

## Vaimuhaigus

Vaimuhaigusega inimese tunded, mõtted ja käitumine ei allu haiguse ajal alati tema tahtele. Vaimuhaiguse puhul on peaaegu kõik haigusjuhud ravitavad. Kõikidest inimestest 25% on mõnes eluetapis põdenud mõnda psüühilist haigust. Vaimuhaiguse põhjuseid on palju - stressirohke elu, raske lapsepõlv, keerulised peresuhted, geneetiline soodumus jne. Vaimuhaigust põdevatel inimestel on raske oma eluga toime tulla ja pahatihti nad kaotavad oma töö, vara ja perekonna.

Kõige enam levinud vaimuhaigused on:

- **Depressioon** - mida iseloomustab kurbus, väsimus, huvipuudus, lootusetus, süütunne. Tihti on haigus suitsiidi põhjuseks.
- **Skisofreenia** - on häiritud mõtte - ja tundeelu, inimesel võib tekkida psühhoos, mis põhjustab hallutsinatsioone, hirmu ja ärrituvust.

Vaimuhaigus vajab ravimist rohtudega ning inimest peab toetama perekond ja lähedased. Ravi ja tuge osutatakse vastavalt vajadusele kas haiglas, hooldekodus või avaholdusteenusena. Eelistatum on avaholdusteenustel pakutav abi, sest siis ei kaota inimene kontakti oma perekonna, sõprade ja ühiskonnaga.

## Diskrimineerimine, eelarvamused, tõrjutus

Vaimupuudega või vaimuhaigusega ehk psüühikahäirega inimesed tunnevad ühiskonna tõrjuvat suhtumist. Sageli ei mõisteta nende vajadusi. Näiteks perekond, tööandjad, sotsiaal ja raviteenuste osutajad või korterinaabrid ei suuda pakkuda vajalikku tuge. Valusad kogemused muudavad psüühikahäirega inimese elu raskeks ja nad kaotavad usu endasse. Iga inimene on väärtus. Psüühikahäirega inimesed vajavad teadmiste ja mõistmisele toetuvat suhtumist. Psüühikahäirega inimestele peab pakkuma erinevaid võimalusi abi saamiseks. Haigla võib olla ainult lühiajaline abiosutaja. Hooldekodu on suletud süsteem, mis ei paku alati parimat võimalust psüühikahäirega inimestele eluga toimetulekuks.

Mitmed inimõigusi kaitsvad ühiskondlikud lepped on ellu kutsutud kaitsmaks inimeste võimalusi elada väärikat elu avatud ühiskonnas

- Euroopa Inimõiguste Konventsioon
- ÜRO Puuetega Inimeste Võrdsete Võimaluste Loomise Standardreeglid
- ÜRO Väärkohtlemise ja Piinamisevastane Konventsioon
- ÜRO Lapse Õiguste Konventsioon

Ühiskonna kõik valdkonnad peavad koos võitlema eelarvamuste ja diskrimineerimise vastu ning toetama inimeste soovi elada väärikalt iseseisvat elu.



### Inclusion Europe

Galleries de la Toison d'Or -  
29 Chaussée d'Ixelles #393/32  
B - 1050 Brussels  
Tel.: +32-2-502 28 15  
Fax: +32-2-502 80 10  
secretariat@inclusion-europe.org  
www.inclusion-europe.org

### Eesti Vaimupuudega Inimeste Tugiliit - EVPIT

Chairwoman: Agne Raudmees  
Tatari 12  
EE 10116 Tallinn  
Tel.: +372-6-455 171  
evpit@vaimukad.ee



### MENTAL HEALTH EUROPE

7 boulevard Clovis  
B - 1000 Brussels  
Tel.: +32-2-280 04 68  
Fax: +32-2-280 16 04  
info@mhe-sme.org  
www.mhe-sme.org

### Eesti Vaimse Tervise Ühingute Liit

Chairman: Helle Kruusimäe  
P.O. Box 4243  
EE 10151 Tallinn  
Tel.: +372-6-014 537  
Mobile: +372 051 918 579  
vtyl@hotmail.ee  
urve.randmaa@mail.ee

