Centar | EESTI RAKENDUSUURINGUTE KESKUS CENTAR

diabeedikool

1. tüüpi diabeeti põdevate täiskasvanute küsitlus

Aruanne

VABA ÜHENDUSTE LIIT

Avatud Eesti Fond
Open Estonia Foundation

2020

Iceland Liechtenstein Norway Active citizens fund

Sisukord

LÜHIKOKKUVÕTE 4

SISSEJUHATUS 4
KÜSITLUSELE VASTANUTE TAUST 4
DIABEEDIRAVI JA TARVIKUTE KASUTAMINE 4
Veresuhkru kontrollimine 4
Insuliini manustamine 5
Ketoonimõõtja kasutamine 5
Mobiilirakenduste ja arvutiprogrammide kasutamine 5
Probleemid diabeediravi vahenditega 5
Diabeediravi kulud ja majanduslik toimetulek 6
Hinnang diabeediravi sobivusele 6
EMOTSIONAALNE TOIMETULEK DIABEEDIGA 6
MURE LIIGA MADALA VERESUHKRU TÕTTU 7
MURE LIIGA KÕRGE VERESUHKRU TÕTTU 7
DIABEEDIGA SEOSES TERVISHOIUTEENUSTE KASUTAMINE 8
TOITUMINE JA FÜÜSILINE AKTIIVSUS 8
DIABEEDIALANE TEADLIKKUS JA KOOLITUSED 9
SUHTLUS TEISTE DIABEEDIGA INIMESTEGA 9

TULEMUSED 10

1.1 SISSEJUHATUS 10
1.2 KÜSITLUSELE VASTANUTE TAUST 10
1.3 ÜLDINE HINNANG ELUKVALITEEDILE 14
1.4 ÜLDINE TERVISLIK SEISUND 16
1.5 DIABEEDIGA SEOTUD TERVISLIK TAUST 18
1.6 DIABEEDIRAVI JA TARVIKUTE KASUTAMINE 20
1.6.1 Veresuhkru mõõtmine 20
1.6.2 Ketoonimõõtja kasutamine 23
1.6.3 Insuliini manustamine 24
1.6.4 Mobiilirakenduste ja arvutiprogrammide kasutamine 26
1.6.5 Diabeediravi vahendite probleemid 26
1.6.6 Diabeediravi kulud ja majanduslik toimetulek 27
1.6.7 Hinnang diabeediravi sobivusele 29
1.7 EMOTSIONAALNE TOIMETULEK DIABEEDIGA 32

1.8 MURE LIIGA MADALA VERESUHKRU TÕTTU 34
1.9 MURE LIIGA KÕRGE VERESUHKRU TÕTTU 39
1.10 DIABEEDIGA SEOSES TERVISHOIUTEENUSTE KASUTAMINE 42
1.11 TOITUMINE JA FÜÜSILINE AKTIIVSUS 44
1.12 DIABEEDIALANE TEADLIKKUS JA KOOLITUSED 46
1.13 SUHTLUS TEISTE DIABEEDIGA INIMESTEGA 47

Lühikokkuvõte

Sissejuhatus

Küsitlus viidi läbi perioodil juuli-september 2020 veebi- ja paberküsitlusena. Uuringuga hõlmati **ainult 1. tüüpi diabeeti põdevad täiskasvanud**. Lühikokkuvõttes toome välja peamised küsitluse tulemused tekstiliselt. Tulemuste raportis on vastuste jaotused kirjeldatud graafiliselt, sh vanuse, HbA1c väärtus, sensori kasutamise, diabeedikoolitusel osalemise, diabeeditüsistuste, haiglasse sattumise, diabeediravi kulutustega majandusliku toimetuleku ja elukvaliteedi hinnangu lõikes, kui on statistiliselt olulised erinevused tuvastatavad. Tulemused esitame ankeedi küsimuste järjekorras.

Küsitlusele vastanute taust

Küsitlusele vastanute keskmine vanus on 36 aastat. Diabeedi diagnoosimise mediaanvanus on 16 ning diabeedi diagnoosiga elatud aastate mediaan on 15.

Viimase HbA1c väärtuse esinemine jaguneb suhteliselt võrdselt HbA1c väärtuse 7,5% juures – ligi pooltel oli viimane HbA1c väärtus kuni 7,5% ning ligi pooltel oli üle 7,5%. Oma viimast HbA1c väärtust ei osanud öelda ca 6% vastajatest.

Diabeedi tüsistusi on diagnoositud pooltel küsitlusele vastanutel.

Hetkel kehtiv ametlikult tuvastatud osaline või puuduv töövõime või püsiv töövõimetus on 76%l küsitlusele vastanutest.

Diabeediravi ja tarvikute kasutamine

Veresuhkru kontrollimine

Diabeediga täiskasvanutest valdav osa (*ca* 90%) mõõdab veresuhkrut testribadega glükomeetriga. Suurem osa glükomeetri kasutajatest (ca 70%) vahetab lantsetti 1-20 torke järel ning valdavalt (ca 75%) kulub ööpäevas tavaliselt 1-9 glükomeetri testriba.

Diabeediga täiskasvanutest *ca* 40% mõõdab veresuhkrut sensoriga. Ligikaudu 70% sensori kasutajatest vahetab sensorit tavaliselt 11-16 päeva järel.

Ainult testribadega glükomeetriga mõõdab veresuhkrut *ca* 60% diabeediga täiskasvanutest. **Ainult glükomeetriga mõõtjatest sooviks sensorit kasutada *ca* 72%.**

Ligikaudu kolmandik diabeediga täiskasvanutest ei kontrollinud küsitlusele eelneval nädalal kordagi öösel, magamise ajal, oma veresuhkrut ning mõnel ööl kontrollis *ca* 45% diabeediga täiskasvanutest.

Insuliini manustamine

Enamik diabeediga täiskasvanuid (*ca* 87%) manustab insuliini pen'iga. Süstlaga manustab insuliini ca 5% diabeediga täiskasvanutest. Insuliini pen'i või süstalde kasutajatest valdaval osal (*ca* 72%) kulub nädalas tavaliselt 1-24 pen'i nõela või süstalt. Sealjuures on insuliini pen'i või süstalde kasutajate hulgas *ca* 37% neid, kellel kulub nädalas 1-6 nõela või süstalt.

Insuliini manustamiseks kasutavad insuliinipumpa vähesed (kümnendik diabeediga täiskasvanutest). Insuliinipumba kasutamine on mõnevõrra enam levinud kõige nooremas, 18-25-aastaste, vanusegrupis. Insuliinipumba kasutajad vahetavad kanüüli tavaliselt 2-10 päeva järel ning reservuaari 2-14 päeva järel.

Diabeediga täiskasvanutest, kes manustavad insuliini pen'i või süstlaga, sooviks insuliini pumpa kasutada neljandik.

Ketoonimõõtja kasutamine

Ketoonimõõtja omamine ei ole diabeediga täiskasvanute seas levinud. Enamikul diabeediga täiskasvanutel (*ca* 85%) ei ole olemas ketoonimõõtjat või ei tea, mis on ketoonimõõtja. Ketoonimõõtja olemasolu korral on seda kasutanud valdav osa (*ca* 86%).

Mobiilirakenduste ja arvutiprogrammide kasutamine

Diabeediravi jälgimiseks või korraldamiseks kasutab mõnda mobiilirakendust või arvutiprogrammi veidi alla poole diabeediga täiskasvanutest (*ca* 40%). Enim kasutatakse sensoriga ühilduvat mobiilirakendust veresuhkru jälgimiseks (ligikaudu neljandik diabeediga täiskasvanutest).

Probleemid diabeediravi vahenditega

Viimase kolme aasta jooksul on diabeediga täiskasvanutest

- *ca* 60%l esinenud probleemi, et **vajaliku tarviku ostmiseks ei ole raha,**
- *ca* 58%l esinenud probleemi, et **soovitud tarvikut ei ole Eestis müügil,**
- *ca* 16%l esinenud probleemi, et ei oska tarvikut kasutada.

Probleemi, et vajaliku tarviku ostmiseks ei ole raha, on viimase kolme aasta jooksul olnud teistest rohkem (üle 70%l) diabeediga täiskasvanutel, kes oma diabeediravi kuludega katmisega üldse toime ei tule või tulevad vaid ots-otsaga kokku.

Diabeediravi kulude katmisega hästi toimetulevate hulgas on sama probleemi esinenud ligikaudu neljandikul

Diabeediravi kulud ja majanduslik toimetulek

Ühe kalendrikuu kulu diabeedi ravitarvikutele on keskmiselt 132-165 eurot. Ligikaudu 45% diabeediga täiskasvanute ühe kalendrikuu diabeedi ravitarvikute kulud jäävad kuni 200 euro piiresse ning veidi alla poole (*ca* 42%) diabeediga täiskasvanutest ei oska öelda ühe kalendrikuu diabeedi ravikulude summat.

Sensorit ning insuliinipumpa kasutavate diabeediga täiskasvanute ühe kalendrikuu diabeedi ravitarvikute kulud on keskmiselt suuremad. Sensorit kasutavate diabeediga täiskasvanute keskmine kulu ühes kuus on 199-230 eurot, insuliinipumba kasutajate keskmine diabeedi ravitarvikute kulu on 227-342 eurot.

Veidi üle poole (*ca* 58%) diabeediga täiskasvanutest ei tule diabeediravi kulude katmisel toime või tuleb ots-otsaga kokku. Diabeediravi kulude katmisel mittetoimetulevate või ots-otsaga kokku tulevate hulgas on keskmine ühe kalendrikuu kulu diabeedi ravitarvikutele ligikaudu 148-316 eurot. Diabeediravi kulude katmisel hästi toime tulevate keskmine kulu ühes kuus on 70-112 eurot.

Hinnang diabeediravi sobivusele

Diabeediga täiskasvanute keskmine hinnang skaalal 1-10, mil määral

- **ta saab oma terviseseisundit mõjutada füüsilise aktiivsuse ja toiduvalikutega, on 7,5-7,9.**
- **aitab praegune raviviis tervist kontrolli all hoida, on 6,8-7,3.**
- **sobib praegune diabeediravi tema elurütmiga, on 6,2-6,7.**

Mida madalam oli viimane HbA1c väärtus, seda kõrgemad on keskmised hinnangud.

Diabeediravi sobivusele elurütmiga antud keskmine hinnang on sensorit kasutavate diabeediga täiskasvanute hulgas kõrgem kui sensorit mittekasutavate hulgas.

Emotsionaalne toimetulek diabeediga

Diabeediga elamine tekitab sagedast hirmu ja muret suurele osale diabeediga täiskasvanutest. Ligikaudu 53-71% diabeediga täiskasvanutest on viimase 6 kuu jooksul sageli või väga sageli tundud järgnevat:

- mure tuleviku ja võimalike tüsistuste tekkimise pärast

- tunne, et diabeedile kulub liiga palju vaimset ja füüsilist energiat
- hirm, kui mõtleb tulevikule seoses diabeedi diagnoosiga

Hirmu ja muret võimalike tüsistuste tekkimise ja oma tuleviku pärast diabeedi diagnoosiga esineb mõnevõrra enam nende hulgas, kellel on diagnoositud diabeedi tüsistusi ning kes oma diabeediravi kulude katmisega ei tule toime või tulevad ots-otsaga kokku.

Mure liiga madala veresuhkru tõttu

Päeval tunnevad diabeediga täiskasvanud veresuhkru liiga madalale langemist sagedamini kui öösiti. Veresuhkru liiga madalale langemist päevasel ajal tunneb ära sageli või alati ligikaudu 72% diabeediga täiskasvanutest, kuid öösel *ca* 41%.

Ligikaudu pooled (*ca* 54%) diabeediga täiskasvanutest vajasid viimase kuu jooksul madala veresuhkru tõttu kellegi kõrvalise abi. Kord nädalas või sagedamini vajas madala veresuhkru tõttu kõrvalist abi ligikaudu viiendik.

Neljandik kuni pooled diabeediga täiskasvanutest viimase 6 kuu jooksul sageli või väga sageli muretsesid, et:

- madal veresuhkur häirib tema olulisi tegevusi
- veresuhkur läheb liiga madalale siis, kui ta magab
- veresuhkur läheb liiga madalale siis, kui ta on üksi
- ta ei saa aru, kui veresuhkur läheb liiga madalaks

Diabeediga täiskasvanutest 46-80% viimase 6 kuu jooksul madala veresuhkru hirmu tõttu sageli või väga sageli:

- võttis kodust lahkudes kaasa toitu
- sõi rohkem veresuhkru tõstmiseks
- mõõtis veresuhkru taset sagedamini kui 7 korda ööpäevas

Mure liiga kõrge veresuhkru tõttu

Ligikaudu 50-70% diabeediga täiskasvanutest viimase 6 kuu jooksul sageli või väga sageli:

- oli endale peale pahane, kui veresuhkur oli liiga kõrge
- muretses südame- ja neeruhaiguste, pimedaks jäämise või muude diabeedi tüsistuste pärast
- tundis, et kõrge veresuhkur on tema jaoks tõsiseks probleemiks

Kõrge veresuhkru hirmu tõttu viimase 6 kuu jooksul sageli või väga sageli 43-62% diabeediga täiskasvanutest:

- suurendas insuliini kogust kohe, kui tundis, et veresuhkur on liiga kõrge
- muutis toiduvalikut, kui teadis, et veresuhkur on liiga kõrge

Diabeediga seoses tervishoiuteenuste kasutamine

Valdav osa (83-90%) diabeediga täiskasvanutest käib diabeedi jälgimiseks ja ravi korraldamiseks vähemalt kord aastas endokrinoloogi ja silmaarsti vastuvõtul. Nende hulgas, kes nimetatud arste vähemalt kord aastas ei külasta, ei ole ühtegi domineerivat põhjust arsti juures mitte käimiseks. Vastused varieeruvad alates vastuvõtutule pääsemise raskustest ja unustamisest kuni selleni, et ei ole tunnetatud vajadust.

Vähemalt kord aastas endokrinoloogi vastuvõtul käivatest suurem osa hindab oma arsti kõrgelt – üle 70% on pigem nõus või täiesti nõus, et tema endokrinoloog:

- kuulab ära tema mõtted enne ravieesmärkide seadmist
- mõistab hästi tema nägemust diabeedist
- annab talle enesekindluse diabeedi kontrolli all hoidmiseks
- julgustab küsima küsimusi seoses diabeediga
- annab valikuid diabeedi raviks

Diabeedi tõttu on haiglasse sattunud viimase 12 kuu jooksul ligikaudu viiendik diabeediga täiskasvanutest.

Toitumine ja füüsiline aktiivsus

Toitumise ja füüsilise aktiivsusega seotud väited, millele diabeediga täiskasvanute keskmine hinnang väite kehtivusele skaalal 1-5 on üle 3 palli, on järgnevad:

- 3,4-3,7 – aeg-ajalt söön palju magusat või muud süsivesikuterikast toitu
- 3,3-3,5 – oskan insuliiniannust korrigeerida vastavalt toidu süsivesikute, rasva valgu ja kiudainesisaldusele
- 3,2-3,4 – söön toitu, mis lihtsustab veresuhkru kontrolli all hoidmist
- 3,1-3,3 – olen füüsiliselt aktiivne, et hoida veresuhkur kontrolli all

Diabeediga täiskasvanud, kes osalesid viimase viie aasta jooksul mõnel diabeedikoolitusel, on keskmiselt endas kindlamad, et nad söövad toitu, mis lihtsustab veresuhkru kontrolli all hoidmist. Vanusegrupi lõikes nooremad tunnevad keskmiselt enam, et nad söövad aeg-ajalt palju magusat või muud süsivesikuterikast toitu.

Diabeeti põdevatest inimestest ligikaudu pooled leiavad, et arst on andnud diabeedi kontrolli all hoidmiseks neile toitumisjuhiseid. Arstilt toitumisjuhise saanute hulgas väite kehtivusele keskmine hinnang skaalal 1-5 (1-üldse ei kehti minu kohta, 5-kehtib täielikult minu kohta) on:

- 2,8-3,0 – järgin rangelt arsti antud toitumisjuhiseid
- 2,1-2,5 – tunnen, et arsti antud toitumissoovituste järgimine ei võimalda veresuhkrut kontrolli all hoida

Diabeedialane teadlikkus ja koolitused

Suur osa diabeediga täiskasvanutest vajab senisest rohkem teadmisi mitmetes diabeediga seotud valdkondades. Ligikaudu 50-80% vajab senisest veidi või palju rohkem teadmisi järgnevates:

- Kuidas teha sporti ilma suurte veresuhkru kõikumisteta
- Kuidas haiguste ajal (nt külmetushaigused, kõhuviirused) veresuhkrut kontrolli all hoida
- Kuidas stress mõjutab diabeeti
- Kuidas kehakaalu kontrolli all hoida
- Milliseid tervisenäitajaid (nt kolesterool, vererõhk) on vaja regulaarselt jälgida
- Milline toiduvalik aitab veresuhkrut kontrolli all hoida
- Kuidas analüüsida veresuhkru andmeid ja teha selle põhjal ravis muudatusi
- Kui tihti ja milliste arstide juures käia diabeedi tõttu

Valdav osa (ca 70%) diabeediga täiskasvanutest ei ole viimase 5 aasta jooksul mõnel diabeedikoolitusel osalenud. Põhjuseks on kõige sagedamini, et ei ole leidnud infot toimuvate koolituste kohta (ca 65% koolitusel mitteosalenutest). Ligikaudu kolmandik mitteosalenutest ei ole tundnud vajadust koolituse järele ning ligikaudu neljandikul ei ole olnud aega osaleda.

Suhtlus teiste diabeediga inimestega

Enamik diabeediga täiskasvanutest soovib suhelda teiste diabeedi diagnoosiga inimestega. Veidi enam kui pooled (*ca* 58%) diabeediga täiskasvanud suhtlevad teiste diabeedi diagnoosiga inimestega. Teistega ei suhtle, kuid sooviks seda teha, ligikaudu viiendik.

Eelistatuim suhtluskanal on sotsiaalmeedia ning seejärel diabeediga inimestele suunatud üritused, grupikohtumised ning internetifoorumid.

Tulemused

1.1 Sissejuhatus

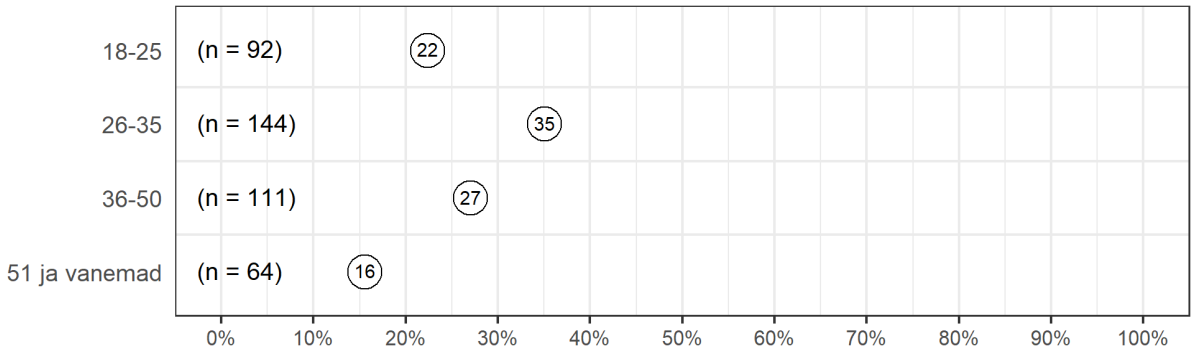
1. tüüpi diabeeti põdevate täiskasvanute küsitlusankeedile vastas 411 inimest. Küsitluse andmed koguti perioodil juuli-september 2020. Küsitlus toimus veebi- ja paberil küsitlusena. Küsitluse linki levitas Eesti Laste ja Noorte Diabeediühing Facebooki, meililistide ja veebilehe vahendusel. Paberankeete levitati endokrinoloogide kabinettides ja diabeeti põdevatele inimestele suunatud üritustel.

Alljärgnevalt esitatakse küsitluse vastuste jaotused graafiliselt. Joonistel näidatakse küsitluse andmetest arvutatud punkthinnang ja selle 95%lised usalduspiirid. Usalduspiiride otspunktid näitavad, kui kindlad me saame küsitluse põhjal olla selles, kus vahemikus nähtus üldkogumis (1. tüüpi diabeediga täiskasvanute hulgas) asub. Kui hinnangute usalduspiirid kattuvad suures osas, siis statistiliselt olulist erinevust gruppide vahel küsitluse põhjal ei ole võimalik tuvastada.

Kõikide ankeedikküsimuste kohta esitame üldise vastuste jaotuse ja juhul, kui esineb statistiliselt olulisi erinevusi, siis ka vastuste jaotused järgmiste taustatunnuste lõikes: vanus, HbA1c väärtus, sensori kasutamine, diabeedikoolitusel osalemine, diabeeditüsistuste olemasolu, haiglasse sattumine, majanduslik toimetulek diabeediravi kulutustega, elukvaliteedi hinnang.

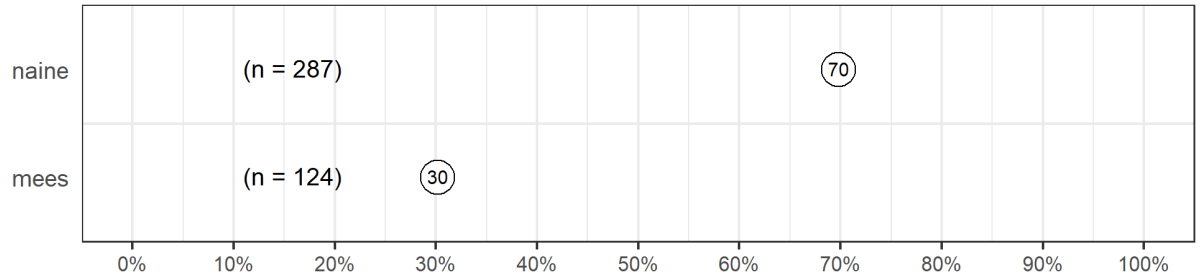
1.2 Küsitlusele vastanute taust

Joonis 1. Vanus (% küsitlusele vastanutest)

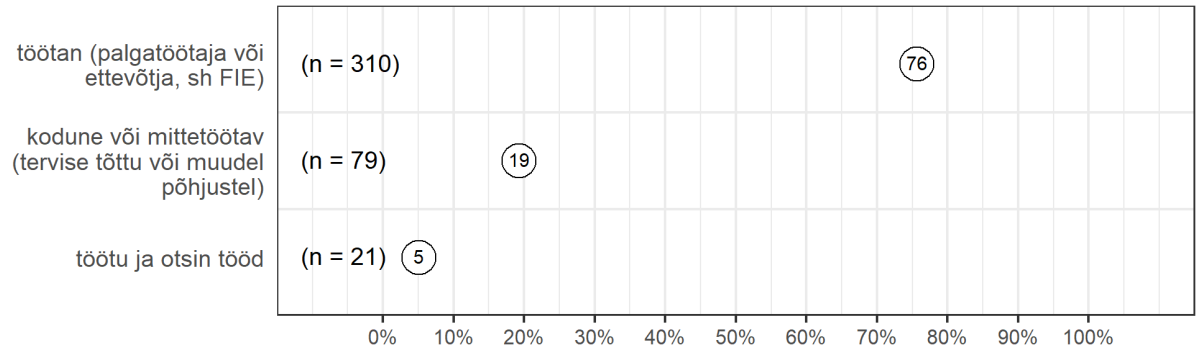


Küsitlusele vastanute keskmine vanus on 36 aastat.

