

Terveyttä tukevat päätökset parantavat väestön terveyttä tehokkaammin kuin lääketieteen keinot

Suurin osa suomalaisista kuolee tarttumattomiin sairauksiin. Monet näistä sairauksista olisivat ehkäistävissä terveellisillä elintavoilla, todettiin Duodecimin ja Suomen Akatemian järjestämässä tarttumattomia sairauksia käsittelevässä konsensuskokouksessa.

Konsensuskokouksessa 28.4.2017 esitelty konsensuslausuma korostaa voimakkaasti ehkäisevän työn ja varhaisen puuttumisen merkitystä tarttumattomien sairauksien ehkäisyssä.

Konsensuslausuman pääsanoma on tiivistetty 12 suosituksiksi tarpeellisista toimenpiteistä sairauksien ehkäisemisessä. Keskeisiä keinoja ovat muun muassa järjestelmällinen liikuntamahdollisuuksien lisääminen, systemaattinen ravitsemusohjaus, tehostettu tupakoinnin lopettamisen tuki ja terveystieteiden alkoholipolitiikka.

Terveiden ja hyvinvoinnin edistäminen tulee ottaa huomioon kaikessa yhteiskunnallisessa päätöksenteossa, todetaan lausumassa. Lainsäädännöllä on keskeinen ohjaava rooli esimerkiksi tupakan ja alkoholin käytön sekä muiden haitallisten elintapojen vaikutusten vähentämisessä.

Sairauksien ehkäisy vähentää eriarvoisuutta

Väestöryhmien väliset terveyserot ovat suurentuneet viime vuosina huolestuttavasti. Vakavat terveysongelmat ja ennenaikainen kuolleisuus kasautuvat pienituloisten ja vähän koulutettujen ryhmiin. Erot keskimääräisessä eliniässä väestöryhmien välillä ovat suurimmillaan jopa kymmenen vuotta.

– Eriarvoisuus ilmenee sosioekonomisten ryhmien välillä lähes kaikilla hyvinvoinnin ja terveyden

ulottuvuuksilla, kuvailee konsensuskokouksen ohjausryhmän puheenjohtaja, professori **Matti Uusitupa**. Erityisen huolestuttavaa on terveyserojen periytyminen seuraaviin sukupolviin, hän toteaa.

Ehkäisevään työhön panostaminen vähentää eriarvoisuutta ja kaivata terveyseroja, todetaan konsensuslausumassa. Varhainen tuki on tehokkainta sikiöaikana, lapsuudessa ja nuoruudessa, mutta myös iäkkäiden toimintakykyä voidaan kohentaa ja elämänlaatua parantaa ehkäisevällä työllä.

– Terveyden edistämisen tulee olla osa kansalaisten arkea koko elämän ajan, kiteyttää Uusitupa.

Lue konsensuslausuma ja katso konsensuskokouksen videotallenne: bit.ly/konsensus2017 ■

Konsensuskokous 2017

Tarttumattomien sairauksien ehkäisy

kansalaiset ja eriarvoisuus |
liikunta | ravitsemus |
sairauslähttöisyys |
tupakka ja alkoholi

Suomalainen Lääkäriseura Duodecim ja Suomen Akatemia

