

Depressiivsuse ja kognitiivsete võimete muutused ajas

SHARE konverents: Pilk hallile alale II

29. oktoober 2019

Liili Abuladze



TALLINN UNIVERSITY
Estonian Institute for Population Studies



Miks on oluline seda uurida?

- ▶ Vaimne tervis ja kognitiivne võimekus mõjutavad inimese heaolu
- ▶ Kardetakse, et vananemisega langevad mõlemad
 - ▶ üle 20% 60+ inimestest kannatab vaimsete või neuroloogiliste häirete all; sagedasemad on depressioon (7%) ja dementsus (5%)
- ▶ Vananevates ühiskondades on oluline aru saada:
 - ▶ Pikem eluiga – rohkem terveid või haigeid inimesi? Haiguste struktuur teiseneb.
 - ▶ Füüsilise ja vaimse tervise omavahelised seosed
 - ▶ Mis on vanusega muutuva vaimse ja kognitiivse tervise taga?
 - ▶ Kas vananev ühiskond on võimeline innovatsiooniks?



- ▶ Kaia Laidra 2016 „Vaimne ja kognitiivne tervis.“

Sakkeus L., Leppik L. (toim). Pilk hallile alale. SHARE Eesti uuringu esimene ülevaade ja soovitused eakate poliitika kujundamiseks.

- ▶ René Mõttus 2012 „Kognitiivne vananemine Eestis muu Euroopa taustal“



Vaimne tervis

- ▶ Depressioon - peamisi tervisekadu ja puude põhjusi
- ▶ 300 mln+ inimest kannatavad depressiooni all maailmas (WHO 2017)
- ▶ Depressiooni põhjused on erinevad
- ▶ 5.6% Eesti täiskasvanutest kannatab depressiooni all (Kleinberg 2014)
 - ▶ 75- 84a seas oli levimus 9.7%
- ▶ 41 - 42% 50+ aastastest on depressiivsed (Laidra 2016, Valma 2018)
 - ▶ 75+ seas oli levimus 50.8%

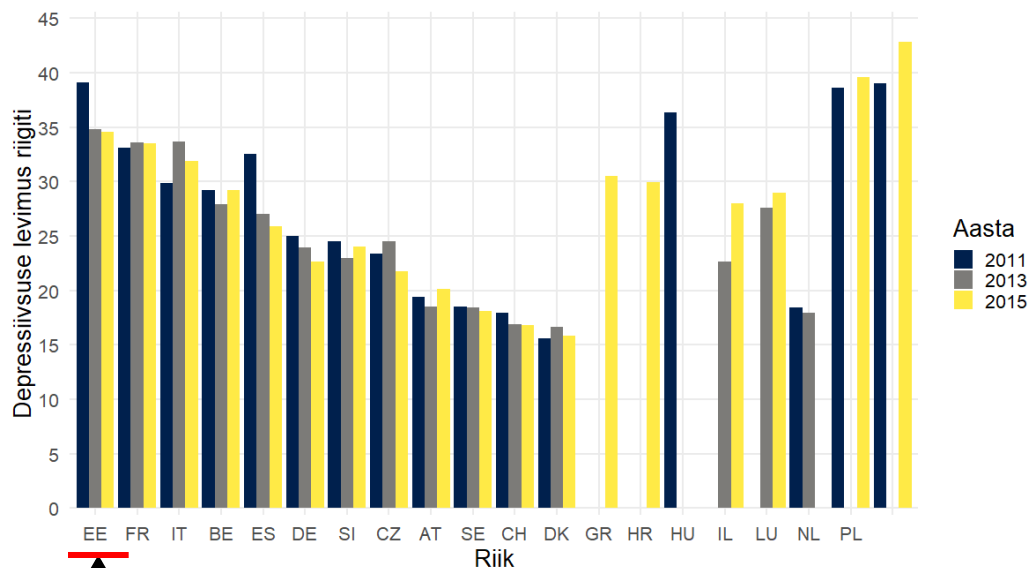


Vaimne tervis SHARE-s

- ▶ Mõõdetakse depressiivsete sümptomite olemasolu
 - ▶ alanenud meeleolu, enesetapumõtted, pessimism, süütunne, ärrituvus, üskildustunne, une- ja söömishäired, huvi puudumine, väsimus, keskendumisvõime langus, nutmishood, naudingu puudus (Prince jt. 1999)
 - ▶ ei olda depressiivsuse mõõtmisest teadlikud
- ▶ Depressiooni sõeltesti positiivne tulemus, mitte diagnoositud kliiniline depressioon

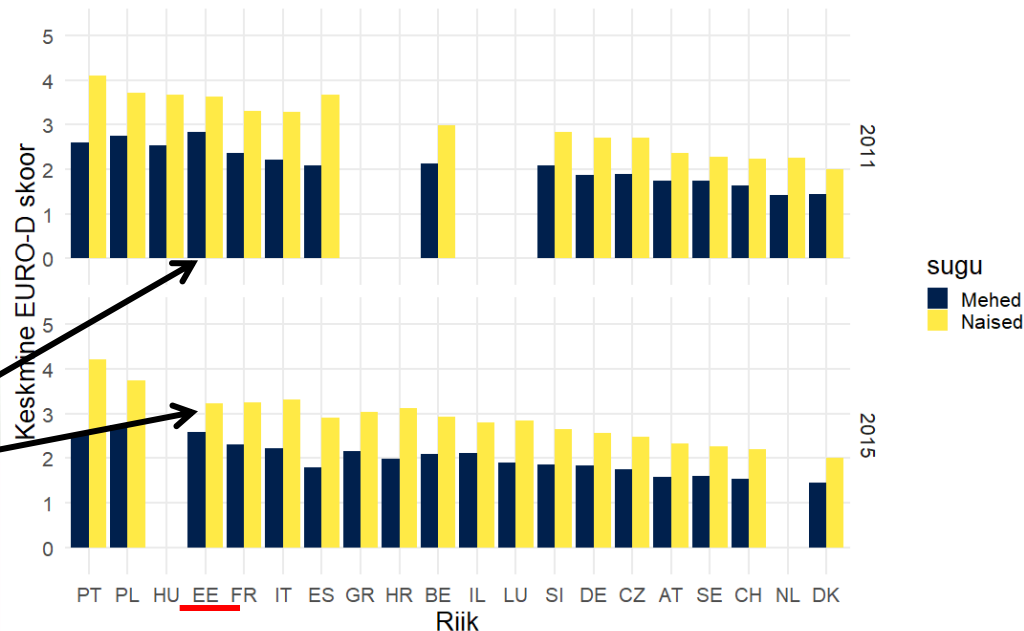


Depressiivsuse levimus (%) ja keskmine tase riigiti



Eesti kesk- ja vanemaealised ühed depressiivsemad Euroopas

Eesti naised ületavad depressiivsuse juhtumi piiri (vähemalt 3 sümptomit), mehed ka lähedal

