

Vaimne ja kognitiivne tervis

Kaia Laidra
Tervise Arengu Instituut

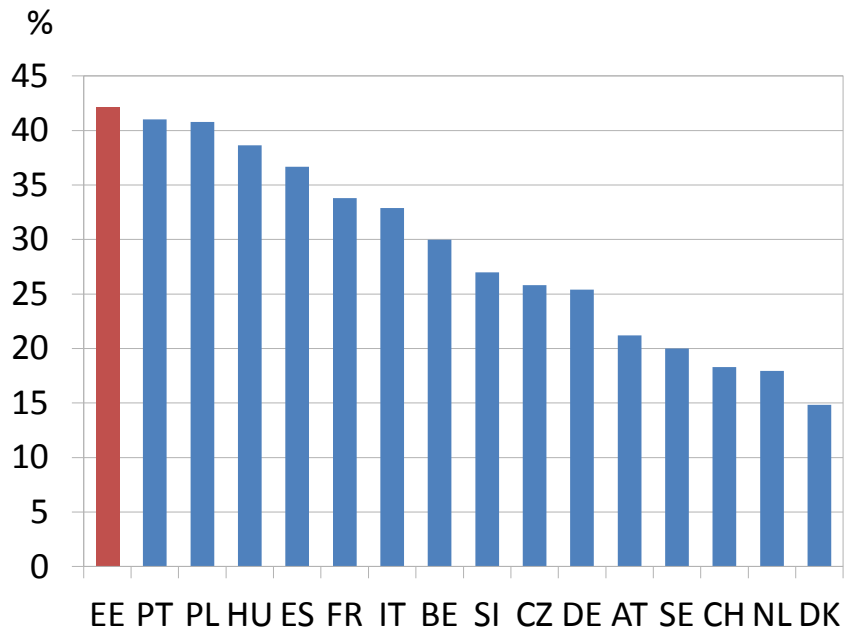
Seminar “Pilk hallile alale: SHARE Eesti uuringu esimene
ülevaade ja soovitused eakate poliitika kujundamiseks”

02.02.2016

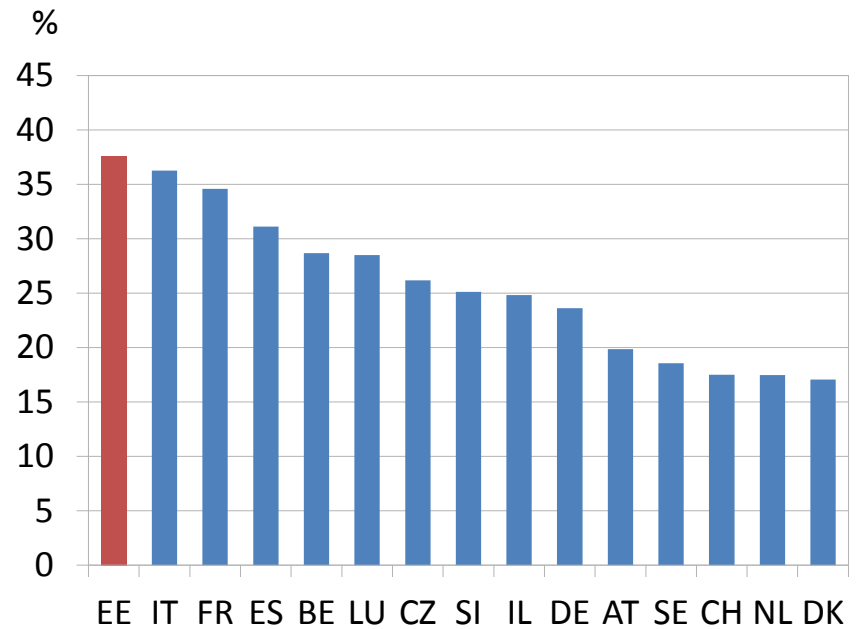
Depressiivsus

Vähemalt 4 depressiooni sümptomiga 55-aastaste ja vanemate vastajate protsent SHARE riikides