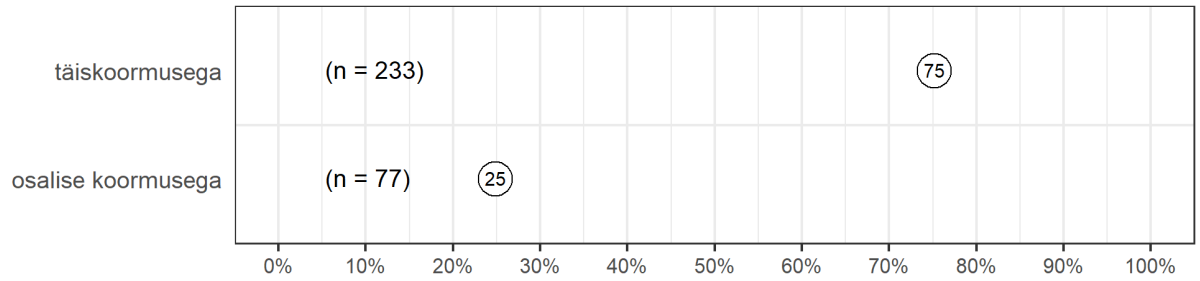
Joonis 2. Sugu (% küsitlusele vastanutest)



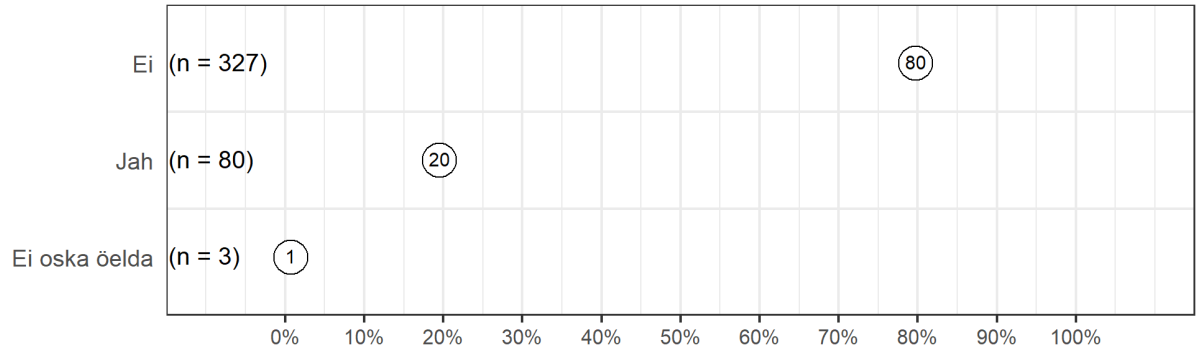
Joonis 3. Tööalane staatus (% küsitlusele vastanutest)



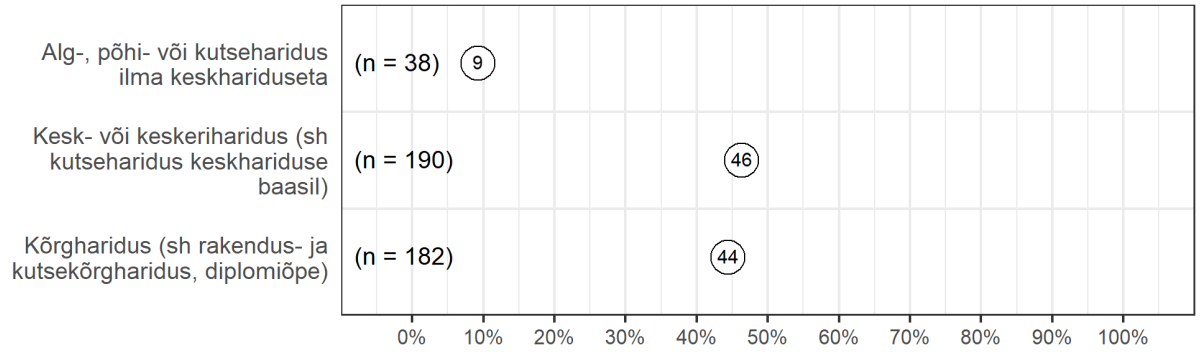
Joonis 4. Töökoormus (% küsitlusele vastanutest, kes töötavad)



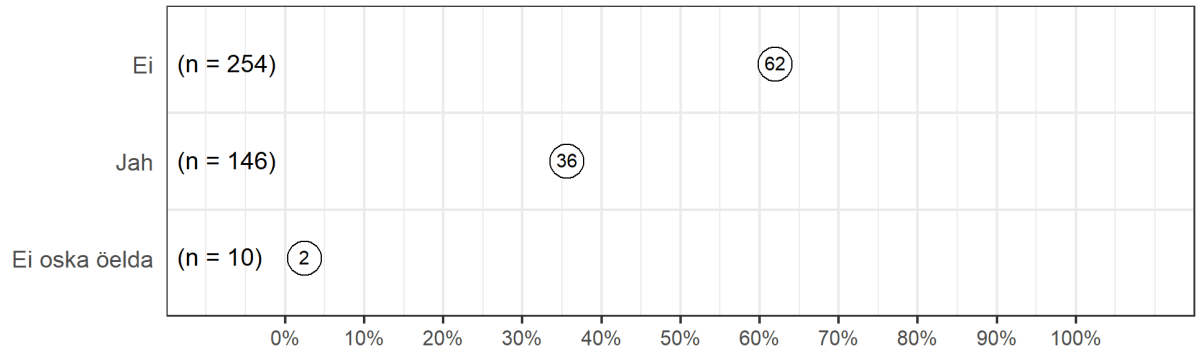
Joonis 5. Kas õpib kesk-, kutse- või kõrgharidusasutuses (% küsitlusele vastanutest)



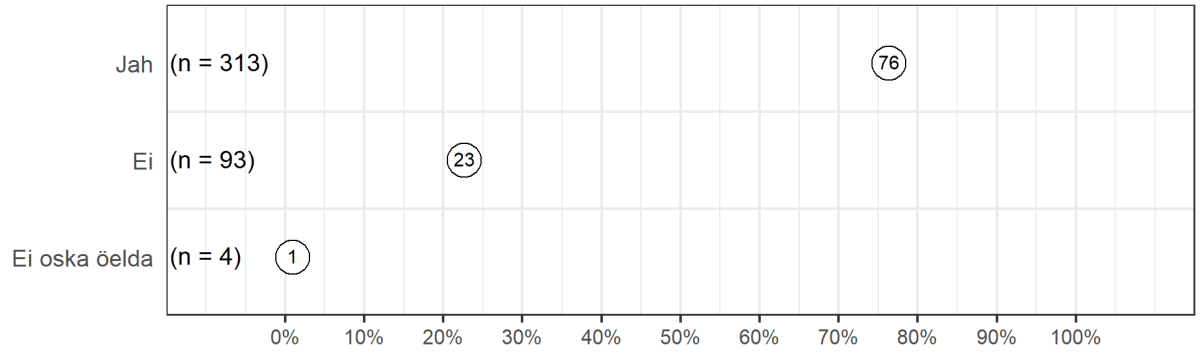
Joonis 6. Kõrgeim lõpetatud haridustase (% küsitlusele vastanutest)



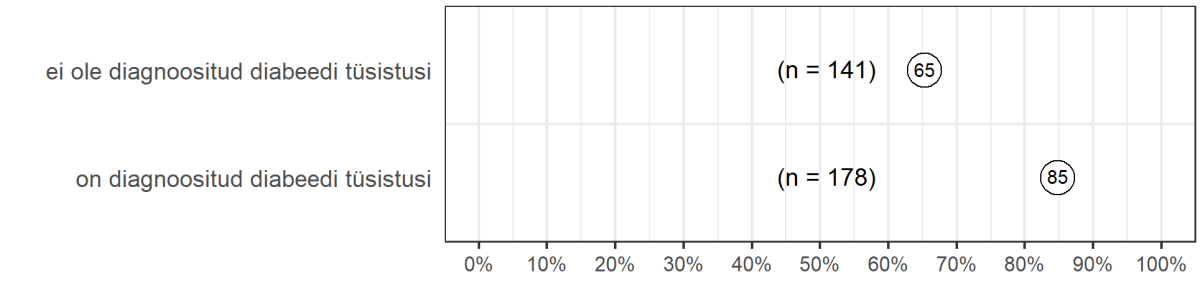
Joonis 7. Kas on hetkel kehtiv ametlikult tuvastatud puue (% küsitlusele vastanutest)



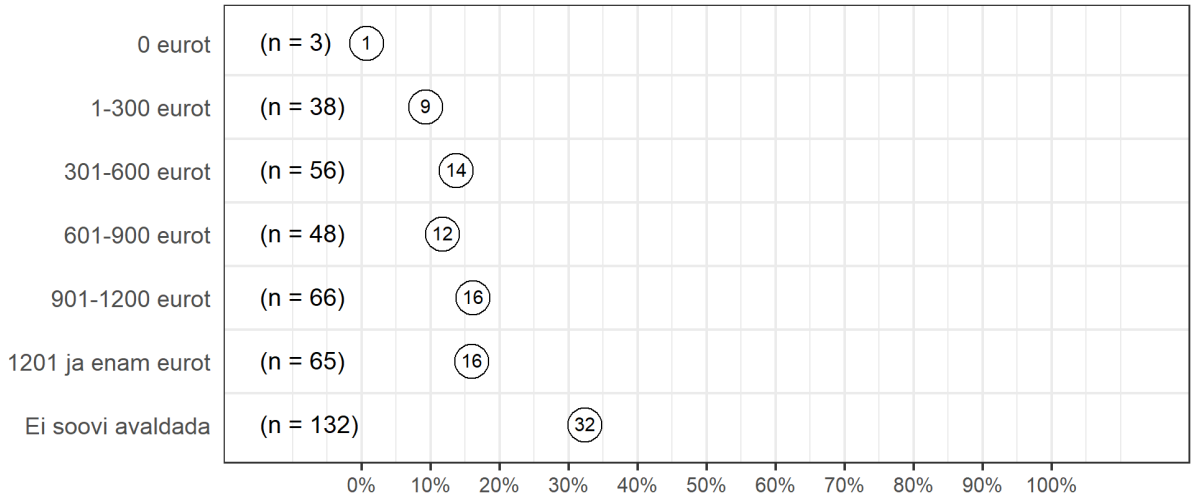
Joonis 8. Kas on hetkel kehtiv ametlikult tuvastatud osaline või puuduv töövõime või püsiv töövõimetus (% küsitlusele vastanutest)



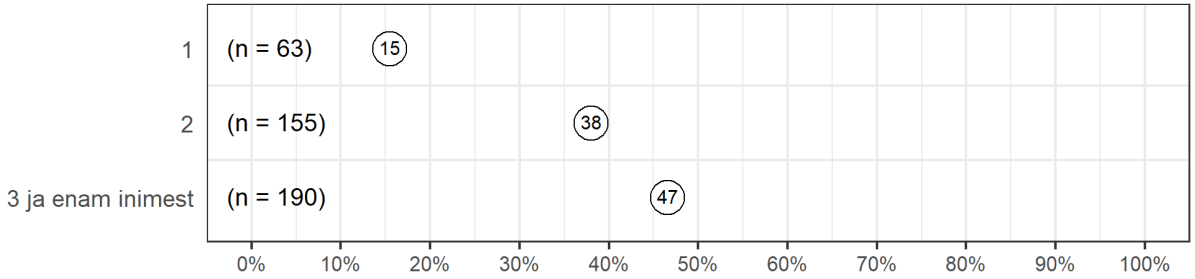
Joonis 9. On olemas hetkel kehtiv ametlikult tuvastatud osaline või puuduv töövõime või püsiv töövõimetus, diabeedi tüsistuste olemasolu kaupa (% küsitlusele vastanutest)



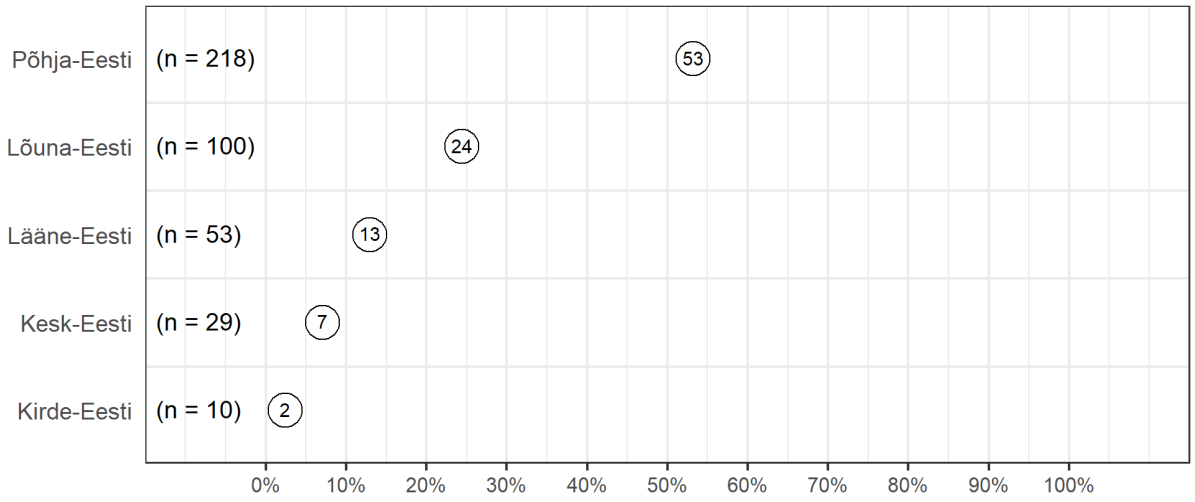
Joonis 10. Tavapärane ühe kuu netosissetulek, mille saab kätte, sh kõik riiklikud ja kohaliku omavalitsuse toetused (% küsitlusele vastanutest)



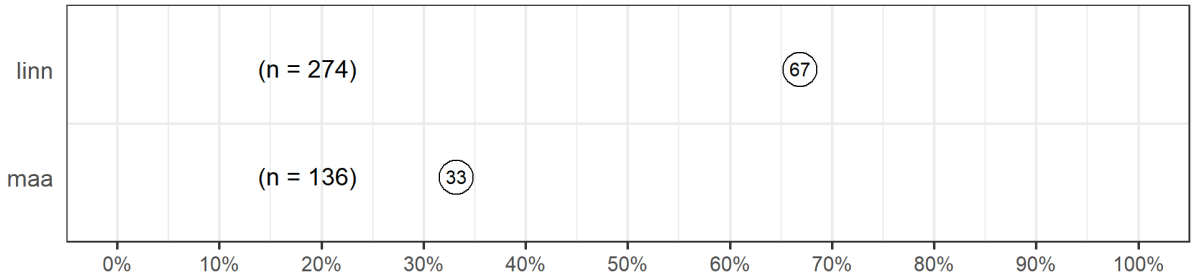
Joonis 11. Mitu inimest elab leibkonnas, küsitlusele vastaja kaasaarvatud (% küsitlusele vastanutest)



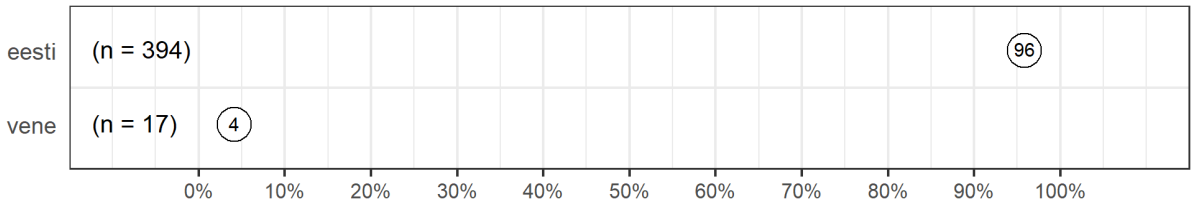
Joonis 12. Elukoha regioon (% küsitlusele vastanutest)



Joonis 13. Linnaline või maa-asula (% küsitlusele vastanutest)



Joonis 14. Küsitlusankeedi täitmise keel (% küsitlusele vastanutest)



1.3 Üldine hinnang elukvaliteedile

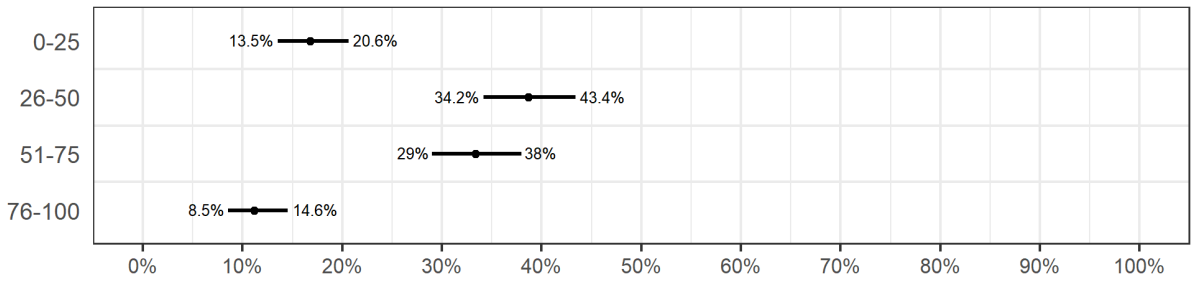
Inimeste elukvaliteedi enesehinnangu mõõtmiseks kasutasime WHO-5 elukvaliteedi mõõdikut. Mõõdik sisaldab viite väidet enesetunde kohta:

- Ma tunnen end rõõmsa ja heatujulisena
- Ma tunnen end rahuliku ja pingevabana
- Ma tunnen end aktiivse ja energilisena
- Ma tunne end värske ja väljapuhanuna
- Mu igapäevaelu pakub mulle huvi

Vastajad andsid väidete kohta hinnangu viimase kahe nädala kohta 5-pallisel skaalal (0-mitte kunagi, 1-vahel, 2-vähem kui poole ajast, 3-enam kui poole ajast, 4-enamuse ajast, 5-kogu aeg).

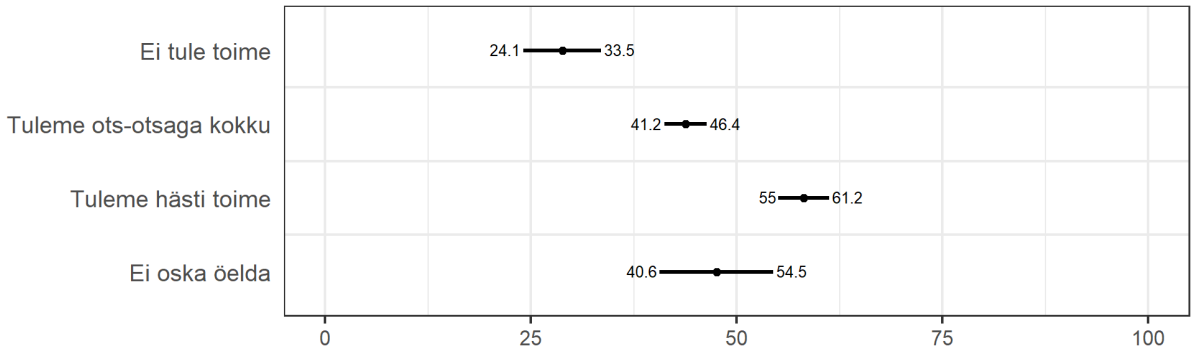
Igale inimesele arvutasime välja tema elukvaliteedi skoori, liites kokku viiele väitele antud hinnangute numbrid ning seejärel korrutades summa neljaga. Tulemuseks on elukvaliteedi skoor skaalal 0-100, kus 0 väljendab halvimat võimalikku elukvaliteeti ning 100 väljendab parimat võimalikku elukvaliteeti. Järgnevalt on arvutatud elukvaliteedi skoorid grupeeritud nelja gruppi (0-25, 26-50, 51-75 ja 76-100) ning Joonis 15 on toodud välja nende elukvaliteedi skooride gruppide esinemine diabeediga täiskasvanute hulgas.

Joonis 15. Diabeediga täiskasvanute hinnang oma elukvaliteedile - WHO-5 elukvaliteedi indeksi skoorid gruppides skaalal 0-100 (mida kõrgem skoor, seda kõrgem hinnang elukvaliteedile) (% diabeediga täiskasvanutest)

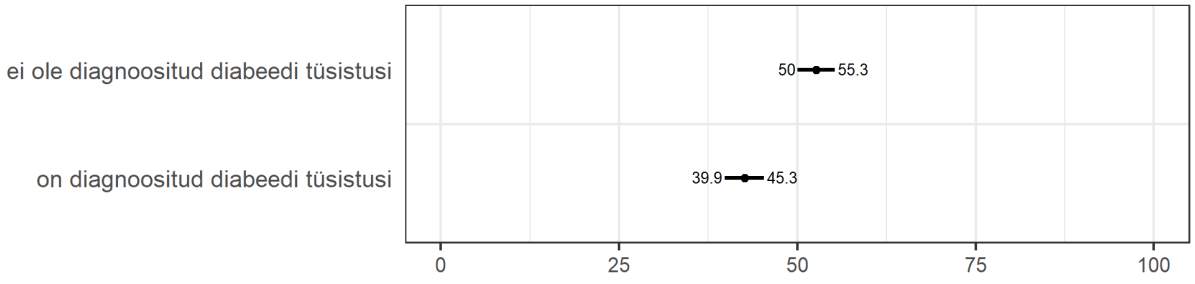


Diabeediga täiskasvanute seas on keskmine elukvaliteedi skoor 46-50 palli.

Joonis 16. Keskmine elukvaliteedi skoor, diabeediravi kulude katmisega majandusliku toimetuleku kaupa

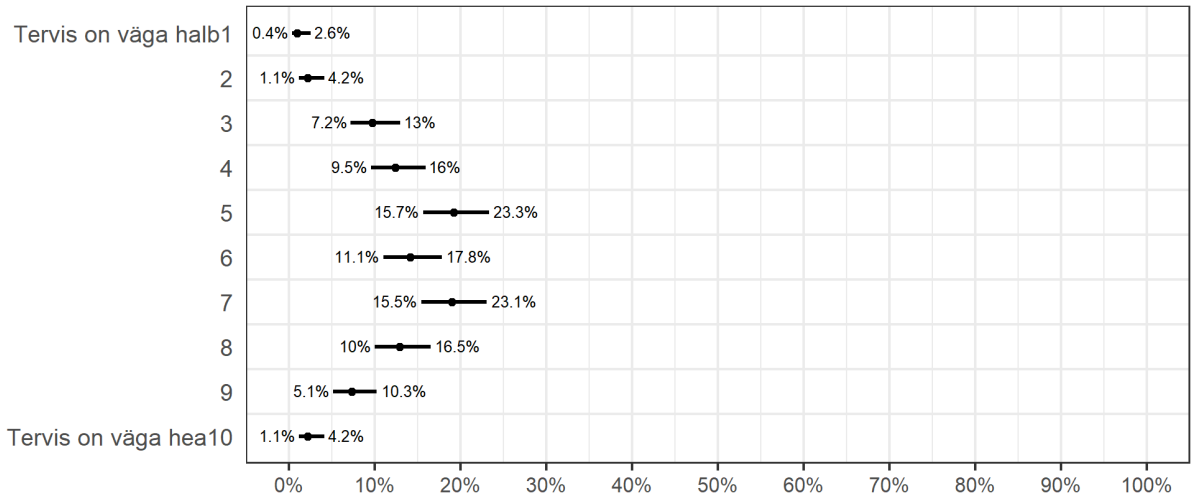


Joonis 17. Keskmine elukvaliteedi skoor, diabeedi tüsistuste olemasolu kaupa



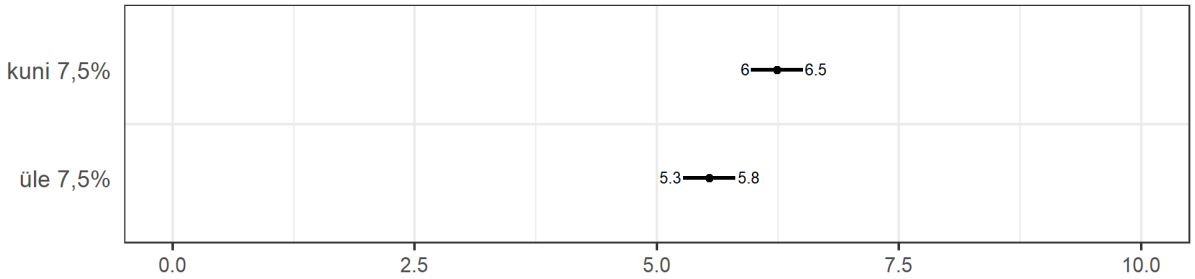
1.4 Üldine tervislik seisund

Joonis 18. Hinnang üldisele tervislikule seisundile viimase kuu jooksul, arvestades kõiki oma terviseprobleeme (% diabeediga täiskasvanutest)

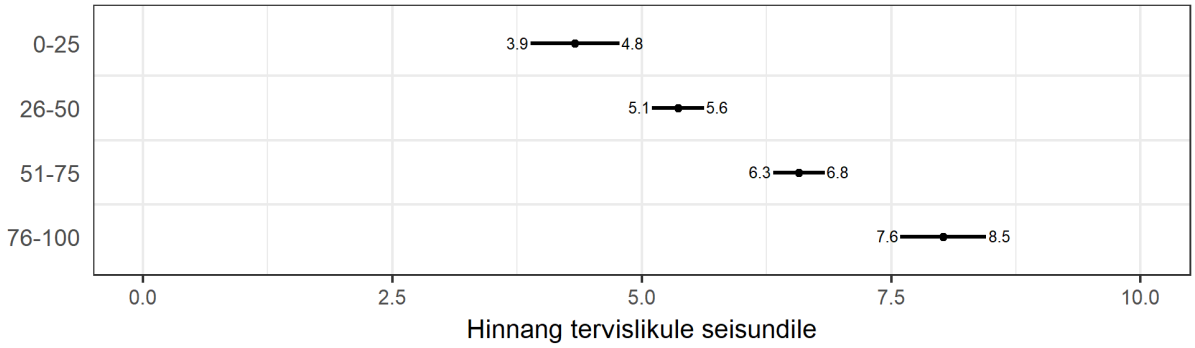


Diabeediga täiskasvanute keskmine hinnang oma tervislikule seisundile skaalal 1-10 on 5,7-6,1.