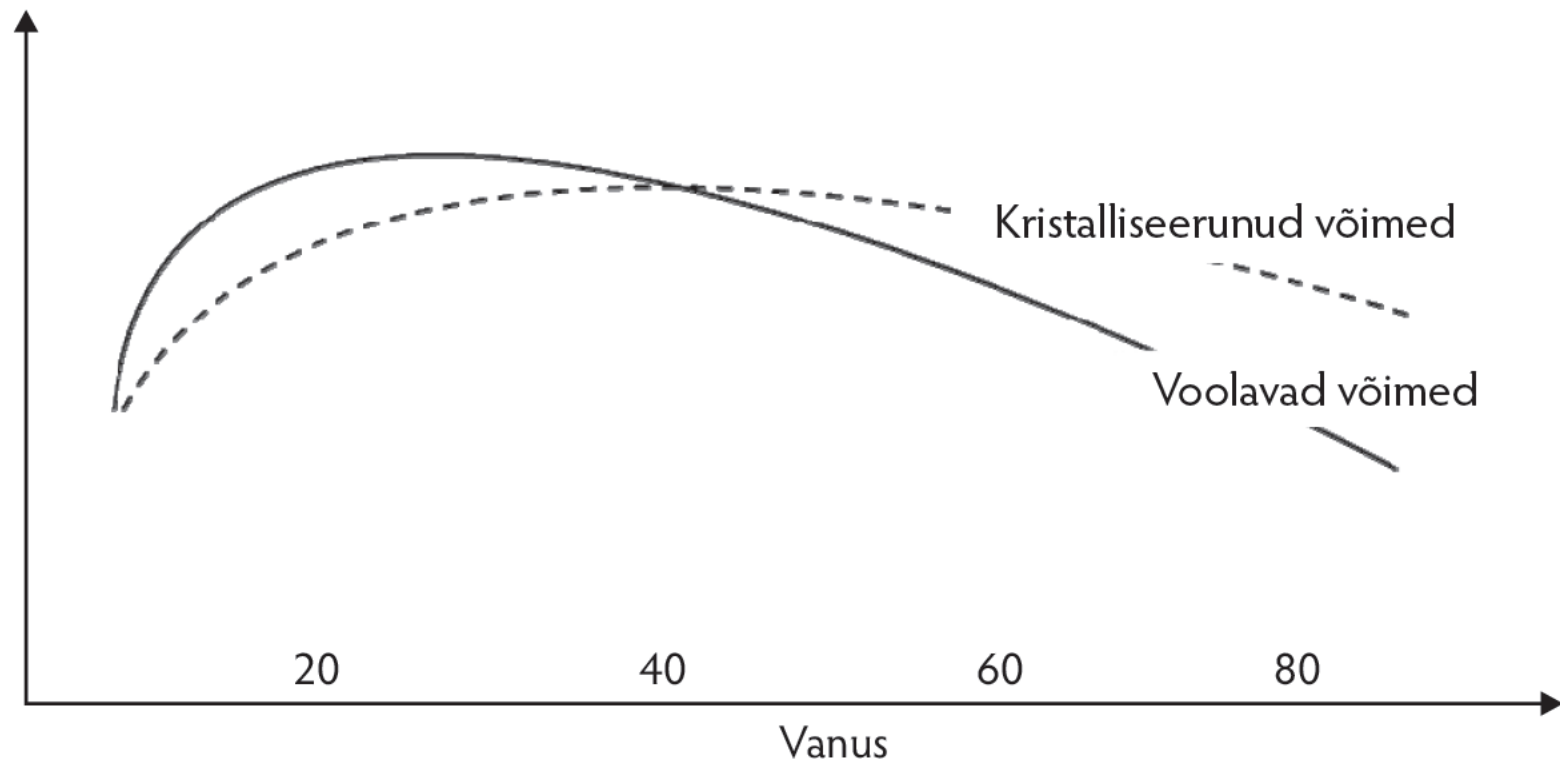


Kognitiivne funktsioon

- ▶ Vananemise individuaalsem näidik
- ▶ Kui „hästi“ või „halvasti“ ühiskond vananeb – kvalitatiivsem mõõdik kui nt ülalpeetavuse määr (65+ inimeste arvu suhe tööealistesse)
- ▶ Kognitiivsed võimed langevad vanusega/vananimisega



INTELLIGENTSUS JA EALISED MUUTUSED



JOONIS 2. Skemaatiline joonis, mis illustreerib kahe laia võimetetahu ealisi muutusi.



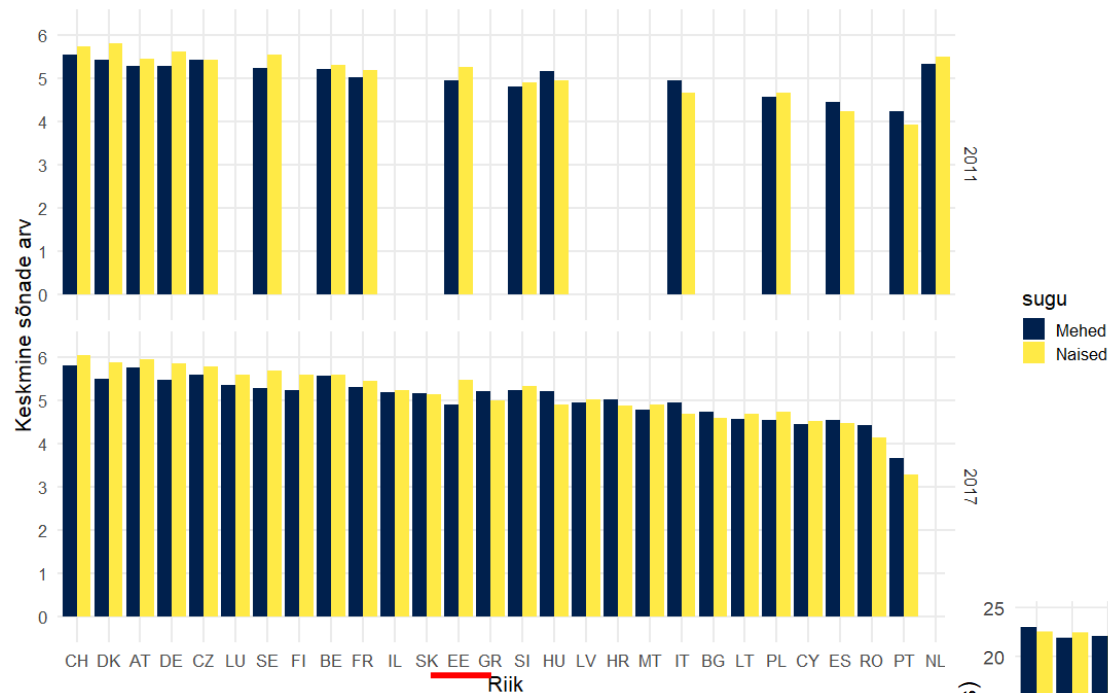
Kognitiivne funktsioon SHARE-s

- Vahetu mälu: kümne sõna meenutamine kohe
- Viivisega meenutamine: kümne sõna meenutamine natukese aja pärast
- Sõnaline voolavus:
 - Nimeta ühe minuti jooksul nii palju loomi, kui suudad
- Arvutusülesanded:

$$100 - 7 - 7 - 7 - 7 - 7 = 65$$

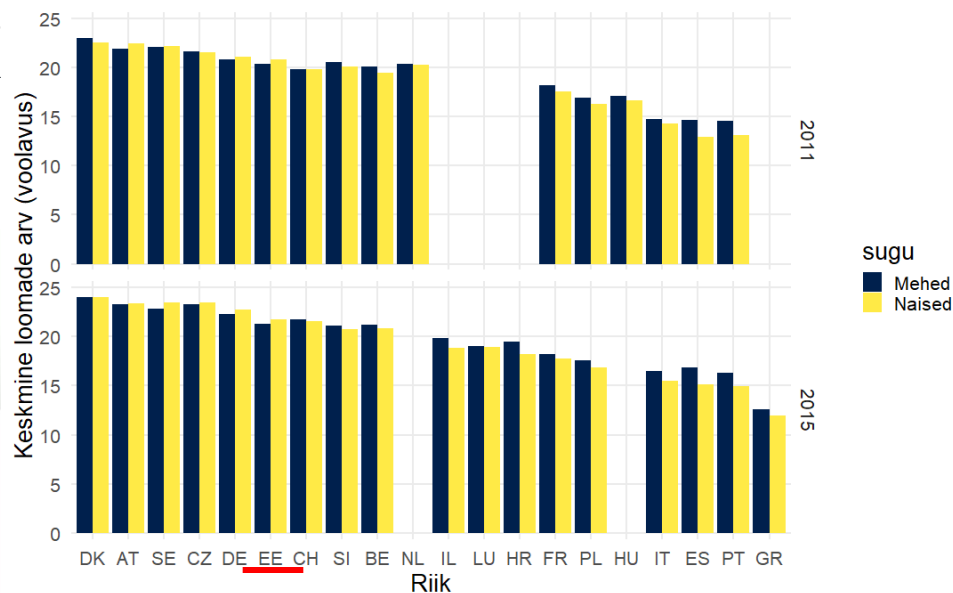


Kognitiivne funktsionaalsus: mälu ja sõnaline voolavus

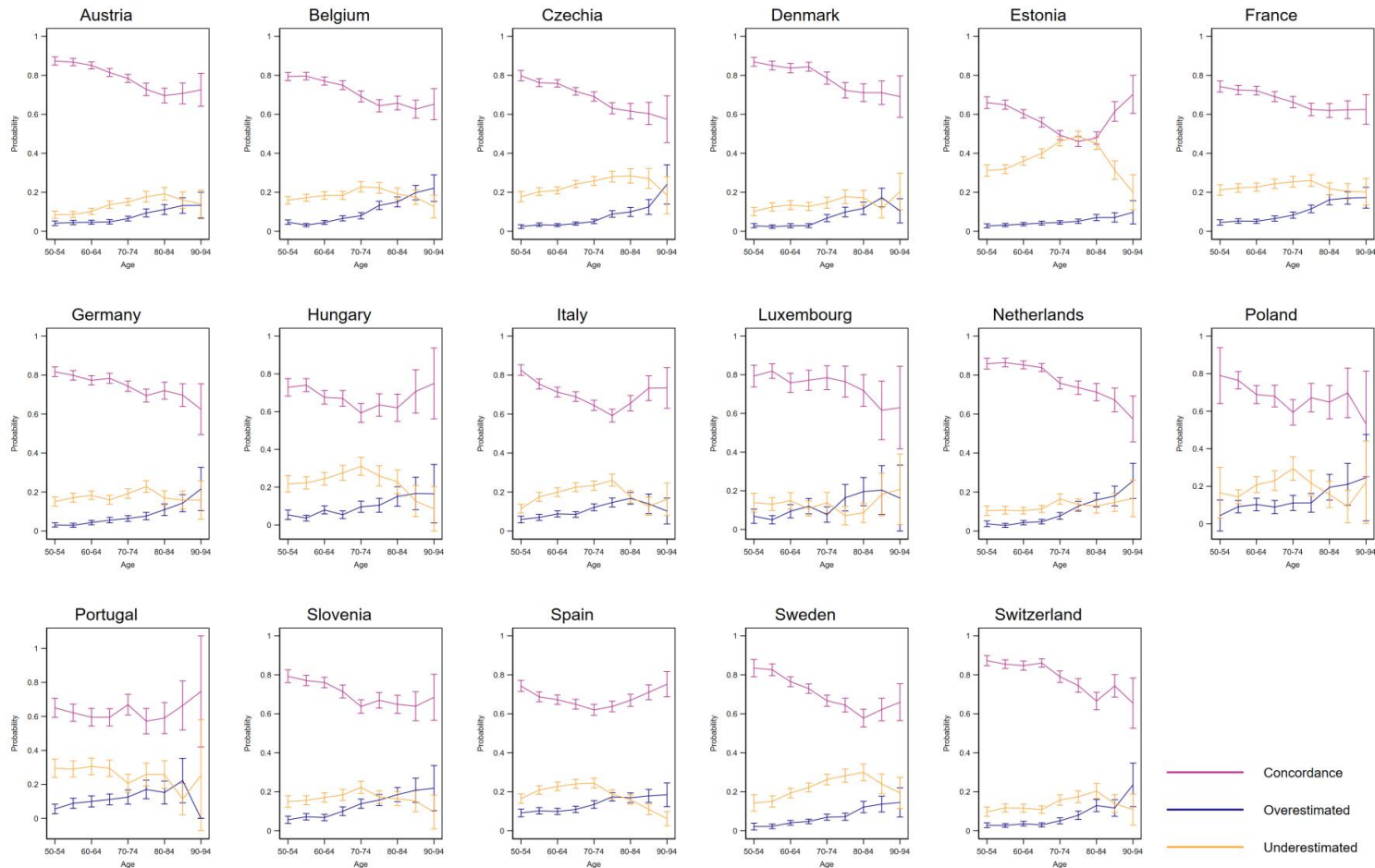


Mälu näitaja
poolest on Eesti
keskmiste seas

Sõnalise voolavuse poolest on
Eesti keskmisest veidi eespool



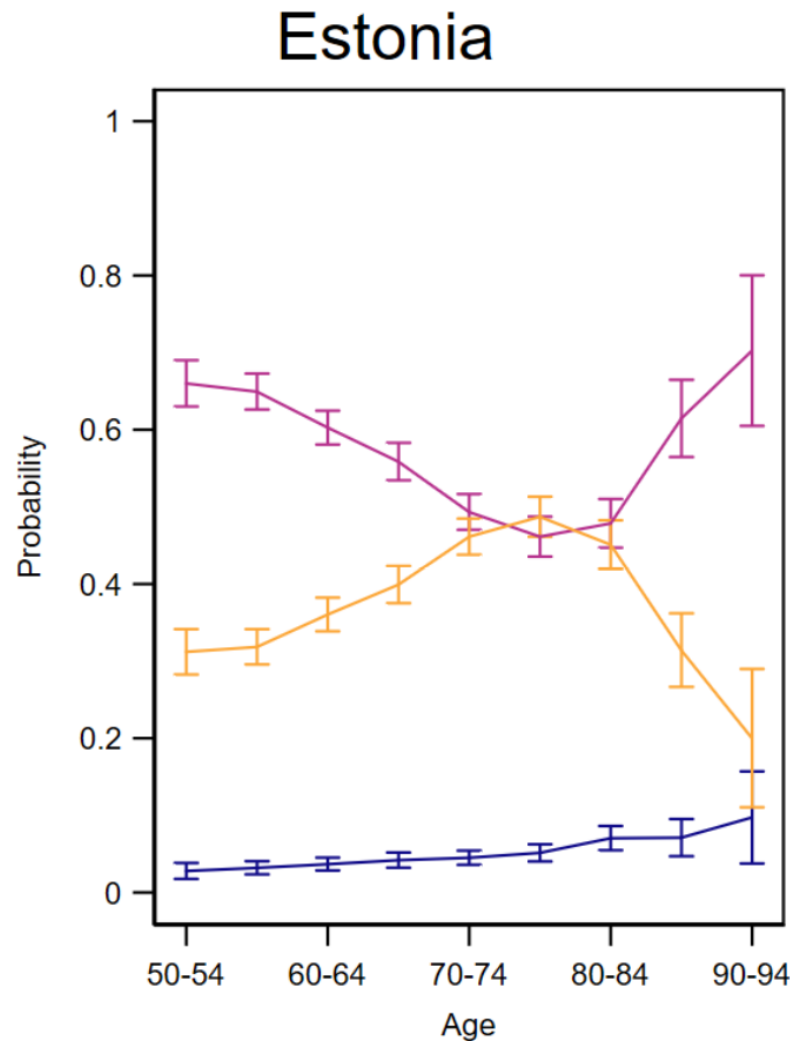