4. laine (2010/2011)



5. laine (2013)



Enam kalduvad depressiivsusele:

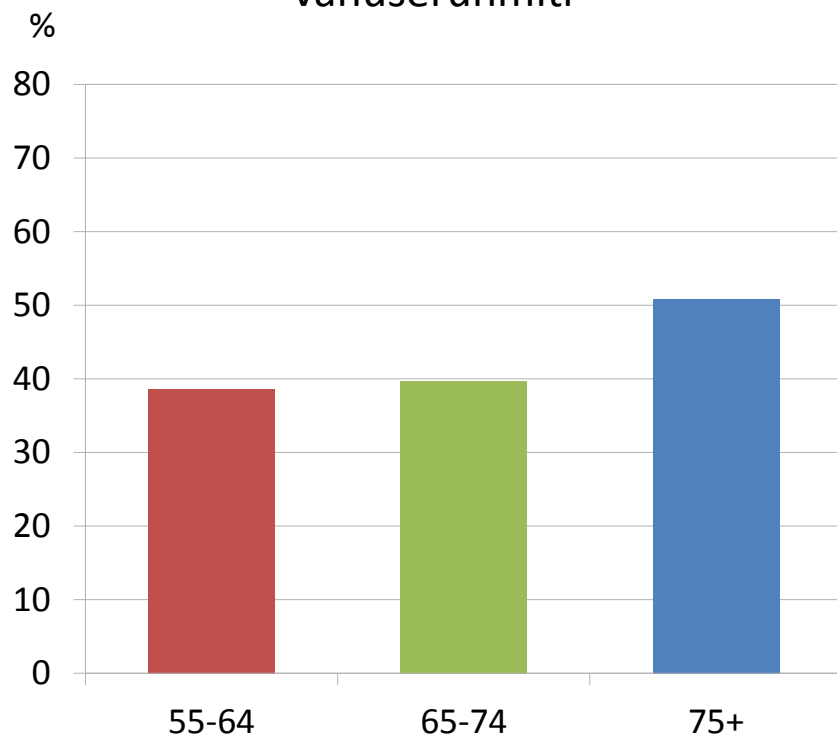
- naised
- vanemad vanuserühmad*
- madalama haridustasemega vastajad
- ilma abikaasa/elukaaslaseta elavad vastajad
- välispäritolu vastajad
- vastajad, kes ei tööta*
- üldiselt halvema tervisega vastajad (madalam tervise enesehinnang, pikaajalised terviseprobleemid, tervisest tulenevad tegevuspiirangud)
- vastajad, kellel on varem depressiooni esinenud

* Seos kaob, kui võtta arvesse tervisega seotud näitajad

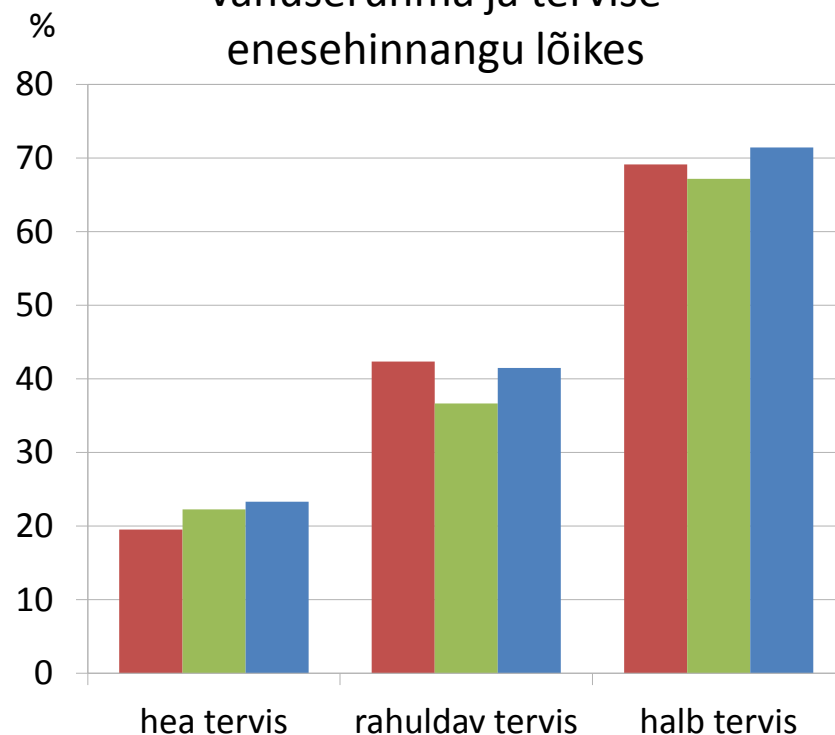
Märkus: Vähemalt 55-aastaste SHARE Eesti vastajate 4. ja 5. laine andmete põhjal

