riikidega** jäävad Eesti noorte iganädalase alkoholi tarvitamise näitajad 11- ja 15-aastaste puhul keskmisest allapoole. Regulaarse alkoholi tarvitamise tabelis on Eesti 11- ja 15-aastased õpilased tabeli lõpuosas (38 riigi seas vastavalt 31. ja 27. kohal), 13-aastased on 15. kohal. Rohkem on regulaarseid alkoholi tarvitajaid endistes idabloki riikides, esikümnes on Rumeenia, Tšehhimaa, Ukraina, Armeenia, aga ka Itaalia, Inglismaa ja Kreeka. Võrreldes Baltimaid on Eesti 11- ja 15-aastaste õpilaste näitajad riikide/regioonide järjestustabeli viimases kolmandikus, teistest Baltimaadest tagapool. 13-aastased õpilased on koos Läti ja Leeduga tabeli keskmises kolmandikus. Soomes on õpilaste regulaarne alkoholi tarvitamine vähene ja koht riikide järjestuses kolme viimase hulgas.

### Regulaarse alkoholi tarvitamise trend 11–15-aastaste õpilaste hulgas õppeaastatel 2002–2010

Joonisel 6.10 on esitatud 11–15-aastaste õpilaste iganädalase (ehk regulaarse) alkoholi tarvitamise trendid viimases kolmes HBSG uuringus. On teada, et regulaarse alkoholi tarvitamise trend oli 1994. aastast kuni 2002. aastani tõusuteel. Eelviimasel uuringuaastal (2006. aastal) trend pidurdus – täheldati alkoholi

regulaarse tarvitamise mõningast vähenemist. Viimases uuringus 2010. aasta kevadel ilmnes nii poiste kui ka tüdrukute andmetes statistiliselt oluline alkoholi regulaarse tarvitamise vähenemine.

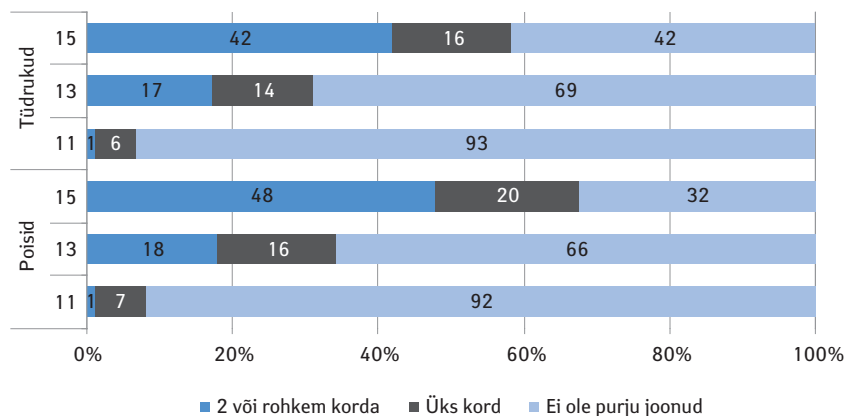
Tähelepanu väärib, et poiste seas oli alkoholi iganädalase tarvitamise langus kolm korda suurem kui tüdrukutel.



**Joonis 6.10:** Vähemalt kord nädalas alkoholi tarvitavate osakaal (%) 11–15-aastaste õpilaste hulgas 2002–2010

### Purju joomine

Elu jooksul ei ole ennast purju joonud 66% õpilastest, ühe korra on seda teinud 13% ning kaks või rohkem korda 21% noortest. **Vanemaks saades** suureneb noorte osakaal, kes on purju joonud. Kui 11-aastaste hulgas pole 93% mitte kunagi purjus olnud, siis 13-aastastel on sama näitaja 67% ning 15-aastastel 37%. Noorte osakaal, kes on end vähemalt kaks korda purju joonud, on 11-aastaste hulgas 1% ning 15-aastastel 45%. **Sugude** lõikes on jooniselt 6.11 võimalik näha, et võrreldes 15-aastaste tüdrukutega on 15-aastaste poiste hulgas rohkem neid, kes on olnud purjus vähemalt kaks korda, vastavalt 42% ja 48%.



**Joonis 6.11:** Purju joomise sagedus õpilaste seas (%) soo ja vanuse järgi

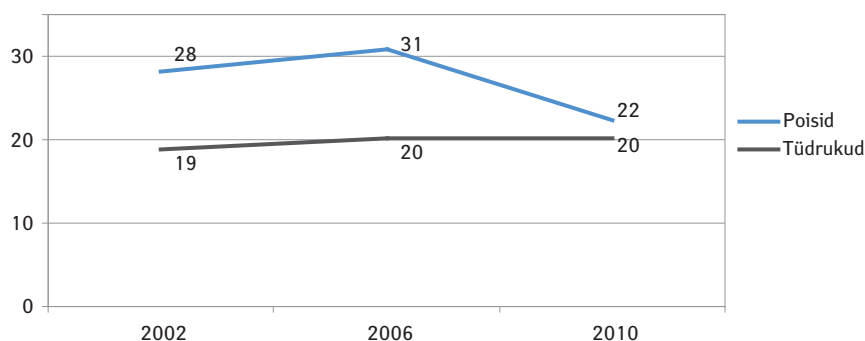
Eesti **kodukeelega** peredest pärit õpilaste hulgas on ligi kaks korda rohkem õpilasi, kes on vähemalt kaks korda ennast purju joonud, kui vene kodukeelega kooliõpilaste hulgas, vastavalt 24% ja 13%. **Maapiirkonna koolidest** pärit kooliõpilaste hulgas, võrreldes **linnades elavate** noortega, on rohkem neid, kes on ennast vähemalt kaks korda purju joonud (24% vs. 19%). Noorte purju joomine on seotud **perekonna struktuuriga**: mõlema bioloogilise vanemaga peredest pärit noorte hulgas on ennast vähemalt kaks korda purju joonud õpilasi 10% võrra vähem kui perekonnas, milles üht bioloogilist vanemat asendab kasuvanem ja 7% võrra vähem kui peres, milles last kasvatavad üksikvanem (25%). Ka õpilaste hulgas, kes hindavad **suhteid perekonnas halvaks** ja veedavad õhtuti **rohkem aega kodust väljas koos sõpradega**, on rohkem neid, kes ennast vähemalt kaks korda purju on joonud.



**Baltimaades** on purju joomine tõsine probleem 13- ja 15-aastaste hulgas: end kaks või rohkem kordi purju joonud õpilaste osakaalu poolest asetuvad kõik kolm riiki edetabelis kuue esimese hulka. Eesti 13-aastased on neljandal ja 15-aastased kuuendal kohal, Läti ja Leedu on Eestist eespool. 11-aastased Eesti õpilased joovad end harva purju, olles järjestustabelis 26. kohal, ent paljud endised idabloki riigid, ka Läti ja Leedu, on edetabeli esimese kümne seas. Soomes on õpilaste purju joomine väiksem probleem.

### Vähemalt kaks korda purju joomise trend 11–15-aastaste õpilaste hulgas õppeaastatel 2002–2010

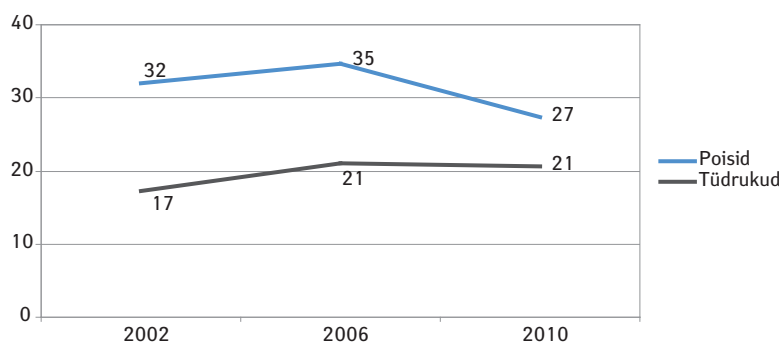
Joonisel 6.12 on täheldatav mõtlemapanev sooline erinevus 11–15-aastaste kooliõpilaste purju joomise dünaamikas viimase nelja aasta jooksul: samal ajal kui poiste hulgas oli end kaks või rohkem korda purju joonute osakaal ligi 10% võrra vähenenud, oli tüdrukute seas see näitaja jäänud 2006. aasta tasemele. 2010. aasta uuringus puudus statistiliselt oluline erinevus poiste ja tüdrukute korduva purju joomise sageduses. Iga viies poiss ja tüdruk oli end elu jooksul vähemalt kaks korda purju joonud.



**Joonis 6.12:** Kaks või rohkem korda purju joonud 11–15-aastaste kooliõpilaste osakaal (%), 2002–2010

Ka vanuserühmade kaupa oli jälgitav sooline erinevus korduvalt purju joonute osakaalu trendis. 15-aastaste tüdrukute seas püsis purju joomise sagedus läbi kolme uuringu 42% juures, 13-aastaste tüdrukute hulgas suurenes see näitaja uuringust uuringusse. Seevastu 13- ja 15-aastaste poiste hulgas oli purju joomise sagedus 2002. ja 2006. aastal praktiliselt ühesugune, 2010. aastal aga märkimisväärselt vähenenud.

Muret tekitab on asjaolu, et suur hulk Eesti õpilasi joob end esimest korda purju väga noorelt. Õpilaste osakaal, kes aastatel 2002–2010 on esimest korda purju joonud juba 13-aastaselt või varem (määratud 15-aastaste vanuserühmas), on toodud joonisel 6.13.



**Joonis 6.13:** 13-aastaselt või varem esimest korda purju joonud õpilaste osakaal (%), 2002–2010

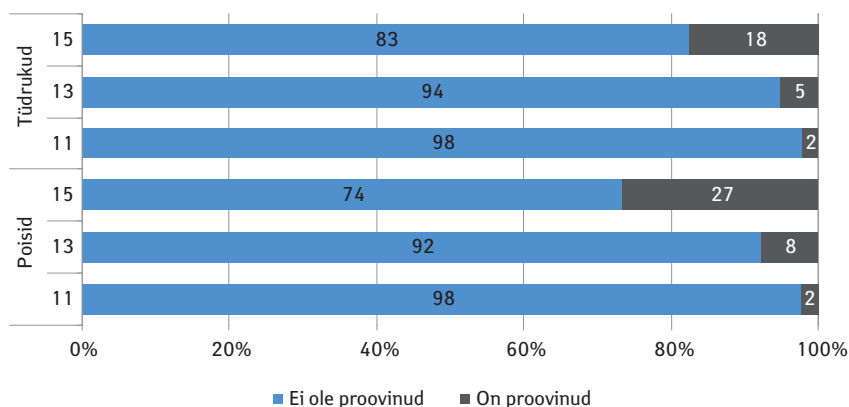
Kõige suurem oli end varakult purju joonud õpilaste osakaal 2006. aastal, siis paigutus Eesti selle näitaja alusel HBSC uuringus osalenud riikide hulgas esimesele kohale. See näitaja vähenes 2010. aastaks poiste seas ligi 8%, tüdrukutel jäi aga 2006. aasta tasemele. Rahvusvahelises järjestustabelis on Eesti 2010. aastal 39 riigi seas viiendal kohal Leedu, Rumeenia, Gröönimaa ja Läti järel.

### 6.3. Kanepi tarvitamine

Enamikus maades on kanep illegaalne, samas on see esimene keelatud uimasti, millega noorukid tutvust teevad. Vahendajate kaudu on see õpilastele küllalt kergesti kättesaadav. Kanep mõjutab eelkõige vaimset tervist – kõrgendatud meeleolu kõrval võib see tekitada ärevus- ja paanikahooge, pikaajalisel tarvitamisel kujuneb sõltuvus, mõnel juhul on seda seostatud skisofreenia avaldumisega. Kanepist põhjustatud terviserisk võib sõltuda droogi kvaliteedist, sest uimasti illegaalsuse tõttu puudub igasugune kontroll selle üle.

Kanepiga katsetajate osakaal on Eestis ESPAD uuringu (Euroopa kooliõpilaste alkoholi ja narkootikumide tarvitamise küsitlusuuring) alusel 15–16-aastaste noorukite seas alates 1995. aastast olnud tõusutrendis – 1995. aastal oli katsetajaid 5%, 1999. aastal 12%, 2003. aastal 23% ja 2007. aastal 27%, ent pisut langenud 2011. aastaks.

Kuna riskikäitumine on sagenenud ka nooremates vanuserühmades, esitatakse HBSC uuringus küsimus kanepi proovimise kohta ka 11- ja 13-aastastele õpilastele.



Joonis 6.14: Kanepit proovinud õpilaste jaotus soo ja vanuse järgi (%)

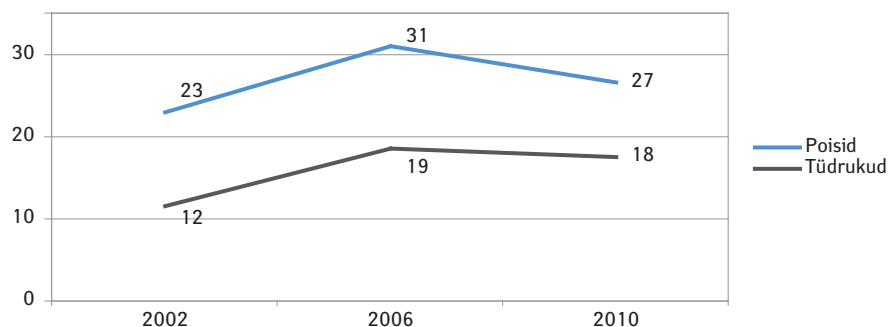
Kanepit elu jooksul proovinute osakaal oli 11–15-aastaste õpilaste seas 2010. aastal 10%, see kogemus oli 12% poistel ja 8% tüdrukutel. Nooremates **vanuserühmades** on eksperimenteerijate osakaal suhteliselt väike, kuid see suureneb hüppeliselt 15-aastaste seas, selles eas avaldub juba ka **sugudevaheline erinevus** – poiste hulgas on kanepit proovinuid 9% võrra rohkem.

