



Ravitsemusterveyden edistäminen Oma Hämeessä

eli hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen ravitsemuksen keinoin eri ikä- ja väestöryhmissä

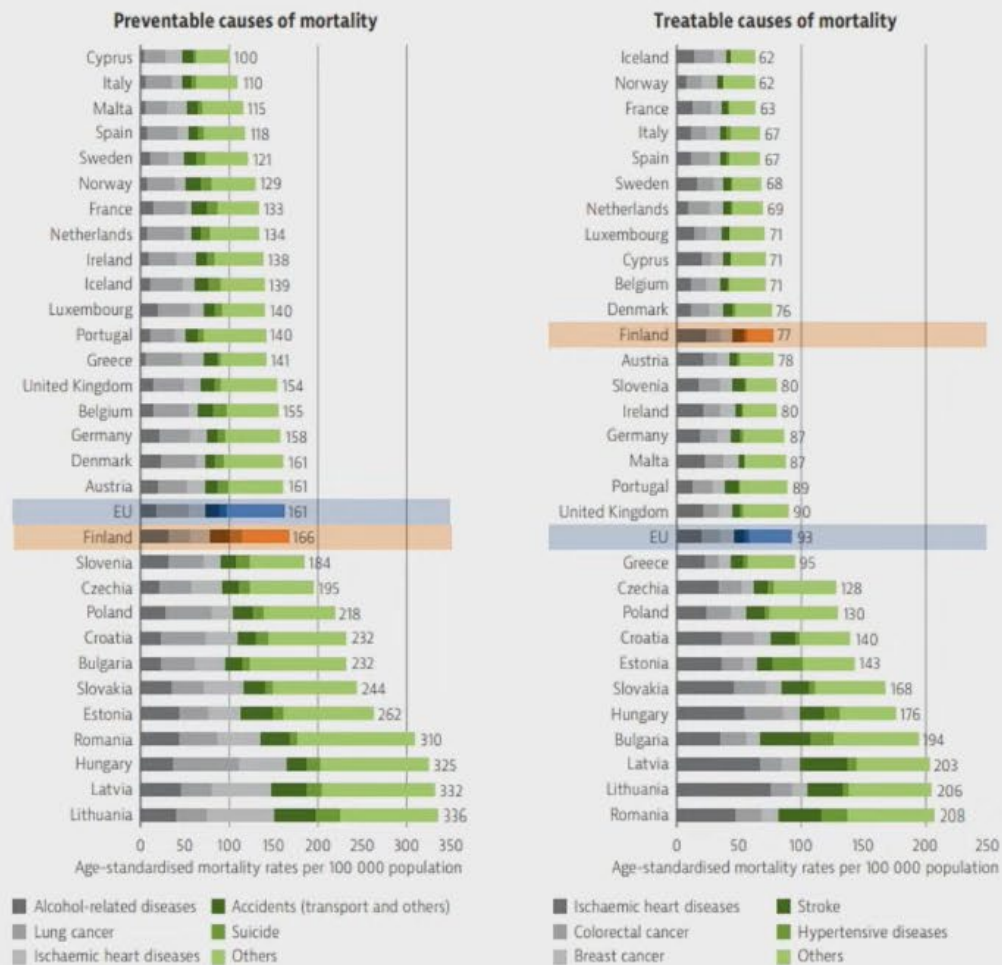
7.11.2024

Kanta-Hämeen hyvinvointialue



Suomi EU keskiarvon alapuolella kun tarkastellaan kuolleisuutta ehkäistävissä oleviin kuolinsyihin

Figure 11. Rates of mortality from treatable causes are low but higher for preventable causes



Note: Preventable mortality is defined as death that can be mainly avoided through public health and primary prevention interventions. Mortality from treatable (or amenable) causes is defined as death that can be mainly avoided through health care interventions, including screening and treatment. Both indicators refer to premature mortality (under age 75). The data is based on the revised OECD/Eurostat lists. Source: Eurostat Database (data refer to 2016).