Depressiivsus, vanus ja tervis

Depressiivsete vastajate osakaal vanuserühmiti



Depressiivsete vastajate osakaal vanuserühma ja tervise enesehinnangu lõikes



■ 55-64 ■ 65-74 ■ 75+

Märkus: Vähemalt 55-aastaste SHARE Eesti vastajate 4. laine andmete põhjal

Muutused depressiivsuses

Depressioon on püsiv: 59% vastajatest, kes olid 4. laines depressiivsed, olid seda ka 5. laines.

Kahe laine vahel muutusid depressiivsemaks:

- kõik eelnevad riskitegurid jäid püsima
- vastajad, kelle abikaasa/elukaaslane lahkus leibkonnast
- vastajad, kelle üldine tervis halvenes (tervise enesehinnang langes, tekkis pikaajaline terviseprobleem ja/või oluline tegevuspiirang)

Märkus: vähemalt 55-aastaste Eesti vastajate 4. ja 5. laine andmete põhjal

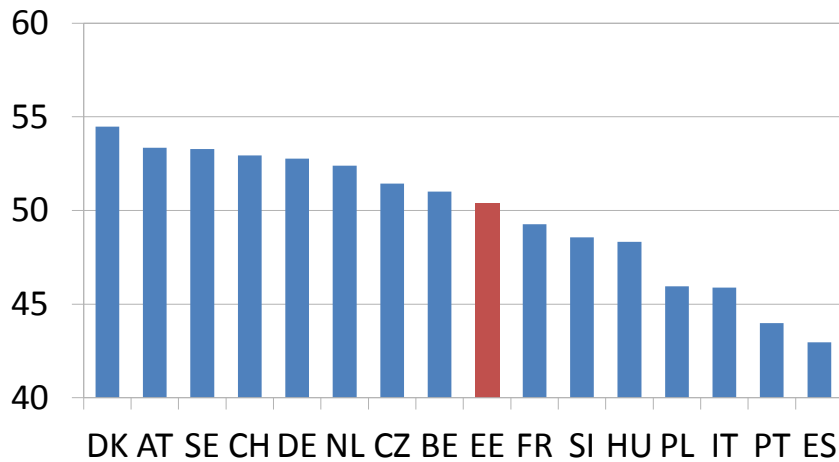
Depressiivsust peetakse normaalseks?