13- ja 15-aastastele esitati lisaks küsimus **kanepi tarvitamise sagedusest viimasel kuul. Sugudevaheliseks erinevuseks** viimasel kuul kanepi tarbimises oli kaks korda sagedasem tarvitamine poiste hulgas võrreldes tüdrukutega, see ilmnis mõlemas vanuserühmas.

Kuna kanepi tarvitajate arv on siiski suhteliselt väike, analüüsime tarvitamise seost sotsiaalmajanduslike tingimustega õpilastel, kes on vähemalt korra elu jooksul uimastit proovinud. **Elukoha järgi** on kanepit pruukinute osakaal kõrgeim Tallinnas, muudes linnades ja maapiirkonnas on see näitaja ligi poolteist korda madalam. **Eestikeelsest kodust** pärit õpilaste seas on kanepi tarbijaid oluliselt vähem kui mitte-eesti kodukeelega noorukite hulgas. Suurt mõju avaldavad uimasti tarbimisele **perekonna struktuur ja omavahelised suhted peres**. Mõlema bioloogilise vanemaga elavate õpilaste hulgas on kanepi proo-

vijaid 11% võrra vähem kui üksikvanemaga või ühe kasuvanemaga elavate noorukite seas. Huvi kanepi vastu on väiksem noortel, kelle perekonnas valitsevad head omavahelised suhted. Samas, noorukite hulgas, kes veedavad sagedamini **õhtuid sõpradega kodust väljas**, on kanepit tarvitanuid kaks korda rohkem. Kanepi proovimine kaasneb muu riskikäitumisega – uimastit on proovinud neli korda sagedamini sigarettide suitsetaja ja ligi kolm korda sagedamini igapäevane alkoholi tarvitaja, võrreldes nendega, kellel need terviseriskid puuduvad. Kanepi **mõju vaimsele tervisele** kinnitab leid, et depressiivseid seisundeid esineb kanepit tarvitanute hulgas oluliselt sagedamini kui mittetarvitajate seas (vastavalt 15% ja 9%).

Kanepit proovinud õpilaste osakaalu trend kolme viimase HBSC uuringu alusel on esitatud joonisel 6.15.



**Joonis 6.15:** Elu jooksul vähemalt korra kanepit tarvitanud 15-aastased õpilased (%) 2002–2010

HBSC uuringu andmetel oli 15-aastaste õpilaste hulgas kanepit proovinuid 2002. aastal 18%, 2006. aastal 25% ja 2010. aastal 22%. Ka ESPAD uuringu 15–16-aastaste õpilaste andmed näitasid kanepiga katsetanute osakaalu pidevat tõusu aastatel 1995–2007 toimunud uuringutes ja vähenemist 2011. aastal. Andmete sooline analüüs näitas, et HBSC uuringus oli vahemikus 2006–2010 täheldatav kanepi proovimise 4%-line langus poiste seas, samas jäi tüdrukute näitaja endisele tasemele. Samasugune sooline erinevus kanepi proovijate osakaalus oli perioodil 2007–2011 ESPAD uuringus.

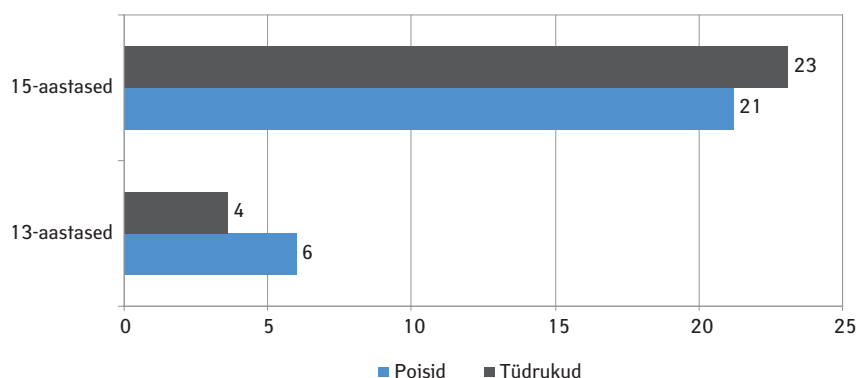
Viimasel kuul kanepit tarbinud 15-aastaste õpilaste osakaal oli viimases uuringus, võrreldes 2006. aasta tulemustega, poole võrra vähenenud. Kui 2006. aastal oli viimase 30 päeva jooksul kanepit tarbinud 15-aastastest poistest 11% ja tüdrukutest 5%, siis 2010. aastal oli hiljutisi tarvitajaid vastavalt 5% ja 2,5%.

**Rahvusvaheline võrdlus.** Vaatamata väikesele pöördle paremusele on kanepi proovimine Eestis siiski väga levinud. 37 riigi/regiooni hulgas oli Eesti 2006. aastal 8., 2010. aastal aga 10. kohal. Meie lähinaaberitest on 6. kohal Läti, Leedu on 12. ja Soome 30. kohal.

Küsitlusele eelnenud 30 päeval kanepit tarvitanud õpilaste osakaalu vähenemise tõttu oli Eesti hiljutise tarvitamise edetabelis langenud 2006. aasta 16. kohalt 31. kohale. Meie lähinaabrid paigutusid meist ettepoole: Läti on tabelis 13., Leedu 25. ja Soome 27. kohal.

## 6.4. Seksuaalkäitumine

Seksuaalsel küpsemisel on teismelise arengus tähtis roll. Selles eas kinnistub sooidentiteet ja kujunevad soorollid, pannakse alus lähedaste suhete loomise ja hoidmise oskusele. Samas on paljud uuringud näidanud, et varajane seksuaalsuhe seostub riskeeriva käitumisega ja depressiivse seisundiga. Tänapäeva ühiskonna aktsepteeriv hoiak abieluvälistele seksuaalsuhetele on kaasa toonud trendi astuda seksuaalvahekorra üha nooremas eas. Rahvatervise seisukohalt on oluline anda teismeliste küllaldaselt teadmisi, et nad oskaksid end hoida sugulisel teel edasikanduvate haiguste ja soovimatu raseduse eest. Õpilase seksuaalkäitumist hinnati 13- ja 15-aastastel õpilastel järgmiste küsimustega: „Kas sa oled kunagi olnud seksuaalvahekorras?“ (vastused: „ei“, „jah“). Ja „Kas Sina või Sinu partner kasutas viimase seksuaalvahekorra ajal kondoomi?“ (vastused: „pole olnud seksuaalvahekorras“, „ei“, „jah“).



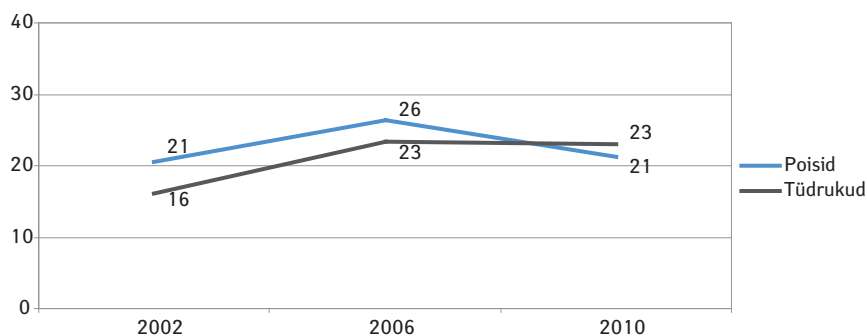
**Joonis 6.16:** Seksuaalvahekorras olnud õpilased soo ja vanuse järgi (%)

Seksuaalvahekorras olnud õpilaste vanuseline ja sooline jaotus on esitatud joonisel 6.16. Seksuaalvahekorra kogemust kinnitas 13–15-aastaste hulgas 14% poistest ja 13% tüdrukutest.

**Sooline ja vanuseline võrdlus.** 13-aastaste vanuserühmas on seksuaalvahekorras olnud rohkem poisse kui tüdrukuid, 15-aastastest on see kogemus pisut suurem tüdrukute seas.

**Elukohast ja kodus räägitavast keelest** seksuaalvahekorras olnud õpilaste osakaal ei sõltunud. **Perekonna struktuuri järgi** on seksuaaldebüüdi teinud noorukeid kõige vähem mõlema bioloogilise vanemaga kodudes (11%), kõige rohkem aga bioloogilise vanema ja kasuvanemaga elavate õpilaste hulgas (20%), ühe bioloogilise vanemaga õpilaste seas oli see näitaja keskmisel tasemel (16%). Vahekorras olnud noorukid pärinevad sagedamini hea või keskmise **majandusliku olukorraga** peredest (vastavalt 16% ja 15%), seksuaalkogemust esineb vähem halva majandusliku olukorraga õpilastel (10%). Märkimisväärne on seksuaaldebüüdi **seos riskikäitumisega**: kaks ja rohkem kordi purjus olnute seas on seksuaalsuhetesse astunud üheksa korda rohkem kui mitte kunagi purju joonute hulgas. Sarnane erinevus vahekorras olnute osakaalus on ka suitsetajate ja mittedsuitsetajate vahel – see kogemus on 4,5 korda sagedamini suitsetajatel. Kanepit proovinud õpilaste hulgas on seksuaalvahekorra kogemust üle viie korra rohkem kui uimastit mittekasutanute seas.

Milline on seksuaaldebüüdi trend 15-aastaste õpilaste hulgas kolmes viimases HBSC uuringus, on näha joonisel 6.17. Kuna 2002. aastal esitati selline küsimus vaid 15-aastastele noorukitele, jäid analüüsist välja 13-aastased õpilased. Kahes varasemas uuringus esines seksuaalvahekorra kogemust pisut sagedamini poiste hulgas, 2010. aastal oli see näitaja pisut kõrgem tüdrukutel. Tüdrukute näitaja on 2006. ja 2010. aasta uuringutes võrdne, poiste seas on seksuaaldebüüdi sagedus 2010. aastaks langenud.

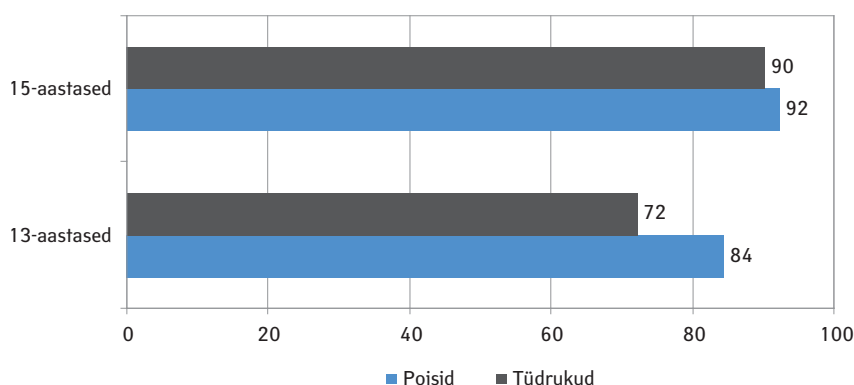


**Joonis 6.17:** Seksuaalvahekorras olnud 15-aastased õpilased (%) soo järgi, 2002–2010

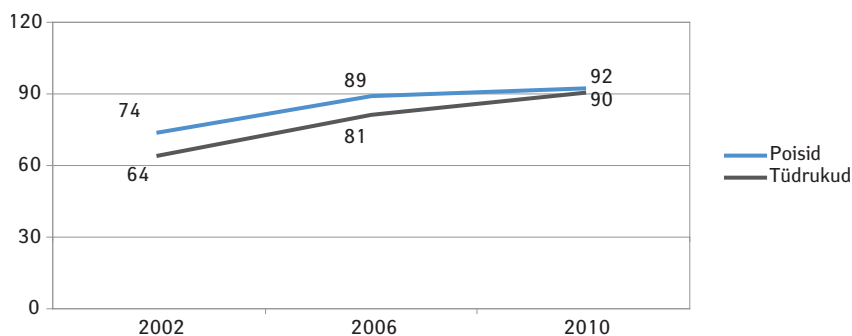
Andmed seksuaalkäitumise **rahvusvaheliseks võrdluseks** on olemas vaid 15-aastaste noorukite jaoks. Eesti paigutus 2010. aasta uuringus seksuaalvahekorra kogemusega õpilaste osakaalu järgi HBSC maade edetabeli viimasesse kolmandikku, olles 2006. aasta 17. kohalt langenud 27. kohale. Meist eespool on Rootsi, Soome ja Läti (vastavalt 6., 24. ja 23. kohal), tagapool aga Leedu (33. kohal) Kahe viimase HBSC uuringu andmete võrdluses on Soome sarnaselt Eestiga langenud edetabelis tahapoole (13. kohalt 24. kohale).

Riskivat seksuaalkäitumist hinnatakse **kondoomi kasutamise sageduse** järgi noorukite seas. Õpilastele esitati küsimus: „Kas Sina või Sinu partner kasutas viimase seksuaalvahekorra ajal kondoomi?“ (vastused: „pole olnud seksuaalvahekorras“, „ei“, „jah“).

Kondoomi kasutamine poiste ja tüdrukute hulgas on esitatud joonisel 6.18. Viimase seksuaalvahekorra ajal oli kasutanud kondoomi 13–15-aastastest õpilastest 90%. **Vanuserühmade võrdlus** näitab, et kondoomi kasutatakse rohkem 15-aastaste kui 13-aastaste õpilaste hulgas (vastavalt 91% ja 78%). Võrreldes kondoomi kasutamise sagedust **soo ja vanuse järgi** kasutavad vanemad tüdrukud sagedamini kondoomi kui 13-aastased, poiste vanuserühmade vahel oluline erinevus puudub. **Soolise erinevusena** kinnitavad poisid pisut sagedamini kui tüdrukud, et viimase seksuaalvahekorra ajal kasutati kondoomi, ent erinevus ei ole statistiliselt oluline.