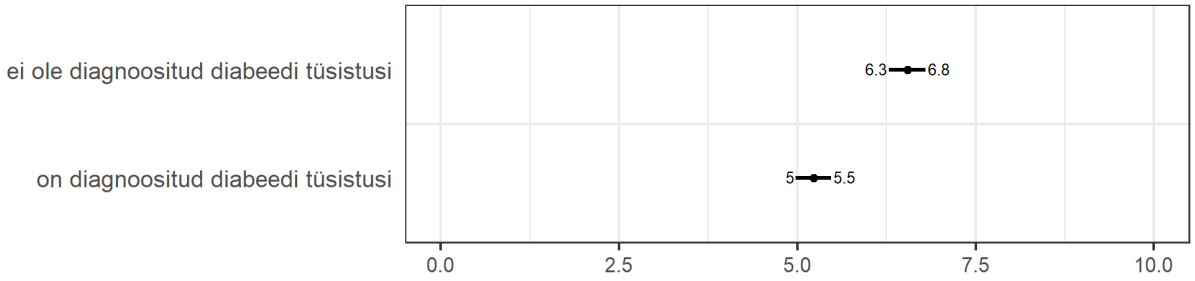
Joonis 19. Diabeediga täiskasvanute keskmine hinnang oma tervislikule seisundile viimase kuu jooksul skaalal 1-10, viimase HbA1c väärtuse kaupa



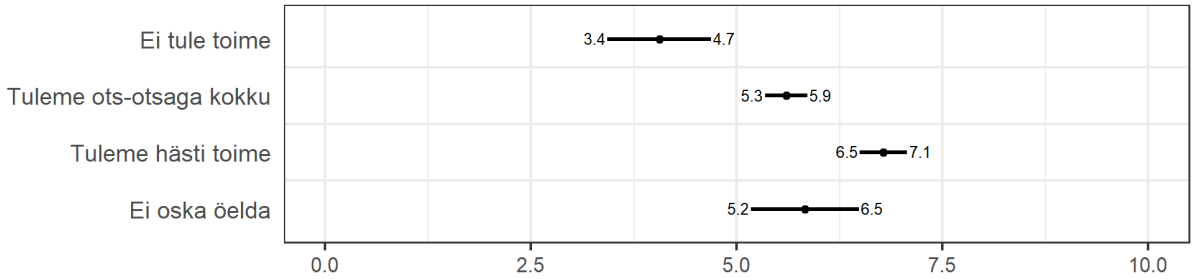
Joonis 20. Diabeediga täiskasvanute keskmine hinnang oma tervislikule seisundile viimase kuu jooksul skaalal 1-10, oma elukvaliteedile antud hinnangute koondskooride kaupa



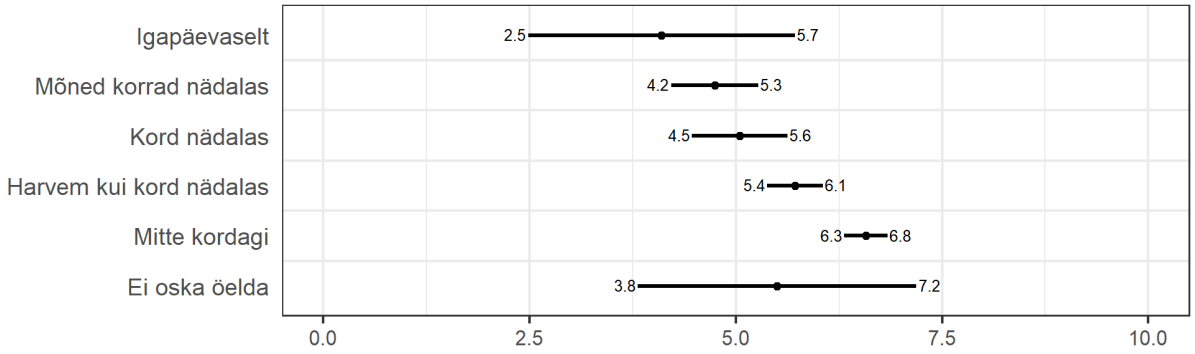
Joonis 21. Diabeediga täiskasvanute keskmine hinnang oma tervislikule seisundile viimase kuu jooksul skaalal 1-10, diabeedist tingitud tüsistuste olemasolu kaupa



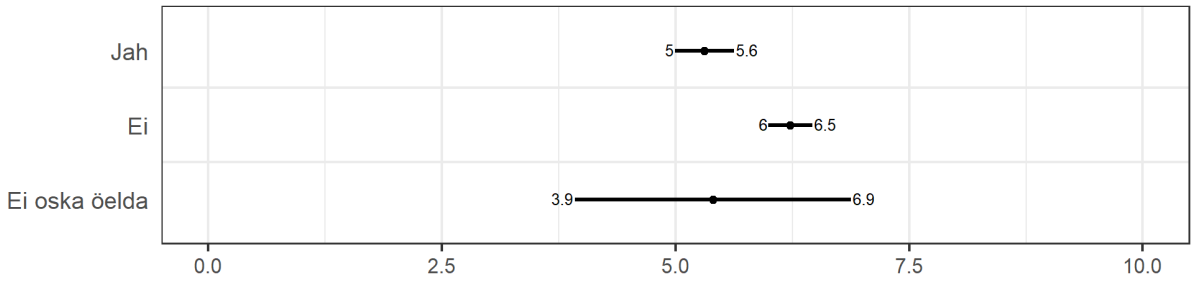
Joonis 22. Diabeediga täiskasvanute keskmine hinnang oma tervislikule seisundile viimase kuu jooksul skaalal 1-10, diabeediravi kulude katmisega majandusliku toimetuleku kaupa



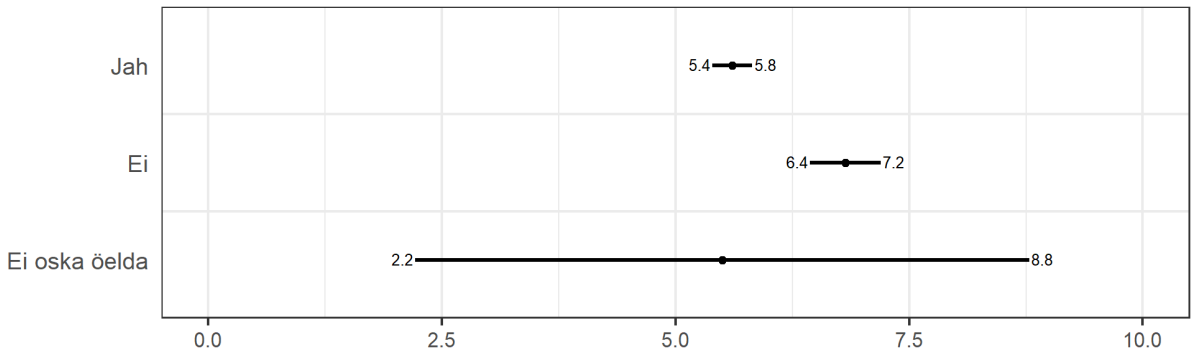
Joonis 23. Diabeediga täiskasvanute keskmine hinnang oma tervislikule seisundile viimase kuu jooksul skaalal 1-10, viimase kuu jooksul madala veresuhkru tõttu kõrvalise abi vajaduse sageduse kaupa



Joonis 24. Diabeediga täiskasvanute keskmine hinnang oma tervislikule seisundile viimase kuu jooksul skaalal 1-10, hetkel kehtiva ametlikult tuvastatud puude olemasolu kaupa

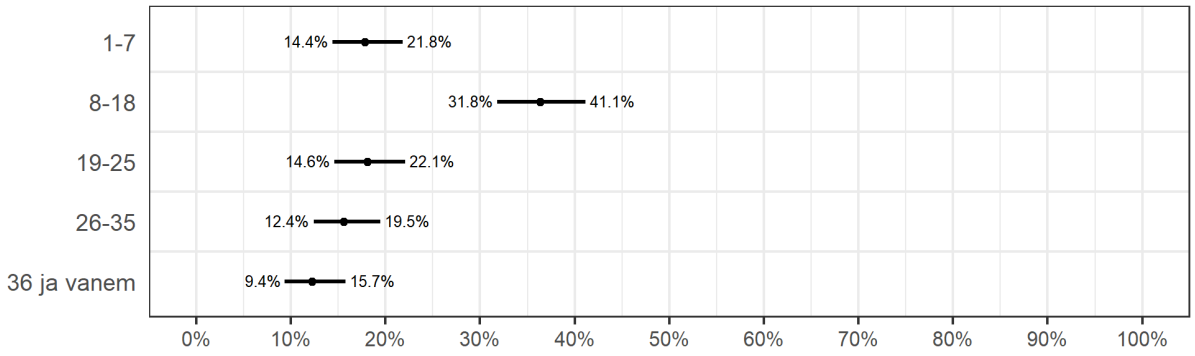


Joonis 25. Diabeediga täiskasvanute keskmine hinnang oma tervislikule seisundile viimase kuu jooksul skaalal 1-10, hetkel kehtiva ametlikult tuvastatud osalise või puuduva töövõime või püsiva töövõimetuse olemasolu kaupa



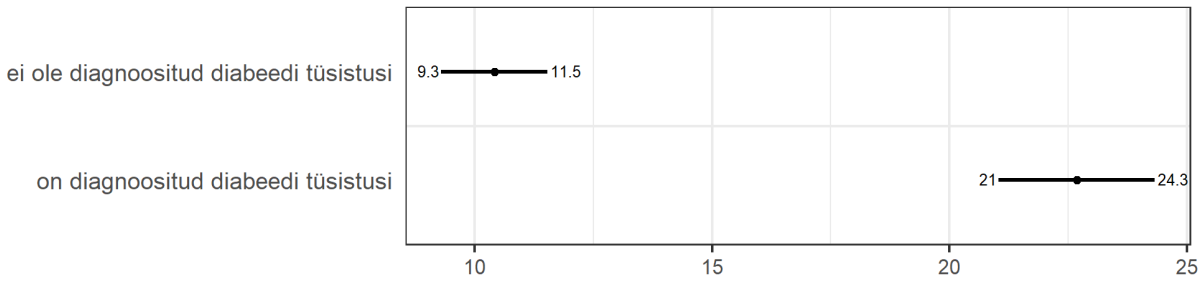
1.5 Diabeediga seotud tervislik taust

Joonis 26. Kui vana oli, kui diagnoositi diabeet (% diabeediga täiskasvanutest)

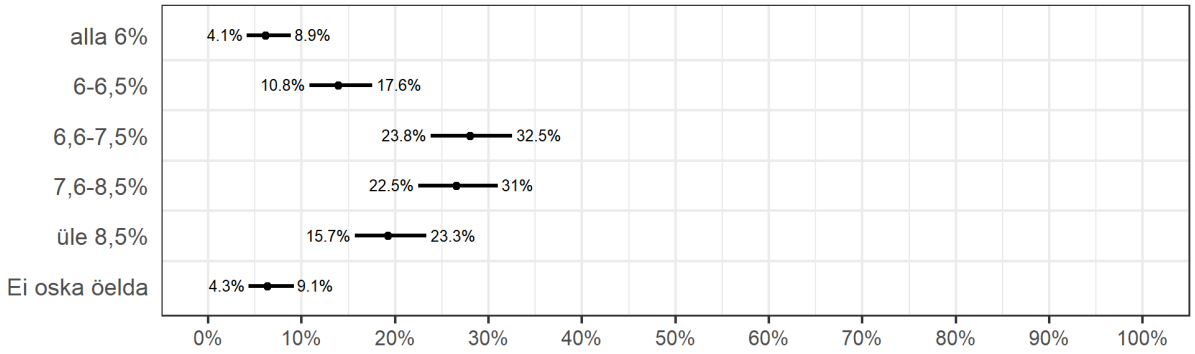


Diabeedi diagnoosimise mediaanvanus on 16 ning diabeedi diagnoosiga on elatud aastate mediaan on 15.

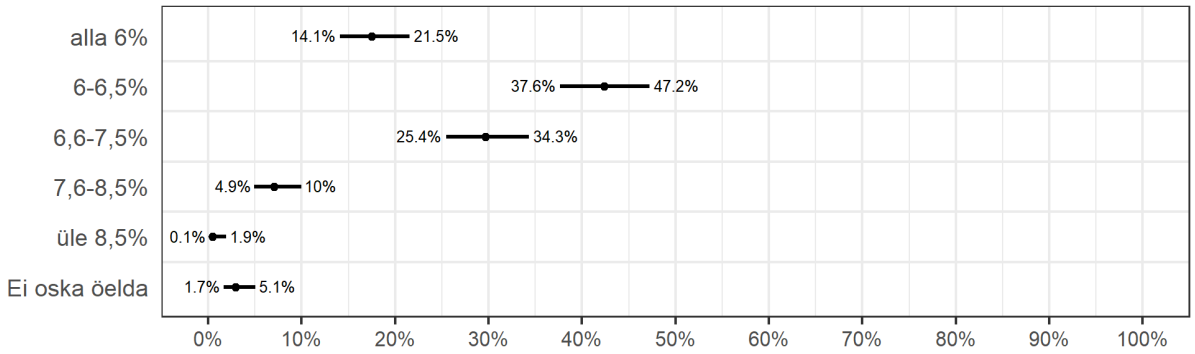
Joonis 27. Diabeedi tüsistuste olemasolu kaupa keskmine diabeediga elatud aastate arv



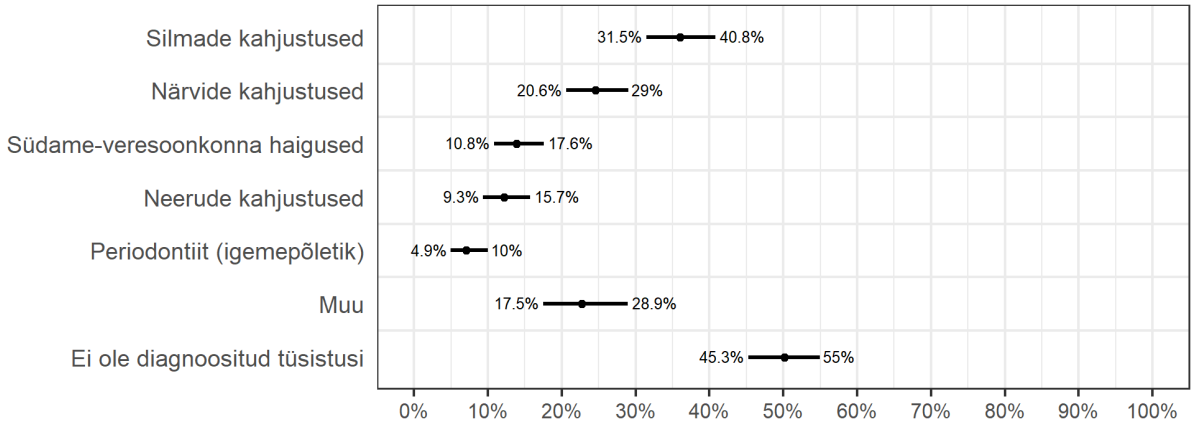
Joonis 28. Viimane HbA1c (3 kuu keskmine veresuhkru) väärtus (% diabeediga täiskasvanutest)



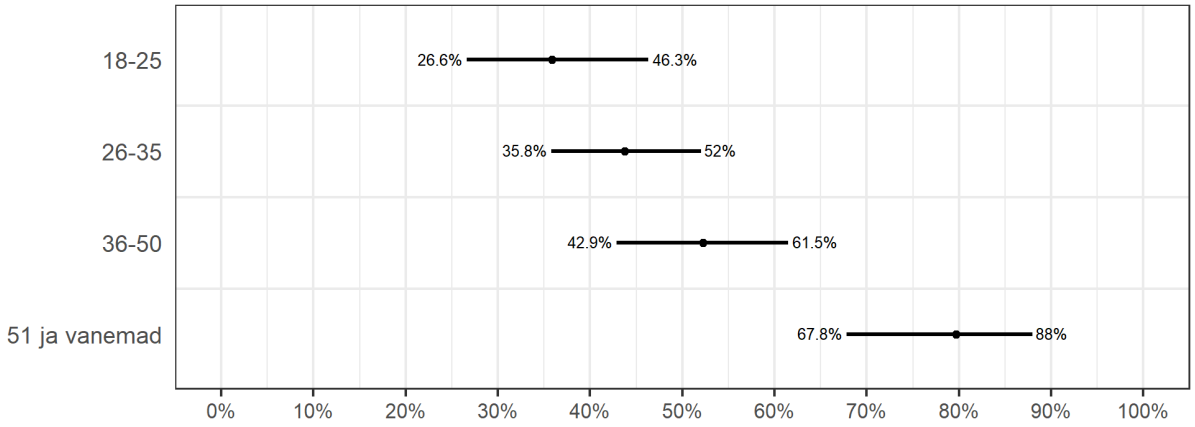
Joonis 29. Millise HbA1c väärtusega ise rahul oleks (% diabeediga täiskasvanutest)



Joonis 30. Kas on diagnoositud diabeedi tüsistusi (% diabeediga täiskasvanutest)



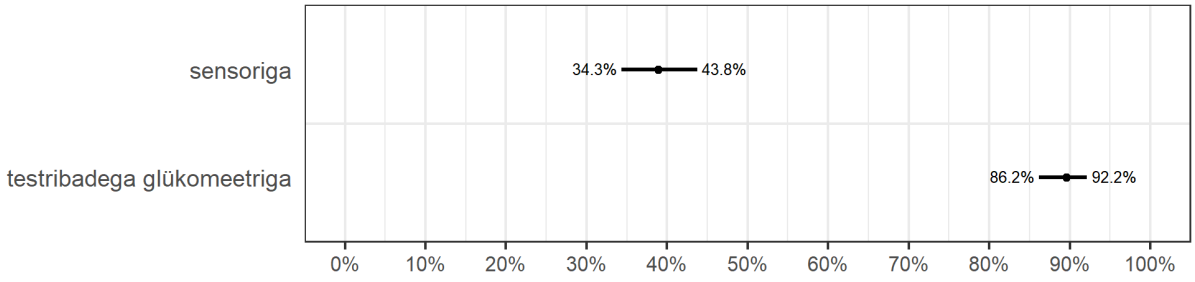
Joonis 31. On diagnoositud diabeedi tüsistusi, vanusegruppide kaupa (% diabeediga täiskasvanutest)



1.6 Diabeediravi ja tarvikute kasutamine

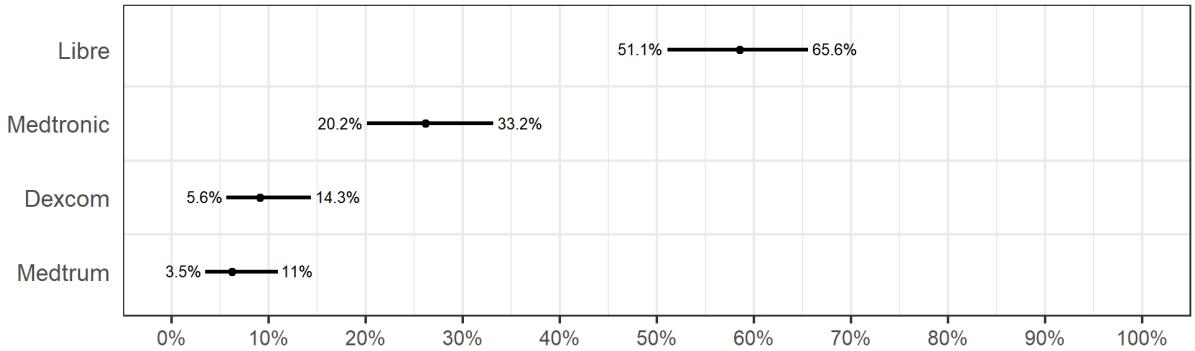
1.6.1 Veresuhkru mõõtmine

Joonis 32. Kuidas mõõdab veresuhkrut (% diabeediga täiskasvanutest)

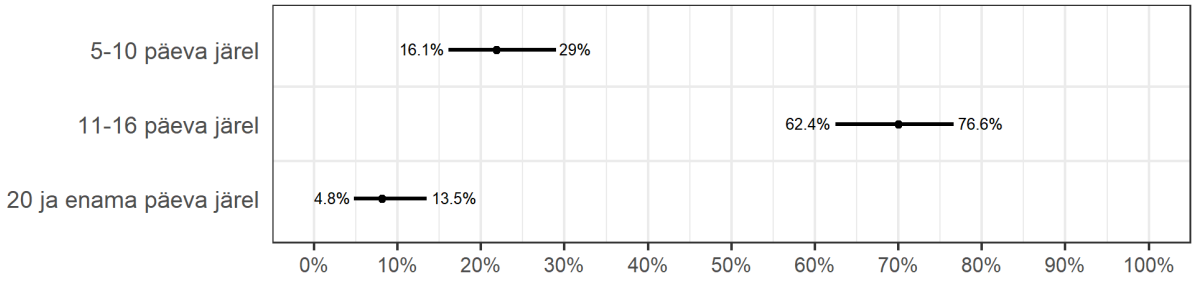


Ainult testribadega glükomeetriga mõõdab veresuhkrut *ca* 60% diabeediga täiskasvanutest.

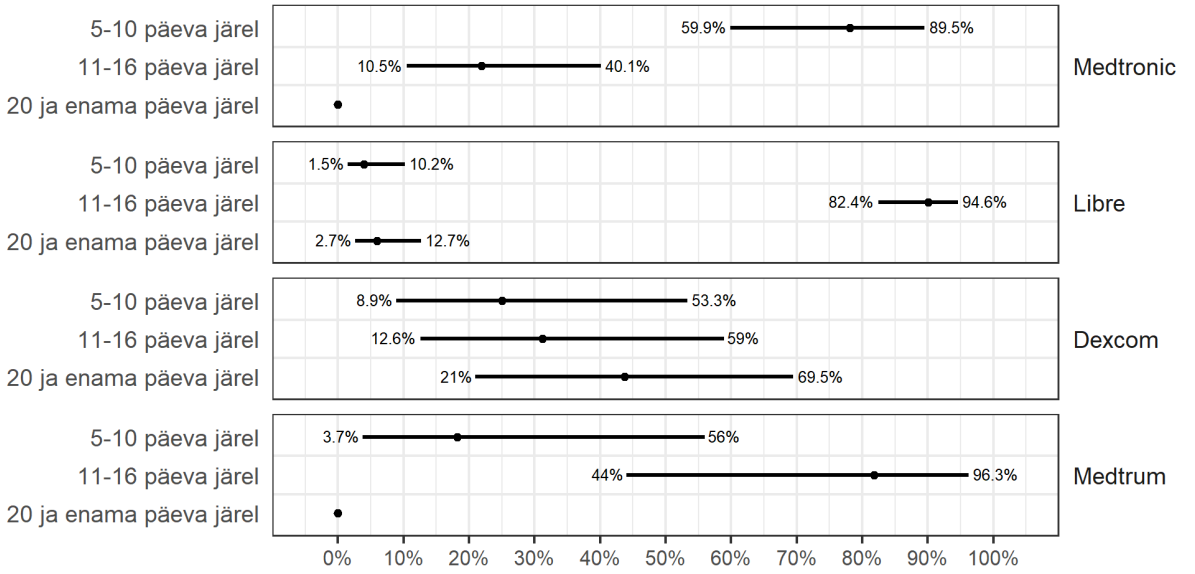
Joonis 33. Millist sensorit kasutab (% diabeediga täiskasvanutest, kes kasutavad sensorit)



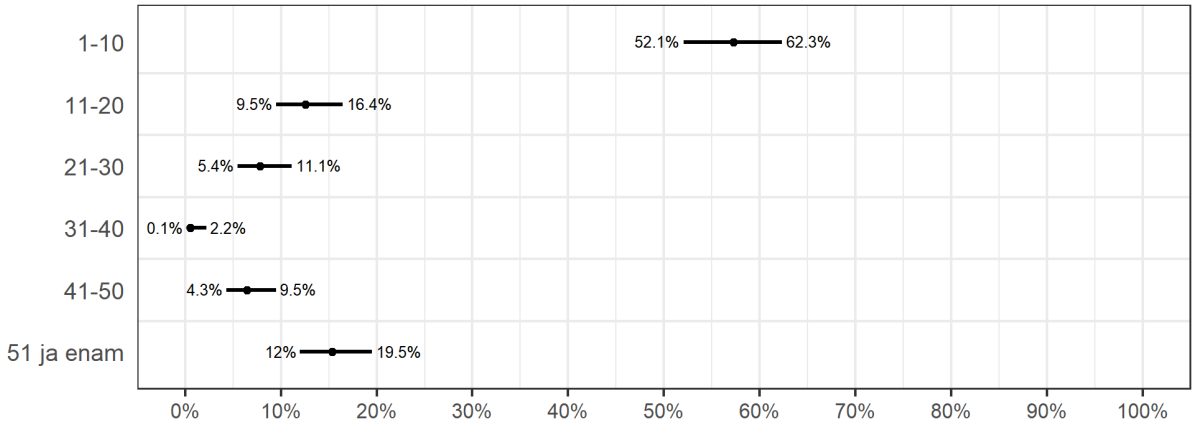
Joonis 34. Mitme päeva järel tavaliselt vahetab sensorit (% diabeediga täiskasvanutest, kes kasutavad sensorit)



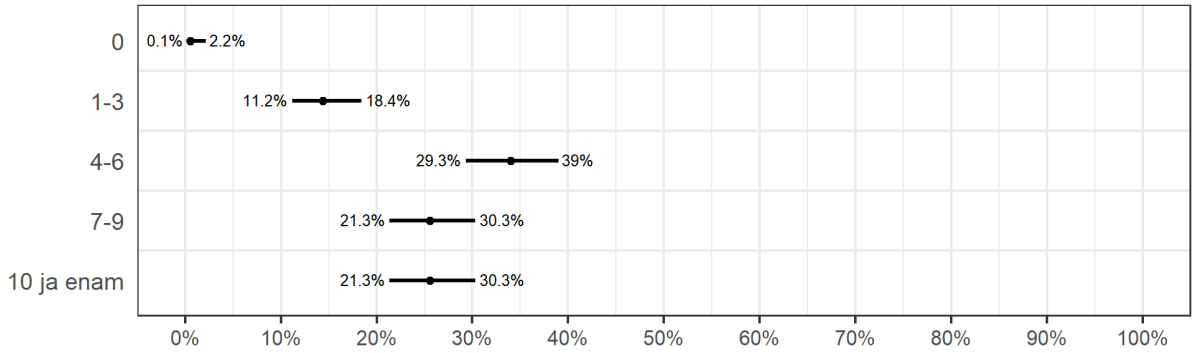
Joonis 35. Mitme päeva järel tavaliselt vahetab sensorit, sensori margi kaupa (% diabeediga täiskasvanutest, kes kasutavad sensorit)



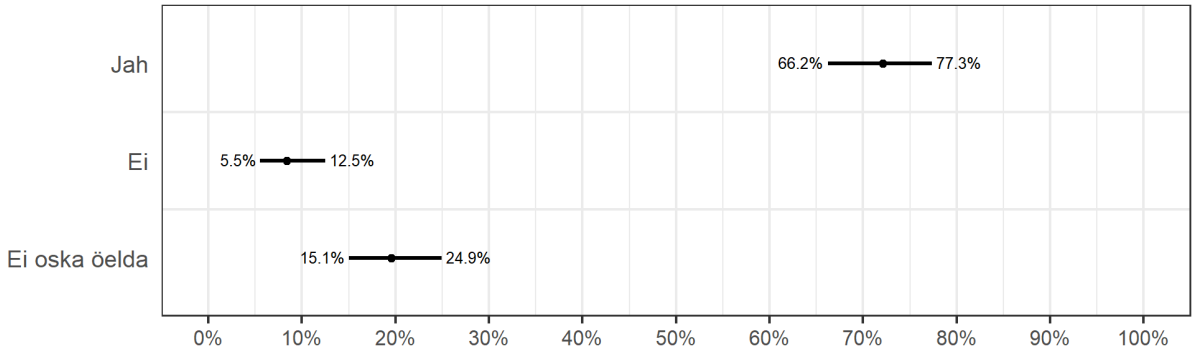
Joonis 36. Mitme torke järel vahetab tavaliselt lantsetti (% diabeediga täiskasvanutest, kes kasutavad glükomeetrit)



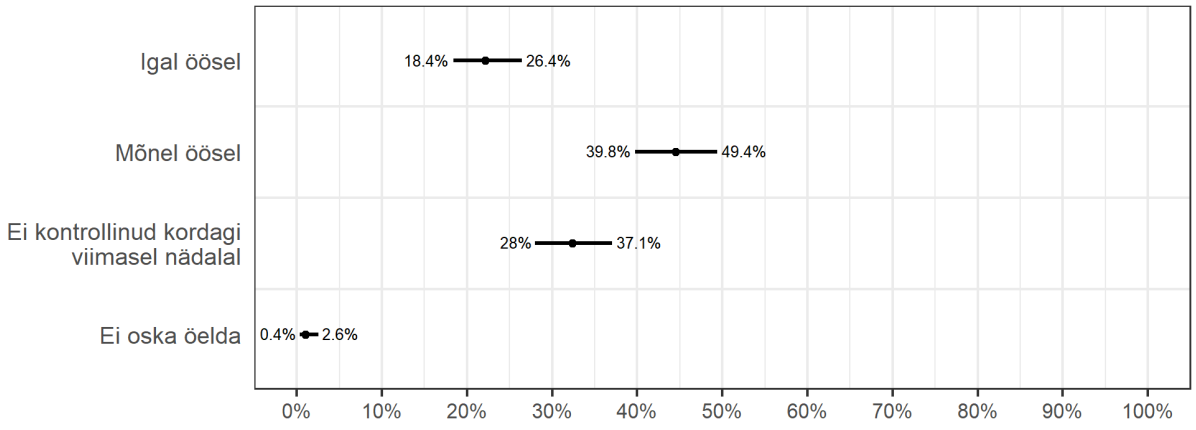
Joonis 37. Mitu glükomeetri testriba ööpäevas tavaliselt kulub (% diabeediga täiskasvanutest, kes kasutavad glükomeetrit)