Eestis – kognitiivsete võimete alahindamise probleem



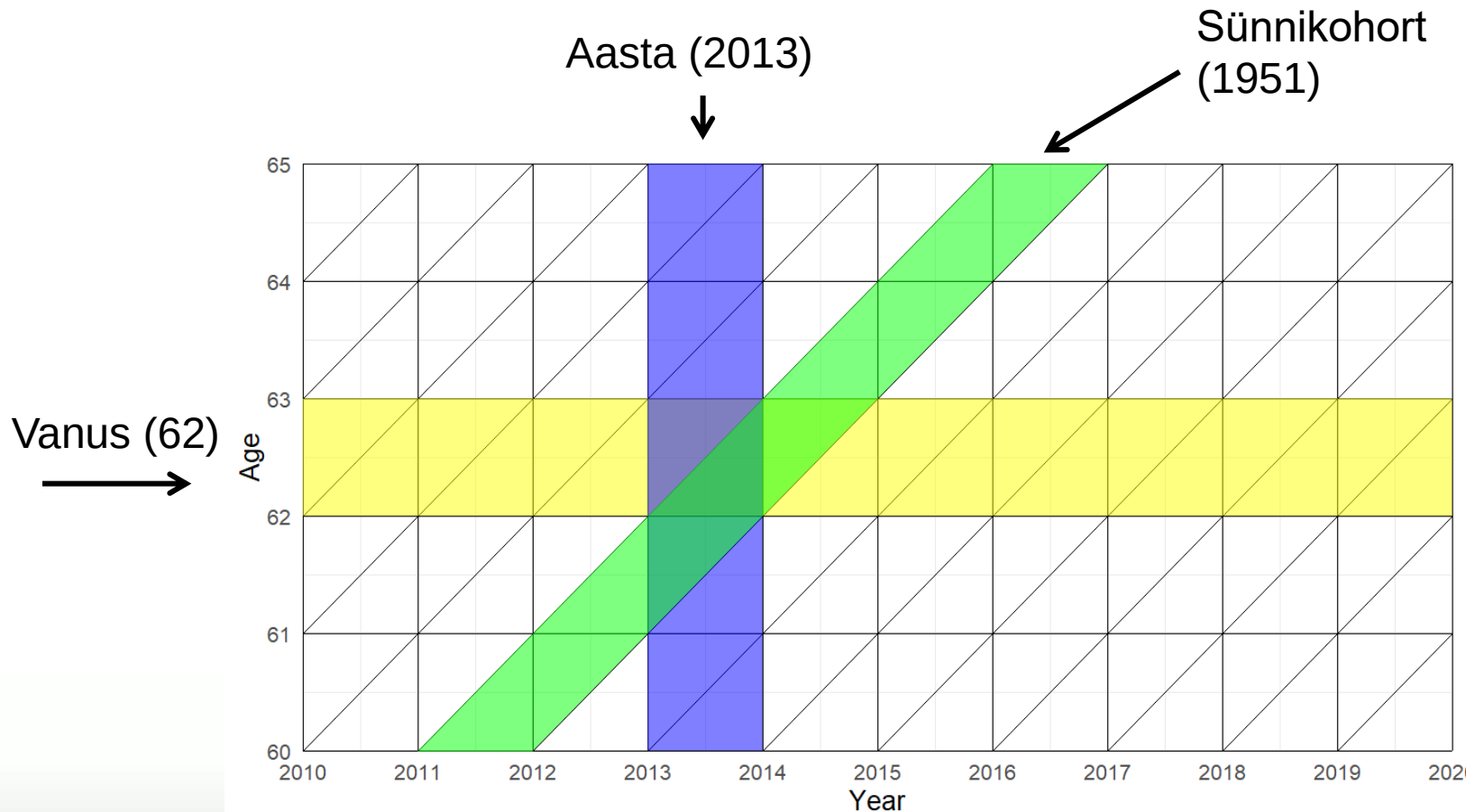
TALLINN UNIVERSITY
Estonian Institute for Population Studies

Allikas: Spitzer S, Weber D (2019) Reporting biases in self-assessed physical and cognitive health status of older Europeans. *PLoS ONE* 14 (10): e0223526.