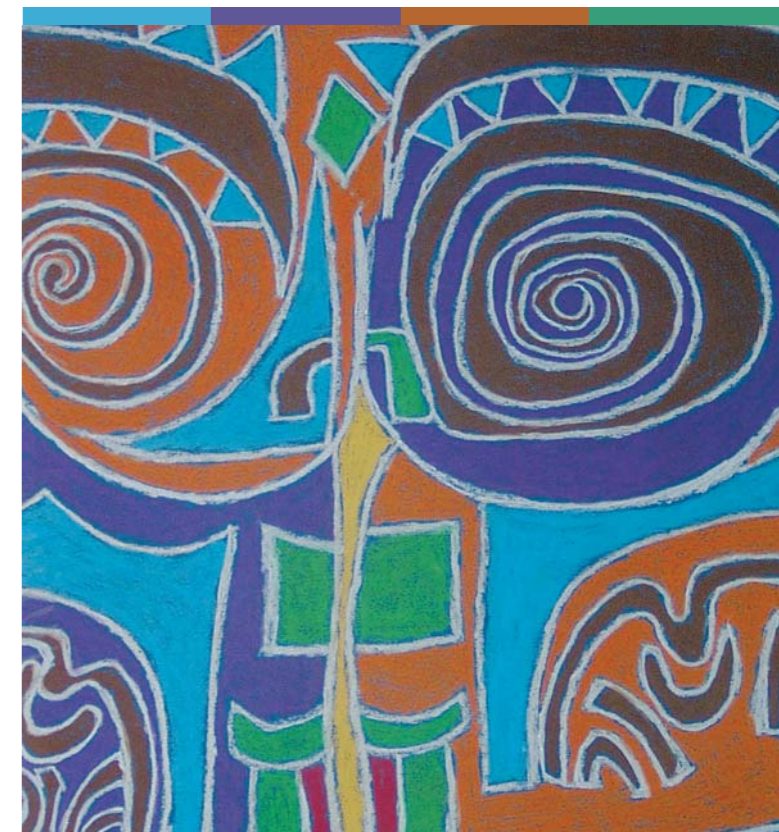
### Eesti Psühhosotsiaalse Rehabilitatsiooni Ühing

President: Külli Mäe  
Staadioni 48 - EE 51008 Tartu  
Pelguranna 31 - EE 10312 Tallinn  
Tel.: +372-5-281 786  
Fax: +372-7-361 501  
vthk@vthk.raad.tartu.ee;  
kyllimae@hotmail.ee

### Eesti Patsientide Esindusühing

President: Pille Ilves  
Kab.201, 2nd floor  
Endla 59  
EE Tallinn 10615  
Tel.: +372-6-566 429 / 048 / 731  
Fax: +372-6-566 428  
epe@epey.ee  
www.epey.ee

## Vaimupuue ei ole vaimuhaigus



Inclusion Europe



MENTAL HEALTH EUROPE

# Miks on oluline eristada vaimupuuet ja vaimuhaigust?

Tihti aetakse diagnoosid vaimupuue ja vaimuhaigus omavahel segamini või peetakse identseteks. Tegelikult on need kaks täiesti erinevat seisundit. Vaimuhaigust saab ravida rohtudega, see on ajutine seisund. Vaimupuue on eluaegne seisund.

Vaimuhaiged inimesed vajavad ravi - meditsiinilist ja psühholoogilist. Vaimuhaigel inimesel on enamasti normaalne intellekt ja nad suudavad elada iseseisvalt, kui nende haigus on kontrolli all. Vaimupuue ehk intellektipuue ei ole haigus. Loomulikult võib vaimupuudega inimene põdeda kõiki haigusi, ka vaimuhaigust. Vaimupuudega inimene vajab lihtsustatud keeles informatsiooni, koolitust ja pidevat tuge elamiseks ühiskonnas.

Ei ole õige suhtuda vaimupuudesse ja vaimuhaigusesse kui samasesse erivajadusse. Nad vajavad erinevat suhtumist, teenuseid ja koolitust.