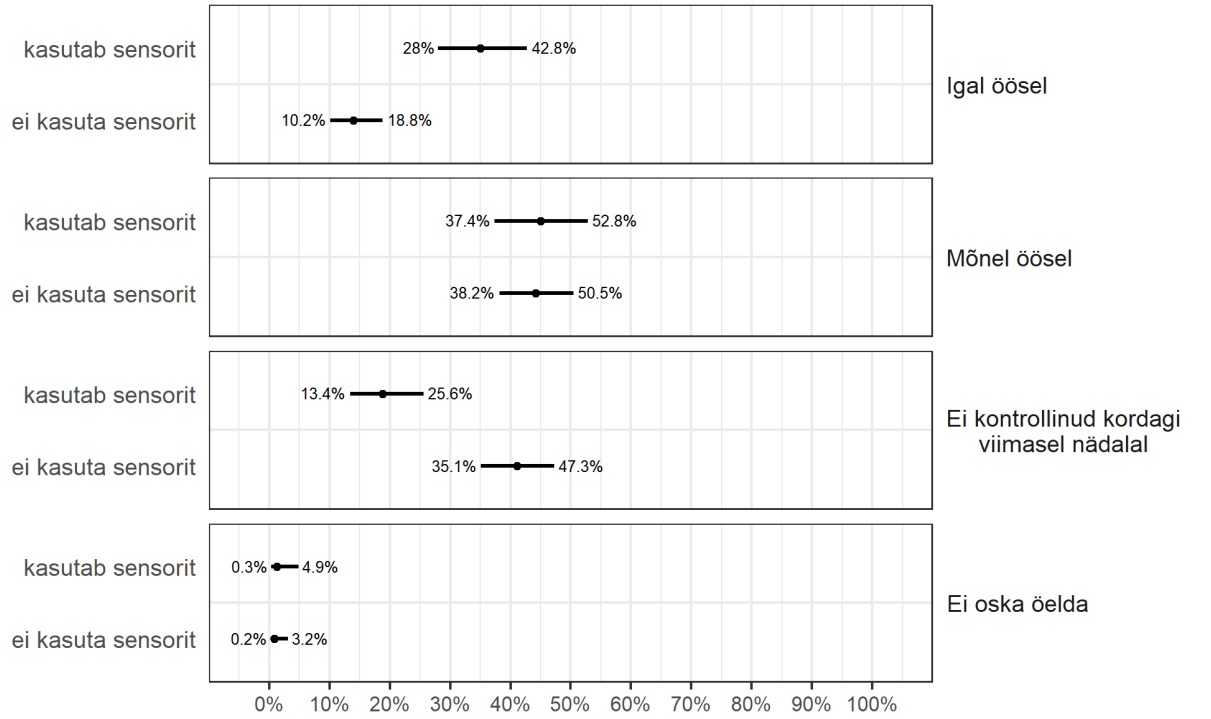
Joonis 38. Kui mõõdab veresuhkrut ainult glükomeetriga, siis kas sooviks kasutada sensorit (% diabeediga täiskasvanutest, kes kasutavad ainult glükomeetrit)



Joonis 39. Kui sageli viimasel nädalal öösiti, magamise ajal, kontrollis enda veresuhkrut (% diabeediga täiskasvanutest)

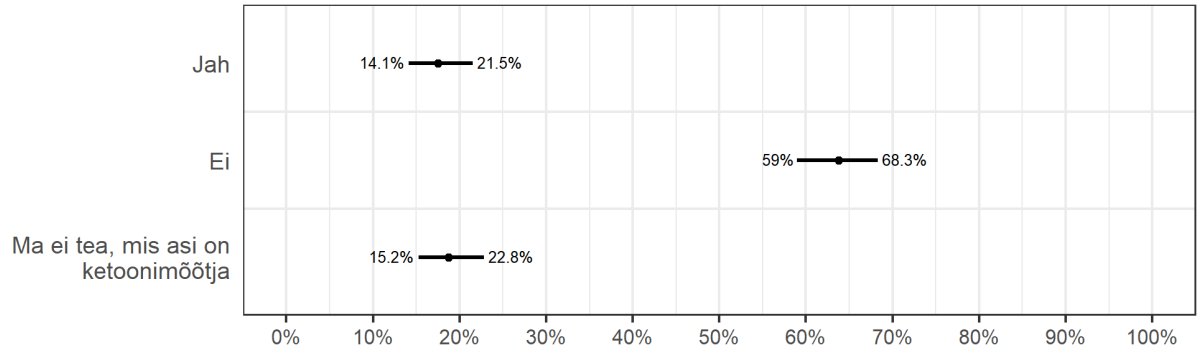


Joonis 40. Kui sageli viimasel nädalal öösiti, magamise ajal, kontrollis oma veresuhkrut, sensori kasutamise kaupa (% diabeediga täiskasvanutest)

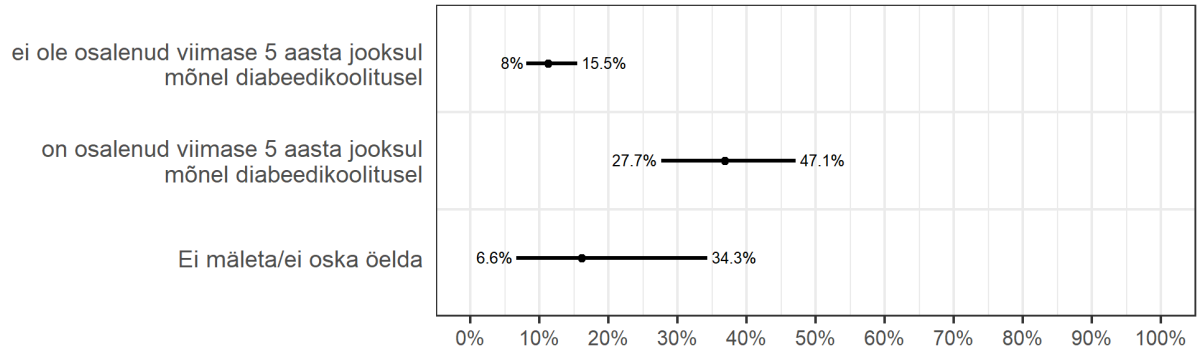


1.6.2 Ketoonimõõtja kasutamine

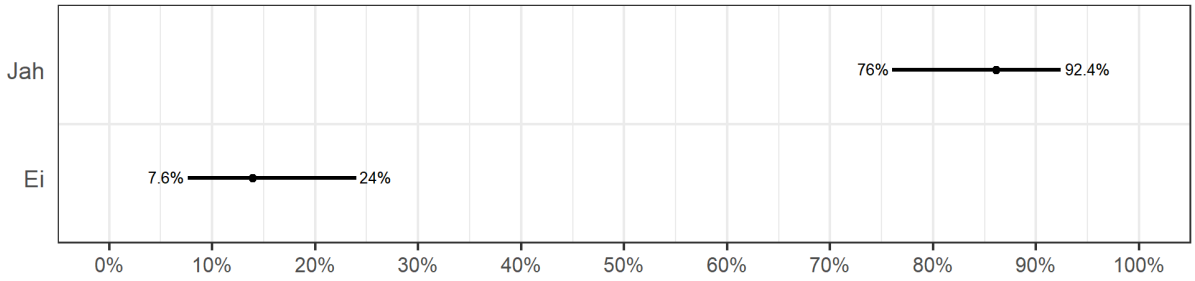
Joonis 41. Kas on olemas ketoonimõõtja (% diabeediga täiskasvanutest)



Joonis 42. On olemas ketoonimõõtja, viimase 5 aasta jooksul diabeedikoolitusel osalemise kaupa (% diabeediga täiskasvanutest)

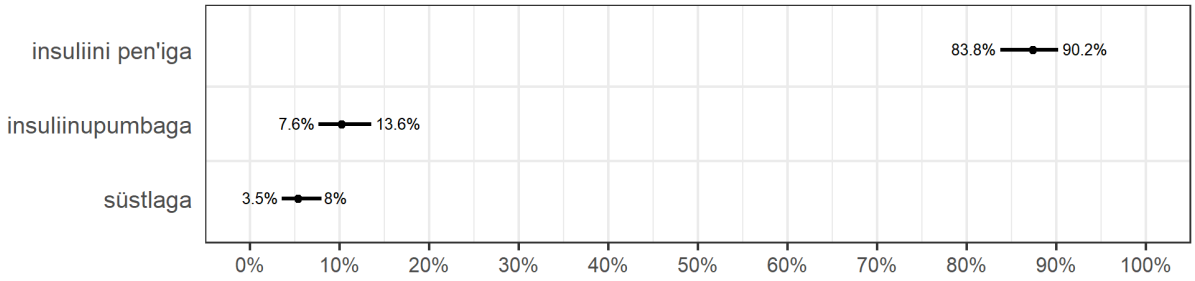


Joonis 43. Kas on ketoonimõõtjat kasutanud (% diabeediga täiskasvanutest, kellel on olemas ketoonimõõtja)

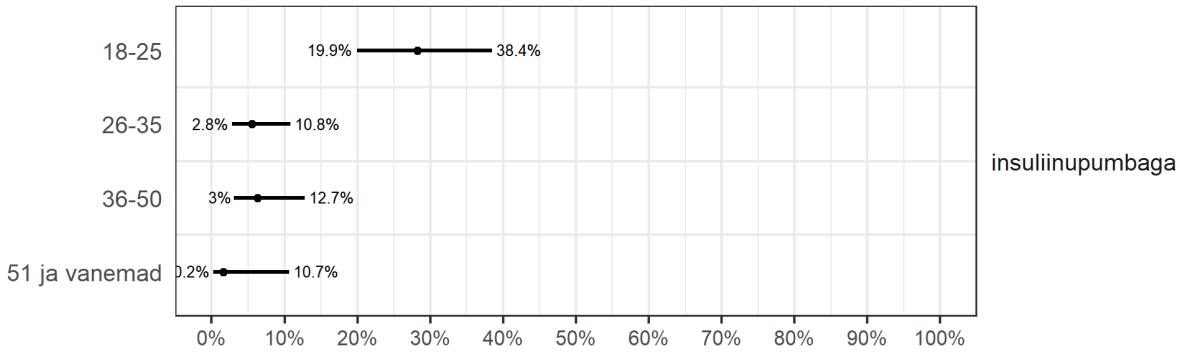


1.6.3 Insuliini manustamine

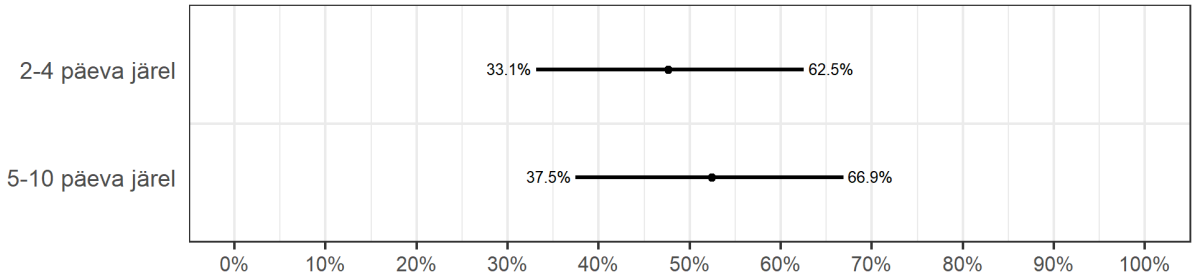
Joonis 44. Kuidas manustab insuliini (% diabeediga täiskasvanutest)



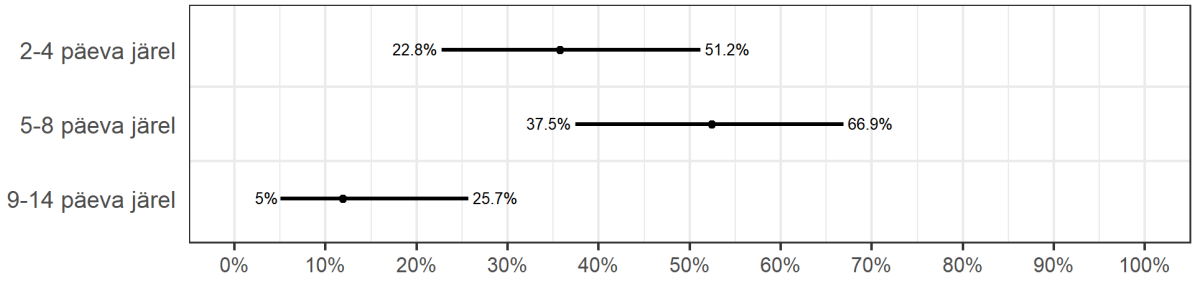
Joonis 45. Insuliinipumba kasutamine vanusegruppide kaupa (% diabeediga täiskasvanutest)



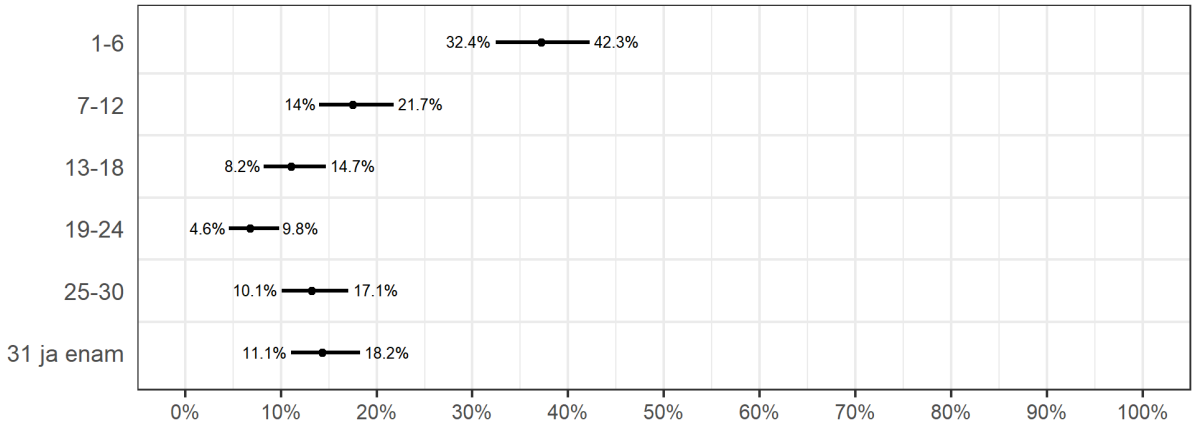
Joonis 46. Mitme päeva järel vahetab kanüüli (% diabeediga täiskasvanutest, kes kasutavad insuliinipumpa)



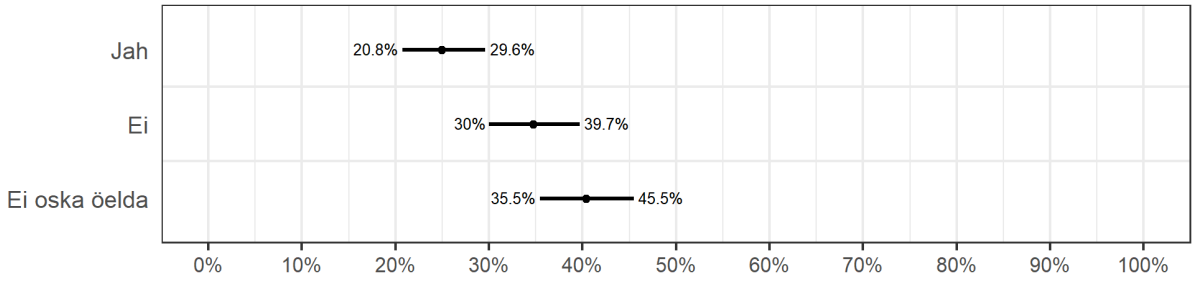
Joonis 47. Mitme päeva järel vahetab reservuaari (% diabeediga täiskasvanutest, kes kasutavad insuliinipumpa)



Joonis 48. Mitu pen'i nõela või süstalt tavaliselt nädalas kulub (% diabeediga täiskasvanutest, kes manustavad insuliini pen'i või süstlaga)

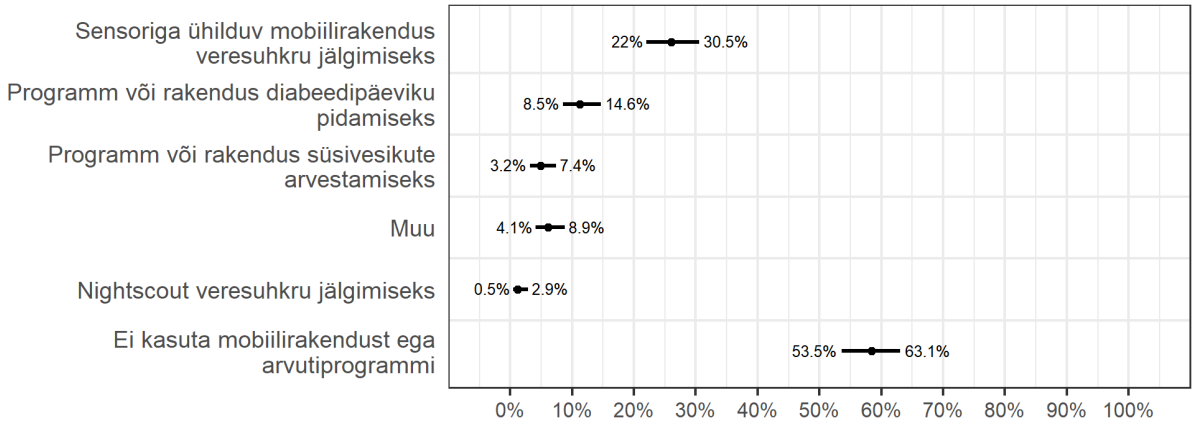


Joonis 49. Kui ei kasuta insuliinipumpa, siis kas sooviks seda kasutada (% diabeediga täiskasvanutest, kes ei kasuta insuliinipumpa)



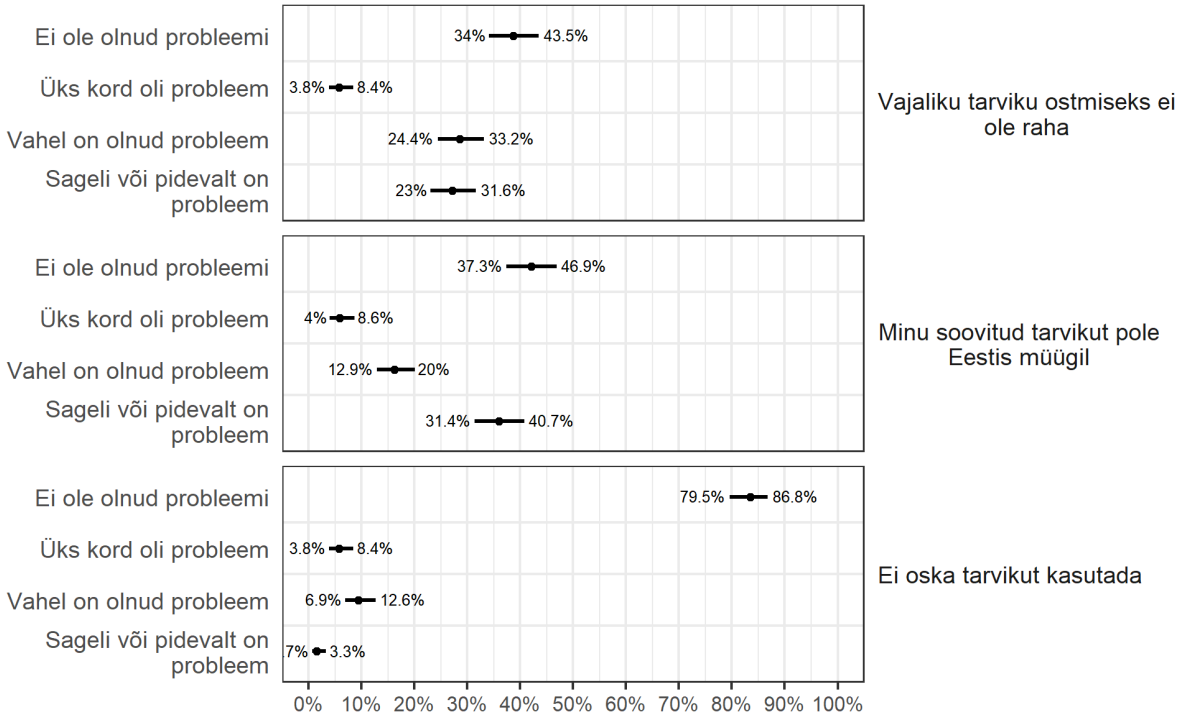
1.6.4 Mobiilirakenduste ja arvutiprogrammide kasutamine

Joonis 50. Kas ja millisel otstarbel kasutab mõnda mobiilirakendust või arvutiprogrammi diabeediravi jälgimiseks või korraldamiseks (% diabeediga täiskasvanutest)

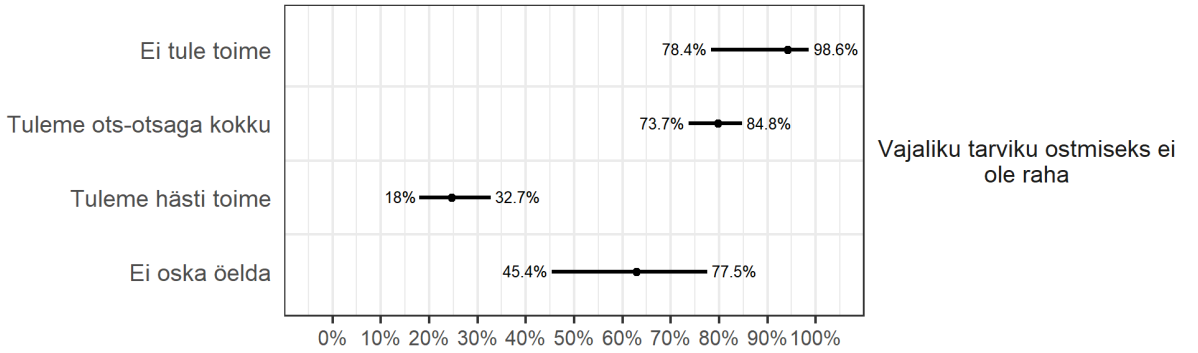


1.6.5 Diabeediravi vahendite probleemid

Joonis 51. Kui sageli on viimase 3 aasta jooksul olnud järgnevaid probleeme diabeediravi vahenditega (% diabeediga täiskasvanutest)

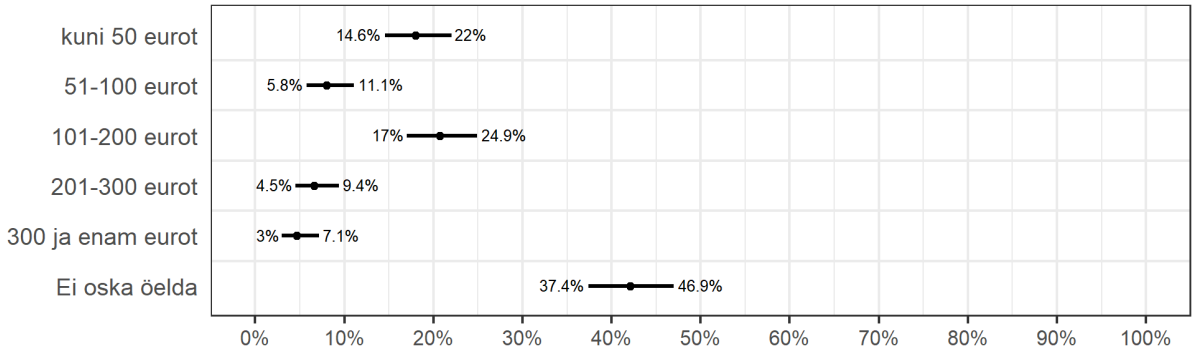


Joonis 52. Viimase 3 aasta jooksul on olnud probleemi, et ei ole vajaliku tarviku ostmiseks raha, diabeediravi kulude katmisega toimetuleku kaupa (% diabeediga täiskasvanutest)



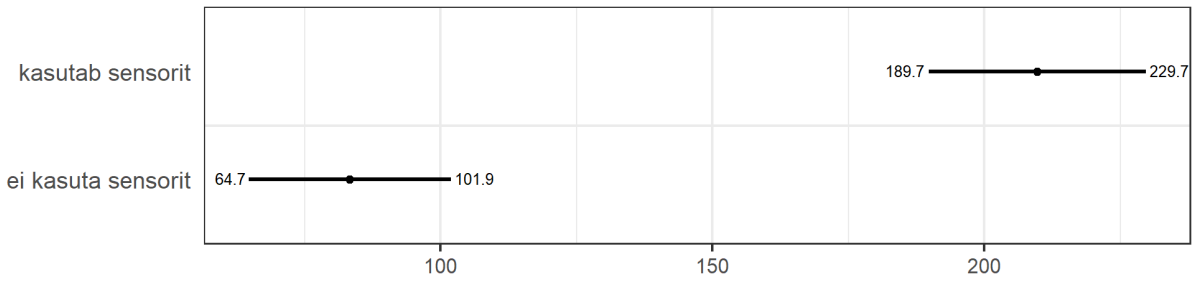
1.6.6 Diabeediravi kulud ja majanduslik toimetulek

Joonis 53. Kui suured on tavapärased ühe kalendrikuu kulud diabeedi ravitarvikutele (% diabeediga täiskasvanutest)

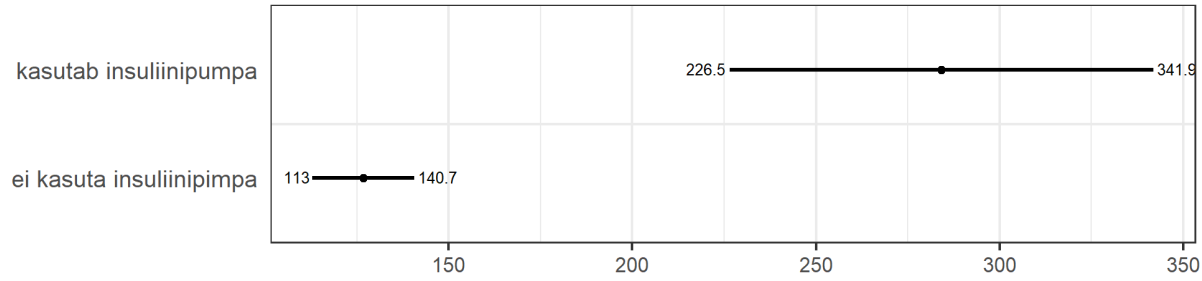


Keskmine ühe kalendrikuu kulu diabeediravi tarvikutele on diabeediga täiskasvanute seas jääb vahemikku 132-165 eurot.

