

EESTI VÄHILIIDU 2023. AASTA TEGEVUSARUANNE



Vähki haigestumine maailmas on kahjuks jätkuvalt tõusuteel. Prognoositakse, et 2025. aastaks on 19,3 miljonit uut haiget ning 11,4 miljonit vähist tingitud surma. Enne 75. eluaastat haigestub vähki üks kolmest mehest ja üks neljast naisest.

Igal aastal haigestub Eestis vähki ligi 9000 ja vähi tõttu sureb umbes 3800 inimest. Pahaloomulised kasvaja on meie inimeste surma põhjustes südame- ja veresoonkonnahaiguste järel teisel kohal. Vähijuhtude hulk suureneb 2030. aastaks eeldatavalt 11 000-ni, mis ühelt poolt on tingitud rahvastiku vananemisest, kuid teisalt elustiilist tulenevate riskitegurite – näiteks rasvumise – mõjust. Seejuures ligi 40 protsenti vähijuhtudest on ennetatavad.

Vähk on Eestis surmapõhjuste hulgas juba aastaid südame- ja veresoonkonna haiguste järel teisel kohal. Kuna vähihaigestumus on tõusutendentsiga ja vähi tõttu kaotab meie töövõimeline elanikkond palju väärtuslikke tööaastaid, siis võime julgelt väita, et vähk ei ole Eestis mitte ainult meditsiiniline, vaid ka väga oluline sotsiaalne probleem. Vähiravi on ühiskonnale ressursimahukas, kahjud haigestunud inimese elukvaliteedile on suured ja haigus sageli fataalne. 30–40% vähijuhtumitest on seotud inimeste tervisekäitumisega ja neid saaks tõhusa ennetustööga vältida.

VÄHIENNETUS JA VÄHI VARAJANE AVASTAMINE – ÜLEVAADE VÄHILIIDU TEGEVUSTEST 2023. AASTAL

- 1. Emakakaelavähi ennetamise kampaania** toimus jaanuarikuus 2023. Avaldati pressiteade „**Kingi endale kindlustunne**“, Kuku raadios edastati saade „Terviseks“.
- 2. 4.02.2023 oli ülemaailmne vähipäev** (World Cancer Day), mida organiseerib The Union for International Cancer Control's (UICC), mille liige on ka Eesti Vähiliit. Vähiliidu kodulehel avaldati vastav pressiteade. Türi Kultuurimaja eesoleval platsil süütas Järvamaa vähiühing 50 „Lootuse küünalt“ tähistades nii ülemaailmset vähipäeva.
- 3. Vähiliit koostöös Tervisekassaga viis märtsist maini** Eesti koolides läbi loenguid teemal „**Ütle EI nikotiinile ja tubakale**“, mille fookuses oli veipimise ja nikotiinipatjade mõjud noortele. Loengutes

osalenud õpilastele ja õpetajatele jagati voldikuid, mis kinnistasid loengus räägitut ja andsid kuulajatele hiljem võimaluse jagada uut informatsiooni ka sõprade ja perega. Loengud toimusid 45 koolis, kokku osales neis õpilasi ja õpetajaid 8000.

