Ikäinstituutti

Ikääntymisen myytit ja faktat tutkimuksen valossa

14.6. Eduskunnan IKÄ-verkoston järjestäytymiskokous

Katja Borodulin, Ikäinstituutin toiminnanjohtaja, kansanterveystieteen dosentti

Myytti 1: Vanhukset ovat yhtä harmaata massaa
Fakta: Käsityksemme vanhenemisesta on vanhentunut

- Tämän päivän 65-vuotiaat elävät keskimäärin: naiset 87-vuotiaaksi, miehet 83,5 –vuotiaiksi[1]
- Myöhäiskeski-ikä uusi ikävaihe. Se on terve, tuottava ja toimintakykyinen ikä. [2]
- Työkykyä ja toimeentuloa on, mutta eriarvoisuutta löytyy [2,3].
- Haasteena eriarvoisuus, mikä johtaa terveyseroihin ja lisääntyneisiin kustannuksiin.[4]

Toimenpiteet päättäjille:

- Muista iäkkäiden heterogeenisuus.
- Varmista kaikissa päätöksissä ikäpoliittinen arviointi väestöryhmittäin.
- Ainoa painopiste ei voi olla hoivakriisin ratkaiseminen.

Lähteet: 1) Tilastokeskus 2022; 2) Koskinen ym, Väestön terveys ja vanheneminen 2022; 3) Ilmarinen, Eläkeläisten talous ja vireys 2022; 4) Rahkonen ym, Sosiaaliset tekijät ja vanheneminen 2022.

Borodulin 2023©

Myytti 2: Ikääntyminen vie toimintakyvyn
Fakta: toimintakyvyn heikkenemiseen voidaan vaikuttaa

- Toimintakykyä voidaan ylläpitää elintavoilla ja edistämällä osallisuutta ja mielen hyvinvointia.
- Elintavoilla kustannusvaikuttavaa ennaltaehkäisyä toimintakyvylle:
  - Muistisairauksien riski madaltuu 30-40 % (1)
  - Liikunnan avulla riskejä madalletaan: kaatumisista johtuvat lonkkamurtumat vähenevät 30-50 % (2), hoivapalveluihin joutuminen vähenee 50 % (3), gerasteniariski madaltuu 63 % (4)
  - Liikuntaharjoittelulla säästettiin 42000 USD jokaista ehkäistyä kävelyvaikeutta kohden ja 49000 USD laatupainotettua elinvuotta kohden (5)

Toimenpiteet päättäjille:

- Edistä osallisuutta (liikkuminen, mieli, ympäristö, harrastaminen)
- Varmista iäkkäille: toimintakyvyn mukaista liikuntatoimintaa, kuljetuksia ja tapaamispaikkoja. Tämä oli myös Vanhusneuvostokyselyn 2022 keskiössä.

Borodulin 2023©

Lähteet: 1) Kulmala, Aivojen vanheneminen ja muistisairauksien ehkäisy, 2022; 2) Sherrington 2019, DOI: 10.1002/14651858.CD012424.pub2; 3) Paterson 2010, doi.org/10.1186/1479-5868-7-38); 4) Kolehmainen ym. Doi:10.1093/ageing/afaa132; 5) Pahor 2020, doi: 10.1111/jgs.16365

Myytti 3: Ikääntyminen on yhteiskunnalle kuluerä
Fakta: Ikääntyneet osallistuvat yhteiskuntaan taloudellisesti ja sosiaalisesti

- Iäkkäät maksavat veroja, ovat tärkeä ostovoima, antavat ilmaista apua läheisilleen ja vertaisina.
  - 63 % haluaisi tehdä työtä eläkkeellä [1]. Täysin työkykyisiä (70v+) on 45 % [2].
  - n. 40 % osallistuu yhdistystoimintaan ja n. 20 % seurakuntatoimintaan[3]
  - 66 % haluaa auttaa läheisiä askareissa ja 43 % auttaa lastenhoidossa [4]
- Nettomaksaja 75 ikävuoteen asti [5]
- Jos terveyttä, voimavaroja tai rakenteita ei ole, niin myöskään näitä tuottavuushyötyjä ei saada.

Toimenpiteet päättäjille:

- Mahdollista iäkkäiden osallistuminen työelämään ja vapaaehtoistyöhön, ml. kolmannen sektorin toiminnan varmistaminen.
- Muokkaa ikäasenteita syrjivästä inklusiiviseen

Lähteet: 1) Ilmarinen, Eläkeläisten talous ja vireys 2022; 2)) Koskinen ym, Väestön terveys ja vanheneminen 2022; 3) Koponen ym. 2018, THL; 4) Etu ry, Huomisen kynnyksellä 2022; 5) Kautto 2023, suullinen tieto.

