

Eesti Vähiliidu tegevus 2009. aastal

Eesti Vähiliit peab oma tegevuse prioriteediks terviseedendust ja inimeste terviseteadlikkuse tõstmist, et sellega ennetada vähktõbe meie elanikkonna hulgas.

I EMAKAKAELA ENNETAMISE KAMPAANIA

19.-31. jaanuar 2009 toimus rahvusvaheline emakakaelavähi ennetusnädal **„Emakakaelavähi vältimise võimalikkusest“** Eesti Vähiliit soovis suunata avalikkust ning meie poliitikuid suhtuma senisest aktiivsemalt ja vastutustundlikumalt Eesti inimeste elukvaliteeti. Seetõttu organiseerisime 19. jaanuaril Riigikogu valges saalis ümarlaua teemal **„Üheskoos emakakaelavähi vastu“**

Avasõnad Riigikogu Sotsiaalkomisjoni esimees Heljo Pikhof

- „Emakakaelavähi ennetuse arengusuunad Euroopas“
- „Emakakaelavähi peamised tekkepõhjused. Inimese Papilloomiviiruse (HPV) levimus“ prof Anneli Uusküla, TÜK Naha- ja suguhaiguste kliinik
- „Emakakaela vähieelsed seisundid „ – prof. Helle Karro, TÜK Naistekliinik
- „Emakakaelavähk ja naise tervis“ – dr Kersti Kukk, PERH Naistehaiguste osakond
- „Emakakaelavähi sõeluuring Eestis“ – Piret Veerus TAI
- „Naiste teadlikkus ja valmisolek osaleda sõeluuringutes“ – Sirje Vaask Haigekassa
- „Vaktsineerimine emakakaelavähi vastu“ – dr Airi Pöder, TÜK Naha- ja suguhaiguste kliinik
- „Riiklik vaktsineerimiskalender ja selle perspektiivid“ dr Matti Maimets, TÜK infektsioonihaiuste kateeder

Pressikonverentsil kuulutasime välja fotokonkursi teemal „Eesti naine- terves kehas terve vaim“

Konkursile laekus üle 100 foto eesti naistest erinevatest eluvaldkondadest. Fotode autoriteks olid professionaalsed ja asjaarmastajad fotograafid. Fotonäituse avasime naistepäeval Tallinna Ülikooli Akadeemilise Raamatukogu fuajees. Näitus oli avatud 5.märtsist 30-nda aprillini. Parimad fotod eksponeerisime Viru Keskuse III korrusel. Fotonäitus oli avatud 17-nda maini. 14-st parimast fotost valmis Vähiliidu 2010. aasta heategevuskalender, mida jagasime perearstidele, günekoloogidele ja heategevuskontserdil osalejatele.

Kampaania kajastamine meedias

Järva Teataja „Emakakaelavähki saab vältida” 20.jaanuar
Postimees „Haigekassa kutsub naised vähiuuringutele” 21.jaanuar
Linnaleht „Käimas on emakakaelavähi ennetuse nädal” 21.jaanuar
Buduaar.ee Vaktsiiniga vähi vastu 23.jaanuar
Terviseleht „Kontrolli terviseks” 27.jaanuar
Õhtuleht „Heategevusliku kalendri jaoks terveid naised pildistama”
Maalehes, Ärge muretsege, minge uuringutele” 29.jaanuar
Den za dnjom „Kingi endale kindlustunne” 30.jaanuar
Põhjarannik „Naised kutsutakse vähi varajase avastamise uuringutele” 31.jaanuar
Severnoje poberezje „Naised kutsutakse vähi varajase avastamise uuringutele”
Cosmopolitan Väike süst võib olla elupäästja 1.vebruar
Ajakiri „Anne” „Jutud ümber löikuse” 2.vebruar
„Enneta emakakaelavähki”
Eesti Päevaleht „Hoolivus aitab ennetada seksuaaltervise probleeme” 4.vebruar
Ajakiri Kodutohter Kutse emakakaelavähi ja rinnavähi sõeluuringule” 9.vebruar
Meditšiniuudised „ Kas riik peaks rahastama HPV vaktsineerimist” 10.vebruar
Zdorovje dlja vseh „Vaktsineerimine naiste kaitseks” 10.vebruar
Tarbija 24.ee Arstid nõuavad HPV vaktsiinile riigi toetust” 11.vebruar
Päevaleht „Naiste teadlikkus on suurim jõud emakakaelavähi vältimisel” 12.vebruar
Koit „Naistearst Lee Padrikuga haigusest, millesse suri Eva Peron” 14.vebruar
Õhtulehes „Sõeluuringus saab vähi varakult avastada” 17.vebruar
Regionaalhaigla kuukiri „Rahvusvaheline emakakaelavähi nädal” veebruar

Televisioon

Emakakaelavähi ennetusklipid olid ETV, Kanal 2 ja Kanal 11
ETV Tervisesaade veebruaris
Kanal 2 Reporter Dr. Inga Aavik „Emakakaelavähi vastu vaktsineerimine” 13.vebruar
Pervõi Baltiski kanal Kokkuvõtte pressikonverentsist 21.jaanuar

Raadiod

Vikerraadios andis intervjuu Piret Veerus

Raadio KUKU's andis intervjuu Terje Raud

Raadio 4 andsid intervjuud Lee Padrik ja Maie Egipt

Kampania teavitusmaterjalid:

- **Kordustrükk brošüürile „Teadmisi emakakaelavähist“** nii eesti kui ka vene keeles
- Tootsime **flaieri „Kingi endale kindlustunne“** nii eesti kui ka vene keeles, mis läks jagamiseks perearstidele ja inserdina ajakirja „Anne“ vahele.