**Joonis 6.18:** Kondoomi kasutajate osakaal (%) viimase seksuaalvahekorra ajal soo ja vanuse järgi



**Joonis 6.19:** Viimase seksuaalvahekorra ajal kondoomi kasutanud 15-aastased õpilased (%) 2002–2010

**Asustuse tüübi järgi** kasutati Tallinnas viimase vahekorra ajal kondoomi nelja protsendi võrra rohkem kui maapiirkondades (vastavalt 92% ja 88%). Administratiivsete **elupiirkondade lõikes** olulised erinevused kondoomi kasutamises puudusid. **Samas**, kui 2006. aastal kasutati kondoomi Virumaal oluliselt vähem kui teistes elupiirkondades (vastavalt 77% ja 85–93%), siis 2010. aastaks oli erinevus kadunud – kondoomikasutuse osakaal oli ka Virumaal 89% seksuaalvahekorras olnutest. 2010. aastaks oli kadunud ka selle näitaja erinevus **eesti- ja mitte-eestikeelsest kodust** pärit noorukite vahel (vastavalt 90% ja 89%). **Perekonna struktuurist** kondoomikasutus oluliselt ei sõltunud, aga hea **majandusliku olukorraga peredest** noorukid kasutasid kondoomi sagedamini kui need, kelle majanduslik olukord oli halb.

Kalduvus kasutada harvem kondoomi oli õpilastel, kelle **perekonnas** olid **omavahelised suhted** halvad, ja neil, kellel oli raske oma muredest rääkida vanematega. 2010. aastal puudus märgatav erinevus kondoomikasutuses **olenevalt riskikäitumisest** (kanepi proovimine, sagedane purju joomine) ja aja veetmisest sõpradega kodust väljas. Tõenäoliselt on positiivsed muutused kondoomikasutuses tõhusa tervisedendusliku töö tulemus. HIV nakkuse suure levimuse tõttu Eestis on tehtud palju mõjuvaid kampaniaid jm üritusi, tänu millele on vajadus kasutada kondoomi jõudnud ka teismelisteni.

**Rahvusvahelises võrdluses** oli Eesti 15-aastastest noorukitest viimase seksuaalvahekorra ajal kasutanud kondoomi 91% poistest ja 89% tüdrukutest. Selle tulemusega oli Eesti HBSC maade järjestustabelis esimesel kohal, Läti ja Leedu paigutusid tabeli keskele, Soome ja Rootsi aga tabeli lõppu.

## 6.5. Kokkuvõte

- Suurenenud on 11-aastaste poiste osakaal, kes ei ole suitsu proovinud. Kui 2006. aastal oli selliseid poisse 62%, siis 2010. aastal 70%. Tüdrukute seas oluline erinevus uuringute vahel puudub (osakaalud vastavalt 82% ja 83%). Kuigi kõikides vanuserühmades on suitsu proovinute osakaal suurem poiste hulgas, ilmneb tendents, et vanemaks saades vahe tüdrukute ja poiste vahel väheneb.
- Suitsetamise sagedus suureneb vanemaks saades. 13-aastastest tüdrukutest suitsetab iga päev 3%, 15-aastastest tüdrukutest 10%. 13-aastastest poistest suitsetab iga päev 6%, 15-aastastest 16%.
- Vesipiipu on proovinud neljandik õpilastest. Ilmnes sooline erinevus vesipiibu proovimise levimuses kahes viimases HBSC uuringus: poiste seas oli vesipiipu proovinuid 2006. ja 2010. aastal võrdselt, tüdrukute hulgas oli samal ajal täheldatav 10%-ne tõus, vastavalt 16% ja 26%.

- Alkohoolsete jookide regulaarne (vähemalt kord nädalas) tarvitamine 11–15-aastaste õpilaste seas näitas alates 2002. aastast langustendentsi; regulaarselt alkoholi tarvitavate osakaalu vähenemine saavutas statistilise tõe pärast 2010. aastaks ja oli poiste seas tunduvalt suurem kui tüdrukutel.
- Elu jooksul kaks või rohkem korda purju joonute osakaal 11–15-aastaste õpilaste hulgas oli kõrgeim 2006. aastal, 2010. aastaks vähenes näitaja poiste seas 9-aastase perioodi madalaimale tasemele, tüdrukutel jäi aga 2006. aasta tasemele.
- Eesti õpilased joovad sageli end esimest korda purju juba 13-aastaselt või veelgi varem; selle näitaja alusel oli Eesti riikide järjestustabelis 2006. aastal esimesel kohal, 2010. aastal aga viies.
- Alkoholi tarvitamise ja purju joomise trendides esineb sooline erinevus – langustendentsid nendes näitajates on vähem väljendunud tütarlaste seas.
- Eestlasi on igal nädalal alkoholi tarvitavate ja korduvalt purju joonute hulgas umbes kaks korda rohkem kui mitte-eestlasi.
- Kõige tõsisem kooliõpilaste alkoholi tarvitamisega seotud probleem Eestis on endiselt sagedane purju joomine.
- Kanepit oli elu jooksul proovinud iga kümnes õpilane, kanepiga katsetamine suureneb hüppeliselt 15-aastaste seas, selles eas avaldub juba sugudevaheline erinevus – poiste hulgas on kanepit proovinud 9% võrra rohkem.
- 2010. aasta tulemuste alusel on kanepit proovinute osakaalu tõusutrend tüdrukute seas peatunud, noormeeste hulgas on täheldatav tendents, et kanepiga katsetajate arv väheneb.
- Küsitlusele eelnenud 30 päeval kanepit tarvitavate õpilaste osakaal oli 2010. aastal 2006. aasta näitajaga võrreldes vähenenud poole võrra.
- Seksuaalvahekorras on olnud 22% õpilastest vanuses 15 aastat ja 5% vanuses 13 aastat. Noorem vanuserühmas on seksuaalvahekorra kogemusega poisse paari protsendi võrra rohkem kui tüdrukuid, 15-aastastel on see kogemus pisut suurem tüdrukute seas. Viimase vahekorra ajal on kasutanud kondoomi üheksa poissi ja tüdrukut kümnest 15-aastasest noorukist. Eesti on selle näitajaga HBSC riikide seas esimesel kohal.

## KOKKUVÕTE

Rahvusvaheline kooliõpilaste tervisekäitumise uuring (HBSC, *Health Behaviour of school-aged children*) toimub igal neljandal aastal enamikus Euroopa riikides ja Põhja-Ameerikas, andes kõige laiahaardelisema ülevaate 11–15-aastaste koolinoorte tervise ja heaolu kohta.

2009/2010. õppeaastal toimunud küsitlusuuringu rahvusvaheline raport **avalikustati 2. mail 2012.** Selles kajastuvad 39 riigi kooliõpilaste tervise ja tervisekäitumise andmed. 2010. aasta uuring toimus majandussurutise perioodil, millele oli eelnenud majandustõusu periood, mille põhjustas sotsialistliku süsteemi kokkuvarisemisele järgnenud majanduslik stabiliseerumine. Majandussurutisega võivad kaasneda nii negatiivsed kui ka positiivsed tendentsid õpilaste tervises ja tervisekäitumises. Aruandes on esitatud Eesti 2010. aasta HBSC uuringu tähtsamad tulemused võrreldes teiste riikidega. Ühtlasi antakse hinnang tervise- ja riskikäitumise trendidele viimase kümne aasta jooksul, tuginedes 2002., 2006. ja 2010. aasta HBSC uuringute tulemustele. Järgneb kokkuvõtte tähtsamatest tulemustest.

### Õpilaste **enesehinnanguline tervis ja eluga rahulolu.**

1. Oma **tervist hindas väga heaks** 32% poistest vanuses 11–15 aastat ja 27% samaealistest tüdrukutest. 2010. aasta tulemus oli paari protsendi võrra madalam kui 2006. aastal, ent ligi 10% võrra kõrgem kui 2001. aastal. Õpilaste **eluga rahulolu** jätkas tõusutrendi 2010. aastal: üle keskmise oli eluga rahul 89% poistest ja 86% tüdrukutest. Eestis on eluga rahulolu suurem kui teistes Baltimaades, aga madalam kui Soomes (15-aastased soomlased olid edetabelis kolmandal kohal, Eesti kaheksandal kohal).
2. Rahvusvaheline hinnang vaimsele tervisele anti **kurbuse / masenduse tajumise sageduse** järgi, indikaatoriks oli selle esinemine kaks või rohkem korda nädala jooksul. Poiste seas on sellist meeleolu muutust üle kahe korra harvem kui tüdrukutel (vastavalt 11% ja 25%); poistel puuduvad vanuselised erinevused selles näitajas, tüdrukutel sageneb meeleolu langus pärast 13. eluaastat. Võrreldes 2002. aasta tulemustega on 2010. aastaks noorukite kalduvus depressiivsusele vähenenud. Rahvusvahelises võrdluses paigutub Eesti riikide edetabelis esikümnesse, Läti ja Soome on Eestist tagapool, viidates väiksemale kalduvusele depressiivsusele nendes maades.

### Õpilaste **tervisekäitumises on täheldatavad mõned tagasilöögid.**

3. Tervisliku toitumise tähtsaks indikaatoriks on **igapäevane puuviljade söömine**. Võrreldes 2006. aastaga oli 2010. aastaks vähenenud õpilaste osakaal, kes sõid puuvilju iga päev – näitaja langes 5% võrra tüdrukutel ja 2% poistel. Puuvilju süüakse Baltimaades ja Soomes üldse vähe, ent kui 2006. aastal oli Eesti nendest riikidest parim, siis 2010 enam mitte, paigutudes kõikides vanuserühmades viie viimase maa hulka. **Suhkrut sisaldavate karastusjookide** sage joomine viitab ebatervislikele toitumisharjumustele. Neid tarvitatakse Põhjamaades ja Baltimaades vähem kui lõunapoolsetes riikides. Eestis oli iga päev magusaid jooke joovate õpilaste osakaal madal ka eelmistes uuringutes ja vähenes veelgi 2010. aastal.
4. **Kehalise aktiivsuse indikaatoriks** on mõõdukas või tugev koormus iga päev, kokkuarvestatuna vähemalt üks tund päeva jooksul. 2010. aastal oli õpilaste osakaal, kes olid iga päev vähemalt tunni kehaliselt aktiivsed, vaid 14%, samas 2006. aastal oli see näitaja 18%. Riikide edetabelis on Eesti, nagu ka teised Baltimaad, selle näitaja poolest tahapool langunud. Baltimaadest on kõige liikuvamad Läti õpilased (2010. aastal 15-aastaste seas 11. koht), seejärel leedulased (19. koht) ja viimased eestlased (29. koht).
5. **Televiisori vaatamine koolipäevadel kaks tundi või rohkem** on näitaja, mis viitab vähenenud energiakulule. Baltimaades vaadatakse suhteliselt palju televiisorit: kõikides vanuserühma-



des on Eesti, Läti ja Leedu õpilased edetabeli esimese kümne maa seas, erandiks on Eestis 15-aastased, kes TV vaatamise sageduselt asuvad 19. kohal. Samas ei viita koha muutus edetabelis alati TV vaatamise suurenemisele või vähenemisele. TV vaatamise sagedus on vähenenud kõikides riikides, Baltimaades aga suhteliselt vähem.

- 6. Ülekaalulisus on tõusutrendis** nii Baltimaades kui ka mujal. Eestis oli 2010. aastal ülekaalulisi või rasvunud 17% poistest ja 11% tüdrukutest. 2006. aasta uuringus olid need tulemused vastavalt 12% ja 7%. Võrreldes 2006. aastaga on Eesti 15-aastased õpilased teinud edetabelis kõige suurema tõusu – Eesti tõusis maade järjestuses 12 koha, Läti seitsme ja Leedu nelja koha võrra. Baltimaad olid 2010. aastal vastavalt 24., 34. ja 37. kohal.

### **Riskikäitumise trendid.**

- 7. Mittesuitsetavate õpilaste osakaal** on 2010. aastal poiste hulgas kõrgem kui 2006. aastal. Vanemaks saades suureneb vähemalt korra nädala jooksul suitsetavate 11–15-aastaste õpilaste osakaal, neid oli 2010. aastal 9% (sh igapäevasuitsetajaid 6%), 2006. aastal aga rohkem (12%, igapäevasuitsetajaid 8%). **Soo järgi** on igapäevaseid ja igapäevaseid suitsetajaid rohkem poiste hulgas, samas väheneb erinevus poiste ja tüdrukute vahel iga uuringuga. Usaldusväärne vähenemine on toimunud 11–15-aastaste poiste igapäevasuitsetamises: 2010. aastal oli igapäevasuitsetajaid 7,2%, 2006. aastal aga 10,4%. Tüdrukutel on see näitaja püsinud läbi uuringuaastate 4–5% piires.
- 8. Vesipiibu suitsetajaks** luges end nii 2006. kui ka 2010. aastal 1/4 poistest. Tüdrukutest suitsetas vesipiibu 2006. aastal 16% ja 2010. aastal 26%. Seega, 2010. aastaks poiste ja tüdrukute näit võrdsustus.
- 9. Vähemalt korra kanepit tarvitanuid** oli 2010. aastal nii 15-aastaste poiste kui ka tüdrukute hulgas vähem kui 2006. aastal, kuid langus ei olnud statistiliselt oluline. Kui 2006. aastal oli Eestis Baltimaadest kõige rohkem kanepit proovinuid, siis 2010. aastaks on see kõige levinum Lätis. Eestis on tunduvalt **vähenenud viimase 30 päeva jooksul kanepit** kasutanute osakaal 15-aastaste poiste ja tüdrukute seas. Riikide edetabelis oli Eesti näitaja langenud 2006. aasta 16. kohalt 31. kohale. Baltimaadest oli kõige suurema tõusu teinud Läti, kes tõusis 21. kohalt 13. kohale.
- 10. Alkoholi joob vähemalt korra nädalas** 1,5% 11-aastastest, 8% 13-aastastest ja 18% 15-aastastest õpilastest. Alkoholi igapäevane joomine on alates 2001. aastast tõepäraselt langustrendis 11- ja 15-aastaste poiste ja tüdrukute seas; 13-aastaste vanuserühmas avaldub langustrend vaid poistel, tüdrukute igapäevane alkoholi joomine on püsinud kolmes viimases HBSC uuringus samal tasemel (8%). Alkoholi regulaarse joomise tabelis on Eesti 11- ja 15-aastased õpilased tabeli lõpuosas (38 riigi seas vastavalt 31. ja 27.), 13-aastased on 15. kohal.
- 11. Purju joomine** on indikaator, mis võib ennustada sõltuvushäire teket tulevikus. 2010. aastal, võrreldes 2002. ja 2006. aasta uuringutega, on **kaks ja rohkem kordi purju joonud** õpilaste osakaal Eestis vähenenud. Erandiks on 13-aastased tüdrukud, kelle purju joomine on tõusutrendis. Kaks või enam korda on purju joonud 1% Eesti 11-aastastest, 18% 13-aastastest ja 45% 15-aastastest õpilastest. Baltimaades on purju joomine tõsiseks probleemiks – kõik kolm riiki on 13- ja 15-aastaste purju joomise sageduselt riikide edetabelis kuue esimese hulgas. Eestis tehakse varakult tutvust alkoholiga ja juuakse end purju. **13-aastaselt või varem oli esimest korda purju joonud** 27% poistest ja 21% tüdrukutest. Selle tulemusega oleme riikide edetabelis viienadal kohal, 2006. aastal oli Eesti esimesel kohal. Langus on toimunud tänu poiste näitaja vähenemisele.