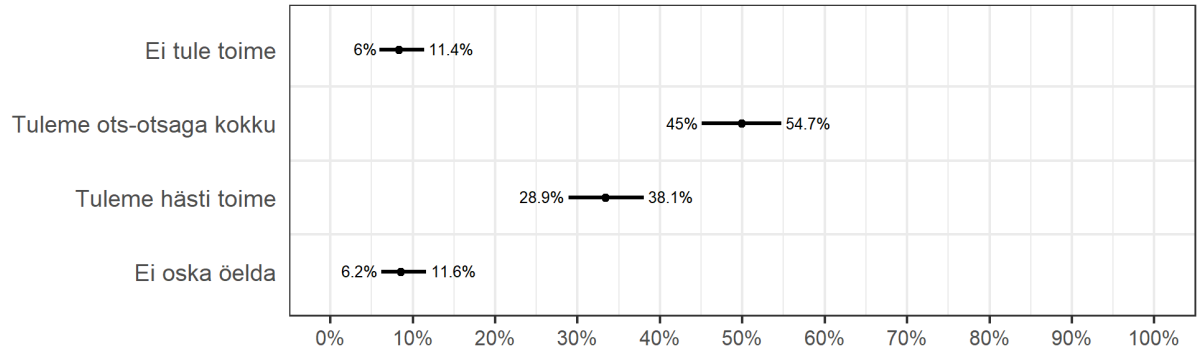
Joonis 54. Keskmine ühe kalendrikuu kulu diabeediravi tarvikutele, sensori kasutamise kaupa



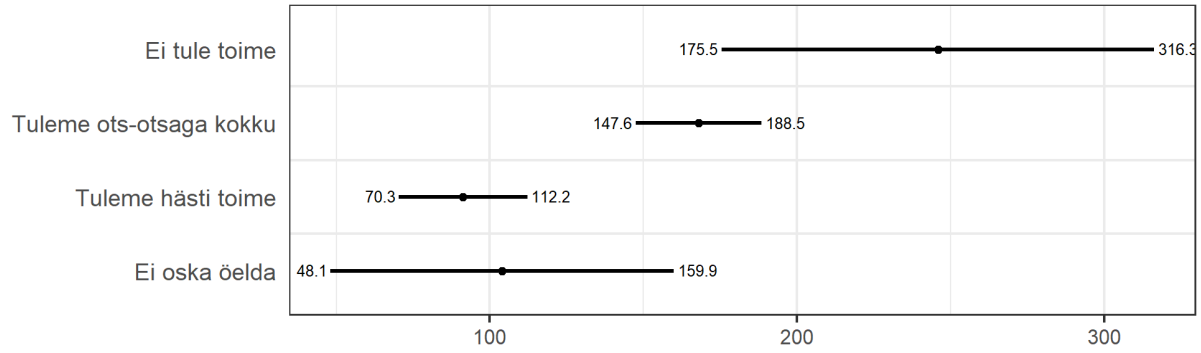
Joonis 55. Keskmine ühe kalendrikuu kulu diabeediravi tarvikutele, insuliinipumba kasutamise kaupa



Joonis 56. Kuidas tuleb majanduslikult toime oma diabeediravi kulude katmisega? (% diabeediga täiskasvanutest)

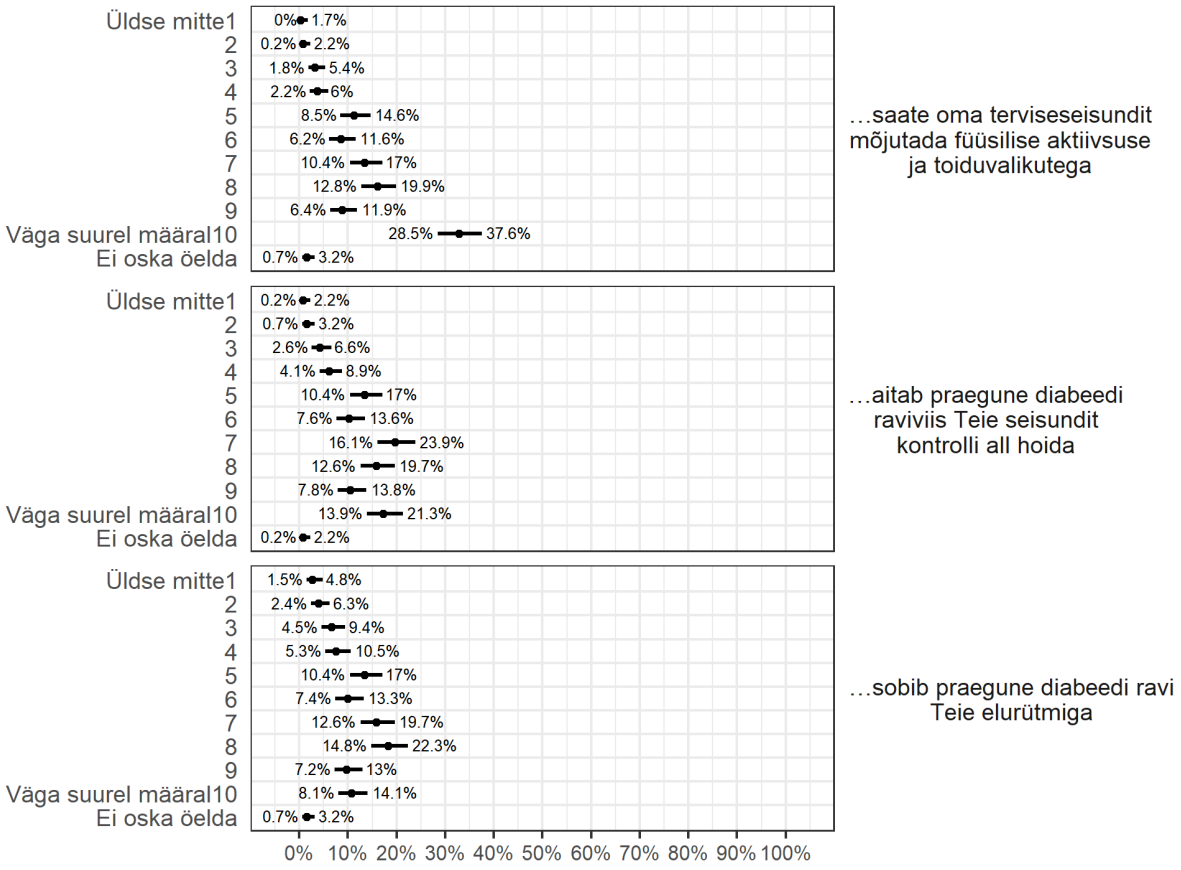


Joonis 57. Keskmine ühe kalendrikuu kulu diabeediravi tarvikutele, diabeediravi kuludega toimetuleku põhjal

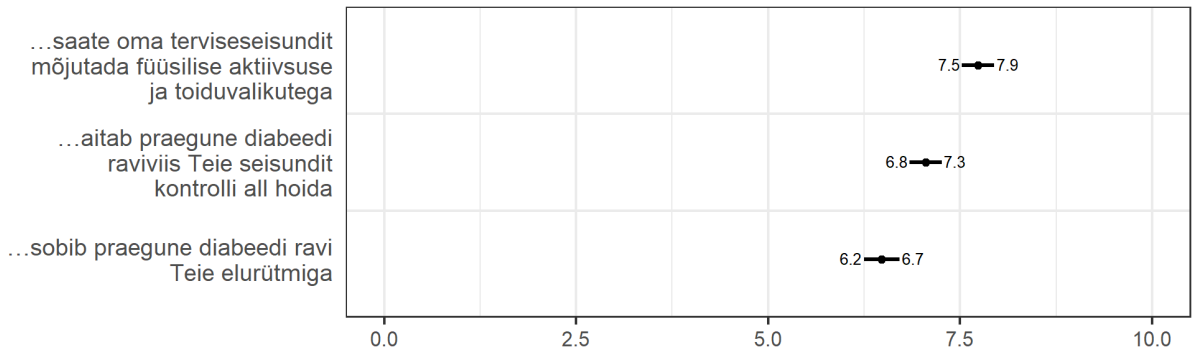


1.6.7 Hinnang diabeediravi sobivusele

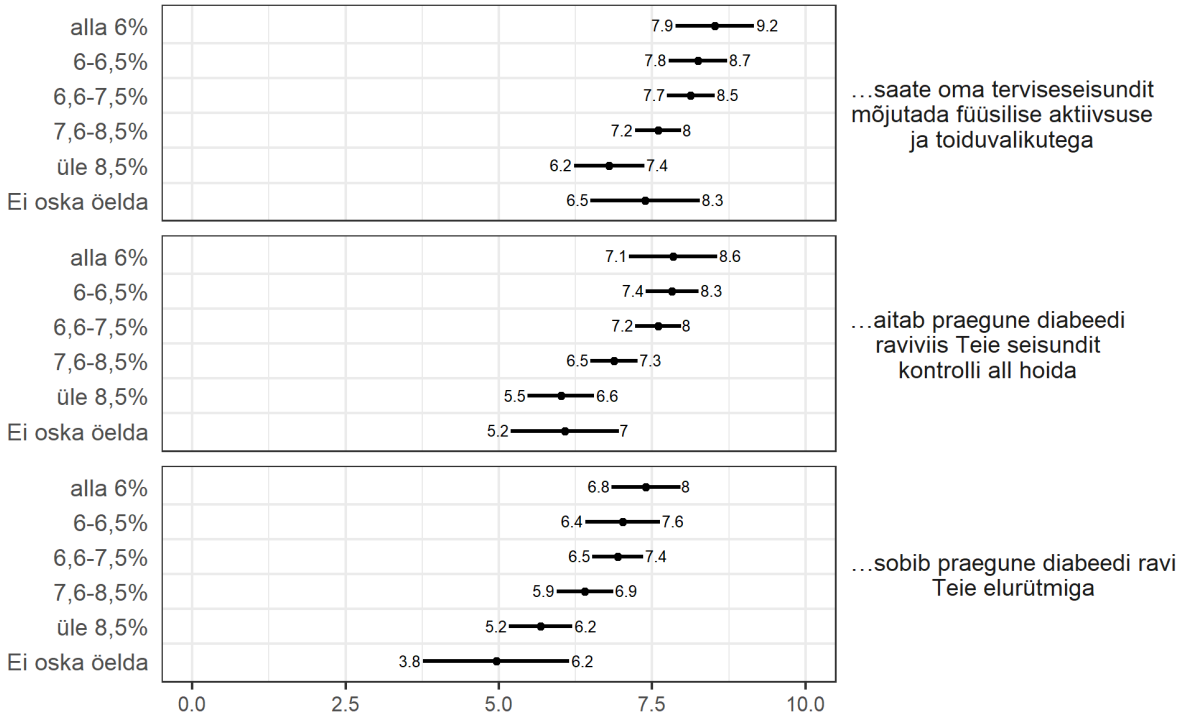
Joonis 58. Hinnang skaalal 1-10, mil määral...? (% diabeediga täiskasvanutest)



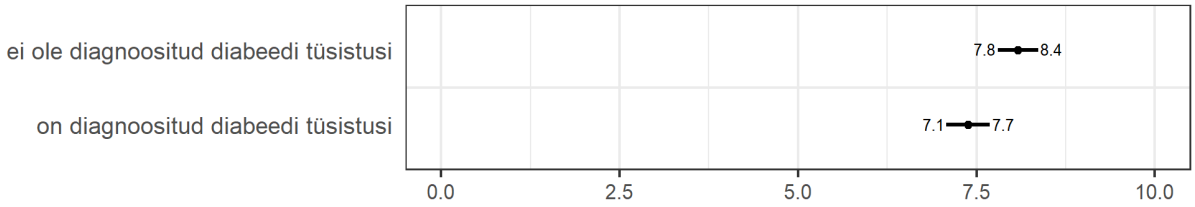
Joonis 59. Diabeediga täiskasvanute keskmine hinnang skaalal 1-10, mil määral...



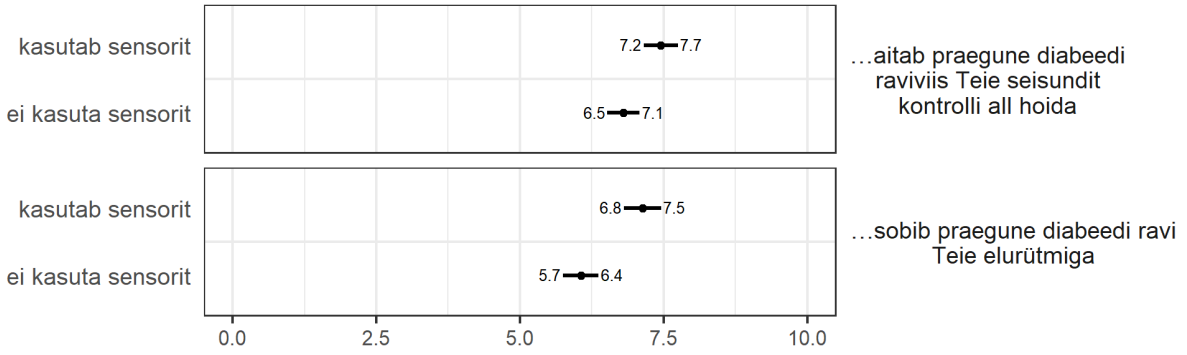
Joonis 60. Viimase HbA1c väärtuse kaupa diabeediga täiskasvanute keskmine hinnang skaalal 1-10, mil määral…



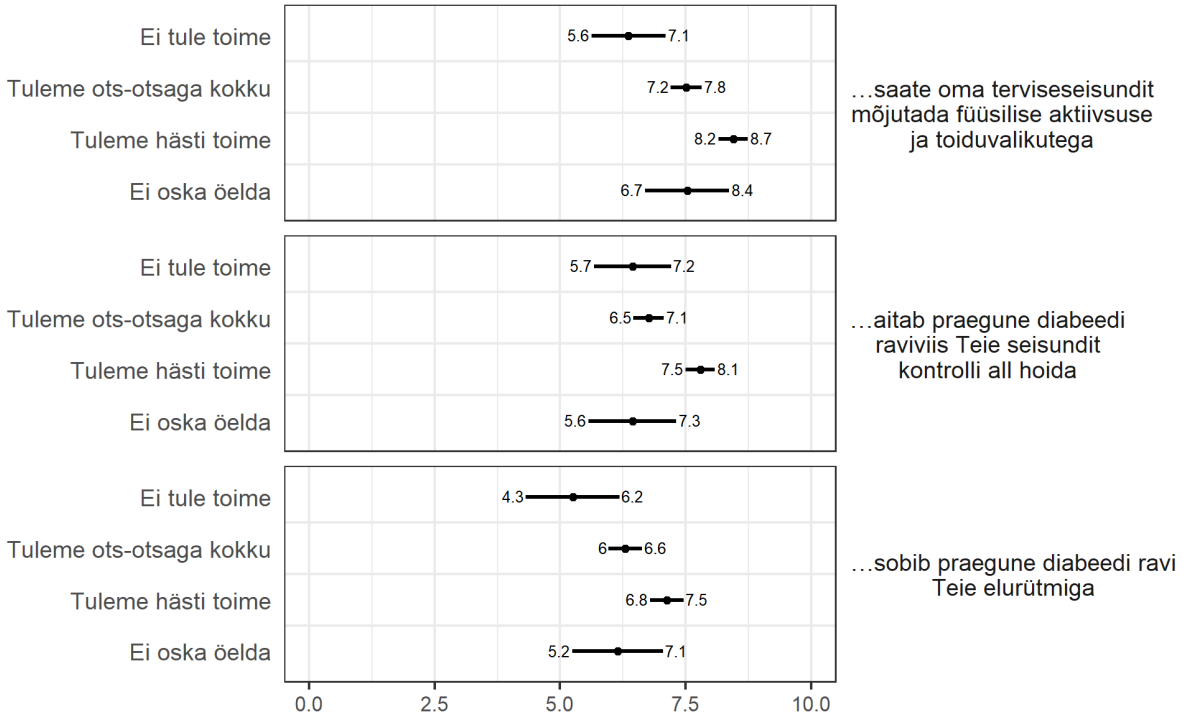
Joonis 61. Diabeediga täiskasvanute keskmine hinnang skaalal 1-10, mil määral saavad oma terviseseisundit mõjutada füüsilise aktiivsuse ja toiduvalikutega, diabeedi tüsistuste olemasolu kaupa



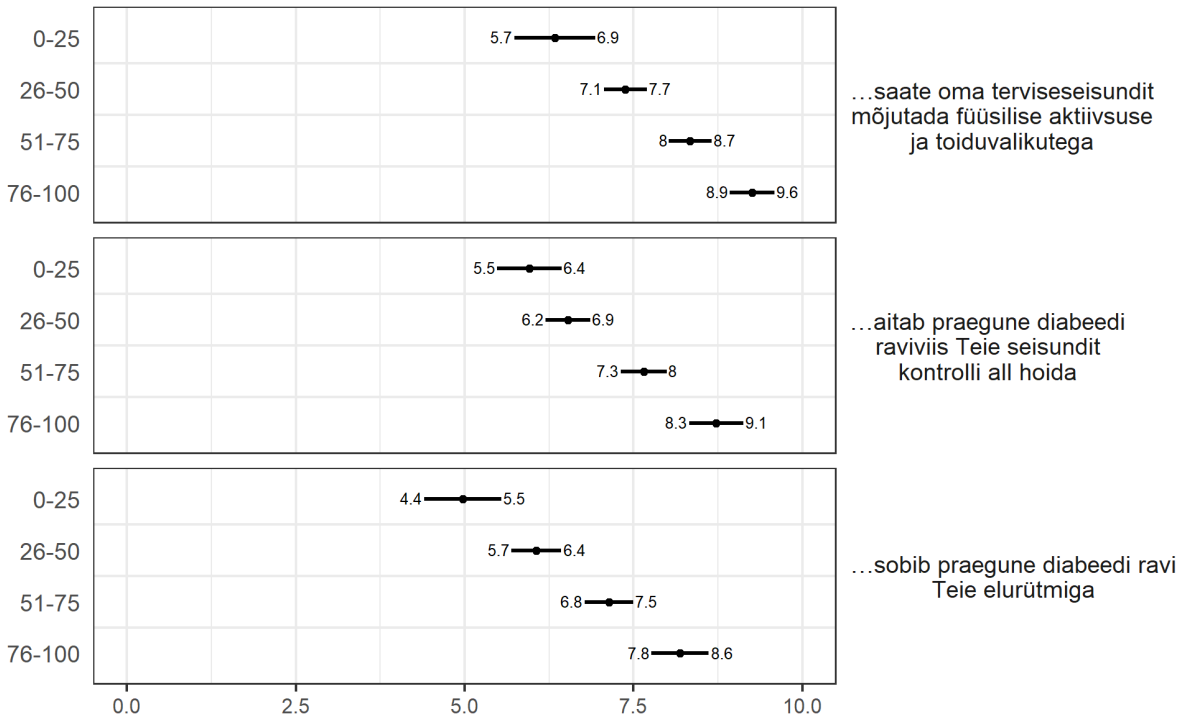
Joonis 62. Sensori kasutamise kaupa diabeediga täiskasvanute keskmine hinnang skaalal 1-10, mil määral…



Joonis 63. Diabeediravi kulude katmisega toimetuleku kaupa diabeediga täiskasvanute keskmine hinnang skaalal 1-10, mil määral

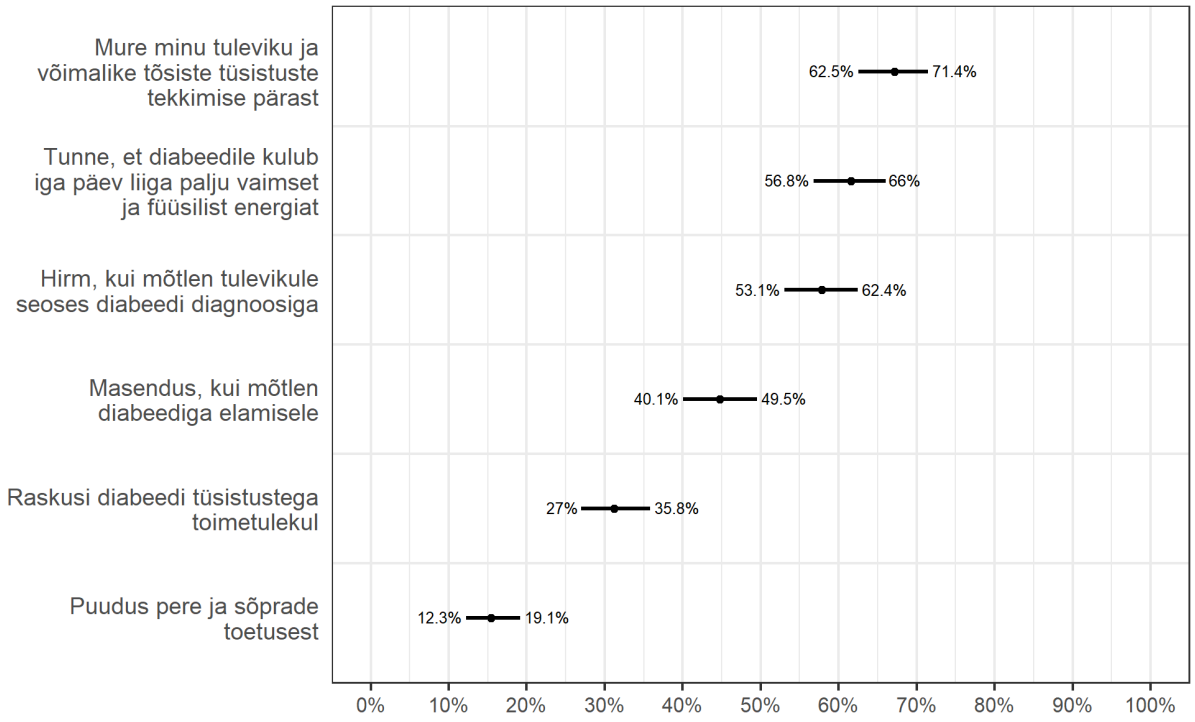


Joonis 64. Elukvaliteedi hinnangu skooride kaupa diabeediga täiskasvanute keskmine hinnang skaalal 1-10,mil määral…

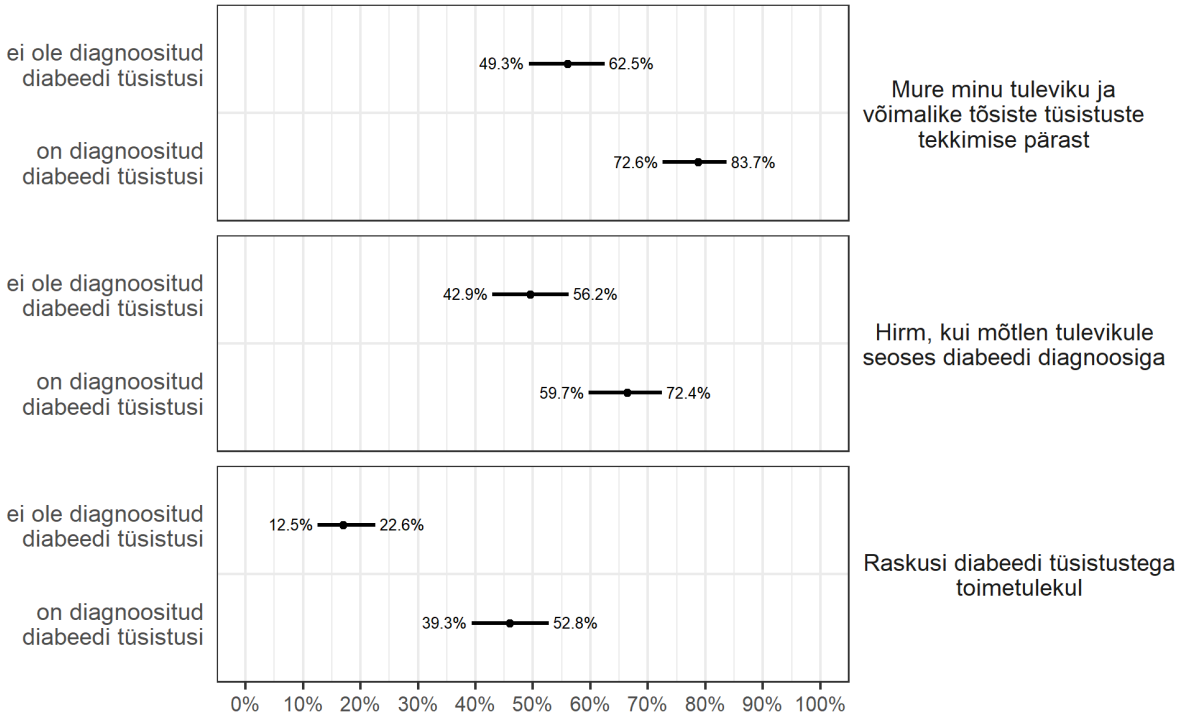


1.7 Emotsionaalne toimetulek diabeediga

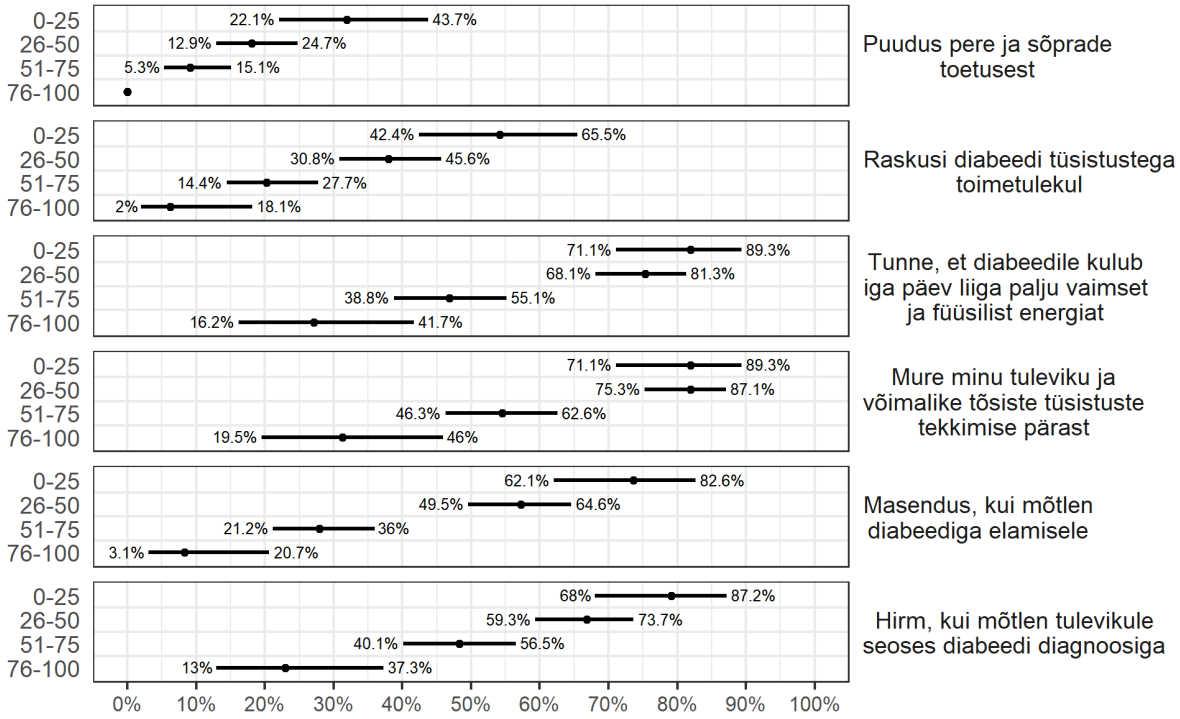
Joonis 65. On viimase 6 kuu jooksul sageli või väga sageli tundnud järgnevat (% diabeediga täiskasvanutest)