Tagasiside projektis osalevatelt asutustelt ja projekti sihtrühmalt

- Kuidas on emakakaelavähi ennetamise teavitamise kampaniad mõjutanud projektis osalemist?
-
- Naiste teadlikkus mõjutab oluliselt emakakaelavähi ennetamise projektis osalemist. Eriti paistab see silma naistearsti igapäevatoös. Kampania ajal korraldatavate pressikonverentside, ajaleheartiklite ning meedias avaldatavate saadete mõjul tõuseb oluliste nende naiste hulk, kes vastuvõtule tulles tunnevad ise huvi emakakaela analüüside ja vähi ennetamise vastu. Projektis osalemise tõus on märgatav aasta jooksul, mitte ainult ennetamise nädala ajal.
- Sellel aastal korraldas Eesti Vähiliit emakakaelavähi ennetamise nädalal pressikonverentsi Riigikogus, kus esmakordselt said ühisel ümarlaul kokku poliitikud, Sotsiaalministeeriumi esindajad, oma eriala meditsiinispetsialistid, ühiskondlike organisatsioonide ning pressis esindajad. Sellisel viisil on võimalik esitada kõigi osapoolte arvamusi emakakaelavähi ennetamise paremaks planeerimiseks.
- Mitmetes kirjutava meedia väljaannetes ja televisioonis (raadios) esinesid naistearstid ning selgitasid emakakaelavähi ennetamise võimalustest. Meediaväljaannetes avaldatud artiklid omavad kindlat positiivset mõju naiste teadlikkuse tõusule.
- Eesti emakakaelavähi ennetamise kampaniad on saanud tunnustuse ka Euroopa Emakakaelavähi assotsiatsiooni (ECCA European Cervical Cancer Association) poolt. 2009 aastal rahvusvahelise emakakaelavähi ennetamise nädala raames korraldatud konverentsil Brüsselis pälvis Eesti preemia (Wisdom pearl price), millega tõsteti esile meie teavitamistevõlv.

Terje Raud
TÜ Kliinikmi naistekliinik
Naistearst, vanemarst-õppejõud,

Projektiga saavutatud tulemused:

TNS EMOR-i uuring tervishoiu ja kasvajatema käsitlest 2008 aastal Eesti trükimeedias kinnitab, et Vähiliidu teavituskampaaniad olid edukad – ligemale 1000 artiklit ühe aasta jooksul toetas muuhulgas teadlikkuse tõusu rinna- ja emakakaelavähi sõeluuringutest siinsete naiste seas 97%-ni.

Eesti Vähiliidu korraldatud emakakaelavähi varajase avastamise kampaania 2009-ndal aastal koostöös Haigekassa ja Tervise Arengu Instituudiga sai hea meediakajastuse. Loodame, et tänulikud on ka naised, kes artiklite, tänavareklaamide, TV klippide tõttu on saanud targemaks ja tulnud tervisekontrolli ning saavad õigeaegselt jälle varajases staadiumis olevale kasvajale. Eesti Vähiliidu kodulehele on kirjutanud mitmed naised, kes eelnevalt on loobunud osalemast sõeluuringus, kuid nüüd sooviksid seda teha. Paljud naised on helistanud Vähiliitu ja esitanud kodulehe kaudu küsimusi meie meditsiininõunikule. Elanikkonna teavitamine on katkematu protsess ja oluline on hoida vähkkasvaja teemat päevakorras, laiendades selle käsitusnurki. Usume, et on paranenud Eesti naiste teadlikkus ka emakakaelavähi täiendavate ennetusvõimaluste kohta. Eesti läbiviidav emakakaelavähi skriining ja ennetamise kampaania on saanud tunnustuse ka Euroopa Emakakaelavähi assotsiatsiooni (ECCA European Cervical Cancer Association) poolt. 2009 aastal rahvusvahelise emakakaelavähi ennetamise nädala raames korraldatud konverentsil Brüsselis saime preemia „Tarkuse pärl” (Wisdom pearl price), millega tõsteti esile Eesti poolt hästi organiseeritud emakakaelavähi skriiningut ja teavitamistegevust.

