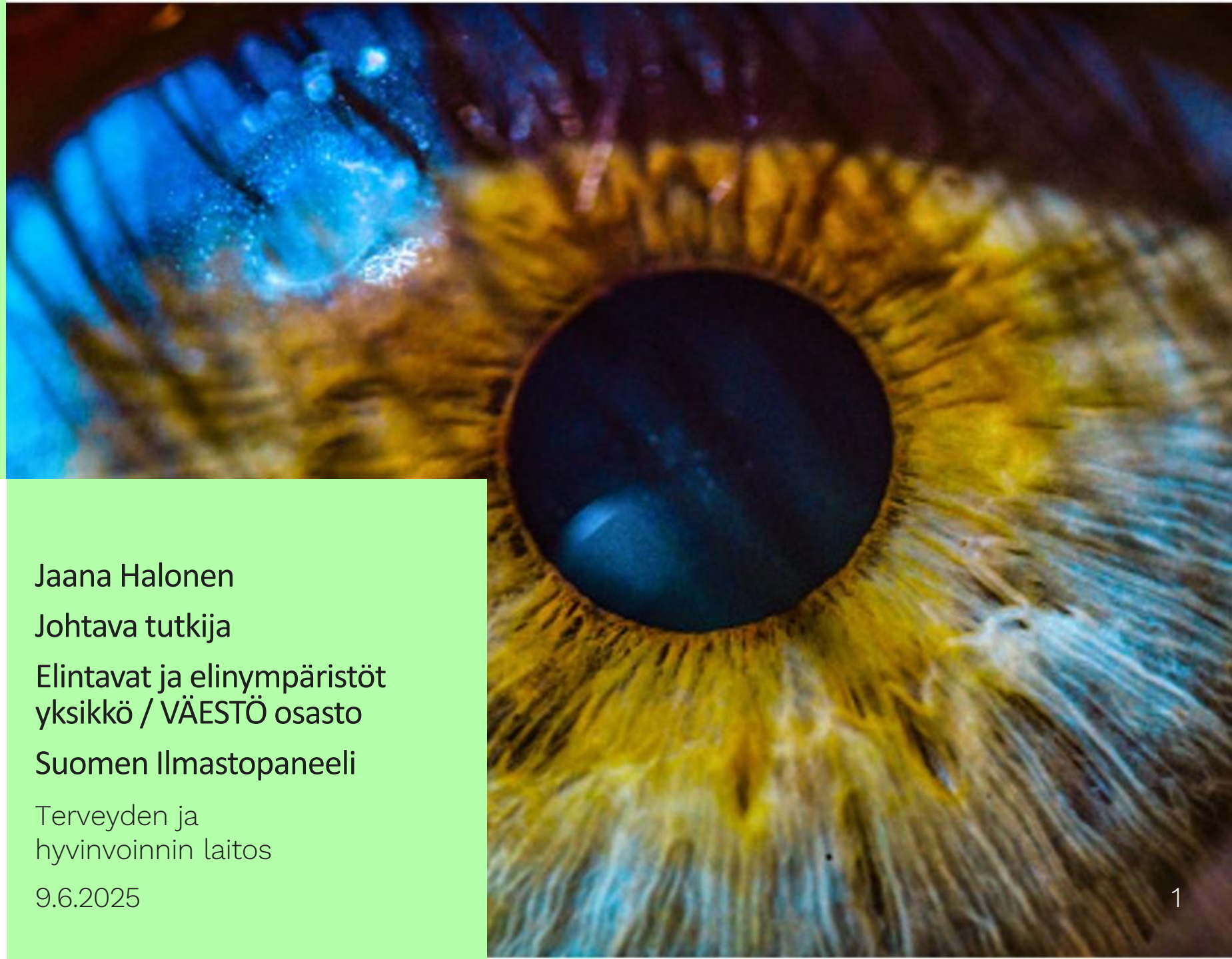
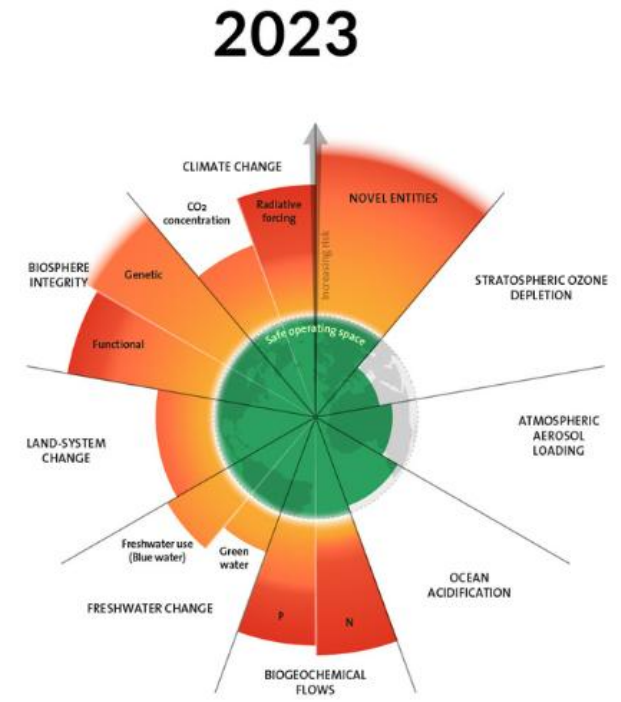
