



# Tillgången till högklassiga grönområden i städerna varierar – utomhusvistelse i grönområden kan kopplas till hälsan

## CENTRALA RÖN

- Största delen av de som bor i Finlands stadsregioner bor på 300 meters avstånd från grönområden. Avståndet till grönområden av olika kvalitet varierar dock.
- Välsituerade bostadsområden ligger närmare vidsträckta grönområden och skogar, medan bostadsområden som har det sämre ställt ligger närmare grönområden som där det finns rekreationstjänster och gångtrafikleder.
- Antalet grön- eller vattenområden i närheten av hemmet och en utsikt över grön- eller vattenområden från hemmets fönster kunde inte kopplas till självanmäld användning av läkemedel.
- Personer som vistades ute i grönområden flera gånger i veckan använde mindre psyko-farmaka samt blodtrycks- och astmaläkemedel.
- Slutsatsen av undersökningen är att man i stadsplaneringen bör sträva efter att bevara en god tillgång till grönområdena och fästa större uppmärksamhet vid ett jämnt utbud av högklassiga grönområden för alla befolkningsgrupper.
- Med tanke på hälsan är det nyttigt att röra sig i grönområdena på samma sätt som motion i allmänhet är.

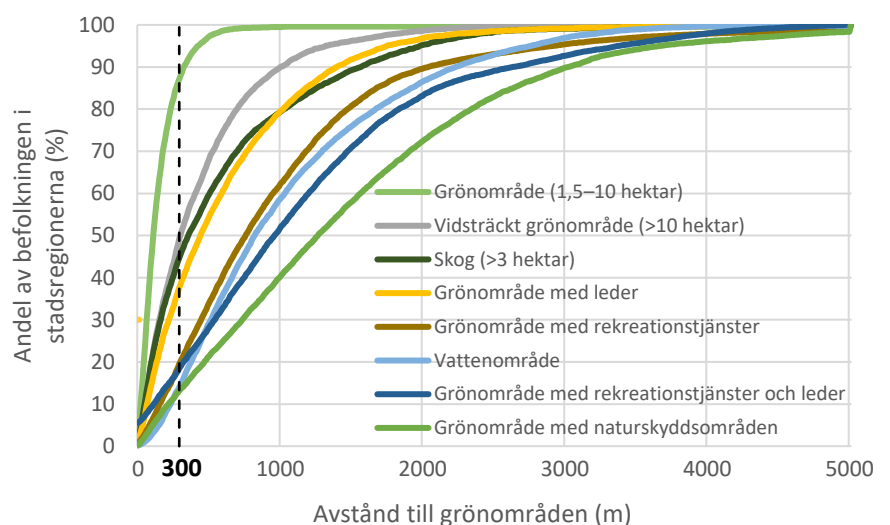
Städernas grön- och vattenområden ökar de boendes trivsel och främjar hälsan. De uppmuntrar till fysisk aktivitet, erbjuder mötesplatser, minskar stress och stöder immunsystemets funktion och att barn utvecklas normalt (Malinen m.fl. 2020). Närnaturen gynnar alla befolkningsgrupper, men i synnerhet de som inte har möjlighet att resa till mer avlägsna naturobjekt.

Närheten till grönområden ökar användningen av dem. Utöver ett kort avstånd har grön- och vattenområdenas kvalitet en inverkan: storlek, leder och olika rekreationstjänster påverkar användningen av dem (Vierikko och Yli-Pelkonen 2019). Ur användarnas synvinkel varierar de viktiga kvalitetsfaktorerna mellan olika grönområden. På skogbevuxna objekt upplevs storlek och biologisk mångfald som faktorer som förbättrar kvaliteten (Wang m.fl. 2019), i parkerna däremot bänkar och växtlighet med många skitt (Vierikko m.fl. 2020).

Internationella undersökningar har visat att tillgången till grönområden i bostadsområden som har det sämre ställt socioekonomiskt ofta är sämre jämfört med välsituerade områden (EEA 2021). De finländska städerna har relativt mycket grönska, men finns det orättvisor i tillgången till och kvaliteten på grön- eller vattenområden?

En bra förort: I forskningsprojektet Geografisk information och invånarupplevelser vid utvärdering och utveckling av trivsel och livskraft (HYVIÖ) utredes hur bostadsområdets som har det välställt och sämre ställt påverkar tillgången till olika grönområden och vattenområden i de finländska stadsregionerna. Dessutom utredde vi med hjälp av tidigare insamlat material från Huvudstadsregionens miljöhälsoenkät hur antalet grön- och vattenområden i närheten av hemmet, utsikt över grön- och vattenområden från hemmets fönster och utomhusvistelse i grönområdena är kopplat till respondenternas hälsa.

