



Tervise Arengu Instituut
National Institute for Health Development



Lühiülevaade kanepi tarvitamisest Eestis

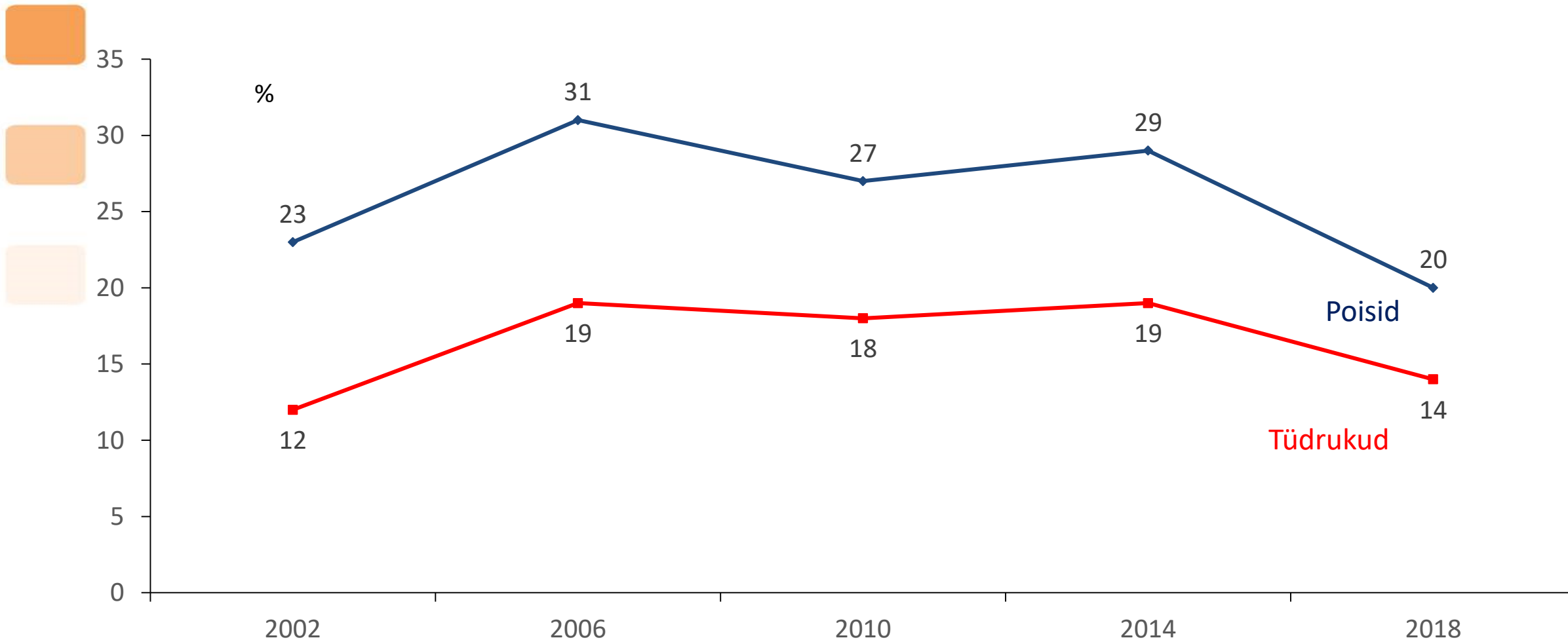
Katri Abel-Ollo, Sigrid Vorobjov, Aljona Kurbatova