4. **Melanoomipäeva** (06.05.2023) tähistamiseks avaldati vastavasisuline pressiteade, Kuku raadios saade „Terviseks“ ja teleklipp.
5. **Vähiliidu ja Eesti Nahaarstide Liiduga koostöös** toimus nahavähi ennetamisega seotud 04.06.2023 suurüritus Pärnu rannas. Nahaarstid kontrollisid inimeste nahka, kohal viibis Vähiliidu mobiilne nahavähi diagnoosikabinet ja vajaduse korral suunati inimesed sinna kontrolli.
6. **Maikuu oli rinnavähi teadlikkuse tõstmise kuu**, mil toimusid mitmed meediakajastused (pressiteade, Kuku raadio saade „Terviseks“, rinnavähiteemaline poster maakonnalehtedes, teleklippid rinnavähi varajase avastamise tähtsusest).
7. **LHV maijooksu raames** toimetasid nn. „roosad heategevusflamingod“. Kohal oli vähiliidu mammograafiabuss ning „roosad flamingod“ kutsusid naised bussi ennast kontrollima.
8. **Maijooksu raames oli Lauluväljakul väljas kogu vähiliidu mobiilne tehnika**. Soovijatele viidi läbi uuringuid.
9. **Eesti Vähiliidu patsientide üle-eestiline tervise koolituslaager** toimus 11.–13. august 2023 Nelijärvel. Laagris osales 125 vähialaorganisatsioonide patsienti. Kõik vähipatsientide alaorganisatsioonid said ka vähiliidu poolt aastas ühe koolituse oma kodukohas.
10. **Rinna tervise päeva** (15.10.2023) meediakajastus oli üle-eestiline (pressiteade, Kuku raadio „Terviseks“ saade, rinnavähi teemaline poster maakonnalehtedes, teleklipp).
11. **Traditsiooniline vähinädal toimus oktoobris 2023**, Eesti Onkoloogide Selts, Eesti Kirurgide Assotsatsioon ning Eesti Vähiliit MTÜ korraldasid sel aastal Tallinnas Euroopa tasemel onkoloogia valdkonna kongressi. Baltic Congress of Oncologists and Surgeons 2023 toimus 07.–08.09.2023 Tallinnas Kultuurikatlas. Selle raames valmistasime ette ja korraldasime ühisessiooni koos American Society of Clinical Oncology ja Eesti Onkoloogide seltsiga. Balti kongress tõi kokku 370 onkoloogi ja kirurgi, residentide ja üliõpilast 18-st riigist. Kongress võimaldas tutvustada uusimaid teadussaavutusi, jagada praktikas omandatud teadmisi ja luua kontakte kolleegidega erinevatest riikidest. Kongressi 2-päevase teadusprogrammi raames viidi läbi 15 sessiooni, esitati ja kinnitati 66 abstrakti, millest enamik said võimaluse suuliseks ettekandeks.

12. Meeste tervise kampaania novembris 2023 „Iga mees peab teadma“, mille fookuses oli eesnäärmevähk. Toimusid erinevad üritused, loengud ja meediakajastused. Teadvustasime eesnäärmevähi riskitegureid meestele erinevate meediaväljaannete kaudu (pressiteade, „Terviseks“ raadiosaade, poster maakonnalehtedes, teleklipid).

Vähiliit on läbi viinud vähiteemalisi ennetuskampaaniad eesmärgiga võimalikult vara avastada vähki haigestumine. Kampaaniate jooksul teadvustasime erinevate vähipaikmete, eriti rinnavähi, melanoomi ja eesnäärmevähi riskitegureid ja ennetamisvõimalusi. Üks kolmest vähisurmast on ennetatav läbi lihtsate eluviisi muutuste, näiteks tervislikuma toitumise, füüsilise aktiivsuse suurendamise, suitsetamisest loobumise ning alkoholitartvitamise vähendamisega. Seetõttu on vähivastase tegevuse eesmärgiks innustada inimesi tervislikemate eluviiside poole ja seeläbi vähendada haigestumisrisiki. UICC eesmärk on vähendada 2025. aastaks vähihaigestumist veerandi võrra. Allikas: <https://www.worldcancerday.org/>

VÄHILIIDU POOLT KOOSTATUD MEEDIAKAJASTUSED

2023. aastal on Vähiliidu kodulehel avaldatud 7 terviseemalist pressiteadet, mis on edastatud ka 347 meediaväljaande/-ajakirjaniku e-aadressile. Pressiteated on seotud ennetustegevusega (pressiteadete tekstid on lisatud tegevusaruandele).

