

MAJANDUSAASTA ARUANNE

aruandeaasta algus: 01.01.2023

aruandeaasta lõpp: 31.12.2023

nimi: Eesti Vähiliit

registrikood: 80010716

postiaadress: Harju maakond, Tallinn, Kesklinna linnaosa,
Viru tn 5-3

postisihnumber: 10140

telefon: +372 6417033, +372 6311730

faks: +372 6311730

e-posti aadress: info@cancer.ee

Sisukord

Tegevusaruanne	3
Raamatupidamise aastaaruanne	21
Bilanss	21
Tulemiaruanne	22
Rahavoogude aruanne	23
Netovara muutuste aruanne	24
Raamatupidamise aastaaruande lisad	25
Lisa 1 Arvestuspõhimõtted	25
Lisa 2 Raha	26
Lisa 3 Nõuded ja ettemaksed	26
Lisa 4 Maksude ettemaksed ja maksuvõlad	27
Lisa 5 Materiaalsed põhivarad	27
Lisa 6 Võlad ja ettemaksed	28
Lisa 7 Võlad tarnijatele	28
Lisa 8 Võlad töövõtjatele	28
Lisa 9 Sihtotstarbelised tasud, annetused ja toetused	28
Lisa 10 Tööjõukulud	30
Lisa 11 Seotud osapooled	30
Aruande allkirjad	32



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 veresoonehaiguste 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 veresoonehaiguste järel teisel kohal. 2019. a 31. detsembri seisuga elas Eestis 66 215 inimest, nende hulgas 26 861 meest ja 39 354 naist, kellel oli kunagi elu jooksul diagnoositud mõni pahaloomuline kasvaja. Meeste kõige sagedam pahaloomuline kasvaja oli eesnäärmevähk, mis moodustas 25% kõigist vähijuhtudest meestel. Sageduselt järgnesid kopsuvähk (13%) ja naha mittemelanoom (12%). Naistel esines kõige rohkem rinnavähki ja naha mittemelanoomi, mis moodustasid vastavalt 19% ja 18% kõigist esmasjuhtudest naistel. Järgnesid käärsoolevähk (8%) ning emakakeha- ja kopsuvähk (kumbki 5%).

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.

Eesti Vähiliidu struktuur

President ja nõukogu esimees: **MD, PhD Vahur Valvere, onkoloog-ülemarst, PERH-i Onkoloogia- ja hematoloogiakliinik teadus- ja arendusjuht.**

Nõukogu liikmed:

dr. Kaiu Suija SA Vähihaigete Toetusravi juhataja, Lõuna-Eesti Vähiühingu juhatuse esinaine

Luule Agu Põhja-Eesti Vähihaigete Ühendus

Katri Link Tallink Kommunikatsioonijuht

Juhatuse esimees: Maie Egipt

Põhikohaga töötajaid on vähiliidus 2 ja 2 lepinguga nõuandetelefoni töötajat.

Missioon

Vähiliidu missiooniks on teavitada ühiskonda vähi riskidest ning panustada vähi ennetustegevusse. Samuti ühendada vähipatsiendid, nende lähedased ja arstid tugivõrgustikuks ning pakkuda tuge vähipatsientidele, parendades nende elukvaliteeti.

Eesti Vähiliidu president ja nõukogu esimees dr Vahur Valvere:

“Vähiliidu tänase päeva tähtsaim ülesanne on senisest veelgi mõjusamalt panustada tervislike eluviiside propageerimisse ja oma tervisliku seisundi pidevasse jälgimisse. See on meie ühiskonnale kõige tõhusam viis vähki ennetada ja haigust tema tekkejärgus õigeaegselt avastada.

Eesti Vähiliidu täisliikmed ja toetajaliikmed

Eesti Vähiliit on katusorganisatsioon Eesti mittetulundusühingutele, mis tegelevad vähktõve probleemidega. Vähiliitu kuulub 17 organisatsiooni, nende hulgas 15 patsientide ühendust ning ühtekokku ligi 2 000 liiget.

Eesti Vähiliidu täisliikmed

- Vähihaigete Laste Vanemate Liit
- Põhja-Eesti Vähihaigete Ühendus
- Lõuna-Eesti Vähiühing
- Tehisuurisega Haigete Ühing ESTILCO
- Pärnumaa Vähiühing
- Järvamaa Vähihaigete Ühing
- Viljandimaa Vähihaigete Tugirühm
- Lääne-Virumaa Vähihaigete Ühendus
- Tallinna Kohanemiskeskus Danko
- Läänemaa Vähiühing
- Rinnavähihaigete Selts
- Rinnavähk BCF (eelkõige taastusoperatsiooni vajavatele naistele)
- Vähiühing KAEV
- Saaremaa Vähiühing
- Eesnäärmevähi Liit

Eesti Vähiliidu toetajaliikmed

- Eesti Onkoloogide Selts
- Eesti Onkoloogiaõdede Ühing

Eesti Vähiliidu tegevused 2023

- Emakakaelavähi teadlikkuse kuu, jaanuar
- Maailma vähipäev koostöös Rahvusvahelise vähivastase liiduga ja mälestusküünalde süütamise aktsioon, 4. veebruar
- Meediateavitused melanoomi ja nahavähi vastu võitlemise nädalal, mai
- Rinnavähialane teavituskampania (rinnavähi sõeluuringu sihtrühma teavitamine) mai ja oktoober
- Tubakavastane võitlus koolides. Tubakavaba päev 31. mai
- Traditsiooniline vähinädal “Geenid ja vähk”, oktoobris
- Rahvusvaheline konverents „Vähivastase võitluse uued suunad maailmas ja Eestis“ 16. september
- Rinnavähikuu Rinna Tervise Päev 15. oktoober
- Rinnavähialane teavituskampania “Roosa ruulib” noorematele naistele, mai
- Metastaatilise rinnavähiga seotud kampania, oktoober
- Eesnäärmevähi kuu, fookuses meeste tervis, november
- Vähipuudega patsientide teraapiad, alg- ja täiendkoolitused iseseisvaks toimetulekuks nii igapäevases kui ka sotsiaalses elus
- Vähipatsientide ühingute juhtide ja juhatuste koolitused
- Tervise ja koolituslaager patsientidele 11.-13. august
- Jätkub parukate jaotamine vähipatsientidele
- Tööd jätkavad mammograafiabuss ja mobiilsed diagnoosikabinetid
- Jätkab tasuta nõuandetelefon 800 2233 abivajajatele

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

Emakakaelavähi ennetamise kampania toimus jaanuarikuus 2023. Avaldati pressiteade „Kingi endale kindlustunne“, Kuku raadios edastati saade „Terviseks“.

EESTI VÄHILIITU PRESSITEADE 16.01.2023

„Kingi endale kindlustunne“



23. jaanuar 2023 algab emakakaelavähi ennetamise kampaania, millega Eesti Vähiliit ja Tervisekassa juhivad naiste ja avalikkuse tähelepanu emakakaelavähi ennetamise ning varase avastamise tähtsusele.

Eestis on emakakaelavähi haigestumuse ja suremuse näitajad mitmete Euroopa riikidega võrreldes kõrged ning emakakaelavähi esinemisesagedus kasvab. 2020. a haigestus Eestis 116 naist emakakaelavähki (allikas: Tervisestatistika- ja uuringute andmebaas).

Emakakaelavähi esinemine on sagenenud nooremate naiste hulgas – seda võib esineda juba 30. aastastel naistel. Haigestumise kõrgpunkt on 40.–64. eluaastal. Emakakaela vähieelne seisund võib kesta 10–15 aastat, kuid on ka kiiresti arenevaid vorme. Õigeaegselt avastatuna on see haigus kergesti diagnoositav ja ravitav. Emakakaelavähki haigestumust ja suremust on võimalik vähendada vähieelsete seisundite õigeaegse sõeluuringul avastamise ja raviga ning emakakaelavähi peamiseks riskiteguriks peetava sugulisel teel leviva papilloomiviiruse (HPV) vastase vaktsineerimisega.

2023. aastal on kutsutud emakakaelavähi sõeluuringule ravikindlustatud ja ravikindlustamata naised sünniaastaga 1958, 1963, 1968, 1973, 1978, 1983, 1988, 1993. Uuringule kutsutakse 30–65-aastased naised iga viie aasta tagant. Uuringul osalemiseks ei pea kutset ootama jääma. Sihtrühma kuuluvad naised võivad uuringule registreeruda juba täna.

