



Kansallisen sisäilma ja terveys - ohjelma

Terveet tilat - ohjelman tukena

Anniina Salmela

Erikoistutkija, FT, RTA

Terveyden ja
hyvinvoinnin laitos

31.1.2025



Ohjelman valmistelu 2017

- Keväällä 2017 käynnistettiin useiden yhteistyötahojen kanssa Kansallinen sisäilma ja terveys -ohjelma 2018- 2028 valmistelu.
- Ohjelmalla haluttiin tukea maan hallitusta sekä sosiaali- ja terveysministeriötä työssä sisäilman aiheuttamien terveysongelmien voittamiseksi.



31.1.2025

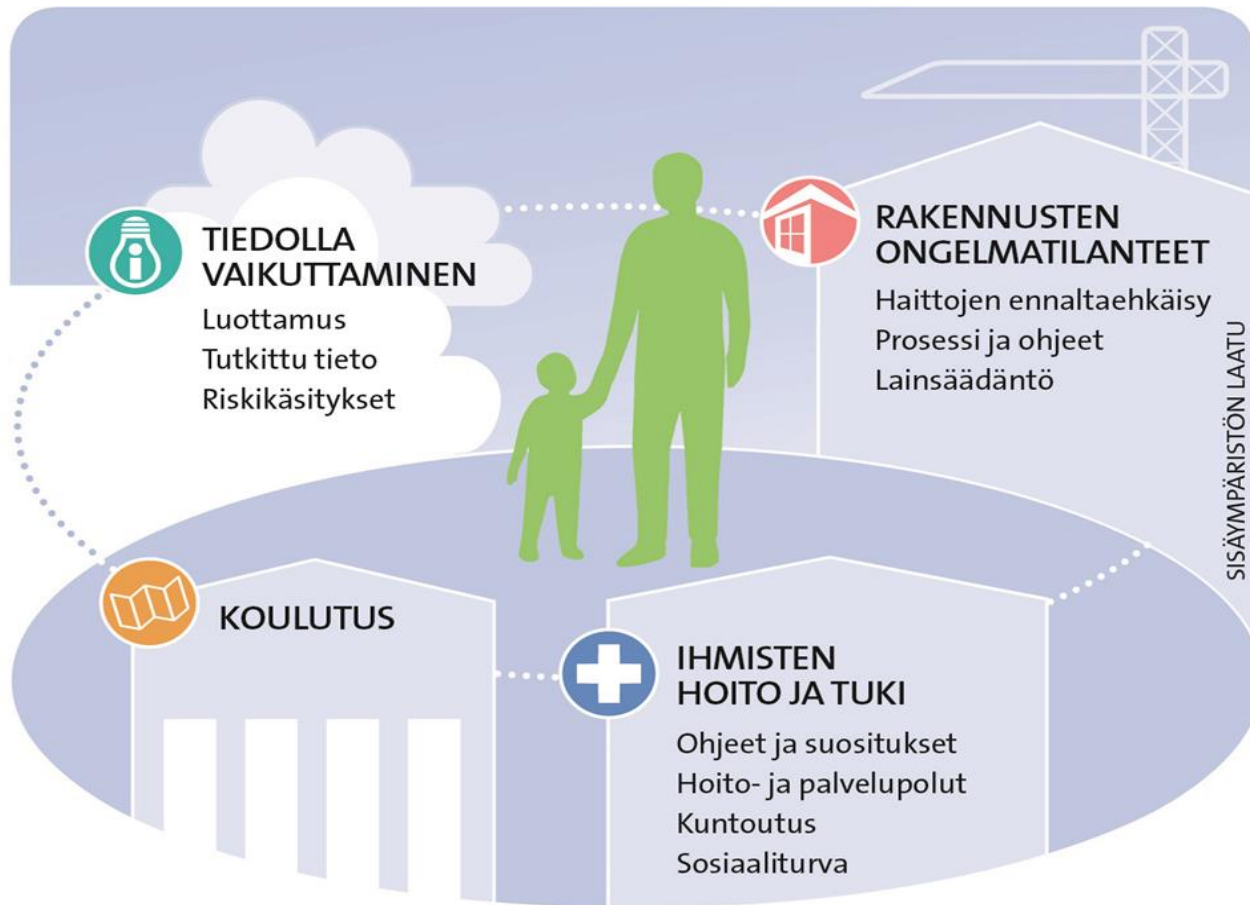


Tilanne ohjelman käynnistyessä

- Rakennuksissa oli runsaasti sisäilmaan liittyviä ongelmatilanteita, joita ajoittain pahensi käyttäjien epätietoisuus ja epäluottamus.
- Sisäympäristöissä oireita saavien ja sairaiden tilanteeseen kaivattiin apua.