Tervise Arengu Instituut

12.11.2019

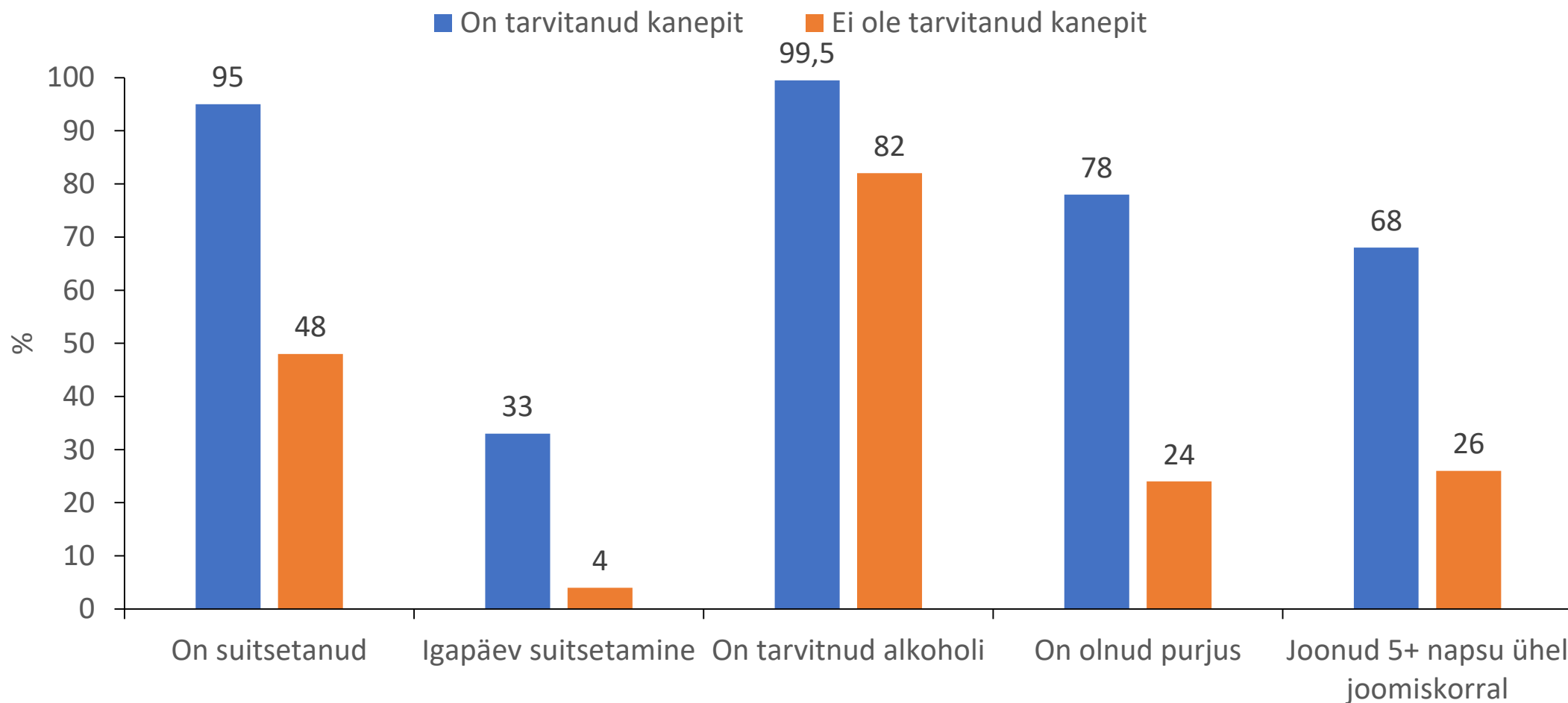


Kanepit tarvitanud 15-aastaste õpilaste arv langeb