Sihtrühma kuuluvad naised leiavad kutse-saatekirja patsiendiportaalist www.digilugu.ee (Terviseandmed → Saatekirjad) alates sõeluuringuaasta algusest. Kutse sõeluuringule kehtib kalendriaasta lõpuni.

Emakakaelavähi sõeluuringul osalemine võimalik ka esmatasandi tervisekeskustes. Kuivõrd vaktsiin ei anna täielikku kaitset, peavad ka vaktsineeritud naised uuringutel regulaarselt osalema.

Naistearstid soovivad emakakaelavähi ennetamiseks ja varaseks avastamiseks:

- regulaarset kontrolli naiste-, perearsti või ämmaemanda juures
- emakakaelavähi sõeluuringul osalemist
- HPV kui peamise emakakaelavähi riskiteguri vastast vaktsineerimist

Kui keegi naistest peaks kahtlema, kas sõeluuringule minna või mitte, siis aitab teadmine, et sõeluuringus osalemine aitab võimalikud rakumuutused ja teised vähieelsed seisundid avastada õigeaegselt, mil need on ravitavad. Emakakaelavähk on algul kaebusteta, seetõttu tulebki naistel käia tegemas HPV-testi.

Sõeluuringus osalemiseks palume helistada sobivasse teenust osutavasse meditsiinasutusse.

Kontaktid leiate kutselt või Tervisekassa kodulehelt <https://www.tervisekassa.ee/soeluuringu-kontaktid>

Lisainfo: sõeluuringute kohta saate infot küsida oma perearstilt või Tervisekassa infotelefonil 669 6630. Loe emakakaelavähist Eesti Vähiliidu kodulehelt: www.cancer.ee/ennetamine/ või www.soeluuring.ee

Raadios Terviseks saade nädal 4 vähiliit

Terviseks saade valmib koostöös Eesti Vähiliiduga.

Kuku raadio saates „Terviseks” räägime sel korral emakakaelavähist ja selle ennetamise ning varajase avastamise tähtsusest. Külalised on Tervise Arengu Instituudi epidemioloogia ja biostatistika osakonna külalisedur Madleen Orumaa ja vanemanalüütik Reeli Hallik. Saatejuht on Ingela Virkus. Kuula saadet neljapäeval ja reedel kell 14.45.

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.

EESTI VÄHILIIDU PRESSITEADE 04.02.2023

4. veebruar on ülemaailmne vähipäev

Maailma vähipäev (*World Cancer Day*) toimub igal aastal 4. veebruaril ja on pühendatud vähivastasele võitlusele. Seda organiseerib *The Union for International Cancer Control's (UICC)*, kuhu kuulub 1200 liiget 172 maalt. Eesti Vähiliit on UICC ametlik liige alates 1993. aastast ja lähtub oma tegevustes rahvusvahelistest põhimõtetest.

2020. a diagnoositi maailmas 19,3 miljonit uut vähijuhtumit ja ligi 10 miljonit inimest suri vähki. Lähiaastateks prognoositakse vähihaigestumuse jätkuvat kasvu. Rahvusvaheline vähivastane liit UICC kutsub inimesi mõtlema, mida meie ühiskonnas saame või mida igaüks isiklikult saab ära teha seoses võitluses vähiga. Maailma vähipäeva moto on: „Close the care gap“ – „Tervem elu vähiga“(<https://www.worldcancerday.org/take-action>).

Oluline on tõsta inimeste teadlikkust võimendades sõnumit – vähki saab ennetada ja varakult avastada, mis aitaks oluliselt vähendada vähki haigestumist ja seeläbi suremust.

Eestis on valminud vähitõrje tegevuskava aastateks 2021–2030, mis on suunatud vähi süsteemsele ennetamisele, varasele diagnoosimisele ja ravi kättesaadavuse tagamisele. Tähtis on vähendada suremust, pikendada patsientide elumust ja parandada elukvaliteeti. Seda saavutatakse, kui riiklikul tasandil tegeletakse kõikide vähihaigust puudutavate aspektidega. Vähitõrje all mõistetakse kogu vähivastast tegevust alates vähiennetusest kuni tavaellu naasmiseni pärast vähist tervenemist, aga ka väarikat elust lahkumist.

UICC teatab, et 2023. a teame vähktõvest rohkem kui kunagi varem. See suurenenud teadlikkuse, teadmiste ja mõistmise tase kajastub loodetavasti haiguse paremas ennetamises, varasemas diagnoosimises, tõhusamas ravis ja lõppkokkuvõttes vähist tervenemise suuremas arvus. Viimase kahekümne aasta jooksul on teadusringkonnad kogunud üha rohkem tõendeid vähktõve

riskifaktorite ja sealhulgas ka inimese enda elustiiliga seotud faktorite nagu suitsetamine, liigne kehakaal ja vähene füüsiline aktiivsus kohta.

2003. aastal võttis Maailma Terviseassamblee vastu tubakatoodete tarbimise piiramist käsitleva raamkonventsiooni, mis jõustus 2005.a. Praegu elab 5 miljardit inimest riikides, kes on kehtestanud suitsetamiskeelu, kus pakenditel on graafilised hoiatused ja kus on rakendatud muid tõhusaid tubakatoodete tarbimise piiramise meetmeid.

Vähktõve immuunraviga tegelevad teadlased James P. Allison ja dr Tasuku Honjo said 2018. aasta oktoobris meditsiini ja füsioloogia valdkonnas Nobeli preemia. Nende murrangulised uuringud organismi enda immuunsüsteemi aktiveerimiseks vähirakkude vastu on viinud paljude immunoteraapia ravimite väljatöötamiseni. Uuringud annavad uue lootuse neile patsientidele, kellel on diagnoositud vähk kaugelearenenud staadiumis, kus ellujäämisvõimalused on tavaliselt oluliselt väiksemad. Teadusuuringute ja tehnoloogia areng tervikuna on teinud kiire arenguhüppe, näiteks juba 2006. aastal kiitis USA toidu- ja raviamet (FDA) heaks esimese inimese papilloomiviirus (HPV) vastase vaktsiini. See vaktsiin aitab kaitsta viiruste eest, mis põhjustavad umbes 70% emakakaelavähist ja vähieelsetest seisunditest. Järjest enam on tõendeid selle kohta, et HPV vaktsiinid on noorte naiste kaitsmiseks emakakaelavähi eest tõhusad. Väga oluline on ka poiste vaktsineerimine.

Allikas: www.worldcancerday.org, www.uicc.org Lisainfo: www.cancer.ee

Melanoomipäeva (06.05.2023) tähistamiseks avaldati vastavasisuline pressiteade, Kuku raadios saade „Terviseks“ ja teleklipp.

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.

EESTI VÄHILIIDU PRESSITEADE 06.05.2023

Eesti Vähiliit juhib tähelepanu, et viimase 10 aasta vältel on haigestumus melanoomi Eestis kasvanud lausa poole võrra.

6. mai on rahvusvaheline melanoomipäev. Melanoom on pahaloomuline kasvaja, mis tekib melanotsüütidest, naha pigmendirakkudest. Melanoom võib tekkida olemasolevast neevusest ehk nn sünnimärgist või tekib nahale uus kiiresti kasvav ja muutuv pigmendilaik.

Viimase kümne aasta vältel on haigestumus melanoomi Eestis kasvanud poole võrra. Eesti inimestest 92% tunnistab, et liigne päike võib põhjustada terviseprobleeme, ainult 18% kaitseb oma nahka aga päikese eest. 90 protsendi nahavähi juhtude põhjuseks on liigne ultraviolettkiirgus.

Varajast melanoomi suudetakse tänapäeva meditsiiniga väga hästi ravida (99% patsientidest paraneb täielikult), kuid melanoomi, mis on juba tunginud läbi nahakihtide ning organismis levinud, on väga raske täielikult ravida (hilises staadiumis avastatud melanoomi elumuse tõenäosus jääb statistiliselt vahemikku 15–20%).

Kauaoodatud päikeselised ilmad on taas kohal ning meelitavad inimesi päikest võtma ja D-vitamiini ammutama. Paraku kaasneb liigse päevitamisega mitmeid terviseriske, neist üks ohtlikumaid on melanoom. Mõistlik oleks vähendada tahtlikku naha päevitamist, kaitsta väikelapsi ja pakkuda kaitset välitingimustes töötajatele otsese päikesekiirguse eest.