- 42% Eesti vastajatest olid küsitluse toimumise ajal depressiivsed
- 28% Eesti vastajatest ütles, et neil on olnud elu jooksul depressiooni
- 33% neist olid depressiooni ravinud

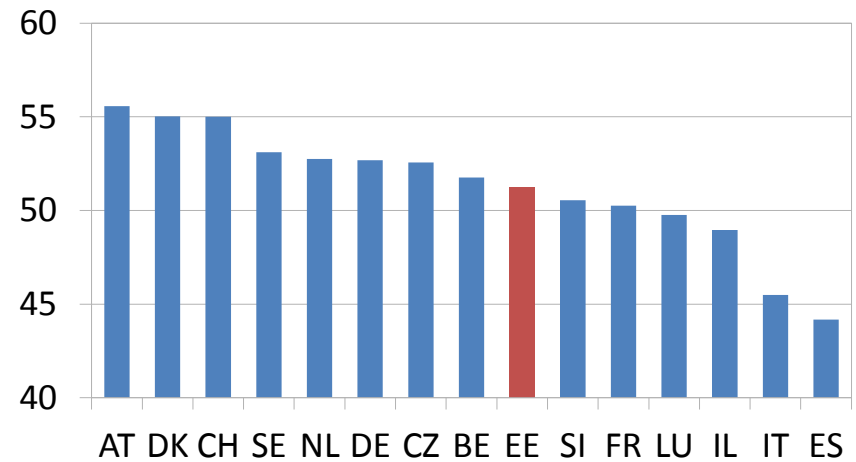
Kognitiivsed funktsioonid

Vähemalt 55-aastaste SHARE vastajate 3 kognitiivse testi koondskooride keskmised riikide kaupa (T-skoorid)

4. laine (2010/2011)



5. laine (2013)