Borodulin 2023©

Ikäinstituutti

Ikäinstituutti

Rakennamme innostavia ratkaisuja hyvään vanhenemiseen, jotta iäkkäillä ihmisillä olisi mahdollisuus

Liikkua oman hyvinvointinsa kannalta riittävästi

Vahvistaa mielen hyvinvointia helposti saatavilla olevien keinojen avulla

Kokea osallisuutta ja tulla kuulluksi

Asua ikäystävällisessä ja turvallisessa ympäristössä

KEHITTÄMISTYÖ, KOULUTUS, TUTKIMUS, VIESTINTÄ JA VAIKUTTAMINEN

Yhteistyön rakentaja | Ratkaisukeskeinen kehittäjä | Monipuolinen osaaja | Tiedon tuottaja

Kiitos!

katja.borodulin@ikainstituutti.fi
puh. 050 591 2413
@KatjaBorodulin

ikainstituutti.fi

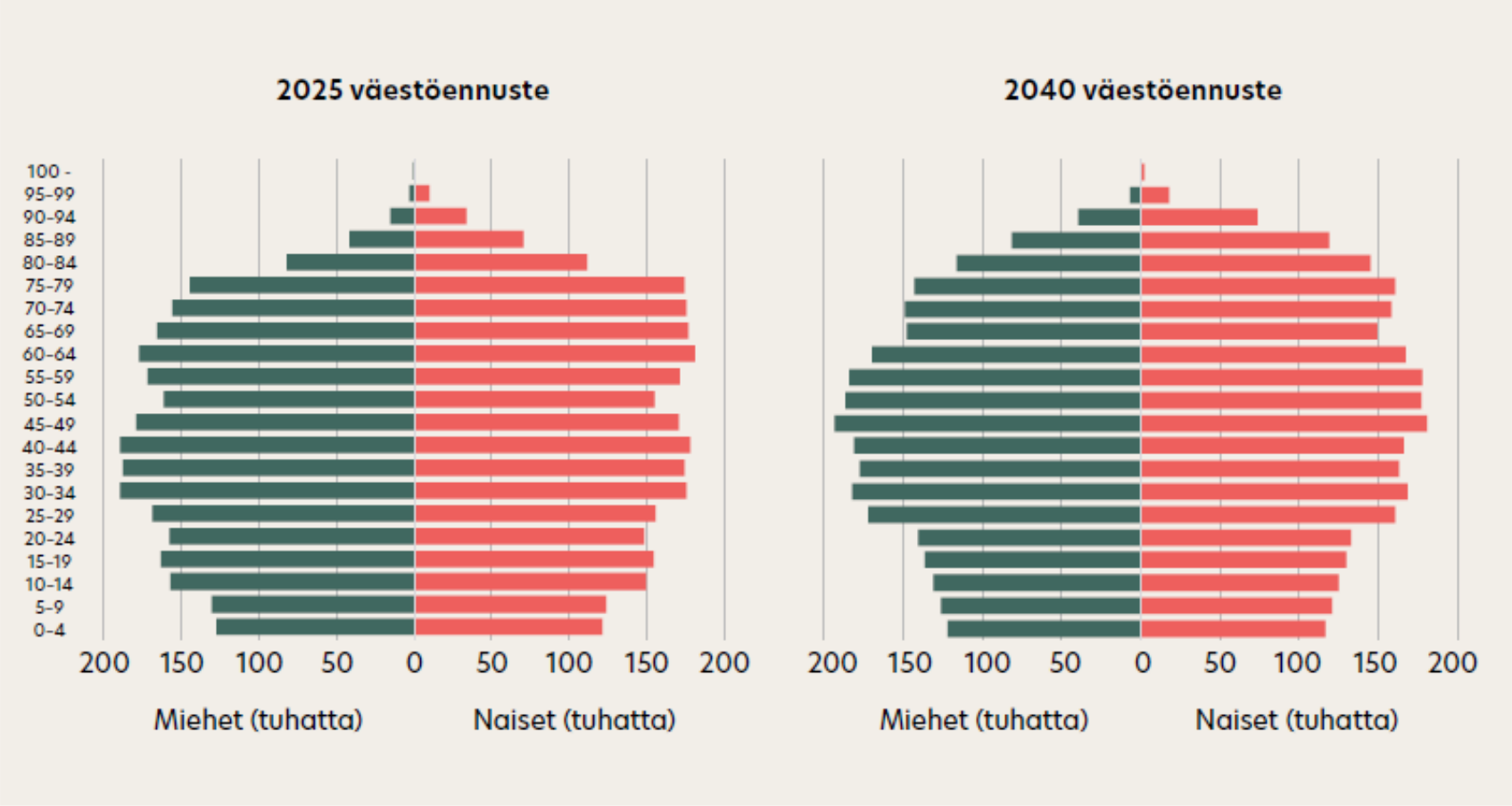
@ikainstituutti

Eroon ikäsyrjinnästä valtakunnallisessa päätöksenteossa

Eduskunnan IKÄ-verkoston käynnistämiskokous
14.6.2023
Vanhusasiavaltuutettu Päivi Topo

Vanhusasiavaltuutettu
Äldreombudsmannen

Väestörakenne muistuttaa muodoltaan muffinsia – ei pyramidia

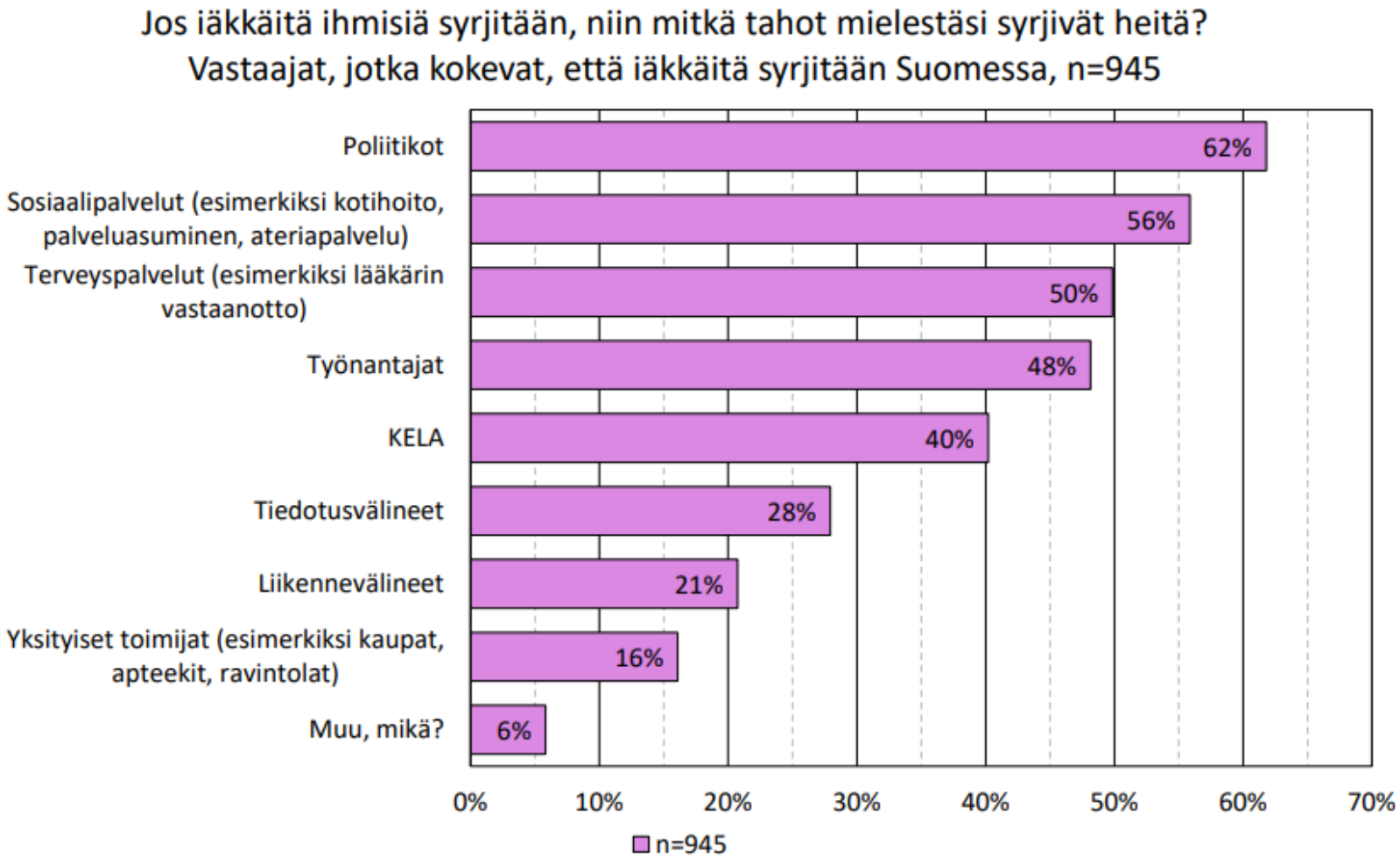


KUVIOT 1 JA 2. Väestöennusteet vuosille 2025 ja 2040. Lähde: Tilastokeskus.

