



Tervise
Arengu
Instituut

Narkootikumide tarvitamise olukord Eestis 2023



Kokkuvõte

Narkootikumide tarvitamise olukord Eestis 2023

Kokkuvõte

Tervise Arengu Instituudi **missioon** on olla teaduspõhiste tervislike valikute kujundaja.

Tervise Arengu Instituut (TAI)

Kokkuvõtte õnnestumisele aitasid kaasa Marin Vaher, Katri Abel-Ollo, Anne Murd, Lana Roosileht, Julia Hristojeva, Mikk Oja (TAI uimastite ja sõltuvuste osakond); Merlin Mitt ja Meelike Tammemägi (TAI terviseturunduse osakond), Aljona Kurbatova (TAI, tervise ja heaolu edendamise keskus), Sigrid Vorobjov, Liilia Lõhmus (TAI riskikäitumise uuringute osakond), Krister Tüllinen (Justiitsministeerium).

Keeletoimetus: Anu Rooseniit, Keeletoimetus OÜ

Väljaande kasutamisel viidata allikale.

Soovitav viide väljaandele: Narkootikumide tarvitamise olukord Eestis 2023. Tallinn: Tervise Arengu Instituut. 2024

ISBN 978-9949-666-56-0 (pdf)

Sisukord

Sisukord.....	3
Peamised tähelepanekud.....	4
Key findings.....	5
Sissejuhatus.....	6
1 Narkootikumide tarvitamise olukord Eestis 2023.....	7
1.1 Narkootikumide tarvitamine noorte ja täiskasvanute seas rahvastiku seas tehtud uuringute andmetel.....	7
1.2 Kanepi ja kokaiini ainevahetusjääkide kasv reovees.....	10
1.3 Narkootikumide süstimine.....	11
1.4 Narkootikumide üledoosist põhjustatud suur suremus.....	12
1.5 Naloksoon.....	13
1.6 Kahjude vähendamine.....	14
1.7 Nõustamine ja ravi.....	15
1.8 Ülevaade narkootikumide tarvitamise häire tõttu ravile pöördunud patsientidest.....	17
Kasutatud kirjandus.....	18

Peamised tähelepanekud

- Kõige levinum narkootikum nii noorte kui ka täiskasvanute seas on kanep ning selle tarvitamine on tõusuteel.
- Kokaiini tarvitamise kasvu näitavad rahvastikpõhised uuringud ja reovee uuringud, aga ka kokaiini tarvitamise tõttu ravile pöördunud inimeste arvu suurenemine.
- Peamine süstitav narkootiline aine on amfetamiin, järgnevad nitaseenide gruppi kuuluvad protonitaseen ja metonitaseen.
- Protonitaseen tuvastati 2023. aastal uue ainenäitena reovee uuringus, mis viitab selle laiale levikule.
- Surmaga lõppenud üledooside arv on võrreldes 2021. aastaga kolmekordistunud (2021 $n = 38$ vs. 2023 $n = 113$). Suurenenud on naiste osatähtsus.
- Ligi pooled surmaga lõppenud üledoosi juhtumitest olid 2023. aastal seotud nitaseenide gruppi kuuluvate narkootikumidega
- Noorte hulgas kasvab narkootikumide tarvitamise sagedus.
- Kasvanud on 17–24-aastaste vanusegruppi kuuluvate noorte arv, kes pöörduvad uimastitarvitamishäire tõttu ravile ning kelle surma põhjuseks on narkootikumide üledoos.
- Opioidide levikuga seoses on suurenenud vajadus naloksooni järele.
- Vajadus kahjude vähendamise ja tugiisiku (programm SÜTIK) teenuste järele suureneb, eriti piirkondades, kus need ei olnud 2023. aastal piisavalt kättesaadavad.
- Tartus, kus kahes apteegis jagati 2023. aasta jooksul kokku 132 953 puhast süstalt ja nõela, on vajadus täiendavate kahjude vähendamise teenuste järele.
- Võttes arvesse kanepi, kokaiini jt narkootiliste ainete üha kasvavat levikut, on vaja järjepidevalt koolitada ja toetada olemasolevat tervishoiusüsteemi ambulatoorse lühisekkumise ja ravi osutamisel.
- Ööelus ja meelelahutusüritustel tarvitavad narkootilised ained vajavad eraldi uurimismetoodika väljatöötamist, et kahjude vähendamine ööelus oleks tõhusam.
- Komorbiidselt esinevate häiretega patsientidele, kelle üheks diagnoosiks on uimastitarvitamishäire, on abi- ja ravivõimalused väga piiratud.
- Prokuratuurist või kohtust karistuse asemel sotsiaalprogrammi või ravile suunatud inimeste teenendamiseks on vaja ressursse ja panustama peavad kõik asjaosalised, et selline suund saaks jätkuda.
- Keeruline majanduslik olukord ei tohi ohtu seada nii uuringute kui ka nõustamis- ja raviteenuste jätkusuutlikku elluviimist ja arendamist, sest see suurendab pikas perspektiivis kulusid nii tervishoiu-, õigus-, korrakaitse- kui ka sotsiaalsüsteemis ning seab ohtu riigi siseturvalisuse.

Key findings

- Cannabis is the most commonly consumed drug among both young people and adults, and cannabis use is increasing.
- Population-based surveys, wastewater surveys and an increase in the number of people seeking treatment for cocaine use all show an increase in cocaine use.
- The main injectable drug is amphetamine, followed by protonitazene and metonitazene, which belong to the nitazene group.
- Protonitazene was identified as a new substance in the 2023 wastewater study, suggesting its wide distribution.
- The number of fatal overdoses has tripled compared to 2021 (2021 n = 38 vs 2023 n = 113). The proportion of women has increased.
- Nearly half of the fatal overdose cases in 2023 were related to drugs belonging to the nitazene group.
- There has been an increase in the number of young people in the 17–24 age group whose cause of death is drug overdose (n = 16, including 4 cases related to nitazenes).
- The frequency of drug use is increasing among young people.
- There has been an increase in the number of young people in the 17–24 age group who seek treatment for drug use disorder and whose cause of death is a drug overdose (n=16, including four cases related to nitazenes).
- The need for naloxone has increased.
- The need for harm reduction and support person (programme SÜTIK) services is increasing, especially in areas where they were not sufficiently reachable in 2023.
- In Tartu (the second largest city in Estonia), a total of 132,953 clean syringes and needles were distributed in two pharmacies in 2023, at the same time the city needs additional harm reduction services.
- Given the increasing prevalence of cannabis, cocaine and other drugs, there is a need for consistent training and support of the existing health specialists in the provision of outpatient brief interventions and treatment.
- Drugs used in nightlife and other recreational settings require the development of a special research methodology so that harm reduction in nightlife would be more effective.
- Patients with comorbid disorders have limited access to help and treatment.
- A reallocation of resources is necessary to serve people in a social program or treatment instead of punishment from the legal system.
- A difficult economic situation should not jeopardise the sustainable implementation and development of research as well as counselling and treatment services for people who use drugs, as this can increase costs in the long term in the health, legal, law enforcement and social systems.

Sissejuhatus

Narkootikumide tarvitamine on ennekõike sotsiaalne nähtus, mis võib kaasa tuua mitmesuguseid ühiskondlikke ja isiklikke probleeme. Narkootikumide tarvitamisega võivad kaasneda sõltuvus, vigastused, muud terviseprobleemid, haridustee katkemine, passiivsus tööturul, koormus tervishoiu- ja hoolekandesüsteemile ning kuritegevus, mis tekitab ühiskonnale kahju ja loovad omakorda uusi sotsiaalprobleeme. Narkootikumide tarvitamine võib kaudselt kujutada ohtu riigi siseturvalisusele.

2021. aastal koostati Siseministeeriumi eestvedamisel ning Sotsiaalministeeriumi, Justiitsministeeriumi, Haridus- ja Teadusministeeriumi ja Rahandusministeeriumi kaastööl [„Eesti narkopoliitika aastani 2030: valge raamat“](#) (25), mis sõnastab selged eesmärgid, mis suunas narkopoliitikas püüeldakse. Selleks, et hoida fookust, tuleb olukorda pidevalt seirata ning võtta arvesse keskkonnategureid, mis nõuavad kiiret kohanemist ja reageerimist. Nii muutused majanduses, välis- ja sise poliitikas, tervishoius kui ka ülemaailmses narkokaubanduses mõjutavad narkootikumide tarvitamist, nõudlust sekkumiste ja nende rahastuse järele. **Kokkuvõtte esitab ülevaate narkootikumide tarvitamise olukorrast ja statistikast Eestis nii uuringute kui ka teenuste lõikes 2023. aastal.** Eesmärk on vaadelda, kuidas praegu rakendatavad sekkumised kooskõlas olukorraga ja anda sisendprioriteetide ja eesmärkide püstitamiseks lähiaastatel.

