



Eduskunnan IKÄ-verkoston tietopaketti 1/2022

Julkaisija: [IKÄINSTITUUTTI](#)

23.5.2022

Missä ovat iäkkäiden mielenterveyspalvelut? Kenelle kuuluu mielen hyvinvoinnin edistäminen?

Mielen hyvinvoinnin vahvistaminen osaksi hyte-työtä

Aloitin Ikäinstituutin johtajana helmikuun alussa ja minulla on ilo jatkaa Päivi Topon työtä eduskunnan IKÄ-verkoston sihteerinä. Verkosto järjestää ajankohtaisia teemoista webinaareja pari kertaa vuodessa. Verkoston puheenjohtaja Ilmari Nurmisen mukaan verkosto on hyvä keskustelufoorumi lainsäätäjien, järjestökentän ja asiantuntijoiden välillä.

Vuoden ensimmäisen tilaisuuden teemana oli mielen hyvinvoinnin edistäminen ja mielenterveystyö. Teema on hyvin ajankohtainen, kun elämämme epävakaassa maailmantilanteessa koronan, Ukrainan sodan ja kasvavan inflaation vuoksi.

Tutkimusjohtaja, psykologian dosentti Katja Kokko alusti mielen hyvinvoinnin positiivisista ulottuvuuksista ja Ikäinstituutin toimialapäällikkö Sirkkaliisa Heimonen nosti esille järjestöjen tärkeän ja voimavarakeskeisen työn iäkkäiden mielen hyvinvoinnin ja osallisuuden edistämiseksi. Työn tuloksellinen toteuttaminen vaatii toimintamalleja ja rakenteita kuntien ja hyvinvointialueiden hyte-työhön.

Johtaja, asiantuntijalääkäri Meri Larivaara, MIELI ry:stä kertoi iäkkäiden mielenterveyden tilasta, hyvinvoinnin- ja terveyspolitiikan linjauksista sekä tarvittavista askelista tuleville vuosille.

Kansanedustaja Merja Kyllönen painotti kommenttipuheenvuorossaan, että julkinen keskustelu ikääntymisen ongelmakohdista ja haasteista tulisi yhdessä kääntää enemmän voimavaroja lisäävään ja kasvattavaan puheeseen. Palveluissa tulisi paremmin huomioida ihmisen kokonaisvaltaisen terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen ja hoitaminen.

Edustaja Mia Laiho toivoi, että kunnat satsaavat jatkossakin riittävästi ikäihmisten terveyttä ja toimintakykyä edistäviin asioihin. Ikäihmisten moninaiset tarpeet tulisi huomioida myös hyvinvointialueiden rakenteita ja palveluita suunniteltaessa.

Webinaarin osallistajat äänestivät ensimmäiseksi ratkaistaviksi asioiksi helposti saavutettavan mielen hyvinvointia vahvistavan toiminnan sekä matalan kynnyksen mielenterveyspalvelut terveysasemalle ja kotiin. Tästä tietopaketesta löydät tilaisuuden asiantuntijoiden puheenvuorojen tiivistykset ja diat.

Eduskunnan IKÄ-verkoston sihteeri
Katja Borodulin
johtaja, Ikäinstituutti

DIA 2

Miksi iäkkäiden mielen hyvinvointia kannattaa tukea?

Tutkimusjohtaja Katja Kokko, Jyväskylän yliopisto

DIA 3

Miten turvataan iäkkäiden riittävä ja laadukas mielenterveystyö?

Johtaja, asiantuntijalääkäri Meri Larivaara, Mieli ry



Iäkkäiden mielen hyvinvointia kannattaa tukea

Mielikuvat ikääntymisestä ja ikääntyvien ihmisten mielen hyvinvoinnista ovat usein kielteisesti sävyttyneitä. Puhutaan masentuneisuudesta ja yksinäisyydestä ja näiden seurauksista ikääntyville ihmisille itselleen, heidän omaisilleen ja yhteiskunnalle. Vähemmälle huomiolle ovat jääneet mielen hyvinvointiin liittyvät myönteiset ulottuvuudet, inhimilliset mahdollisuudet ja näiden synnyttämät yhteiskunnalliset säästöt.

