

Pähkinäkuoressa

Tea Lallukka, Anne Kouvonen,
Eero Lahelma & Ossi Rahkonen (toim.)

10.9.2020

Kuka jaksaa jatkaa töissä? 20 vuotta Helsingin kaupungin työntekijöiden terveyden seurantatutkimusta

Työntekijöiden terveyden ja hyvinvoinnin tutkimus

Helsingin kaupungin henkilöstön terveystutkimus eli Helsinki Health Study (HHS) on vuonna 2000 käynnistynyt seurantatutkimus. Helsingin yliopiston tutkimusryhmä vastaa tutkimuksesta, jota toteutetaan yhteistyössä kaupungin kanssa. Tavoitteensa on selvittää sekä nuorten että ikääntyvien ja eläkkeelle siirtyvien kaupungin palveluksessa olevien työntekijöiden terveyttä, työoloja ja työssä jaksamista. Seurantatutkimus mahdollistaa terveyden ja hyvinvoinnin muutosten sekä niihin vaikuttavien syytekijöiden tarkastelun.

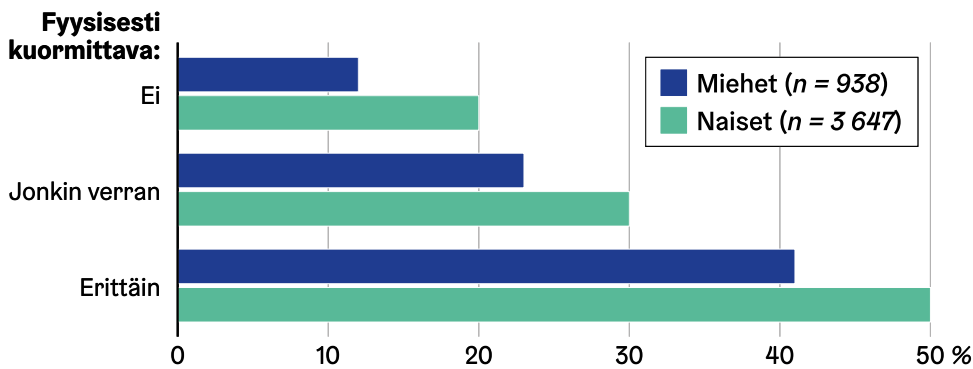
Raportin aluksi kuvataan Helsinki Health Studyn taustaa. Tämän jälkeen esitetään katsaus ajankohtaisiin tutkimustuloksiin; tarkastellaan nuorempien työntekijöiden terveyttä, toimintakykyä ja työterveyspalvelujen käyttöä, ikääntyneen henkilöstöntyön rasittavuutta, työolojen ja työkyvyn yhteyksiä ja elintapoja ja sairauspoissaolojen kustannuksia. Tutkimukset tuottavat tieteellistä tietoa, jota voidaan hyödyntää kaupungin henkilöstön terveyden ja työssä jaksamisen edistämiseksi sekä työkyvyn ylläpitämisessä ja sairauksien ehkäisyssä.

Helsinki Health Studyn käytetään useita aineistonlähteitä: seurantakyselyt ikääntyville työntekijöille (ikä > 40) 2000–02, 2007, 2012 ja 2017, kysely nuorille työntekijöille (ikä < 40) 2017, Helsingin kaupungin rekisteritiedot henkilöstöstä, sairauspoissaoloista ja työterveysuudon käynneistä, Kelan rekisteritiedot sairauspoissaoloista, Eläketurvakeskuksen tiedot eläkkeistä, Tilastokeskuksen tiedot tutkinnoista ja kuolemista. Seuranta ja rekisteritietojen päivitys jatkuvat.