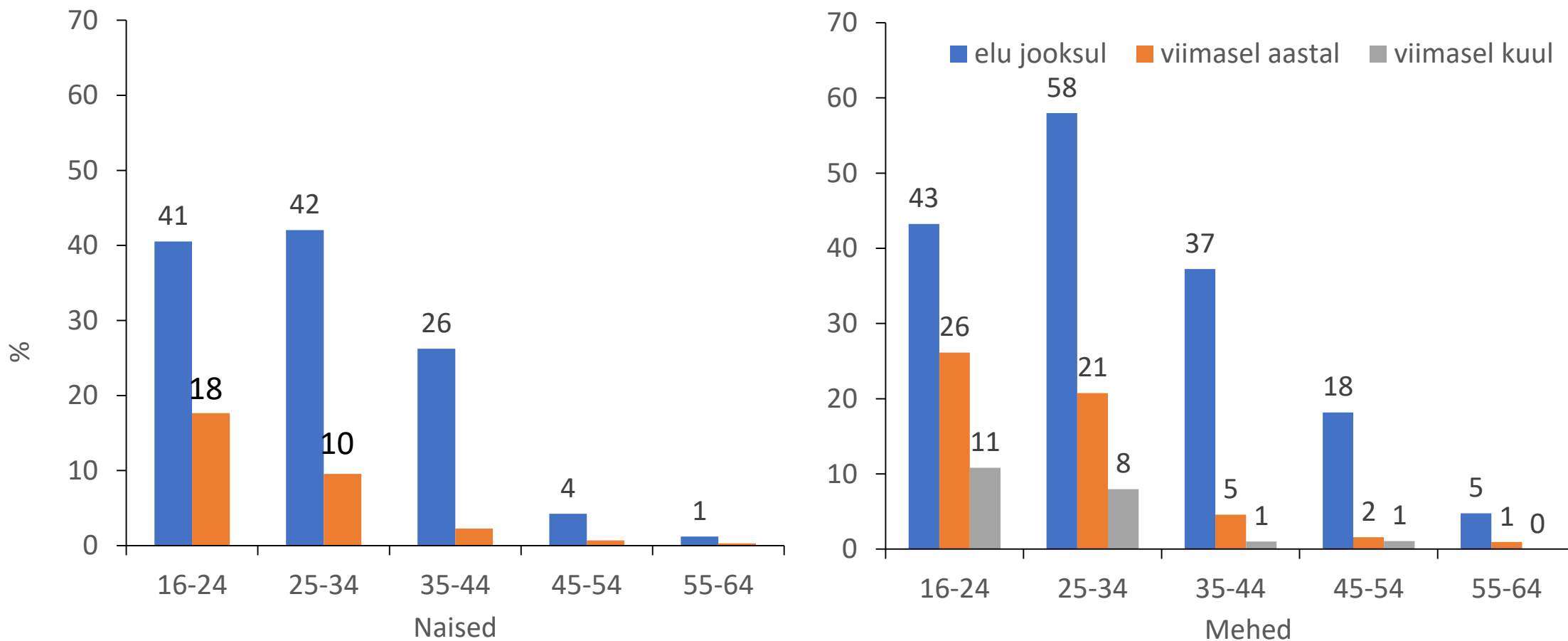


Kooliõpilaste kanepi tarvitamine on seotud sigarettide suitsetamise ja alkoholi tarvitamisega