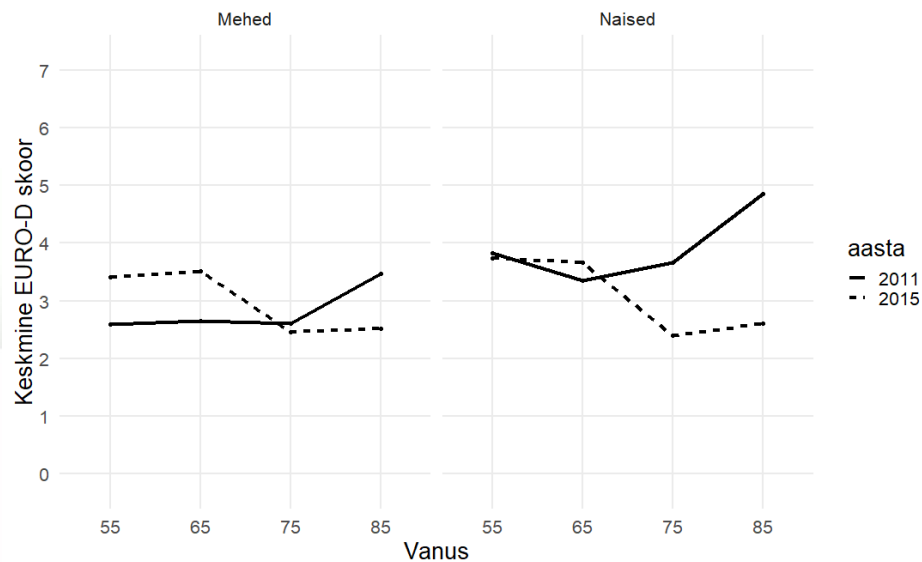
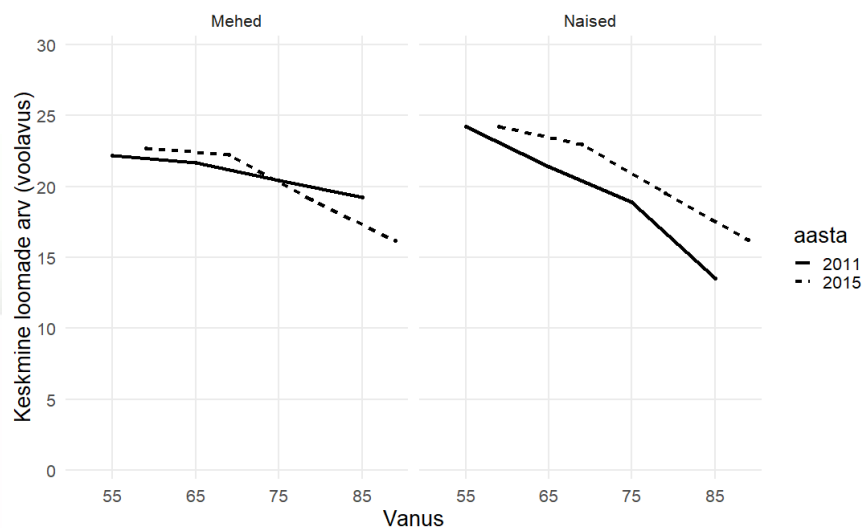
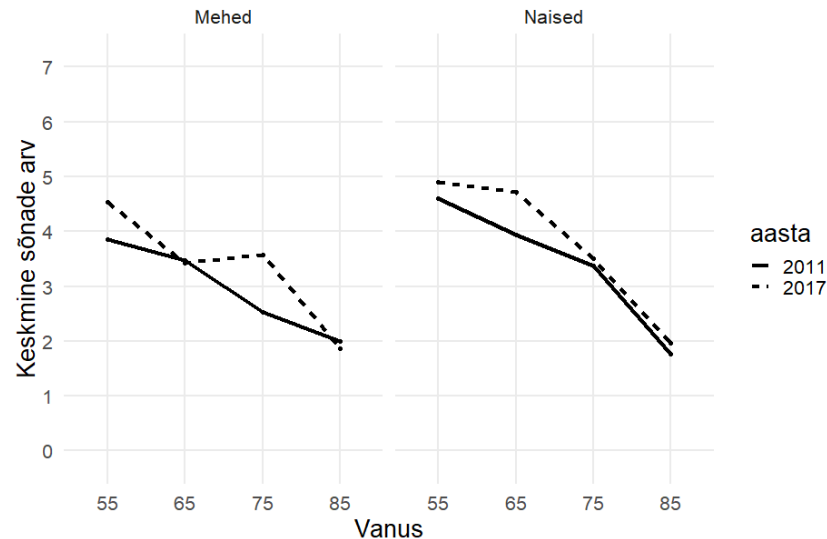
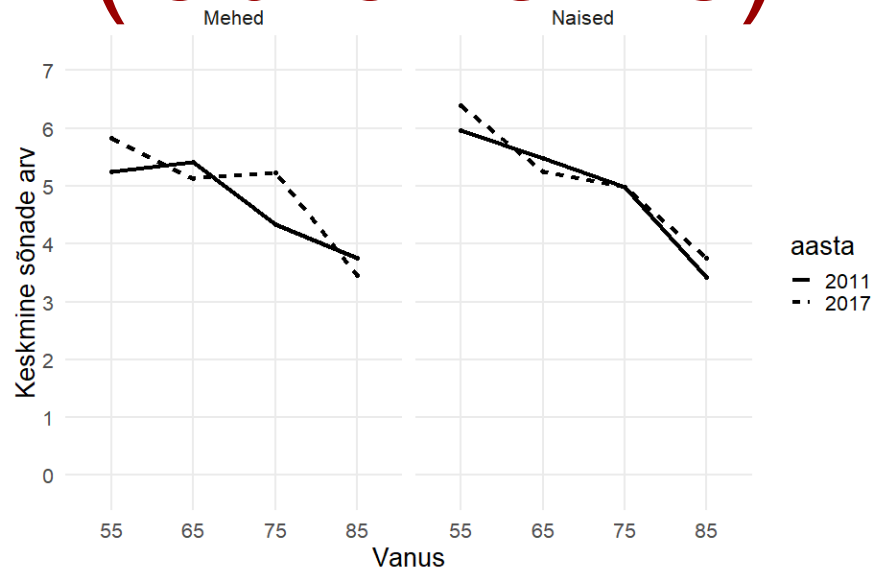
Eestis - alahindamise probleem (2)