Melanoomi riskitegurid on hele nahavärv, lapseas saadud päikesepõletused, melanoomi esinemine lähisugulastel, nõrk immuunsüsteem ning solaariumi kasutamine. Päikesega liialdamine suurendavad nahavähi ja melanoomi teket, samuti kiirendab see naha vananemist, vähendab immuunsüsteemi tõhusust ning põhjustab ka erinevaid silmahaigusi.

Nahavähile ja riskifaktorite ennetamisele pöörab Euroopas kõige suuremat tähelepanu heategevuslik organisatsioon Euromelanoma, mis asutati dermatoloogide poolt, tänaseks osalevad seal 33 Euroopa riigi arstid, Eesti nende seas. Tänapäevaks on Eesti dermatoloogid 12 aastat korraldanud melanoomi ja nahavähi heategevuslikke skriininguid teadvustamiseks nahavähi tekke riske. 4. juunil 2023. aastal toimus nahavähi teadvustav Eesti nahaarstide seltsi ja Vähiliidu ühisüritus. Nahaarstid kontrollisid inimeste nahka Pärnu rannas. Kohal oli ka vähiliidu mobiilne nahakasvajate diagnoosikabinet.

Edastame ka valminud video lingi, videograaf Andres Luidre, Kavalants Studio:

<https://youtu.be/G49zIE42uxw> nahaarstide vastuvõttust Pärnu rannas juuni 2023

Järgmise aasta plaan – Melanoomipäev 2024 toimub Haabneeme rannas Viimsis, Oko restorani lähedal ja siis kui on lootust ilusale rannailmale – 6. juuli 2024.

Lisainformatsioon

Eesti Vähiliidu mobiilne nahakasvajate diagnoosikabinet on Maijooksul 20. mail Tallinna Lauluväljakul, vastuvõtt toimub kl 11.00–17.00.

Maijooksul toimub vastuvõtt nõ. elavas järjekorras. Nahaarsti vastuvõtule saatekirja vaja ei ole, visiitdinas on 5 eurot ravikindlustatud inimestele ja 35 eurot ravikindlustamata inimestele (vajadusel lisanduvad uuringutasud).

MELANOOMIPÄEV 2023

Austatud Maie Egipt ja Eesti Vähiliit!

Täna, et toetasite **Melanoomipäeva** 4. juunil 2023 Pärnus Eesti Vähiliidu bussiga.
Koos oleme tugevamad, koos suudame rohkem!



Lugupidamisega,
Dr. Pille Konno
Dermatoveneroloog
Euromelanoma Eesti esindaja




• MELANOOMIPÄEV •

Raadios Terviseks saade nädal 20 vähiliit

Terviseks Saade valmib koostöös Eesti Vähiliiduga.

Kuku raadio saates "Terviseks" räägime sel korral melanoomist ning sellest, kuidas on melanoomi varasele avastamisele kaasa aidanud mobiilne nahakabinet. Loomulikult astume ka ise sellest kabinetist läbi, saatjaks nahaarst Aade Topnik. Saatejuht on Ingela Virkus. Kuula saadet neljapäeval ja reedel kell 14.45.

Naha- ja eesnäärmevähi diagnoosikabinetid



Eesti Vähiliidu **naha- ja eesnäärmevähi diagnoosikabinetid** jätkavad edukalt oma tööd koostöös Viljandi haiglaga.

Kabinettide funktsionaalsus võimaldab nendes teha nii naha kui ka eesnäärme kontrolli, et avastada muutused võimalikult vara. Kabinettides on kaasaegne sisustus ning uuringuteks vajalik kõrgekvaliteetne aparatuur. Ultraheliaparaat eesnäärme uuringuteks ja digitaalne dermatoskoop ning spetsiaalsed luubid nahauuringuteks. Kabinetid on varustatud kaldteedega, et võimaldada ligipääs liikumispuuetega inimestele. Mobiilsetes diagnoosikabinettides võtavad patsiente vastu Viljandi haigla arstid.

Lisainformatsioon ja kabinettide liikumisgraafikud <http://cancer.ee/a/diagnoosikabinetid/>

Maikuu oli rinnavähi teadlikkuse tõstmise kuu, mil toimusid mitmed meediakajastused (pressiteade, Kuku raadio saade „Terviseks“, rinnavähiteemaline poster maakonnalehtedes, teleklipid rinnavähi varajase avastamise tähtsusest).

EESTI VÄHILIIDU PRESSITEADE 15.– 31.mai 2023

Maikuu on rahvusvaheline rinnavähi varase avastamise kuu. Eestis jätkub rinnavähikampaania, mille eesmärk on teadvustada inimestele, et varases staadiumis avastatud rinnavähk on ravitav ja kutsuda sihtgruppi naisi aktiivselt osalema sõeluuringus.

Rinnavähk on ka Eestis naiste kõige sagedamini esinev pahaloomuline kasvaja. Igal aastal diagnoositakse vähiregistri andmetel **üle 800 uue rinnavähijuhu**, viimastel aastatel on uute juhtude arv tõusnud. Rinnavähi sõeluuringu eesmärgiks on avastada rinnavähk võimalikult varases staadiumis ning vähendada sel viisil haigusesse suremust ja tõsta haigete elukvaliteeti.

2023. aastal kutsutakse rinnavähi sõeluuringule ligi 60 000 Eestimaa naist vanuses 50-62a.

Oluline on, et ennast terveks pidavad naised sõeluuringul käiksid, sest rinnavähk varajases staadiumis endast millegagi veel märku ei anna.

2023. aastal kutsutakse tasuta rinnavähi sõeluuringule naised sünniaastatega 1955, 1957, 1959, 1961, 1963, 1965, 1967, 1969, 1971, 1973.

Vähiliidu eesmärk on anda tervisealasid teadmisi ja kasvatada uut põlvkonda, kes võtavad ise vastutuse oma tervise eest omades võimalikult palju infot ja teadmisi tervise hoidmiseks ja haiguste ennetamiseks ka läbi sotsiaalmeedia.

Lisainfo Tervisekassa infotelefonilt 69 6630

Raadios Terviseks saade nädal 18 vähiliit

Terviseks saade valmib koostöös Eesti Vähiliiduga.

Kuku raadio saates "Terviseks" räägime sel korral rinnavähist ja sõeluuringus osalemise olulisusest. Külaskonnanud on Regionaalhaigla onkoloog-ülemarst ja Eesti Vähiliidu president Vahur Valvere. Saatejuht on Ingela Virkus. Kuula saadet neljapäeval ja reedel kell 14.45

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

Eesti Vähiliidu poolt koostatud postrid ilmusid järgmistes meediaväljaannetes:

Postimees | Tartu Postimees | Pärnu Postimees | Sakala | Virumaa Teataja | Järva Teataja | Lõuna-Eesti Postimees | Maa Elu | Ajakiri 60+ | 1Leht | Pärnu Börs

ÄRA JÄÄ HILJAKS!

Eesti Vähiliit
Elujõu Liit

TERVE EESTIGA VÄHIVASTU

2023. aastal kutsutakse rinnavähi sõeluuringule ravikindlustatud ja ravikindlustamata naised sünniaastaga 1955, 1957, 1959, 1961, 1963, 1965, 1967, 1969, 1971, 1973.

Sihtrühma naistel on võimalik rinnavähi sõeluuringul osaleda ka mööda Eestit sõitvates mammograafiabussides.

Rinnauuringule saavad naised minna ka siis, kui nad ei kuulu sõeluuringu sihtrühma. Selleks tuleb pöörduda oma pere- või naistearsti poole, kes kontrollib Sinu tervist ja vajadusel suunab saatekirjaga rinnauuringule. www.haigekassa.ee/soeluuring

Varakult avastatud rinnavähk on ravitav!

RINDADE VAATLUST peaks tegema kõik üle 20aastased naised, et osata hinnata rinnanäärmete tavalist seisundit ja märgata neis tekkivaid muutusi õigel ajal. Enesekontrolli peaksid kindlasti tegema kõrge riskiga naised, kelle lähisugulasel (näiteks emal või õel) on olnud rinnavähk, kes on ise põdenud rinnavähi või kelle rinnanäärmes on leitud healoomuline moodustus, mida on hinnatud vähieelseks.