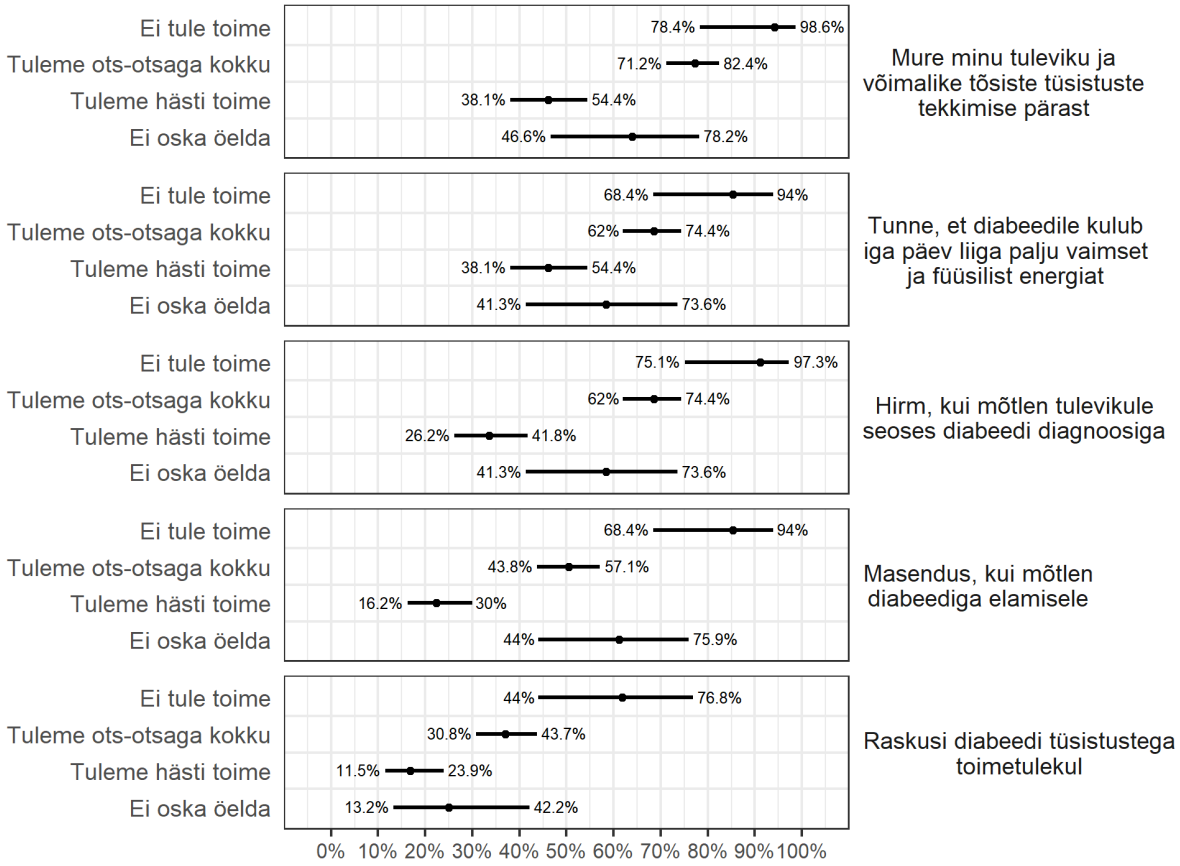
Joonis 66. On viimase 6 kuu jooksul sageli või väga sageli tundnud järgnevat, diabeedi tüsistuste olemasolu kaupa (% diabeediga täiskasvanutest)



Joonis 67. On viimase 6 kuu jooksul sageli või väga sageli tundnud järgnevat, elukvaliteedi skooride kaupa (% diabeediga täiskasvanutest)

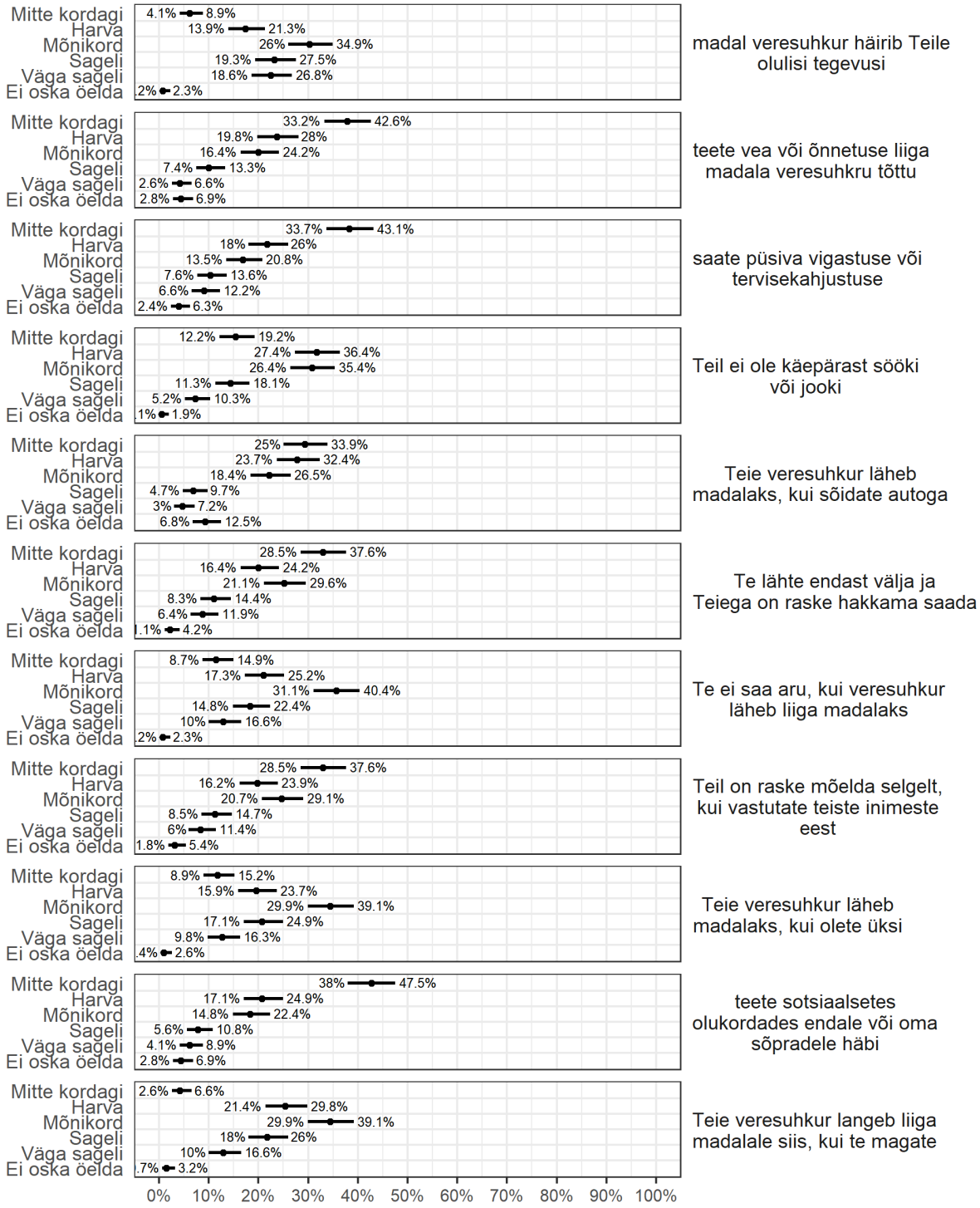


Joonis 68. On viimase 6 kuu jooksul sageli või väga sageli tundnud järgnevat, diabeediravi kuludega toimetuleku põhjal(% diabeediga täiskasvanutest)

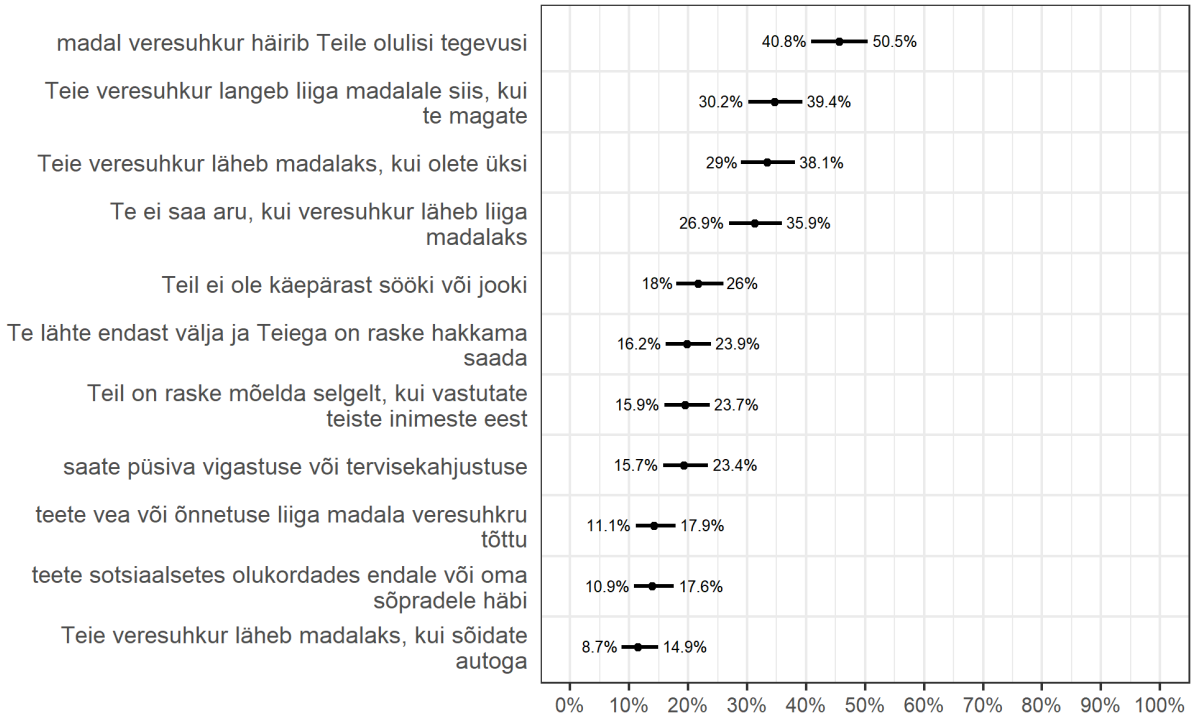


1.8 Mure liiga madala veresuhkru tõttu

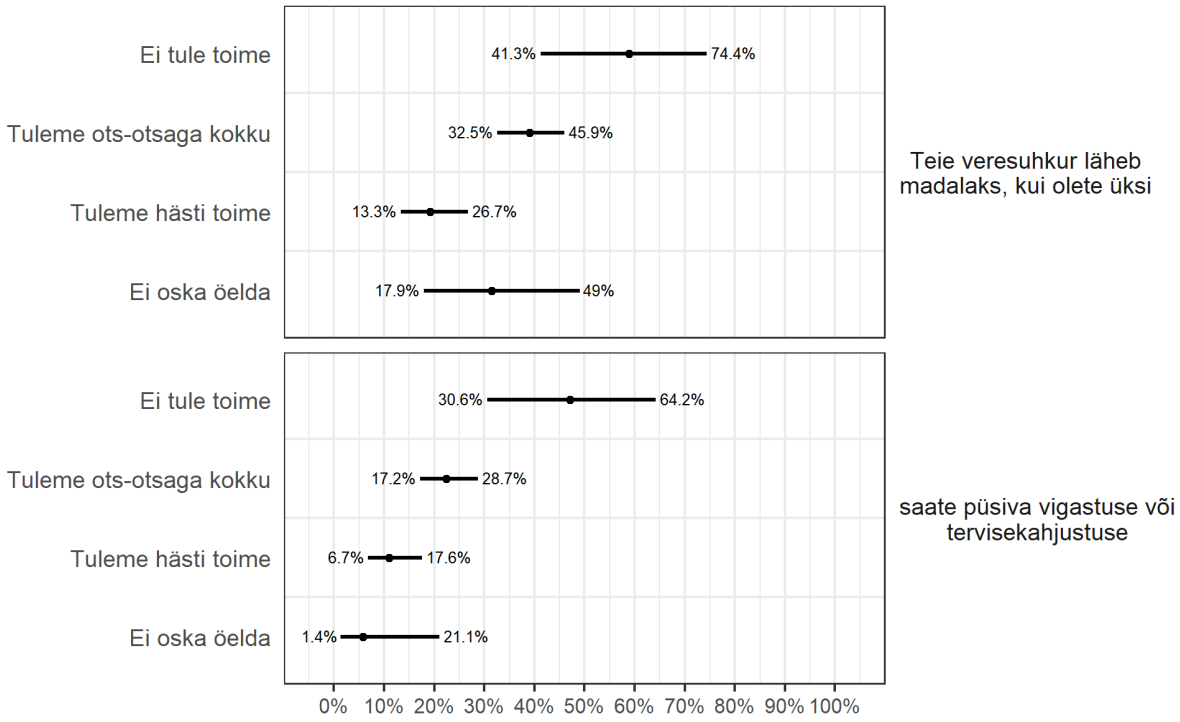
Joonis 69. Kui sageli viimase 6 kuu jooksul muretses, et... (% diabeediga täiskasvanutest)



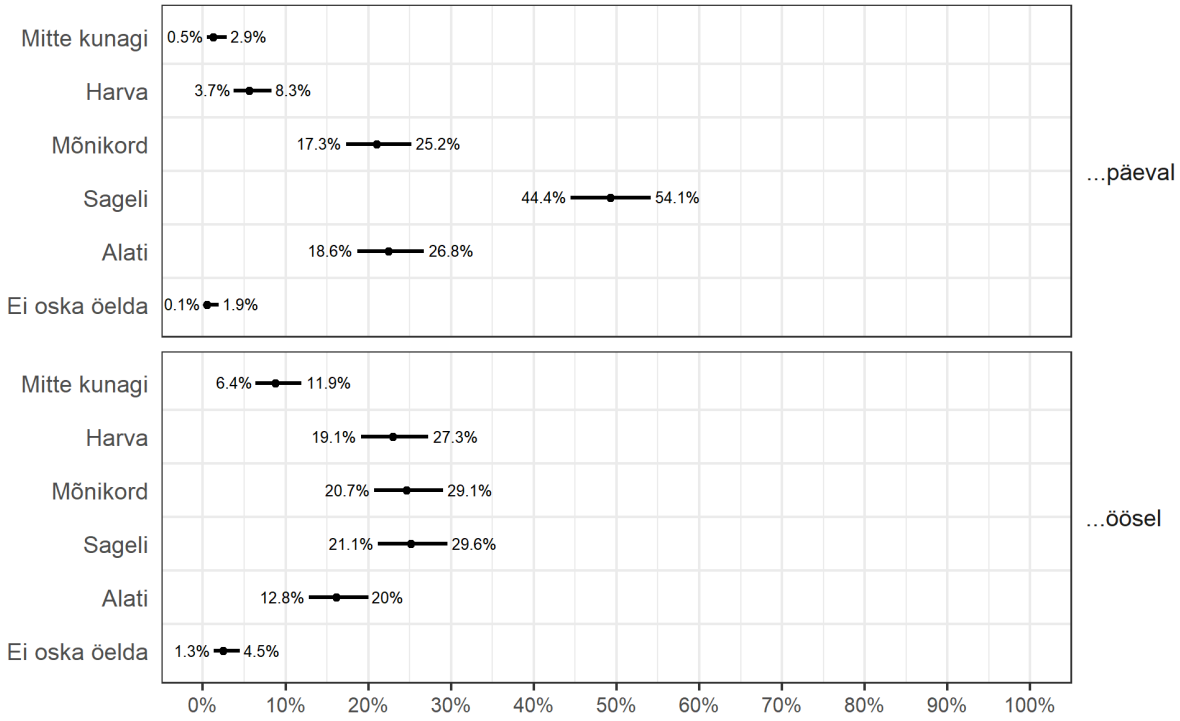
Joonis 70. Viimase 6 kuu jooksul sageli või väga sageli muretsenud, et ...(% diabeediga täiskasvanutest)



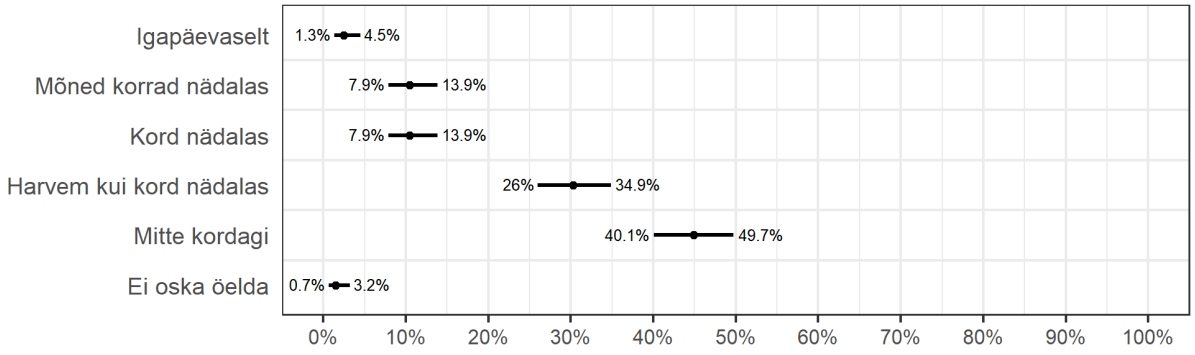
Joonis 71. Viimase 6 kuu jooksul sageli või väga sageli muretsenud järgneva pärast, diabeediravi kulude katmisega majandusliku toimetuleku kaupa (% diabeediga täiskasvanutest)



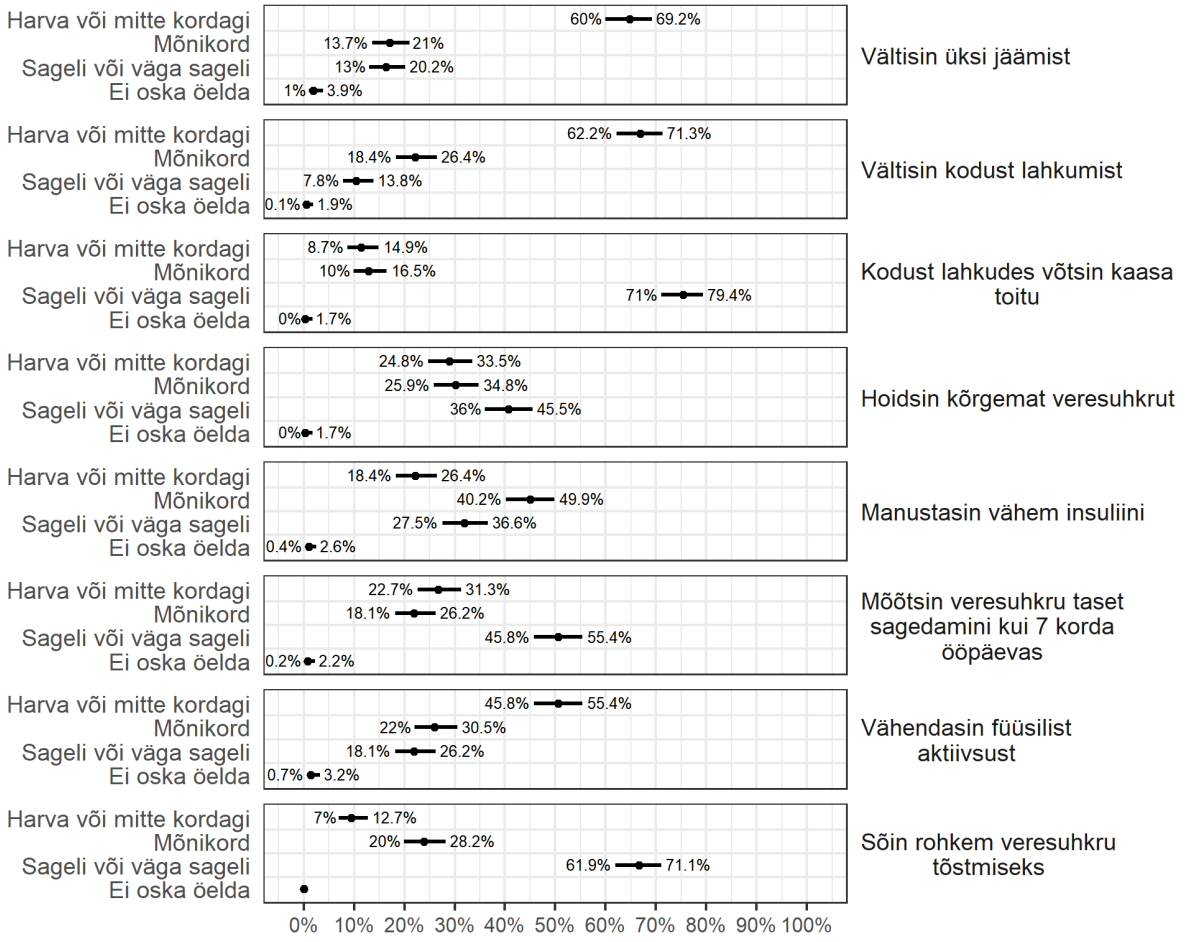
Joonis 72. Kui sageli tunneb ära, et veresuhkur langeb liiga madalale (% diabeediga täiskasvanutest)



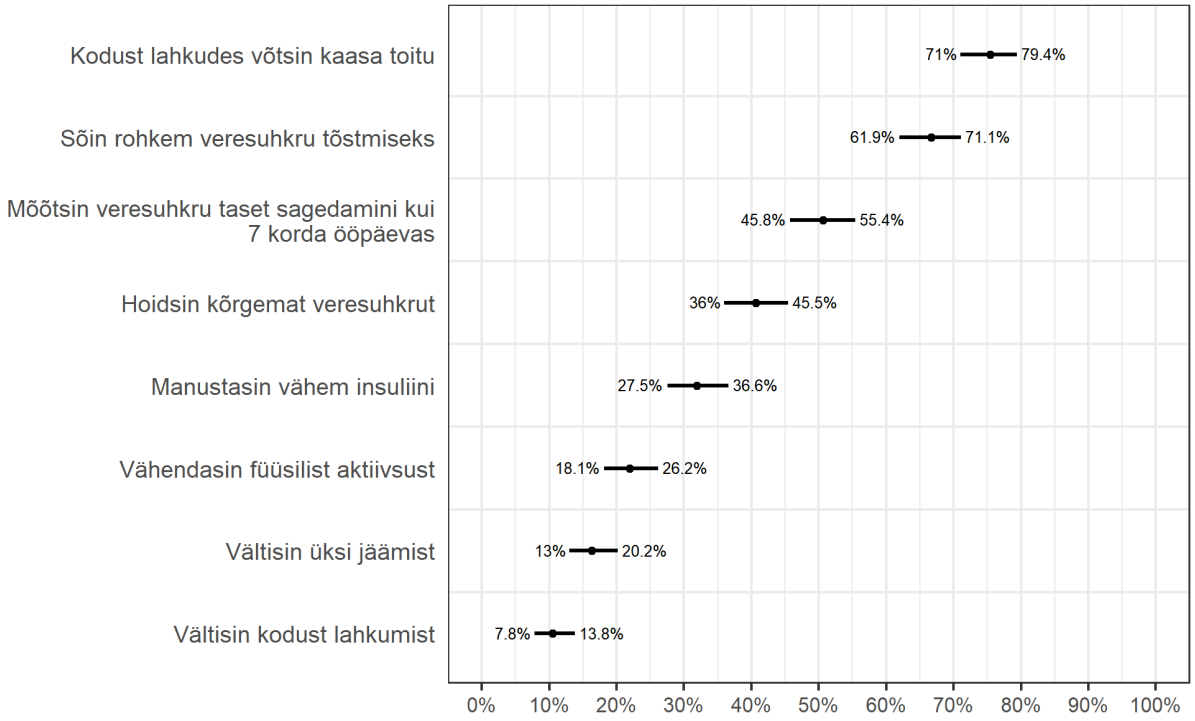
Joonis 73. Mitu korda viimase kuu jooksul vajas madala veresuhkru tõttu kellegi kõrvalise abi (% diabeediga täiskasvanutest)



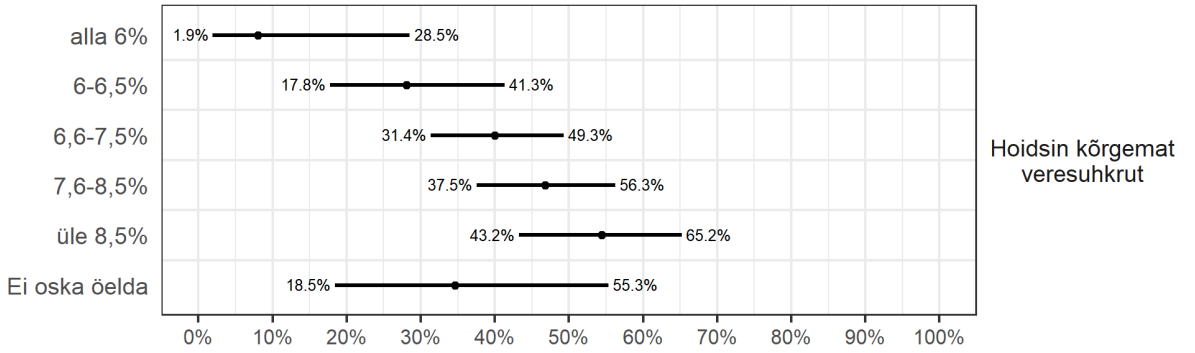
Joonis 74. Kui sageli viimase 6 kuu jooksul tegi madala veresuhkru hirmu tõttu järgnevat (% diabeediga täiskasvanutest)