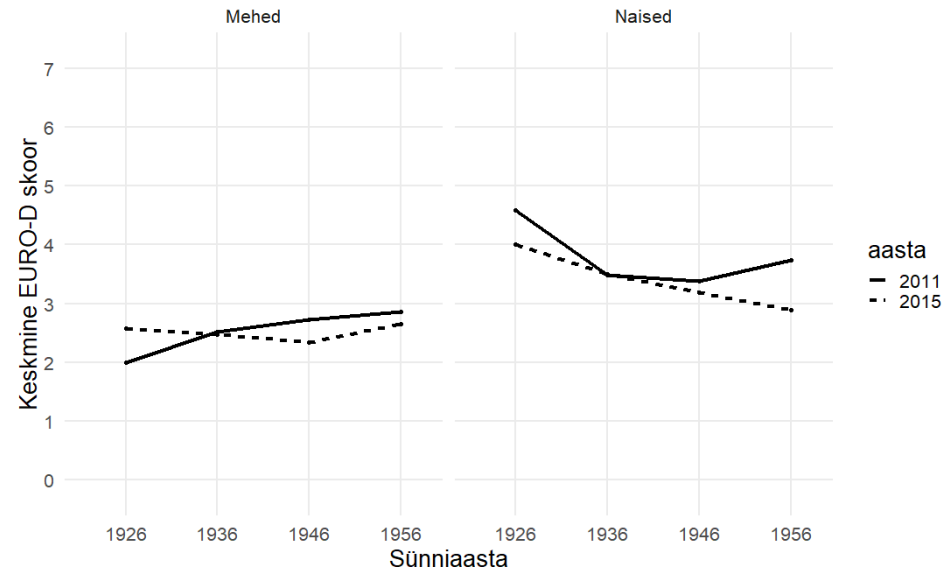
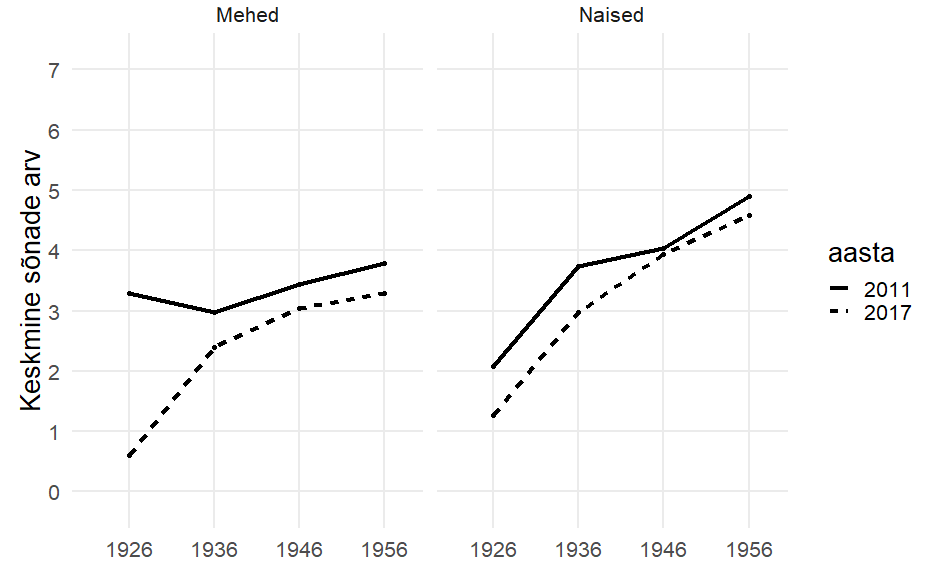
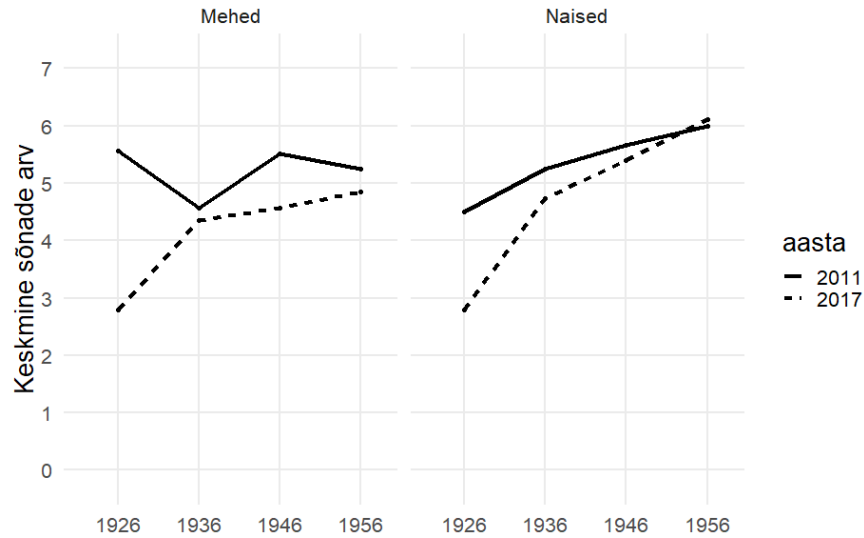
Muutused ajas – millises ajas?



Muutused vanuseti Eestis (läbilõikeline)



Muutused sünniaastati Eestis (longituudne)



Depressiivsuse (läbilõikelised) tegurid

4. laine (2011)	5. laine (2013)	6. laine (2017)
Meestel ja naistel:	Meestel ja naistel:	Meestel ja naistel:
- tegevuspiirangud - kognitiivne funktsioon - abi/ toe saamine	- tegevuspiirangud - kognitiivne funktsioon - abi/ toe saamine - korduvdepressiivsus	- tegevuspiirangud - korduvdepressiivsus **
Meestel:	Meestel:	Meestel:
- ei ole partnerit	- ei ole partnerit - muu tegevus	- muu tegevus
Naistel:	Naistel:	Naistel:
- sünniaasta - pensionil, muu tegevus - põhiharidus	- põhi- ja keskharidus	- kõrgharidus (vs põhi) ** - suurem leibkond * - sissetulek n/a, < 389€ * - kognitiivne funktsioon - abi/ toe saamine

Depressiivsuse (läbilõikelised) tegurid

4. laine (2011)	5. laine (2013)	6. laine (2017)
Meestel ja naistel:	Meestel ja naistel:	Meestel ja naistel:
- tegevuspiirangud - kognitiivne funktsioon - abi/ toe saamine	- tegevuspiirangud - kognitiivne funktsioon - abi/ toe saamine - korduvdepressiivsus	- tegevuspiirangud - korduvdepressiivsus **
Meestel:	Meestel:	Meestel:
- ei ole partnerit	- ei ole partnerit - muu tegevus	- muu tegevus
Naistel:	Naistel:	Naistel:
- sünniaasta - pensionil, muu tegevus - põhiharidus	- põhi- ja keskharidus	- kõrgharidus (vs põhi) ** - suurem leibkond * - sissetulek n/a, < 389€ * - kognitiivne funktsioon - abi/ toe saamine