Rinnavähi varajases staadiumis ei ole naisel reeglina kaebusi ega tuntuvaid muutusi rinnas, seetõttu on oluline osaleda rinnavähi sõeluuringutel. Soovitatav on end kontrollida regulaarselt üks kord kuus kindlal päeval. Parim aeg selleks on pärast menstruatsiooni.

TOIMI NII

Vaata rindu peeglist esmalt käed kõrvall ja seejärel käed kuklal:

- kas rinnad on tavapärase suuruse ja kujuga;
- kas nahk on sile ja ühtlane ning tavalist värvi;
- kas rinnanibud näivad normaalsed ja liiguvad kätt tõstes ülespoole.

Kõige kergem on rindu katsuda pesemisel, kui nahk on seebitatud, siis on ebatasused ja võimalikud sõlmekesed libeda käe all kergesti tuntavad.

- Vasakut rinda kombatakse parema käe sirgete sõrmedega kergelt vajutades.
- Alustatakse rinnanibust, liigudes kergete ringjate liigutustega väljapoole. Selliselt kombatakse läbi kogu rind ja kaenlaalune piirkond.
- Sama korratkse parema rinnaga, kombatakse vasaku käega.

Põrdu KOHE arsti poole, kui märkad:

- tükki, tihendit rinnas või kaenla all;
- muutust rinna kujus, suuruses või nahavärvits;
- rinnanibu või naha sissetõmmet;
- eritist nibust;
- ebamugavustunnet või valu või ühes rinnas;
- rinna punetust, apelsinikoorenahka, haavandumist;
- suurenenud lümfisõlmi kaenla all.

Iga killuke sinust on hoolimist väärt!

www.cancer.ee • www.haigekassa.ee
www.kasvajaj.net • www.rinnavahk.ee

LHV maijooksu raames toimetasid nn. „roosad heategevusflamingod“. Kohal oli vähiliidu mammograafiabuss ning „roosad flamingod“ kutsusid naised bussis ennast kontrollima. Maijooksu raames oli Lauluväljakul väljas kogu vähiliidu mobiilne tehnika. Soovijatele viidi läbi uuringuid

EESTI VÄHILIIDU PRESSITEADE

Maijooksul toimetasid roosad heategevusflamingod!



Täna LHV Maijooksul tekitasid rõõmsat elevust heategevusflamingod, kes kutsusid naised kohapeal asuvasse Eesti Vähiliidu mammograafiabussi ning tõstsid spordirahva tuju.

Tegemist oli kõigi naiste lemmiktelekanali TV3 Life heategevusflamingodega, kes kutsusid naised Lauluväljakule kohale sõitnud Eesti Vähiliidu mammograafiabussi rinnakontrolli ning jagasid infolehti Eesti Vähiliidu tegemiste ja toetusvõimaluste kohta. Viljandi haigla rinnavähi sõeluuringu koordinaatori Ele

Virolaineni sõnul külastas täna Maijooksu-päeval bussi üle poolesaja naine, kelle jaoks oli tegemist suurepärase võimalusega sportima tules ühtaegu ka oma tervist kontrollida.

TV3 Life'i heategevusflamingod olid ka suurepärase hea tuju loojad ja tekitasid palju elevust – nii jooksupõhised naised kui ka neile kaasa elama tulnud mehed ja lapsed said koos roosade lindudega pildistades mälestuseks toredaid hetki jäädvustada.

Eesti Vähiliit on Eesti suurim vähipatsiente ja vähihaigusega tegelevaid erialaliite koondav katuseorganisatsioon. Eesti Vähiliidu missiooniks on teavitada ühiskonda vähi riskidest ning panustada vähi ennetustegevusse. Samuti ühendada vähipatsiendid, nende lähedased ja arstid tugivõrgustikuks ning pakkuda tuge vähipatsientidele, parandades nende elukvaliteeti. Eesti Vähiliidu uus unistus on korjata raha mobiilse kompuutertomograafi jaoks, mis võimaldab nii kopsuvähi sõeluuringuid kui ka teisi eriarstide määratud uuringuid teha inimeste elukoha lähedal väljaspool suurlinna.

Täna LHV Maijooksul sai otse sündmuskohal külastada mammograafiabussi ja teha rinnakontrolli. Kui naised hoolitsevad oma välimuse eest regulaarselt, käies juuksuris ja ilusalongis, on lisaks sellele väga oluline hoolitseda rindade tervise eest, sest mida varajasemas staadiumis rinnavähk diagnoositakse, seda paremad on ravitulemused ja prognoos edasisele elule.

Raadio Terviseks saade nädal 30 vähiliit

Terviseks saade valmib koostöös Eesti Vähiliiduga.

Kuku raadio saates "Terviseks" räägime sel korral C-hepatiidist. Kuidas see inimese organismi satub, mida halba see võib põhjustada ning kuidas seda diagnoositakse ja ravitakse? Selgitusi jagab Tartu Ülikooli Kliinikum infektsionist Kerstin Aimla. Saatejuht on Ingela Virkus. Kuula saadet neljapäeval ja reedel kell 14.45.

Vähiliidu eesmärk on anda tervisealased teadmised ja kasvatada uut põlvkonda, kes võtavad ise vastutuse oma tervise eest omades võimalikult palju infot ja teadmisi tervise hoidmiseks ja haiguste ennetamiseks ka läbi sotsiaalmeedia.

<https://cancer.ee/maijooksul-toimetased-roosad-heategevusflamingod/>



Mööda Eestit sõitev annetajate ja toetajate abiga ostetud vähiliidu mammograafiabussil täitus 12. tegevusaasta. 2021. aastal on buss täielikult renoveeritud ja varustatud uue, kaasaegse 3D mammograafiga. Vähiliidu mammograafiabussi opereerib Viljandi haigla. Koostöös Viljandi haigla spetsialistidega pakub mammograafiabuss võimalust kontrollida rindade tervist ka väikestes linnades ja maakohtades, kus vastavaid erialaarste ei ole. 12 aasta jooksul on mammograafiabussis uuringul käinud üle 70 000 naise, rinnavähk on avastatud ligikaudu 300 naisel, kusjuures

85% juhtudest on olnud haigus avastamise momendil varases staadiumis, kus ravitulemused on väga head ja on võimalik täielik tervistumine.

Ütle EI nikotiinile ja tubakale



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.

2023 a märtsis uuendas MTÜ Eesti Vähiliit tänu

Tervisekassa poolsele rahalisele toetusele noortele

mõeldud nikotiini ja tubaka kahjulikkuse temaatiliste trüki- ja esitlusmaterjalide sisu ning kujundust. Muutustega kaasnes ka koolitusloengute pealkirja uuendamine „Ütle EI nikotiinile ja tubakale“.

2023 a märtsi lõpust kuni mai alguseni viidi 45-s Eesti üldhariduskoolis õppivale 8 000-le õpilasele läbi ennetusloenguid. Loengutega jõuti 24 Tallinna kooli ja 21 kooli väljaspool Tallinna (Türi, Paide, Võru, Valga, Tartu, Põltsamaa jne).

Loeng käsitles teemasid nagu e-sigareti vedelikus sisalduvad mürgid, mokatubaka ohud, nikotiini sõltuvus, vähi tekke seos tubaka- ja nikotiinitoodete tarvitamisega, passiivne suitsetamine jne.

Paljud koolid kes projektis osalenud koolijuhtidelt positiivset tagasisidet kuulsid, võtsid MTÜ-ga Eesti Vähiliit ise kontakti ja soovisid loengute läbiviimist ka nende koolides.

Materjali koostaja ja lektor on käinud peale ühise projekti lõppemist viieteistkümnes koolis loenguid läbi viimas, loengute eest on tasunud koolid ise.

Rinna tervise päeva (15.10.2023) meediakajastus oli üle-eestiline (pressiteade, Kuku raadio „Terviseks“ saade, rinnavähi teemaline poster maakonnalehtedes, teleklipp).

EESTI VÄHILIIDU PRESSITEADE 15.10.2023

Oktoober on rahvusvaheline rinnavähi vastu võitlemise ja teadlikkuse tõstmise kuu

Rinnavähk on paljudes maades ja ka Eestis kõige sagedamini esinev pahaloomuline kasvaja naistel. Igal aastal diagnoositakse meil ligikaudu **800 uut rinnavähi juhtu**, haigete arv kahjuks kasvab. Seetõttu on väga oluline osaleda sõeluuringutel, sest varakult avastatud rinnavähk on valdavalt ravitav.