1 Narkootikumide tarvitamise olukord Eestis 2023

Narkootikumide tarvitamise põhjused täiskasvanute seas on väga erisugused. Uuringu „[Uimastite tarvitamise mustrid Eestis](#)“ (18) järgi saab täiskasvanute narkootikumide tarvitamise **põhjused** jagada kolme suuremasse kategooriasse: rekreatiivne ehk meelelahutuslik tarvitamine, teraapiline tarvitamine ning võimekust suurendav tarvitamine (ingl *enhancement*). **Riski- ja kaitsetegureid**, mis mõjutavad laste ja noorte uimastite (sh alkohol, tubaka- ja nikotiinitooted, narkootikumid) proovimist ja tarvitamist, vaadeldi põhjalikult 2022. aastal valminud „[Hooliva Kogukonna Noorteuuringus](#)“ (21). Riskitegurid, mis soodustavad noorte uimastite tarvitamisega alustamist, võivad olla nii isiklikud (uimastite tarvitamisega varajane alustamine, sõprade surve, kampa kuulumine, vanemate soosiv suhtumine uimastite tarvitamisse jt) kui ka kontekstuaalsed (ainete kättesaadavus, uimastite tarvitamist soodustavad hoiakud, elu- ja õppekoha ebastabiilsus jt) (20, 21).

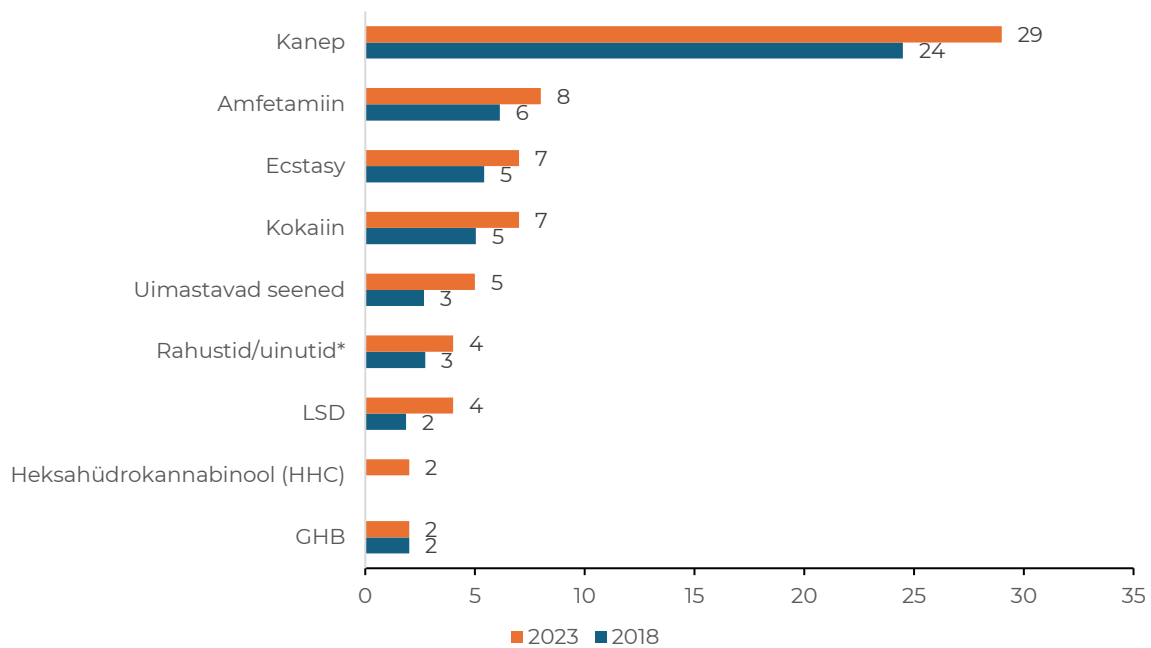
Narkootikumide ja teiste uimastite tarvitamise **sagedust** võib „[Ennetuse käsiraamatu](#)“ (20) alusel kirjeldada kolme järjestikuse üksteisest sõltumatu etapina: meelelahutuslik ja juhuslik tarvitamine; sage ja regulaarne tarvitamine; kontrolli kaotamine uimastitarvitamise üle ehk tõenäoline sõltuvus. Iga etapp järgneb eelmisele, aga **ühes etapis olek ei tähenda ilmtingimata edasiliikumist järgmisesse** (20). Narkootikume tarvitatakse eri **viisidel**, näiteks suitsetades, alla neelates, ninna tõmmates, sisse hingates, naha kaudu või süstimise teel. Narkootikumide **liigitamisest** nende mõju alusel annab ülevaate narko.ee veebileht.

1.1 Narkootikumide tarvitamine noorte ja täiskasvanute seas rahvastiku seas tehtud uuringute andmetel

Eesti täiskasvanud rahvastiku uimastite tarvitamise uuring (TUKU, 2024) näitab, **et vähemalt korra elus on mõnda narkootilist ainet tarvinud 31% Eesti 16–64-aastastest elanikest** (vs. 2018 25%), kusjuures 7% (vs. 2018 7%) oli teinud seda viimasel aastal ja 3% (vs. 2018 3%) viimasel kuul (13, 19). Oluline on märkida, et paljude jaoks piirdubki see kogemus ühe- või mõnekordse juhusliku tarvitamisega. Uuring näitab, et elu jooksul tarvitatud ainetest on **kõige sagedasem kanep** (2023 29% vs. 2018 24%).

Olgugi, et keskmine tarvitamine elu jooksul oli võrreldes 2018. aasta uuringuga suurenenud 6% võrra ja viimase aasta ning kuu keskmised olid jäänud samaks, olid erinevused nooremate (16–44 a) vanusegruppide ja soo lõikes märgatavad. **25–34-aastaste meeste vanusegrupis on elu jooksul narkootikume tarvinute osatähtsus kõrgeim pea kõigi ainete lõikes** ja võrreldes 2018. aasta uuringuga on see kasvanud. Selles vanusegrupis on vastanud meestest elu jooksul kanepit tarvinud 68% (vs. 2018 58%), amfetamiini 22% (vs. 2018 16%), MDMA-d ehk *ecstasy*'t 23% (vs. 2018 19%) kokaiini 22% (vs. 2018 15%) ning **LSD-d 21% (vs. 2018 6%)**. LSD tarvitamine on teinud kõige suurema hüppe ja vahe 2018. aasta andmetega võrreldes ulatub 25–34-aastaste meeste vanusegrupis 15%-ni. 2018. aasta andmetega võrreldes on **vähenenud kanepi tarvitamine 16–24-aastaste meeste seas viimase 12 kuu jooksul** (2018 27% vs. 2023 21%).

Kokaiini tarvitamine on kasvanud nii naiste kui ka meeste seas kõigis vanusegruppides, kuid suurim erinevus on 16–24-aastaste naiste (2018 7% vs. 2023 13%), 25–34-aastaste meeste (2018 15% vs. 2023 22%) ning 45–54-aastaste meeste vanuserühmas (2018 3% vs. 2023 9%).



Joonis 1. Elu jooksul tarvitatud peamiste narkootiliste ainete osatähtsus (%), nende võrdlus 2018. ja 2023. aasta lõikes.

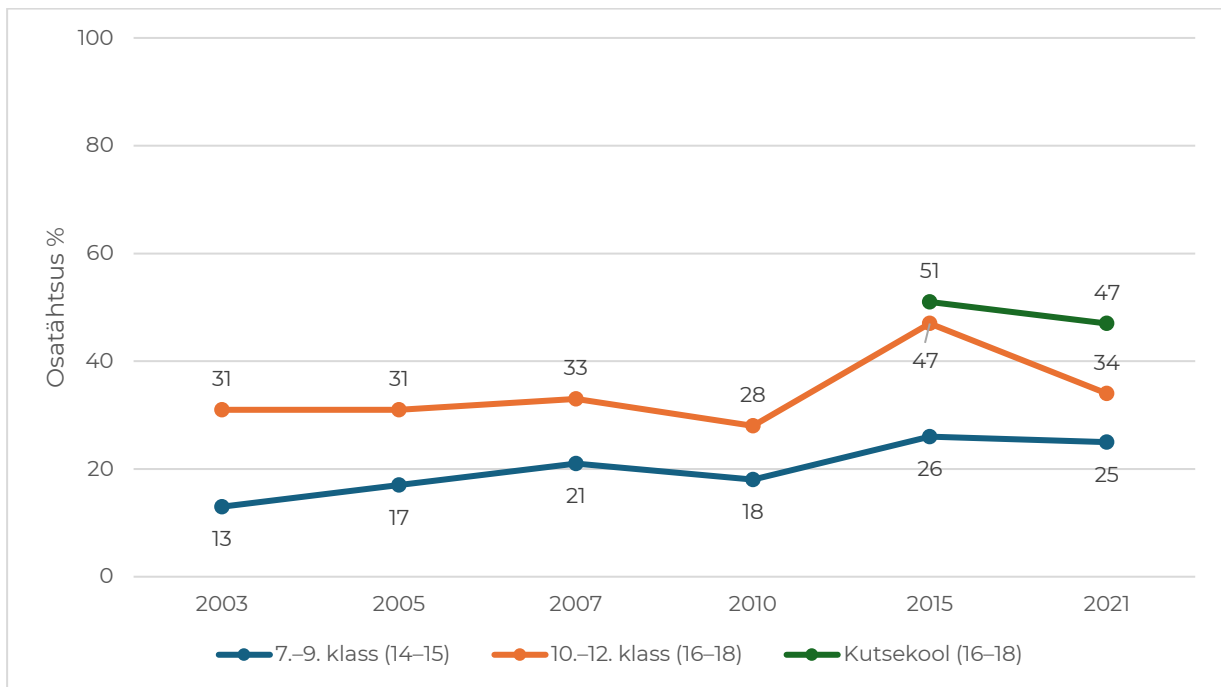
*mittemeditsiinilisel eesmärgil

Kanepi ja kokaiini laia levikut Eestis kinnitavad ka reovee uuringud (2–6) (vt ptk 1.2).

