

Kollanus, V., Meriläinen, P. & Lanki, T.
Terveyden ja hyvinvoinnin laitos
Vanhustyö-lehti 2/2021

Ilmastonmuutos vaikuttaa ikääntyneiden terveyteen ja hyvinvointiin

Suomessa ilmastonmuutos lisää ikääntyneiden keskuudessa esimerkiksi helteestä aiheutuvia terveyshaittoja. Haittavaikutusten ehkäisy edellyttää lyhyen ja pitkän aikavälin varautumistoimia ja suunnitelmallista sopeutumista muuttuviin olosuhteisiin.

Ilmastonmuutos näkyy ja tuntuu myös Suomessa. Lämpötilat kohoavat erityisesti talvella, mutta myös kesät lämpenevät ja helleaallot yleistyvät. Sateet lisääntyvät, talvet muuttuvat vähälumisemmiksi ja pilvisemmiksi ja liukkaat kelit yleistyvät. Ilmastonmuutoksen terveysriskit ovat Suomessa huomattavasti vähäisempiä kuin monissa muissa maissa, koska ilmastollinen lähtökohtamme on suotuisa ja terveydenhuolto ja muu yhteiskunnallinen infrastruktuuri kehittyntä. Ilmastonmuutos vaikuttaa kuitenkin myös suomalaisten terveyteen monin tavoin.

On odotettavissa, että ilmastossa tapahtuvien muutosten myötä helteen terveyshaitat, liukastumistapaturmat, vesivälitteiset epidemiat, vektorivälitteiset infektiosairaudet sekä rakennusten kosteusvaurioihin liittyvät sisäilmaongelmat lisääntyvät Suomessa. Muita vaikutuksia ovat esimerkiksi siitepölystä aiheutuvien allergiaoireiden lisääntyminen, talvien synkkenemiseen liittyvät masennusoireet sekä sään ääri-ilmiöistä johtuvat tapaturmat. Pakkaseen liittyvät terveyshaitat todennäköisesti vähenevät. Myös ilmaston muuttumisesta meillä ja muualla aiheutuvat sosioekonomiset ja yhteiskunnalliset vaikutukset heijastuvat terveyteen ja hyvinvointiin.

Ilmastonmuutoksen voimakkuus tulevaisuudessa riippuu torjuntatoimien onnistumisesta, mutta vaikka kasvihuonekaasupäästöjen hillinnässä onnistuttaisiin, ei ilmaston muuttumista voida täysin estää. Haittojen ehkäisy edellyttää siis yhteiskunnan sopeutumista muuttuviin olosuhteisiin. Sopeutumista edistäviä toimenpiteitä pohdittaessa on tärkeää huomioida, että väestön voimakas ikääntyminen tulevana vuosikymmeninä lisää ilmastonmuutoksen terveyshaittoja.

Sosiaali- ja terveysministeriö on valmistellut yhdessä Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen ja Työterveyslaitoksen kanssa ilmastonmuutokseen sopeutumisen suunnitelmaa, joka julkaistaan keväällä 2021. Suunnitelman tavoitteena on edistää sopeutumistoimenpiteitä sosiaali- ja terveydenhuoltosektorilla.

Helle on terveysriski erityisesti ikääntyneille

Helteen terveyshaitat ovat todennäköisesti merkittävin ilmastonmuutoksen suora terveysvaikutus Suomessa. Ikääntyneet ovat erityisen herkkiä kuumuuden haittavaikutuksille, sillä vanhetessa elimistön lämmönsäätelykyky laskee ja nestehukan riski suurenee. Terveyshaittoja lisäävät myös

monet sairaudet ja lääkitykset sekä sosiaaliset ja ympäristötekijät, kuten yksin eläminen ja eristäytyneisyys tai helposti ylikuumentuva asunto.

Kuumuudesta ja nestehukasta aiheutuu niin lieviä kuin vakaviakin haittoja. Helteellä sairaalahoidon tarve ja kuolleisuus kasvavat erityisesti yli 65-vuotiaiden ja pitkäaikaissairauksista kärsivien keskuudessa. Pitkittyneiden helleaaltojen aikana vaikutukset lisääntyvät voimakkaasti. Joitakin viikkoja kestävästä kuumasta jaksosta voi aiheutua Suomessa nykyisin useita satoja kuolemia.

Helle ei ole riski vain kotona asuville ikääntyneille. Kuolleisuus lisääntyy selvästi myös terveyden- ja sosiaalihuollon hoito- ja hoivalaitoksissa, ja valtaosa helleaaltojen aiheuttamista ennenaikaisista kuolemista tapahtuu Suomessa sairaaloiden ja terveyskeskusten vuodeosastoilla. Tämä osoittaa, etteivät hoitolaitokset ole varautuneet riittävän hyvin kuumien sääntöihin.

Helteen terveyshaitat ovat ehkäistävissä

Helteen vakavien terveyshaittojen ehkäisy edellyttää herkkien väestöryhmien suojaamista. Varautumista on tärkeää kehittää erityisesti hoito- ja hoivalaitoksissa, joihin sijoittuu ikääntyneitä ja pitkäaikaissairaita. Kaikissa laitoksissa tulisi laatia helteen varalle toiminta- ja valmiussuunnitelmat sekä henkilökunnalle suunnatut ohjeistukset. Keskeistä varautumisessa on pyrkiä parantamaan sisälämpötilojen hallintaa.

Terveyden- ja sosiaalihuollon toimenpiteitä tarvitaan myös kotona asuvien ikääntyneiden suojaamiseksi. Kotihoidon palveluissa pitäisi kiinnittää huomiota hellehaittojen ehkäisyyn mm. ohjeistamalla asiakkaita ja tarvittaessa lisäämällä asiakkaiden terveydentilan seuranta ja muita palveluita väliaikaisesti. Perussairauksien hoidossa tulisi myös ennakoivasti ohjeistaa potilaita siitä, kuinka kuumuus vaikuttaa sairauteen tai lääkitykseen.

Helteen terveyshaittojen ehkäisy riippuu viime kädessä paikallistason varautumistoimista. Varautumisessa tulee kiinnittää huomiota akuutteihin toimenpiteisiin, joilla pyritään suojaamaan väestöä ja erityisesti riskiryhmiä voimakkaiden helleaaltojen aikana. Lisäksi on tarpeen pohtia kuinka hellehaittoja voidaan torjua pidemmällä aikavälillä mm. rakennus- ja kaupunkisuunnittelun avulla. Kuntien ja sosiaali- ja terveydenhuollon toimintayksiköiden varautumista tulee myös tukea kansallisilla suosituksilla ja ohjeistuksilla sekä selkeillä linjauksilla eri toimijoiden vastuista ja rooleista toimenpiteiden toteutuksessa.

Lisätietoa ilmastonmuutoksen ja helteen terveysvaikutuksista:

thl.fi/ilmastonmuutos

thl.fi/helle