

Kela tietopalvelut

Kelan asiantuntijalausunto: Mielenterveysperusteisten sairauspoissaolojen kasvun taustatekijöitä

Jenni Blomgren, VTT, tutkimuspäällikkö
Kelan tutkimusyksikkö

Työelämä- ja tasa-arvovaliokunta 13.10.2023

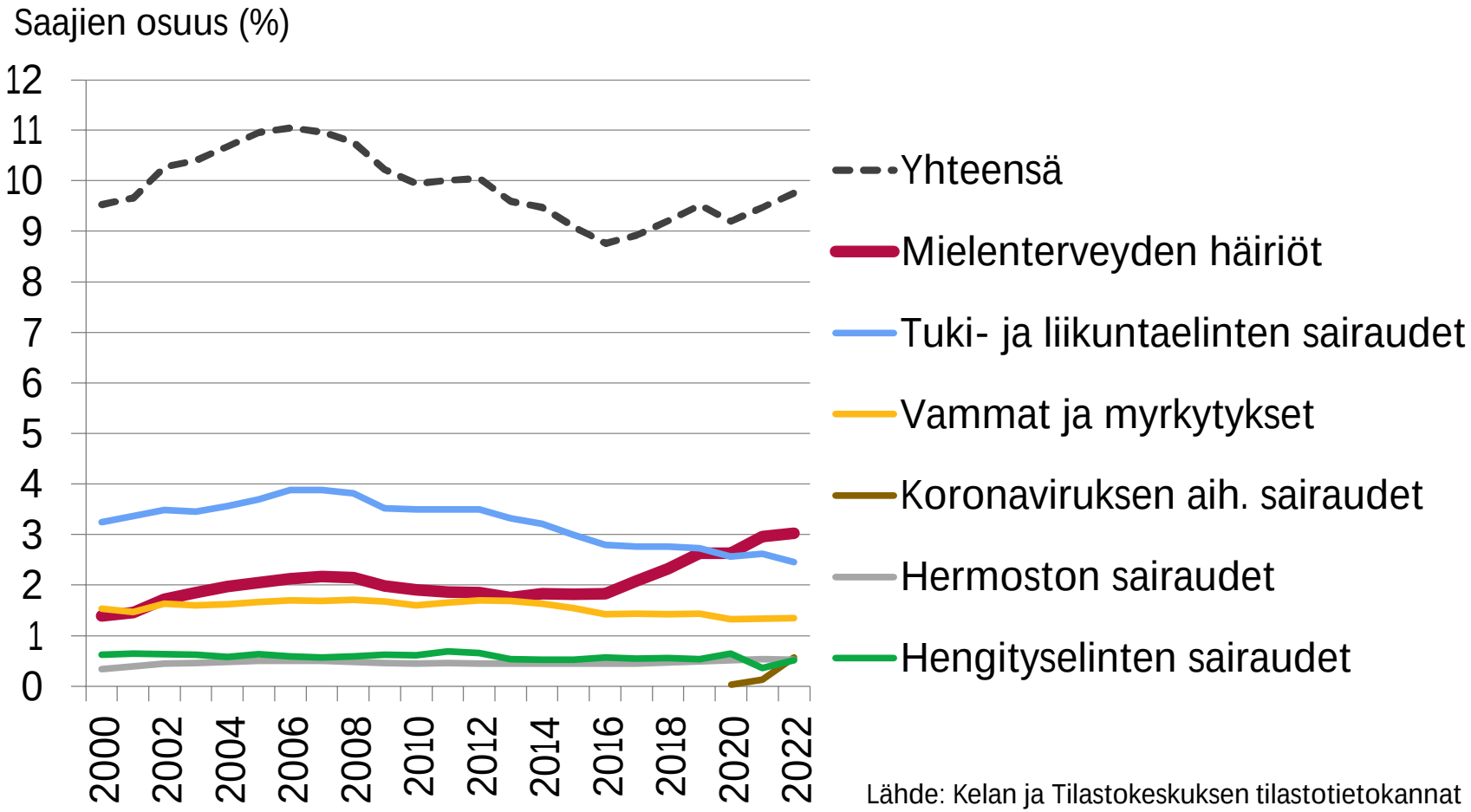
Kelan tilastot ja tutkimukset perustuvat korvattuihin sairauspäivärahakausiin