https://vanhusasia.fi/julkaisut Vanhusasiavaltuutetun vuosikertomus 2023 valtioneuvostolle

Ikäsyrjintä on yleinen ja syvään juurtunut syrjinnän muoto

- Huomisen kynnyksellä – tutkimus 2022 (EETU ry), vastaajat 55–84 -vuotiaita, yht. 965 vastaajaa. Kirjekysely, vastausaktiivisuus 37 %.
  - 57 % arvioi, että ikääntyneitä kohdellaan nykyisin toisen luokan kansalaisina.
  - 71 % uskoo, että yhteiskunnassamme on paljon ikään perustuvaa syrjintää.
  - 65 % ei voi yhtyä väitteeseen, jonka mukaan ikääntyneisiin suhtaudutaan nykyisin enemmän voimavarana, ei minään kulueränä.



Vanhusasiavaltuutettu
Äldreombudsmannen

Vaarama M. Tavoitteena tavallinen, hyvä elämä. Kyselytutkimus 2022. VTKL. Vastaajat: +16-vuotiaita

Vanhusasiavaltuutetun havaintoja ilmeneekö ikäsyrjintää valtakunnallisessa päätöksenteossa – 12 asiakokonaisuutta analysoitu

1. HE 231/2021 vp (Ns. vanhuspalvelulaki II)
2. Valtioneuvoston ihmisoikeuspoliittinen selonteko VNS 10/2021
3. Lausuntopyyntö vammaispalvelulainsäädännön uudistuksesta
4. Vapaa!-Fri! Hanke
5. Luonnos Suomen digitaaliseksi kompassiksi
6. Toimeentulotukilain uudistamiseen liittyvä hallituksen esitysluonnos
7. Luonnos HE:ksi mielenterveys- ja päihdelainsäädännöksi
8. Suositus ”Toimintakyvyn arviointi iäkkäiden kotikuntoutuksessa”
9. Luonnos hallituksen esitykseksi laiksi potilasasiavastaavista ja sosiaaliasiavastaavista
10. Opasluonnos lääkinnälliseen kuntoutukseen ohjautumisen perusteista
11. Ikäohjelmaa koskeva valtioneuvoston periaatepäätös
12. Luonnos hallituksen esityksestä SORA-säännösten muuttamisesta.

Vanhusasiavaltuutettu havainnot ikäsyrjinnästä valtakunnallisessa päätöksenteossa

- Ikääntyneitä ei käsitellä asiakokonaisuudessa lainkaan, vaikka se vaikuttaa heihin.
- Ikääntyviä koskevat tiedot puutteellisesti esitetty joissakin asiakokonaisuuksissa.
- Kaikkein vanhimpia koskevat tiedot puuttuvat kokonaan.
- Palveluiden rajaaminen iän perusteella esillä yhdessä esityksessä.
- Ikääntyvien perusoikeuksien toteutumisen kannalta kohtuuttomia odotusaikoja palveluihin.

Vaikutukset ikääntyneisiin ihmisiin otettava huomioon valtakunnallisessa päätöksenteossa

- Jokainen päättäjä voi esittää kysymykset: miten tämä suunniteltu päätös vaikuttaa iäkkäisiin ja erityisesti kaikkein iäkkäimpiin?
- Näin edistetään ikääntyneiden mahdollisuuksia toimia yhteiskunnassa ja omassa elämässään – edistää koko yhteiskunnan toimivuutta.
- Vanhusasiavaltuutettu esittää, että säädetään velvoite ikävaikutusten arviointiin osaksi säädösvalmistelua ja poliittista päätöksentekoa.

Kiitos!

paivi.topo@oikeus.fi
vanhusasia@oikeus.fi
Twitter: @vanhusasia
Facebook: vanhusasiavaltuutettu
Vanhusasiavaltuutetun toimiston puhelin 029 566 6900