**12. Seksuaalkäitumine.** Võrreldes 2006. aasta uuringuga on poiste seksuaalne aktiivsus 2010. aastal vähenenud, tüdrukutel jäänud aga endisele tasemele. Seksuaalvahekorra kogemus oli 2006. aastal 26%-le 15-aastastest poistest, 2010. aastal 21%-l. Tüdrukutest oli mõlemal uuringuaastal olnud vahekorras 23%. Viimase vahekorra ajal oli **15-aastastest vahekorras olnud õpilastest kasutanud kondoomi** 92% poistest ja 90% tüdrukutest. Eesti 15-aastased õpilased olid 2010. aastal kondoomikasutuselt HBSC maade edetabelis esimesel kohal, Läti ja Leedu paigutused tabeli keskele, Soome ja Rootsi aga tabeli lõppu.

## KASUTATUD KIRJANDUS

- Aasvee K, Streimann K, Karelson K, et al.** Eesti kooliõpilaste tervisekäitumine: 2005/2006. õppeaasta uuringu raport. Tallinn: Tervise Arengu Instituut; 2009.
- Aasvee K, Minossenko A.** Eesti kooliõpilaste tervisekäitumise uuring, 2009/2010. õppeaasta. Tabelid. Tallinn: Tervise Arengu Instituut; 2011. ([www.tai.ee/et/terviseandmed/uuringud/download/143](http://www.tai.ee/et/terviseandmed/uuringud/download/143)).
- Allaste, A-A, Kobin M, Kolk I, et al.** Koolinoored ja uimastid. 15–16-aastaste õpilaste legaalsete ja illegaalsete narkootikumide tarvitamine Eestis. Tallinn: Tallinna Ülikooli Rahvusvaheliste ja Sotsiaaluuringute Instituut, Tervise Arengu Instituut; 2008.
- Cole TJ, Bellizzi MC, Flegal KM, et al.** Establishing a standard definition for child overweight and obesity worldwide: international survey. *BMJ* 2000;320:1240–3.
- Cole TJ, Flegal KM, Nicholls D.** Body mass index cut offs to define thinness in children and adolescents: international survey. *BMJ* 2007;335:194–201.
- Currie C, Samdal O, Boyce W, et al.** Health Behaviour in School-aged Children: WHO cross-national study. Research protocol for the 2001/2002 Survey. Edinburgh: University of Edinburgh; 2001.
- Currie C, Gabhainn SN, Godeau E, et al.** Inequalities in young people's health: international report from the HBSC 2005/06 survey. Health policy for children and adolescents, No. 5. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe; 2008.
- Currie C, Zanotti C, Morgan A, et al.** Social determinants of health and well-being among young people. Health behaviour in school-aged children (HBSC) study: International report from the 2009/2010 survey. Health policy for children and adolescents, No. 6. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe; 2012.
- Deikina J, Jõelet A.** Toitumis- ja toidusoovitused noortele. Tallinn: Tervise Arengu Instituut; 2010.
- Diener E, Oishi S, Lucas RE.** Personality, culture and subjective well-being. Emotional and cognitive evaluations of life. *Ann Rev Psychol* 2003;54:403–25.
- Harro J.** Uimastite ajastu. Tartu: Tartu Ülikooli Kirjastus; 2006.
- Kobin M, Allaste A-A, Sooniste T, et al.** Uimastite tarvitamine koolinoorte seas: 15–16-aastaste õpilaste legaalsete ja illegaalsete narkootikumide kasutamine Eestis. Tallinn: Tallinna Ülikooli Rahvusvaheliste ja Sotsiaaluuringute Instituut, Tervise Arengu Instituut; 2012.
- Maser M, Järviste A, Einberg Ü, et al.** Laste ja noorte toidusoovitused. Tallinn: Tervise Arengu Instituut, Eesti Toitumisteaduse Selts; 2009.
- Torsheim T, Currie C, Boyce W, et al.** Material deprivation and self-rated health: a multilevel study of adolescents from 22 European and 3 North American countries. *Soc Sci Med* 2004;59:1–12.

## LISAD

Lisa 1: Perekonna tüüp HBSC uuringus osalenud maade järgi

11-15-AASTASED, %				
Riik	Mõlemad bioloogilised vanemad	Bioloogiline üksikvanem	Bioloogiline ja kasuvanem	Muu
Gröönimaa	49	29	7	14
USA	58	23	15	4
Wales	60	24	12	4
Läti	62	23	12	3
Inglismaa	65	20	13	2
<b>Eesti</b>	<b>66</b>	<b>19</b>	<b>14</b>	<b>2</b>
Belgia (Prantsuse)	66	16	16	2
Šotimaa	66	21	11	2
Kanada	67	18	11	3
Tšehhi	68	16	14	3
Taani	68	19	12	1
Leedu	69	20	9	3
Island	69	16	13	1
Belgia (Flandria)	70	14	14	2
Ungari	71	17	10	2
Prantsusmaa	71	14	13	1
Soome	71	15	13	1
Norra	72	14	12	2
Rootsi	72	13	14	1
Luksemburg	74	15	10	2
Ukraina	74	16	8	3
Austria	74	18	7	2
Rumeenia	74	17	3	5
Saksamaa	75	15	9	1
Iirimaa	76	15	7	2
Šveits	77	14	8	1
Slovakkia	78	14	6	2
Portugal	79	12	7	2
Holland	80	13	7	1
Poola	81	13	5	2
Türgi	81	14	1	3
Hispaania	82	12	3	3
Sloveenia	82	11	5	1
Itaalia	84	12	2	2
Kreeka	85	10	3	1
Makedoonia	87	10	1	2
Horvaatia	88	8	3	1
Armeenia	88	10	1	1

**Lisa 2: Õpilased, kellele meeldib väga koolis käia, osalenud maade ja soo järgi**

11-AASTASED, %		
Riik	Poisid	Tüdrukud
Makedoonia	82	89
Armeenia	68	81
Türgi	57	75
Rumeenia	51	64
Leedu	50	59
Gröönimaa	57	47
Saksamaa	50	52
Austria	48	53
Holland	42	55
Wales	45	51
Prantsusmaa	43	52
Island	41	54
Norra	45	48
Inglismaa	38	52
Ukraina	39	50
USA	41	47
Hispaania	38	49
Läti	35	50
Rootsi	32	44
Belgia (Prantsuse)	30	45
Šotimaa	32	43
Belgia (Flandria)	31	43
Taani	31	39
Kanada	27	40
Ungari	24	42
Kreeka	29	38
Portugal	28	36
Luksemburg	27	37
Sloveenia	28	34
Šveits	25	35
Slovakkia	22	37
Itaalia	23	31
Iirimaa	19	34
Venemaa	24	29
Poola	16	29
Tšehhi	18	24
Soome	20	21
<b>Eesti</b>	<b>11</b>	<b>17</b>
Horvaatia	11	17
RIIKIDE KESKMINE	35	45

13-AASTASED, %		
Riik	Poisid	Tüdrukud
Armeenia	50	66
Makedoonia	54	61
Türgi	44	56
Holland	39	49
Norra	37	44
Island	34	45
Gröönimaa	39	37
Rumeenia	29	42
Leedu	30	34
Läti	26	35
Iirimaa	24	34
Saksamaa	27	31
Ukraina	26	32
Belgia (Flandria)	24	32
Kanada	22	31
Taani	27	26
USA	23	30
Austria	24	27
Prantsusmaa	20	30
Venemaa	22	28
Inglismaa	21	28
Wales	22	26
Ungari	19	28
Šotimaa	20	26
Belgia (Prantsuse)	18	28
Poola	15	30
Hispaania	17	25
Rootsi	19	22
Slovakkia	16	22
Šveits	17	20
Portugal	15	22
Luksemburg	19	18
Tšehhi	16	15
Soome	12	19
Kreeka	12	18
Sloveenia	11	16
Itaalia	7	12
<b>Eesti</b>	<b>7</b>	<b>7</b>
Horvaatia	4	7
RIIKIDE KESKMINE	23	30

15-AASTASED, %		
Riik	Poisid	Tüdrukud
Armeenia	45	63
Makedoonia	48	51
Island	38	43
Ungari	30	46
Sloveenia	38	37
Leedu	28	39
Rumeenia	24	40
Gröönimaa	31	32
Türgi	25	36
Ukraina	31	29
Norra	29	31
Austria	25	28
Läti	22	31
Prantsusmaa	21	29
Holland	19	28
USA	22	23
Kanada	19	24
Taani	17	24
Venemaa	20	21
Saksamaa	20	20
Portugal	16	22
Wales	18	17
Slovakkia	9	25
Iirimaa	13	20
Tšehhi	14	18
Poola	15	18
Inglismaa	13	17
Šveits	13	16
Šotimaa	14	14
Hispaania	13	15
Rootsi	14	14
Belgia (Flandria)	12	15
Belgia (Prantsuse)	13	13
Soome	8	13
Luksemburg	12	8
Kreeka	7	13
Itaalia	7	10
<b>Eesti</b>	<b>4</b>	<b>10</b>
Horvaatia	5	7
RIIKIDE KESKMINE	20	25

**Lisa 3:** Viimase paari kuu jooksul vähemalt kahel korral koolikiusamist kogunud õpilased osalenud maade ja soo järgi

11-AASTASED, %		
Riik	Poisid	Tüdrukud
Leedu	32	27
<b>Eesti</b>	<b>27</b>	<b>22</b>
Läti	24	22
Belgia (Prantsuse)	27	16
Venemaa	22	21
Ukraina	19	20
Gröönimaa	25	13
Austria	20	16
Rumeenia	20	15
Kanada	17	17
Belgia (Flandria)	18	15
Prantsusmaa	16	15
Portugal	20	12
Šveits	18	13
Luksemburg	17	14
USA	15	13
Poola	17	10
Slovakkia	15	9
Soome	13	11
Iirimaa	14	10
Šotimaa	10	13
Inglismaa	12	10
Norra	11	11
Saksamaa	11	11
Ungari	13	8
Holland	10	9
Wales	10	10
Island	10	8
Makedoonia	11	6
Horvaatia	9	7
Sloveenia	7	7
Taani	7	7
Kreeka	8	7
Hispaania	8	5
Itaalia	8	4
Tšehhi	4	5
Rootsi	5	4
Armeenia	5	2
RIIKIDE KESKMINE	15	12

13-AASTASED, %		
Riik	Poisid	Tüdrukud
Leedu	30	26
Belgia (Prantsuse)	31	18
<b>Eesti</b>	<b>24</b>	<b>17</b>
Austria	25	16
Rumeenia	22	18
Venemaa	19	20
Läti	20	18
Ukraina	16	18
Kanada	17	15
Portugal	19	13
Prantsusmaa	16	14
Šveits	15	13
Gröönimaa	13	14
USA	13	12
Soome	12	12
Luksemburg	13	11
Slovakkia	14	10
Poola	14	8
Inglismaa	9	12
Šotimaa	11	9
Makedoonia	14	6
Wales	10	9
Saksamaa	9	10
Sloveenia	11	8
Belgia (Flandria)	10	7
Ungari	9	8
Iirimaa	10	7
Horvaatia	9	8
Holland	9	7
Kreeka	9	7
Norra	8	7
Hispaania	9	5
Taani	7	7
Island	8	5
Tšehhi	7	5
Rootsi	4	4
Itaalia	4	3
Armeenia	5	2
RIIKIDE KESKMINE	13	11

15-AASTASED, %		
Riik	Poisid	Tüdrukud
Leedu	23	17
Belgia (Prantsuse)	25	15
Läti	17	14
Gröönimaa	16	14
Rumeenia	17	11
Austria	19	9
Ukraina	13	12
Venemaa	13	12
Portugal	13	10
Luksemburg	12	10
Prantsusmaa	12	10
Šveits	12	9
Kreeka	12	9
Saksamaa	12	8
Kanada	12	8
<b>Eesti</b>	<b>10</b>	<b>9</b>
Inglismaa	7	9
Belgia (Flandria)	7	9
Soome	8	7
Iirimaa	10	4
Norra	8	6
Wales	8	6
Poola	8	5
Slovakkia	6	7
USA	6	7
Šotimaa	8	4
Makedoonia	8	3
Tšehhi	5	5
Sloveenia	6	4
Horvaatia	6	4
Ungari	5	4
Hispaania	6	3
Holland	6	3
Taani	5	4
Island	4	4
Rootsi	3	4
Armeenia	4	2
Itaalia	3	2
RIIKIDE KESKMINE	10	7

**Lisa 4:** Viimase paari kuu jooksul vähemalt ühel korral koolikiusamist kogunud õpilased osalenud maade ja soo järgi

11-AASTASED, %		
Riik	Poisid	Tüdrukud
Leedu	59	56
Läti	56	52
Belgia (Prantsuse)	61	43
<b>Eesti</b>	<b>51</b>	<b>47</b>
Ukraina	48	49
Venemaa	45	43
Kanada	42	43
Šveits	47	36
Rumeenia	45	36
Portugal	47	32
Belgia (Flandria)	41	38
Gröönimaa	44	35
Austria	43	35
Prantsusmaa	36	40
Ungari	40	31
Soome	37	33
Luksemburg	36	33
USA	34	32
Holland	35	30
Iirimaa	33	32
Inglismaa	30	33
Poola	36	28
Norra	30	31
Slovakkia	35	25
Saksamaa	32	27
Wales	31	29
Šotimaa	25	32
Taani	25	25
Kreeka	24	25
Island	26	23
Makedoonia	26	18
Sloveenia	21	21
Horvaatia	21	16
Hispaania	20	11
Itaalia	20	10
Tšehhi	16	14
Rootsi	14	14
Armeenia	16	12
RIIKIDE KESKMINE	34	30