II Uue mammograafiabussi presentatsioon märts 2009, Estonia teatri ees ja koosviibimine Talveaias

Presentatsioonile kutsusime Vähiliidu sponsoreid, mammograafiabussi suuremad toetajad ja meedia esindajad. Uus mammograafiabuss anti rinnavähi sõeluuringute jätkamiseks üle Tartu Ülikooli Kliinikumile.

III RINNAVÄHI ENNETAMISE KAMPAANIA „ÄRA JÄÄ HILJAKS”

toimus juba Eestis kolmandat aastat ja teadvustas inimestele, et varases staadiumis avastatud rinnavähk on ravitav ja kutsus naisi osalema sõeluuringus.

Kahjuks on rinnavähk üks sagedamini esinevaid naiste pahaloomulisi kasvajaid kogu maailmas ja ka Eestis. Kuna rinnavähk on kergesti avastatav mammograafilise uuringu abil oli meie kampaania oluliseks eesmärgiks naiste teadlikkuse suurendamine ja tagamine naiste sõeluuringutest aktiivsem osavõtt.

Iga kampaaniaga on kaasnenud **pressikonverents**, kus on esinenud oma ala asjatundjad, patsiendid ja arvamused, et võimalikult suurt meediapinda haarata.

Pressikonverents teemal „Varakult avastatud rinnavähk on ravitav toimus 4. mail k.a. kell 11.00 Viru hotelli konverentsikeskuses II korruse Allegro saalis.

Konverentsi avas:

- Dr. Vahur Valvere, PERH Onkoloogiakeskuse onkoloog-ülemarst, Eesti Vähiliidu juhatuse esimees

Ettekannetega esinesid:

- Tatjana Muravjova, Rinnavähi ennetuskampaania patroon, Riigikogu ja Sotsiaalkomisjoni liige „**Mina tean, mida peavad üle elama vähahaiged**”
- Dr. Sulev Ulp, Tartu Ülikooli Kliinikumi radioloog
"10 aastat rinnavähi sõeluuringut Eestis - mida me oleme sellest õppinud?"
- Sirje Vaask, Eesti Haigekassa tervishoiu peaspetsialist
„**Vähiskriiningute hea praktika täna ja edaspidi**“
- Esta Kaal, EMOR suunajuht
EMOR-i uuring „Tervishoiu ja vähkkasvaja temaatika kajastamine trükimeedias 2008 aastal”

Projekti kajastamine meedias

1. **Maaleht** – Targu Talita 07. mai 2009
Roosa Lint – lootuse sümbol
2. **Linnaleht** 13. mai 2009
Sõeluuringul avastatakse rinnavähk õigel ajal
3. **Hippokrates** aprill 2009
Rinnavähi sõeluuringud saavad uue hoo
4. **Elukiri** 5. mai 2009
Pärast rinnavähki
5. **Eesti Päevaleht** 21. mai 2009
Rinnavähk ei kao iseenesest – parem on see õigel ajal avastada
6. **Kodutohter** mai 2009
Kampaania „Ära jää hiljaks“ kutsub naisi sõeluuringule
Rinnavähi ennetustöö heategevusüritus
7. **Med24.ee** 13. mai 2009
Uuenenud rinnavähk.ee aitab kaasa haiguse avastamisele ja ravitulemuste parandamisele
8. **Naistemaailm.ee**
Varakult avastatud rinnavähk on ravitav
9. **Terviseleht** 19. mai 2009
Ootame naisi rinnanäärme sõeluuringutele
10. **PERH Kuukiri** mai 2009
Rohkem naisi rinnavähi sõeluuringutele!
Roosa lint, lootuse sümbol
11. **Naisteleht** 5 juuni 2009
„Rinnavähk ei hüüa tulles”
12. **Sakala** 15. mai 2009
„Sõeluuring algab augustis”
13. **Portaal www.femme.ee** 13. juuni 2009
„Lauljatar Ines toetab rinnavähi ennetustööd”
14. **Põhjarannik** 11. september 2009 (nii eesti kui vene keeles)
„Eesti Vähiliit keskendub positiivsele”
15. **Virumaa Teataja**, 15. september 2009

„Iga naine peab enda eest kindlalt seisma”

Televisioon

Rinnavähi ennetusklipid olid ETV, Kanal 2 ja Kanal 11 mais ja oktoobris

ETV Tervisesaade

ETV uudised vene keeles

ETV2 ja ETV-s linastus film „Ära jää hiljaks” 27 mail kell 19.30

Roosa lindi toetusgrupp Kadi Lambot Eesti Vähiliidu juhatuse esimees, Siiri Lelumees Kodutohter peatoimetaja, Dairi Tamme vähipatsient, günekoloogide esindaja osalesid TV3 saates „Rooside sõda”, kus nad propageerisid roosat linti kui rinnavähi vastase võitluse sümbolit ja kutsusid üles osalema sõeluuringus.

Bännerreklaam

Tekst kaob ja ilmub



vanem banner

An older banner with a white background and a pink ribbon icon on the left. The main text is in a bold, pink, sans-serif font. Below the main text is a smaller line of text in a dark grey font. At the bottom right, there is a small pink button with the text "loe edasi". The bottom half of the banner has a solid pink background with the pink ribbon icon and text in white.