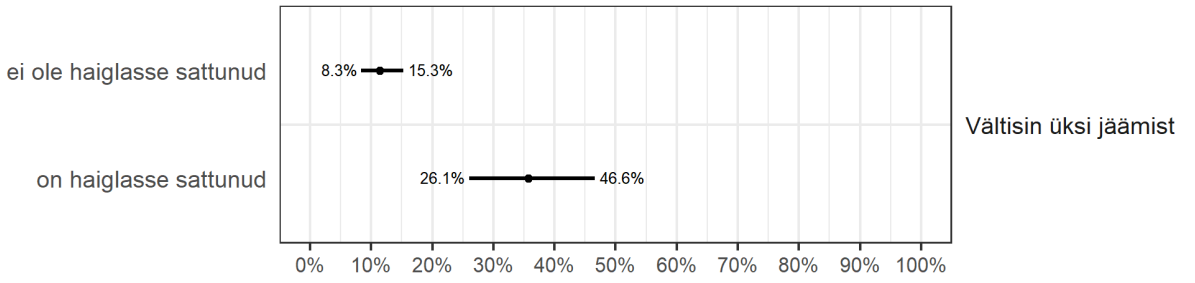
Joonis 75. Viimase 6 kuu jooksul tegi madala veresuhkru hirmu tõttu sageli või väga sageli järgnevat (% diabeediga täiskasvanutest)



Joonis 76. Viimase 6 kuu jooksul madala veresuhkru hirmu tõttu teinud sageli või väga sageli järgnevat, viimase HbA1c väärtuse kaupa (% diabeediga täiskasvanutest)

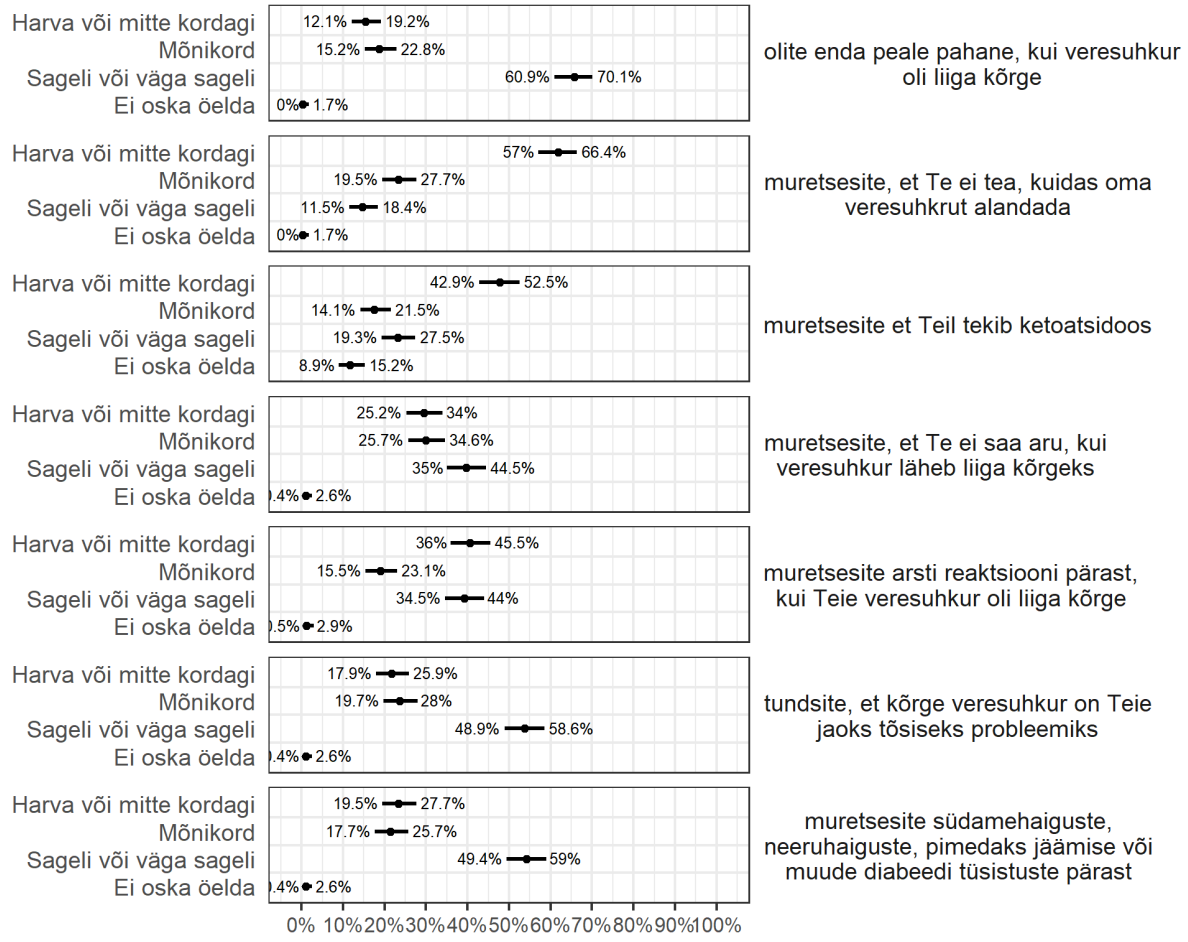


Joonis 77. Viimase 6 kuu jooksul madala veresuhkru hirmu tõttu teinud sageli või väga sageli järgnevat, viimase aasta jooksul diabeedi tõttu haiglasse sattumise kaupa (% diabeediga täiskasvanutest)

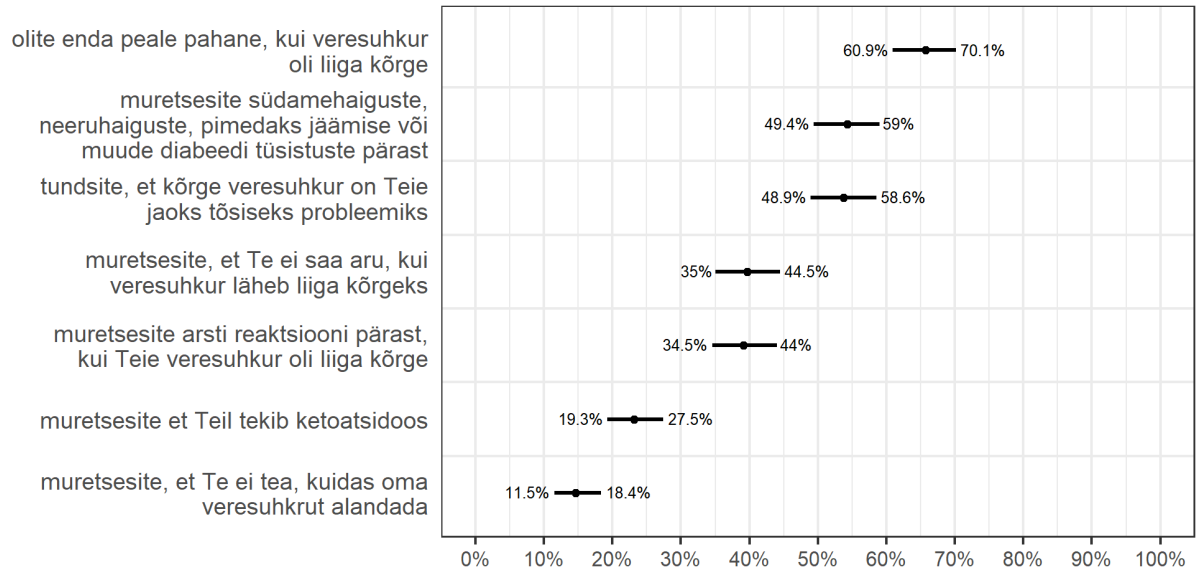


1.9 Mure liiga kõrge veresuhkru tõttu

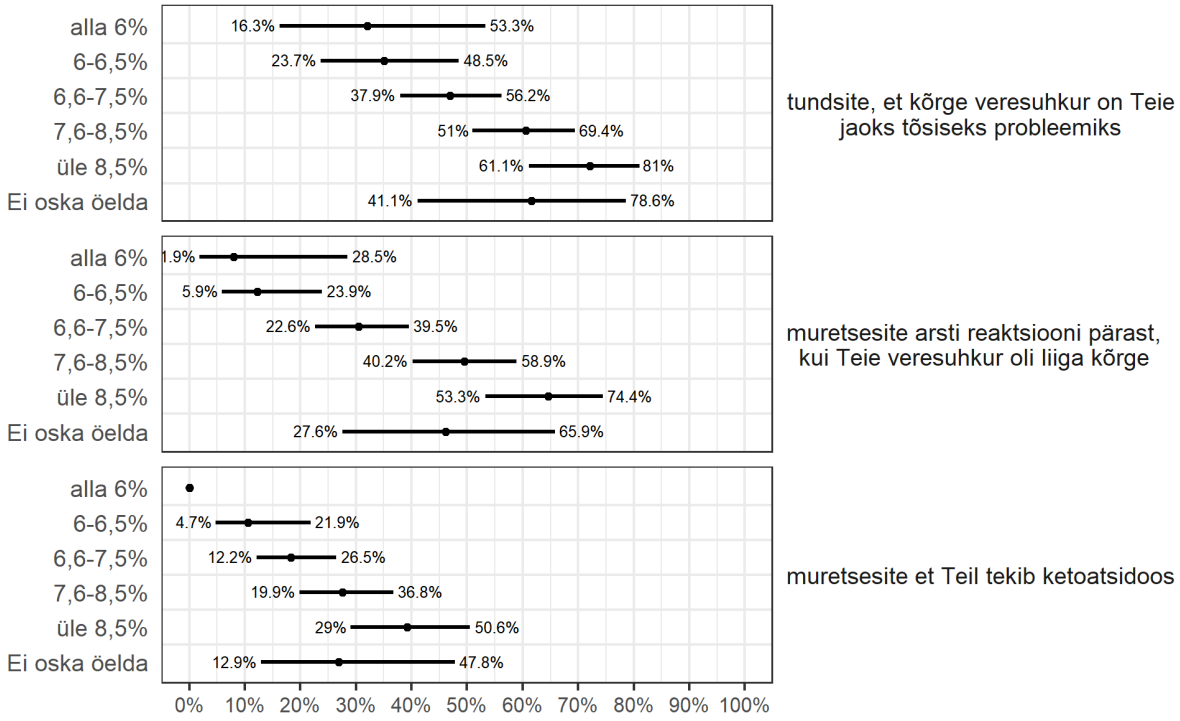
Joonis 78. Kui sageli viimase 6 kuu jooksul... (% diabeediga täiskasvanutest)



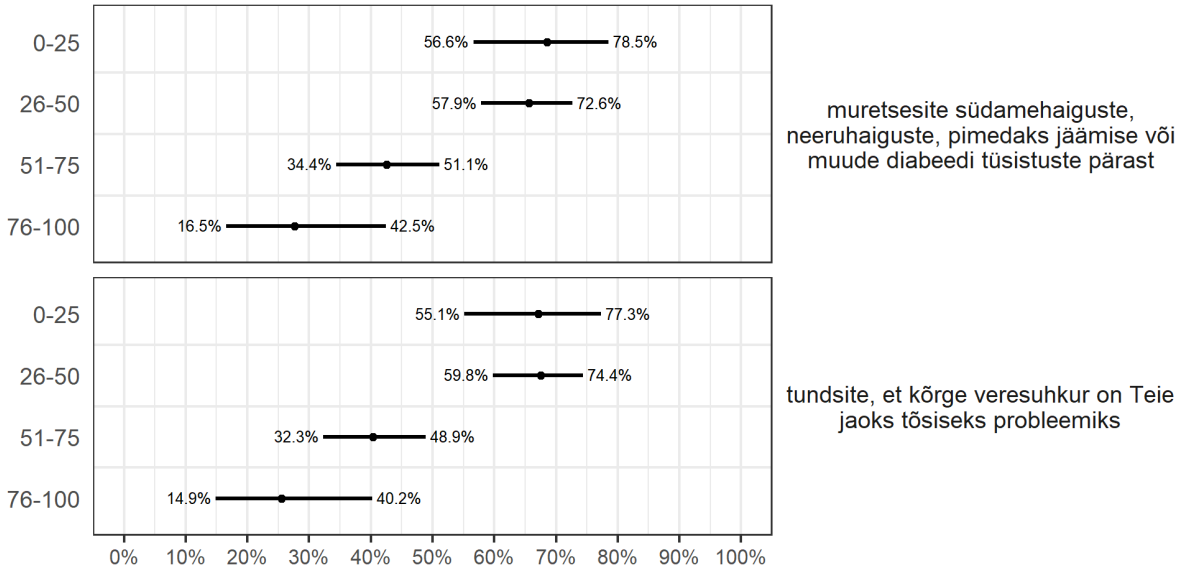
Joonis 79. Viimase 6 kuu jooksul sageli või väga sageli... (% diabeediga täiskasvanutest)



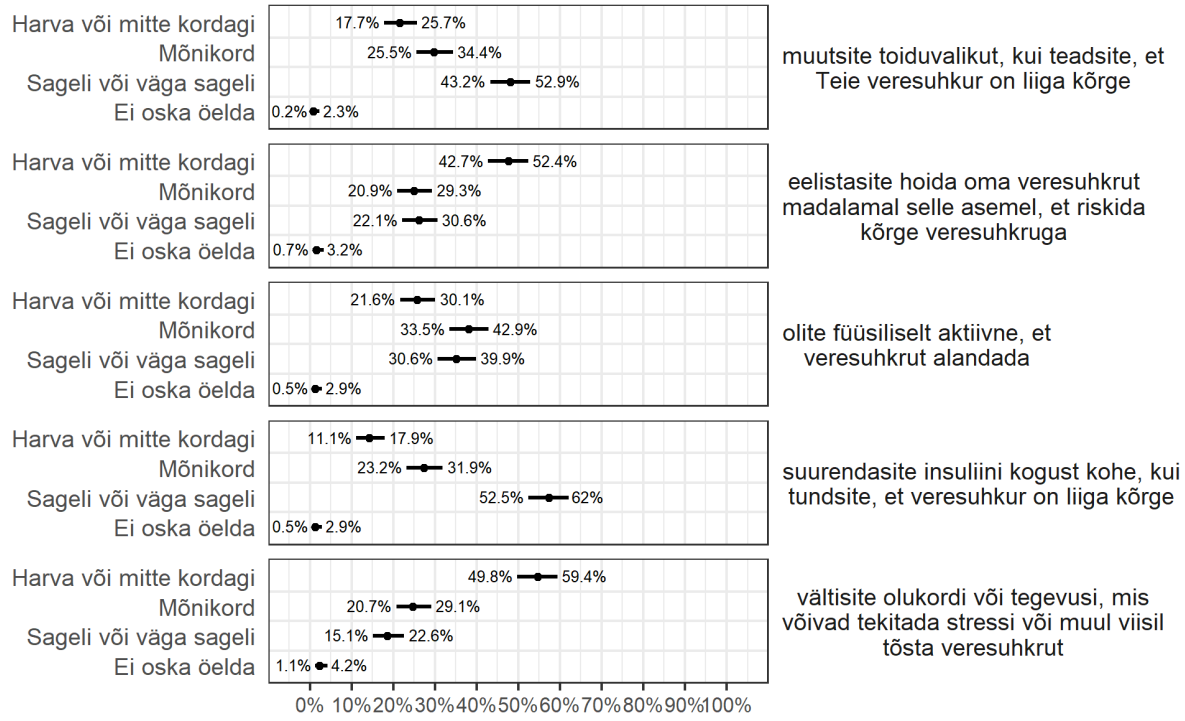
Joonis 80. Viimase 6 kuu jooksul sageli või väga sageli muretsenud, viimase HbA1c väärtuse kaupa (% diabeediga täiskasvanutest)



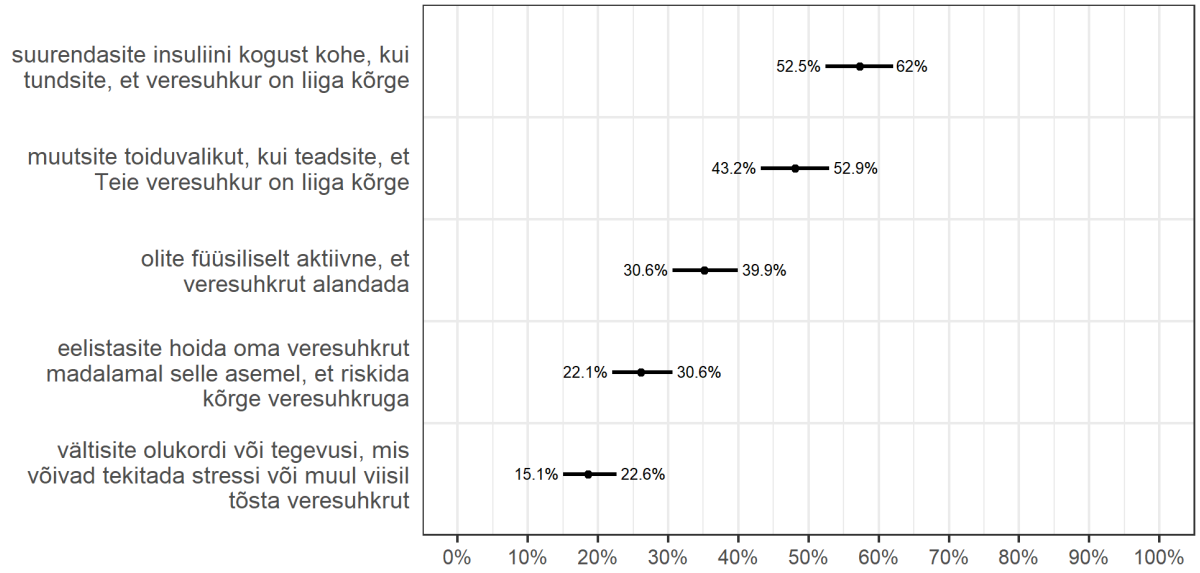
Joonis 81. Viimase 6 kuu jooksul sageli või väga sageli muretsenud, elukvaliteedi skooride kaupa (% diabeediga täiskasvanutest)



Joonis 82. Kui sageli viimase 6 kuu jooksul kõrge veresuhkru hirmu tõttu teinud järgnevat (% diabeediga täiskasvanutest)

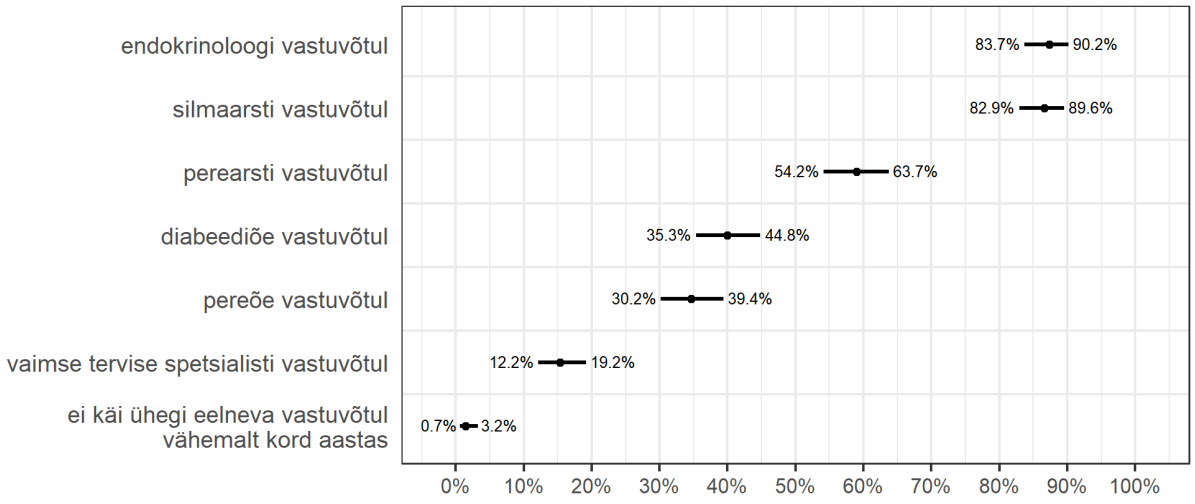


Joonis 83. On viimase 6 kuu jooksul kõrge veresuhkru hirmu tõttu sageli või väga sageli teinud järgnevat (% diabeediga täiskasvanutest)

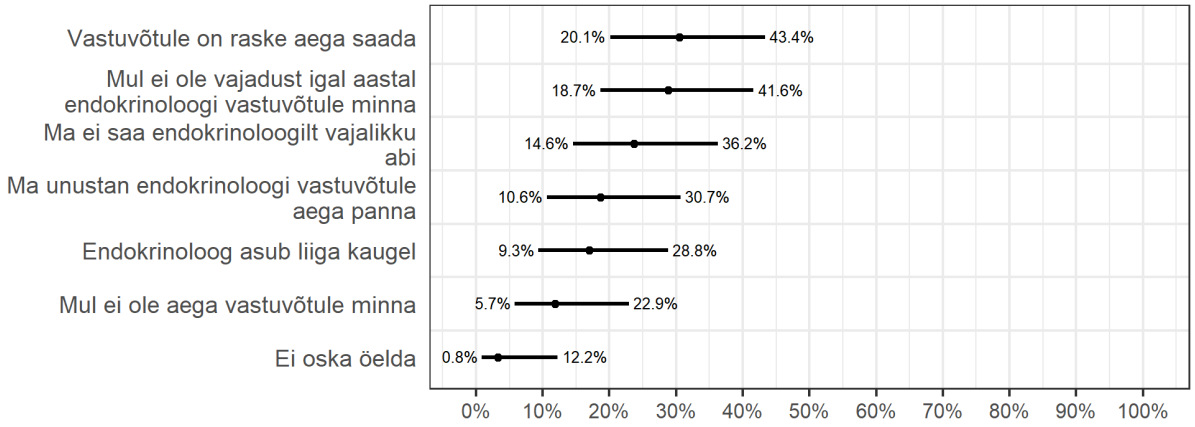


1.10 Diabeediga seoses tervishoiuteenuste kasutamine

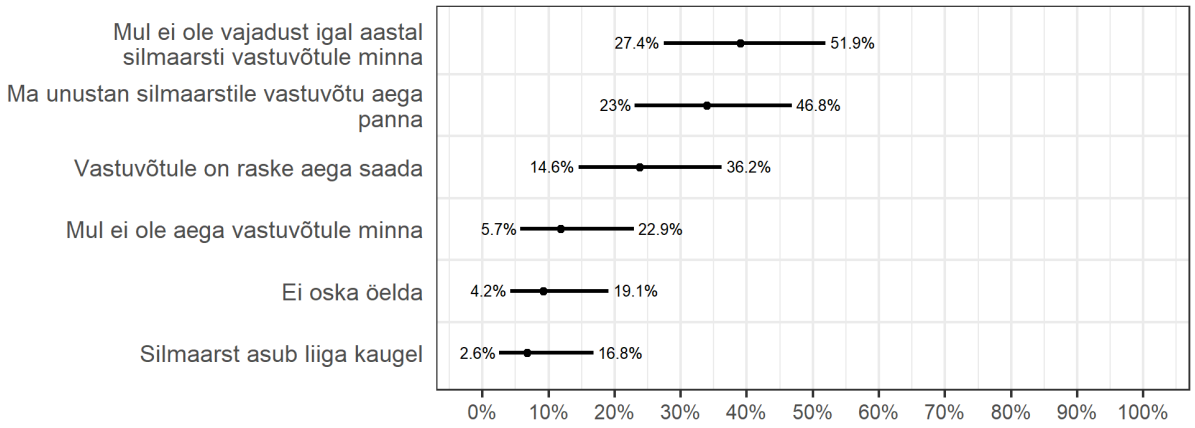
Joonis 84. Käib diabeedi jälgimiseks ja ravi korraldamiseks vähemalt kord aastas järgnevate eriarstide jt spetsialistide vastuvõtul (% diabeediga täiskasvanutest)



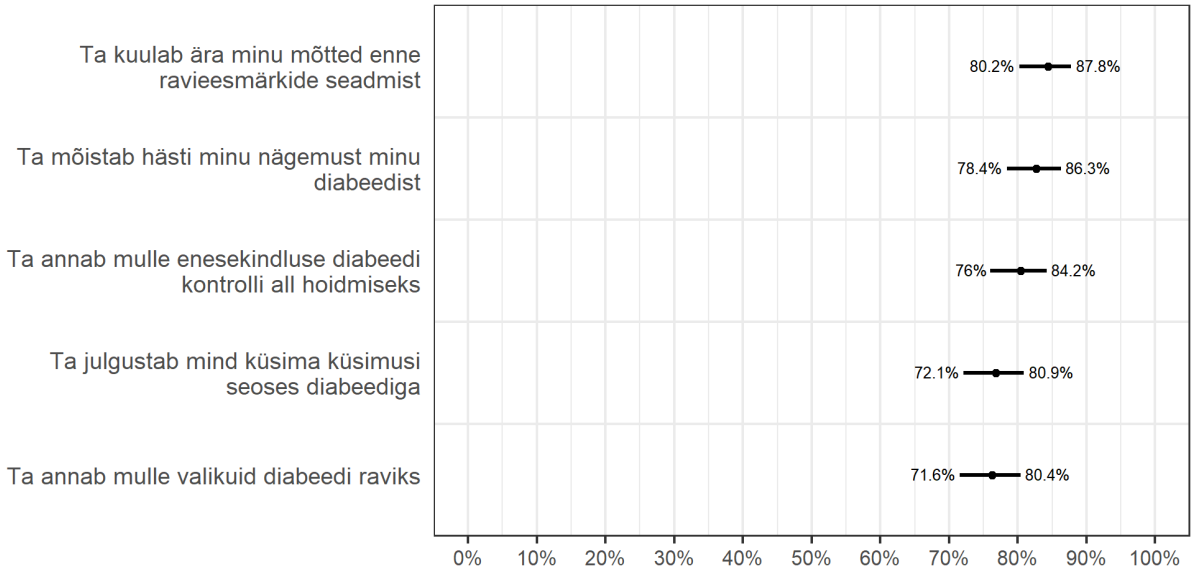
Joonis 85. Põhjus, miks ei käi vähemalt kord aastas endokrinoloogi vastuvõtul (% diabeediga täiskasvanutest, kes ei käi vähemal kord aastas endokrinoloogi vastuvõtul)



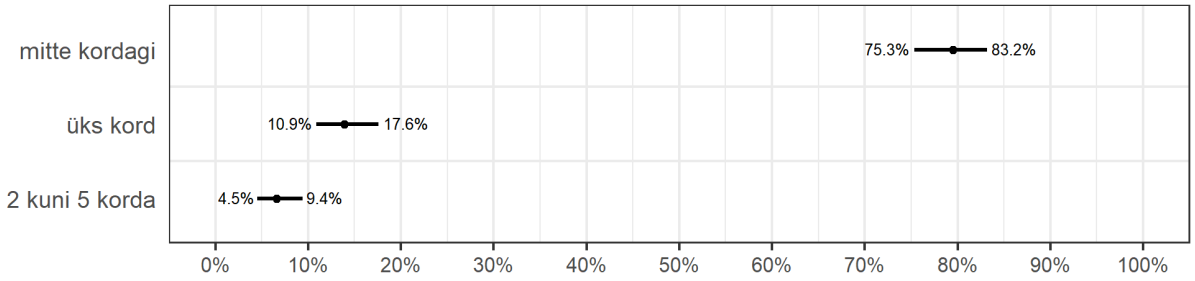
Joonis 86. Põhjus, miks ei käi vähemalt kord aastas silmaarsti vastuvõtul (% diabeediga täiskasvanutest, kes ei käi vähemal kord aastas endokrinoloogi vastuvõtul)