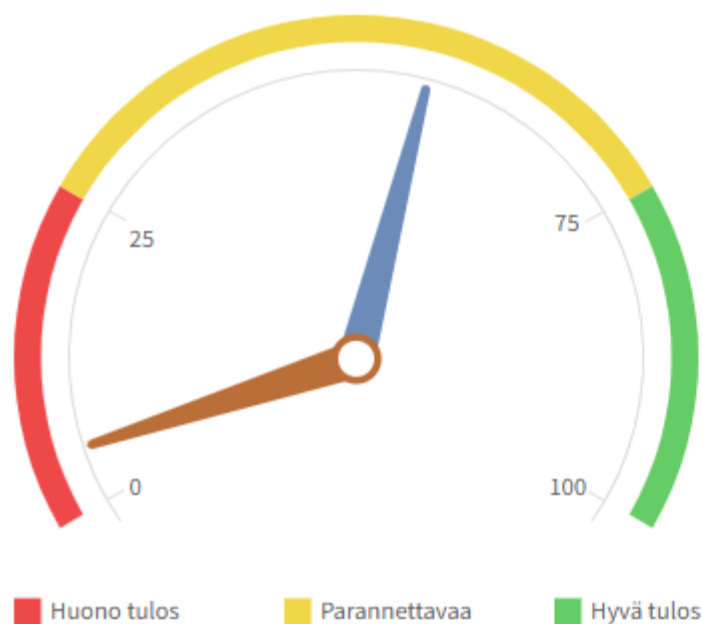
Lähde: Tiina Laatikaisen esitys 5.12.23

Kanta-Hämeen alueellinen hyvinvointikertomus 2024 kertoo

- Sekä **aamupalan**, että **koululounaan syönti** nuorilla yleensä ja erityisesti toisen asteen naisopiskelijoilla on vähentynyt.
- Suurin osa nuorista syö **hedelmiä, marjoja ja kasviksia** riittämättömästi
- Työikäisten kohdalla niukasti hedelmiä, marjoja ja kasviksia syövät etenkin matalan koulutuksen saaneet ja miehet.
- Siinä, miten suurella osalla on **ylipainoa**, on suuria kuntakohtaisia eroja ja alueellisessa tarkastelussa on myös kouluasteiden välisiä eroja.
- Hienoisesti vähenemään päin on niiden työikäisten osuus, joilla on **lihavuutta** (kehon painoindeksi BMI \geq 30 kg/m²).
- 8.-9. luokan oppilaiden **kokemus perheen taloudellisesta tilanteesta** on heikentynyt. Niiden osuus, joiden kokemus on, että perheen taloudellinen tilanne on kohtalainen tai sitä huonompi, on kaikkein korkein ammatillisissa oppilaitoksissa eli 41 %.
- Tilastokeskuksen tilasto kertoo, että pitkittyneesti pienituloisten lasten osuus asuntoväestössä oli v. 2022 yhteensä 5,3 %. Pitkittyneesti pienituloisten henkilöiden osuus (raja 60 % mediaanista) oli 7,7 %.
- Samanaikaisesti yhä useampi kantahämäläisistä työikäisistä (30,8 %) kertoo joutuneensa **rahanpuutteen vuoksi tinkimään ruoasta, lääkkeistä tai lääkärikäynneistä** (koko maassa 24,8 %).
- 65 vuotta täyttäneistä vastaava tilanne on noin 10 %:lla.