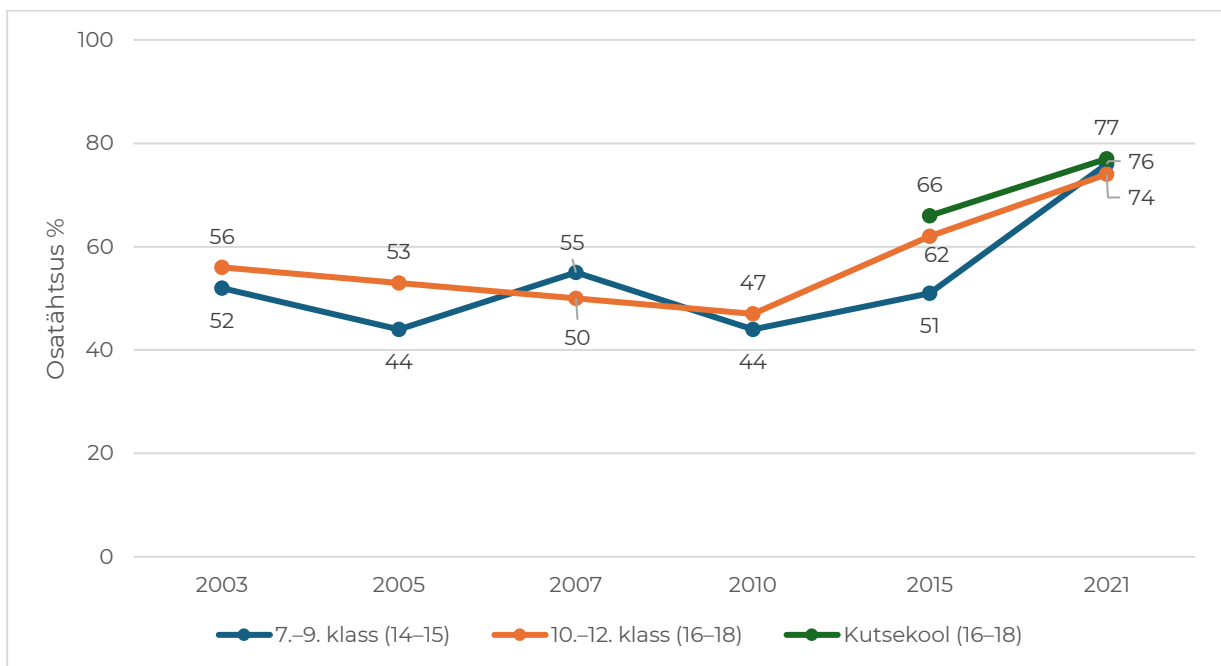
Mida sagedasem on narkootiliste ainete tarvitamine, seda tõenäolisemalt kogevad inimesed erisuguseid probleeme. **Viimase kuu jooksul narkootilisi aineid tarvitanutel esines enda sõnul seetõttu kõige sagedamini majanduslikke probleeme (18%).** Lisaks toodi välja probleeme kodus või paarisuhtes, probleeme sõpradega, politseiga, aga ka tööl, koolis või ülikoolis. 16% mainis peamiselt vaimse tervisega seotud probleeme nagu ärevust, paanikahooge, mäluprobleeme ja psühhoose (13).

Inimesi, kes tarvitavad narkootikumide süstimise teel, on Eestis 2015. aasta andmetele tuginedes 15–44-aastaste vanusegrupis hinnanguliselt 8600 (24).

Valdavalt **alaealiste narkootikumide tarvitamise kohta** pärinevad värskemad andmed 2021. aastal tehtud uuringust „[Eesti noorte seksuaalervis: teadmised, hoiakud ja käitumine](#)“ (1). Uuring kaasas 7.–12. klassi ja kutsekoolide 1.–4. kursuse õpilased, kuhu kuuluvad 14–18-aastased noored ($n = 4965$). Uuringule tuginedes oli **31% noortest tarvitanud elu jooksul mõnda narkootilist ainet, kellest omakorda 75% oli teinud seda mitmel korral.** Jooniselt 2 on näha, et nende noorte osatähtsus, kes on elu jooksul mõnda narkootilist ainet proovinud, on 2015. ja 2021. aasta võrdluses jäänud samaks. Küll aga on märkimisväärselt **suurenenud nende noorte osatähtsus, kes on narkootikumide tarvitanud korduvalt** (joonis 3). Esimest korda tarvitati narkootikumide keskmiselt 15-aastaselt. **Kanepitooted ja sissehingatavad ained** (nt bensiin, liim, lakk, lahusti) on **noorte hulgas kõige enam levinud.** Narkootikumide tarvitajatest 59% on tarvitanud kanepitooted (sh 32% korduvalt) ja 41% sissehingatavaid aineid (sh 22% korduvalt). Küsitlusele eelnenud nelja nädala jooksul tarvitas kanepitooted 7% ning muid narkootikumide 3% noortest.



Joonis 2. Noored, kes on elu jooksul tarvitanud narkootikume (sh kanepit), uuringurühmade kaupa, 2003–2021 (%)



Joonis 3. Noored, kes on elu jooksul mitmel korral tarvitanud narkootikume (sh kanepit), uuringurühmade kaupa, 2003–2021 (% elu jooksul narkootikume tarvitanud noortest)

Üha sagedasem narkootikumide tarvitamine noorte hulgas vajab tähelepanu ja nõuab kiiret sekkumist. Selle tendentsi tähelepanuta jätmise tähendab tulevikus vältimatult suuremaid kulusid, mh tervishoiule. Uimastite varajaseks avastamiseks ja lühisekkumiseks on välja töötatud abimaterjal [„Noorukite sõeltestimine, lühisekkumine ja ravile suunamine uimastite tarvitamise korral“](#) (33), mille lühendatud versiooni alusel viidi esimesed koolitused ellu 2023. aastal osana uimastitarvitamise häire koolitusest (vt ptk 1.7).

1.2 Kanepi ja kokaiini ainevahetusjääkide kasv reovees

Kui rahvastiku-uuringud analüüsivad inimeste enda edastatud andmeid (st enesekohased küsimustikud), siis narkootikumide tarvitamise levimuse suundumustest annavad objektiivsemat teavet piirkondlikud [kommunaalreovee analüüside](#) (2–6) tulemused. Eestis on reoveeuuringuid narkootiliste ainete jääkide suhtes ellu viidud alates 2019. aastast (2–6).

Reoveest analüüsitakse erisuguseid läbi ainevahetuse tekkivaid narkootikumide jääke. Erandiks on amfetamiin, metamfetamiin ja MDMA, mille puhul analüüsitakse puhta aine sisaldust reovees.