Ära jää hiljaks!

Iga killuke sinust on hoolimist väärt!
Eestis haigestub igal aastal rinnavähki ligi 650 naist.

[loe edasi](#)

Kandes **roosat linti** näitame, et hoolime endast, lähedastest ja neist, kes rinnavähki põevad. Varakult avastatud rinnavähk on ravitav.

Infot kuidas ja kus interneti bännerit kuvati
Naistepakett kuulusid järgmised kodulehed:

Naistemaailm.ee	Naisteleht
Toidutare.ee	Toidutare.ee on mahukaim ja suurima külastatavusega toiduportaal Eestis, mis on mõeldud kõigile, kes toidu ja toiduvalmistamise vastu huvi tunnevad.
Perefoorum.com	Pereteemade aruteluforum, nõuanded, arutelud
Perekлубi.com	Pereteemaline foorum, arutelud teemade kaupa, suhtlus
Naisteleht.ee	Ajakiri Naisteleht veebiversioon. Foorum, kommentaarid
arst.ee	Terviseportaal, arsti nõuanded. Arstidele eraldi suletud keskkond
eeva.ee	naiste veebiajakiri
Koer.ee	Koerasõprade portaal, uudised, nõuanded, foorum
Horoskoop.ee	Horoskoobid, numeroloogia. Uudised, artiklid, kommentaarid. Foorum
Kalkulaator.ee	Erinevad kalkulaatorid: palk ja tasud, laen ja liising, valuutakursid, mõõtühikud.jne venekeelses osas võimalik eraldi vene k. reklaami näidata.
Teraapia.com	Terviseportaal, tervishoid, nõuanded, arutelud.
Terviseleht.ee	Terviseportaal, uudised, arsti nõuanded
allistus.com	tutvus ja suhtlus
Õnnelik	
lapseooteaeghubeebi	Lapseootusest ja sünnist
khubeebi.weebly.com	

Kampaaniaga alustasime 05.05.2009. Kokku kestis meie internetikampaania 27 päeva ja selle aja jooksul on planeerisime 1 820 000 bänneri näitamist. Kõik toimus vastavalt kokkuleppele.

Maksimaalselt kuvati ühele unikaalsele kontaktile bännerit 3 korda. Suurema külastajate arvuga lehtedel kogus banner seega enam näitamisi kui väiksema külastatavusega lehtedel. Bänneri efektiivsust jälgiti jooksvalt mis tähendas, et kui oli märgata, et bänneril enam ei klikita ehk bänner tehti sealses keskkonnas näiteks nädalane bänneri kuvamise paus ja seejärel jätkati bänneri näitamist. Kokku tuli 1 820000 näitamist 27 päeva jooksul naistepaketti kuuluvates lehtedes

Raadiod

Vikerraadios intervjuu dr. Sulev Ulp

KUKU raadio intervjuu dr. Sulev Ulp

Raadio 4 intervjuu dr. Maret Talk

Välireklaam

Tallinnas, Tartus ja Pärnus olid üleval piilarid „Ära jää hiljaks“

Plakatid A3 „Ära jää hiljaks“ olid üleval üle Eesti perearstikeskustes ja günekoloogide kabinettide juures.

Ennetuskampania teavitusmaterjalid:

- Tootsime flaieri „Ära jää hiljaks“ nii eesti kui ka vene keeles, mida jagati perearstidele ja inserdina ajakirja „Elukiri“ ja Stolitsa vahele.

13. juunil toimus Tallinnas, Tammsaare pargis juba viiendat aastat järjest Avoni heategevusüritus koostöös Vähiliiduga rinnavähi ennetamiseks Eestis.

Nüüd juba traditsiooniks saanud ürituse eesmärgiks oli teavitada naisi rinnavähiohu tõsidusest ja kutsuda neid osa võtma sõeluuringutest. Ürituse avas Avoni heategevuspatroon, lauljatar Ines, kes pani naistele südamele võtta uuringutest osa, et jääda alati terveks ja kauniks. Rohkearvulist publikut tõid parki kindlasti populaarsed esinajad Supernova ja Ines. Lastele korraldati mängu ning tehti näomaalinguid. Enne heategevusrongkäigule minekut tegi südamliku pöördumise Maret Maasalu – noor naine, kes ise rinnavähki põdenud, kuid kenasti terveks saanud tänu kiirele tegitsemisele ja haiguse varajasele avastamisele. Heategevuslikule jalutuskäigule mindi vahva puhkpilliorkestri saatel. Kõiki osalevaid naisi ootas teekonnal ka üllatus kauni roosi näol. Rongkäiguga tõmmati tähelepanu rinnavähi teemale, et kasvõi mõni mööduja mõtleks sellele, et jõuda varakult uuringule.



Avon teeb Eesti Vähiliiduga koostööd alates 2001. aastast. Avoni viimaseks suurimaks heategevusprojektiks oli rinnavähijuuringute bussi toetamine.