Hyvinvointialueiden synty - muutos myös kunnissa

Ikäryhmittäisiä tavoitteita ja toimenpiteitä terveyttä edistävien ravitsemustottumusten lisäämiseksi : Kanta-Hämeen maakunta 2023



Ikäryhmittäisiä tavoitteita ja toimenpiteitä terveyttä edistävien ravitsemustottumusten lisäämiseksi

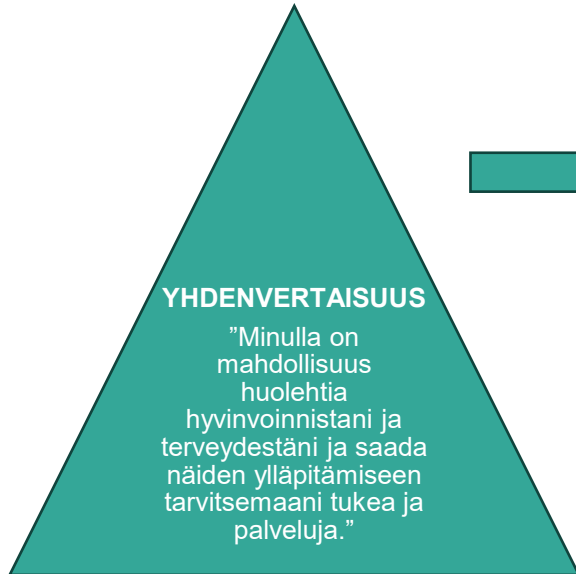
- Lapset ja nuoret
- Ikääntyneet

Aineisto päivitetty 24.10.2024

Lähde: TEA-viisari, Kuntajohdon kysely 2023

Ravitsemusterveys osana alueellista hyvinvointisuunnitelmaa...

PAINOPISTE



TAVOITE

Kantahämäläisten terveiserot kapenevat, mielen hyvinvointi ja kyky selviytyä arjessa lisääntyvät.



TOIMENPITEET

Hyvinvointisuunnitelma:

Edistetään ravitsemusterveyden ja ruokakasvatuksen osaamista ja yhteistyötä koko Kanta-Hämeen alueella

Lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelma:

Lisäämme lasten ja nuorten hyvinvointia tukevien elintapojen edistämiseen liittyvää yhteistyötä ja osaamista hyvinvointialueen, koulujen, oppilaitosten ja perheiden kanssa (esim. ruokakasvatus, ravitsemusterveys, perheliikunnan hankkeet).

Opiskeluhoitosuunnitelma:

Edistämme kouluruokailun sosiaalisiin ulottuvuuksiin (esim. yksinäisyyden pelko, kiusaamistilanteet) liittyvien esteiden poistamista osana yhteisöllisen opiskeluhoiton yhteistyötä