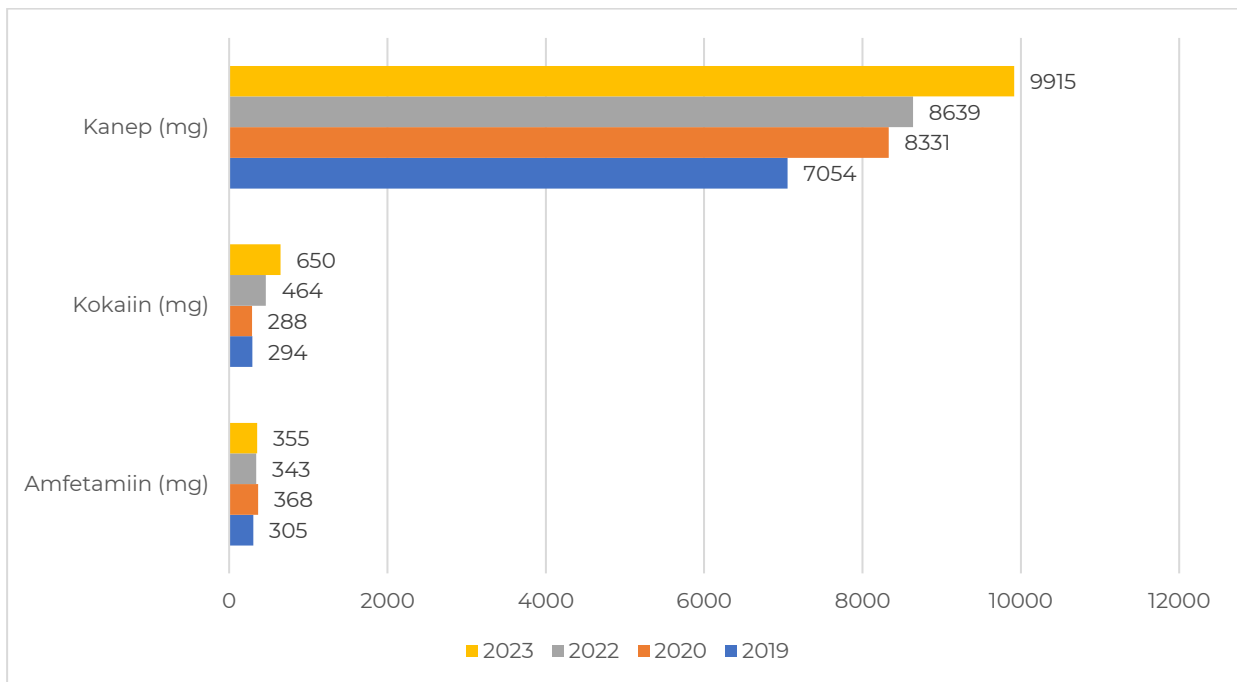
2023. aastal viidi ellu nädalane [reoveeuuring](#) (6) Tallinnas ja Tartus. **2023. aasta uuringu peamine murettekitav leid on kanepitoodete** (THC-COOH, st ainevahetuse käigus tekkinud THC jääkaine) **ja kokaiini üha suurenev tarvitamine.**

Kui 2022. aastal oli Tallinnas keskmine päevane THC-COOH kogus reovees 1000 elaniku kohta 8639 mg, siis 2023. aastal juba 9915 mg (kasv 13%), Tartus vastavalt 2021. aastal 4278 mg ja 2023. aastal 5492 mg (kasv kahe aastaga 22%). Kui kanepi kogused parema ülevaate saamiseks annusteks ümber teisendada, siis **tarvitati Tallinnas ühes päevas keskmiselt 38 064 ja Tartus 4390 kanepidoosi.** Tarvitatud doose **ei saa seostada inimeste arvuga.** Lisaks tuleb arvestada asjaoluga, et kanep võib peale tarvitamist ainevahetuses püsida 2–4 nädalat. Samuti sisaldab reovesi ajutiselt Eestis viibivate inimeste (nt turistid) ainevahetusjääke.

Kanepi levimust ja regulatsiooni Eestis kajastab põhjalikumalt artikkel [„Kanep – mis on mis?“](#) (32).

Kokaiini tarvitamise jääkide keskmine sisaldus 1000 Tallinna elaniku kohta oli 2023. aastal 40% võrra suurem kui 2022. aastal (464 mg vs. 650 mg). Tartus oli võrreldes 2021. aastaga tõusnud kokaiini tarvitamine 2,6 korda ehk 61% (157 mg vs. 410 mg). Kokaiini kättesaadavus ja levik on ohtlikus kasvutrendis üle Euroopa (27).

Amfetamiini kontsentratsioon reovees on Tallinnas püsinud viimastel aastatel stabiilsena, keskmiselt 350 mg 1000 elaniku kohta päevas. Tartus oli võrreldes 2021. aastaga amfetamiini tarvitamine kasvanud (keskmiselt 339 mg 1000 elaniku kohta päevas vs. 250 mg, kasv kahe aastaga 26%). Reoveeuuring andis ka kinnitust, et metamfetamiin on endiselt Eesti narkoturul vähe levinud uimasti. MDMA kontsentratsioon reovees on viimastel uuringuaastatel olnud küllaltki madalal tasemel. Metadooni leiud mõlema piirkonna reovees olid ootuspärased, nii Tallinnas kui ka vähesel määral Tartus asuvad opioidisõltuvuse asendusravi pakkuvad teenused. Tallinna metadooni tarvitamise jääkide näitaja oli üle kahe korra suurem kui Tartus (43 mg vs. 18 mg). Opioidisõltuvuse asendusravis manustatavale metadoonile lisaks kasutatakse metadooni tavameditsiinisüsteemis valuvaigistina, ning ka mustal turul. Uutest psühhoaktiivsetest ainetest leiti 2023. aasta uuringus jätkuvalt α -PVP-d (alfapürrolidinovalerofenoon). Sünteetiline katinoon, α -PVP, on Eesti uimastiturul kättesaadav olnud alates 2017.–2018. aastast. **Uute ainetena leiti Tallinna reoveest ka üliohtlikku sünteetilist opioidi protonitaseeni**, ja taimse uimasti mitragüniini jälgi. Tartu reovees oli uutest ainetest samuti α -PVP ja mitragüniini tarvitamise jälgi (6).



Joonis 4. Peamiste tarvitatud ainete kogused Tallinna reovees 1000 elaniku kohta ööpäevas päevade kaupa, mg (2019, 2020, 2022, 2023)

Alates 2022. aastast viib reovee uuringuid narkootiliste ainete jääkide suhtes ellu ka Justiitsministeerium. Uuringut tehakse korra kvartalis Eesti suuremates linnades, tulemustega saab tutvuda Justiitsministeeriumi loodud [veebilehel](#).

1.3 Narkootikumide süstimine

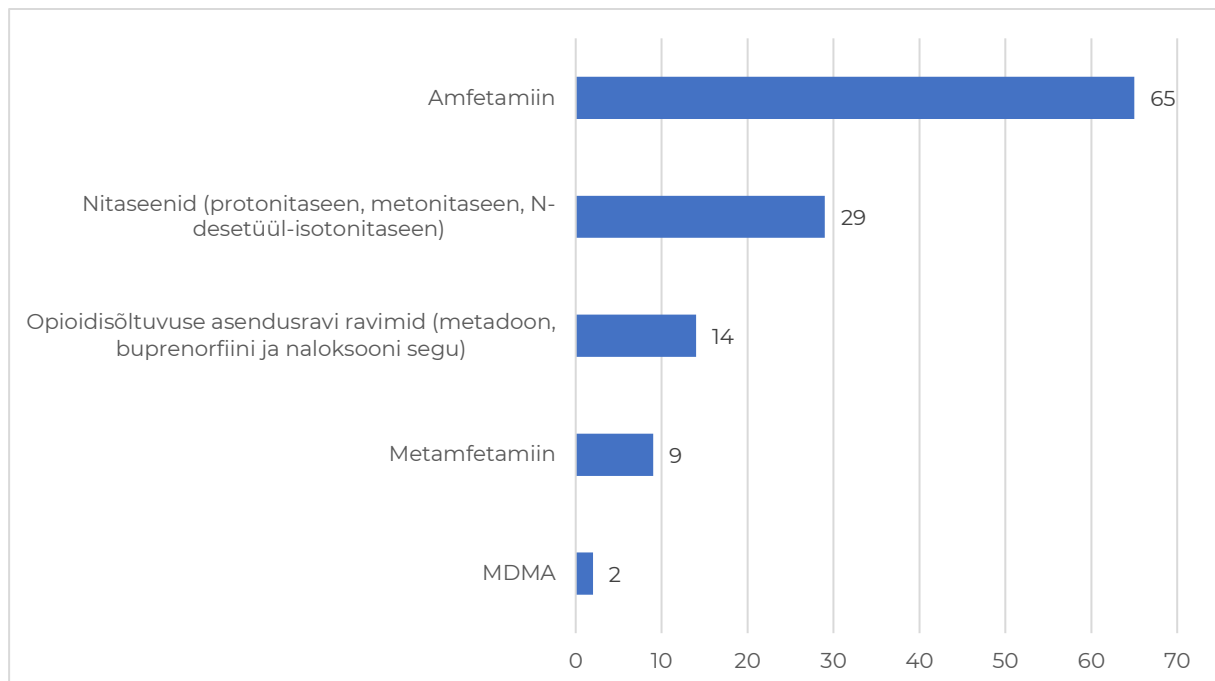
Alates 2017. aasta lõpust, kui Eestis lõhuti politsei tulemusliku töö tagajärjel illegaalse fentanüüluga kaubitsenud kuritegevuslik võrgustik, on Eesti narkoturg olnud väga heitlik. Sünteetiliste opioidide halvenenud kättesaadavust 2018.–2022. aastal kompenseeriti nii sünteetiliste katinoonide (alfa-PVP) ja amfetamiini kui ka retseptiravimite suurenenud kuritarvitamisega. Opioidide tarvitajad otsisid fentanüülile jätkuvalt toimivat alternatiivi. 2019. aastast alates on esimesi märke nitaseenide gruppi kuuluvate ainete turule tulekust (isotonitaseen), mis on muutnud alates 2022. aastast metonitaseeni ja protonitaseeni plahvatusliku levikuga Eesti narkoturgu. Tarvitajate teadlikkus tarvitatavast ainetest muutlikul narkoturul oli ja on endiselt kesine: sageli ei teata tarvitatava aine nime, vaid osatakse kirjeldada ainult mõju selle tarvitamisel.