## Tillgången till grönområden av olika kvalitet varierar



**Figur 1. Andel (procent) av befolkningen i Finlands stadsregioner (sammanlagt 2,7 miljoner personer), som bor på olika avstånd från olika typer av grönområden. I allmänhet är det rekommenderade maximiavståndet till ett grönområde 300 meter.**

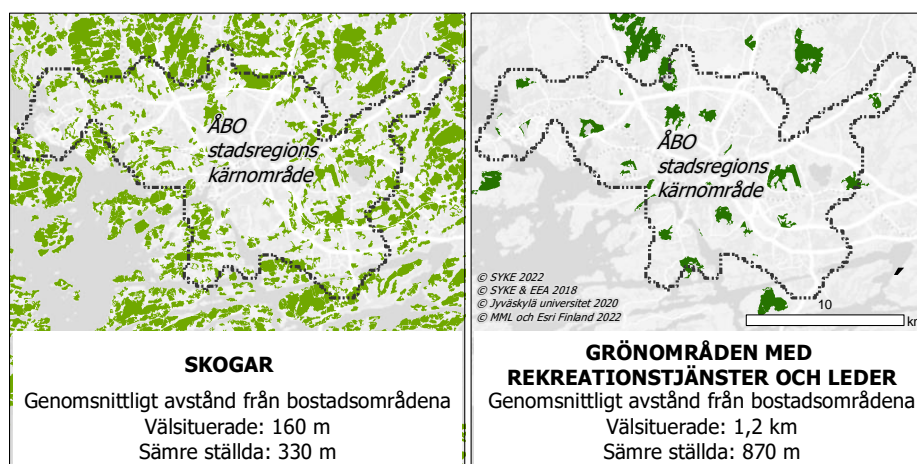
## Så här gjordes undersökningen:

- Finlands miljöcentral undersökte huruvida bostadsområdet var väl-situerat eller hade det sämre ställt påverkar tillgången till grönområden och vattenområden av olika kvalitet i Finlands största stadsregioner (Helsingfors, Jyväskylä, Kuopio, Lahtis, Uleåborg, Tammerfors, Åbo).
- Som kvalitetsfaktorer för grönområdena beaktades områdets marktäckte, storlek, rekreationstjänster och rutter samt antalet skyddade områden. Materialet bestod bland annat av Urban Atlas jordtäckesmaterial samt databasen LIPAS för motionsplatser och rekreationsobjekt.
- Huruvida bostadsområdet var väl-situerat eller hade det sämre ställt fastställdes på basis av inkomstnivå, utbildning och arbetslöshet. Avståndet till grön- och vattenområden mättes som gångavstånden längs vägnätet.
- Institutet för hälsa och välfärd genomförde 2015–2016 en enkät om huvudstadsregionens miljöhälsa och vars mål var att utreda stadsbefolkningens upplevelser av livsmiljöns kvalitet och bedöma eventuella hälsorisker som livsmiljön orsakade. För postenkäten plockade Myndigheten för digitalisering och befolkningsdata ut ett slumpmässigt urval på 16 000 25 år fyllda personer bland den finskspråkiga befolkningen i Helsingfors, Esbo och Vanda. Av dem som ingick i urvalet svarade 47 procent på enkäten.

Största delen (88 procent) av de som bor i stadsregionerna bor på högst 300 meters avstånd från ett grönområde på minst 1,5 hektar (figur 1). Tillgången till grönområden av olika kvalitet varierar dock. Ungefär hälften av de som bor i stadsregionerna bor i omedelbar närhet av stora (minst 10 hektar) grönområden eller skogar (minst 3 hektar). Mindre än en femtedel av stadsregionernas befolkning bor på mindre än 300 meters avstånd från vattenområden samt från grönområden där det finns rekreationstjänster, såsom fågeltorn, informationspunkter, vindskydd, badplatser eller utemotionsplatser.

## De mest välsituerade bor närmare skogar

Grönområden av hög kvalitet finns både i närheten av bostadsområden som har det välställt och också sämre ställt. De vidsträckta grönområdena och skogarna ligger i genomsnitt närmare välsituerade områden, medan de grönområden som innehåller rekreationstjänster och rutter ligger närmare områden som har det sämre ställt (figur 2). Därmed stöder resultaten från Finlands stadsområden inte uppfattningen om att tillgången till grönområden för dem som bor i områden som är socioekonomiskt sett svagare i allmänhet skulle vara sämre eller att grönområdena har sämre kvalitet jämfört med dem som bor i välsituerade områden.