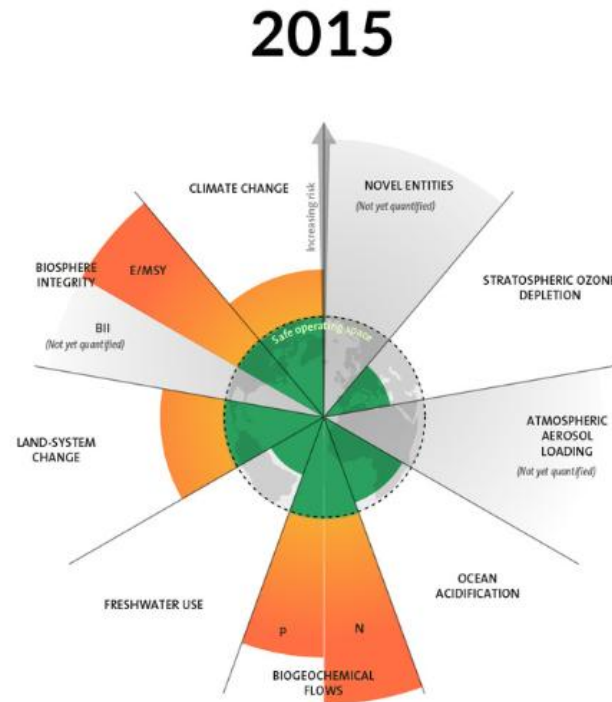
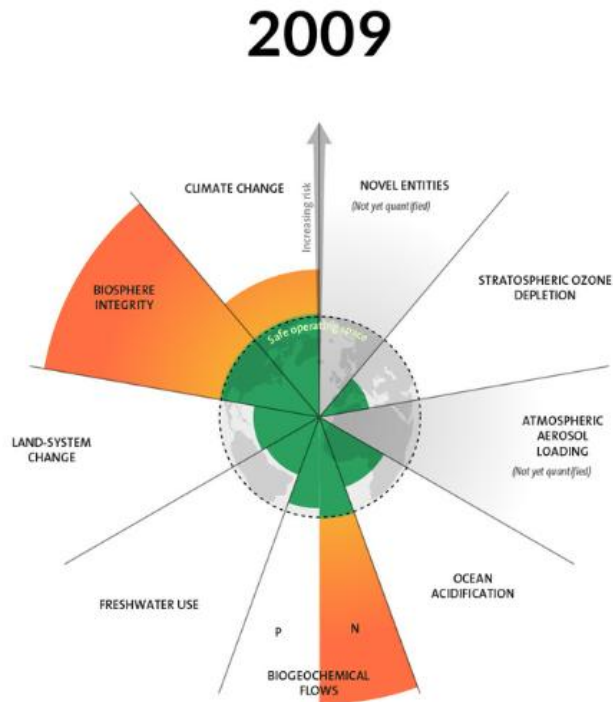