2023. aastal kutsutakse rinnavähi sõeluuringule ligi 90 401 Eestimaa naist vanuses 50–68 a. Nimelise kutse saavad uuringule aastatel 1955, 1957, 1959, 1961, 1963, 1965, 1967, 1969, 1971, 1973 sündinud ravikindlustusega ja ravikindlustuseta naised.

Vähiliidu mammograafiabussis tehti koostöös Viljandi Haiglaga 2022. aastal 6727 rinnavähi sõeluuringut. Täiendavatele uuringutele suunati 210 naist, neist üheksa ei tulnud kohale. Tagasi kutsutud 201 naisest leiti rinnavähk 36 naisel, valdavalt IA ja IIA staadiumis.

15. oktoobril toimub juba kuueteistkümnendat aastat EUROPA DONNA (Euroopa Rinnavähi Ühendus) poolt algatatud üleeuroopaline teavituskampaania Rinna Tervise Päev, millega tuletatakse tütarlastele ja naistele meelde tervislike eluviise tähtsust rinnavähi ennetamisel ning rinnavähi varajase avastamise võimalusi. Uuringud Euroopas näitavad, et 50-69-aastastel naistel, kes osalevad mammograafia sõeluuringutes, väheneb rinnavähki suremuse risk umbes 35%. EL-i 27-s liikmesriigis tekib rinnavähk ühel naisel 10-st enne 80-ndat eluaastat.

Rinnavähi riski suurendab alkoholi joomine, tubaka tarbimine, ülekaalulisus ja rasvumine. Tervislikud harjumused omakorda vähendavad riskifaktoreid ja selleks on mõistlik treenida regulaarselt, toituda tervislikult, säilitades normaalset kehakaalu, magada piisavalt ja vältida stressi. Kõik naised olenemata vanusest peaksid aastaringselt kord kuus enesevaatluse korras oma rindu kontrollima ka siis kui kaebusi ja sümptomeid ei esine, sest varajases staadiumis rinnavähk endast tunda ei anna. Enesevaatlus aitab varakult leida muutusi rindades, mille puhul tuleb kohe pöörduda perearsti või naistearsti poole. Viimastel aastatel on leitud tõendeid selle kohta, et regulaarne füüsiline aktiivsus vähendab rinnavähi riski, eriti naistel, kes on juba menopausis. Väga tähtis on pöörata

tähelepanu ka metasteerunud rinnavähile. Kaugmetastaaside puhul ei ole patsiendi täielik tervenemine haigusest enam võimalik kuid sageli on haigust siiski võimalik pikalt ravimitega kontrolli all hoida ning säilitada patsiendi elukvaliteet ja töövõime.

Tänastest valikutest sõltub meie tervis oluliselt tulevikus.

Eesti Vähiliit www.cancer.ee

Terviseks saade nädal 41 vähiliit

Terviseks saade valmib koostöös Eesti Vähiliiduga.

Kuku raadio saates "Terviseks" räägime sel korral rinnavähist. Läheme mammograafiabussi, kus radioloog Sulev Ulp selgitab, mil moel aitab see mobiilne kabinet rinnavähki varakult avastada ning miks on seda aina enam ka noortel naistel. Saatejuht on Ingela Virkus. Kuula saadet neljapäeval ja reedel kell 14.45.

Vähiliidu poolt toodetud telereklaamiklippi metastaatilisest 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>

Eesti Vähiliidu poolt koostatud postrid ilmusid järgmistes meediaväljaannetes:

Postimees | Tartu Postimees | Pärnu Postimees | Sakala | Virumaa Teataja | Järva Teataja | Lõuna-Eesti Postimees | Maa Elu | Ajakiri 60+ | 1Leht | Pärnu Börs

2023. aastal kutsutakse rinnavähi sõeluuringule 90 401 Eestimaist naist vanuses 50–68 a.

Nimelise kutse saavad uuringule aastatel 1955, 1957, 1959, 1961, 1963, 1965, 1967, 1969, 1971, 1973 sündinud ravikindlustusega ja ravikindlustusetud naised.

Naistele saadetakse koju personaalsed kutsed, kuid kutsed ei pea ära ootama. Kui naine kuulub sel aastal kutsutavate sihtrühma võib ta kohe uuringule registreeruda.

Oktoober on rahvusvaheline rinnavähi vastu võitlemise ja teadlikkuse tõstmise kuu

15. oktoobril toimub Euroopa Donna üleuroopaline teavituskampaania «RINNA TERVISE PÄEV», millega tuletatakse tütarlastele ja naistele meelde tervislike eluviise tähtsust rinnavähi ennetamisel ning rinnavähi varajase avastamise võimalusi.

Rinnavähk on paljudes maades ja ka Eestis kõige sagedamini esinev pahaloomuline kasvaja naistel. Igal aastal diagnoositakse meil ligikaudu 800 uut rinnavähi juhtu, haigete arv kahjuks kasvab. Seetõttu on väga oluline osaleda sõeluuringutel, sest varakult avastatud rinnavähk on edukalt ravitav.

Rinnavähi risk suureneb naistel vanusest 55. Riski suurendab alkoholi joomine, tubaka tarbimine, ülekaalulisus ja rasvumine.

Vähiliidu mammograafiabussis teostati koostöös Viigandi Haigla 2022. aastal 5727 rinnavähi sõeluuringut. Täiendavatele uuringutele suunati 210 naist, neist üheksa ei tulnud kohale. Tagasi kutsutud 201 naisest leiti rinnavähk 36 naisel, valdavalt I ja II staadiumis.

Eesti Vähiliidu mammograafiabuss kutsus osalema rinnavähi sõeluuringus. Registreerida saab tööpäevadel kell 8–16, telefonil 600 3155.

Terviseks saade valmib koostöös Eesti Vähiliiduga. Selleks on mõistlik trennida regulaarselt, toituda tervislikult, säilitada normaalne kehakaal, magada piisavalt ja vältida stressi. Kõik naised olenemata vanusest peaksid aastaringset kord kaks enesevaatluse korras oma rindu kontrollima ka siis kui kaebusi ja sümptomeid ei esine, sest varajases staadiumis rinnavähk endast tunda ei anna.

Eriti tähelepanelik tasub olla järgmiste ohumärkide korral:

- tihenend ala rinnakoos
- rinnakuju ja naha muutused
- eritis rinnanibust
- kaenalaaluste lümfisõlmede suurenenimine

Enesevaatlus aitab varakult leida muutusi rindades, mille puhul tuleb kohe pöörduda perearsti või naistearsti poole. Naistel on võimalus minna ka rinna tervise kabinetti.

Vilmastel aastatel on leitud tõendeid selle kohta, et regulaarne füüsiline aktiivsus vähendab rinnavähi riski, eriti naistel, kes on juba menopausis.

Väga tähtis on pöörata tähelepanu ka metasteerunud rinnavähile. Kaugmetastaaside puhul ei ole patsiendi täielik tervenemine haigusest enam võimalik kuid sageli on haigust siiski võimalik pikalt ravimitega kontrolli all hoida ning säilitada patsiendi elukvaliteet ja töövõime.

Tänastest valikutest sõltub meie tervis oluliselt tulevikus.

www.cancer.ee - www.tervisekassa.ee - www.kasvaja.net - www.rinnavahk.ee

TRADITSIOONILINE VÄHINÄDAL 2023.a. konverents

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 ühissessiooni koos American

Society of Clinical Oncology ja Eesti Onkoloogide seltsiga. Balti kongress tõi kokku 370 onkoloogi ja kirurgi, residentide ja üliõpilaste 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.

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

EESTI VÄHILIIDU PRESSITEADE 2023.a. „IGA MEES PEAB TEADMA“

Varakult avastatud eesnäärmevähk on ravitav, seega leia enda jaoks AEGA ja sulle antakse aega ELADA! Eesti Vähiliidu Meeste tervisele suunatud teavituskampaania eesmärgiks on rääkida eesnäärmevähi riskiteguritest ja varajasest avastamisest.

Alates 50. eluaastast diagnoositakse **ühel mehel kuuest** eesnäärmevähk. **Euroopas on eesnäärmevähk meeste sagedasim vähkkasvaja** ning uuringud näitavad, et eesnäärmevähi võime leida lausa 80% 80-ndates aastates meestel. Olenemata vanusest võivad osa vähijuhtumeid, **eriti noorematel meestel**, olla väga agressiivsed.