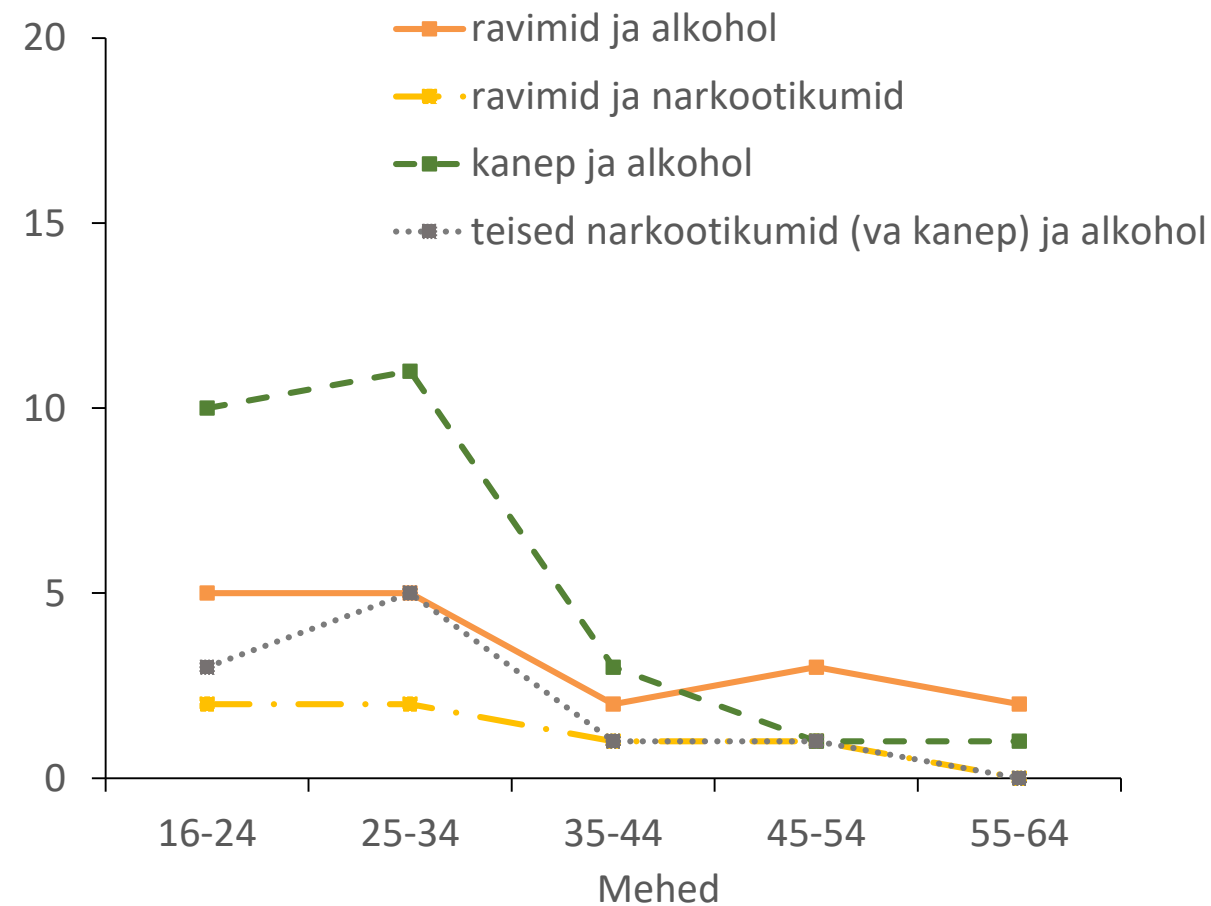
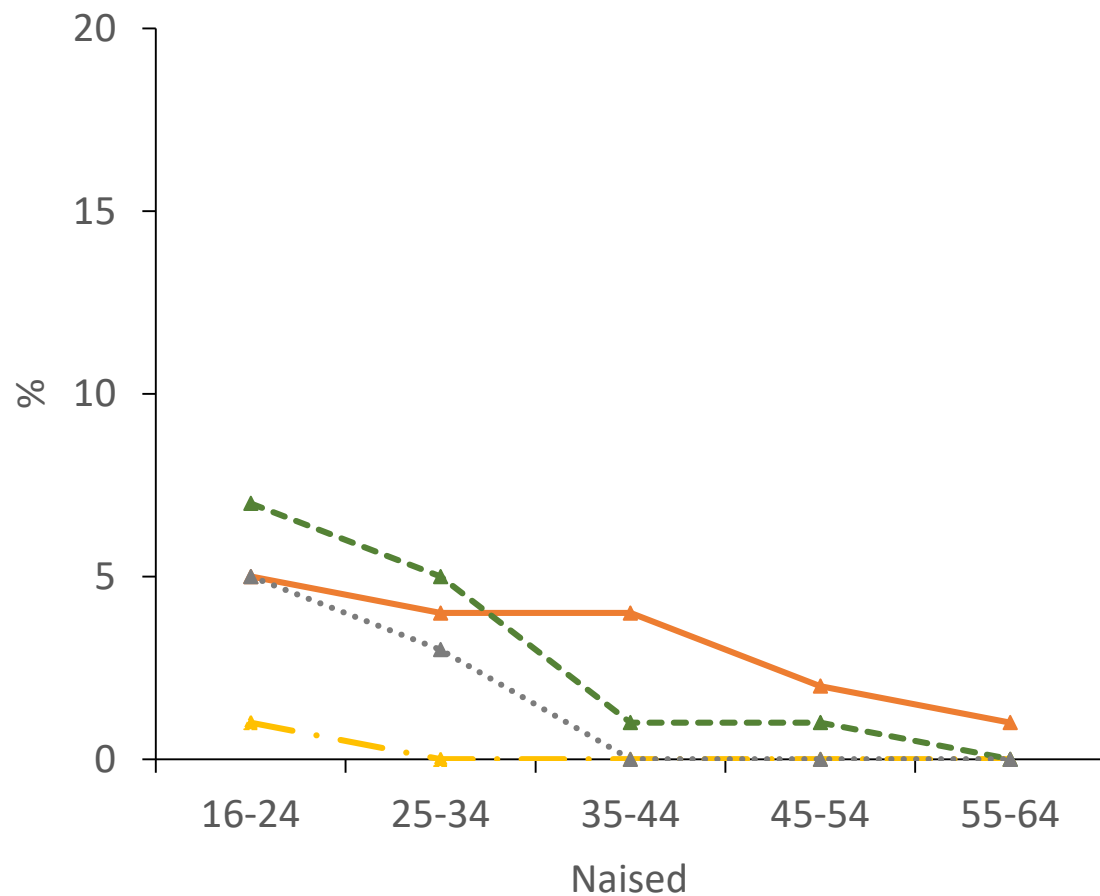


Kanepi tarvitamine 16-64 aastaste Eesti elanike hulgas vastavalt vanusele ja soole