Mielen hyvinvointi on muutakin kuin masentuneisuuden puuttumista. Se on keskeinen osa iäkkäiden ihmisten kokonaisyhyvinvointia ja toimintakykyisyyttä. Mielen hyvinvointiin kuuluu sellaisia myönteisiä ulottuvuuksia kuin tyytyväisyys elämään, elämän tarkoituksellisuuden kokemus, oman näköisen elämän eläminen ja tunne sosiaalisen ympäristön hallittavuudesta (kuvio 1). Myös sellaiset ulottuvuudet kuin elämän mielekkyys ja henkisyys kuvaavat ikääntyvien ihmisten mielen hyvinvointia.

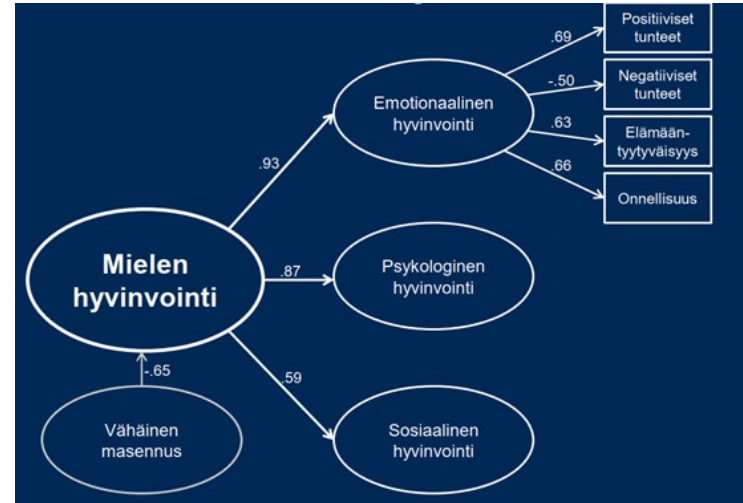
Mielen hyvinvoinnin myönteiset ulottuvuudet ovat itsessään inhimillisesti arvokkaita, mutta niillä on myös mielenterveyden pulmista riippumatonta ennustearvoa muun toimintakyvyn kannalta.

Myönteinen hyvinvointi myötävaikuttaa muun muassa pitempään elinikään ja parempaan terveyteen, vähäisempään terveyspalvelujen käyttöön

ja tätä kautta vähäisempiin niistä aiheutuneisiin kustannuksiin, sairauksista toipumiseen, runsaampaan fyysiseen aktiivisuuteen, parempaan kognitiiviseen toimintakykyyn ja vähäisempään yksinäisyyteen.

Mielen hyvinvointia voi esiintyä samanaikaisesti mielenterveyden pulmien kanssa, ja sen merkitys korostuu vastoinkäymisten ja menetysten yhteydessä. Mielen hyvinvointi on näissä tilanteissa voimavara, joka edesauttaa vaikeuksista selviämistä. Kun menetysten todennäköisyys kasvaa iän myötä, myös mielen hyvinvoinnin merkitys korostuu.

Ikääntyvien ihmisten myönteistä mielen hyvinvointia pitäisi tukea entistä vahvemmin, koska se on arvokasta sinällään ja se ennakoii muuta toimintakykyä. Ikääntyvien ihmisten hyvinvoinnin esiin nostaminen ja edistäminen vähentää myös ikään liittyviä kielteisiä mielikuvia ja syrjintää. On lisäksi olettavaa, että se on kustannustehokasta sekä suoraan että välillisesti. Huomion kiinnittäminen mielen hyvinvoinnin myönteisiin ulottuvuuksiin suuntaa huomion ikääntyvien ihmisten voimavaroihin, mikä osaltaan edistää heidän osallisuuttaan ja arvostustaan yhteisöissä ja yhteiskunnassa.



Kuvio 1. Mielen hyvinvoinnin ulottuvuuksia (mukaellen Kokko, K., Korkalainen, A., Lyyra, A.-L., & Feldt, T. (2013). Structure and continuity of well-being in mid-adulthood: A longitudinal study. *Journal of Happiness Studies*, 14, 99–114.)