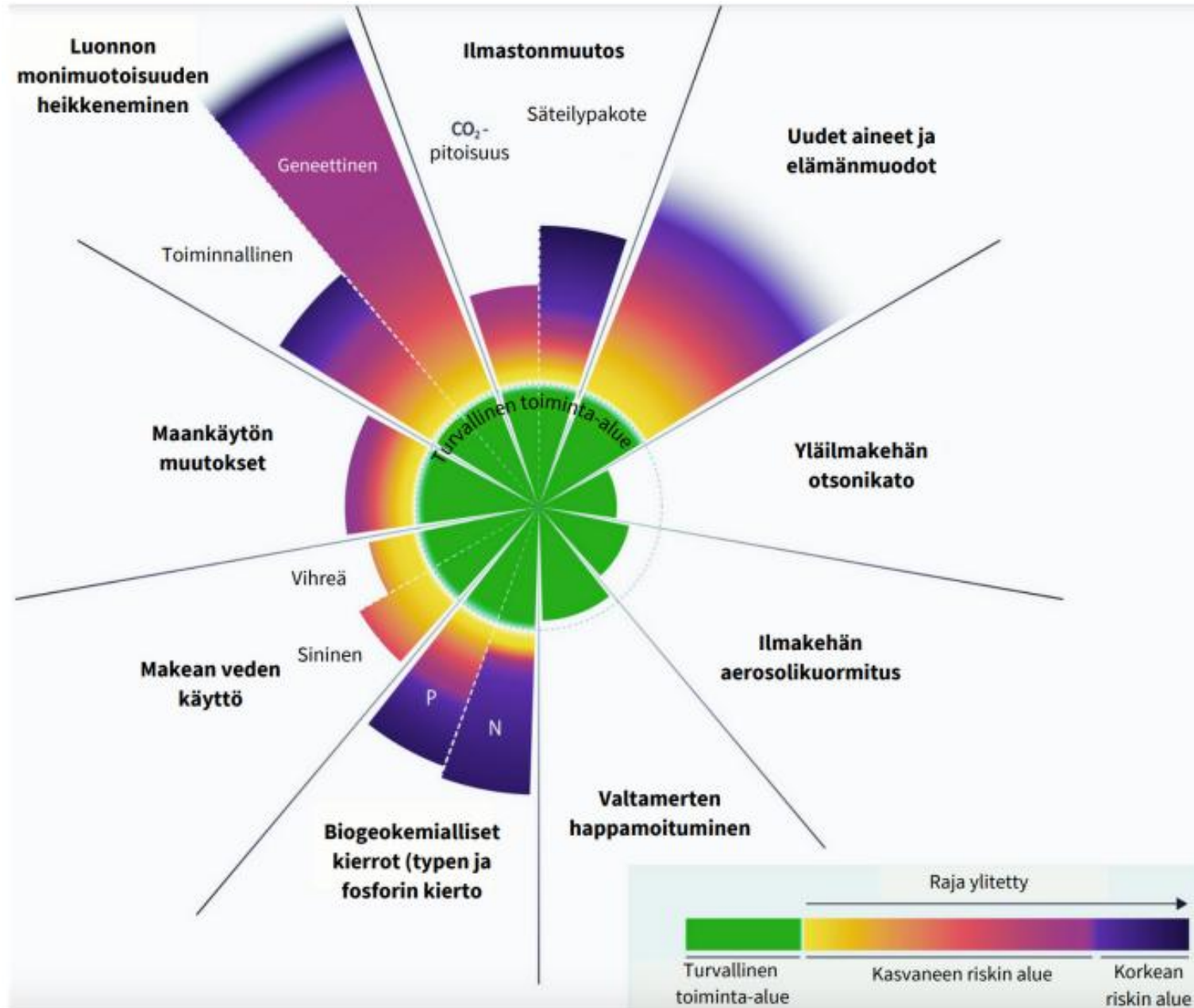
***Planetaarinen
terveys:***
ihmisen ja
luonnon terveys
riippuvat
toisistaan

