

Pähkinäkuoressa

Hanna Ahlgren-Leinvuo, Jenni Erjansola, Minna Joensuu,
Netta Mäki, Minna Mänty ja Ari-Pekka Sihvonen

12.4.2022

Pääkaupunkiseudun asukkaiden hyvinvointi ja terveys vuonna 2021

Tutkimuksen tarkoitus

Pääkaupunkiseudun asukkaiden elinoloista saadaan paljon tietoa erilaisista rekistereistä. Monet hyvinvoinnin ja terveyden kannalta olennaiset tekijät – kuten väestön koettu elämänlaatu ja elintavat – ovat kuitenkin sellaisia, ettei niistä saada tietoa rekisterien pohjalta. Tästä syystä pääkaupunkiseudun kunnat toteuttivat yhdessä kyselytutkimuksen, jossa kerättiin tietoa väestön elinoloista, elämänlaadusta, osallisuudesta, terveydentilasta, toimintakyvystä, ja elintavoista. Tutkimusaineiston avulla voidaan tarkastella paitsi väestön hyvinvoinnin ja terveyden tilaa ja siinä tapahtuneita muutoksia niin myös sitä, minkälaiset tekijät ylipäättään vaikuttavat väestön hyvinvointiin ja terveyteen.

Päätulokset

- Terveytensä keskitasoisiksi tai sitä huonommaksi kokevien osuus on kasvanut. Näin on käynyt sekä pääkaupunkiseudulla että koko maassa, ja tämä liittyyneen ainakin osin koronaepidemiaan
- Mielen hyvinvoinnin haasteet ovat muita yleisempiä nuorissa ikäryhmissä. Myös koronan aikana nuoret aikuiset ovat kokeneet uupumuksen lisääntyneen kaikkein selvimmin.
- Liikaa alkoholia käyttävien ja humalahakuisesti juovien osuudet ovat pysyneet pääkaupunkiseudulla muuttumattomina verrattuna ajanjaksoon 2017–2018. Alkoholin liikakäyttö on yleisintä 65–79-vuotiaiden ikäryhmässä, humalahakuinen juominen 40–64-vuotiailla.
- Ainoastaan joka kolmas liikkuu terveyden kannalta riittävästi tai käyttää kasviksia ja hedelmiä suositusten mukaisesti.
- Alle 65-vuotiaista noin joka viides arvioi työkykynsä erinomaiseksi, joka toinen hyväksi ja joka kolmas huonoksi tai kohtalaiseksi.
- Lähes joka kymmenennen osallisuuden kokemus on hyvin vähäinen. Vähäinen osallisuuden kokemus on yhteydessä mm. heikompaan elämänlaatuun.
- Useampi kuin joka kymmenes tuntee itsensä yksinäiseksi melko usein tai jatkuvasti. Yksinäisyyden kokeminen on yleisintä 20–39-vuotiaiden ja yli 80-vuotiaiden ikäryhmissä
- Joka neljäs kokee menojen kattamisen tuloilla hankalaksi ja lähes joka viides on joutunut tinkimään ruoasta, lääkkeistä tai lääkärikäynneistä rahanpuutteen vuoksi.

Aineisto:

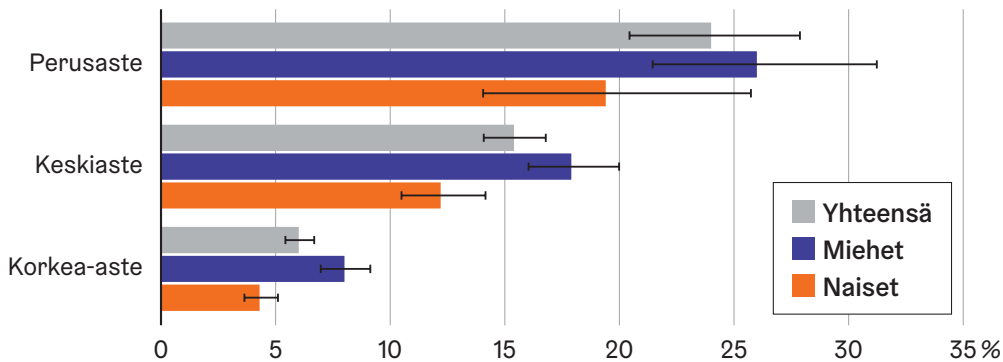
Tutkimus perustuu Helsingin, Espoon, Vantaan ja Kauniaisten kaupunkien keväällä 2021 toteuttaman kyselytutkimuksen aineistoon.