Selleks, et saada paremat ülevaadet süstitavatest narkootikumidest, on alates 2021. aastast viidud ellu kahjude vähendamise teenuste osutamisel kogutud kasutatud süstalde **süstlajääkide uuringuid** (8–11). Uuringud on näidanud, et sellise meetodikaga on võimalik tuvastada erisusi narkootikumide tarvitamises nii eri piirkondades kui ka erisuguste kahjude vähendamise teenuse osutamise kohtade vahel.

2023. aastal analüüsiti juhusliku valiku alusel 430 süstalt, mis koguti [uuringu jaoks](#) (6) sama aasta mais ja juunis. Uuringus osales kokku 20 kahjude vähendamise üksust: viis Tallinna, üks Maardu, kolm Narva, neli Kohtla-Järve, üks Kiviõli, üks Rakvere, üks Jõhvi, kaks Tartu ja üks Paide ning Pärnu kahjude vähendamise üksus.

Uuringu kohaselt on **amfetamiin endiselt kõige enam süstitav narkootikum Eestis**. 2022. aastaga võrreldes on **hüppeliselt kasvanud nitaseene sisaldavate süstalde osatähtsus (2022 6% vs. 2023 29%)**. Nitaseenide süstimine on eriti levinud Harjumaal ja Kohtla-Järvel. Levinumaks nitaseeniks oli 2023. aastal protonitaseen (19%), millele järgnesid metonitaseen (7%) ja N-desetüül-isotonitaseen (5%). **Tegu on äärmiselt ohtlike sünteetiliste**

opioididega, ja võrreldes teiste Euroopa riikidega, olid need 2023. aastal Eestis kõige enam levinud (17). Üle poole 2023. aasta üledoosi surmadest on seotud nitaseenide tarvitamisega (TAI surma põhjuste register, 2024). Kõige levinum lisaaine süstaldes on kofeiin, mida leidus alati koos amfetamiiniga. Süstaldes leidus ka ravimeid, kuid see ei olnud levinud trend.



Joonis 5. Peamiste tarvitatavate narkootiliste ainete osatähtsus süstalde valimis (n = 430)

Pea kahe kümnendi jooksul on korraldatud Eestis HIV-nakkuse ja teiste vere teel levivate infektsioonide ning nendega seotud riskikäitumise levimuse uuringuid narkootikumide süstivate inimeste seas, et hinnata eri nakkushaiguste levimust ja anda ülevaade narkootikumide süstimisega seotud riskikäitumisest. See uuring annab võimaluse kohtuda narkootikumide süstivate inimestega silmast silma, mida on vaja selle rahvastikurühma vajaduste ning nii olemasolevate kui ka potentsiaalsete sekkumiste arendamiseks ja planeerimiseks [Tallinnas viidi viimane uuring ellu 2022.](#) (12) ja [Narvas 2023. aastal](#) (14). Mõlemas uuringus olid ligi kolmveerand uuritavatest mehed (Tallinna koguvälim $n = 101$, Narva $n = 350$). **Uuritavate keskmine vanus on võrreldes varasemate aastatega tõusnud 40 eluaasta piirile** (Narvas 2010. a 29 eluaastat vs. 2023. a 38 eluaastat; Tallinnas 2005. a 24 eluaastat vs. 2022. a 40 eluaastat). Kuigi tegu on vananeva sihtrühmaga, on murettekitav fakt, et **Narvas oli 2023. aastal võrreldes 2018. aastaga suurenenud 20–24-aastaste vanuserühma osatähtsus (8% vs. 2%)**. Mõlemad uuringud kinnitavad sarnaselt süstlajääkide uuringuga, et enim tarvitatakse süstimise teel amfetamiini (47%). Süstimise staaž on kasvanud pidevalt, ulatudes viimastes uuringutes keskmiselt 18. eluaastani.

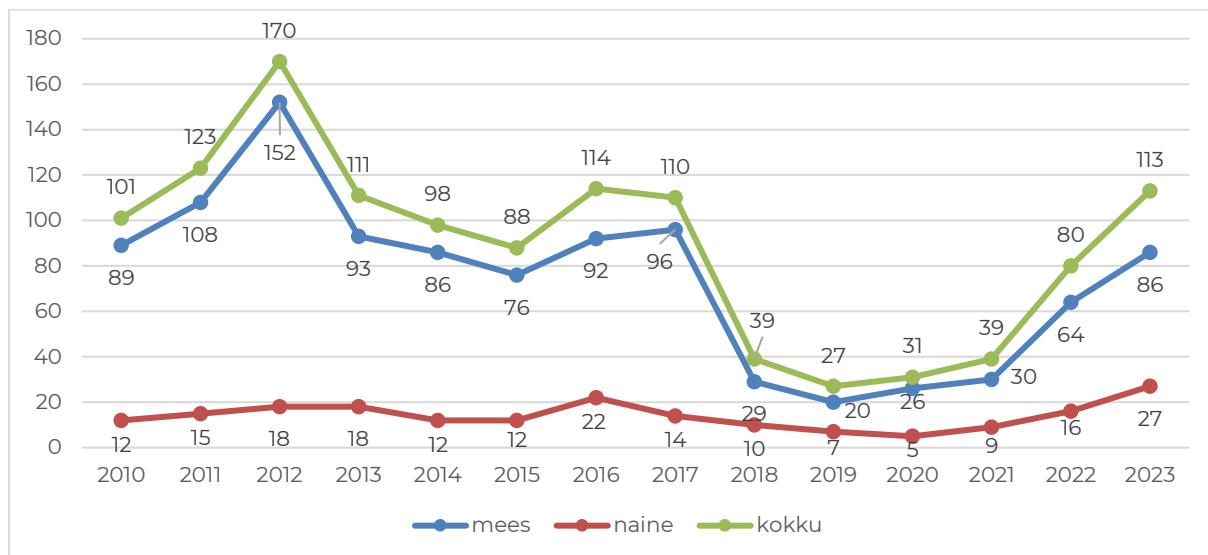
1.4 Narkootikumide üledoosist põhjustatud suur suremus

Perioodil 1999–2023 on Eestis narkootikumide üledoosi tõttu surnud 1972 inimest.

TAI surma põhjuste registri andmetel **suri 2023. aastal narkootikumide üledoosi tõttu 113 inimest**, sh 86 meest ja 27 naist. Võrreldes 2022 aastaga suri 2023. aastal 33 inimest enam. **Kasvutrendi näitab naiste suremus**, mis on üks viimaste aastate suuremaid (2022 20% vs. 2023 24% kõigist narkosurmadest). 2023. aastal on **suurenenud 17–24-aastaste vanusegrupis narkootikumide üledoosist põhjustatud surmajuhtumite arv – 15**

(2022. aastal 10 juhtu, 2021. aastal 6). Kui 2021. ja 2022. aastal olid noorte vanusegrupi surmajuhtumite puhul domineerivad amfetamiini, MDMA ja erisuguste retseptiravimite tarvitamine, siis 2023. aastal oli nelja juhtumi puhul tegu sünteetilisest opioididest põhjustatud üledoosiga.

Kõige rohkem surmasid leidis aset mais ja juulis. Surmade arv sarnaneb 2016. aastaga, mil Eestis oli levinuim opioid fentanüül, mis on praeguseks suuresti asendunud kordades kangemate nitaseenidega. 56 surmaga lõppenud üledoosi juhtumit oli seotud nitaseenide gruppi kuuluvate narkootikumidega, neist 38 juhul protonitaseeni ja 27 juhul metonitaseeniga (17). Mainitud nitaseenide gruppi kuuluvaid aineid leiti 2023. aastal kõige enam ka süstlajääkide uuringus (11) ning protonitaseeni tuvastati 2023. aastal ka reovees (6).



Joonis 6. Narkootikumide üledoosist põhjustatud surmajuhtude arv 2010–2023. Allikas: Surma põhjuste register 2023 (esialgsed andmed).

[Tallinna kiirabi andmetel](#) tehti 2023. aastal ainuüksi Tallinnas seoses narkootikumide üledoosiga 845 väljakutset (vs. 2022 605).

Kahjude vähendamise, ravi- ja nõustamisteenused ning naloksooni laiem kättesaadavus on aidanud nitaseenidega seotud surmajuhtumeid ja kahjusid oluliselt vähendada, kuid need meetmed ei ole olnud siiski piisavad, et vältida üledoosi surmade suurenemist Eestis. Edaspidi saab suureks katsumuseks toimiva **varajase hoiatuse süsteemi loomine**, et info ohtlikust ainest Eesti narkoturul jõuaks võimalikult kiiresti tarvitajani. Tarvitajate ja tarvitajatega kokkupuutuvate nn esmareageerijate kiiret teavitamist narkoturul levivatest uutest ohtlikest psühhoaktiivsetest ainetest peetakse tõhusaks surmade ennetamise meetodiks (28).