Jaana Halonen
Johtava tutkija
Elintavat ja elinympäristöt
yksikkö / VÄESTÖ osasto
Suomen Ilmastopaneeli
Terveysten ja
hyvinvoinnin laitos
9.6.2025

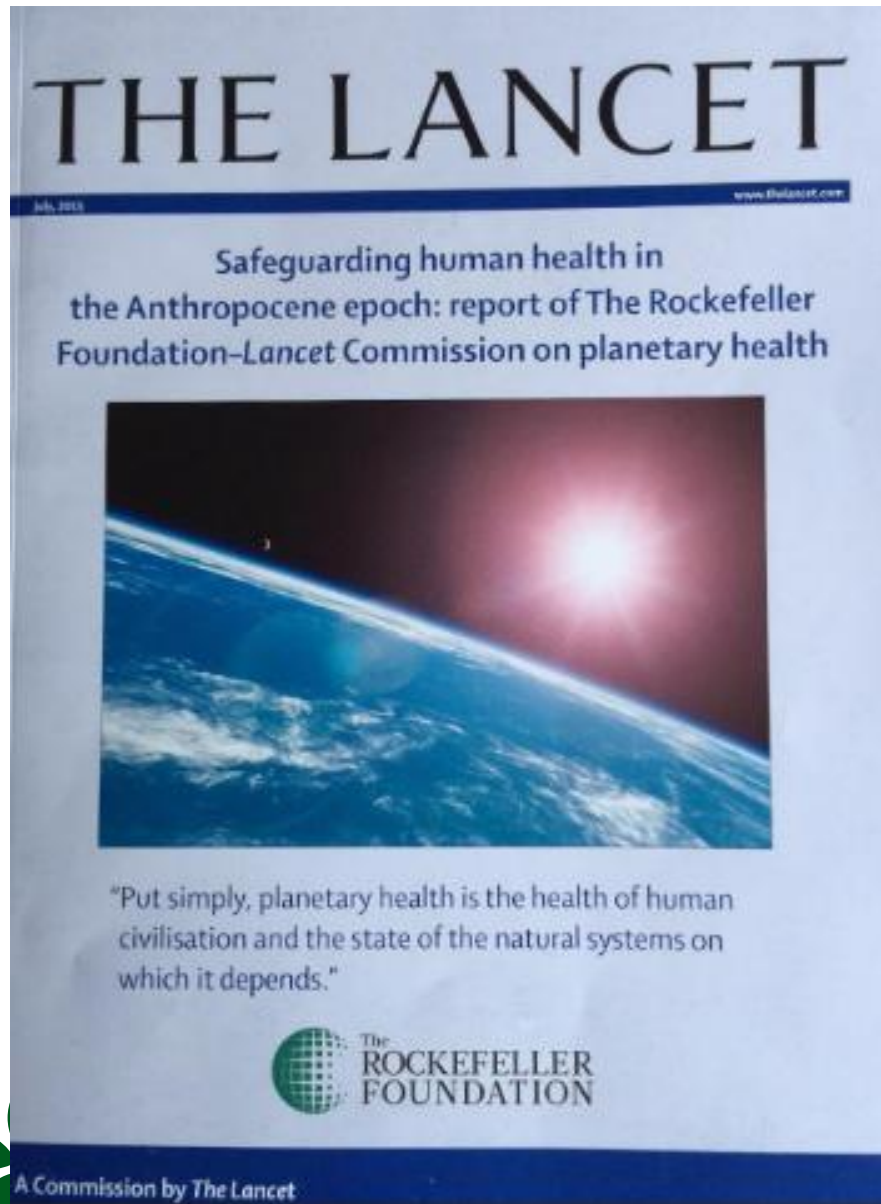
Planeetan rajat = Toimivat luonnon systeemit



Kuusi yhdeksästä planetaarisesta rajasta ylitetty



Earth beyond six of nine planetary boundaries
RICHARDSON, K., STEFFEN, W., LUCHT, W ET AL.
SCIENCE ADVANCES
13 Sep 2023
Vol 9, Issue 37



"The concept of planetary health is based on the understanding that human health and human civilisation depend on flourishing natural systems and the wise stewardship of those natural systems."

The **Rockefeller Foundation-Lancet Commission** on planetary health (2015)

Ihmisen toiminta
vaikuttaa
ympäristöön



Ympäristö vaikuttaa
ihmisten terveyteen
ja hyvinvointiin

THL:n näkemys

Planetaarinen terveys ja hyvinvointi on lähestymistapa, joka tunnistaa ihmisen olevan osa luonnon kokonaisuutta. Ihmisen terveys ja hyvinvointi ovat riippuvaisia tasapainossa olevista luonnonjärjestelmistä, kuten luonnon monimuotoisuudesta ja vakaasta ilmastosta.