Figur 2. Skogar samt grönområden som innehåller rekreationstjänster och rutter på en karta över Åbo stadsregion. Skogarna låg i genomsnitt närmare välsituerade områden, medan grönområdena som innehåller rekreationstjänster och rutter låg närmare områden som hade det sämre ställt.

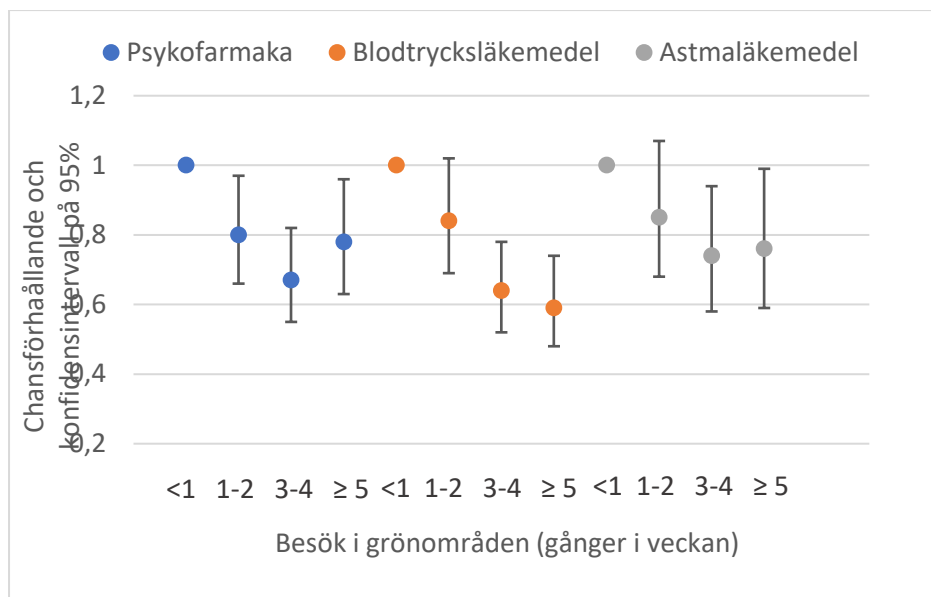
## Riklig vistelse ute i grönområden kan kopplas till mindre användning av läkemedel

Det fanns inget samband med självanmäld användning av psykofarmaka eller blodtrycks- och astmaläkemedel och personer som har grön- eller vattenområden på en kilometers avstånd från hemmet och att titta på utsikten över grön- eller vattenområden från hemmets fönster bland dem som svarade på huvudstadsregionens miljöhälsoenkät. Däremot använde personer som vistas utomhus i grönområden minst tre gånger i veckan mer sällan psykofarmaka samt blodtrycks- och astmaläkemedel jämfört med personer som vistas utomhus i grönområden en gång i veckan (figur 3). Fyndet kan tolkas vittna om att utomhusvistelse i grönområden främjar hälsan, men också om att utomhusvistelse i grönområden förutsätter att man har en tillräckligt god hälsa. Eftersom det inte är fråga om en uppföljningsundersökning kan man inte dra mer långtgående slutsatser om de samband som observerats. Respondentens socioekonomiska ställning påverkade inte de undersökta sambanden, men ett högre viktindex försämrade sambandet mellan utomhusvistelse i grönområden och minskad användning av blodtrycks- och astmaläkemedel. Resultaten tyder på att en eventuell hälsonytta av utomhusvistelse åtminstone delvis förmedlas genom fysisk aktivitet i grönområden. Man vet att fysisk aktivitet gynnar hälsan på många sätt. I denna undersökning använde man användningen av läkemedel, vilket tyder på lindriga symtom på sjukdomar som kräver allvarigare läkemedelsbehandling, som en indikator för hälsotillståndet.

## Förortsprogrammet 2020–2022

I regeringens förortsprogram 2020–2022 ställdes som mål främjandet av de boendes välbefinnande och livskraft i förorterna genom att trygga en god nivå på tjänsterna och på boendet (Miljöministeriet 2022).

Man ville särskilt ingripa i differentieringen av områdena och stärka delaktigheten hos de boende i förorterna, bostadsområdenas särprägel och sociala identitet. I förortsprogrammet ville man stöda övergripande och tväradministrativa utvecklingsplaner samt stärka kunskapsunderlaget.