1.5 Naloksoon

Naloksoon on ravim, mida kasutatakse vastumeetmena opioidide (sh fentanüüli, heroini, metadooni, morfiini, nitaseenide) üledoosi korral. Alates 2013. aasta septembrist on Eestis naloksoon kättesaadav üledoosist põhjustatud surmade ennetamise programmi osana. Programmi sihtrühmaks on opioide tarvitavad inimesed, nende lähedased ja üledoosi võimalikud tunnistajad. Tänu naloksooni kättesaadavusele on õnnestunud ära hoida mitmeid potentsiaalselt surmaga lõppevaid üledoose. Naloksoon ei ole narkootiline ravim ja sellel puudub kuritarvitamise oht. Eestis on ravimina kasutusel peamiselt Prenoxad 1 mg/ml süstelahus süstlis, Nexodal 0,4 mg/ml süstelahus ampullis ja alates 2018. aastast ninasprei Nyxoid 1,8 mg/0,1 ml. Naloksoon on retseptiravim.

Aastatel 2013–2023 on naloksooni kasutamise nõustamise läbinud 6920 inimest ja koos korduvväljastusega on välja antud 9158 naloksooni ravimikomplekti (nii eeltäidetud süstlid, ampullid kui ka nasaalne ravimivorm). **Nitaseenide laia leviku tõttu on hüppeliselt kasvanud ka naloksooni väljastamiste arv.** 2023. aastal väljastati kokku 1541 naloksooni komplekti, mida on 415 komplekti võrra enam kui 2022. aastal. 2021. aastaga võrreldes on väljastatud naloksooni komplektide arv peaaegu kolmekordistunud (616 kmpl 2021 vs. 1541 kmpl 2023). Täpsemat jaotust 2017.–2023. aasta kohta saab näha tabelist 1.

Tabel 1. Naloksooni nõustamiste ja väljastamiste arv 2017.–2023. aastal

	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023
Naloksooni kasutamise nõustamisel osalenud inimeste arv	325	808	678	545	611	1181	1012
Naloksooni väljastamiste arv	325	797	591	464	616	1126	1541
Sh naloksooni korduvväljastamiste arv	131	60	150	160	353	614	554

Narvas süstimise teel narkootikume tarvitavate inimeste seas ($n = 350$) ellu viidud uuringus (14) olid peaaegu pooled uuritavad teadlikud naloksoonist, neljandik uuritavatest ($n = 88$) olid osalenud naloksooni kasutamise nõustamisel ning neist omakorda enam kui pooled ($n = 50$) on olnud olukorras, kus on pidanud manustama kellelegi naloksooni. See näitab naloksooni programmi olulisust opioididest põhjustatud üledoosi surmade ennetamisel ja sellest võimalusest teavitamise jätkuvat vajadust.

1.6 Kahjude vähendamine

Eesti narkopoliitikas kirjeldatakse [kahjude vähendamise](#) all tegevusi, mille eesmärk on vähendada uimastite tarvitamise ja sellega seotud riskikäitumisega kaasnevaid kahjusid nii tarvitajale kui ka teda ümbritsevale kogukonnale (pere, lähedased jt) ning ühiskonnale laiemalt.

2023. aasta lõpu seisuga oli Eesti eri piirkondades 35 kahjude vähendamise teenuse osutamise tegevuskohta, millest 15 olid statsionaarsed keskused, 3 apteeki, 15 väljatööl põhinevat üksust ja kaks eriotstarbelist bussi (TAI, 2024).

Eestis oli 2023. aastal ligi 3900 (vs. 2022. a 3700) kahjude vähendamise teenuse kasutajat ja teenust külastati aastas üle 93 000 (vs. 2022. a 87 000) korra. 2023. aastal jagati kahjude vähendamise teenuste kaudu üle 1 800 000 süstla ja nõela. **Võrreldes 2022. aastaga on jagatud süstalde arv kasvanud enam kui 200 000 süstla võrra.** Sealhulgas **kahes Tartu apteegis jagati 132 953** ja ühes Rakvere apteegis 121 **süstalt**, mida on kokku pea poole võrra rohkem kui 2022. aastal, mil kolmes apteegis kokku jagati 68 608 süstalt. Hüppeliselt on suurenenud ka vajadus teiste kahjude vähendamise teenustel jagatavate tarvikute järele, nagu näiteks kuumutus anumad (2022. a jagatud 31 308 vs. 2023. a 48 006). Oluliselt on suurenenud nii kohapeal kui ka veebi teel ellu viidavate psühholoogiliste nõustamiste arv (2022. a 2509 vs. 2023. a 2922) (TAI, 2024). Rohkem infot kahjude vähendamise teenuse statistika kohta leiab [Tervise Arengu Instituudi terviseuuringute ja tervisestatistika andmebaasist](#).

Narkootikume tarvitavate inimeste seas ellu viidud uuringud (12, 14) kinnitavad, et **süstalde jagamine teiste narkootikume süstivate inimestega on tänu kahjude vähendamise teenuste kättesaadavusele vähenenud oluliselt.** Kui 2010. aasta Narva uuringus kinnitas ühe ja sama süstla kasutamist teise narkootikume süstiva inimesega 10% valimist ehk 35 inimest ($n = 350$), **siis 2023. aastal oli viimase nelja nädala jooksul süstalt kellegagi**

jaganud vaid üks uuringus osalenu. Uuringus osalejate hulgas väheneb pidevalt nende inimeste arv, kes ei ole teadlikud kahjude vähendamise teenusel jagatavatest puhastest süstaldest (Tallinn 2022 9%, Narva 2023 23%), kuid siiski on see osatähtsus üsna suur ja oluline on **leida lisavõimalusi, kuidas jõuda kahjude vähendamise teenuste pakkumisega võimalikult suure osa sihtrühmani.** Süstalde ühekordne kasutamine ning nende mittejägamine teiste narkootikumide süstivate inimestega aitab tõkestada infektsioonhaiguste levikut, nagu näiteks HIV ja C-hepatiit. Iga hinna eest tuleb vältida 2000. aastate algusperioodil aset leidnud olukorda, mil HIV levis massiliselt eelkõige süstimise teel narkootikumide tarvitavate inimeste seas (2001. aastal registreeriti 1474 uut HIV juhtu) (31). HIV-i ravi on tasuta kättesaadav kõigile nakatunutele, kuid haiguse ravi läheb riigile oluliselt rohkem maksma kui ennetamine ühekordsete süstalde jägamise abil.

Uimastitel on oluline koht meelelahutusüritustel ja ööelus (18). **Ööelus tarvitavate narkootikumide kindlaksmääramine uuringute abil on** keeruline, ent ometi **väga vajalik uurimissuund**, mida edaspidi kaaluda. Seni võib üldiste reovee uuringute (2–6) põhjal järeldada, et ka seal on enim tarvitavad narkootikumid kanep ja kokaiin. Nädal aega kestev reovee uuring võimaldab võrrelda tarvitamist nädalapäevade lõikes. **Tallinnas ja Tartus on näha narkootikumide ainevahetusjääkide tõusu reovees laupäeviti ja pühapäeviti, mida võib seostada aktiivse ööeluga nädalavahetustel.** Uimastite tarvitamist ööelus on väga keeruline piirata, seetõttu pingutatakse selle nimel, et vähendada nende tarvitamisega kaasnevaid kahjusid (nt mürgistused, segatarvitamine, vedelikupuudus, enesekontrolli kaotamine, seksuaalvägivald), mis on sageli ennetatavad. 2022. aastal viis TAI ellu pilootprojekti, mille käigus aitasid **ööelu kahjude vähendajad ehk ööhaldjad** luua turvalisemat pidutsemiskeskonda neljas Tallinna meelelahutusasutuses, jälgides pidutsejate seisundit ja pakkudes vajaduse korral diskreetselt nõu ja abi. **2023. aasta suvel kasvatati oluliselt ööhaldjate hulka ja laieneti oma tegevusega ka mitmele Eesti muusikafestivalile.**

Kahjude vähendamise teenuste piirkondliku paiknevuse kohta saab lugeda 2022. aasta [teabelehel](#) või veebilehelt [narko.ee](#).

1.7 Nõustamine ja ravi

[Narko.ee](#) veebilehel avanevas **tugiliini** vestlusaknas või helistades lühinumbril 1747, saab ööpäev läbi küsida nõu ja abi ükskõik millise narkootikumide puudutava küsimuse korral. **2023. aastal pöörduti tugiliini poole kokku 8867 korral.**

Soovijatel on võimalik tellida Tervise Arengu Instituudist [eneseabi-töövihik](#) kanepit tarvitavatele inimestele, mis aitab mõtiskleda kanepi tarvitamise kasude-kahjude üle ja julgustab inimest pöörduma programmi Valik nõustajate poole. Töövihikuid on aastatel 2022–2023 jagatud perearsti- ja vaimse tervise keskustes, kutse- ja kõrgkoolides ning teistes asutustes kokku üle 8000 eksemplari.