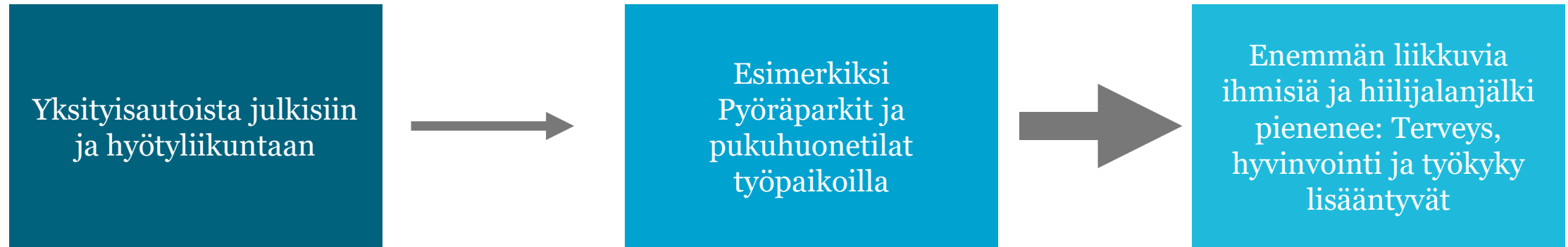
Planetaariselle terveydelle ja hyvinvoinnille tärkeitä näkökulmia ovat

- kokonaisvaltainen kestävyys
- oikeudenmukaisuus
- systeminen tarkastelu
- muutos



Käytännössä: Yhteishyötyjen mahdollisuudet – Liikkuminen

Politiikkasuositus: [Työmatkaliikunnalla ilmasto- ja terveyshyötyjä](#)



Työterveyslaitos



Käytännössä: Yhteishyötyjen mahdollisuudet – Ruokajärjestelmä

- Pohjoismaiset ravitsemussuositukset 2023 ja [Kansalliset ravitsemussuositukset 2024](#) sisältävät kestävyuden:
- Vähemmän punaista ja prosessoitua lihaa -> vähemmän kasvihuonekaasupäästöjä ja vähemmän terveyshaittoja
- Ruuan hankintakriteereihin tulisi sisällyttää terveellisyys ja kestävyys – koulut ja muut julkiset ruokapalvelut



Käytännössä: Planetaarinen sosiaali- ja terveydenhuolto

1. Tautien ehkäisy ja terveyden edistäminen
2. Turhien tutkimusten ja hoitojen välttäminen
3. Hoitoprosessien, lääkkeiden ja materiaalien ympäristöjalanjälkien vähentäminen



Planetaarisen sosiaali- ja terveydenhuollon viitekehys

Lähde: EKO-SOTE hanke

Mukaillen: Planetary health care: a framework for sustainable health systems. MacNeill AJ et al. The Lancet planetary health. 2021;5



Luontoympäristöjen terveys- ja talousvaikutukset

Yle 29.10.2024

Terveys

Luonto voi tarjota Suomelle jopa satojen miljoonien eurojen hyödyn kansantautien torjunnassa

Erityisesti masennuksen, kakkostyypin diabeteksen ja astman torjunnassa luonto on tärkeä. Lähiluonnon vähentäminen nostaa tutkimuksen mukaan näiden sairauksien kustannuksia.



Miten suuria hyötyjä luonnosta voisi olla kansantautien torjunnassa? Toimittaja Jenni Frilander selittää.

JENNI FRILANDER

29.10. 6:15 • Päivitetty 29.10. 8:09

Kuunnatava audio 2024



Helsingin sanomat 29.10.2024

Piipahdus luonnossa voi tehdä terveydelle ihmeitä: Suomalais-selvitys löysi lukuisia hyötyjä

Terveys | Sadan tutkimuksen yhteenvedossa selvitettiin, miten luonto vaikuttaa mielenterveyteen, fyysiseen terveyteen ja kehon puolustusjärjestelmien toimintaan.



Jos luontoa on lähellä, ihmisten fyysinen aktiivisuus lisääntyy, kertovat tutkimukset. Kuva on Hurttion lenkiltä Sastamalan Karkusta. Reitti on jäämässä aurinkovoimalan alle. Kyläyhdistyksen mukaan Hurttio on ainoa Karkun keskustasta kävelen saavutettava, täysin merkitty reitti. Kuva: Esa Viippola

Kuuntele juttu

Piia Elonen HS
29.10. 2:00

Lue tiivistelmä

28.11.2024

Luonnon terveyshyödyistä on vahvaa näyttöä, erityisesti mielenterveyden osalta.

