

# **Rahvatervise seaduse muutmise seaduse eelnõu seletuskiri**

## **1. Sissejuhatus**

### **1.1. Sisukokkuvõte**

**1.1.1.** Alates 2002. aastast on Eesti läinud suveajale üle märtsi viimasel pühapäeval kell 03:00 ning kellaosutid tuleb nihutada ühe tunni võrra edasi. Suveaja lõpp on olnud oktoobri viimasel pühapäeval kell 04:00 öösel ning siis tuleb kellaosutid nihutada ühe tunni võrra tagasi. Mitteametlikult nimetatakse seda vööndiaega ka talveajaks.

Suveaeg on vööndiajast ühe tunni võrra edasi nihutatud kellaaeg.

**1.1.2.** Vabariigi Valitsuse määrusega nr. 301, 12.10.1999 peatati suveaja rakendamine Eestis ning aasta läbi hakkas kehtima Ida-Euroopa aeg UTC+2.

**1.1.3.** Vabariigi Valitsuse 21. veebruari 2002 määrusega nr. 84 muudeti Vabariigi Valitsuse 29. juuni 1999. a. määrust nr. 212 "Kohustuslike mõõtühikute ja nende kasutusala kinnitamine". Punktide 15, milles on loetletud SI ühikud, lisati märge, et suurust aeg kasutatakse kooskõlas suveaja rakendamisega, kus suveaja algus on kell 03.00 märtsikuu viimasel pühapäeval, kusjuures kellaosutid nihutatakse ühe tunni võrra edasi ja suveaja lõpp on kell 04.00 oktoobri viimasel pühapäeval, kusjuures kellaosutid nihutatakse ühe tunni võrra tagasi. Nii hakati 2002. aastal jälle rakendada suveaega, nii et seitsmel kuul aastas on tsiviilaega UTC+3 ja viiel kuul UTC+2 ning see kehtib käesoleva hetkeni, vaatamata sellele, et antud määrus on kehtetu alates aastast 2004.

**1.2.** Samas toob kellakeeramine rahvatervisele kaasa palju negatiivseid mõjusid.

**1.2.1.** Tallinna Tehnikaülikooli majandusteadlane professor Aaro Hazak leidis juba 2020 aastal, et kella keeramine ei anna enam energiasäästu ja toob pigem majandusele kahju, kuna mõjub halvasti inimeste bioloogilisele kellale ja vähendab töövoimet.

**1.2.2.** Rohked uuringud on kinnitanud kellakeeramise kahjulikku mõju rahva tervisele. Saksamaal, Inglismaal, Itaalias, Soomes ja Ameerikas on uuritud, kuidas see üleminek mõjutab inimese une struktuuri ja päevast erksust või unisust. Leiti, et kevadine kella ettenihutamine toob kaasa olulisi muutusi une struktuuris: pikeneb uinumisele kuluv aeg ja suureneb uinumisjärgsete ärkamiste arv, mistõttu une efektiivsus väheneb oluliselt. Inglismaal tehtud

uuritud on näidanud üldise heaolutunde ning meeleolu langust suveajale ülemineku järgsel nädalal. Meeleolu komponentidest oli olulisim õnnetunde vähenemine ja viha kasv, seda eelkõige meestel, kes töötasid täistööajaga ja kelle tööaeg oli kindlalt fikseeritud. Sügisel kella tagasikeeramisel kulub jällegi vähemalt nädal, enne kui une struktuur normaliseerub.

Eesti unemeditiini seltsi andmetel kulub inimesel uue unerütmiga kohanemiseks keskmiselt kaks nädalat, mistõttu tuleb arvestada, et tavapärane töörytm võib olla sel ajal häiritud. Suveaja esimesel nädalal suurenes südameinfarktide hulk 5%. Suveajale ülemineku kasvatas paaril esimesel nädalal psüühiliselt häiritud inimeste enesetappude hulka. Kellakeeramisjärgsel esmaspäeval on 5,7% rohkem õnnetusi ja need on tavalistest märksa raskemad.

Ameerika Unemeditiini Akadeemia oktoobris 2020 tehtud avalduses märgitakse, et kevadise kellakeeramisega kaasnevad olulised rahva tervise riskid: südame- ja veresoonkonna ohtlikud häired, meeleoluhäired, liiklusõnnetuste kasv. Akadeemia seisukoht on, et sesoonne kellakeeramine tuleb lõpetada ja tuleb kasutada võõndiaega, millega inimese bioloogiline tsirkadiaanrytm on evolutsiooniliselt kohanenud.

**1.2.3.** Lisaks eelmärgitule on suuremad põllumajandusettevõtted teatanud. Asjaolu, et aastas on üks ööpäev 23 tundi ja teine ööpäev 25 tundi pikk, toob piimatootmise näitel lausa otsest majanduslikku kahju, sest sarnaselt inimestega mõjutab kella keeramine ka piimakarju: lehmad peavad kaks korda aastas bioloogilist lüpsiaega muutma.

Samuti põhjustab kellakeeramine segadust transpordis, tööaja arvestuses, sündmuste registreerimises. Kella tund aega edasi keerates ei saa teel olev transport püsida graafikus. Kella tund tagasi keerates kordub sama kellaaeg tund hiljem.

## **2. Eelnõu eesmärk**

Eelnõu eesmärgiks on vähendada rahvatervise riske, mis seonduvad südame- ja veresoonkonna ning meeleolu häiretega, sest arstide hinnangul on tervisele ja töövõimele ja pikemas perspektiivis ühiskonna heaolule tähtis elada võimalikult võõndiajale lähedastes tingimustes

## **4. Eelnõu terminoloogia**

Eelnõus ei kasutata uusi termineid.

## **5. Seaduse mõju**

Muudatus tagab kogu elanikkonna heaolu ning vähendab terviseriske.

## **6. Seaduse rakendamiseks vajalikud kulutused**

Seaduse muudatusega ei kaasne kulusid.

## **7. Rakendusaktid**

Seaduse jõustamiseks ei ole eraldi rakendusakte vaja.

## **8. Seaduse jõustumine**

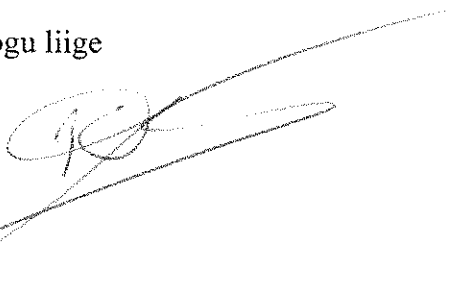
Seadus jõustub 26. oktoobril 2025.

---

Algatab Riigikogu liige

07.04.2024

Kalle Grünthal

A handwritten signature in dark ink, consisting of a stylized 'K' followed by a series of loops and a long horizontal stroke extending to the right.