Meediakampaania “Ära jää hiljaks!” mõjust rinnavähi sõeluuringuprogrammile.

Ligi 10-aastane rinnavähi mammograafilise sõeluuringu senine kogemus on näidanud, et naiste teadlikkuse tõstmisel rinnavähi sõeluuringust on väga tähtis roll massimeedial. Juba mitmeid aastatid maikuu korraldatav rinnavähi sõeluuringut toetav meediakampaania (tänavu nime all “Ära jää hiljaks!”) on selgelt avaldanud oma positiivset mõju naiste osalemisele sõeluuringus.

Tänavuse (2009 a.) meediakampaania rõhuasetuseks oli mobiilse mammograafia eeliste väljatoomine, ühtlasi tehti kokkuvõtteid senisest sõeluuringust. Tänu Vähiliidu väga suurele ja tänuväärsele tööle, liigub alates tänavuse aasta kevadest Eesti maakondades ringi juba 2 mobiilset mammograafiaüksust : uus äsjaalminud mammograafiabuss (Lõuna- ja Kesk-Eestis), mida opereerib SA TÜ Kliinikum ja samuti uus mammograafia treiler (Põhja-Eestis ja saartel), mida opereerib AS Mammograaf Rinnakliinik. On selge, et rinnavähi sõeluuringu kättesaadavus seeläbi paraneb (eriti majanduskriisi ajal, kus naiste võimalus sõita sõeluuringule keskustesse on vähenenud). Seda toetavad ka esialgsed arvnäitajad – kui naiste osalus% rinnavähi sõeluuringul 2008 aastal oli üle Eesti 52%, siis osalus% mobiilses mammobussis on ligi 60%. Lisaks saab mammobussis võimalusel teha rinnauuringuid ka väljaspool sõeluuringu aastakäike sündinud naistele (saatekirjadega). Meediakampaania järgselt saab täheldada mõningast naiste osalusaktiivsuse kasvu (täpsemad arvanded selguvad kvartali lõpus).

Meediakampaania mõju on jälgitav ka statsionaarses mammograafia üksuses Tartus: naiste huvi sõeluuringu vastu on tõusnud, osaletakse rohkem, helistatakse ja esitatakse küsimusi. Hästi on vastu võetud ka “Roosa lindi” kampaania – personal kannab uhkelt roosasid linte rinnas, registratuuris ja mammograafia kabinetis on saadaval infomaterjalid, mida meelsasti võetakse lugeda.

Kokkuvõtteks võib nentida, et tänavune meediakampaania “Ära jää hiljaks!” oli igati kordaläinud ja kindlasti on vajalik nende kampaaniatega jätkata igal aastal.

Sulev Ulp
SA TÜ Kliinikum
Radioloog
Rinnavähi sõeluuringu Lõuna-Eesti koordinaator

Projekti teostamisel esinenud raskused ja probleemid.

Kõik püstitatud ülesanded õnnestus projekti käigus ellu viia. Kõige raskemaks ülesandeks kujunes vene meedia esindajate osalemine pressikonverentsil. Kuigi olid ajakirjanikega isiklikud kokkulepped ei tulnud neist paljud kohale. Selle probleemiga tuleb jätkuvalt järgmisel aastal tegeleda, kuna ka EMOR-i 2008 aasta uuringust „Tervishoiu ja kasvujateema käsitlest Eesti trükimeedias” selgus et vene elanikkond on paljudest tervisega seonduvatest teemadest vähemteadlikud.

Rinnavähi kampaaniates üle maailma on osalenud oma toetusega mitmeid tuntud näitlejaid ning poliitikuid, meil on siiani elanikkonna poolne initsiatiiv suhteliselt tagasihoidlik ja poliitikute poolne toetus peaaegu olematu. Siinosas on veel palju ära teha.

Projektiga saavutatud tulemused:

TNS EMOR-i uuring tervishoiu ja kasvajateema käsitlesest 2008 aastal Eesti trüki-meedias kinnitab, et Vähiliidu teavituskampaaniad olid edukad – ligemale 1000 artiklit ühe aasta jooksul toetas muuhulgas teadlikkuse tõusu rinna-ja emakakaelavähi sõeluuringutest siinsete naiste seas 97%-ni.

Eesti Vähiliidu korraldas rinnavähi varajase avastamise kampaania „Ära jää hiljaks” 2009-ndal aastal koostöös Haigekassa ja Tervise Arengu Instituudiga. Tänu edukale koostööle ajakirjanikega sai rinnavähikampaania hea meediakajastuse.

- Viisime laia avalikkuseni sõnumi „**Varajases staadiumis avastatud rinnavähk on ravitav**“
- Teadvustasime ja propageerisime rinnavähi sõeluuringuid, toonitades nende olulisust haiguse varajasel avastamisel
- Suurendasime haigusteadlikkust avalikkuse hulgas
- 2009 aasta rinnavähikampaania „Ära jää hiljaks“ ühendasime ülemaailmse rinnavähi sümboli **”ROOSA LINT”** teavitamise kampaaniaga, mille kaudu juhtisime tähelepanu rinnavähi varajase avastamise võimalikkusele, sh sõeluuringu osalemise olulisusele.