Iltaalehti 29.10.2024

Luontopuutoksen hirvittävä hinta on nyt laskettu: Suomi menettää vuosittain miljoonia euroja

Luonto voi tarjota Suomelle jopa satojen miljoonien eurojen säästömahdollisuudet.



Videolla Sari kertoo, miksi hän luopui asunnosta ja muutti metsään. Video on tehty huhtikuussa 2023.

Heljä Salonen
Tiistai 29.10.2024 klo 7:36

Luonto voi tarjota Suomelle jopa satojen miljoonien, jopa miljardien eurojen säästömahdollisuudet kansakunnan tautitaakkaa pienentämällä.

Luontoaltistus voi lisätä kansan terveyttä ja vähentää sairastavuutta.

Luonnon hyvinvointi- ja terveyshyötyjen vaikutusmekanismit



Mielenterveys

- Valtaosa tutkimuksista työikäiselle aikuisväestölle
- 30 erilaista mielenterveyden tai mielen hyvinvoinnin mittaria



Eniten näyttöä;
55 tutkimusta
Tulokset
johdonmukaisia:
luonto on hyväksi

Lähiluonto ja masennus Suomessa

- Asuinalueen suurempi vihreys tai muutto vihreämmälle
 - > pienempi riski sairastua masennukseen
- Säännölliset luontokäynnit
 - > pienempi todennäköisyys käyttää psyykenlääkkeitä

Aikuiset



Lähiluonto lapsuudessa (Tanska)



- Asuinalueen suurempi vihreys
-> pienempi sairastumisen riski 12 / 18 psykiatriseen sairauteen
- Vastaavia tuloksia skitsofrenian ja ADHD:n osalta.

Sydän- ja verisuonitaudit

- Helppo pääsy viheralueille suojasi lihavuudelta tai ylipainolta aikuisilla
- Asuinalueen runsaampi lähiluonto suojasi tyypin 2 diabetekselta aikuisilla



Vähemmän
näyttöä; 17
tutkimusta
Tulokset melko
johdonmukaisia

Hengityselin-sairaudet ja allergiat

- Kontakti ympäristön mikrobeihin voi vahvistaa elimistön puolustusjärjestelmää
- Terveysvaikutusten todentamiseksi tarvitaan pitkittäistutkimuksia