... ja osana hyvinvoinnin ja terveyden edistämistyötä

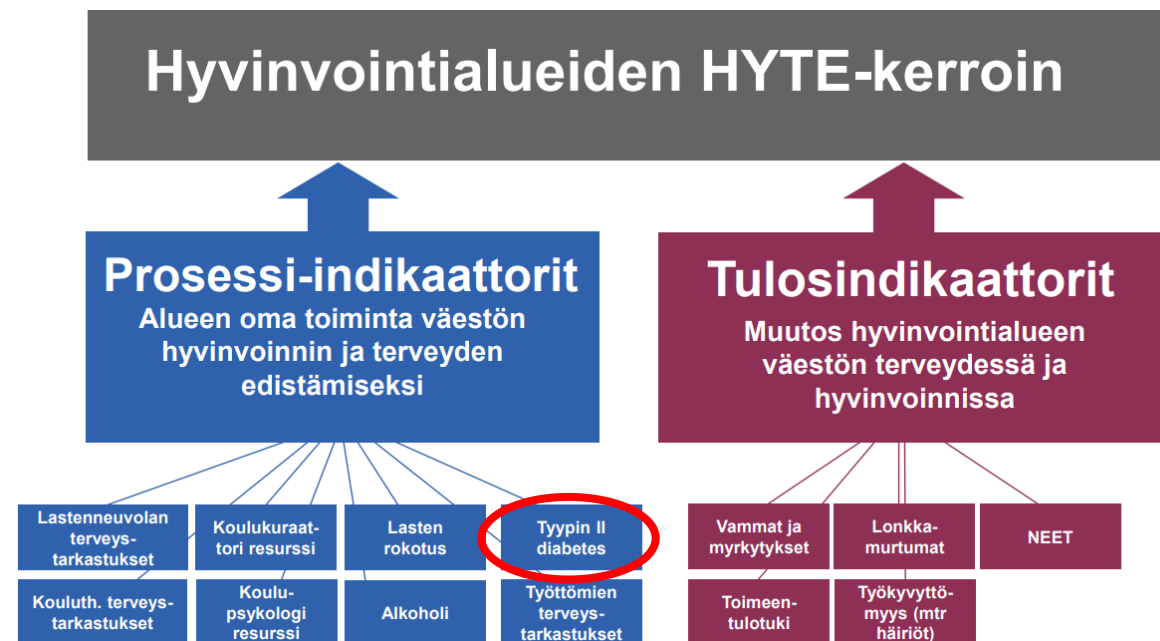
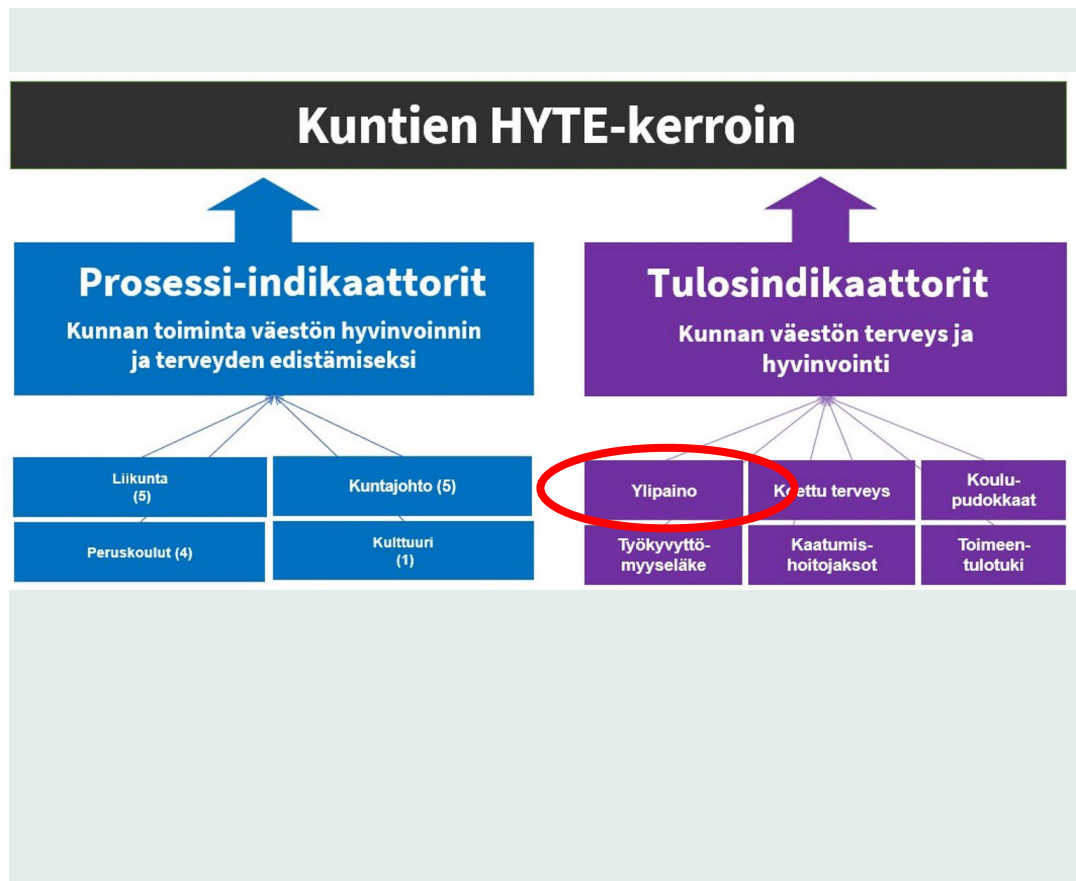