Ihminen keskiöön tavoitteiden saavuttamiseksi



- Laaja yhteistyö Terveet tilat 2028 -toimintaohjelman alla
 - ✓ Tutkimuslaitokset
 - ✓ Terveystieteiden tutkimuskeskukset
 - ✓ Potilasjärjestöt
 - ✓ Terveet tilat sihteeristö ja verkosto
 - ✓ Viranomaiset
 - ✓ Ammattijärjestöt

• www.thl.fi/sisailmaohjelma

Yhteinen ohjelma – yhteinen tavoite

Vähentää sisäympäristöihin liittyviä terveydelle ja hyvinvoinnille aiheutuvia haittoja Suomessa



Työterveyslaitos



Ohjelmassa tuotettua



> 3 000

Koulutettua terveyden-
huollon ammattilaista



> 70

Artikkelia, selvitystä,
tai katsausta



16

Suositusta tai
ohjeistusta



> 1 400

Osallistujaa ”Päivitä tietosi
sisäilmasta”-sarjassa



7

Koulutus-
kokonaisuutta



> 200

Uutista ja somenostoa



5

videota



19

Blogia

Viestinnällä vaikuttavuutta

- Viestinnän suuntaamiseksi Kansallinen sisäilmakartoitus -väestökysely
- Aktiivinen viestintä ja keskustelu lukuisissa kanavissa:
 - Tiedotteet
 - Materiaalipankit, kuten UKKt ja ylläpidetyt verkkosivut
 - Esiintymiset, koulutukset
 - Konferenssit kansallisesti ja kansainvälisesti
 - Verkostotilaisuudet
 - Tietoa suoraan kohderyhmille
 - SOME-nostot
 - Uutiskirjeet



31.1.2025

yle

Etusivu

Venäjän hyökkäys

Abitreenit

Kisapähkinä

Energiansäästö

Moni tekee kotonaan nyt erilaisia energiansäästötoimia, mutta vääränlaisella säästämällä voi olla ikäviä terveysvaikutuksia

Mediuutiset

Tapahtumat

Koulutukset

Uutiskirje

Ilmoita

Tilaa

Osoitteenmuutos

Kumppanisällöt

Uutiset

Debatti

Työ&Ura

Kumppanisäältäöä

Lehti

Erikoistumispaikat

Teemat

Puolihaihtuvien yhdisteiden riski suomalaisille kartoitettiin – Suurin altistaja on ravinto

6.6.2023 19:00 TUTKIMUS RAVITSEMUS

THL ja TTL selvittivät yhdessä, mitä tiedetään suomalaisten altistumisesta SVOC-yhdisteille – ja mitä se merkitsee terveydellemme.

MUTTA AIHEEN TUTKIMUS JUTTUJA

Kotimaa | Sisäilma

THL:n asiantuntijaryhmä: ”Termille sisäilmasairaus ei ole lääketieteellisiä perusteita”

Tutkittua tietoa sisäilmatekijöistä

- Katsaus sisätilojen PM2.5- ja PM 10 –hiukkasista
- Sisäympäristössä esiintyvät puolihaihtuvat orgaaniset yhdisteet (SVOC)
- Haihtuvat orgaaniset yhdisteet toimistotyypisissä työympäristöissä
- Haihtuvat orgaaniset yhdisteet asunnoissa : Pitoisuustasot, yleisimmät yhdisteet ja terveysvaikutukset.
- Teolliset mineraalikuidut toimistotyypisissä työtiloissa
- Kosteusvaurio-indikaattorimikrobien rooli mikrobikasvuston määrittämisessä rakennusmateriaaleista
- Mikrobikasvuston selvittämiseen käytettävät menetelmät kosteusvauriokohteissa



31.1.2025



Päiväkodit ja koulut sekä kodit

Koulut ja päiväkodit

- Sisäilmatilanteen selvitysprosessi koulussa ja päiväkodissa
- Ohjeistus koulutyöhön sisäilmatilanteessa
- Ohjeistus päiväkodin johtajille sisäilmatilanteeseen
- Ohjeistus rehtoreille sisäilmatilanteeseen
- Käyttöä turvaavat toimenpiteet

Kodit

- Asuntojen kosteus- ja mikrobivauriokorjausten jälkeinen siivous ja irtaimiston puhdistus
- Toimintamalli asuntojen sisäilmaa heikentävien tilanteiden hoitamiseen asunnoissa
- Ohjeita kotitalouksille, kuinka huomioida asumis-terveys ja rakennus energiansäästön ohella.
- Kosteusvaurioiden yleisyys pientalojen riskirakenteissa



Toimia työpaikoille

- Ohje: Työkyvyn tuki sisäilmatilanteissa
- Minikatsaus: Hyvinvointia ja työn sujumista tukevat sisäympäristötekijät toimistoissa
- Ohje: Sisäilmastaselvitys ja olosuhdearviointi
- Ohje korjausten jälkeiseen siivoukseen ja irtaimiston puhdistamiseen työpaikoilla
- Raportti: Kokemukset Työterveyslaitoksen sisäilmaohjeista
- Usein kysyttyä sisäilmasta -verkkosivut
- Oppimateriaali: Sisäilma työpaikalla



Toimet terveydenhuoltoon

Koulutuksia

- TerveyskyläPRO-palvelussa verkkokurssi: Sisäilmaan liitetty oireilu aikuisilla – Miten tutkin, tuen ja hoidan?
- Filhan Videokirjastossa sisäilma-aiheisia materiaaleja
- Oppimateriaali ammattikorkeakouluille terveydenhuollon koulutukseen

Selvityksiä

- Terveydenhuollon ammattilaisten koulutustarpeiden kartoitus yhteistyössä ammattiliittojen kanssa
- Selvitys sisäympäristössä oireilevien hoito- ja palvelupolkujen nykytilasta perusterveydenhuollossa ja erikoissairaanhoidon keuhkoklinikoissa
- Työntekijöiden oireilu sisäympäristössä: työterveyshuollon näkökulma
- Terveydenhuollon asiantuntijoiden näkemyksiä sisäilmasta oireilevan potilaan hoidosta



31.1.2025

Sisäilmaan liitetty oireilu aikuisilla –
Miten tutkin, tuen ja hoidan?