Erinevate uimastite samaaegne tarvitamine 16-64 aastaste Eesti elanike hulgas



Uimastite tarvitamist mõjutavad erinevad põhjused

Ühiskondlikud tegurid, näiteks

- ühiskondlikud hoiakud
- häbimärgistamine
- diskrimineerimine
- sissetulek ja elutingimused

Kogukondlikud tegurid, näiteks

- koolikliima ja kooli kuuluvustunne
- sotsiaalne sidusus
- tervishoiu- ja sotsiaalteenuste kättesaadavus
- uimastite kättesaadavus, ligipääs uimastitele

Inimestevahelised tegurid, näiteks

- lapse areng ja selle õigeaegne toetamine
- väärkohtlemine ja hooletusse jätmine
- vägivald
- pereliikme uimasti tarvitamine

Individuaalsed tegurid, näiteks

- vastupanuvõime, säilenõtkus
- vaimne tervis
- geneetiline eelsoodumus



Eestis rakendatud tõenduspõhised ennetusprogrammid

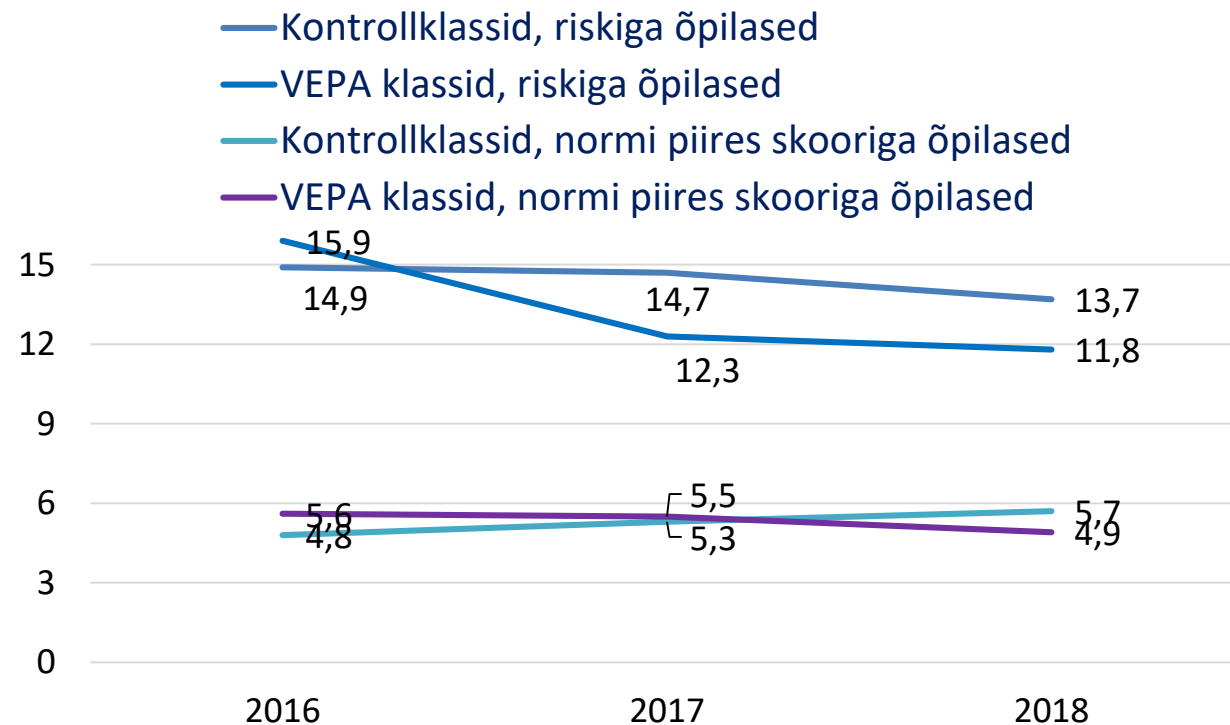
- **VEPA** (Good Behavior Game) – klassipõhine ennetusprogramm, alates 2014
- **KiVa** – koolidele suunatud kiusamise vähendamise programm, mis põhineb Turu ülikoolis välja töötatud programmil, alates 2013
- **Imelised aastad** (Incredible Years) – vanemlusprogramm, mis on välja töötatud USAs ja kasutusel enam kui 20 riigis, Eestis alates 2014

VEPA mõju maailmas ja Eestis on tõestatud

Metoodika rakendamine 1. õppeaasta vältel ennetab:

- koolist väljalangemist,
- õigusrikkumisi,
- vaimse tervise probleemide teket ja süvenemist,
- alkoholi, tubakatoodete ja narkootikumide proovimist ja uimastisõltuvuse teket (Kellam jt, 2008, Poduska jt 2008, Wilcox jt 2008, Kellam jt 2014)

Õpilaste vaimse tervise raskused VEPA klassides Eestis vähenesid oluliselt



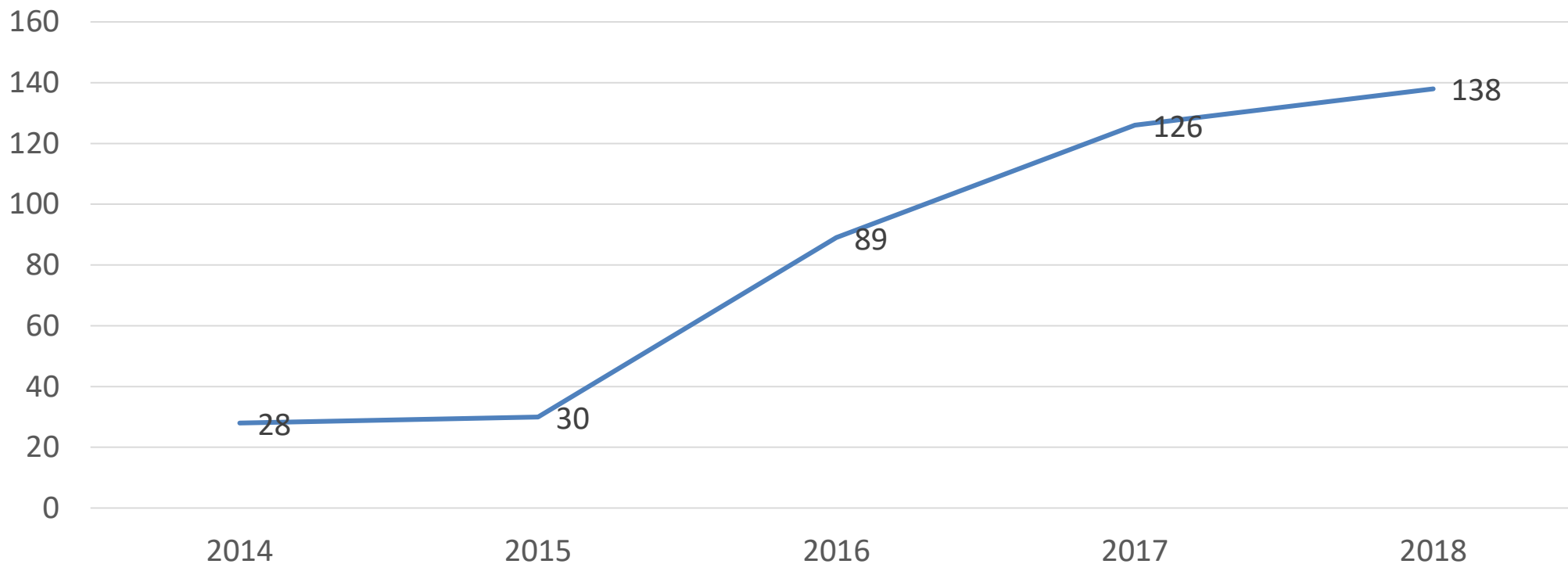


Eestis kättesaadavad abivõimalused

- **Mitmedimensiooniline pereteraapia** (Multi-Dimensional Therapy) – perekonnapõhine sekkumine noorukitele, kes tarvitavad psühhoaktiivseid aineid, hälbiva käitumise ja sellega seonduvate käitumuslike ja emotsionaalsete probleemide tegelemiseks
- **Laste ja noorte vaimse tervise keskused** – SA Tallinna Lastehaigla, SA Tartu Ülikooli Kliinikum, SA Pärnu Haigla ja SA Ida-Viru Keskhaigla. Lisaks keskustele on olemas ka regionaalsed vaimse tervise kabinetid, kus nõustamist on võimalik saada ka lähedastel.
- **VALIK** – täiskasvanud kanepitarvitajatele suunatud nõustamisprogramm. Ühe kuni kuue nõustamissessiooni vältel suunavad nõustajad klienti kanepi tarvitamist vähendama või lõpetama.
- **Ravi** – psühhiaatriline abi, lühiajaline ravi kanepisõltuvusega patsientidele (SA Viljandi Haigla), alaealiste ravi (SA Tallinna Lastehaigla ja SA Ida-Viru Keskhaigla).
- **Narko.ee** – teave nõustamisteenuste ja ravivõimaluste kohta