Tutkimukseen valittiin väestörekisterijärjestelmästä satunnaisesti 25 000 pääkaupunkiseudun 20 vuotta täyttäneitä asukasta.

Vastauksia kertyi lähes 12 000, joista 4 800 oli Helsingistä, 3 300 Espoosta, 2 600 Vantaalta ja 1 100 Kauniaisista. Kyselyn vastausprosentti oli 47.

Vastauksia on korjattu painokertoimen avulla. Kuntien erilainen ikärakenne on otettu huomioon käyttämällä analyyseissä ikävakiointia. Tuloksille esitetään lisäksi 95 prosentin luottamuskäyrit.

Päivittäin tupakkatuotteita tai nikotiinipitoisia sähkösavukkeita käyttävien ikävakioitu osuus (%) pääkaupunkiseudulla koulutusryhmittäin



Lähde: Pääkaupunkiseudun hyvinvointikysely 2021.

Koulutustausta yhteydessä moniin terveyden ja hyvinvoinnin ilmiöihin

Pääkaupunkiseudun asukkaiden hyvinvoinnissa ja terveydessä on huomattavia sosioekonomisia eroja. Yksi monessa tarkastelussa esiin nouseva sosioekonominen taustatekijä on koulutustaso: korkeasti koulutetut voivat monen indikaattorin mukaan paremmin ja heidän elintapansa ovat terveemmät. Koulutustaso on yhteydessä esimerkiksi itsearvioituun terveydentilaan. Korkea-asteen koulutuksen saaneet käyttävät muita koulutusryhmiä harvemmin alkoholia liikaa tai juovat humalahakuisesti. Koulutusryhmien väliset erot tupakkatuotteiden ja nikotiinipitoisten sähkösavukkeiden käytössä ovat todella suuret, ja eroja on myös kannabiksen käytössä. Koulutustaso on niin ikään selvästi yhteydessä liikkumisen määrään sekä kasvien ja hedelmien käyttöön. Hyvinvoinnin ja terveyden edistämistyössä yhtenä keskeisenä tavoitteena tulee olla väestöryhmien välisten terveyserojen kaventaminen.

Koronaepidemia on todennäköisesti syventänyt väestöryhmien välisiä eroja

Terveytensä heikoksi kokevien osuus on kasvanut koronaepidemian aikana ja uupumuksen tunne on lisääntynyt selvästi. Niin ikään psyykkisesti merkittävästi kuormittuneiden osuus on suurentunut. Alkoholin käytön muutos on polarisoitunut, ja huomattavasti suurempi osa on vähentänyt päivittäistä liikkumistaan kuin lisännyt sitä. Tämä kaikki heijastuu todennäköisesti epidemian jälkeen hoitovelkaan. Pääkaupunkiseudulla oli jo ennestään merkittäviä väestöryhmien välisiä terveyseroja, ja koronaepidemian aikana ne todennäköisesti ovat syventyneet entisestään. Muuttuvissa olosuhteissa tarvitaan yhä tarkempaa tietoa palvelujen ja etuuksien käytöstä sekä perheiden tilanteista. Tämä tutkimus tarjoaa omalta osaltaan näkökulmia siihen, mitä mahdollisuuksia uudenlainen tietovaranto voi tarjota paitsi tutkimukselle myös päätöksenteon valmistelulle ja päätösten vaikutusten arvioinnille.

Pääkaupunkiseudun asukkailla on huomattavia koulutusryhmittäisiä eroja esimerkiksi elintavoissa. Kuvioista nähdään, että päivittäinen tupakkatuotteiden tai nikotiinipitoisten sähkösavukkeiden käyttö on perusasteen koulutuksen omaavilla neljä kertaa yleisempää kuin korkeasti koulutetuilla.

Helsinki

Lue koko julkaisu täältä: [pdf](#)

Lisätietoja: Hanna Ahlgren-Leinvuo, p. +358 40 3347 382

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

Helsingin kaupunki, kaupunginkanslia, kaupunkitietoyksikkö
www.hel.fi/kaupunkitieto