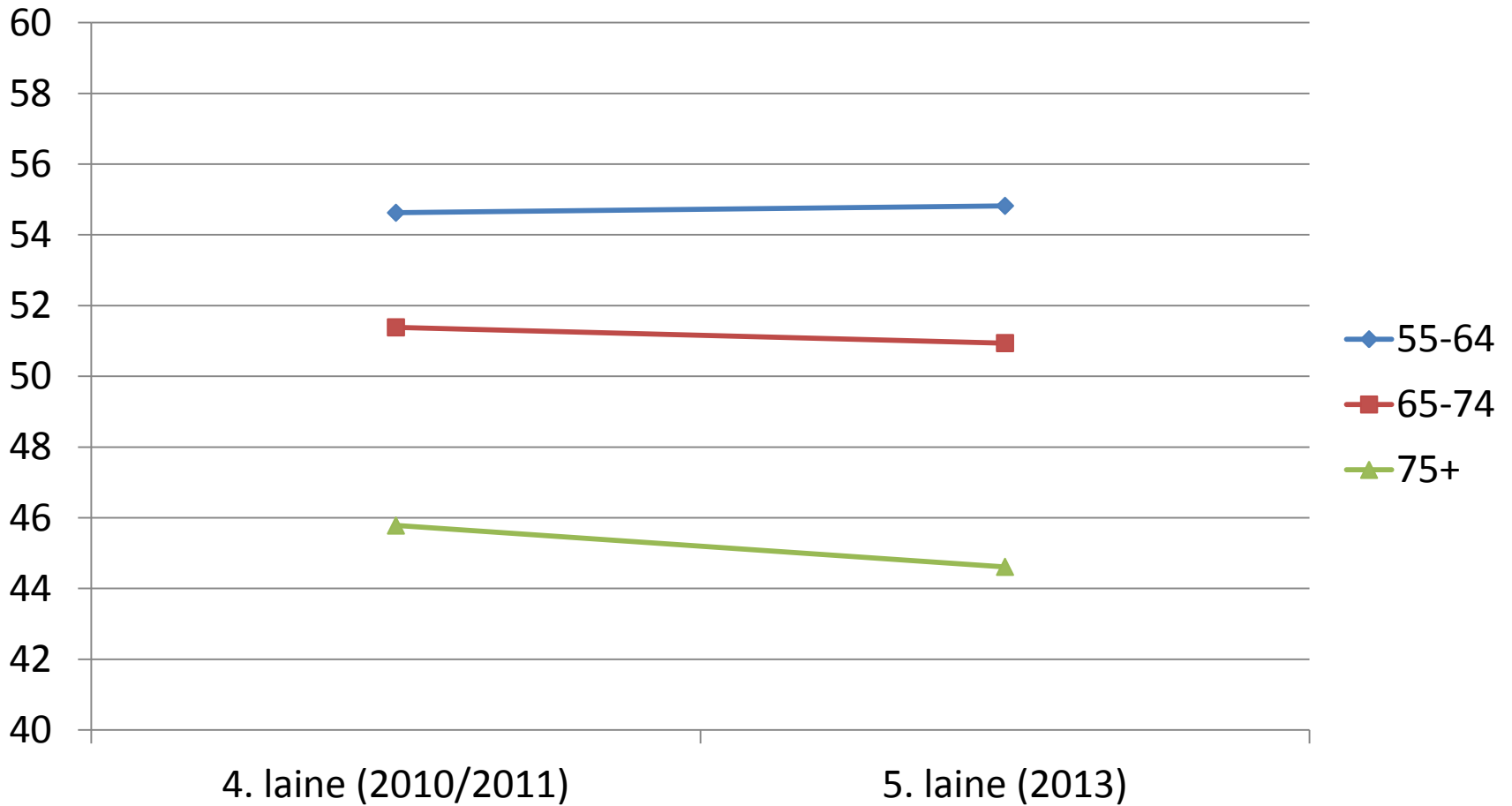


Kognitiivseid teste tegid paremini:

- naised
- nooremad vanuserühmad
- kõrgema haridustasemega vastajad
- koos abikaasa/elukaaslasega elavad vastajad
- põlispäritolu vastajad
- töötavad vastajad
- parema üldise tervisega vastajad (kõrgem tervise enesehinnang, pikaajalised terviseprobleemid puuduvad, tervisest tulenevad tegevuspiirangud puuduvad)
- vastajad, kes ei olnud küsitluse toimumise ajal depressiivsed
- vastajad, kellel ei olnud varem depressiooni esinenud