Vähiliidu kampaania eesmärk on **terviseteadlikkuse tõstmine meestel**, et rõhutada ka mehe enda vastutust oma tervise ja elukvaliteedi eest. Samuti rääkida eesnäärmevähi ja sellega seotud haigustest, jagada infot tänapäevase ravi kohta ja toetada eesnäärmevähi patsiente. **Väga oluline on teada, et eesnäärmevähk oma varases arengu-stadiumis enamasti mingeid vaevuseid ei põhjusta.**

Riskifaktorid eesnäärmevähi haigestumisel:

- Vanus (alates 50. eluaastast suureneb risk haigestuda)
- Haiguse varasem esinemine perekonnas
- Ülekaalulisus ja metaboolne sündroom
- Suitsetamine, mis on sageli seotud eesnäärmevähi agressiivsemate vormidega
- Loomse rasva- ja liharikka toidu tarbimine, mis võib kasvaja tõenäosust tõsta kuni kaks korda

Meeste terviseteadlikkus on küll kasvanud, kuid oluliste tervise riskitegurite (liigne kehakaal, vähene liikumisaktiivsus, mittetervislik toitumine, suitsetamine, alkoholi liigtarvitamine) osas on meeste näitajad jätkuvalt oluliselt kehvemad kui eesti naistel.

Soovitused haiguse varaseks avastamiseks:

- PSA analüüsi on soovitatav teha meestel alates 50. eluaastast
- Kui perekonnas on varasemaid haigusjuhtumeid, siis tuleks pöörduda alates 45 eluaastast

Kõik eesnäärmehaigused põhjustavad **kolme tüüpi vaevusi**: kusevoolu takistus, kusemisärritus ja valu/ebamugavustunne vaagna piirkonnas.

Eesti mehed kipuvad arstiga suhtlemist tahaplaanile lükkama ning soovivad ikka ja alati „tugevana“ näida. Kindlasti tuleks minna perearsti, meestearsti või uroloogi juurde, kui esineb valu või ebamugavustunne märgitud piirkondades. **Elamine ongi tugevus!**

2023. aastal jätkab vastuvõtte vähiliidu eesnäärmevähi diagnoosikabinetti. Kabineti töö on üheks väga oluliseks osaks vähi ennetamisel ja varasel avastamisel. Seal on kaasaegne sisustus ning uuringuteks vajalik kõrgevaliteetne aparatuur, et teha eesnäärme kontrolli ja avastada muutused võimalikult vara. Kaldtee olemasolu võimaldab ligipääsu ka puuetega inimestele.

Eesti Vähiliit koos meeste terviseprobleemidega tegelevate arstidega soovib meestel toituda tervislikult, olla füüsiliselt aktiivne, vähendada stressi oma elus ning regulaarselt külastada arste, et võimalikud terviseprobleemid saaksid varakult avastatud ja ravitud!

Raaios Terviseks saade nädal 45 vähiliit

Terviseks saade valmib koostöös Eesti Vähiliiduga.

Kuku raadio saates "Terviseks" räägime sel korral meeste tervisest ja eesnäärmehaigustest. Külas on Regionaalhaigla Kirurgiakliiniku uroloog dr Teesi Sepp. Saatejuht on Ingela Virkus. Kuula saadet neljapäeval ja reedel kell 14.45

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=IS7f4oIWdIU>

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

Eesti Vähiliidu poolt koostatud postriid ilmusid järgmistes meediaväljaannetes:

Postimees | Tartu Postimees | Pärnu Postimees | Sakala | Virumaa Teataja | Järva Teataja | Lõuna-Eesti Postimees | Maa Elu | Ajakiri 60+ | 1Leht | Pärnu Bõrs

PATSIENTIDELE SUUNATUD TEGEVUSED

Tervise – ja koolituslaager patsientidele

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. Lisaks uutele teadmistele pakub terviselaager alati võimalust saatusekaaslastega suhelda, kogemusi vahetada ja luua tihedamaid suhteid vähipatsientide maakondlike ühenduste vahel. Laagrit on patsiendid nimetanud väga vajalikuks.

Eneseabi ja toimetuleku koolitused vähipatsientidele

Projekti raames viisime läbi vaimse tervise koolitused patsientide ühingutes vähipatsientidele ja nende tugiisikutele Lääne-Virumaa Vähihaigete Ühenduses, ühingus ESTILCO, Pärnumaa Vähiühingus, Viljandimaa Vähihaigete Tugirühmas, Järvamaa Vähihaigete Ühingus, Põhja-Eesti Vähihaigete Ühenduses, Läänemaa Vähiühingus. Projekti rahastas Tervise Arengu Instituut.

Nõuandetelefoni, kodulehe ja foorumi projekt

Vastavalt vähistrateegiale oli projekt suunatud info andmisele vähipatsientidele ning nende lähedastele, samuti omavahelise suhtluse soodustamiseks. Projekt aitab töös hoida nõuandetelefoni 800 2233, kodulehte ja foorumit. Kodulehelt www.cancer.ee on võimalik esitada küsimusi vähiliidu meditsiininõunikule ja pääseb ka otse foorumisse, mis on oluline suhtluskoht meie sihtrühmale. Projekti rahastab Tervise Arengu Instituut.

Parukate laenutus

Heade annetajate abiga saame juuksed kaotanud vähipatsientidele laenutada tasuta parukaid.

TOETAV KOOSTÖÖ

Koostöö Armastan aidata annetuskonnaga

Annetuskeskond „Armastan aidata“ ühendab erinevaid heategevuslikke organisatsioone, kes aitavad edendada Eesti elu erinevates valdkondades. Eesti Vähiliit on olnud oma projektidega keskkonnas juba 11. aastat. 2019. aastal oli Eesti Vähiliit keskkonnas projektiga „Terve Eestiga vähi vastu“

Annetused aitavad Eesti Vähiliidul ellu viia vähi ennetamise ja haiguse varajase avastamise seisukohalt olulisi tegevusi. Lisaks aitavad juba haigestunud inimestele pakkuda psühhosotsiaalset tuge, elukvaliteedi ja sotsiaalse staatuse säilitamiseks.

Täname väga annetuskeskonda ja kõiki annetajaid, kes on pidanud oluliseks meie projekti toetada!



Eesti Vähiliit tänab oma häid koostööpartnereid: Sotsiaalministeerium, Eesti Tervisekassa, Tervise Arengu Instituut, Põhja-Eesti Regionaalhaigla onkoloogia- ja hematoloogiakliinik, Viljandi Haigla, Tartu Ülikooli Kliinikumi hematoloogia-onkoloogia kliinik, Ida-Tallinna Keskhaigla, TÜ Androloogiakeskus, Tallinna Sotsiaal- ja tervishoiuamet, Eesti Puuetega Inimeste Koda, Vabaühenduste Liit, Kodanikuühiskonna Sihtkapitali, Swedbank ja Heateo SA „Armastan aidata annetuskeskkond“, meediapartnereid ning mitmeid erafirmasid Avon Eesti, Lindex, Saku Läte AS, Stockmann Kaubamaja, Tallink, Eesti Kinnisvara, Ergo, BeMore Superfoods jpt ning üksikisikuid, kes on meie tegevust toetanud. Väga tänulikud oleme meie pikaajalistele suurtoetajatele Roche Eesti OÜ, AbbVie Biopharmaceuticals GmbH Eesti filiaal, Novartis Pharma Services Inc. Eesti filiaal ja teistele ravimfirmadele, kes on vähi ennetustegevust toetanud. Täname arste ja meditsiiniõdesid, kes on meid teavitustegevuses palju aidanud, andnud nõu, esinenud meie konverentsidel ja meedias.