**Figur 3. Antalet besök i grönområdena och sannolikheten att man använder läkemedel. Personen som besöker grönområden mindre än en gång i veckan fungerade som jämförelsegrupp, ett lägre chansförhållande innebär mindre sannolikhet för läkemedelsanvändning.**

## En god tillgång till högklassiga grönområden i stadsregioner bör tryggas

Vår undersökning visar att tillgången till grönområden påverkas avsevärt av vilket slags grönområde det är fråga om. Om allt grönt marktäckande räknas som grönområde har de som bor i Finlands stadsregioner en mycket god tillgång till dessa områden. Tillgången försämrars dock väsentligt när man tar i beaktande kvaliteten på grönområdet. Vår undersökning betonar också ett bättre beaktande av grönområdenas kvalitet i stadsplaneringen och -forskningen. Det är särskilt viktigt att beakta kvaliteten i de allt tätare städerna, där nätverket av grönområden utsätts för ett betydande användnings- och byggnadstryck. Man bör fästa särskild uppmärksamhet vid lika möjligheter för de som bor i bostadsområden som har det socioekonomiskt sett välställt och sämre ställt att få tillgång till grönområden samt att få naturens hälsofördelar. Det är möjligt att grönområden i naturtillstånd, såsom skogar, som i denna undersökning var lättare tillgängliga för dem som har det bra ställt, medför större hälsofördelar (Aerts m.fl. 2018). Frågan måste dock undersökas ytterligare. Tidigare undersökning tyder också på att grönområdenas kvalitet påverkar användningen av dem. Detta är viktigt med tanke på vår undersökning, eftersom endast de mest aktiva användarna av grönområdena hade ett samband med hälsan. Eftersom det inte är fråga om en uppföljningsundersökning är det å andra sidan möjligt att en bättre hälsa förklarar en aktiv användning.

## Källor

Aerts, R., Honnay, O., & Van Nieuwenhuysse, A. (2018). Biodiversity and human health: mechanisms and evidence of the positive health effects of diversity in nature and green spaces. *British Medical Bulletin* 127, 5–22. doi - 10.1093/bmb/ldy021

European Environment Agency (EEA) (2021). Who benefits from nature in cities? Social inequalities in access to urban green and blue spaces across Europe. doi - 10.2800/041176

Malinen H., Finel N., Tiitu M., Vierikko K., Tuhkanen E.-M., Sinkkonen A., Matila, A., Lahti E., Hannonen, P., & Hapuoja A. (2020). Elämänmittainen lähivihreäpolku. Tietopaketti lähi- luonnon hyvinvointivaikutuksista. Miljöministeriet och Finlands miljöcentral. <https://jul-kaisut.valtioneuvosto.fi/handle/10024/162679>

Vierikko K., Gonçalves P., Haase D., Elands B., Ioja C., Jaatsi M., Pieniniemi M., Lindgren J., Grilo F., Santos-Reis M., Niemelä J., & Yli-Pelkonen V. (2020). Biocultural diversity (BCD) in European cities – Interactions between motivations, experiences and environment in public parks. *Urban Forestry & Urban Greening*, 48. doi - 10.1016/j.ufug.2019.126501

Vierikko K., & Yli-Pelkonen V. (2019). Seasonality in recreation supply and demand in an urban lake ecosystem in Finland. *Urban Ecosystems*, 22(4), 769–783. doi - 10.1007/s11252-019-00849-7

Wang Y., Kotze D. J., Vierikko K., & Niemelä J. (2019). What makes urban greenspace unique—Relationships between citizens' perceptions on unique urban nature, biodiversity and environmental factors. *Urban Forestry & Urban Greening*, 42, 1–9. doi- /10.1016/j.ufug.2019.04.005

Miljöministeriet (2022). Förortsprogrammet 2020–2022 <https://ym.fi/lahioiden-kehittaminen>

---

**Arto Viinikka, Maija Tiitu, Vuokko Heikinheimo, Jenni Lehtimäki, Kati Vierikko, Elina Nyberg**

Finlands miljöcentral

**Jaana I. Halonen, Anu Turunen, Tytti Pasanen**

Institutet för hälsa och välfärd

#### **Denna publikations referens:**

Viinikka A., Tiitu M., Heikinheimo V., Turunen, A., Lehtimäki J., Vierikko K., Nyberg E., Pasanen T., Halonen J. I. (2022). Tillgången till högklassiga grönområden i städerna varierar – utomhusvistelse i grönområden kan kopplas till hälsan. *Forskning i korthet* 3/2023. Institutet för hälsa och välfärd, Helsingfors.

**HYVIÖ-projektet är en del av Förortsprogrammet 2020–2022 som finansieras av miljöministeriet.**



**Institutet för hälsa och välfärd**

ISBN 978-952-408-029-3 (webbversion)

ISSN 2323-5179 (nätpublikation)

<http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-408-029-3>