2009 aasta rinnavähikampaaniaga ühinesid Swedbank, Avon Eesti töötajad, günekoloogid, kes kandsid kampaania ajal **ROOSAT LINT**’i . Eesti Vähiliidu kodulehele on kirjutanud mitmed naised, kes on soovinud saada lisateavet sõeluuringutes osalemise kohta. Rinnavähi varase avastamise kampaaniaid viiakse aktiivselt läbi enamuses arenenud riikides. Edukalt toimivad skriiningprogrammid on näiteks Inglismaal ja Soomes võimaldanud rinnavähki suremust tunduvalt langetada, kuigi haigestumus tõuseb - see tähendab, et enamus diagnoositud rinnavähkidest on varases staadiumis ja naised saavad peale ravi täiesti terveks. 2008.a kutsusime uuringutele ravikindlustusega naisi sünniaastatega 1948, 1949, 1951, 1952, 1956 ja 1958 (1946, kes ei olnud 2007 a. kutset saanud) .Eestis tuleb kutse saanud naistest uuringule vaid 50%. Sõeluuringutega on mujal maailmas tõestatud, et rinnavähki suremust on võimalik vähendada 30%. Sõeluuringu mõte on uurida kaebusteta naisi, et leida vähki varases staadiumis, kui see on veel edukalt ravitav. Seda teavet oleme viinud inimesteni Vähiliidu kodulehekülje, artiklite raadiointervjuude, klippide ja ka meie filmi „Ära jää hiljaks“ läbi.

Seoses ennetuskampaaniaga kasvas Vähiliidu infotelefonil helistamine, kodulehekülje külastatavus ja Vähiliidu nõunikule küsimuste esitamine. Tänu meie meditsiininõuniku dr.Tiiu Tigase järjekindlale tööle on mitmed naised, kes enne ei pidanud vajalikuks uuringule tulla nüüd seda teinud. Tänu tagasisidele võime väita, et naised on saanud piisavalt informatsiooni ilmunud artiklite, tänavareklaamide ja TV klippide kaudu.

IV Iga-aastane traditsiooniline Vähiliidu alaorganisatsioonide patsientide kokkutulek Antropoffi villas

Eesti Vähiliidu üle-eestiline vähipatsientide V tervise- ja koolituslaager toimus 21.-23.augustil 2009 a Andropoffi villas Valgerannas Pärnumaal. Osales 145 patsienti kõigist ühingutest.

Laagri tegevused:

Esimesel päeval toimus traditsiooniline pressikonverents patsientidele. Patsiendid esitasid küsimusi Vähiliidu juhatusetele.

Alati on suure huviga oodatud dr Vahur Valvere loengut. Sellel aastal oli loengu teemaks „Harva esinevate kasvajate diagnostika- ja ravivõimalustest Eestis“

Õhtul oli aeg puhkuseks ja meelelahutuseks. Iga patsientide ühing esitas kodus ettevalmistatud loomingulise kava teemal „Kuldsed kuuekümnendad“. Järgnes viktoriin küsimustega kuuekümnendatest aastatest.

Teisel laagripäeval toimusid koolitused erinevatel teemadel, mille eesmärgiks oli arutleda teemal kuidas inimeste mõtlemine võib mõjutada nende tervist.

Lektor Guido Paomees – loeng „Elamise rõõm ja sisemine rahu“

Lektor dr Viigi Viil – loeng „Loodusseadused ja loomulik tervenemine“

Lektor psühholoog Tiina Arrandi – loeng „Elu on ilus“

Joogaharjutused Elviira Aruksaare juhendamisel „Avasta oma sisemised varud“

Pärast tegusat koolituspäeva said patsiendid nautida elavat muusikat ja tantsida ansambli „Kihnu poisid“ saatel.

Koolituste mõju patsientidele:

- haigusega toimetulekuks vajalik psühhosotsiaalne toetus
- kaasaegsed teadmised, informatsioon ja selle tulemusena elukvaliteedi paranemine
- psühhosotsiaalsete teemadega loengud andsid hingelist tasakaalu ja sisemist rahu
- erinevad loengud ja nõustamised aitasid vältida vähiga kaasnevat psühholoogilisi probleeme
- joogaharjutused andsid jõudu haigusega võitlemiseks ja tervenemiseks

V RAHVUSVAHELINE VÄHINÄDAL

Vähinädalad on Vähiliidu seitseteistkümneme aastase tegevuse jooksul olnud kõige olulisema tähtsusega Eesti rahva vähialase teadlikkuse tõstmisel.