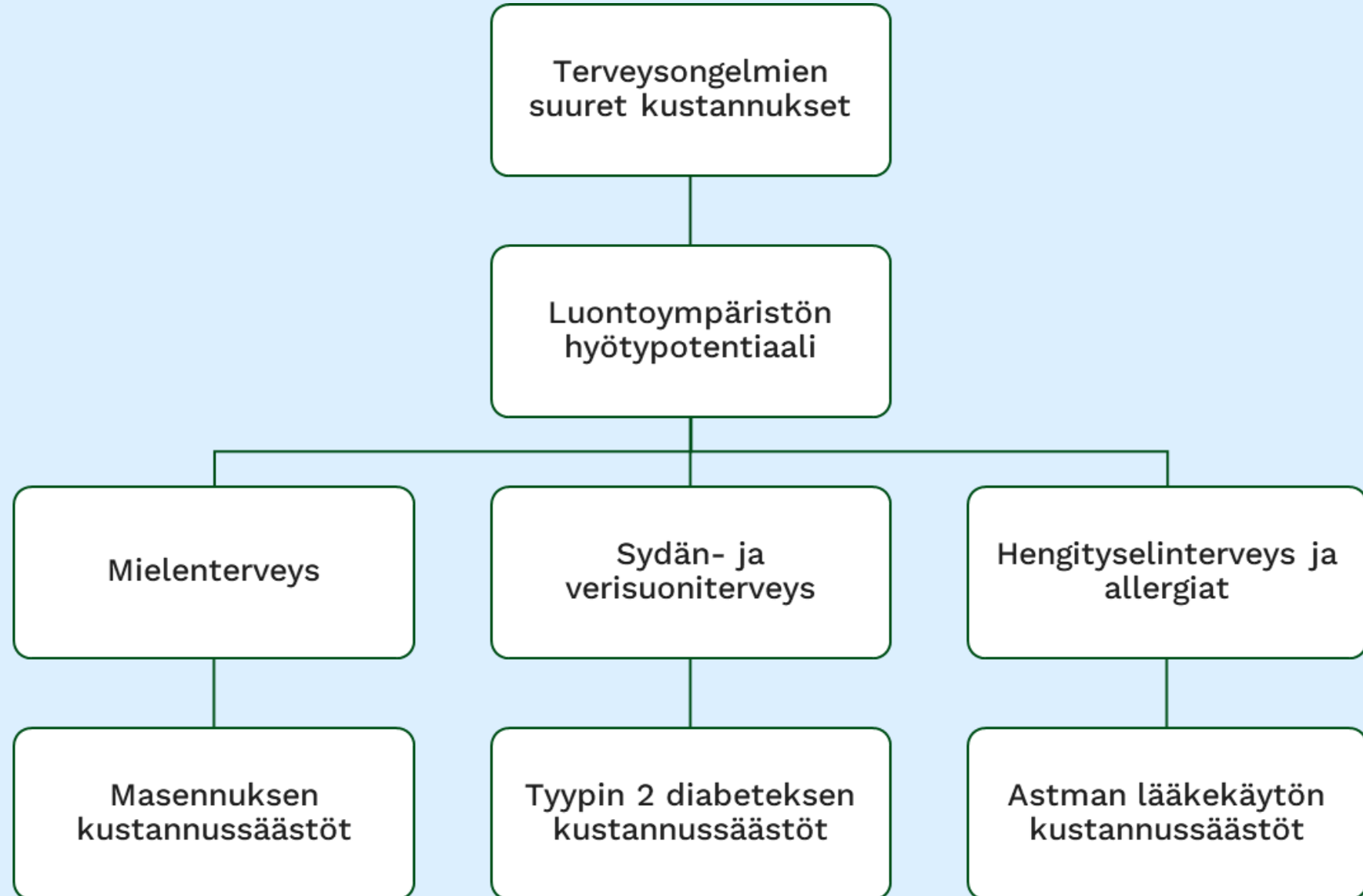


28 tutkimusta

Näyttö
ristiriitaista esim.
astman suhteen



Taloudellinen arvio

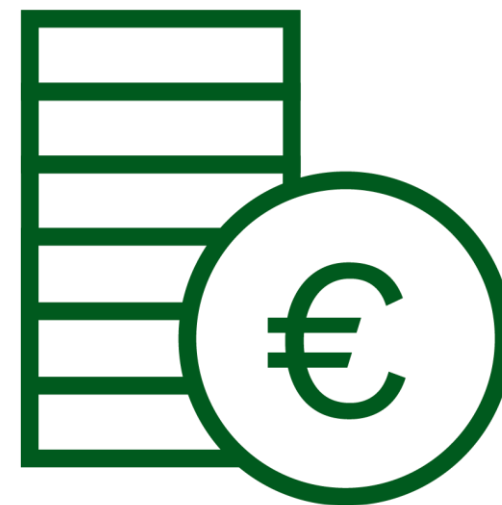


Masennus

10 %:n väheneminen lähivihreässä

- 45 M€ suorat ja epäsuorat kustannukset
- 26–79 M€:n arvoinen hyvinvointimenetys
laaturapainotettujen elinvuosien (515 / vuosi) kautta

-> Yhteensä 71–150 M€ vuodessa

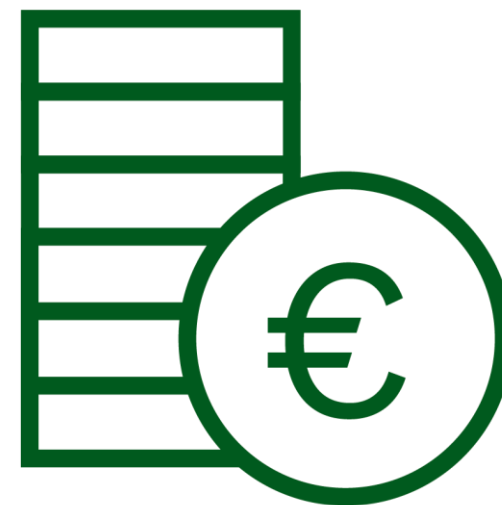


Tyypin 2 diabetes

10 %:n väheneminen lähivihreässä

- 34 M€ suorat ja epäsuorat kustannukset
- 33–73 M€:n arvoinen hyvinvointimenetys
laaturapainotettujen elinvuosien (660 / vuosi)
kautta