13-AASTASED, %		
Riik	Poisid	Tüdrukud
Leedu	58	58
Belgia (Prantsuse)	63	46
Läti	50	48
Ukraina	44	48
<b>Eesti</b>	<b>50</b>	<b>42</b>
Rumeenia	48	42
Austria	47	41
Portugal	47	37
Venemaa	42	40
Gröönimaa	39	38
Šveits	40	36
Kanada	36	38
Prantsusmaa	37	34
Soome	35	30
Inglismaa	32	31
Saksamaa	30	32
Luksemburg	31	29
Slovakkia	33	26
USA	31	29
Wales	31	28
Ungari	31	27
Kreeka	30	27
Poola	35	21
Iirimaa	29	25
Norra	29	24
Šotimaa	26	26
Makedoonia	32	19
Belgia (Flandria)	27	23
Holland	26	23
Sloveenia	26	23
Horvaatia	21	19
Island	23	17
Taani	19	21
Tšehhi	17	16
Hispaania	20	12
Rootsi	14	13
Itaalia	13	10
Armeenia	13	9
RIIKIDE KESKMINE	33	29

15-AASTASED, %		
Riik	Poisid	Tüdrukud
Belgia (Prantsuse)	55	39
Leedu	49	45
Austria	45	32
Rumeenia	43	33
Ukraina	36	38
Läti	37	36
Gröönimaa	35	34
Portugal	38	28
Šveits	32	28
Kreeka	34	26
Saksamaa	32	26
Prantsusmaa	28	28
<b>Eesti</b>	<b>29</b>	<b>26</b>
Kanada	28	26
Venemaa	27	27
Luksemburg	25	27
Iirimaa	26	23
Wales	27	22
Soome	25	22
Belgia (Flandria)	24	21
Norra	24	19
Inglismaa	21	21
USA	20	21
Slovakkia	20	20
Poola	24	15
Ungari	18	19
Šotimaa	21	15
Holland	21	13
Makedoonia	21	12
Sloveenia	19	14
Tšehhi	15	15
Horvaatia	14	13
Taani	14	12
Island	12	11
Hispaania	14	9
Rootsi	9	10
Armeenia	9	9
Itaalia	9	6
RIIKIDE KESKMINE	25	22

**Lisa 5:** Oma tervisele rahuldava või väga halva hinnangu andnud õpilased osalenud maade ja soo järgi

11-AASTASED, %		
Riik	Poisid	Tüdrukud
Armeenia	17	26
Ukraina	14	26
Norra	16	21
Läti	13	20
Gröönimaa	9	23
Venemaa	13	19
Wales	14	18
Türgi	13	17
USA	15	16
Belgia (Prantsuse)	13	17
Taani	13	16
Belgia (Flandria)	12	14
Inglismaa	13	14
Šotimaa	14	12
Rumeenia	9	16
Ungari	12	12
Leedu	11	14
Poola	10	13
Island	11	11
Horvaatia	9	12
Portugal	9	12
Luksemburg	9	11
Saksamaa	11	9
Soome	10	10
<b>Eesti</b>	<b>10</b>	<b>10</b>
Austria	8	11
Holland	9	10
Prantsusmaa	10	9
Tšehhi	8	11
Rootsi	8	10
Slovakkia	10	8
Kanada	9	9
Itaalia	7	7
Sloveenia	6	7
Iirimaa	7	7
Šveits	5	5
Kreeka	5	5
Makedoonia	2	3
Hispaania	3	3
RIIKIDE KESKMINE	10	13

13-AASTASED, %		
Riik	Poisid	Tüdrukud
Ukraina	18	34
Wales	20	28
Armeenia	17	28
USA	20	25
Belgia (Flandria)	17	25
Šotimaa	16	24
Ungari	17	20
Venemaa	16	22
Belgia (Prantsuse)	17	18
Gröönimaa	14	21
Taani	11	23
Poola	14	20
Inglismaa	16	17
Läti	13	20
Island	16	17
Norra	13	19
Türgi	14	17
Rootsi	12	19
Kanada	12	18
Luksemburg	12	17
Rumeenia	10	19
Horvaatia	12	16
<b>Eesti</b>	<b>13</b>	<b>14</b>
Leedu	8	19
Soome	12	14
Holland	12	14
Saksamaa	11	14
Austria	8	16
Prantsusmaa	11	13
Slovakkia	10	13
Portugal	9	13
Iirimaa	10	13
Sloveenia	8	13
Tšehhi	10	9
Itaalia	5	12
Šveits	6	10
Hispaania	5	9
Kreeka	5	9
Makedoonia	3	4
RIIKIDE KESKMINE	12	17

15-AASTASED, %		
Riik	Poisid	Tüdrukud
Ukraina	22	46
Šotimaa	22	34
Ungari	23	34
Wales	21	35
Belgia (Flandria)	21	32
USA	19	33
Venemaa	19	29
Poola	17	31
Läti	16	31
Armeenia	16	28
Belgia (Prantsuse)	15	28
Gröönimaa	20	23
Kanada	17	24
Rumeenia	13	27
Island	18	21
Inglismaa	15	23
Türgi	15	22
Holland	13	24
Luksemburg	14	23
Taani	15	22
Horvaatia	14	23
Leedu	12	24
Norra	16	18
<b>Eesti</b>	<b>16</b>	<b>18</b>
Iirimaa	12	21
Austria	11	21
Saksamaa	12	19
Rootsi	10	21
Sloveenia	8	19
Soome	13	15
Portugal	10	17
Prantsusmaa	10	17
Slovakkia	11	15
Itaalia	7	17
Tšehhi	9	13
Hispaania	7	14
Šveits	8	12
Kreeka	7	8
Makedoonia	3	7
RIIKIDE KESKMINE	14	23



**Lisa 6:** Õpilased, kes andsid oma eluga rahulolule 6 või enam punkti, osalenud maade ja soo järgi

11-AASTASED, %		
Riik	Poisid	Tüdrukud
Armeenia	96	95
Holland	96	94
Kreeka	95	94
Hispaania	94	95
Belgia (Flandria)	92	93
Island	92	92
Rootsi	92	91
Soome	92	91
Šotimaa	92	90
<b>Eesti</b>	<b>91</b>	<b>90</b>
Norra	91	90
Šveits	91	90
Iirimaa	90	90
Gröönimaa	93	87
Sloveenia	91	89
Austria	90	88
Luksemburg	88	91
Makedoonia	89	90
Portugal	88	89
Belgia (Prantsuse)	90	86
Itaalia	87	89
Horvaatia	88	88
Prantsusmaa	87	88
Ungari	88	86
Wales	88	86
Taani	88	85
Inglismaa	88	86
Slovakkia	83	90
Tšehhi	87	86
USA	86	86
Saksamaa	87	84
Poola	87	85
Läti	85	85
Leedu	85	83
Kanada	86	81
Venemaa	83	82
Ukraina	82	82
Rumeenia	79	79
Türgi	74	70
RIIKIDE KESKMINE	88	88

13-AASTASED, %		
Riik	Poisid	Tüdrukud
Holland	97	92
Armeenia	94	92
Island	93	90
Soome	91	88
Belgia (Flandria)	90	88
Hispaania	90	88
Itaalia	91	86
Norra	92	86
Iirimaa	91	86
Kreeka	90	87
Rootsi	89	85
Šotimaa	90	84
Inglismaa	91	83
Makedoonia	87	86
Läti	88	85
<b>Eesti</b>	<b>88</b>	<b>84</b>
Belgia (Prantsuse)	88	85
Šveits	90	82
Horvaatia	86	86
Austria	90	81
Sloveenia	86	85
Luksemburg	89	82
Tšehhi	87	83
Taani	89	80
Prantsusmaa	87	82
Kanada	88	80
Gröönimaa	86	81
USA	85	82
Portugal	86	81
Ungari	82	83
Wales	87	78
Saksamaa	85	79
Slovakkia	83	79
Venemaa	84	78
Leedu	84	76
Ukraina	81	79
Poola	80	78
Rumeenia	80	72
Türgi	68	62
RIIKIDE KESKMINE	87	83

15-AASTASED, %		
Riik	Poisid	Tüdrukud
Holland	96	90
Belgia (Flandria)	91	88
Soome	90	87
Island	89	85
Taani	90	84
Hispaania	88	84
Šveits	88	84
<b>Eesti</b>	<b>86</b>	<b>84</b>
Saksamaa	89	81
Sloveenia	88	82
Šotimaa	87	82
Prantsusmaa	87	82
Norra	89	80
Armeenia	88	81
Makedoonia	85	84
Kreeka	88	80
Inglismaa	89	79
Venemaa	86	81
Kanada	87	80
Tšehhi	87	80
USA	85	81
Austria	86	80
Läti	83	83
Horvaatia	87	78
Belgia (Prantsuse)	88	77
Luksemburg	87	77
Rootsi	88	77
Portugal	84	80
Slovakkia	83	80
Iirimaa	84	78
Itaalia	85	77
Leedu	84	76
Gröönimaa	85	75
Wales	84	74
Ungari	82	75
Ukraina	77	75
Poola	81	69
Rumeenia	81	68
Türgi	63	58
RIIKIDE KESKMINE	86	79

**Lisa 7:** Vähemalt ühe arstiabi vajanud vigastuse esinemine viimasel 12 kuul osalenud maade ja soo järgi

11-AASTASED, %		
Riik	Poisid	Tüdrukud
Türgi	71	63
Läti	71	59
Hispaania	68	56
Belgia (Prantsuse)	65	49
Island	60	54
Leedu	58	46
Saksamaa	55	43
Holland	50	46
Taani	51	45
Norra	54	40
Sloveenia	52	41
Venemaa	52	41
Šotimaa	50	42
Inglismaa	52	40
Austria	51	39
Prantsusmaa	49	41
Armeenia	55	34
Itaalia	53	35
USA	48	40
Tšehhi	45	43
Kreeka	49	38
Šveits	50	36
<b>Eesti</b>	<b>46</b>	<b>40</b>
Kanada	47	38
Horvaatia	48	36
Wales	48	36
Soome	45	38
Rumeenia	45	30
Belgia (Flandria)	40	34
Iirimaa	45	27
Rootsi	40	32
Ukraina	42	29
Luksemburg	37	33
Poola	35	30
Ungari	34	31
Portugal	35	22
Slovakkia	31	26
Gröönimaa	35	21
Makedoonia	24	15
RIIKIDE KESKMINE	48	38

13-AASTASED, %		
Riik	Poisid	Tüdrukud
Hispaania	68	59
Türgi	66	55
Läti	67	52
Island	60	54
Saksamaa	60	51
Leedu	61	45
Inglismaa	59	47
Belgia (Prantsuse)	57	46
Austria	55	47
Tšehhi	54	46
Sloveenia	56	44
Šveits	53	44
Šotimaa	56	42
Itaalia	54	42
Horvaatia	52	43
USA	51	43
Norra	51	42
Wales	53	38
Kanada	49	43
Taani	48	42
Venemaa	48	41
<b>Eesti</b>	<b>45</b>	<b>40</b>
Holland	45	39
Prantsusmaa	48	36
Kreeka	48	35
Armeenia	55	27
Soome	45	37
Portugal	44	37
Iirimaa	45	31
Luksemburg	40	32
Rootsi	39	33
Ukraina	42	29
Gröönimaa	42	28
Belgia (Flandria)	38	30
Ungari	38	29
Poola	40	25
Slovakkia	37	28
Rumeenia	41	24
Makedoonia	20	14
RIIKIDE KESKMINE	50	39

15-AASTASED, %		
Riik	Poisid	Tüdrukud
Hispaania	66	56
Island	55	51
Läti	59	46
Austria	56	47
Šveits	55	48
Leedu	57	42
Tšehhi	53	45
Šotimaa	53	42
Itaalia	56	39
Saksamaa	49	45
Türgi	54	39
Norra	46	45
Taani	49	42
Belgia (Prantsuse)	51	40
USA	50	40
Kanada	48	41
Portugal	49	41
Wales	53	36
<b>Eesti</b>	<b>48</b>	<b>40</b>
Inglismaa	51	36
Sloveenia	48	38
Horvaatia	48	37
Venemaa	49	36
Prantsusmaa	46	38
Luksemburg	47	35
Holland	46	35
Soome	44	37
Kreeka	48	32
Iirimaa	46	33
Belgia (Flandria)	42	35
Rootsi	41	32
Poola	36	33
Armeenia	41	26
Ungari	40	25
Slovakkia	36	28
Ukraina	37	25
Rumeenia	34	22
Gröönimaa	34	21
Makedoonia	17	8
RIIKIDE KESKMINE	47	37

### Lisa 8: Iga päev puuvilju söövad õpilased osalenud maade ja soo järgi

11-AASTASED, %		
Riik	Poisid	Tüdrukud
Taani	51	60
Portugal	44	57
Šveits	46	54
Belgia (Prantsuse)	49	50
USA	45	55
Sloveenia	42	57
Austria	43	55
Tšehhi	42	55
Makedoonia	45	52
Kanada	43	53
Rumeenia	43	52
Itaalia	44	51
Armeenia	44	49
Norra	40	53
Šotimaa	42	50
Slovakkia	45	47
Hispaania	43	46
Luksemburg	41	47
Horvaatia	41	46
Prantsusmaa	43	44
Iirimaa	41	46
Ungari	36	50
Türgi	39	46
Saksamaa	36	48
Holland	38	46
Island	35	46
Inglismaa	34	46
Ukraina	36	44
Poola	33	45
Kreeka	37	41
Venemaa	35	41
Wales	36	39
Rootsi	31	41
Belgia (Flandria)	31	38
Läti	28	35
Leedu	26	34
<b>Eesti</b>	<b>29</b>	<b>32</b>
Soome	25	33
Gröönimaa	16	21
RIIKIDE KESKMINE	38	46