RAHVUSVAHELINE KOOSTÖÖ

Eesti Vähiliit kuulub 1993. aastast rahvusvahelisse vähivastasesse liitu Union for International Cancer Control (UICC). Teeb tihedat koostööd ka Euroopa rinnavähikoalitsiooni – Europa Donnaga, mille Eesti esindajaks on vähiliidu juhataja Maie Egipt. Alates 2003. aastast teeb vähiliit koostööd Ameerika rinnavähikoalitsiooniga, liidul on head sidemed Soome, Rootsi, USA jt maade vähiliitudega. 2006. aastast kuulub vähiliit Euroopa emakakaelavähi liitu (European Cervical Cancer Association) ning Euroopa vähipatsientide koalitsiooni (European Cancer Patient Coalition). On olnud pikaajaline koostöö organisatsioonidega International Alliance of Patients' Organizations (IAPO) ja Internationa Cancer Information Service European Group (ICISG). 2016. aastast kuulume Euroopa kolorektaalvähi mittetulunduslikku organisatsiooni EuropaColon, et üheskoos teha veelgi tõhusamalt teavitustööd soolevähist. Alates 2023 aastast kuulume The Association of European Cancer Leagues (ECL). Brüsselis asuv ECL pakub oma liikmetele ainulaadset platvormi rahvusvaheliseks koostööks eelkõige vähi ennetamise, tubakakontrolli, ravimite kättesaadavuse ja patsientide toetamise valdkondades ning loob võimalusi nende teemade eestkõnelemiseks ELi tasandil.

KOKKUVÕTE

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 alkoholitarvitamise vähendamisega. Seetõttu on vähivastase tegevuse eesmärgiks innustada inimesi tervislikemate eluviiside poole ja seeläbi vähendada haigestumise riski. UICC eesmärk on vähendada 2025. aastaks vähihaigestumist veerandi võrra. Allikas: <https://www.worldcancerday.org/>

Eesti Vähiliidu kogemused kampaaniate läbiviimisel ja tagasiside saamisel näitavad, et erinevate vähipaikmete ennetuskampaaniad peavad olema järjepidevad ja jätkusuutlikud. Sellel aastal saame jubanentida, et kõik nendel aastatel läbiviidud ennetuskampaaniad hakkavad ka tulemusi andma.

Palju rohkem inimesi huvitub 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 vanusegrupe. Püüame läheneda erinevatele gruppidele neile sobivaimal viisil – noorematele Online meedia, videod ja kõik sotsiaalmeediakanalid: FB, Instagram, LinkedIn. Loomes 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

Raamatupidamise aastaaruanne

Bilanss

(eurodes)

	31.12.2023	31.12.2022	Lisa nr
Varad			
Käibevarad			
Raha	1 423 537	1 050 885	2
Nõuded ja ettemaksed	21 943	32 793	3
Kokku käibevarad	1 445 480	1 083 678	
Põhivarad			
Materiaalsed põhivarad	356 076	418 316	5
Kokku põhivarad	356 076	418 316	
Kokku varad	1 801 556	1 501 994	
Kohustised ja netovara			
Kohustised			
Lühiajalised kohustised			
Võlad ja ettemaksed	38 830	28 033	6
Sihtotstarbelised tasud, annetused, toetused	1 675 232	1 386 470	9
Kokku lühiajalised kohustised	1 714 062	1 414 503	
Kokku kohustised	1 714 062	1 414 503	
Netovara			
Eelmiste perioodide akumuleeritud tulem	87 491	87 481	
Aruandeaasta tulem	3	10	
Kokku netovara	87 494	87 491	
Kokku kohustised ja netovara	1 801 556	1 501 994	

Tulemiaruanne

(eurodes)

	2023	2022	Lisa nr
Tulud			
Annetused ja toetused	258 873	240 380	
Tulu ettevõtlusest	36 000	70 000	
Kokku tulud	294 873	310 380	
Kulud			
Sihtotstarbeliselt finantseeritud projektide otsesed kulud	-103 652	-113 633	
Tööjõukulud	-128 429	-131 008	10
Põhivarade kulum ja väärtuse langus	-62 240	-67 468	
Muud kulud	-5 685	-1 533	
Kokku kulud	-300 006	-313 642	
Põhitegevuse tulem	-5 133	-3 262	
Intressitulud	5 136	2 630	
Intressikulud	0	-17	
Muud finantstulud ja -kulud	0	659	
Aruandeaasta tulem	3	10	

Rahavoogude aruanne

(eurodes)

	2023	2022	Lisa nr
Rahavood põhitegevusest			
Põhitegevuse tulem	-5 133	-3 262	
Korrigeerimised			
Põhivarade kulum ja väärtuse langus	62 240	67 468	
Kokku korrigeerimised	62 240	67 468	
Põhitegevusega seotud nõuete ja ettemaksete muutus	10 850	8 000	
Põhitegevusega seotud kohustiste ja ettemaksete muutus	10 797	2 003	
Laekunud intressid	5 136	2 630	
Makstud intressid	0	-17	
Kokku rahavood põhitegevusest	83 890	76 822	
Rahavood finantseerimistegevusest			
Laekumised sihtotstarbelistest tasudest, annetustest, toetustest	288 762	58 770	
Muud laekumised finantseerimistegevusest	0	659	
Kokku rahavood finantseerimistegevusest	288 762	59 429	
Kokku rahavood	372 652	136 251	
Raha ja raha ekvivalendid perioodi alguses	1 050 885	914 634	2
Raha ja raha ekvivalentide muutus	372 652	136 251	
Raha ja raha ekvivalendid perioodi lõpus	1 423 537	1 050 885	2

Netovara muutuste aruanne

(eurodes)

		Kokku netovara
	Akumuleeritud tulem	
31.12.2021	87 481	87 481
Aruandeaasta tulem	10	10
31.12.2022	87 491	87 491
Aruandeaasta tulem	3	3
31.12.2023	87 494	87 494

Raamatupidamise aastaaruande lisad

Lisa 1 Arvestuspõhimõtted

Üldine informatsioon

MTÜ Eesti Vähiliit
01.01.2023 - 31.12.2023.a.
valuuta: EUR

Käesolev raamatupidamise aastaaruanne on koostatud lähtudes Eesti finantsaruandluse standardist. Eesti finantsaruandluse standard on rahvusvaheliselt tunnustatud arvestuse ja aruandluse põhimõtetele tuginev raamatupidamistava, mille põhinõuded on kehtestatud Eesti Vabariigi raamatupidamise seadusega ja mida täiendavad Raamatupidamise Toimkonna juhendid.

Raamatupidamise aastaaruanne on koostatud eurodes.
Eelnenud aruandeperioodil kasutatud arvestuspõhimõtteid, hindamisaluseid ning informatsiooni esitusviisi ei ole käesoleva raamatupidamise aastaaruande koostamisel muudetud.
Raamatupidamise aastaaruande koosseisus koostatakse kasumiaruande asemel (RTJ 2,p.24-25) tulemiaruanne. Tulemiaruanne koostamisel peetakse kinni RTJ 14 antud skeemist.
On arvestatud RTJ 12 nõuetega.

Vigade korrigeerimine

Kuna meditsiinitehnika rendileandmise teenust tuleb käsitada Vähiliidu majandustegevusena ja käive ületas 40 000 euro piiri 01.11.2021, siis tuli Eesti Vähiliidul end sellest kuupäevast tagasiulatuvalt käibemaksukohustuslaseks registreerida ja kõik alates sellest kuupäevast osutatud meditsiinitehnika renditeenused käibemaksuga maksustada. Sellest tulenevalt on käesoleva raamatupidamise aastaaruande koostamisel parandatud tagasiulatuvalt 2021 aastasse meditsiinitehnika rendileandmise teenusest saadavat tulu ja arvestatud sellelt maksustatav väärtus jagades saadud renditasu summa 1,20-ga ja tasumisele kuuluv käibemaksusumma on 20% selle jagamistehte tulemusest.

Raha

Raha ja selle ekvivalentidena kajastatakse rahavoogude aruandes pangas ja kassas olevat sularaha.

Materiaalsed ja immateriaalsed põhivarad

Põhivarade arvelevõtmise alampiir 300

Annetused ja toetused

Sihtfinantseerimist ei kajastata tuluna enne, kui eksisteerib piisav kindlus, et ettevõtte vastab sihtfinantseerimisega seotud tingimustele ja sihtfinantseerimine leiab aset.

Sihtfinantseerimist kajastatakse tuluna nendes perioodides, mil leiavad aset kulud, mille kompenseerimiseks sihtfinantseerimine on mõeldud. Sihtfinantseerimine, mida saadakse eelmistel perioodidel tekkinud kulude eest või millega ei kaasne täiendavaid tulevikku suunatud tingimusi, kajastatakse tuluna perioodis, millal sihtfinantseerimine aset leidis.

Intressitulu kajastatakse tuluna siis, kui tulu laekumine on tõenäoline ja tulu suurus on võimalik usaldusväärselt hinnata.

Kulud

Kulud liigendatakse vastavalt kehtivale kontoplaanile ja kajastatakse õiges perioodis õiglase hinnaga vastavalt EV seadustele ja heale raamatupidamise tavale.