Kannabinoideide tarvitamisest tingitud psüühika- ja käitumishäired (F12)



*ambulatoorsed vastuvõttud



Kanepi tarvitamine ja mõju tervisele

Viimase aasta jooksul kanepit tarvitanutest tarvitas

71% meelelahutuslikul eesmärgil

29% meelelahutuslikul ja ravi eesmärgil ilma arsti soovituseta

0% ainult ravi eesmärgil

Kanepit tarvitanutel esines sagedamini depressiooni sümptomeid

viimase aasta jooksul tarvitanutel: 18% vs 12%

viimase kuu jooksul tarvitanutel: 20% vs 12%

Seoses kanepi tarvitamisega esines:

viimase kuu jooksul tarvitanutest igal neljandal probleeme kodus või paarisuhetes



Rahvas tunnetab uimastite tarvitamist probleemina

- 91% täiskasvanud rahvastikust pidas uimasteid (sh narkootikume ja alkoholi) Eestis probleemiks
- 57% hindas uimasteid suureks ja 34% mõõdukaks probleemiks
- 42% uuringus osalenutest on tundnud hirmu kellegi teise uimastitarvitamise tõttu vägivalla ohvriks sattumise pärast



Kulub aastaid, kuni selgub legaliseerimise tegelik mõju rahva tervisele

Teiste riikide kogemusel seostatakse legaliseerimist järgnevaga:

- Muutused noorte kanepitarvitamises:
 - tunnetavad kanepi tarvitamist vähem riskantsena
 - tarvitajad tarvitavad sagedamini kui varem
 - tarvitamisega alustatakse varem
- Sagedasem sõltuvuse esinemine ning kasvav ravivajadus
- Kanep kättesaadavam ka vaimse tervise probleemidega inimestele



Teiste riikide kogemusel seostatakse legaliseerimist järgnevaga:

- Enam kanepi tarvitamisega seotud liiklusõnnetusi ja traumasid (eriti probleemne alkoholiga koostarvitamine):
 - USAs ja Kanadas on purjus juhtimise ja surmaga lõppenud õnnetuste põhjustajana kanepi tarvitamine esimesel kohal.
 - USAs on oluliselt tõusnud kanepijoobes sõiduki juhtimine nädalavahetusel (2007 vs 2013/2014).
 - Kanadas on tõusnud õnnetusjuhtumite arv, kui lapsed on kogemata tarvitanud vanemate kanepit.



Teiste riikide kogemusel seostatakse legaliseerimist järgnevaga:

- Vähenenud konfiskeerimised ja arreteerimised (USA).
- Kanepi legaliseerinud USA osariikides on illegaalne kanepiturg vähenenud. Suurenenud on kanepiga kaubitsemine osariikidega, kus kanep ei ole legaalne.
- Kanepi hind on langenud ja puhtusaste suurenenud, toodetel laiem variatsioon (õlid, toidud jne) (USA).

Allikad:

Hall W, Stjepanovic D, et al., 2018. Public Health implications of legalising the production and sale of cannabis for medical and recreational use. *The Lancet. Drug Use*, October, 2019

M Huestis. Future perspectives on the positive and negative effects of cannabinoids and health. 2019 Lisbon Addictions presentation.



Kanepi tarvitamisega on seotud:

- Veel arenevas ajus muudab tarvitamine ajuehitust ja toimimist
- Alaealiste õppimiskused, koolis mahajäämus
- Halvenenud peresuhted, halvem suhe laste ja vanemate vahel
- Agressiooni ja hälbiva käitumise suurenemine
- Positiivse suhtumise tekkimine narkootikumide tarvitamisse
- Sõltuvusse jäämise risk (kanepisõltuvus esmane diagnoos ravile pöördumisel)
- Suurem tõenäosus liiklusõnnetusteks, traumadeks

Allikad:

Hall W, Stjepanovic D, et al., 2018. Public Health implications of legalising the production and sale of cannabis for medical and recreational use. The Lancet. Drug Use, October, 2019

M Huestis. Future perspectives on the positive and negative effects of cannabinoids and health. 2019 Lisbon Addictions presentation.