

Liili Abuladze: "Raugastumine" - ühteaegu nii edulugu kui ka väljakutse

Liili Abuladze; Tallinna Ülikooli Eesti demograafia keskuse teadur

Käimasolev rahvastiku vananemine tekitab küsimusi ja hirme. Kas haigeid inimesi hakkab olema rohkem või vastupidi, koos eluea kasvuga lükkub edasi ka haiguste algusperiood? Kas keskmise eluea kasvul ongi nähtavat piiri? Kas rohkem inimesi kõrges vanuses võib kaasa tuua dementsuse epideemia?

Teadlastel pole neile küsimustele seni veel ühest vastust. Kindel on aga see, et eluea ja vanemaealiste osakaalu kasvuga tuleb arvestada, sest sellest saab n-ö uus normaalsus.

Soov elada tervelt, õnnelikult ja kaua on inimese loomuses. Pikka eluiga ja sellest tulenevat rahvastikuvananemist ei tohikski seetõttu näha probleemina, nagu seda tihti tehakse, vaid hoopis eduloo ja võimalusena ühiskonnakorraldust inimsõbralikumaks arendada.

Oleme turvalisema ja pikema elu poole liikunud pika aja vältel ja samm-sammult. See teekond jätkub loodetavasti ka edaspidi. Oluline on seejuures pidevalt jälgida tervise ja suremusega toimuvaid arenguid. Võib-olla õnnestub seeläbi Eestis vältida eluea kasvu aeglustumist, mida on viimasel ajal kogetud näiteks Ameerika Ühendriikides, Ühendkuningriigis ja Taanis.

Rahvastiku vananemise tekke eeldused

Ühiskonna vananemine on inimajaloos teadaolevalt esmakordne nähtus, mis ilmnes selgepiiriliselts alles 20. sajandil. Selle peamine tunnus on, et vanemaealiste osakaal ühiskonnas on varasemaga võrreldes oluliselt kasvanud. Vanemaealisuse definitsioon või piir ise sõltub sellest, kui kaugemale on rahvastikuvananemine jõudnud – mida rohkem inimesi elab kauem, seda kõrgemast vanusest saab vanemaealisuse alguspiiri tõmmata. Praegu on ÜRO selle globaalsel tasemel tõmmanud 65. eluaasta juurde.

Mida rohkem inimesi elab kauem, seda kõrgemast vanusest saab vanemaealisuse alguspiiri tõmmata.

Rahvastiku vananemise teket rahvastiku arenguteel illustreerib hästi rahvastiku püramiid. Traditsioonilist ühiskonda kirjeldav püramiid on kolmnurgakujuline – selle alumises, laste ja noorte osas on tunduvalt enam

inimesi kui ülemistes osades. Selline oli Eestimaa kubermangu rahvastiku püramiid aastal 1881. Kolmnurgakujuline vanusekoostis, millest rahvastiku püramiidi mõiste on tuletatud, väljendab olukorda, kus lapsi sünnib palju, kuid suur osa neist sureb noorelt. Kui keskmine eluiga on 35. eluaasta juures, võib esineda muidugi ka 70–80-aastaseid inimesi, aga neid on lihtsalt väga vähe.

Rahvastiku püramiidist on saanud seenjas moodustis

Rahvastiku vananemine sai Eestis alguse juba 19. sajandi teises pooles. Oma osa selles mängis nii suremuse kui ka sündimuse vähenemine. Eesti ühiskonnas ilmsid muutused aga alles kahe sõja vahel. 1934. aasta rahvaloendus näitas, et rahvastiku koosseis oli tolle aja kõnepruuki kasutades «raugastunud» ja püramiid seetõttu enam mitte väga kolmnurgaga sarnanev, vaid «nagu alt ära õõnestatud».

Riigivanem Konstantin Päts ütles 1935. aastal murelikult, et samade trendide jätkudes muutub Eesti «vananevaks rahvaks, kus rohkem on vanemaid kui nooremaid inimesi» ning see ohustab kogu rahva ja riigi edasist käekäiku, sest «vanad ei ole jõuküllased, ettevõtlikud, et vanadel pole neid lootusi ja seda võitlustahet, nagu noortel». Tänapäeval peetakse sellist väljendust õigustatult vanuseliseks diskrimineerimiseks – vanemaealiste osakaal tööturul aina kasvab nii tervise paranemise kui ka töö iseloomu muutumise tõttu.

Aastatel 1960–1970 toimunud vanemaealiste vanuserühmade kasv toimus peamiselt selle arvel, et Esimesele maailmasõjale eelnenud aastatel sündinud põlvkonnad, kellest paljud said laste suremuse vähenemise tõttu täiskasvanuks, olid nüüd jõudnud vanuriikka ja tõstsid vanemaealiste osakaalu ühiskonnas. See leidis aset hoolimata sellest, et 1960. ja 1970. aastatel toimus Eestis, nagu ülejäänud Nõukogude Liidus, tervisenäitajate paranemise stagnatsioon. Teisalt toimus suure sisserände tõttu ka rahvastiku noorenemine.