- Sairauspäivärahan omavastuuaikaa on sairastumispäivä ja sitä seuraavat yhdeksän arkipäivää
  - ➢ Sairauspäivärahakaudet mittaavat melko pitkiä poissaoloja (vähintään 12 vrk)

- Mielenterveyden häiriöt aiheuttavat keskimäärin pitkiä poissaoloja, joten niiden aiheuttamien poissaolojen kokonaiskuormaa voidaan melko hyvin mitata sairauspäivärahatietojen kautta

Mielenterveyden häiriöstä johtuvalla sairauspäivärahalla 98 000 työikäistä vuonna 2022

Sairauspäivärahaa vuoden aikana saaneiden osuus (%) ei-eläkkeellä olevista 16–67-vuotiaista yleisimmissä sairausryhmissä vuosina 2000–2022



Lähde: Kelan ja Tilastokeskuksen tilastotietokannat

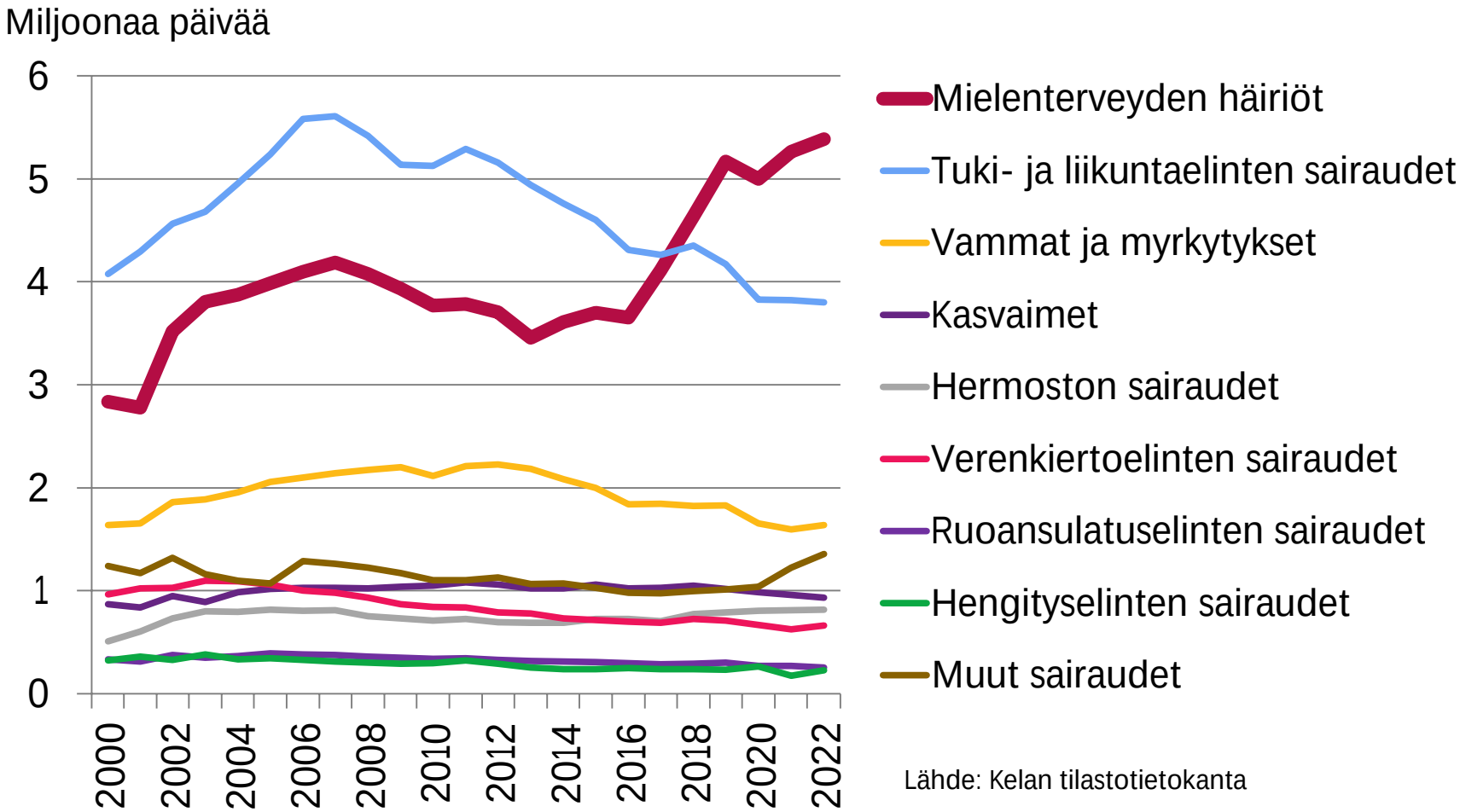
Kaikki diagnoosit 2022:
316 000 sairauspäivärahan saajaa (10 % työikäisistä)