On selge, et arstid, õpetajad ja tegevusjuhendajad peavad professionaalidena eristama kaht erinevat seisundit. Oluline on omavalitsuste ja poliitikute teadlikkus kahe erineva vajadusega sihtgrupi olemasolust. Seda nii kohalikul kui rahvusvahelisel tasandil. Teadlikkus on vajaliku toetussüsteemi väljatöötamise aluseks.

## Vaimupuue

Vaimupuue ehk intellekti langus on seisund, kus inimesel on takistusi akadeemiliste teadmiste omandamisel ja ühiskonnas kehtivate reeglite mõistmisel. Vaimupuudega inimeste kognitiivne, keeleline, motoorne ja sotsiaalne areng on piiratud. Elanikkonnast 1% - 3% on vaimupuudega inimesed. Kerge vaimupuudega inimesi on kuni 10% elanikkonnast.

Vaimupuude põhjus võib olla geneetiline, sünnieelse kahjustuse, sünnitrauma või ajukahjustuse tagajärg, kuid sageli jääb põhjus ka hoopis teadmata. Vaimupuudega inimese vajadused on samasugused nagu kõigil inimestel - kõik tahavad olla armastatud, vajavad sõpru, rahulikku ja turvalist kodu, haridust, tööd, jne. Vaimupuudega inimesed vajavad teistest rohkem tuge, näiteks eriharidust, pikemat õppimise aega, toetust ühiskonna mõistmisel ja igapäevaeluga toimetulekul tugiisikut. Vaimupuudega inimesed saavad ja tahavad elada iseseisvalt.

Kõik vaimupuudega inimestele osutatavad teenused peavad olema ühiskonda kaasavad. Elukestev õpe, psühhosotsiaalne rehabilitatsioon ja toetavad teenused võimaldavad vaimupuudega inimesel elada iseseisvat elu.

Kaasav haridus, nii eelkooli kui koolieas tõstab vaimupuudega inimese võimalust õppida mõistma ühiskonnas kehtivaid reegleid. Oluline on kaasata vaimupuudega inimene normaalsesse keskkonda võimalikult vara, see aitab neil kiiremini integreeruda ja vähendab abivajadust tulevikus.

Kutseharidus, töötamise võimalus, iseseisev elamine tugiisiku abiga ning piisavalt avaholdusteenuseid aitavad vaimupuudega inimesele elada avatud ühiskonnas väärikat elu.

Vaimupuudega inimesed tahavad ise otsustada oma elu üle. "Mitte midagi meile ilma meieta" Euroopa Puuetega Inimeste Aasta hüüdlause kehtib ka selle sihtgrupi kohta

## Vaimupuudega inimene

Vaimupuudega inimene vajab toetust kogu elu vältel. Vaimupuuet ei saa ravida.

Vaimupuude põhjus võib olla geneetiline, sünnieelse kahjustuse, sünnitrauma või ajukahjustuse tagajärg, kuid sageli jääb põhjus ka hoopis teadmata.

Vaimupuue on kaasasündinud seisund.

Vaimupuudega inimesel on raske mõista ühiskonnas kehtivaid reegleid. See tekitab raskusi igapäevaelus.

Vaimupuue võib olla kerge, mõõdukas, raske või sügav.

Vaimupuudega inimesed vajavad arendamist ja õpetamist, toetavaid teenuseid ning ühiskonna mõistvat suhtumist.

## Vaimuhaigus

Vaimuhaiguse ravimiseks on vaja nii meditsiinilist kui sotsiaalset toetust.

Vaimuhaiguse põhjuseks on vaimset tervist mõjutavad tegurid ( pereelu purunemine, tööst ilma jäämine, hirm tuleviku ees, jne ).

Vaimuhaigus raskendab inimese igapäevast toimetulekut.

Vaimuhaiguse vorme on palju ning nende ravimise meetodid on erinevad.

Vaimuhaigus on enamasti perioodiline, see tähendab taandub aja möödudes peale ravi.

Vaimuhaigusega inimesed vajavad enamasti lühiajalist ravi ja pikaajalist toetust avaholdussüsteemis.