Päätulokset

- Nuorten työntekijöiden terveydentila on yleisesti ottaen hyvä. Kuitenkin jo nuorten keskuudessa esiintyy työkyky- ja jaksamisongelmia sekä työterveyspalvelujen tarvetta etenkin mielenterveysongelmien johdosta.
- Keski-ikäisten ja ikääntyvien työntekijöiden terveydentila on kohentunut, mutta etenkin fyysisesti rasittavissa tehtävissä työskentelevillä työkyky heikkenee.
- Epäterveelliset elintavat ja erityisesti niiden kasautuminen kuluttavat työ- ja toimintakykyä, aiheuttavat sairauspoissaoloja ja taloudellisia kustannuksia.
- Ikääntyvillä työntekijöillä työkyvyn, sairauspoissaolojen ja työkyvyttömyyseläkkeelle siirtymisen riski on suurimmillaan.
- Henkilöstön terveyttä ja työkykyä voidaan tukea kehittämällä työtehtäviä siten, että työn fyysinen ja psykososiaalinen kuormitus vähenee. Terveellisiä elintapoja voidaan edistää ohjelmilla, eri-ikäisille työntekijöille sopivilla työterveyspalveluilla sekä esimerkiksi liikunta- ja painonhallintaa edistävillä tukiryhmillä. Eri toimenpiteet yhdessä tukevat työssä jaksamista, ehkäisevät sairauspoissaoloja ja työkyvyttömyyseläkkeitä sekä vähentävät näistä aiheutuvia kustannuksia.

Heikon fyysisen toimintakyvyn jakautuminen 18–39-vuotiailla miehillä ja naisilla työn fyysisen kuormittavuuden mukaan. Vaaka-akselilla niiden osuus (%), joilla on heikko toimintakyky



Kuviosta ilmenee fyysisesti rasittavan työn voimakas yhteys heikkoon toimintakykyyn nuorilla, 18–39-vuotiailla työntekijöillä. Naisilla yhteys on voimakkaampi kuin miehillä. Puolella naisista, jotka tekevät fyysisesti erittäin raskasta työtä, on heikko toimintakyky.

Henkilöstöryhmien väliset erot

Terveyden ja työkyvyn ongelmat jakautuvat esimerkiksi ikäryhmien, naisten ja miesten sekä ammattiasemien välillä. Nuoret työntekijät käyttävät vanhempia työntekijöitä vähemmän työterveyden sairaanhoitopalveluja. Kuitenkin jo nuorten keskuudessa on runsaasti palveluja käyttäviä osaryhmiä, etenkin alemmissa ammattiasemissa. Naiset ovat miehiä ahkerampia työterveyspalvelujen käyttäjiä. Miesten elintavat ovat naisten elintapoja epäterveellisemmät.

Heikko työ- ja toimintakyky on yleisintä niillä, jotka tekevät fyysisesti kuormittavaa työtä ja työskentelevät alemmissa ammattiasemissa. Mitä enemmän työ aiheuttaa fyysistä kuormitusta, sitä enemmän todetaan sairauspoissaoloja ja sitä suurempi on riski siirtyä työkyvyttömyyseläkkeelle etenkin tuki- ja liikuntaelinsairauksien vuoksi. Erityisen suuri riski on niillä työntekijöillä, jotka kuormittavan työn lisäksi kärsivät mielenterveysongelmista.

Työkyvyn ja työssä jaksamisen turvaamiseksi on tärkeitä tunnistaa ongelmista eniten kärsivät henkilöstön osaryhmät, kuten esimerkiksi alemmissa ammattiasemissa ja kuormittavissa tehtävissä työskentelevät.

Tulevaisuuden työelämä ja henkilöstön terveys

Uusia haasteita aiheuttavat mm. työn digitalisoituminen ja mielenterveysongelmat jo nuorten työntekijöiden keskuudessa. Ikääntyvien työntekijöiden työkyvyn säilyminen eläkeikään saakka on entistä tärkeämpää pyrittäessä työurien pidentämiseen. Työolojen kehittäminen, työtehtävien muotoilu, osa-aikatyö, osasairauspäiväraha ja osa-aikaeläke sekä varhainen kuntoutus ovat keinoja, joilla voidaan edistää työssä jaksamista ja jatkamista. Tukena on Helsingin kaupungin työhyvinvointiohjelma, jossa työkyvyn ylläpitämiseen tähdätään eri henkilöstöryhmien, esimiesten ja työterveyden ammattilaisten yhteistyöllä.

Helsinki

Lue koko julkaisu täältä: [pdf](#)

Lisätietoja: Tea Lallukka puh. 029 41 27544

Sähköposti: [etunimi.sukunimi\(at\)helsinki.fi](mailto:etunimi.sukunimi(at)helsinki.fi)

Helsingin kaupunki, kaupunginkanslia, kaupunkitutkimus ja -tilastot
www.hel.fi/kaupunkitieto