Mielenterveyden häiriöt:
98 000 sairauspäivärahan saajaa (3 % työikäisistä),
2016→2022 kasvua 67 %

Ks. Blomgren J: Sairauspäivärahat jatkavat kasvu-uralla – vuonna 2022 koronavirus näkyi aiempaa selvemmin sairauspäivärahaa saaneiden määrässä Kelan tutkimusblogi 9.2.2023.

5,4 miljoonaa korvattua sairauspäivärahapäivää mielenterveyden häiriöiden takia vuonna 2022 (≈ 18 000 henkilötyövuotta)

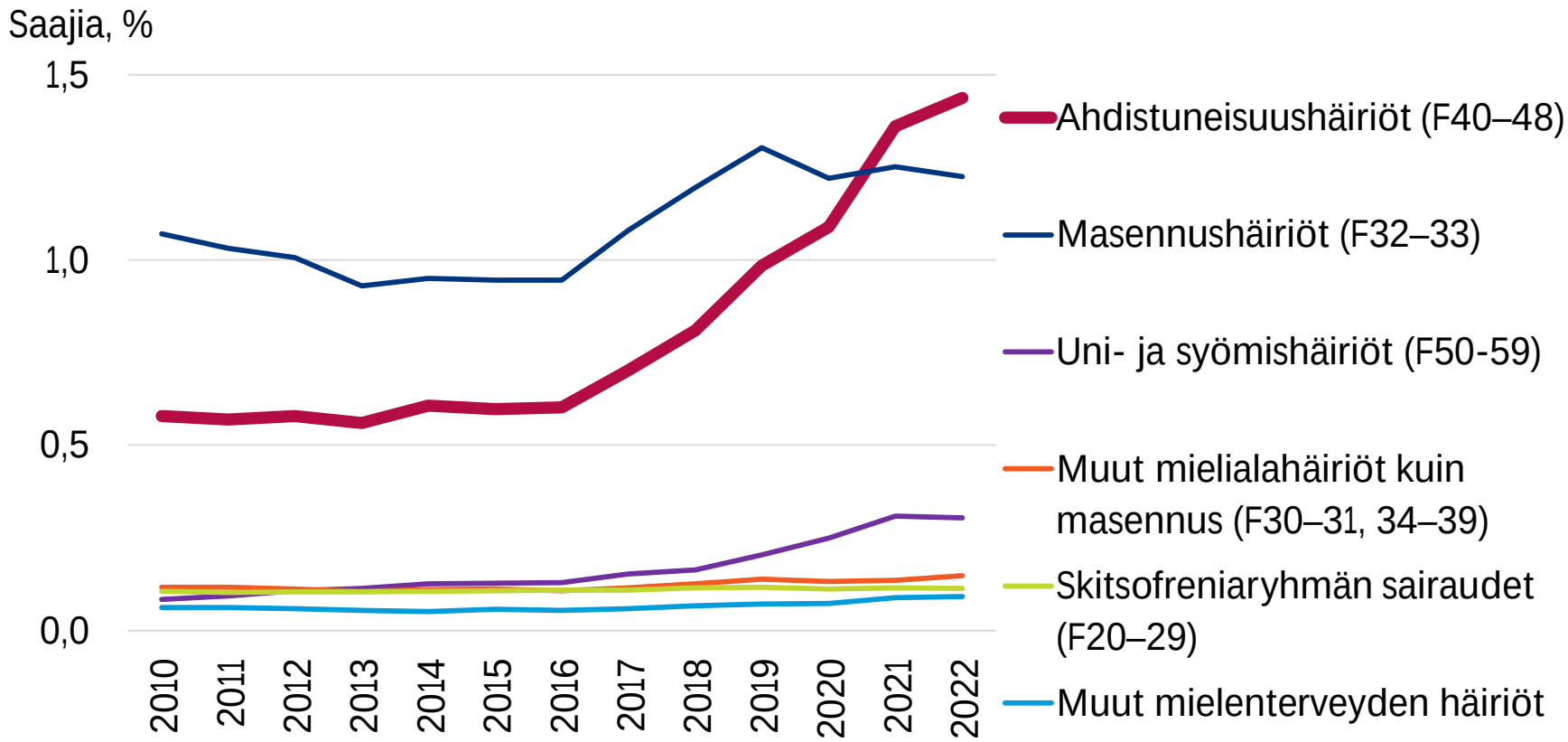
Maksetut sairauspäivärahapäivät sairauspääryhmittäin vuosina 2000–2022