[Katja Kokko: Miksi iäkkäiden mielen hyvinvointia kannattaa tukea? \(pdf\)](#)

[Lapsesta aikuiseksi \(LAKU\) — Liikuntatieteellinen tiedekunta \(juv.fi\)](#)

[Gerontologian tutkimuskeskus – GEREC \(gerec.fi\)](http://gerec.fi)



Eduskunnan IKÄ-verkoston tietopaketti 1/2022

Julkaisija: [IKÄINSTITUUTTI](#)

Meri Larivaara: Miten turvataan iäkkäiden riittävä ja laadukas mielenterveystyö?

Iäkkäiden riittävä ja laadukas mielenterveystyö

Mielenterveystyön tavoitteena on vahvistaa mielenterveyttä ja vähentää mielenterveyteen kohdistuvia uhkia. Mielenterveystyöhön kuuluvat edistävä työ, häiriöiden ehkäisy sekä mielenterveyspalvelut (Mielenterveyslaki 1990, 1§).

Iäkkäät mielenterveyspalveluissa

Pääsy perustason mielenterveyspalveluihin on vaikeutunut, ja psykiatrisen erikoissairaanhoidon jonot ovat kasvaneet. Iäkkäiden tilannetta ei raportoida erikseen.

Mielenterveyspalveluissa ei ole erityisiä ikääntyneille suunniteltuja palveluita. Kelan tukema kuntoutuspsykoterapia ei koske ikääntyneitä.

Iän myötä kasvava fyysinen sairastavuus ja toimintakyvyn heikkeneminen tarjoavat mahdollisuuden tunnistaa mielenterveyden ongelmia ja edistää mielenterveyttä eri palvelujen yhteydessä. Tämä mahdollisuus jää yleisesti hyödyntämättä.

Hyvinvointi- ja terveystyöohjelmat

Kansallisessa ikäohjelmassa psyykinen toimintakyky sisältyy toimintakyvyn säilyttämistä koskevaan tavoitteeseen. Mielenterveyteen liittyvät toimenpiteet puuttuvat toistaiseksi ikäohjelman toimeenpanosta.

Kansallisen mielenterveysstrategian linjauksissa ikääntyneiden mielenterveyden tarpeita ei jäsennetä selkeäksi kokonaisuudeksi. Mielenterveysosaamisen valtionavustushankkeista Uudellamaalla toimiva hanke vahvistaa mielenterveysosaamisen iäkkäiden palveluissa. Tulevaisuuden sote-keskushankkeissa on kehitetty palveluohjausta ja vahvistettu perustason mielenterveyspalveluita. Tämä hyödyttää myös iäkkäitä.

Iäkkäiden mielenterveydestä ja mielenterveystyöstä tarvitaan kokonaiskuva, joka jäsentää iäkkäiden mielenterveystyön kokonaisuuden ja eri toimijoiden suhteet toisiinsa. Valtakunnallisten ohjelmien toimenpiteissä tulee näkyä ikääntyneiden moninaisuus ja tarpeiden kirjo, mielenterveyden edistäminen erilaisen toimintakyvyn omaaville iäkkäille, ammattilaisten osaaminen ja mahdollisuudet tukea iäkkäiden mielenterveyttä sekä iäkkäiden yhdenvertainen pääsy mielenterveyspalveluihin.



[Meri Larivaara: Miten turvataan iäkkäiden riittävä ja laadukas mielenterveystyö?](#)
(pdf)



Eduskunnan IKÄ-verkoston tietopaketti 1/2022

Julkaisija: [IKÄINSTITUUTTI](https://www.ikainstituutti.fi)



Ikäinstituutti



Eduskunnan IKÄ-verkosto jakaa ajankohtaista tutkimustietoa iäkkäiden hyvinvoinnista, taloudesta, toiveista, tarpeista ja palveluiden toimivuudesta. Verkosto järjestää keskustelutilaisuuksia ja julkaisee tietopaketteja.

IKÄ-verkoston puheenjohtajana toimii kansanedustaja *Ilmari Nurminen*, varapuheenjohtajana kansanedustaja *Marko Kilpi* ja sihteerinä johtaja *Katja Borodulin* Ikäinstituutista.

Verkostoon ovat tervetulleita kansanedustajat, alan tutkijat sekä kansalaisjärjestöjen asiantuntijat.

Ilmoittaudu: ikaverkosto@ikainstituutti.fi.