05.-17.oktoober 2009 toimus rahvusvaheline vähinädal nahavähi ennetamiseks

Kuna nahavähi põhilised tekkepõhjused on teada, on see haigus suhteliselt lihtsalt ennetatav. Samuti edukalt ravitav, kui on diagnoositud õigeaegselt. Teemat käsitleti esmakordselt ja see oli eluliselt oluline, sest Vähiregistri andmetel on mittemelanoomne

nahavähk Eesti naiste seas tõusnud rinnavähi järel vähivormidest juba teisele kohale.

Vähinädala kava:

Nahavähi ennetusnädala pressikonverents oli väga kõrge oma taseme poolest tänu professionaalsetele esinejatele.

Pressikonverentsil olid kõik oluliste meediaväljaannete esindajad, kes hiljem ka kajastasid nahavähi teemat oma väljaannetes.

Vähinädalal ilmunud artiklid

- Insert „**Jälgi oma nahka**” ajakirjade **TervisPluss** ja **Eesti Naine** oktoobri numbrite vahel (47 000 eks.)
-
- „Roosa maailm – maailm ilma rinnavähita“ - **Marie Claire** – okt 2009
- „Rinnavähk: sõna on meestel“ – **Marie Claire** – okt 2009 – Tiina Väljaste
- „Euroopa kaalub noortele solaariumi keelamist“ – **Eesti Päevaleht** – 2. oktoober 2009 (esilehel!) „Lapsi võib oodata solaariumikeeld“ – **Eesti Päevaleht** – 2. oktoober 2009 – Kadri Ibrus (järg lk 4)
- „Sage solaariumiskäik suurendab nahavähiriski koguni 75%“ – **SL Õhtuleht** – 6. oktoober 2009 – Silja Paavle
- „Jätame vähi kivi alla“ – **Targu Talita** – 15. oktoober 2009 – Kaja Prügi
- „Õigel ajal avastatud nahavähk on ravitav“ – **SL Õhtuleht** – 20. oktoober 2009
- „Ohtut päevitust pole olemas“ – **Postimees Arter** – 17. oktoober 2009 – Tiina Kolk
- „Nahavähist on saamas valgete inimeste epideemia“ – **Eesti Päevaleht** – 22. oktoober 2009 – Kaire Talviste
- „Mis on melanoom?“ – **Virumaa teataja** – 6. oktoober 2009 – Tiina Rannala-Lille
- „Mittemelanoomne nahavähk on Eestis teisel kohal“ – www.meiema.ee – 5. oktoober 2009
- „Solaariumid ja transrasvad“ – **Terviseleht** – 6. oktoober 2009 – toimetaja veerg/Aleksander Laane
- „Nahaarstid võtsid tasuta vastu“ - **MeditSiiniuudised** – 27. oktoober 2009

Novembris ilmusid artiklid:

- **TervisPlussis**
- **Zdorovje djla vseh** 12. november, interjuu andis dr Nele Nurmik
- **Postimees** nahavähi eriväljaanne

Ettekanded

- Dr Nele Nurmik esines Siirdatud Organitega Patsiente Ühigus, 22. oktoober 2009 „Nahavähist siirdatud organitega patsientidele“

Raadiod

- **Vikerraadio** – dr Ave Vahlberg – 29. september 2009
- **KUKU Raadio** – dr Pille Konno – 1. oktoober
- **Raadio 4** - esinesid dr Nele Nurmik / dr Vahur Valvere

Televisioon

- **Nahavähikliipp Kanal 2, Kanal 11, TV-3, Kanal 6, ETV**
- „Terevisioon“ – ETV – dr Pille Konno – 1. oktoober 2009
- **Seitsmesed uudised – TV3** – dr Marianne Niin – 3. oktoober 2009
- **Seitsmesed uudised – TV3** – eksperiment alaealiste solaariumikülastajatega – 14. oktoober 2009
- „Retseptita“ – ETV – dr Nele Nurmik / dr Ave Vahlberg – 24. oktoober 2009

Insert „Jälgi oma nahka“ valmis koostöös Tervise Arengu Instituudi ja Põhja-Eesti Regionaalhaigla onkoloogi dr Marianne Niinega. Insert annab lühikese, sisuka ülevaate nahamelanoomi olemusest, sünnimärkide jälgimisest ABCDE reeglistikku silmas pidades ning preventsiiooni põhitõdedest.

Insert trükiti nii eesti kui vene keeles. Koguseliselt trükiti 77 000 eesti keelset ja 10 000 vene keelset eksemplari. Oktoobris tuli insert välja ajakirjade Eesti Naise ja TervisPluss numbrite vahel, koguseliselt 47 000 inserti. Samuti jagasime inserte naha- ja perearstidele üle Eesti.

Nahaarstide tasuta vastuvõttude kokkuvõte.

Esialgsed andmed: Ida-Tallinna Keskhaiglas võeti 17.10.2009 vastu 126 patsienti, avastati 14 (11%) esmast nahavähi kahtlust juhtu, neist 1 melanoom. ~90% kohaletulnutest said rõõmustava uudise ja oma meelerahu tagasi. Osadel patsientidel oli vaja teha täiendavaid uuringuid diagnoosi täpsustamiseks ning osa atüüpiliste neevustega patsiente jäävad arstide jälgimisele. Osalesid 5 nahaarsti (Dr.Vahlberg Ave; Dr.Saluvere Kai; Dr.Põder Kreete; Dr.Kivimägi Kersti; Dr.Konno Pille) ja 2 onkoloogi: Dr.Niin, Marianne ja Dr.Tuulik, Enn.