Lähde: Kelan tilastotietokanta

Ahdistuneisuushäiriöt nousseet masennushäiriöiden ohi sairauspäivärahakausien yleisyydessä

Sairauspäivärahaa mielenterveyden häiriöiden vuoksi saaneiden osuus (%) ei-eläkkeellä olevista 16–67-vuotiaista diagnoosiryhmän mukaan vuosina 2010–2022



Kasvu voimakkainta 16–34-vuotiailla naisilla

Blomgren J: Sairauspäivärahat jatkavat kasvu-uralla – vuonna 2022 koronavirus näkyi aiempaa selvemmin sairauspäivärahaa saaneiden määrässä Kelan Tutkimusblogi 9.2.2023.

Kasvun taustalla vaikuttaa moni yhtäaikainen tekijä – yhtä ainoaa selkeää selitystä ei ole

- Useita yksilöihin, työelämään ja yhteiskuntaan liittyviä yhtäaikaisia taustatekijöitä
- Moni asia vaikuttaa jo pidemmältä aikaväliltä
- Kyseessä myös globaali ilmiö: mielenterveyden häiriöiden kasvuun on viime vuosina havahduttu myös muissa kehittyneissä maissa
- Väestötutkimuksissa ei toisaalta ole havaittu vakavien mielenterveyshäiriöiden yleistymistä samassa mitassa kuin niitä ilmenee sairauspoissaoloina

Taustalla vaikuttavia tekijöitä (1)

- **Työelämän henkinen kuormittavuus on kasvanut**
  - Tietotyö ja palvelutyö korvannut fyysisiä töitä → erilaisia haasteita psyykkiselle työkyvylle
  - Informaatiotulva, työtehtävien sirpaloituminen, muutokset, keskeytykset, kiireen kokemukset

- **Työn ja perheen yhteensovittamiseen haasteiden koetaan lisääntyneen**
  - Yhä suurempi osa työikäisistä kokee haasteita suoriutua toivomallaan tavalla sekä työelämän että yksityiselämän vaatimuksista
  - Ajankäytön yleinen pirstaloituminen ja tietotulva koskee myös yksityiselämää: internet, älypuhelimet jne. → vaikutukset palautumiseen

Kela|Fpa

Taustalla vaikuttavia tekijöitä (2)

- **Työllisyysasteen kasvaessa sairauspoissaoloja ilmenee aiempaa enemmän**
  - Työmarkkinoille on rekrytoitu aiempaa enemmän myös työkyvyn ongelmista kärsiviä, mikä näkyy sairauspoissaolojen kasvuna
  - Korkean työn kysynnän aikana työlliset eivät arastele sairauslomalle jäämistä
  - Huonon suhdanteen aikana osatyökykyisyys kanavoituu työttömyyteen eikä ilmene sairauspoissaoloina; lisäksi työlliset eivät uskalla samassa määrin jäädä sairauslomalle