Seotud osapooled

Eesti Vähiliit loeb osapooli seotuks juhul, kui üks osapool omab kas kontrolli teise osapooli üle või olulist mõju teise osapooli äriolulistele otsustele. -Juhatus ning nõukogu liikmed, välja arvatud juhul, kui antud isikutel puudub võimalus avaldada olulist mõju ettevõtte äriolulistele otsustele. -Lisaks on seotud osapoolteks eelnevalt kirjeldatud isikute lähisugulased ja nende poolt kontrollitavad või nende olulise mõju all olevad

ettevõtted.

Lisa 2 Raha

(eurodes)

	31.12.2023	31.12.2022
Sularaha ja pangakontod	1 423 537	1 050 885
Kokku raha	1 423 537	1 050 885

Lisa 3 Nõuded ja ettemaksed

(eurodes)

	31.12.2023	12 kuu jooksul	Lisa nr
Nõuded ostjate vastu	12 150	12 150	
Ostjatelt laekumata arved	12 150	12 150	
Maksude ettemaksed ja tagasinõuded	9 093	9 093	4
Ettemaksed	700	700	
Tulevaste perioodide kulud	700	700	
Kokku nõuded ja ettemaksed	21 943	21 943	

	31.12.2022	12 kuu jooksul	Lisa nr
Nõuded ostjate vastu	9 000	9 000	
Ostjatelt laekumata arved	9 000	9 000	
Maksude ettemaksed ja tagasinõuded	23 093	23 093	4
Ettemaksed	700	700	
Tulevaste perioodide kulud	700	700	
Kokku nõuded ja ettemaksed	32 793	32 793	

Lisa 4 Maksude ettemaksed ja maksuvõlad

(eurodes)

	31.12.2023		31.12.2022	
	Ettemaks	Maksuvõlg	Ettemaks	Maksuvõlg
Käibemaks	9 093		23 093	
Üksikisiku tulumaks		4 862		3 700
Sotsiaalmaks		8 815		6 390
Kohustuslik kogumispension		87		11
Töötuskindlustusmaksed		329		164
Kokku maksude ettemaksed ja maksuvõlad	9 093	14 093	23 093	10 265

Lisa 5 Materiaalsed põhivarad

(eurodes)

				Kokku
	Arvutid ja arvutisüsteemid	Muud masinad ja seadmed	Masinad ja seadmed	
31.12.2021				
Soetusmaksumus	1 340	625 720	627 060	627 060
Akumuleeritud kulum	-572	-140 704	-141 276	-141 276
Jääkmaksumus	768	485 016	485 784	485 784
Amortisatsioonikulu	-264	-67 204	-67 468	-67 468
31.12.2022				
Soetusmaksumus	1 340	625 720	627 060	627 060
Akumuleeritud kulum	-836	-207 908	-208 744	-208 744
Jääkmaksumus	504	417 812	418 316	418 316
Amortisatsioonikulu	-264	-61 976	-62 240	-62 240
31.12.2023				
Soetusmaksumus	1 340	625 720	627 060	627 060
Akumuleeritud kulum	-1 100	-269 884	-270 984	-270 984
Jääkmaksumus	240	355 836	356 076	356 076

Lisa 6 Võlad ja ettemaksed

(eurodes)

	31.12.2023	12 kuu jooksul	Lisa nr
Võlad tarnijatele	2 362	2 362	
Võlad töövõtjatele	22 375	22 375	
Maksuvõlad	14 093	14 093	4
Kokku võlad ja ettemaksed	38 830	38 830	
	31.12.2022	12 kuu jooksul	Lisa nr
Võlad tarnijatele	465	465	
Võlad töövõtjatele	17 303	17 303	
Maksuvõlad	10 265	10 265	4
Kokku võlad ja ettemaksed	28 033	28 033	

Lisa 7 Võlad tarnijatele

(eurodes)

	31.12.2023	31.12.2022
Võlad tarnijatele	2 361	465
Kokku võlad tarnijatele	2 361	465

Lisa 8 Võlad töövõtjatele

(eurodes)

	31.12.2023	31.12.2022
Töötasude kohustis	7 291	5 539
Puhkusetasude kohustis	14 936	11 764
Võlg aruandvale isikule	148	0
Kokku võlad töövõtjatele	22 375	17 303

Lisa 9 Sihtotstarbelised tasud, annetused ja toetused

(eurodes)

	31.12.2021	Laekunud	Kajastatud tulemiaruanandes	Kajastatud varade soetusmaksumuses	31.12.2022
	Kohustised				Kohustised
Sihtfinantseerimine põhivarade soetamiseks					
Uue mammograafiabussi fond	217 870	67 468	-14 000	300 000	271 338
Mammograafi ja diagnoosikabinetide renoverimise fond	270 426	37 000	0	160 000	307 426
Amortisatsiooni fond	485 784	0	-67 468	0	418 316
Mobiilse kompuutertomograafi fond		25 754			25 754
Kokku sihtfinantseerimine põhivarade soetamiseks	974 080	130 222	-81 468	460 000	1 022 834
Sihtfinantseerimine tegevuskuludeks					
Terve Eestiga Vähi vastu-Vähiliit 30 a. fond	78 000	0	-78 000	0	0
Vähistrateegia projektide fond	108 242	16 770	0	0	125 012
Jacobi fond	1 377	0	0	0	1 377
Ettenägematute kulutuste fond	100 000	24 000	0	0	124 000
Majanduskulude ja palgafond	66 000	47 246	0	0	113 246
Kokku sihtfinantseerimine tegevuskuludeks	353 619	88 016	-78 000	0	363 635
Kokku sihtotstarbelised tasud, annetused ja toetused	1 327 699	218 238	-159 468	460 000	1 386 469

	31.12.2022	Laekunud	Kajastatud tulemiaruanne	Kajastatud varade soetusmaksumuses	31.12.2023
	Kohustised				Kohustised
Sihtfinantseerimine põhivarade soetamiseks					
Uue mammograafiabussi fond	271 338				271 338
Mammograafi ja diagnoosikabinetide renoverimise fond	307 426		-22 921		284 505
Amortisatsiooni fond	418 316	63 924	-62 240		420 000
Uue mammograafia soetamise fond		16 000			16 000
Mobiilse kompuutertomograafi fond	25 754	295 246			321 000
Kokku sihtfinantseerimine põhivarade soetamiseks	1 022 834	375 170	-85 161		1 312 843
Sihtfinantseerimine tegevuskuludeks					
Vähistrateegia projektide fond	125 012				125 012
Jacobi fond	1 377				1 377
Ettenägematute kulutuste fond	124 000		-16 000		108 000
Majanduskulude ja palgafond	113 246	31 760	-17 006		128 000
Kokku sihtfinantseerimine tegevuskuludeks	363 635	31 760	-33 006		362 389
Kokku sihtotstarbelised tasud, annetused ja toetused	1 386 469	406 930	-118 167		1 675 232

Lisa 10 Tööjõukulud

(eurodes)

	2023	2022
Palgakulu	96 078	97 913
Sotsiaalmaksud	32 351	33 095
Kokku tööjõukulud	128 429	131 008
Töötajate keskmine arv taandatuna täistööajale	6	5

Lisa 11 Seotud osapooled

(eurodes)

Liikmete arv majandusaasta lõpu seisuga	31.12.2023	31.12.2022
Juriidilisest isikust liikmete arv	15	15

Tegev- ja kõrgemale juhtkonnale arvestatud tasud ja muud olulised soodustused		
	2023	2022
Arvestatud tasu	47 736	43 041

Aruande digitaalallkirjad

Aruande lõpetamise kuupäev on: 10.06.2024

Eesti Vähiliit (registrikood: 80010716) 01.01.2023 - 31.12.2023 majandusaasta aruande andmete õigsust on elektrooniliselt kinnitanud:

Allkirjastaja nimi	Allkirjastaja roll	Allkirja andmise aeg
MAIE EGIPT	Juhatuse liige	26.06.2024

Aruande üldkoosoleku kinnitamise staatus

Üldkoosoleku poolt kinnitatud

Tegevusalad

Tegevusala	EMTAK kood	Põhitegevusala
Tervisehäiretega isikute ühendused ja nende liidud; puuetega inimeste ühendused ja nende liidud, erivajadustega inimeste kaitseühendused	94997	Jah