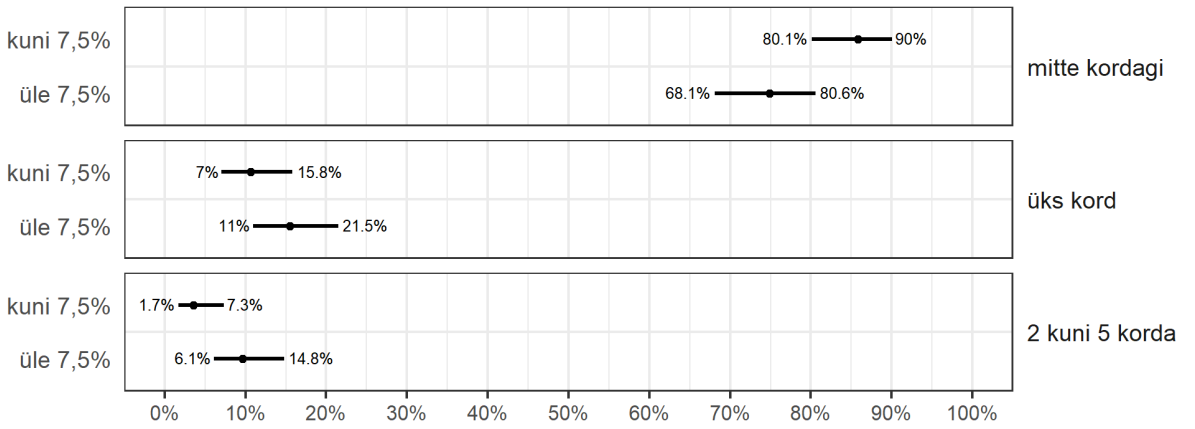
Joonis 87. Enda endokrinoloogi kohta väidetega pigem nõustuvad või täiesti nõustuvad (% diabeediga täiskasvanutest, kes käivad vähemalt kord aastas endokrinoloogi vastuvõtul)



Joonis 88. Mitu korda viimase 12 kuu jooksul on diabeedi tõttu haiglasse sattunud (% diabeediga täiskasvanutest)

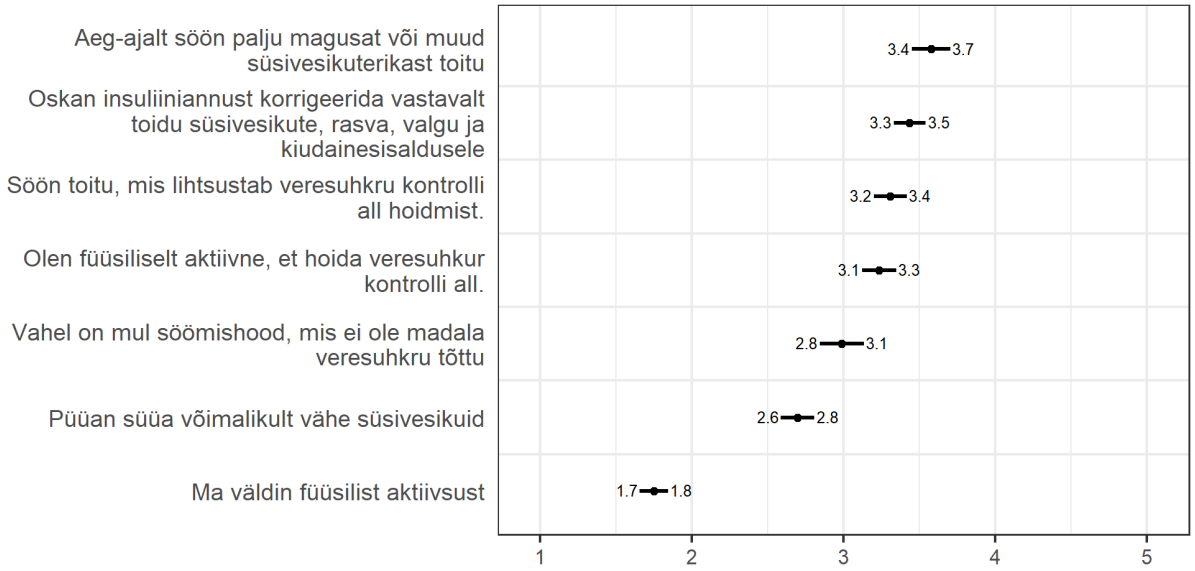


Joonis 89. Viimase HbA1c väärtuse kaupa diabeedi tõttu haiglasse sattumine viimase 12 kuu jooksul (% diabeediga täiskasvanutest)

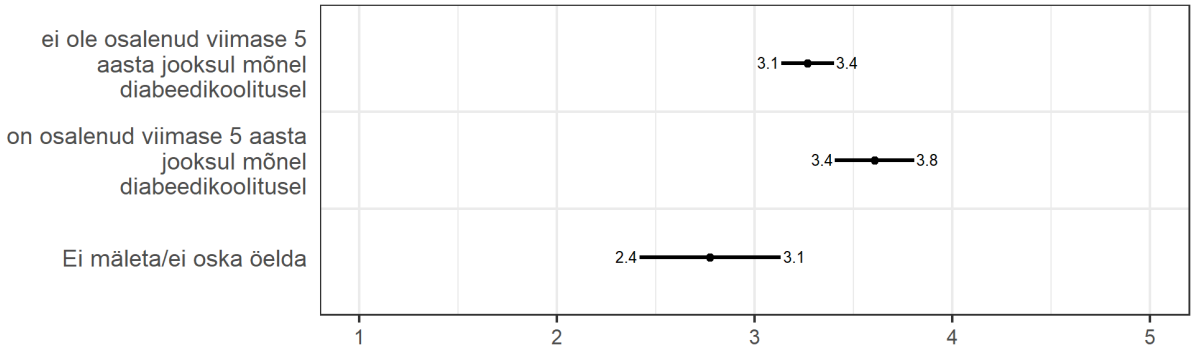


1.11 Toitumine ja füüsiline aktiivsus

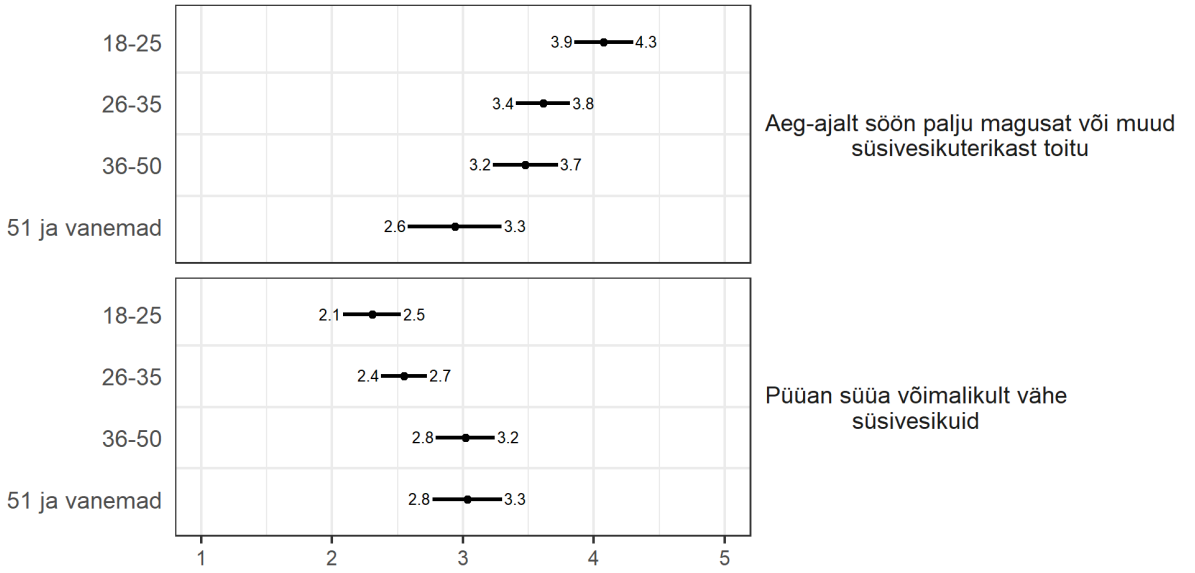
Joonis 90. Diabeediga täiskasvanute keskmine hinnang toitumise ja füüsilise aktiivsusega seotud väidetele skaalal 1-5, kus 1 tähendab "üldse ei kehti minu kohta" ja 5 tähendab "kehtib täielikult minu kohta".



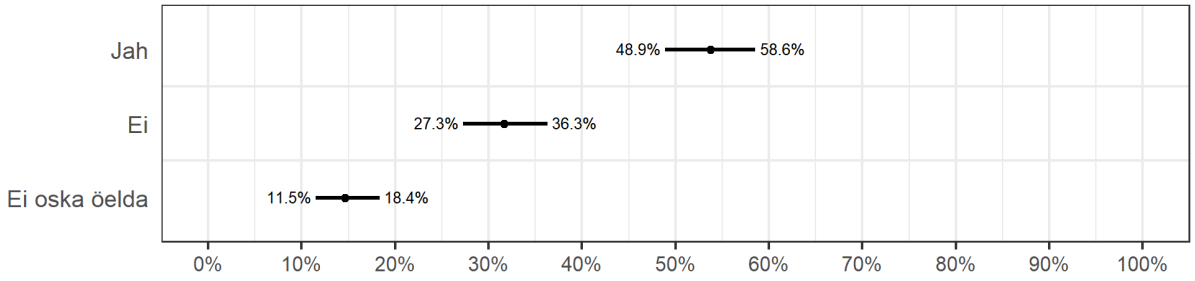
Joonis 91. Diabeediga täiskasvanute hinnang, kuivõrd kehtib nende kohta väide, et nad söövad toitu, mis lihtsustab veresuhkru kontrolli all hoidmist, diabeedikoolitusel osalemise kaupa



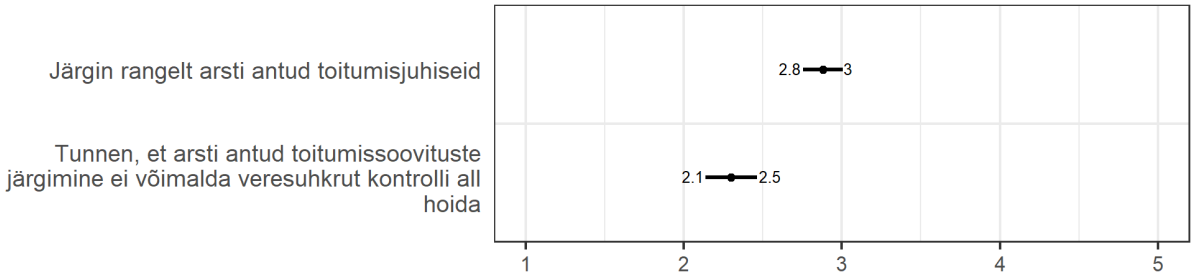
Joonis 92. Diabeediga täiskasvanute hinnang, kuivõrd kehtib nende kohta väide, vanusegruppide kaupa



Joonis 93. Kas arst on andnud toitumisjuhiseid diabeedi kontrolli all hoidmiseks (% diabeediga täiskasvanutest)

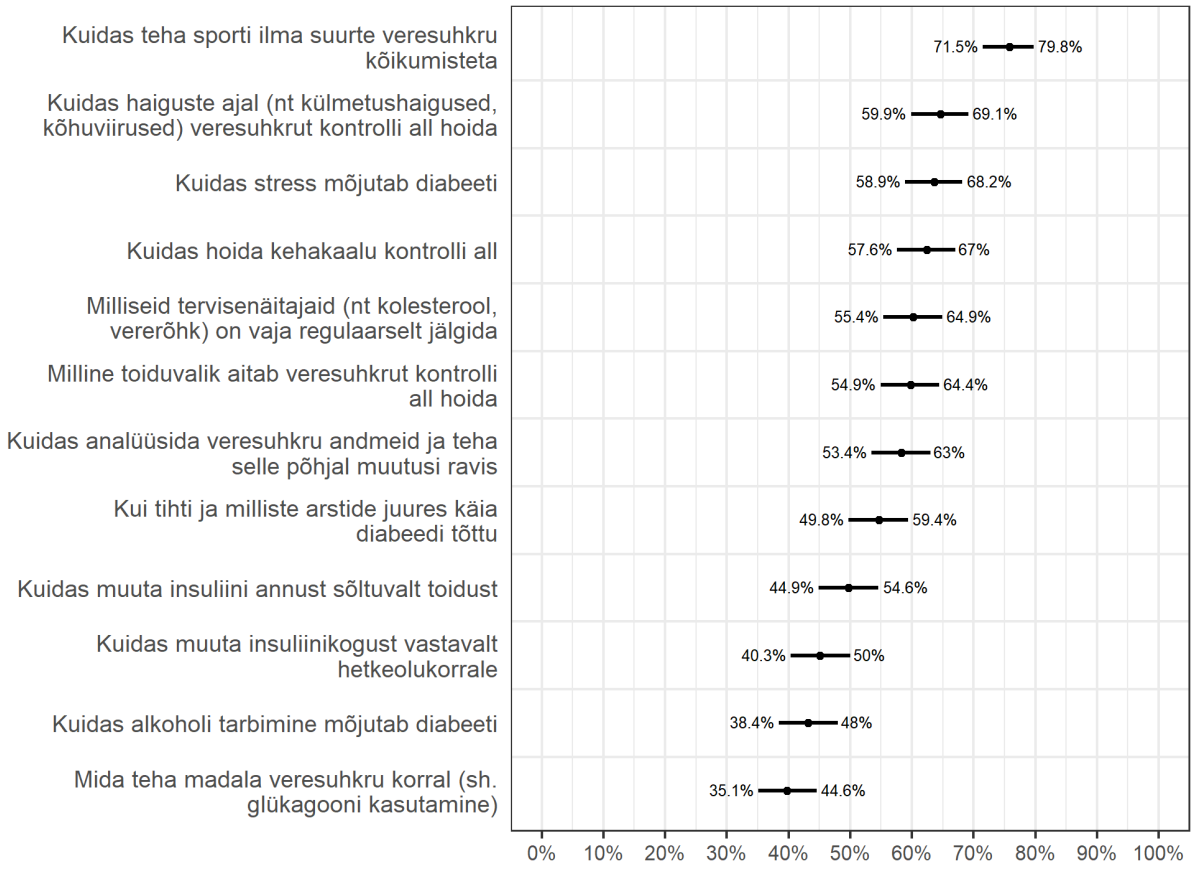


Joonis 94. Arstilt toitumisjuhiseid saanud diabeediga täiskasvanute keskmine hinnang väidetele skaalal 1-5, kus 1 tähendab "üldse ei kehti minu kohta" ja 5 tähendab "kehtib täielikult minu kohta".

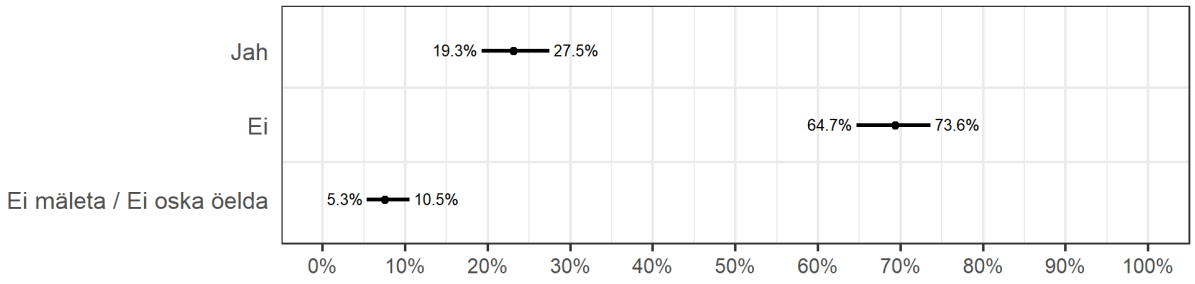


1.12 Diabeedialane teadlikkus ja koolitused

Joonis 95. Vajab veidi rohkem või palju rohkem teadmisi järgnevates valdkondades (% diabeediga täiskasvanutest)

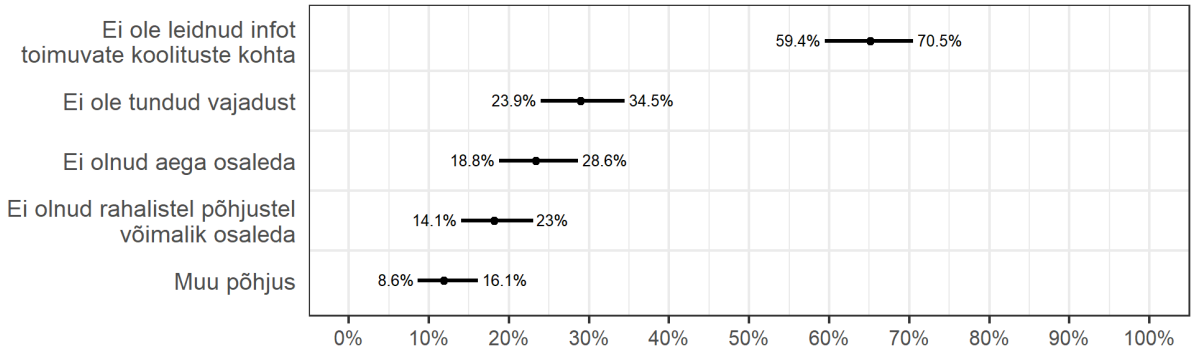


Joonis 96. Kas on viimase viie aasta jooksul osalenud mõnel diabeedikoolitusel (% diabeediga täiskasvanutest)



Koolituste hulgas, kus on viimase 5 aasta jooksul osaletud, märgiti kõige sagedamini ELDÜ korraldatud koolitusti ja laagreid.

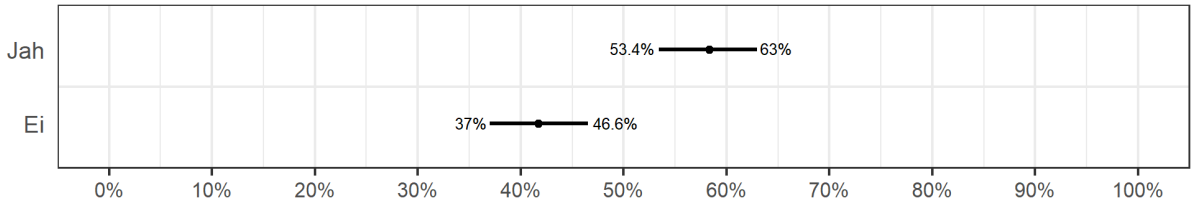
Joonis 97. Miks ei ole osalenud viimase viie aasta jooksul diabeedikoolitusel (% diabeediga täiskasvanutest, kes ei ole viimase 5 aasta jooksul diabeedikoolitusel osalenud)



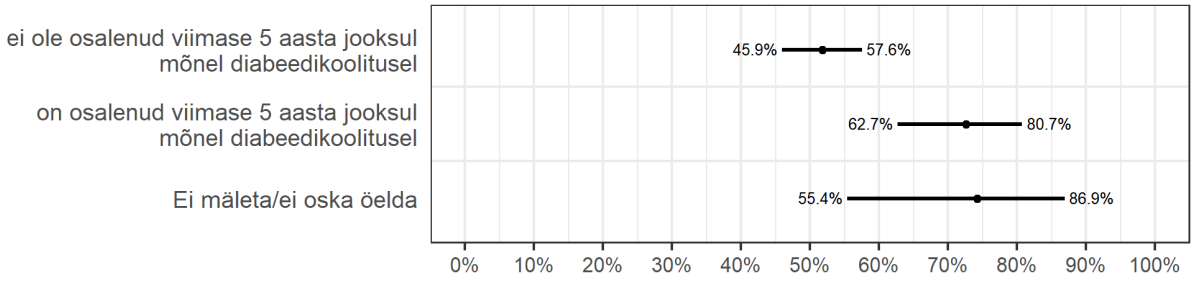
Lisaks nimekirjas olevatele põhjustele, miks koolitusel ei ole osalenud, toodi välja: sai diagnoosi hiljuti ja ei ole veel jõudnud koolitusele; ei ole leidnud koolitust, mis tunduks kasulik; julguse puudus või häbi; koolitused toimuvad liiga kaugel

1.13 Suhtlus teiste diabeediga inimestega

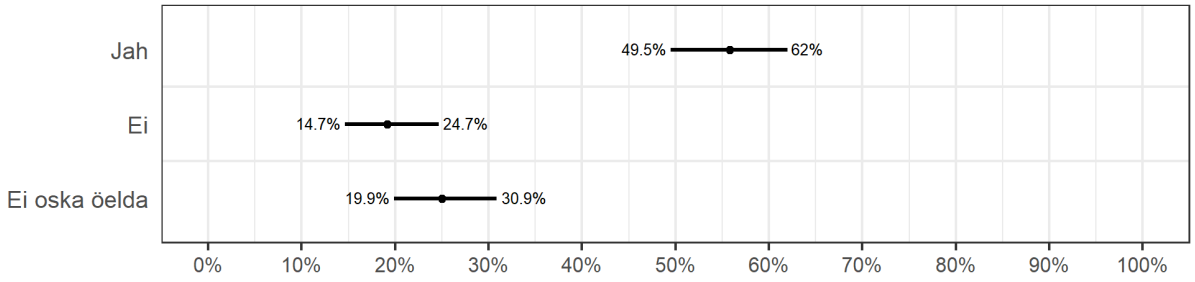
Joonis 98. Kas suhtleb teiste diabeedi diagnoosiga inimestega (% diabeediga täiskasvanutest)



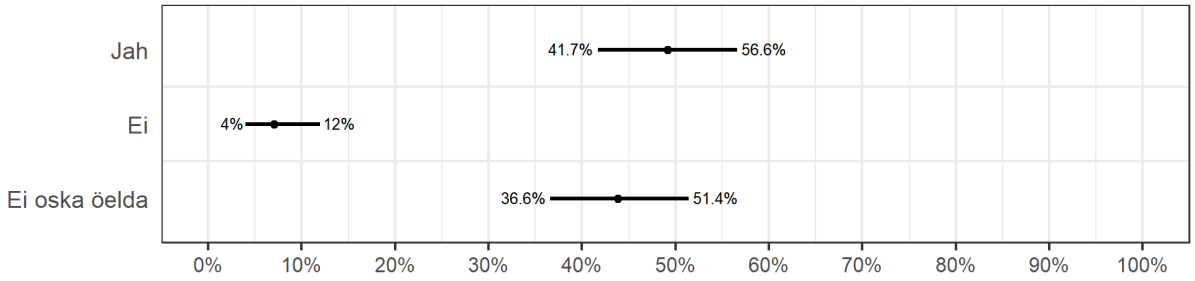
Joonis 99. Suhtleb teiste diabeedi diagnoosiga inimestega, diabeedikoolitusel osalemise kaupa (% diabeediga täiskasvanutest)



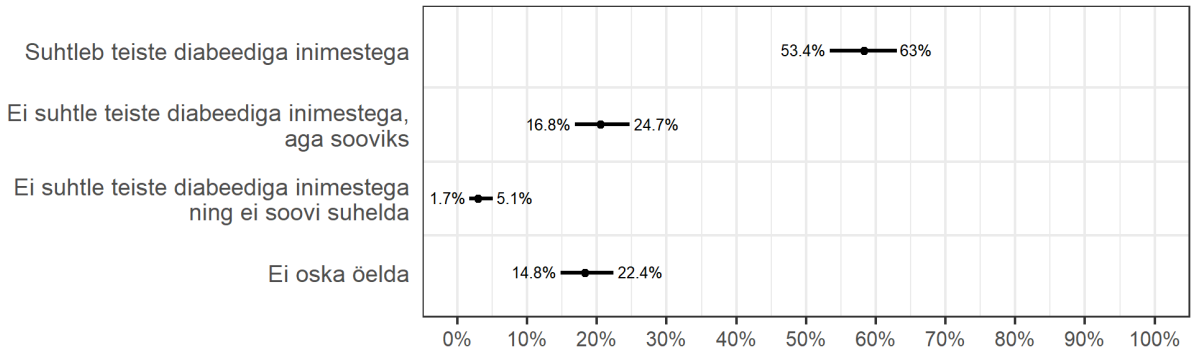
Joonis 100. Kas sooviks rohkem suhelda diabeedi diagnoosiga inimestega (% diabeediga täiskasvanutest, kes suhtlevad teiste diabeediga inimestega)



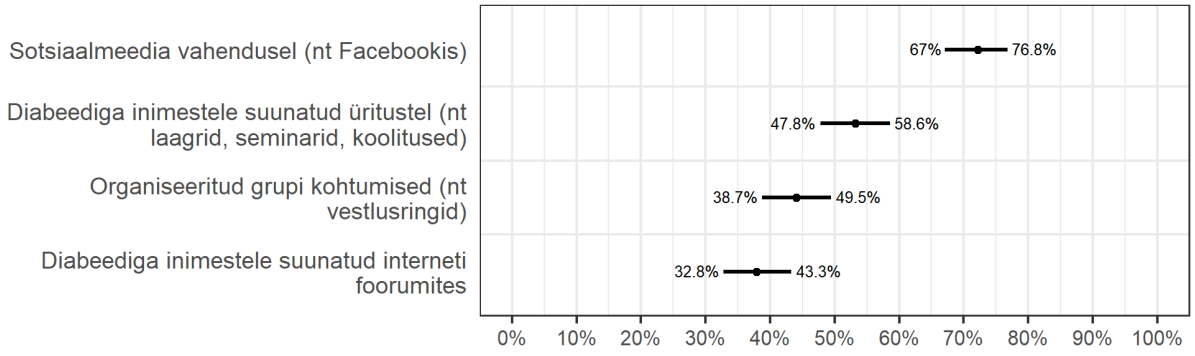
Joonis 101. Kas sooviks suhelda diabeedi diagnoosiga inimestega (% diabeediga täiskasvanutest, kes ei suhtle teiste diabeediga inimestega)



Joonis 102. Suhtlemine teiste diabeedi diagnoosiga inimestega (% diabeediga täiskasvanutest)



Joonis 103. Millisel viisil eelistab diabeedi diagnoosiga inimestega suhelda (% diabeediga täiskasvanutest, kes suhtlevad teiste diabeediga inimestega või kes soovivad suhelda)



Lisaks etteantud nimekirjas märgitud eelistustele toodi välja soovi leida sõpru, juhuslikke tuttavaid ja trennikaaslasi, kellel on diabeet.