Tänapäeval ei vanane rahvastik enam mitte laste suremuse (ja sündimuse) languse tõttu nagu 19. sajandi teisel ja 20. sajandi esimesel poolel ega mitte ka keskealiste suremuse languse tõttu nagu viimase poole sajandi jooksul, vaid seetõttu, et meditsiinisüsteem teeb üha enam edusamme vanurieas olevate inimeste suremuse edasilükkamises. Selle mõjul on rahvastiku koostis võtnud seenja kuju.

Teadlased ja rahvusvahelised organisatsioonid on ennustanud, et inimelul on bioloogiline piir, mille kätte jõudes eluiga enam nii kiiresti ei kasva või jääb kasv üldse seisma. Demograafid Jim Oeppen ja James W. Vaupel on viimase pooleteise sajandi iga-aastase üleilmse naiste maksimaalse eluea näitaja põhjal väitnud, et eluiga on selle aja vältel kasvanud lineaarselt: keskmiselt 2,5 aastat igas kümnendis ehk kolm kuud igas aastas ehk kuus tundi igas päevas.

Eluiga on kasvanud lineaarselt: keskmiselt 2,5 aastat igas kümnendis ehk kolm kuud igas aastas ehk kuus tundi igas päevas.

Riikide eluea näitajad ja vastavad positsioonid on aja jooksul muutunud. Viimased parkümmend aastat on oodatava eluea poolest juhtpositsioonil olnud Jaapan. OECD 2016. aasta andmetel oli jaapanlannade oodatav eluiga 87,1 aastat.

Seni eeskujuks olnud Skandinaavia riikide inimeste eluiga ei kasva aga enam sama kiire tempoga kui varem. Kõige drastilisem muutus on toimunud Taanis – naiste eluea kasvutempo on viimastel aastatel oluliselt aeglustanud, peamiselt naiste ja meeste erineva suitsetamiskäitumise tõttu eri vanusegruppides. Eesti naiste eluiga on seevastu viimasel paaril kümnendil kasvanud kiiremini, jõudes vaikselt juba Skandinaavia riikidele kandadele.

Rahvastiku jätkuv vananemine ei pruugi olla tingimata negatiivne nähtus, pigem loob see võimaluse teha ühiskonnas innovatiivseid muudatusi. Kunagi varem pole olnud võimalik elada nii mitme põlvkonnaga samal ajal kui tänapäeval – see loob uued võimalused info ja teadmiste vahetamiseks ning edasiandmiseks.

Eesti naiste eluiga on seevastu viimasel paaril kümnendil kasvanud kiiremini, jõudes vaikselt juba Skandinaavia riikidele kandadele.

Tööelus toimuvad muudatused on samuti seotud rahvastikustruktuuri teisenemisega: kui tööturule lisanduvad väiksema arvu töökätega põlvkonnad, muutub igas vanuses inimeste panus üha väärtuslikumaks. See motiveerib veel enam tegelema krooniliste haiguste ennetusega, samuti füüsilisest puudest tingitud sotsiaalset ja keskkondlikku laadi barjääride vähendamise ja elu lõpul vajaliku toe pakkumise meetmete väljatöötamisega.

Vananemisel on mõju ka individuaalsel tasandil

Rahvastiku tasandil toimuvad muudatused on ühelt poolt individuaalsel tasandil toimuvate muudatuste peegeldus, kui vastavaid uusi käitumisi, olukordi ja otsuseid järgib piisavalt suur hulk inimesi. Samas mõjutab rahvastiku tasandil toimuv ka indiviidi. Üksikisiku seisukohalt on olulised küsimused, nagu kuidas kulgeb ühe isiku elukaar ja kuidas ta vananeb? Millised varasemad elusündmused ja -olud võivad teda mõjutada hilisemas eas? Kas üksik-olemine on seotud massilisema üksildustundega?

Alates 2010. aastast tekkis Eestis esimest korda andmestik, mida saab kasutada sellistele küsimustele vastamiseks – SHARE uuring, mis hõlmab 50-aastaseid ja vanemaid. Uuringus intervjueritakse üle aasta sama inimest uuesti, et välja selgitada elus vahepeal toimunud muudatusi. Teemade ring on lai, alustades leibkonna ja elutingimuste kaardistamisest, tervisehädadeni ja -kuludeni, töötamise ja tööjätuga seonduvast kuni rahaliste kohustuste ja varadeni ning sotsiaalsete tegevusteni.