Vähiliit on organiseerinud koostöös Kuku raadioga 7 terviseemalist saadet (saadete loetelu on lisatud tegevusaruandele).

VÄHILIIDU POOLT TOODETUD JA EDASTATUD TELEREKLAAMID

Vähiliidu poolt toodetud rinnavähi- ja melanoomi telereklaamklippe edastati telekanalis Kanal 2 mais 2023.

Vähiliidu poolt toodetud telereklaamiklippi metastaatilise rinnavähist edastati 15.10–31.10.2023 telekanalites Duo 4, Kanal 2 ja Duo 3.

TV3 telekanal edastas Metastaatilise rinnavähi telereklaami oktoobris 2023

<https://www.youtube.com/watch?v=7jaIX-kkDFs>

Ajavahemikul 01.–19. november 2023:

Telekanalites Kanal 2 ja Duo 5 edastati kahte erinevat vähiliidu telereklaami meeste tervisest

(Üks reklaam oli näitleja Mait Malmsteniga)

vt. meestetervis.ee või <https://www.youtube.com/watch?v=Up2Jyq3lrBo>.

Teine oli animeeritud teavitusklipp meestele: <https://www.youtube.com/watch?v=IS7f4olWdIU>

Kõiki valminud telereklaame näeb <https://cancer.ee/teavitusklipid/>

VÄHILIIDU POOLT KOOSTATUD REKLAAMPOSTRID

- Rinnavähi varajane avastamine
- Rinna tervise päev
- Iga mees peab teadma (eesti ja vene keeles), kujundused lisatud tegevusaruandele

Vähiteemalised postrid avaldati Postimees Grupi maakonnalehtedes: Lõuna-Eesti Postimees, Tartu Postimees, Pärnu Postimees, Järva Teataja, Virumaa Teataja, Sakala.

Narvskaja Gazeta avaldas 08.11. ja 22.11.2023 eesnäärmevähi riskitegurite reklaami ½ pinnal vene keeles.

KOKKUVÖTE

Eesti Vähiliidu kogemused kampaaniate läbiviimisel ja tagasiside saamisel näitavad, et erinevate vähipaikmete ennetuskampaaniad peavad olema järjepidevad ja jätkusuutlikud. Sellel aastal saame juba nentida, et kõik nendel aastatel läbiviidud ennetuskampaaniad hakkavad ka tulemusi andma. Palju rohkem inimesi huvitab tervislikust eluviisist ja inimesed on teadlikumad vähiriskidest – seda näitavad ka TAI teaduslikud uuringud.

Kasvanud on ajakirjanike teadlikkus vähi ennetusteemade käsitlemisel ja meedias on vähiteema leidnud oma kindla koha. Uurimused on näidanud, et eriti kampaaniate ajal tõuseb meediakajastuste hulk vähktõve teemadel ja seda tõestab ka külastuste arv vähiliidu kodulehel www.cancer.ee ja www.facebook.com/vahiliit ning Instagramis <https://www.instagram.com/vahiliit/>

Plaanime edaspidi kasutada mitmekülgsemaid ja kaasaegsemaid meediavõimalusi, et haarata ja mõjutada veelgi suuremaid ja erinevamaid vanusegruppe. Püüame läheneda erinevatele gruppidele neile sobivaimal viisil – noorematele Online meedia, videod ja kõik sotsiaalmeediakanalid: FB, Instagram, LinkedIn. Loome Vähiliidu podcasti, et suurendada kanalite valikuid, mille kaudu Eesti rahvas saab teadlikumaks vähialasest ennetustegevusest. Näib, et ka nooremad ajakirjanikud ise on hakanud aktiivselt välja pakkuma erinevaid, kaasaegseid kajastusi. Eriti soovitakse kajastada patsientide tervenemise lugusid.

Vähiliidul on kavas ka kodulehe uuendamine 2024. aastal.

Maie Egipt
juhatuse esimees
Eesti Vähiliit