13-AASTASED, %		
Riik	Poisid	Tüdrukud
Belgia (Prantsuse)	49	50
Armeenia	44	54
Taani	42	50
Makedoonia	43	48
Portugal	44	46
Kanada	41	48
USA	42	45
Šveits	38	48
Tšehhi	39	46
Austria	36	49
Itaalia	39	43
Norra	36	46
Inglismaa	37	43
Rumeenia	36	44
Prantsusmaa	36	43
Sloveenia	32	46
Hispaania	36	39
Ungari	33	41
Luksemburg	34	40
Saksamaa	30	43
Ukraina	32	41
Türgi	32	40
Kreeka	34	37
Slovakkia	33	38
Horvaatia	32	38
Iirimaa	32	38
Venemaa	33	34
Šotimaa	31	35
Island	28	38
Wales	30	34
Holland	27	35
Belgia (Flandria)	26	35
Poola	25	36
Läti	24	33
<b>Eesti</b>	<b>25</b>	<b>29</b>
Rootsi	23	27
Leedu	21	28
Soome	20	26
Gröönimaa	13	16
RIIKIDE KESKMINE	33	40

15-AASTASED, %		
Riik	Poisid	Tüdrukud
Armeenia	49	51
Belgia (Prantsuse)	43	50
Taani	34	56
Kanada	37	45
Norra	29	49
Inglismaa	33	40
Makedoonia	29	44
Portugal	34	39
Itaalia	33	39
Luksemburg	32	40
Šveits	30	41
Prantsusmaa	31	38
Rumeenia	29	40
USA	33	36
Tšehhi	29	40
Hispaania	31	35
Sloveenia	25	38
Iirimaa	28	35
Saksamaa	23	40
Šotimaa	26	34
Türgi	23	37
Austria	23	37
Island	23	35
Slovakkia	27	31
Venemaa	27	30
Wales	25	30
Kreeka	26	28
Horvaatia	24	29
Ukraina	24	29
Ungari	25	27
Holland	20	30
Rootsi	22	26
Leedu	18	29
Belgia (Flandria)	17	29
Poola	20	25
Soome	15	29
<b>Eesti</b>	<b>17</b>	<b>27</b>
Läti	16	26
Gröönimaa	9	16
RIIKIDE KESKMINE	27	35

## Lisa 9: Iga päev kõogivilju söövad õpilased osalenud maade ja soo järgi

11-AASTASED, %		
Riik	Poisid	Tüdrukud
Belgia (Flandria)	50	56
Ukraina	46	55
Prantsusmaa	47	52
Taani	41	52
Holland	41	52
Šveits	42	50
Belgia (Prantsuse)	45	45
Kanada	39	50
Iirimaa	39	48
Rootsi	36	47
Makedoonia	38	44
Inglismaa	35	45
Rumeenia	35	44
Šotimaa	35	43
Gröönimaa	34	44
USA	34	44
Luksemburg	36	40
Tšehhi	30	43
Kreeka	33	37
Norra	31	37
Venemaa	33	35
Leedu	28	39
Portugal	30	35
Slovakkia	31	34
Wales	29	33
Türgi	26	36
Poola	26	35
Island	25	36
Ungari	26	33
Sloveenia	27	32
Armeenia	27	31
Läti	27	31
Horvaatia	27	31
Austria	25	33
Soome	26	30
Saksamaa	21	32
Hispaania	23	25
Itaalia	20	27
<b>Eesti</b>	<b>20</b>	<b>24</b>
RIIKIDE KESKMINE	32	40

13-AASTASED, %		
Riik	Poisid	Tüdrukud
Belgia (Flandria)	51	65
Belgia (Prantsuse)	45	53
Ukraina	40	50
Prantsusmaa	42	47
Kanada	40	47
Holland	39	45
Šveits	38	46
Iirimaa	37	44
Inglismaa	37	44
Taani	37	41
USA	35	40
Gröönimaa	34	39
Makedoonia	30	41
Šotimaa	33	38
Rootsi	30	36
Wales	30	36
Kreeka	28	36
Rumeenia	28	36
Venemaa	33	30
Türgi	27	36
Tšehhi	27	34
Luksemburg	28	33
Armeenia	26	33
Norra	27	28
Slovakkia	25	29
Portugal	24	29
Ungari	24	29
Austria	20	30
Poola	23	28
Island	21	29
Saksamaa	18	31
Itaalia	22	27
Sloveenia	20	28
Läti	21	27
Leedu	21	26
Horvaatia	21	23
Soome	19	26
Hispaania	18	24
<b>Eesti</b>	<b>20</b>	<b>19</b>
RIIKIDE KESKMINE	29	35

15-AASTASED, %		
Riik	Poisid	Tüdrukud
Belgia (Flandria)	46	61
Belgia (Prantsuse)	46	59
Prantsusmaa	38	47
Kanada	38	47
Taani	33	49
Ukraina	37	44
Iirimaa	39	42
Šveits	34	45
Holland	35	42
Gröönimaa	35	40
Inglismaa	34	41
Armeenia	33	37
Rootsi	30	39
Šotimaa	31	37
Makedoonia	27	38
USA	31	34
Wales	30	34
Kreeka	25	33
Venemaa	28	29
Tšehhi	21	36
Norra	23	33
Luksemburg	24	32
Rumeenia	21	32
Poola	21	30
Türgi	21	31
Saksamaa	17	33
Soome	14	35
Portugal	19	28
Leedu	20	28
Slovakkia	20	25
Itaalia	20	26
Island	19	27
Sloveenia	17	26
Ungari	20	22
Horvaatia	19	23
Läti	16	25
Hispaania	15	24
<b>Eesti</b>	<b>16</b>	<b>21</b>
Austria	12	23
RIIKIDE KESKMINE	26	35

**Lisa 10:** Iga päev suhkrut sisaldavaid magusaid jooke tarvitavad õpilased osalenud maade ja soo järgi

11-AASTASED, %		
Riik	Poisid	Tüdrukud
Inglismaa	38	32
Sloveenia	36	27
Slovakkia	32	30
Rumeenia	32	27
Belgia (Flandria)	29	22
Belgia (Prantsuse)	24	26
Poola	28	21
USA	25	25
Gröönimaa	21	28
Venemaa	26	22
Ungari	24	23
Horvaatia	27	19
Armeenia	27	19
Makedoonia	23	22
Šveits	23	19
Prantsusmaa	24	17
Wales	21	19
Holland	22	17
Luksemburg	20	16
Portugal	21	14
Tšehhi	19	16
Hispaania	19	15
Itaalia	18	15
Šotimaa	18	15
Ukraina	18	15
Austria	19	12
Iirimaa	15	15
Saksamaa	17	13
Türgi	18	12
<b>Eesti</b>	<b>9</b>	<b>6</b>
Leedu	10	5
Läti	8	7
Kanada	9	6
Norra	8	5
Kreeka	8	4
Island	6	4
Taani	5	4
Soome	5	2
Rootsi	5	2
RIIKIDE KESKMINE	19	16

13-AASTASED, %		
Riik	Poisid	Tüdrukud
Inglismaa	43	39
Slovakkia	38	37
Sloveenia	41	31
Holland	36	30
Belgia (Flandria)	36	30
Makedoonia	35	30
Rumeenia	35	29
USA	31	31
Ungari	34	27
Luksemburg	35	26
Gröönimaa	31	29
Poola	35	25
Prantsusmaa	32	27
Belgia (Prantsuse)	30	27
Armeenia	28	28
Šveits	30	25
Horvaatia	30	22
Wales	28	24
Tšehhi	27	23
Venemaa	28	22
Portugal	25	25
Saksamaa	26	18
Šotimaa	25	18
Austria	24	18
Türgi	23	19
Hispaania	22	20
Iirimaa	24	17
Itaalia	22	17
Ukraina	18	14
Kanada	15	9
Kreeka	13	7
Läti	11	8
Norra	10	8
Island	12	6
Leedu	10	6
Taani	8	6
<b>Eesti</b>	<b>8</b>	<b>5</b>
Rootsi	8	5
Soome	7	2
RIIKIDE KESKMINE	25	20

15-AASTASED, %		
Riik	Poisid	Tüdrukud
Sloveenia	49	39
Inglismaa	43	39
Gröönimaa	46	36
Luksemburg	47	34
Belgia (Flandria)	46	34
Slovakkia	43	36
Holland	45	31
Makedoonia	36	36
Armeenia	32	32
Belgia (Prantsuse)	36	28
Šveits	37	27
USA	33	31
Ungari	36	28
Rumeenia	33	29
Prantsusmaa	34	26
Horvaatia	32	25
Poola	31	23
Šotimaa	32	21
Hispaania	29	25
Austria	31	21
Wales	28	22
Tšehhi	28	20
Iirimaa	29	19
Saksamaa	28	19
Portugal	24	21
Itaalia	26	18
Türgi	21	18
Venemaa	24	16
Ukraina	17	18
Norra	18	11
Kanada	17	12
Kreeka	17	10
Taani	16	6
Island	15	6
Leedu	12	6
Rootsi	12	6
Läti	10	6
Soome	7	3
<b>Eesti</b>	<b>7</b>	<b>3</b>
RIIKIDE KESKMINE	28	22

## Lisa 11: Ülekaaluliste õpilaste osakaal osalenud maade ja soo järgi

11-AASTASED, %		
Riik	Poisid	Tüdrukud
USA	31	30
Kreeka	26	18
Iirimaa	25	18
Kanada	26	17
Portugal	23	20
Poola	24	17
Sloveenia	22	16
Makedoonia	21	16
Wales	21	16
Hispaania	20	16
Itaalia	22	14
Horvaatia	21	15
Gröönimaa	21	14
Rumeenia	21	14
Venemaa	21	13
Ungari	19	13
Tšehhi	21	12
<b>Eesti</b>	<b>19</b>	<b>13</b>
Soome	19	13
Šotimaa	15	16
Armeenia	17	13
Slovakkia	17	11
Inglismaa	13	14
Austria	15	11
Türgi	16	11
Leedu	16	10
Rootsi	14	10
Saksamaa	13	10
Island	13	10
Belgia (Prantsuse)	11	11
Norra	13	9
Läti	13	8
Ukraina	12	9
Luksemburg	11	11
Belgia (Flandria)	10	10
Taani	9	11
Prantsusmaa	12	8
Holland	8	9
Šveits	7	5
RIIKIDE KESKMINE	17	13

13-AASTASED, %		
Riik	Poisid	Tüdrukud
USA	32	22
Kreeka	25	15
Kanada	21	16
Portugal	22	13
Itaalia	20	14
Poola	21	13
Horvaatia	22	12
Hispaania	21	13
Sloveenia	20	13
Soome	19	14
Wales	19	14
<b>Eesti</b>	<b>18</b>	<b>13</b>
Makedoonia	19	11
Saksamaa	15	13
Ungari	19	10
Austria	17	11
Luksemburg	17	11
Gröönimaa	9	19
Island	16	12
Türgi	18	10
Slovakkia	20	8
Tšehhi	20	7
Rumeenia	15	10
Armeenia	15	9
Läti	14	9
Inglismaa	9	14
Prantsusmaa	13	10
Šotimaa	16	6
Belgia (Prantsuse)	14	8
Rootsi	13	9
Norra	13	9
Belgia (Flandria)	10	11
Iirimaa	12	9
Leedu	13	8
Venemaa	14	6
Ukraina	13	7
Šveits	12	6
Taani	10	8
Holland	9	8
RIIKIDE KESKMINE	17	11

15-AASTASED, %		
Riik	Poisid	Tüdrukud
USA	34	27
Kreeka	28	13
Kanada	24	17
Wales	22	15
Sloveenia	23	13
Portugal	19	15
Island	20	13
Luksemburg	22	12
Itaalia	22	11
Horvaatia	23	10
Gröönimaa	17	14
Hispaania	19	12
Austria	19	11
Ungari	19	11
Tšehhi	19	10
Rumeenia	20	8
Saksamaa	18	10
Soome	17	11
Norra	17	11
Iirimaa	16	12
Poola	17	10
Makedoonia	21	6
Šotimaa	16	11
<b>Eesti</b>	<b>16</b>	<b>9</b>
Rootsi	17	7
Belgia (Prantsuse)	15	8
Belgia (Flandria)	14	9
Türgi	17	6
Slovakkia	15	7
Inglismaa	11	11
Šveits	14	7
Prantsusmaa	13	7
Ukraina	14	6
Läti	13	7
Armeenia	14	5
Taani	10	8
Leedu	13	5
Venemaa	10	6
Holland	<b>11</b>	<b>5</b>
RIIKIDE KESKMINE	18	10

**Lisa 12:** Kehakaalu langetamisega tegelevad õpilased osalenud maade ja soo järgi

11-AASTASED, %		
Riik	Poisid	Tüdrukud
Taani	20	27
Poola	19	17
Tšehhi	18	18
Ungari	17	18
USA	17	18
Gröönimaa	19	15
Belgia (Prantsuse)	15	18
Kreeka	15	17
Luksemburg	15	16
Island	15	17
Austria	15	16
Läti	13	17
Wales	12	18
Saksamaa	13	16
Slovakkia	14	14
Armeenia	11	17
Norra	12	15
Rumeenia	13	14
Šveits	13	13
Itaalia	13	13
Inglismaa	11	14
Hispaania	14	10
Šotimaa	11	13
Leedu	10	13
Belgia (Flandria)	9	13
<b>Eesti</b>	<b>10</b>	<b>13</b>
Sloveenia	11	11
Kanada	12	10
Venemaa	8	14
Horvaatia	12	10
Soome	11	10
Iirimaa	9	11
Ukraina	6	11
Prantsusmaa	7	9
Portugal	7	9
Makedoonia	7	8
Holland	6	7
Rootsi	6	6
Türgi	5	4
RIIKIDE KESKMINE	12	14