Kui tööturule lisanduvad väiksema arvu töökätega põlvkonnad, muutub igas vanuses inimeste panus üha väärtuslikumaks.

Andmed näitavad, et üksi elavate inimeste osakaal on Eestis üks kõrgemaid Euroopas, eriti 50-aastaste ja vanemate inimeste seas. Selle poolest sarnaneme eelkõige Põhjamaade riikidega, nagu Soome, Norra ja Taani. Lisaks kultuurilisele kontekstile mõjutab meie positsiooni Eesti meeste-naiste suur eluealõhe. Üksinda elavate rahvaste rivi lõpus asetsevad samas lõunamaad, nagu Küpros, Malta ja Portugal.

Üksiolek aga ei pruugi võrduda üksilduse(tunde)ga. SHARE uuringus koguti teavet ka selle kohta, kui üksildasena inimene end tunneb. Üldiselt tunnevad üksi elavad inimesed end keskmisest veidi rohkem üksildasena kui kogurahvastik. Samuti on osa riikide puhul märgata, et 65-aastased ja vanemad inimesed tunnevad end üksildasemana kui 50+ inimesed, kuigi mitte igal pool – mitmes riigis on üksildusemäär sarnane mõlemas vanuserühmas.

Näiteks Prantsusmaal on vanimate hulgas üksildustundvate osakaal isegi veidi madalam kui 50+ vanuserühmas. Kõige suuremad erinevused üksildustundvate inimeste osakaalus kogurahvastiku ja üksielavate vahel ilmnevad lõunamaades, nagu Kreeka, Hispaania ja Itaalia. Eesti jääb pigem keskmike hulka.

SHARE uuringu tulemused on näidanud, et üks peamisi murekohti Eesti kesk- ja vanemaealiste puhul on halvem majanduslik toimetulek, võrreldes

Euroopa samaealistega. Vältimaks ebavõrdsuse süvenemist vanemaealiste seas, on meetmed, mis tagavad baastaseme inimeste varades ja säästudes, eriti olulised just Eestis. Erinevad ühiskondlikud vapustused ei ole meie eakatel ju võimaldanud ka säästa ja koguda vara, millel oleks kõrge majanduslik väärtus.

Rahvastiku vananemine pole lõputu protsess

Rahvastik vananeb pea kõikjal, osas riikides lihtsalt varem ja kiiremini kui mõnes teises. Eestiski kasvab vanemaealiste inimeste osakaal veel mõnda aega. Kui suuremaarvulised vanemaealiste põlvkonnad on asendunud väiksemaarvuliste põlvkondadega, muutub rahvastiku koostise graafik tulbakujuliseks. Rahvastiku vananemine pole seega lõputu protsess, vaid vaheetapp ühiskonna ümberkujunemisel eeldatavasti stabiilse, kuigi teistsuguse vanusekoostisega ühiskonnaks.

Ilmselt ei tule ümber defineerida ja kohandada mitte ainult see, millisest vanusest alates arvestame kedagi vanemaealise hulka, vaid ka vanuse alusel pakutavad hüved (sh pensioniga seonduv). Näiteks hooldusküsimused ja -reform võeti meil käsile alles mõni aasta tagasi. Eutanaasia-debatt on Eestis alles algusjärgus: nii mõnigi arvab, et oleks parem, kui meditsiin ja tehnoloogia ei pikendaks inimeste eluiga ning lõpetaks piinad õigel ajal.

Isiku seisukohalt ei tasu vananemist karta – üksi elamine ei pruugi kaasa tuua üksilduse kasvu. Küll aga tuleb riigil valmistuda püsivalt uut laadi vanusekoostisega ühiskonnaks, et tagada elanikkonna heaolu läbi kogu elukaare, sealhulgas eakate võimalused ühiskonnas kaasa lüüa.

Poolel teel püramiidist sambaks

Eestis enam kui sada aastat tagasi alanud

demograafiline üleminek kujundab ümber meie rahvastiku vanuskoosseisu.

Eesti 2018. aasta rahvastiku vanuskoostis on seenekujuline

Demograafilise ülemineku praeguses faasis ei vanane rahvastik enam mitte laste suremuse ega ka IB sündimuse languse tõttu, samuti mitte keskealiste suremuse languse tõttu, vaid tingituna eakamate inimeste suremuse edasilükkumisest. Pikema elueaga kaasneb kauem töötamine - üle 55-aastaste hõive on oluliselt kasvanud.

Allikas: statistikaamet. Rahvastik 1. Jaanuar 2018, tööhõive määr 2018;
ÜRO. World Population Prospects 2017.0-rändesaldoga prognoosi
stsenaarium

[Liili Abuladze: kohaneda pika elueaga!](#)

meieesti.postimees.ee 16.04.2019