Sisäilmaongelmat ja niihin liitetty oireilu

Eduskunnan
Tarkastusvaliokunta
6.11.2019

Kari Reijula, professori
Varadekaani
Lääketieteellinen tiedekunta
Helsingin yliopisto ja
Työterveyslaitos

Sisäilmaongelmat ja niihin liitetty oireilu

Asennemuutos käynnissä sisäilmaan liittyen?

Eduskunnan

Tarkastusvaliokunta

6.11.2019

Kari Reijula, professori
Varadekaani
Lääketieteellinen tiedekunta
Helsingin yliopisto ja
Työterveyslaitos

Huono sisäilma sairastuttaa salakavalasti – 10 kysymystä oire

ET 20

Kotimaa

Astmaa, hengitystieinfektioita, suolistosairauksia ja poissaoloja – tuhannet suomalaisopettajat kertovat oireistaan homeongelmaisissa kouluissa

HS 31.10.2017

Kaupunki

Näistä 20 Helsingin koulusta rapor

eniten sisäilmaongelmista –

tulos: Jopa neljännes ko

oireilee

Sisäilmaong

Kotimaa

Liittyvätkö homeongelmat reumaan ja suolistosairauksiin? Työterveyslaitos

lee opettajille tehtyä kyselyä:

ilmaongelmista on kuin

HS 10.11.2017

etetään jättikysely Vantaalla – kentää koulumenestystä"

Vantaan Sanomat 18.11.2018

Huono sisäilma piinaa sairaaloita – työntekijät kärsivät astmasta moninkertaisesti enemmän kuin muu väestö

HS 11.10.2016

Vantaan kaupungintalossa epäillään taas sisäilmaongelmia – peruskorjaus valmistui 2012 ja ennen sitä henkilöstö kärsi pitkään sisäilmaongelmista

HS 6.2.2018

Sisäilmasairaat tarvitsevat oikeutta ja oikeaa tietoa – sairastuneita yritetään hämmentää ns. terapioilla ja termistöillä

Kaleva 18.2.2019

Sisäilma



Sisäilmaan liittyvä oirekirjo

> Sisäilman laatua heikentäviä tekijöitä usein tunnistettavissa

Ilmanvaihdon ongelmat

Pölyisyys

Kosteus- ja homevauriot

Kuiva ilma

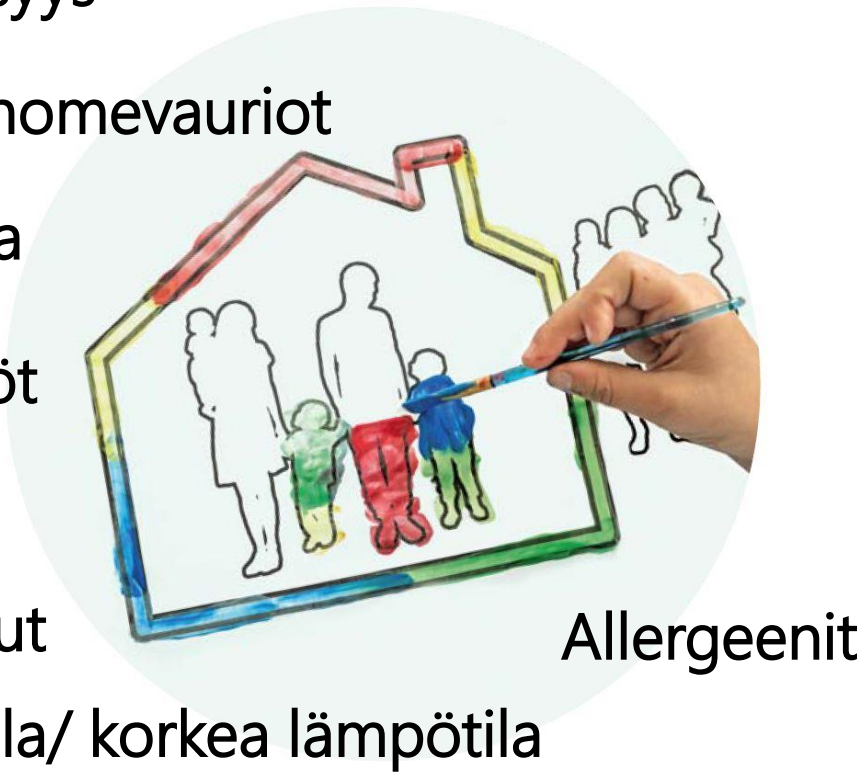
Materiaalipäästöt

Ulkoilman epäpuhtaudet

Materiaalikuidut

Allergeenit

Matala/ korkea lämpötila



Sisäilmaan liittyvä oirekirjo

Viihtyvyys-haitat

Sisäilman laatua heikentäviä tekijöitä usein tunnistettavissa

Asenteet, odotukset ja yhteisölliset tekijät

Ohimenevää oireilua

Pitkittynyt oireiluherkkyys

TUNNUSOMAISTA:

- toistuvat ja pitkittyvät oireet tiloissa, joissa muut ei oireile
- huoli sairastumisesta
- tarve välttää tiettyjä tiloja
- muita terveyskäyttäytymisen muutoksia

Invalidisoiva oireisto

TUNNUSOMAISTA:

- laaja oirekirjo
- elinpiiri rajoittunut
- toimintakyvyn rajoitukset
- subjektiivinen haitta suurempi kuin sairauslöydökset
- usein samanaikaisia muita sairauksia

TYYPILLISTÄ, ETTÄ

- oireilu jatkuu huolimatta sisäilman laatua parantavista toimista
- oireilua ilmenee useissa tiloissa
- oireilua ilmenee tiloissa, joissa ei ole merkittäviä puutteita sisäilman laadussa

Suomessa mitattu sisäilman laatu on Euroopan maihin verrattuna keskimääräistä parempi

Suomessa mitattu sisäilman laatu on Euroopan maihin verrattuna keskimääräistä parempi

Sisäilmaolosuhteista valitetaan yleisemmin kuin muualla

Suomessa mitattu sisäilman laatu on Euroopan maihin verrattuna keskimääräistä parempi

Sisäilmaolosuhteista valitetaan yleisemmin kuin muualla

Sisäilmaan liittyvä oireilu on yleisempää

Kosteus- ja homeongelmat Suomessa

Eduskunnan Tarkastusvaliokunnan tutkimus 2012

Kosteus- ja homeongelmat Suomessa

Eduskunnan Tarkastusvaliokunnan tutkimus 2012

TILANNEARVIO NYT?

Kosteus- ja homeongelmat Suomessa

Eduskunnan Tarkastusvaliokunnan tutkimus 2012

=> Terveet Tilat 2028

Kosteus- ja homeongelmat Suomessa

Eduskunnan Tarkastusvaliokunnan tutkimus 2012

$\Rightarrow$ Terveet Tilat 2028

$\Rightarrow$ Sisäilmaohjelma

Kosteus- ja homeongelmat Suomessa

Eduskunnan Tarkastusvaliokunnan tutkimus 2012

⇒ Terveet Tilat 2028
⇒ Sisäilmaohjelma
⇒ Asiantuntijalääkäriryhmä

Kosteusvaurioiden terveydellinen merkitys – mitä on saatu aikaan?

- Ohjeistus rakennusten kosteusvaurioiden tutkimiseen ja korjaamiseen
- Käypä hoito suositus (Duodecim)
- Hyvä käytäntö (ohjeet) potilaiden tutkimiseen (TTL)
  - Mitä tiedetään altistumisesta, oireilusta ja sairastumisesta
- Pätevyys edellytetään rakennuksen ja sisäilman tutkijoilta (ml. laboratoriot)

Kosteusvaurioiden terveydellinen merkitys – mitä pitää vielä tehdä?

- Terveet rakennukset ja hyvä sisäilma
- Sisäilmaan liittyvä oireilu yleistä
  - Kosteusvauriot vs. muut sisäilmaongelmat

  $\Rightarrow$ Miten tunnistat aiheuttajat ja erotat oireilun?

  $\Rightarrow$ Ympäristöherkät
- Sisäilmaryhmät työpaikoille, projektityöskentely
- Asiantuntijuus joka tasolle: rakennusten tutkimiseen, potilaiden tutkimiseen
- Tutkittua tietoa, ei oletuksia
- Oikea viestintä vähentää huolta

Sisäilmakoulutuksen pääviestit

1. **Hyvä sisäilmasto on keskeinen hyvinvointitekijä työpaikalla**
2. **Sisäilmasto-ongelmat ovat ehkäistävissä ja ratkaistavissa**
   - Toimittava ennakoivasti: rakennuksen ja tilojen kuntoa sekä käytettävyyttä on ylläpidettävä ja rakennuksen viat ja puutteet tulee korjata.
3. **Huono sisäilmasto voi aiheuttaa ohimenevää oireilua, mutta harvoin vakavaa sairastumista**
4. **Hyvinvointia edistävät tilat on kaikkien yhteinen tavoite –**

Sisäilmakoulutuksen pääviestit

1. **Hyvä sisäilmasto on keskeinen hyvinvointitekijä työpaikalla**
2. **Sisäilmasto-ongelmat ovat ehkäistävissä ja ratkaistavissa**
   - Toimittava ennakoivasti: rakennuksen ja tilojen kuntoa sekä käytettävyyttä on ylläpidettävä ja rakennuksen viat ja puutteet tulee korjata.
3. **Huono sisäilmasto voi aiheuttaa ohimenevää oireilua, mutta harvoin vakavaa sairastumista**
4. **Hyvinvointia edistävät tilat on kaikkien yhteinen tavoite –**

SE VOI OLLA RATKAISU SISÄILMAONGELMIIN