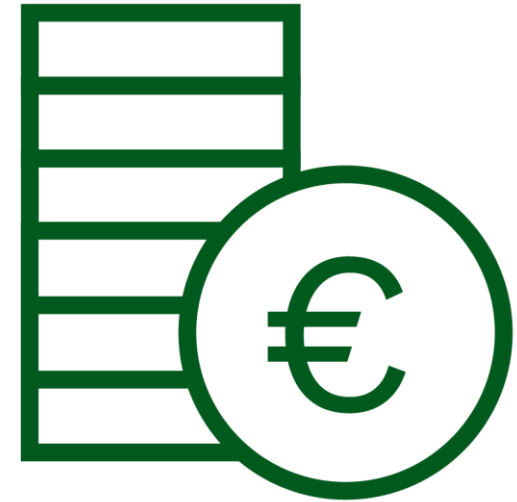
-> Yhteensä 67–139 M€ vuodessa



Astman lääkekustannukset

10 %:n lisäys luontokäynneissä

- 1,7 M€ säästö suorissa lääkekustannuksissa
(1,8% astman lääkekuluista)



Hyötypotentiaali yhteensä 140–233 M€ / vuosi

Talousvaikutukset todennäköisesti merkittävästi suurempia



- Kaikkia vaikutuksia ei huomioitu:
 - jo sairastuneiden hoidon tarve
 - astman puhkeaminen / muut hoitokustannukset
- Mallissa oletettu 10% muutos voi olla liian pieni?

Hyötypotentiaali yhteensä 140–233 M€ / vuosi

Talousvaikutukset todennäköisesti merkittävästi suurempia



- Kaikkia vaikutuksia ei huomioitu:
- Belgiassa on arvioitu luonnon kokonaistaloudelliseksi arvoksi 464€ /asukas
- Suomen väkiluvulla vastaava olisi 2,5 mrd € / vuosi

Suosituksia toimiksi kunnissa

- Lisätään luontoterveyteen liittyvää tiedottamista ja neuvontaa hyte-toimintoihin
- Lisätään luontoympäristöjen käyttöä kouluissa ja päiväkodeissa
- Huomioidaan pihojen kehittämisessä luontoympäristön säilyttäminen tai ympäristön viherryttäminen



9.6.2025



Suosituksia toimiksi kunnissa

- Kaavoitukseen ohjeita luontoalueiden määrälle ja laadulle
- Säästetään luontoa rakennusvaiheessa
- Otetaan huomioon eri asukasryhmien näkökulmat
- Huomioidaan yhteishyödyt
 - ilmastotyö, ennallistamisasetus



Lisälukemista

- Whitmee, S. Haines, A. Beyrer, C. Safeguarding Human Health in the Anthropocene Epoch: report of The Rockefeller Foundation-Lancet Commission on planetary health. The Lancet. 2015, 386, 1973–2028.
- Grotenfelt-Enegren, M., Charlotta Holmström, C., Laisi, J. Planetaarinen terveys toimii siltana ihmisen terveyden ja kestävyys edistämisen välillä. Lääketieteellinen aikakausikirja Duodecim. 2023:139(10):835-42.
- Laisi, J. ; Grotenfelt-Enegren, M. ; Helenius, L. ; Kaikko, A. ; Wikström, T. & Ketonen-Oksi, S. (2022) Millaisin hyvinvointikäsittein kestävää tulevaisuutta rakennetaan? Katsaus ympäristöä ja terveyttä yhdistäviin käsitteisiin. Futura 3, 47-54.
- Halonen JI, Erhola M, Furman E, ym. The Helsinki declaration 2020: Europe that protects. Lancet Planetary Health 2020;4:e503-5.
- Pulkki J, Wulff P, Iivonen S, ym. Ekologisesti kestävä sosiaalija terveydenhuolto Selvitys kansallisesta tavoitteesta ja ohjausmekanismeista. Valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoiminnan julkaisusarja 2023:49





Kiitos

jaana.halonen@thl.fi