13-AASTASED, %		
Riik	Poisid	Tüdrukud
Taani	19	37
Island	18	25
Ungari	16	27
Austria	16	22
Gröönimaa	17	21
USA	17	20
Tšehhi	15	21
Luksemburg	16	20
Wales	12	23
Kreeka	12	23
Norra	12	22
Belgia (Prantsuse)	14	19
Poola	13	20
Šotimaa	11	21
Inglismaa	10	21
Saksamaa	12	19
Armeenia	11	20
Slovakkia	12	16
Šveits	10	18
Hispaania	11	17
Itaalia	11	17
Sloveenia	9	18
Leedu	10	16
Horvaatia	10	15
Iirimaa	9	15
Läti	10	14
Rumeenia	9	14
<b>Eesti</b>	<b>8</b>	<b>15</b>
Kanada	8	15
Venemaa	7	15
Prantsusmaa	7	14
Portugal	8	12
Belgia (Flandria)	6	14
Soome	7	13
Rootsi	7	12
Ukraina	5	14
Makedoonia	6	9
Holland	5	9
Türgi	4	6
RIIKIDE KESKMINE	11	18

15-AASTASED, %		
Riik	Poisid	Tüdrukud
Taani	14	37
Island	15	31
USA	17	24
Norra	11	30
Luksemburg	14	27
Ungari	12	29
Kreeka	13	27
Šotimaa	9	30
Belgia (Prantsuse)	10	29
Gröönimaa	11	28
Wales	12	26
Austria	12	24
Tšehhi	10	25
Inglismaa	9	26
Poola	11	22
Itaalia	10	23
Slovakkia	10	22
Leedu	7	24
Iirimaa	9	21
Šveits	9	21
Sloveenia	9	21
Saksamaa	8	21
Hispaania	9	20
Venemaa	7	21
Kanada	8	20
Rumeenia	10	16
<b>Eesti</b>	<b>7</b>	<b>19</b>
Armeenia	5	21
Belgia (Flandria)	8	18
Horvaatia	7	17
Läti	7	17
Ukraina	4	18
Soome	6	16
Portugal	6	16
Prantsusmaa	5	17
Rootsi	5	15
Makedoonia	8	11
Holland	3	10
Türgi	3	8
RIIKIDE KESKMINE	9	22

**Lisa 13:** Rohkem kui üks kord päevas hambaid pesevad õpilased osalenud maade ja soo järgi

11-AASTASED, %			13-AASTASED, %			15-AASTASED, %		
Riik	Poisid	Tüdrukud	Riik	Poisid	Tüdrukud	Riik	Poisid	Tüdrukud
Rootsi	84	87	Šveits	80	88	Šveits	76	90
Šveits	80	89	Rootsi	76	83	Saksamaa	75	87
Holland	80	84	Saksamaa	72	83	Inglismaa	73	87
Saksamaa	81	82	Inglismaa	71	84	Rootsi	71	86
Austria	77	84	Holland	72	80	Taani	73	84
Norra	73	79	Norra	72	78	Itaalia	65	86
Taani	73	77	Šotimaa	68	82	Holland	68	81
Luksemburg	70	79	Austria	66	82	Wales	65	84
Šotimaa	68	80	Taani	71	77	Šotimaa	63	83
Tšehhi	66	76	Wales	65	82	Portugal	64	82
Inglismaa	62	79	Itaalia	65	80	Norra	66	79
Kanada	67	72	Luksemburg	66	76	Austria	64	81
Wales	62	75	Island	61	78	Poola	59	85
Island	62	74	Tšehhi	63	75	Kanada	62	80
Itaalia	64	72	Kanada	63	74	Prantsusmaa	62	79
Prantsusmaa	62	72	Prantsusmaa	62	74	Luksemburg	62	78
Makedoonia	61	71	USA	59	75	Tšehhi	59	79
USA	62	71	Iirimaa	58	75	Island	56	79
Iirimaa	61	69	Portugal	58	71	USA	60	72
Sloveenia	60	71	Makedoonia	55	73	<b>Eesti</b>	<b>53</b>	<b>79</b>
Hispaania	61	67	Poola	53	73	Iirimaa	55	76
Poola	58	69	Hispaania	54	71	Sloveenia	53	74
Portugal	58	69	Sloveenia	55	70	Horvaatia	48	78
Gröönimaa	51	72	Belgia (Prantsuse)	54	70	Gröönimaa	53	72
<b>Eesti</b>	<b>57</b>	<b>67</b>	<b>Eesti</b>	<b>48</b>	<b>73</b>	Belgia (Prantsuse)	51	72
Horvaatia	54	66	Slovakkia	52	69	Ungari	51	71
Belgia (Flandria)	57	60	Horvaatia	47	73	Makedoonia	49	73
Ungari	53	64	Belgia (Flandria)	58	61	Hispaania	51	71
Slovakkia	54	62	Gröönimaa	52	66	Belgia (Flandria)	54	67
Belgia (Prantsuse)	55	61	Ungari	50	65	Venemaa	48	72
Venemaa	49	66	Soome	47	64	Slovakkia	50	70
Armeenia	54	58	Venemaa	47	62	Soome	43	70
Soome	49	61	Läti	43	61	Läti	40	69
Ukraina	48	58	Leedu	40	62	Leedu	40	65
Kreeka	43	57	Ukraina	41	60	Rumeenia	42	61
Läti	42	56	Kreeka	38	57	Ukraina	38	59
Leedu	42	52	Armeenia	39	53	Kreeka	35	61
Rumeenia	38	52	Rumeenia	33	54	Armeenia	39	57
Türgi	36	47	Türgi	27	40	Türgi	26	50
RIIKIDE KESKMINE	60	69	RIIKIDE KESKMINE	56	71	RIIKIDE KESKMINE	55	75



**Lisa 14:** Koolipäevadel kaks või rohkem tundi televiisorit vaadanute jaotus osalenud maade ja soo järgi

11-AASTASED, %		
Riik	Poisid	Tüdrukud
Ukraina	69	71
Horvaatia	69	69
<b>Eesti</b>	<b>69</b>	<b>68</b>
Leedu	69	69
Slovakkia	71	66
Venemaa	67	69
Läti	70	65
Holland	69	64
Kreeka	69	64
Rumeenia	65	64
Armeenia	66	61
Poola	64	61
Inglismaa	64	60
Taani	64	58
Portugal	61	60
Kanada	64	56
Šotimaa	61	58
Soome	61	58
Wales	62	56
Sloveenia	63	55
Tšehhi	61	56
Rootsi	60	56
Belgia (Flandria)	58	55
Türgi	60	53
USA	56	50
Iirimaa	55	48
Makedoonia	52	47
Ungari	50	48
Hispaania	48	45
Prantsusmaa	49	42
Gröönimaa	52	39
Itaalia	48	42
Island	49	41
Norra	47	42
Saksamaa	44	43
Austria	46	37
Belgia (Prantsuse)	43	40
Luksemburg	42	40
Šveits	29	24
RIIKIDE KESKMINE	58	54

13-AASTASED, %		
Riik	Poisid	Tüdrukud
Slovakkia	75	78
Horvaatia	76	77
Ukraina	76	76
Rumeenia	77	75
Armeenia	74	75
<b>Eesti</b>	<b>74</b>	<b>75</b>
Kreeka	73	74
Leedu	72	75
Portugal	72	75
Läti	74	73
Inglismaa	74	68
Tšehhi	72	69
Holland	71	69
Wales	71	69
Venemaa	67	71
Poola	68	67
Taani	65	68
Rootsi	66	67
Makedoonia	63	70
Šotimaa	66	67
Türgi	67	65
Sloveenia	67	64
Ungari	64	65
Kanada	65	60
Belgia (Flandria)	61	64
Saksamaa	65	59
Norra	59	61
Soome	60	59
Itaalia	59	60
Austria	61	55
Hispaania	60	54
Prantsusmaa	59	55
Island	60	52
USA	57	55
Gröönimaa	55	57
Iirimaa	56	52
Luksemburg	56	52
Belgia (Prantsuse)	55	49
Šveits	35	34
RIIKIDE KESKMINE	65	64

15-AASTASED, %		
Riik	Poisid	Tüdrukud
Armeenia	79	82
Slovakkia	73	72
Leedu	72	70
Kreeka	71	70
Holland	71	69
Wales	73	67
Ukraina	69	69
Horvaatia	71	67
Šotimaa	69	68
Rumeenia	69	68
Läti	68	68
Taani	69	67
Inglismaa	71	64
Türgi	68	67
Saksamaa	68	64
Poola	67	65
Portugal	67	64
Belgia (Flandria)	65	65
<b>Eesti</b>	<b>66</b>	<b>63</b>
Norra	64	66
Venemaa	63	65
Gröönimaa	61	68
Hispaania	65	63
Makedoonia	61	65
Kanada	64	62
Austria	63	60
Rootsi	63	60
Itaalia	62	61
Tšehhi	63	59
Ungari	64	57
Luksemburg	63	58
Iirimaa	60	56
Belgia (Prantsuse)	58	54
USA	54	53
Soome	55	50
Prantsusmaa	54	48
Sloveenia	54	46
Island	52	46
Šveits	45	38
RIIKIDE KESKMINE	64	62

## Lisa 15: Sigarette proovinud õpilased osalenud maade ja soo järgi

11-AASTASED, %		
Riik	Poisid	Tüdrukud
Gröönimaa	45	43
Läti	41	24
<b>Eesti</b>	<b>29</b>	<b>16</b>
Venemaa	27	18
Leedu	31	12
Tšehhi	25	16
Ukraina	25	10
Slovakkia	23	11
Horvaatia	22	10
Poola	16	9
Ungari	14	10
Rumeenia	15	7
Šveits	14	6
Prantsusmaa	11	5
Soome	10	5
Sloveenia	10	5
Norra	9	5
Luksemburg	8	6
Belgia (Prantsuse)	9	4
Portugal	8	4
Taani	9	3
Saksamaa	8	4
Austria	8	4
Rootsi	7	5
Holland	7	4
Iirimaa	6	4
Makedoonia	6	3
USA	7	3
Armeenia	7	2
Hispaania	6	2
Kanada	4	4
Itaalia	6	2
Belgia (Flandria)	6	2
Inglismaa	3	4
Wales	4	3
Šotimaa	4	3
Kreeka	5	1
Island	4	1
RIIKIDE KESKMINE	13	7

13-AASTASED, %		
Riik	Poisid	Tüdrukud
Gröönimaa	63	68
Läti	66	56
<b>Eesti</b>	<b>57</b>	<b>51</b>
Leedu	56	47
Tšehhi	50	51
Slovakkia	44	37
Horvaatia	41	35
Ukraina	46	30
Ungari	39	35
Venemaa	34	30
Šveits	36	26
Poola	35	26
Luksemburg	32	26
Austria	29	28
Soome	31	26
Sloveenia	30	24
Rumeenia	31	22
Prantsusmaa	27	25
Taani	24	26
Portugal	26	23
Rootsi	24	22
Belgia (Prantsuse)	25	20
Itaalia	26	19
Hispaania	23	20
Saksamaa	23	18
Wales	17	22
Inglismaa	21	18
Šotimaa	17	20
Norra	23	13
Holland	20	15
Belgia (Flandria)	18	15
Iirimaa	17	15
Kreeka	15	15
USA	15	13
Kanada	13	14
Armeenia	17	3
Island	11	7
Makedoonia	10	6
RIIKIDE KESKMINE	29	25

15-AASTASED, %		
Riik	Poisid	Tüdrukud
Gröönimaa	82	88
Läti	81	81
Leedu	77	70
Tšehhi	70	75
<b>Eesti</b>	<b>77</b>	<b>65</b>
Ungari	63	63
Horvaatia	62	62
Ukraina	69	53
Slovakkia	64	57
Austria	57	63
Luksemburg	56	56
Šveits	60	50
Poola	57	53
Prantsusmaa	53	55
Sloveenia	53	53
Itaalia	52	53
Soome	52	49
Venemaa	52	47
Rumeenia	55	43
Rootsi	45	52
Taani	45	51
Hispaania	41	54
Saksamaa	50	46
Belgia (Prantsuse)	46	48
Belgia (Flandria)	47	44
Portugal	44	43
Holland	45	43
Kreeka	42	42
Wales	38	46
Inglismaa	37	45
Norra	40	40
Šotimaa	37	42
Iirimaa	38	40
Kanada	31	34
USA	30	31
Makedoonia	33	26
Island	33	26
Armeenia	33	11
RIIKIDE KESKMINE	50	49

**Lisa 16:** Vähemalt kord nädalas sigarette suitsetavad õpilased osalenud maade ja soo järgi

11-AASTASED, %		
Riik	Poisid	Tüdrukud
Gröönimaa	7	9
Venemaa	5	3
Rumeenia	6	2
Slovakkia	3	1
Tšehhi	2	1
Läti	2	1
Makedoonia	2	1
Ukraina	2	1
Ungari	2	1
Prantsusmaa	2	1
Luksemburg	1	1
Poola	2	1
Armeenia	1	1
Leedu	1	0
Itaalia	2	0
Belgia (Prantsuse)	1	1
Hispaania	1	0
Portugal	1	1
USA	1	0
Inglismaa	1	1
<b>Eesti</b>	<b>0</b>	<b>1</b>
Horvaatia	1	0
Kanada	1	0
Kreeka	1	0
Šveits	1	0
Saksamaa	1	0
Iirimaa	0	1
Soome	1	0
Austria	1	0
Norra	1	0
Wales	0	0
Rootsi	0	0
Taani	0	0
Island	0	0
Šotimaa	0	0
Sloveenia	0	0
Belgia (Flandria)	0	0
Holland	0	0
RIIKIDE KESKMINE	1	1