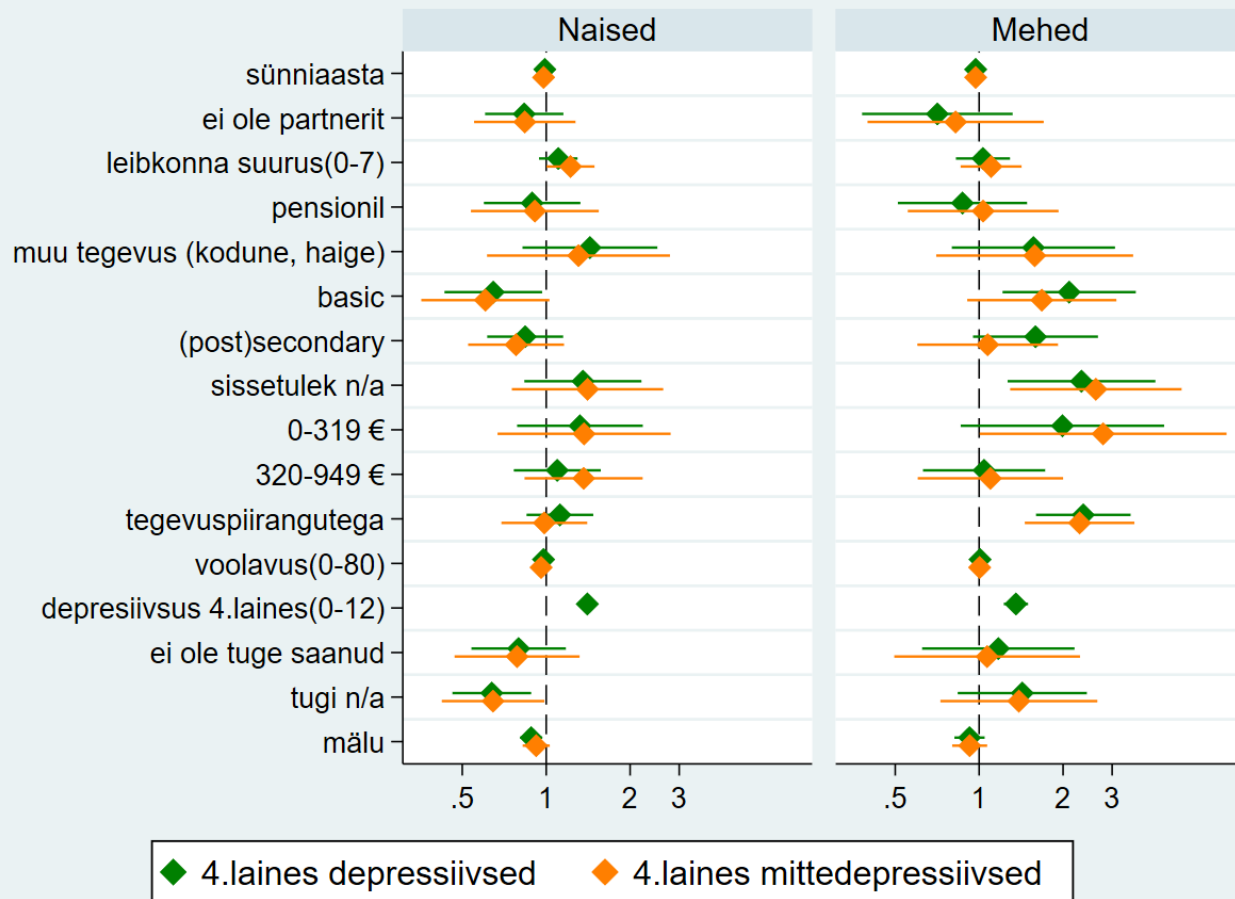
Depressiivsuse (läbilõikelised) tegurid

4. laine (2011)	5. laine (2013)	6. laine (2017)
Meestel ja naistel:	Meestel ja naistel:	Meestel ja naistel:
- tegevuspiirangud - kognitiivne funktsioon - abi/ toe saamine	- tegevuspiirangud - kognitiivne funktsioon - abi/ toe saamine - korduvdepressiivsus	- tegevuspiirangud - korduvdepressiivsus **
Meestel:	Meestel:	Meestel:
- ei ole partnerit	- ei ole partnerit - muu tegevus	- muu tegevus
Naistel:	Naistel:	Naistel:
- sünniaasta - pensionil, muu tegevus - põhiharidus	- põhi- ja keskharidus	- kõrgharidus (vs põhi) ** - suurem leibkond * - sissetulek n/a, < 389€ * - kognitiivne funktsioon - abi/ toe saamine

Depressiivsuse (läbilõikelised) tegurid

4. laine (2011)	5. laine (2013)	6. laine (2017)
Meestel ja naistel:	Meestel ja naistel:	Meestel ja naistel:
- tegevuspiirangud - kognitiivne funktsioon - abi/ toe saamine	- tegevuspiirangud - kognitiivne funktsioon - abi/ toe saamine - korduvdepressiivsus	- tegevuspiirangud - korduvdepressiivsus **
Meestel:	Meestel:	Meestel:
- ei ole partnerit	- ei ole partnerit - muu tegevus	- muu tegevus
Naistel:	Naistel:	Naistel:
- sünniaasta - pensionil, muu tegevus - põhiharidus	- põhi- ja keskharidus	- kõrgharidus (vs põhi) ** - suurem leibkond * - sissetulek n/a, < 389€ * - kognitiivne funktsioon - abi/ toe saamine

Depressiivsuse teke 2013 → 2015



Kõigil:
korduvdepressiivsus

Meestel:

- sünniaasta (I)
- põhiharidus (I)
- sissetulek teadmata
- tegevuspiirangutega

Naistel:

- suur leibkond (II)
- volavus
- mälu (I)
- tugi (vs tugi n/a)



TALLINN UNIVERSITY
Estonian Institute for Population Studies

I – 4.laine depressiivsusele kohandatud (roheline)
II – 4.laines mittedepressiivsed (oranž)

Kognitiivsuse (voolavus) tegurid

4. laine (2011)	5. laine (2013)	6. laine (2017)
Meestel ja naistel:	Meestel ja naistel:	Meestel ja naistel:
- sünniaasta - haridus - depressiivsus - sots.võrgustik (4.laine) - tugi n/a	- sünniaasta - haridus - depressiivsus - sots.võrgustik (4.laine) - tegevuspiirangud	- sünniaasta - haridus - depressiivsus - sots.võrgustik (6.laine) - sissetulek
Meestel:	Meestel:	Meestel:
- pensionil - sissetulek <280€	- pensionil - sissetulek n/a - ei ole tuge saanud	- pensionil - muu tegevus
Naistel:	Naistel:	Naistel:
- tegevuspiirangud - ei ole tuge saanud	- muu tegevus - sissetulek <320€	- tugi n/a



Kognitiivsuse (voolavus) tegurid

4. laine (2011)	5. laine (2013)	6. laine (2017)
Meestel ja naistel:	Meestel ja naistel:	Meestel ja naistel:
- sünniaasta - haridus - depressiivsus - sots.võrgustik (4.laine) - tugi n/a	- sünniaasta - haridus - depressiivsus - sots.võrgustik (4.laine) - tegevuspiirangud	- sünniaasta - haridus - depressiivsus - sots.võrgustik (6.laine) - sissetulek
Meestel:	Meestel:	Meestel:
- pensionil - sissetulek <280€	- pensionil - sissetulek n/a - ei ole tuge saanud	- pensionil - muu tegevus
Naistel:	Naistel:	Naistel:
- tegevuspiirangud - ei ole tuge saanud	- muu tegevus - sissetulek <320€	- tugi n/a