Lühisekkumistest rakendatakse Eestis [nõustamisprogrammi Valik](#) kanepit tarvitavatele inimestele. Programmi eesmärk on inimesi motiveerida ja toetada, et aidata algatada ja planeerida senise kanepitarvitamise vähendamist või sellest loobumist. Kuni kuue nõustamissessiooni vältel suunavad nõustajad klienti tarvitamist vähendama või lõpetama. Olgugi, et kanep on levinuim narkootikum, ei pea kanepit tarvitavad inimesed sageli abi vajalikuks enne, kui on välja kujunenud sõltuvus.

Aastatel 2018–2023 on programmis Valik tehtud nõustamisi 528 kliendile, kellest pooled on kuni 26-aastased noored. 2023. aasta lõpus hindas [ennetuse teadusnõukogu](#) Valik programmi tõendatuse taseme heaks, soovitas selle rakendamist jätkata ning viia ellu lisauuring.

Tugiisikud narkootikumide tarvitavatele inimestele ehk [programm SÜTIK](#) (16) aitab vähendada riskikäitumist ja parandab uimasteid tarvitavate inimeste iseseisvat toimetulekut, tervist, töövõimet ja elukvaliteeti. Tugiisik ja klient jäävad koostööd tegema

ühe aasta jooksul, mil kliendile pakutakse nii emotsionaalset tuge, abi ametiasutustega suhtlemisel kui ka nõustamis- ja raviteenustele suunamisel. 2023. aasta detsembri seisuga osales programmis kokku 591 klienti, kellest 421 olid mehed ja 152 naised. 2023. aasta teisel poolel tehti SÜTIKu klientide hulgas [rahulolu-uuring](#) (15), milles osales 273 klienti (46%). **Tänu tugiisikule oli elu paremuse suunas muutnud või muutmist alustanud 93% vastanutest** („jah“ vastuseid 59%, „pigem jah“ 34%). Kõigis tugiisiku teenust osutavates piirkondades (Harjumaa, Tartumaa, Ida-Virumaa ja Lääne-Virumaa) töötavad tugiisikud maksimaalse võimekusega ning on pigem ülekoormatud. Tartumaal alustas SÜTIK 2022. aasta detsembris ja seal töötavad tugiisikud rõhutavad vajadust eraldi kahjude vähendamise keskuse järele. Tugiisiku funktsiooni võib kaudselt võrrelda suunanäitaja rolliga madala intensiivsusega psühholoogiliste sekkumiste kirjelduses (23) ning soovitatud on programmi laiendamise kaalumist komorbiidsete häiretega inimeste toetamiseks (22).

2019. aastal jõustus kriminaalmenetluse seadustiku muudatus (KrMS § 203 lg 11), mille kohaselt saab kohus kriminaalmenetluse tingimuslikult lõpetada, kui kahtlustatavat või süüdistatavat isikut võib sõltuvushäire ravimise või selle häire kontrolli all hoidmisega mõjutada edaspidi hoiduma süütegude toimepanemisest (26). Karistuse asendamine ravi ja/või sotsiaalprogrammiga (Eestis narkootikumide tarvitavatele inimestele on mh programm SÜTIK, SA Viljandi Haigla sõltuvushaigete ravi- ja rehabilitatsioonikeskus) on paljudes riikides võitmas poolehoidu ja selline lähenemine on osutunud tulemuslikuks (26, 29, 30). Ka Eestis toetavad esialgsed andmed kriminaalmenetluse tingimusliku lõpetamise positiivset mõju (26). Samuti soovitatakse vanglast vabanejatele pakkuda vahetut tuge, et taasühiskonnastamine oleks paremini tehtav ja uimasti tarvitamise häirega inimestel esineks tagasilangust harvem (25). Sellist **muutust peab aga toetama kogu riiklik süsteem**, et sotsiaal-, ravi- ja nõustamisteenused oleksid valmis ja võimelised teenindama abi vajavaid inimesi varasemast oluliselt rohkem ning abi saamise võimalused oleksid võrdselt kättesaadavad kõigis Eesti piirkondades. 2023. aasta seisuga seda kinnitada ei saa.

Astmelise vaimse tervise abi näidismudelil asetuvad kahjude vähendamise ja nõustamisteenused kolmele esimesele tasemele, kuuludes seega [madala intensiivsusega psühholoogiliste sekkumiste](#) (24) hulka, mida soovitatakse Eestis edaspidi rakendada ulatuslikumalt.

Nii ravi- kui ka nõustamisteenust osutavate asutuste töötajate kirjalike aruannete (TAI, 2023) kui ka uuringute (22) põhjal võib järeldada, et väga suurel osal (u 75%) **sõltuvushäirega inimestest esinevad kaasuvad psüühikahäired** (komorbiidselt esinevate häiretega inimesed) või nende kahtlus, **mis on teenuste osutajatele suureks katsumuseks**. Nendele klientidele/patsientidele abi osutamine muutub üha keerulisemaks, võttes arvesse uute psüühhoaktiivsete ainete pidevat turule tulekut ning nende ettearvamatut mõju inimese vaimsele ja füüsilisele tervisele. Lahenduse leidmiseks viidi Sotsiaalministeeriumi ja Tervise Arengu Instituudi eestvedamisel ellu [teiste riikide praktikate kaardistus ja analüüs komorbiidselt esinevate häiretega isikutele toe pakkumiseks](#) (22).

Spetsialistide teadlikkuse suurendamiseks ja abi kättesaadavamaks muutmiseks uimasteid (sh alkohol, tubaka- ja nikotiinitooted ning narkootikumid) tarvitavatele inimestele üld- ja eriarsti vastuvõtul, töötas Tervise Arengu Instituut välja **koolitused: „Uimastitarvitamisest tingitud häired (UTH)“ ja „Uimastitarvitamise varajane avastamine ja lühisekkumine (UVAL)“**. Koolituse sihtgrupiks on tervishoiutöötajad, psühholoogid ja sõltuvushäirega patsiendiga/kliendiga töötavad spetsialistid. 2023. aastal läbis koolituse 230 tervishoiutöötajat. Koolitused jätkuvad 2024. aastal.

Selleks, et avastada **uimastite proovimine ja tarvitamine noorte seas võimalikult vara** ja pakkuda vajaduse korral lühisekkumist, töötati välja juhend [„Noorukite sõeltestimine, lühisekkumine ja ravile suunamine uimastite tarvitamise korral“](#) (32), mis 2023. aastal moodustas osa uimastitarvitamise häire koolitusest (peamine rõhk täiskasvanud tarvitajate abistamisel), kuid 2025. aastal hakatakse korraldama eraldi koolitusi noortega töötavatele spetsialistidele (nt kooliõed, koolipsühholoogid). Lühisekkumine keskendub individuaalsele

nõustamisele alkoholi, nikotiini- ja tubakatoodete ning narkootikumide proovimise ja tarvitamise korral. Sekkumise rõhk on varajasel avastamisel.

1.8 Ülevaade narkootikumide tarvitamise häire tõttu ravile pöördunud patsientidest

2020. aasta alguses alustas tööd [isikustatud narkomaaniraviregister](#) (NARIS), mille eesmärk on koguda andmeid ja sellest lähtuvalt arendada narkootikume tarvitavatele ja nendest sõltuvuses olevatele inimestele mõeldud raviteenuseid. **2023. aastal registreeriti NARISes 435 esmast raviepisoodi** (348 meest ja 87 naist), neist pöördus võõrutusravile 162, statsionaarsele sõltuvusravile 82 ja opioidasendusravile 191 patsienti. Kui ravile pöördujatest 268 inimest oli ka varasemalt saanud narkootikumide tarvitamise häire tõttu ravi, siis 158 inimesele oli see esimene kokkupuude, 9 inimese kohta andmed puuduvad. Kõige rohkem oli patsiente vanuses 35–44 ($n = 233$). Ravile pöörduja keskmine vanus oli 37 aastat (meestel 38, naistel 36 aastat). Kui 2021. aastal moodustas ravile pöördujaist vanuserühm 35-aastased ja vanemad 64%, siis 2023. aastal juba 70%. Sarnaselt teiste uuringutega (12, 14) näitavad ka NARISe andmed, et sihtrühma kuuluvate inimeste keskmine vanus on tõusnud. Samal ajal tuleb pöörata tähelepanu faktile, et **kuni 24-aastaste ravile pöördujate arv on kasvutrendis**, moodustades 6% (2023 $n = 26$ vs. 2022 $n = 21$ ehk 5%).