Üle Eesti käis kokku 201 patsienti ja 21 kahtlust nahavähile. Lisaks osalesid: Dr.Vahvik-Heinsoo, Kanni, Dr.Rannala-Lille, Tiina; Dr.Volke, Annika; Dr. Kais, Ester, Dr. Kesküla, Erika; Dr.Hussar, Karin, Dr. Mäestu, Ene.

Nahaarstide tasuta vastuvõttud toimusid 6 linnas üle Eesti ja selles osales 12 nahaarsti ja 2 onkoloogi.

Tähtsime nahavähi ennetusnädala eesmärgid:

- rääkida nahahaigustest ja nahavähi tekkepõhjustest
- teavitada Eestimaa elanikkonda nahavähi ennetamisest

Andsime Eesti elanikkonnale teadmise, et väga oluline on jälgida oma nahal toimuvaid muutusi - kas olemasolevad „sünnimärgid“ on muutnud oma kuju, suurust või pigmendi värvust või on nahale tekkinud uusi pigmendilaike. Sellisel juhul tuleb koheselt pöörduda arsti poole.

VI Eesti Vähiliidu vähipatsientidele suunatud projektid, mis jätkavad tööd 2009.a.

2004.a. jaanuarist alustas Vähiliit *Silima* rinnaproteeside Eestisse toomist. Neljapäeviti 12.00-16.00 konsulteerib dr. Astrid Järvet Vähiliidus (Viru 5) haigeid ning vahendab rinnaproteese.

2004. aastast alates on pidevalt uuendatud EVL kodulehekülge. Aadressil www.cancer.ee on võimalik lugeda kaasaegset vähialast infot, samuti leiab sealt enamiku seni kirjastatud brošüüride internetiversioonid ja valminud vähiennetuse teemalised filmid ja klipid. Lugeja saab saata küsimusi Vähiliidu meditsiinõunikule ning leiab viited nõuandetelefonile ning vähiteemalistele materjalidele. Igal aastal vastavad spetsialistid ligikaudu 32 000 küsimusele. 2004. aasta lõpus lisandus aktiivsete noorte töö tulemusel ka foorum, kus haiged või nende lähedased saavad soovi korral anonüümselt mõtteid vahetada. **Eesti Vähiliidu kodulehekülg** on tõlgitud nii vene kui ka inglise keelde, see suurendab abisaajate arvu.

Tööd jätkab ka Eesti Vähiliidu tasuta nõuandetelefon 800 22 33, millele vastavad kogenud arstid, meditsiiniõed ja psühholoogid. Telefon töötab 4 tundi igal tööpäeval. Nõuandetelefon alustas tööd 1994. aastal. Igal aastal on nõuandetelefonile helistajate arv suurenenud. 2008 a helistas üle 2000 abivajaja.

Koostöös Eesti Haigekassa ja Sihtasutusega Vähi Sõeluuringud jätkuvad rinna- ja emakakaevähi varaseks avastamiseks spetsiaalsed skriiningprogrammid.

Kuna vähktõbi on Euroopa Liidus nii ka Eestis üks peamisi terviseprobleeme tekitavaid haigusi, millega kaasnevad ühiskonnas märkimisväärsed kulud, on äärmiselt oluline investeerida Euroopa tervise tulevikku ning rakendada pikaajalise mõjuga ja jätkusuutlikke meetmeid. Elanikkonna vananemisega kaasneb tõenäoliselt vähktõve juhtumite sagenemine, mille sotsiaalmajanduslikke tagajärgi silmas pidades on selle haiguse vastu võitlemise tõhustamine EL-is, seega ka Eestis äärmiselt oluline. Tõhusa ennetustööga saab tervist oluliselt parandada. Praegusel rahandusliku ebastabiilsuse ajal on kõige olulisem jätkata investeerimist tervishoidu, eelkõige sellise ennetustegevuse abil.

Euroopa Ühenduste komisjoni 24.06.2009. aasta teatistes on sõnastatud tegevuseesmärgid Vähendada vähktõve põhjustatud haiguskoormust, hõlmates 2013. aastaks rinna-, emakakaela- ja pärasoolevähi sõeluuringutega 100% elanikkonnast. Selle eesmärgi saavutamiseks peaksid liikmesriigid edendama üldsusele ja tervishoiuteenuste osutajatele suunatud ulatuslikke teavituskampaaniaid vähktõve sõeluuringute kohta. See kinnitab ka Vähiliidu seisukohta, et emakakaela- ja rinnavähi teavituskampaaniaid tuleb kindlasti jätkata ning alustada soolevähi pilootprojektiga.

Maie Egipt
Eesti Vähiliit
tegevdirektor