HYTE-kerroin

- **Kuntia** palkitaan vaikuttavasta hyvinvoinnin ja terveyden edistämisestä, koska hyvinvoiva väestö on elinvoimaisen kunnan ja hyvinvointialueen edellytys. Lisäksi sosiaali- ja terveydenhuollon kustannusten kasvun hillitseminen vaatii, että hyvinvointia ja terveyttä edistetään laajalti ihmisten arkiympäristöissä.
- Tarkoituksena kannustaa ja tukea **hyvinvointialueita** toteuttamaan monipuolisia ja suunnitelmallisia toimia, jotka kohdistuisivat erityisesti:
 - kansansairauksien ehkäisyyn
 - ikääntyvän väestön toimintakyvyn edistämiseen ja tapaturmien vähentämiseen
 - syrjäytymisen ehkäisyyn
 - sosiaalisen hyvinvoinnin ja työllistymisen edistämiseen.
- **Toimintaa ja tuloksia väestötasolla kuvaavat indikaattorit huomioidaan ensimmäisen kerran vuoden 2026 rahoituksen jaossa.** ([Laki hyvinvointialueiden rahoituksesta 617/2021](#))



Yhteistyölle on tilaus



Prosessit kuntoon

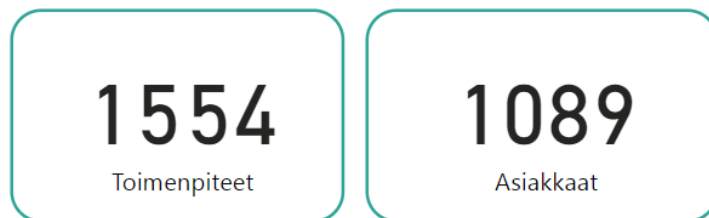
- Elintapaneuvonnan toteutuminen tyypin 2 diabetesriskissä oleville Käypä hoito -suosituksen mukaisesti ([ind. 6008](#))

Alue	Sukupuoli	2021	2022	2023
Kanta-Hämeen hyvinvointialue	yhteensä	40	38	19

- Kirjaamisen ohjeistaminen, koulutus, jatkuva seuranta; iso apu kehitetystä tietoportaalista

Käyntisyys	Käyntisyys	Asiakkaat
W85 Raskausdiabetes	841	312
Yhteensä	841	312

Diagnoosi	Diagnoosit	Asiakkaat	Kontaktit
R73.9 Määrittämätön hyperglykemia	144	133	142
R73.0 Poikkeava glukoosirasitusko	52	48	52
O24.4 Raskausdiabetes	808	226	798
Yhteensä	1004	403	992



Toimenpide	Toimenpiteet	Asiakkaat
OAB72 Painonhallinta- ja laihdutusohjaus	573	349
OAB36 Liikuntaan liittyvä neuvonta ja ohjaus	544	470
OAB75 Terveystietoon liittyvä ravitsemusohjaus	220	197
OAB76 Yleinen ravitsemus- ja elintarvikeneuvonta	124	117
OAB77 Keskustelu liikuntatott. ja ohj. liikuntap.	62	62
OAB78 Prosessinomainen liikuntaelintapaneuvonta	31	26
Yhteensä	1554	1089



Yksilön terveellisten valintojen tekeminen

Helppoa?



Yksilön terveellisten valintojen tekeminen

Helppoa?



Vai sittenkin vaikeaa?





Ravitsemuksella hyvinvointia - tiedosta ja toimi!

Kiitos!

Tuula Salminen

Erityisasiantuntija

Strategia ja integraatio -toimiala