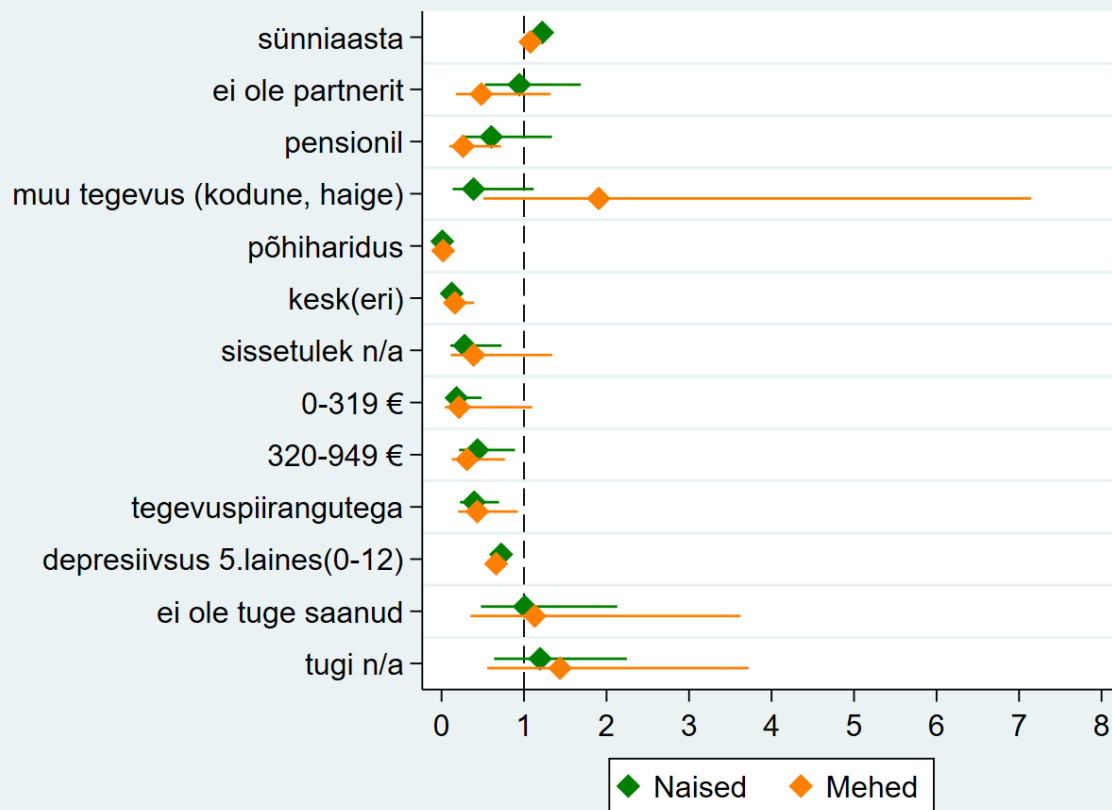


Kognitiivsuse (voolavus) tegurid

4. laine (2011)	5. laine (2013)	6. laine (2017)
Meestel ja naistel:	Meestel ja naistel:	Meestel ja naistel:
- sünniaasta - haridus - depressiivsus - sots.võrgustik (4.laine) - tugi n/a	- sünniaasta - haridus - depressiivsus - sots.võrgustik (4.laine) - tegevuspiirangud	- sünniaasta - haridus - depressiivsus - sots.võrgustik (6.laine) - sissetulek
Meestel:	Meestel:	Meestel:
- pensionil - sissetulek <280€	- pensionil - sissetulek n/a - ei ole tuge saanud	- pensionil - muu tegevus
Naistel:	Naistel:	Naistel:
- tegevuspiirangud - ei ole tuge saanud	- muu tegevus - sissetulek <320€	- tugi n/a



Sõnaline voolavus 2013 → 2015



haridus,
tegevuspiirangud,
depressiivsus,
sissetulek 320 – 949€

Meestel:
- pensionil olemine

Naistel:
- sissetulek



TALLINN UNIVERSITY
Estonian Institute for Population Studies

2011 → 2013: sünniaasta, haridus,
tegevuspiirangud, depressiivsus, sotsialvõrgustik
N: tegevus M: sissetulek <279

Kokkuvõte

- ▶ Vanus ei ole halveneva vaimse ja kognitiivse tervise iseseisev tegur (Laidra 2016)
- ▶ Depressiivsus ja kognitiivne võimekus mõjutavad üksteist
- ▶ Tervis on peamine seletav tegur (Schmitz & Brandt 2019)
 - ▶ valu ja depressiivsus on omavahel seotud → depressiooni ravimine antidepressantidega aitab ära hoida valu tekkimist; valudes inimeste monitoorimine ja ravimine aitab ära hoida depressiivsust (Calvo-Perxas jt. 2016)
 - ▶ terviseteenuste pakkumine ei vasta nõudlusele (Krūtilová 2016)
- ▶ Sotsiaalmajanduslikud tegurid erinevad sooti
 - ▶ Reaalsed vs eeldatud kohustused
 - ▶ Sotsiaalne pool: suhtlusvõrgustik, vaimne tegevus, töötamise norm



Kokkuvõte

▶ Abi/ toe saamine

- ▶ Pikaajalised erinevad probleemid kuhjuvad vanemas eas
- ▶ Abi saamine ei võimalda piisavalt iseseisvust/ autonoomsust/ õiget tuge
- ▶ Abi/ toe saamise stigma
- ▶ Abi/ toe andjate ja saajate omavahelised suhted

▶ Suhtlemine ja kognitiivsuse arendamine aitab vaimsele heaolule kaasa

- ▶ Vaimne heaolu → sotsiaalsuse suunaline mõju suurem kui vastupidi (Schwartz & Litwin 2019)
- ▶ Kognitiivsuse arendamise kasutegur heaolule on suurem madalama haridusega inimestel (Schwartz & Litwin 2019)



Tänan tähelepanu eest!



TALLINN UNIVERSITY
Estonian Institute for Population Studies



Kognitiivsuse (arvutus) tegurid

4. laine (2011)	5. laine (2013)	6. laine (2017)
Meestel ja naistel:	Meestel ja naistel:	Meestel ja naistel:
- põhiharidus - depressiivsus - voolavus	- sünniaasta - põhiharidus - depressiivsus - voolavus	- sünniaasta - haridus - depressiivsus - voolavus
Meestel:	Meestel:	Meestel:
- pensionil - muu tegevus - sotsia Alvõrgustik	- kesk(eri)haridus - ei ole partnerit	- pensionil - sissetulek <390€
Naistel:	Naistel:	Naistel:
- sünniaasta - ei ole tuge saanud	- sissetulek n/a - sissetulek 320-849€ - tugi n/a	- tugi n/a