Käy koko kurssi tai poimi itsellesi oleelliset asiat

- ▶ Tietoa oireiluun liittyvistä tekijöistä
- ▶ Tukea potilaan kohtaamiseen
- ▶ Työkaluja työsi tueksi



Sisäilmaan liitetty oireilu aikuisilla

Valmis sähköinen oppimateriaali AMK-opetukseen

- ▶ helppo sisällyttää osaksi opintoja
- ▶ kattavasti tietoa
- ▶ aktivoivia tehtäviä
- ▶ virtuaalinen potilassimulaattori
- ▶ käytännön työkaluja

”...tietotestit ja potilassimulaatio toivat mielekkyyttä kurssin suorittamiseen ja aktivoivat opiskelijaa – pelkkä lukeminen olisi ollut liian puuduttavaa.”

Kurssialusta: MedEdun MediOppi
Filha ry on tuottanut oppimateriaalin osana Kansallista sisäilma ja terveys -ohjelmaa (2018-2028)



Tietoa sisäympäristön vaikutuksista terveyteen ja riskikäsityksiin

- Ohjeistus: Pitkittyneet oireet – tie kohti toimintakyvyn palautumista
- Tietokortti: Tietoa oireilusta sisäympäristössä terveydenhuollon ammattilaisille
- Ohje: Terveydellisen merkityksen arviointi
- Artikkel: Sisäilma ja sairastumisen riski – faktaa ja fiktioita
- Artikkel: Sisäilma, terveys ja riskikäsitykset
- Artikkel: Nosebon monet kasvot
- Verkkosivut: Sisäilma, terveys ja oireilu
- Blogi: Miksi on tärkeää puhua myös muista sisäilmaoireiluun vaikuttavista tekijöistä – ei vain sisäilman epäpuhtauksista?
- Jalkautus: Sisäilmaan liittyvän oireilun ja sairastumisen hoitosuositus



Tulossa olevia julkaisuja alkuvuoteen

- Selvitys: Melu ja rauhattomuus koulujen sisäympäristöissä
- Selvitys: Rakennusmateriaalinäytteiden mikrobisuvuston erot materiaaluokissa ja eri ikäisissä aineistoissa
- Artikkel: Kosteusvauriot ja niissä esiintyvät mikrobit - riski terveydelle?
- Artikkel: Muutokset sisäilmaan liittyvissä ongelmissa, oireissa, käsityksissä ja uutisoinnissa vuosien 2018 ja 2022 välillä
- Tuloksia Kansainvälisestä sisäilmakartoituksesta



31.1.2025



Ohjelman tuloksellisuus

Kansallinen sisäilmakartoitus 2018 ja
2022

Kuntien sisäilmakysely (2019 ja) 2023
Mediaselvitys

- ✓ Sisäilmaan liittyvät oireet työssä ovat vähentyneet
- ✓ Huoli sisäilmasta on vähentynyt
- ✓ Kunnat panostavat entistä enemmän sisäilmaan
- ✓ Merkittävät sisäilmaongelmat kunnissa ovat vähentyneet
- ✓ Sisäilmaan liitetty uutisointi on muuttunut vähemmän kielteiseksi



Ohjelman onnistumisen avaimet

- Lisääntynyt viestintä ja vuorovaikutus tutkitun tiedon pohjalta - riskikäsitykset muuttuneet
- Laaja-alainen yhteistyö
- Lisää selkeitä ohjeita niin kotitalouksille, julkisille toimijoille kuin yrityksille
- Koulutuksen ja osaamisen lisääminen terveydenhuollon toimijoista aina asiantuntijoihin ja kiinteistönomistajiin



31.1.2025



Tulevaisuus

- Tilannekuvan ylläpito
- Tiedon tuotto
- Olemassa olevan tiedon juurruttaminen
- Keinoja, painotuksia:
 - Sisäilmasta sisäympäristöön
 - Riskeistä hyvinvointiin
 - Ilmastonmuutos ja kestävyys



31.1.2025



Yhdessä olemme enemmän!

- Terveet Tilat 2028 sateenvarjon alla sisäilma ja terveys -ohjelma on onnistunut yhdistämään monialaisia asiantuntijoita harvinaisen laajalla rintamalla.
- Yhteistyötä eri toimijoiden välillä tarvitaan edelleen!



31.1.2025



Kiitos!

Lisätietoa

thl.fi/sisailmaohjelma

anniina.salmela(at)thl.fi



Työterveyslaitos