13-AASTASED, %		
Riik	Poisid	Tüdrukud
Gröönimaa	25	35
Tšehhi	9	10
Läti	11	7
<b>Eesti</b>	<b>10</b>	<b>6</b>
Slovakkia	9	7
Rumeenia	9	7
Leedu	9	5
Poola	7	7
Venemaa	8	5
Horvaatia	8	5
Ungari	7	5
Austria	5	7
Ukraina	8	3
Luksemburg	5	6
Soome	6	6
Prantsusmaa	5	6
Hispaania	5	5
Belgia (Prantsuse)	6	4
Itaalia	5	4
Šveits	5	4
Šotimaa	4	5
Wales	3	6
Holland	4	4
Belgia (Flandria)	4	4
Taani	3	5
Inglismaa	3	5
Iirimaa	4	3
Kanada	2	4
Sloveenia	3	3
USA	4	3
Rootsi	3	4
Saksamaa	3	3
Kreeka	3	3
Portugal	3	3
Norra	3	1
Armeenia	3	0
Island	2	1
Makedoonia	2	1
RIIKIDE KESKMINE	6	5

15-AASTASED, %		
Riik	Poisid	Tüdrukud
Gröönimaa	53	61
Leedu	34	21
Austria	25	29
Läti	32	22
Horvaatia	27	25
Ungari	26	26
Tšehhi	22	28
Itaalia	22	23
Ukraina	31	13
Prantsusmaa	20	20
Rumeenia	25	15
Luksemburg	22	19
Soome	20	19
Sloveenia	20	19
<b>Eesti</b>	<b>22</b>	<b>16</b>
Hispaania	15	23
Slovakkia	21	17
Venemaa	19	15
Šveits	19	15
Belgia (Prantsuse)	16	17
Holland	15	17
Belgia (Flandria)	15	16
Kreeka	18	13
Saksamaa	15	15
Šotimaa	14	15
Rootsi	13	15
Poola	16	12
Taani	14	13
Wales	11	16
Iirimaa	12	14
Inglismaa	9	14
Makedoonia	14	9
Portugal	11	10
Norra	9	8
USA	9	7
Kanada	8	8
Island	9	7
Armeenia	11	1
RIIKIDE KESKMINE	19	17

## Lisa 17: Iga päev sigarette suitsetavad õpilased osalenud maade ja soo järgi

11-AASTASED, %		
Riik	Poisid	Tüdrukud
Gröönimaa	3	3
Venemaa	4	1
Rumeenia	3	1
Makedoonia	2	1
Ungari	1	0
Tšehhi	1	0
Inglismaa	1	1
Ukraina	1	0
Armeenia	0	1
Prantsusmaa	1	0
Poola	1	0
Slovakkia	1	0
Kreeka	1	0
Leedu	1	0
USA	1	0
Austria	1	0
Iirimaa	0	0
Belgia (Prantsuse)	0	0
Luksemburg	1	0
Läti	0	0
Soome	0	0
Itaalia	1	0
Saksamaa	0	0
Hispaania	0	0
Šveits	0	0
Island	0	0
Kanada	0	0
Šotimaa	0	0
Portugal	0	0
Horvaatia	0	0
Belgia (Flandria)	0	0
Taani	0	0
Norra	0	0
Sloveenia	0	0
Wales	0	0
Rootsi	0	0
<b>Eesti</b>	<b>0</b>	<b>0</b>
Holland	0	0
RIIKIDE KESKMINE	1	0

13-AASTASED, %		
Riik	Poisid	Tüdrukud
Gröönimaa	16	25
Tšehhi	6	6
Läti	7	4
Poola	5	5
<b>Eesti</b>	<b>6</b>	<b>3</b>
Slovakkia	6	3
Leedu	6	2
Venemaa	5	3
Rumeenia	4	3
Ukraina	5	2
Šotimaa	4	3
Ungari	4	2
Soome	4	2
Horvaatia	4	2
Wales	2	3
Austria	3	3
Luksemburg	3	3
Hispaania	3	3
Taani	2	3
Prantsusmaa	2	3
Inglismaa	2	3
Belgia (Prantsuse)	3	1
Šveits	3	2
Holland	2	2
Belgia (Flandria)	3	2
Iirimaa	3	2
Saksamaa	2	1
Itaalia	2	2
Kanada	2	2
Kreeka	2	1
Rootsi	2	2
Sloveenia	2	1
Norra	2	0
Portugal	2	1
USA	1	1
Makedoonia	1	1
Island	1	1
Armeenia	1	0
RIIKIDE KESKMINE	3	3

15-AASTASED, %		
Riik	Poisid	Tüdrukud
Gröönimaa	48	48
Ungari	21	19
Horvaatia	21	19
Leedu	26	13
Austria	18	21
Läti	23	14
Tšehhi	16	20
Itaalia	15	16
Ukraina	23	8
Luksemburg	17	14
Soome	15	13
Prantsusmaa	15	14
Sloveenia	14	13
Rumeenia	18	10
Hispaania	11	16
<b>Eesti</b>	<b>16</b>	<b>10</b>
Slovakkia	15	9
Venemaa	15	9
Belgia (Prantsuse)	12	11
Holland	10	12
Belgia (Flandria)	11	11
Šveits	13	10
Šotimaa	10	11
Kreeka	13	8
Wales	8	12
Saksamaa	10	10
Poola	12	8
Taani	10	10
Iirimaa	9	10
Rootsi	7	9
Makedoonia	9	7
Inglismaa	6	9
Portugal	7	6
Norra	6	6
Island	6	5
Kanada	5	5
USA	5	4
Armeenia	8	1
RIIKIDE KESKMINE	14	12

**Lisa 18:** Vähemalt kord nädalas alkohoolseid jooke tarvitanud õpilased osalenud maade ja soo järgi

11-AASTASED, %		
Riik	Poisid	Tüdrukud
Rumeenia	19	11
Armeenia	21	7
Ukraina	14	6
Tšehhi	10	5
Itaalia	10	3
Horvaatia	10	3
Venemaa	7	5
Slovakkia	7	4
Ungari	7	3
Gröönimaa	4	4
Belgia (Prantsuse)	6	1
Prantsusmaa	5	2
Wales	5	2
Makedoonia	5	1
Kreeka	5	1
Taani	4	2
USA	4	2
Läti	4	2
Inglismaa	5	1
Šotimaa	4	2
Leedu	4	1
Rootsi	4	1
Sloveenia	3	1
Poola	2	1
Belgia (Flandria)	3	1
Austria	3	1
Luksemburg	2	1
Šveits	3	1
Kanada	2	1
Hispaania	3	0
<b>Eesti</b>	<b>2</b>	<b>1</b>
Holland	1	1
Iirimaa	2	0
Norra	1	0
Island	1	0
Saksamaa	1	0
Holland	1	1
RIIKIDE KESKMINE	5	2

13-AASTASED, %		
Riik	Poisid	Tüdrukud
Tšehhi	21	17
Ukraina	20	15
Rumeenia	25	10
Horvaatia	20	8
Wales	14	14
Armeenia	20	7
Kreeka	18	9
Itaalia	17	8
Slovakkia	15	9
Inglismaa	10	10
Šotimaa	10	9
Läti	12	6
Taani	9	7
Prantsusmaa	10	6
<b>Eesti</b>	<b>8</b>	<b>8</b>
Venemaa	10	6
Ungari	11	5
Leedu	9	6
Sloveenia	10	4
Belgia (Prantsuse)	8	5
Poola	8	4
Šveits	8	5
Hispaania	8	5
Austria	7	5
Belgia (Flandria)	8	3
Luksemburg	6	5
Gröönimaa	6	3
Kanada	5	4
USA	5	4
Iirimaa	5	3
Norra	5	3
Holland	5	3
Saksamaa	6	2
Makedoonia	5	2
Rootsi	4	3
Soome	4	3
Portugal	3	2
Island	1	3
RIIKIDE KESKMINE	10	6

15-AASTASED, %		
Riik	Poisid	Tüdrukud
Tšehhi	44	33
Kreeka	43	34
Ukraina	44	30
Horvaatia	43	27
Austria	37	28
Itaalia	39	26
Wales	35	29
Šotimaa	29	25
Sloveenia	33	20
Inglismaa	31	22
Ungari	32	20
Belgia (Flandria)	32	16
Belgia (Prantsuse)	27	20
Rumeenia	36	11
Läti	26	21
Hispaania	23	22
Slovakkia	28	16
Taani	26	17
Saksamaa	28	15
Holland	25	18
Leedu	25	17
Luksemburg	26	15
Šveits	26	13
Prantsusmaa	25	13
Armeenia	27	11
Makedoonia	23	12
<b>Eesti</b>	<b>20</b>	<b>13</b>
Kanada	17	13
Poola	17	11
Iirimaa	13	9
Venemaa	13	9
Norra	11	9
Rootsi	11	9
USA	11	9
Portugal	12	6
Soome	7	8
Gröönimaa	6	8
Island	8	5
RIIKIDE KESKMINE	25	17

**Lisa 19:** Elu jooksul kaks või enam korda purjus olnud õpilased osalenud maade ja soo järgi

11-AASTASED, %		
Riik	Poisid	Tüdrukud
Armeenia	10	3
Venemaa	6	6
Ukraina	8	3
Rumeenia	9	2
Läti	8	2
Horvaatia	8	1
Gröönimaa	4	4
Leedu	5	2
Wales	4	2
Tšehhi	5	1
Inglismaa	3	1
Šotimaa	3	1
Slovakkia	3	1
Poola	2	1
Ungari	2	2
Belgia (Flandria)	2	1
Portugal	1	2
Itaalia	2	1
Kanada	2	1
Sloveenia	2	1
Belgia (Prantsuse)	2	1
Taani	2	1
Kreeka	2	1
Prantsusmaa	1	1
Iirimaa	2	1
<b>Eesti</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
Makedoonia	2	0
Šveits	1	1
Hispaania	1	0
Luksemburg	1	1
Austria	1	0
Saksamaa	1	0
Norra	1	0
USA	1	0
Island	1	0
Rootsi	0	0
Holland	1	0
RIIKIDE KESKMINE	3	1

13-AASTASED, %		
Riik	Poisid	Tüdrukud
Läti	25	12
Leedu	20	17
Wales	17	18
<b>Eesti</b>	<b>18</b>	<b>17</b>
Gröönimaa	18	15
Tšehhi	17	14
Šotimaa	14	16
Inglismaa	15	15
Rumeenia	22	7
Ukraina	15	10
Taani	13	12
Venemaa	13	12
Slovakkia	13	11
Horvaatia	16	8
Poola	13	8
Sloveenia	15	5
Ungari	13	6
Armeenia	13	6
Kanada	8	10
Soome	8	9
Hispaania	10	6
Belgia (Prantsuse)	8	7
Portugal	9	6
Šveits	7	6
Iirimaa	7	6
Belgia (Flandria)	7	4
Austria	6	5
Kreeka	7	4
Prantsusmaa	5	4
Luksemburg	5	4
Saksamaa	5	3
Norra	4	4
USA	4	4
Rootsi	3	4
Makedoonia	4	2
Itaalia	4	2
Holland	2	3
Island	4	1
RIIKIDE KESKMINE	11	8

15-AASTASED, %		
Riik	Poisid	Tüdrukud
Taani	55	56
Leedu	57	47
Wales	47	50
Gröönimaa	41	52
Läti	51	42
<b>Eesti</b>	<b>48</b>	<b>42</b>
Šotimaa	40	46
Tšehhi	46	40
Ungari	47	35
Sloveenia	45	36
Inglismaa	38	43
Soome	37	44
Austria	39	31
Slovakkia	39	31
Horvaatia	44	26
Kanada	33	35
Hispaania	31	36
Rumeenia	47	18
Saksamaa	35	27
Ukraina	38	24
Poola	35	27
Iirimaa	30	28
Belgia (Flandria)	32	23
Norra	26	28
Belgia (Prantsuse)	25	23
Rootsi	21	27
Šveits	27	20
Armeenia	37	8
Kreeka	26	19
Venemaa	24	19
Prantsusmaa	26	17
Portugal	23	18
Luksemburg	20	17
Holland	19	17
Island	18	16
Itaalia	19	14
USA	15	13
Makedoonia	19	8
RIIKIDE KESKMINE	34	29

**Lisa 20:** Kanepit proovinud 15-aastased õpilased osalenud maade ja soo järgi

15-AASTASED, %		
Riik	Poisid	Tüdrukud
Kanada	33	33
Tšehhi	31	30
Šveits	35	24
USA	30	26
Hispaania	30	25
Prantsusmaa	30	24
Läti	30	21
Sloveenia	27	19
Inglismaa	22	24
<b>Eesti</b>	<b>27</b>	<b>18</b>
Wales	22	20
Leedu	29	13
Holland	23	19
Belgia (Prantsuse)	23	18
Belgia (Flandria)	23	17
Itaalia	23	16
Šotimaa	22	15
Poola	24	14
Luksemburg	22	15
Gröönimaa	21	15
Slovakkia	21	13
Ungari	19	12
Taani	16	14
Iirimaa	18	12
Austria	14	13
Horvaatia	16	11
Portugal	15	9
Ukraina	18	5
Saksamaa	14	9
Soome	11	8
Island	12	5
Venemaa	11	6
Rumeenia	12	5
Kreeka	11	3
Norra	7	4
Armeenia	7	0
Makedoonia	4	1
RIIKIDE KESKMINE	20	15

**Lisa 21:** Viimase seksuaalvahekorra ajal kondoomi kasutanud 15-aastased õpilased osalenud maade ja soo järgi

15-AASTASED, % seksuaalvahekorras olnutest		
Riik	Poisid	Tüdrukud
<b>Eesti</b>	<b>91</b>	<b>89</b>
Luksemburg	90	84
Kreeka	87	86
Prantsusmaa	90	82
Sloveenia	85	82
Hispaania	81	85
Horvaatia	83	81
Šveits	84	80
Portugal	80	84
Austria	86	77
Poola	78	83
Wales	83	78
Leedu	77	84
Ukraina	82	79
Läti	77	84
Saksamaa	84	75
Itaalia	78	78
Ungari	79	74
Slovakkia	77	76
Makedoonia	76	.
Armeenia	76	.
Holland	75	75
Kanada	75	74
Belgia (Flandria)	79	69
Inglismaa	74	73
Iirimaa	70	77
Šotimaa	72	70
Rumeenia	79	61
Soome	76	63
Norra	75	63
Island	71	64
Rootsi	69	58
RIIKIDE KESKMINE	79	76









ISBN 978-9949-461-26-4 (trükis)  
ISBN 978-9949-461-27-1 (pdf)