Märkus: vähemalt 55-aastaste SHARE Eesti vastajate 4. ja 5. laine andmete põhjal

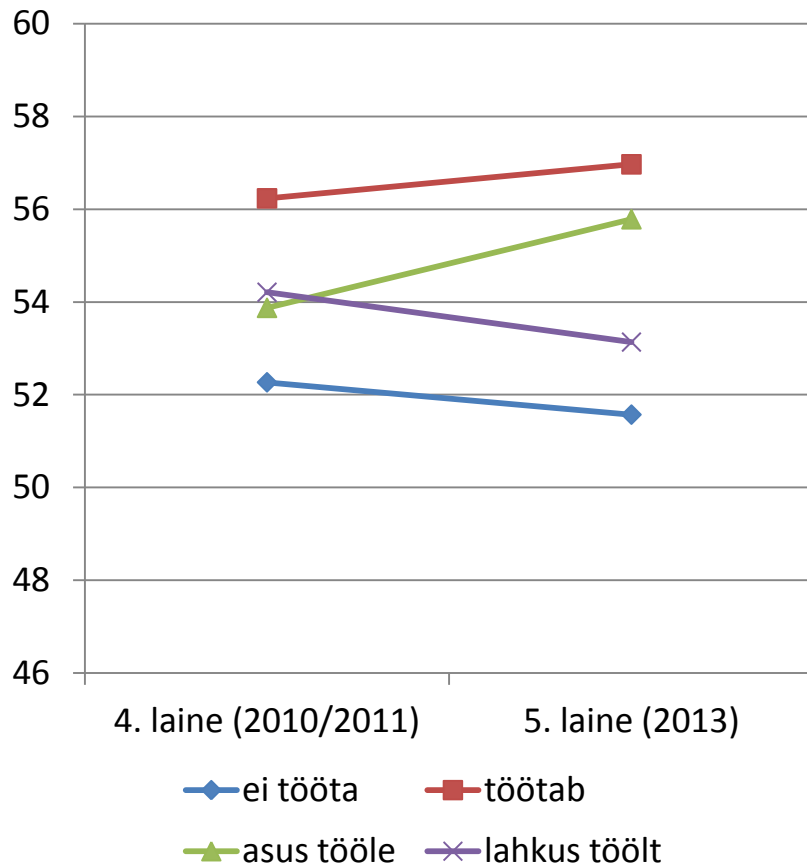
Kognitiivsete võimete muutus



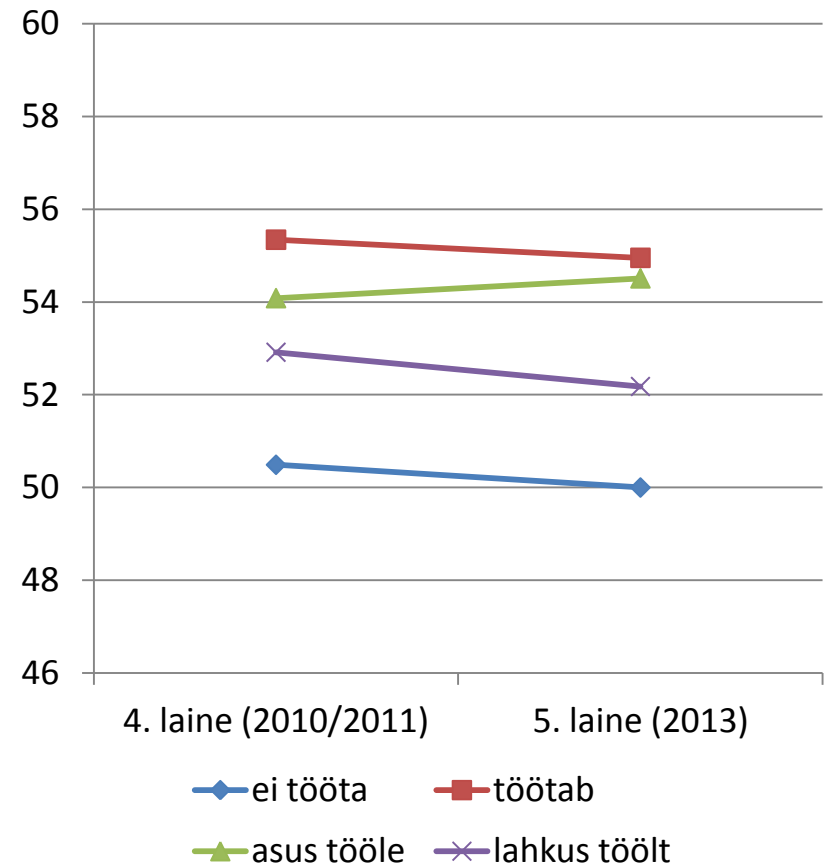
Märkus: vähemalt 55-aastaste SHARE Eesti vastajate 4. ja 5. laine andmete põhjal