Peamiseks tarvitatavaks narkootikumiks olid ravile pöördumisel opioidid ($n = 253$), millele järgnesid stimulandid ($n = 121$, sh amfetamiin $n = 92$, kokaiin $n = 27$), kanep ($n = 30$, sh ühel korral sünteetilised kannabinoidid), GHB/GBL ($n = 12$). Levinumad põhinarkootikumid kuni 24-aastaste ravile pöördujate hulgas olid samuti opioidid ja amfetamiin. **Tähelepanuväärne on, et kui 2021. aastal pöördus ravile 10 ja 2022. aastal 13 kokaiini põhinarkootikumina tarvitavat inimest, siis 2023 oli neid juba 27** (sh üks *crack*-kokaiini tarvitav inimene). Peamiseks narkootikumi tarvitamise viisiks oli süstimine ($n = 268$), millele järgnesid suitsetamine ($n = 54$), suukaudne tarvitamine ($n = 53$) ja ninna tõmbamine ($n = 48$). Enamikul patsientidel ($n = 257$) oli diagnoosiks opioidide tarvitamisest põhjustatud psüühika- ja käitumishäired (F11), millele järgnesid ainete segatarvitamisest põhjustatud psüühika- ja käitumishäired (F19) ($n = 122$).

Kasutatud kirjandus

1. Lõhmus L, Tamson M, Pertel T, Abel-Ollo K, Rüütel K. Eesti noorte seksuaaltervis: teadmised, hoiakud ja käitumine. 2021. aasta uuringu aruanne. Tallinn: Tervise Arengu Instituut, 2023
2. Hollo V, Riikoja A, Barndök T, Abel-Ollo K, Kurbatova A. Tallinna reovee uuring narkootiliste ja psühhotroopsete ainete jääkide suhtes. Tallinn: Tervise Arengu Instituut; 2020.
3. Abel-Ollo K, Riikoja A, Barndök T, Kurbatova A. Tallinna ja Pärnu reovee uuring uimastite jääkide suhtes 2020. Tallinn: Tervise Arengu Instituut; 2021.
4. Abel-Ollo K, Riikoja A, Barndök T, Kurbatova A. Tartu ja Narva reovee uuring uimastite jääkide suhtes 2021. Tallinn: Tervise Arengu Instituut; 2022.
5. Abel-Ollo K, Riikoja A, Barndök T, Kurbatova A. Tallinna ja Kohtla-Järve piirkonna reovee 2022. aasta uuring uimastite jääkide suhtes. Tallinn: Tervise Arengu Instituut; 2023.
6. Abel-Ollo K, Riikoja A, Barndök T, Kurbatova A. Tallinna ja Tartu reovee 2023. aasta uuring uimastite jääkide suhtes. Tallinn. Tervise Arengu Instituut, 2024.
7. Abel-Ollo K. What lessons from Estonia's experience could be applied in the United States in response to the addiction and overdose crisis?. *Addiction* 2022; 117(5):1188–1189. doi: 10.1111/add.15833
8. Uimastitarvitamise olukord Eestis 2022. Tervise Arengu Instituut; 2023. <https://www.tai.ee/et/valjaanded/narkomaania-olukord-eestis>.
9. Abel-Ollo K, Riikoja A, Barndök T, Kurbatova A, Murd A. Tallinna ja Narva linna kahjude vähendamise keskustes kogutavate süstalde uuring narkootikumide jääkide suhtes. Tallinn: Tervise Arengu Instituut; 2021.
10. Abel-Ollo K, Riikoja A, Barndök T, Kurbatova A, Murd A. Eesti kahjude vähendamise teenuste osutamisel kogutud süstalde uuring narkootikumide jääkide suhtes. Tallinn: Tervise Arengu Instituut; 2023.
11. Abel-Ollo K, Riikoja A, Barndök T, Kurbatova, A, Murd A. Eesti kahjude vähendamise teenustes kogutavate süstalde uuring narkootikumide jääkide suhtes. Uuringu kokkuvõtte. Tallinn: Tervise Arengu Instituut, 2023.
12. Vorobjov, S, Raag HM, Salekešin M. HIVi levimuse ja teiste vere teel levivate infektsioonide ning nendega seotud riskikäitumise levimus narkootikumide süstivate inimeste seas Tallinnas 2022. Tallinn: Tervise Arengu Instituut; 2023.
13. Vorobjov, S, Kaste A-L, Veskimäe L. Eesti täiskasvanud rahvastiku uimastite tarvitamise uuring 2023. Tallinn: Tervise Arengu Instituut; 2024.
14. Vorobjov S, Kaste, AL. HIVi levimuse ja riskikäitumise uuring Narva narkootikumide süstivate inimeste seas 2023. Tallinn: Tervise Arengu Instituut; 2024.
15. Vaher M, Hiob K. Programmi SÜTIK klientide rahulolu-uuring. Tallinn: Tervise Arengu Instituut; 2024.
16. Kallaste K, Vaher M. Tugiisik narkootikumide tarvitavatele inimestele ehk programm SÜTIK. Ülevaade programmi rakendamisest 2018–2022. Tallinn: Tervise Arengu Instituut; 2022
17. Giraudon I, Abel-Ollo K, Vanaga-Arāja D, Heudtlass P, Griffiths P. Nitazenes represent a growing threat to public health in Europe. *Lancet Public Health*. 2024 Apr;9(4):e216. doi: 10.1016/S2468-2667(24)00024-0. Epub 2024 Feb 23. PMID: 38408464. [Nitazenes represent a growing threat to public health in Europe \(thelancet.com\)](https://www.thelancet.com)
18. Oja M, Abel-Ollo K, Mitt M, Kütt V, Kallaste K. Uimastite tarvitamise mustrid Eestis. Tallinn: Tervise Arengu Instituut; 2023
19. Vorobjov, S, Salekešin, M, Vals K. Eesti täiskasvanud rahvastiku uimastite tarvitamise uuring. Tallinn: Tervise Arengu Instituut; 2019
20. Streimann, K., Pertel, T., Vilms, T., Abel-Ollo, K. Ennetuse käsiraamat: sõltuvusainete tarvitamise ennetuse teaduslik käsitus otsustajatele, arvamusliidritele ja poliitikakujundajatele. Kohandatud Euroopa ennetusõppekava (EMCDDA) põhjal. Tallinn: Tervise Arengu Instituut; 2020
21. Siilbek, E., Streimann, K., Vilms, T. Laste ja noorte riskikäitumise ning vaimse tervisega seotud riski- ja kaitsetegurid 2022. a Hooliva Kogukonna Noorteuuringu põhjal; Tervise Arengu Instituut; 2023

22. Purre, M., Lõhmus, L., Pedjasaar M., Kalda L., Siimon M. Teiste riikide praktikate kaardistus ja analüüs komorbiidselt esinevate häiretega isikutele toe pakkumiseks. Tervise Arengu Instituut ja Haap Consulting; 2023
23. Ilves, K., Kubre, M-A., Saapar, M., Randver, R., Haring, L., Kastepõld-Tõrs, K., Välisriikide madala intensiivsusega psühholoogiliste sekkumiste rakendusmudelite analüüs ja soovitused Eestile. Sotsiaalministeerium; 2023
24. Raag M, Vorobjov S, Uusküla A. Prevalence of injecting drug use in Estonia 2010–2015: a capture-recapture study. Harm Reduct J 2019;16:19. doi: 10.1186/s12954-019-0289-3
25. Eesti narkopoliitika aastani 2030. Valge raamat. Siseministeerium; 2022.
26. Tüllinen, K., Ahven, A., Tamm, R. Narkootiliste ja psühhotroopsete ainete ebaseadusliku käitlemise kuriteokoosseisudes karistuse diferentseerimise võimalikkusest. Justiitsministeerium; 2024
27. Cocaine – the current situation in Europe. European Drug Report. EMCDDA 2023. [31093_en.pdf \(europa.eu\)](#)
28. Pergolizzi J Jr, Raffa R, LeQuang JAK, Breve F, Varrassi G. Old Drugs and New Challenges: A Narrative Review of Nitazenes. Cureus. 2023 Jun 21;15(6):e40736. doi: 10.7759/cureus.40736. PMID: 37485167; PMCID: PMC10361140.
29. Soo, A., Markina, A., Tee, K. Karistus kui tasumine, karistus kui preventioon: millised karistuse eesmärgid „töötavad“?. JURIDICA 9–10/2022
30. Council conclusions on promoting the use of alternatives to coercive sanctions for drug using offenders. Council of the European Union EMCDDA 2018
31. Rüütel, K., Trummal, A., Salekešin, M., Pervilhac, C. HIV-epideemia Eestis: strateegilise info analüüs. Tervise Arengu Instituut; 2012
32. Abel-Ollo K., Kurbatova, A., Vaher, M. Kanep – mis on mis? Ajakiri Sotsiaaltöö; 2021
33. Noorukite sõeltestimine, lühisekkumine ja ravile suunamine uimastite tarvitamise korral. Juhend. Tervise Arengu Instituut; 2023