- **Mielenterveysoireiden vuoksi hoitoon hakeutuminen on yleistynyt ja medikalisoituminen on kiihtynyt**
  - Mielenterveyden häiriöistä puhutaan yhä enemmän → stigma hälvenee → oireita tunnistetaan ja niiden perusteella hakeudutaan hoitoon
  - Osittain kyse voi olla myös siitä, että mielenterveyspuheen yleistyessä normaaliin elämään kuuluva mielialan vaihtelu saatetaan aiempaa useammin tulkita mielenterveyden häiriöksi

Kela|Fpa

Taustalla vaikuttavia tekijöitä (3)

- **Pitkän ja lyhyen aikavälin yhteiskunnalliset uhat ovat lisänneet yleistä epävarmuutta**
  - Esim. ilmastonmuutos, koronapandemia, Venäjän hyökkäyssota, inflaatio ja taloushuolet
  - Etenkin nuorilla epävarmuus omasta paikasta yhteiskunnassa; haasteet koulutukseen hakeutumisessa ja taloudellisen turvan tuovan työpaikan löytämisessä

- **Mielenterveyden häiriöt ovat yhteydessä muuhun terveydentilaan ja elintapoihin**
  - Esimerkiksi päihteiden ja huumausaineiden käyttö, liikkumattomuus, ylipaino ja lihavuus sekä monet krooniset sairaudet ovat yhteydessä masennukseen

Kela|Fpa

Miten mielenterveysperusteisia sairauspoissaoloja voitaisiin vähentää? (1/2)

- Tarvitaan monialaisia, ongelmien juurisyihin vaikuttavia ennaltaehkäiseviä toimia

- Perheiden tuki, lasten ja nuorten kasvuolojen tukeminen
  - lapsiperheiden tuki, taloudellisen tilanteen turvaaminen
  - tarkoituksenmukaiset ja helposti saatavilla olevat terveys- ja sosiaalipalvelut
  - mielenterveystaitojen tukeminen kouluissa ja oppilaitoksissa

- Työstä aiheutuvan psyykkisen kuorman hallinta työpaikoilla ja erilaisissa työtehtävissä
  - työpaikoilla huomiota informaatiotulvan ja työn pirstaleisuuden hallintaan, hyvään johtamiseen, riittävään resursointiin, varhaiseen työkyvyn tukeen sekä palautumisen edistämiseen
  - yhteys työhön syytä säilyttää mielenterveys-häiriön hoidon yhteydessä aina kun mahdollista
  - osittaisenkin työkyvyn hyödyntäminen

Kela|Fpa

Miten mielenterveysperusteisia sairauspoissaoloja voitaisiin vähentää? (2/2)

- Varhaista tukea tarjoavat mielenterveyspalvelut kuntoon
  - psykososiaalisia hoitoja ja niiden saatavuutta kehitettävä kokonaisuutena
  - lyhytterapiaa entistä helpommin ja aikaisemmin saataville terveydenhuollon eri sektoreilla
  - varhaisella tuella voidaan ennaltaehkäistä häiriöiden syvenemistä ja muuttumista pitkäkestoiseksi toimintakyvyttömyydeksi
- Yleinen terveyden edistäminen ja terveellisten elintapojen edistäminen
  - esimerkiksi liikunnan merkitys masennuksen ennaltaehkäisyssä ja hoidossa
- Väestön mielenterveystaitojen laaja-alainen tukeminen
  - laajempi yhteiskunnallinen keskustelu mielen hyvinvoinnista, sen tukemisesta, psyykkisen kuormittumisen hallinnasta sekä mielen oireilun ja varsinaisten mielenterveyden häiriöiden välisistä eroista

Kela|Fpa

Lisätietoa:

Jenni Blomgren, tutkimuspäällikkö, Kela (jenni.blomgren@kela.fi)

Janne Leinonen, johtava ylilääkäri, Kela (janne.leinonen@kela.fi)

Kela tietopalvelut