Kognitiivsete võimete muutus sõltuvalt hõiveseisundist

4. laines 55-64-aastased vastajad

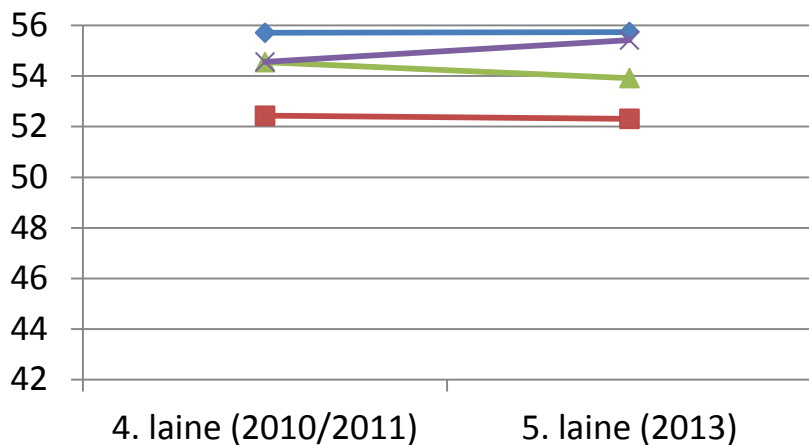


4. laines 65-74-aastased vastajad

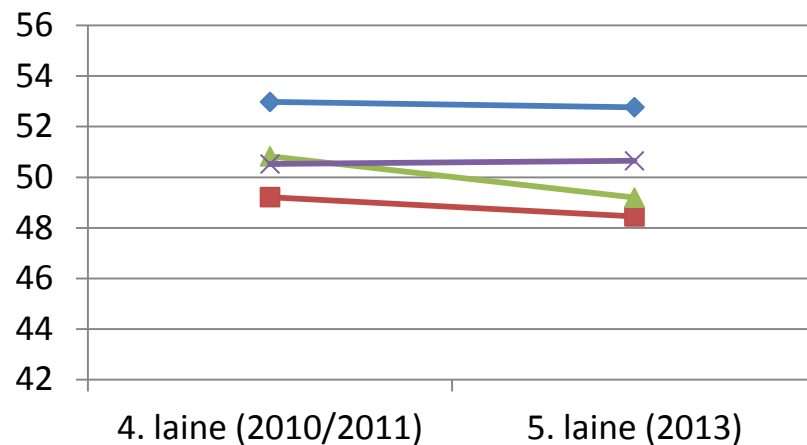


Kognitiivsete võimete muutus sõltuvalt depressiivsusest

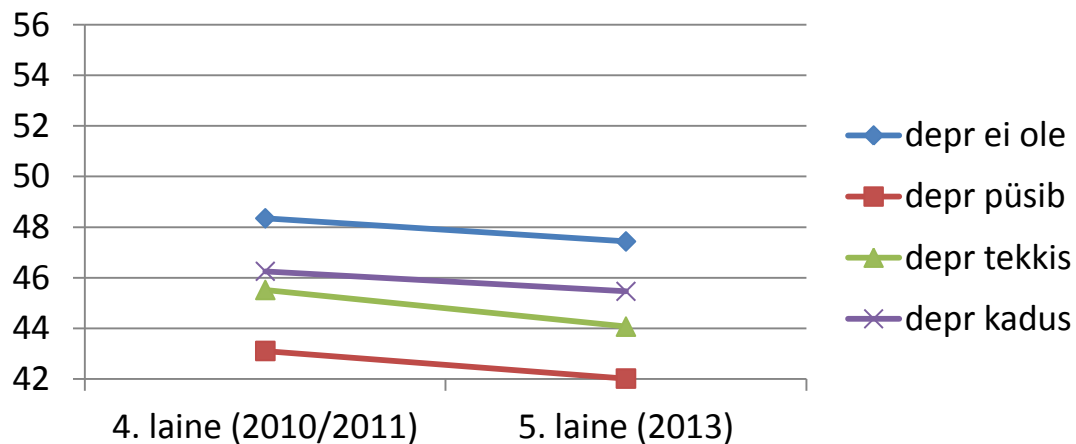
4. laines 55-64-aastased vastajad



4. laines 65-74-aastased vastajad



4. laines vähemalt 75-aastased vastajad



Järeldused ja soovitused

- Eesti vanemaealiste vaimne tervis vajab enam tähelepanu.
- Vaimsete ja kognitiivsete probleemide risk on suurem üle 75-aastastel, madalama haridustasemega, ilma partnerita elavatel, välispäritolu ja terviseprobleemidega inimestel.
- Vaimse ja kognitiivse tervise säilitamiseks soodustada vanemaealiste aktiivsust ja üldist tervist toetavaid eluviise.