

Terveysliikunta Heinolassa ja Päijät-Hämeessä nyt ja tulevaisuudessa

3355/00.01.02/2019

Hyvoltk 20.03.2019 § 29

Valmistelija: liikuntapalvelujohtaja Matti Nieminen,
puh. 050 061 8785, etunimi.sukunimi@heinola.fi

WHO:n julkaiseman tutkimuksen mukaan(5.9.2018) maapallon asukkaista yli neljännes, 1,4 miljardia ihmistä lukeutuu vakavien sairauksien riskiryhmään liian vähäisen liikunnan vuoksi. Ongelma painottuu vauraiden maiden kansalaisiin, joiden paikallaan olo ja istuminen ovat lisääntyneet merkittävästi.

Vähäinen liikkuminen ja liikkumattomuus on myös suomalaisten suuri ongelma. Lukuiset tutkimukset osoittavat, että suomalaiset liikkuvat terveytensä kannalta aivan liian vähän. Erityisen huolestuttavaa on nuorten vähäinen liikkuminen.

Ennaltaehkäisevän ja kuntouttavan työn tärkeys korostuu, kun sairauden hoidon kustannukset kasvavat kiihtyvällä vauhdilla. Sosiaali- ja terveystalouden kustannukset kasvavat Päijät-Hämeessä vuonna 2019 n.35 milj.€ verrattuna vuoteen 2018. Kasvu on n. 100 000 €/päivässä. Terveystalouden ja hyvinvoinnin laitoksen(THL:n) asiantuntija-arvioiden mukaan kasvu on vuodesta 2016(menot 682milj.€) vuoteen 2040(1621 milj.€) lähes miljardi euroa(939milj.€).

Edellä mainituista syistä ihmisten sairastavuutta tulee vähentää kaikin eri keinoin. Ennaltaehkäisevään ja kuntouttavaan työhön tulee panostaa entistä tehokkaammin. Ihmisten aktiivisella elintapaohjauksella ja liikuntaneuvonnalla on jo nyt saatu merkittäviä tuloksia. Toimintaa kehittämällä saadaan yhä useammat kuntalaiset muuttamaan elintapojaan terveellisempään suuntaan.

Päijät-Hämeessä on jo usean vuoden ajan toiminut kuntien liikuntaneuvontajärjestelmä yhteistyössä Päijät-Hämeen hyvinvointiyhtymän ja Päijät-Hämeen Liikunta- ja Urheilu ry:n kanssa. Heinola on ollut tässä työssä edellä kävijä. Heinola profiloitui terveysliikuntakaupungiksi v.2006. Heinolaan on luotu liikuntaneuvonnan/elintapaohjauksen toimintamalli, jossa liikuntaneuvontaa ja elintapaohjausta toteutetaan moniammatillisella yhteistyöllä. Tämän järjestelmän toiminnan jatkuvuuden turvaaminen ja edelleen kehittäminen on todella tärkeää.

Moniammatillinen yhteistyö vaatii yhä tehokkaampaa elintapojen puheeksi ottoa eri ammattilaisten toimesta sekä moniammatillisen työn aktiivista koordinoitua ja lisää resursseja liikuntaneuvontaan ja oh-

jaustoimintaan, jotta yhä useammat vähän liikkuvat ihmiset saadaan liikkumaan ja parantamaan elintapojaan.

Liikuntapalvelujohtaja Nieminen on kokouksessa kuultavana.

Esityslistan liitteenä on liikuntaneuvonnan ja elintapaohjauksen organisointi Päijät-Hämeessä v. 2019 ja ja Arvio sosiaali- ja terveystalouden kustannusten kehityksestä Päijät-Hämeessä vuosina 2016-2040.

Hyvinvointijohtajan (PH) ehdotus:

Hyvinvointilautakunta päättää merkitä asian tiedokseen ja lähettää asian tiedoksi sosiaali- ja terveystaloutkunnalle.

Päätös: Hyvinvointilautakunta hyväksyi päätösehdotuksen yksimielisesti.

Muutoksenhaku: muutoksenhakukielto

Tiedoksianto: sähköposti sosiaali- ja terveystaloutkunta