Suomen Mielenterveys ry

Tulevaisuusvaliokunta

Eduskunta

Lausuntopyyntö: E 27/2024 vp

Asiantuntijalausunto valtioneuvoston selvityksestä Suomen ennakkovaikuttamisesta Euroopan terveysunionin tulevaisuuteen

Eduskunnan tulevaisuusvaliokunta on pyytänyt MIELI Suomen Mielenterveys ry:ltä asiantuntijalausuntoa, erityisesti nuorten mielenterveydestä, psykologisesta resilienssista ja näistä huolehtimisen keinoista. MIELI ry kiittää mahdollisuudesta antaa lausunto.

Yleiset huomiot

Nuorten ja nuorten aikuisten mielenterveys on merkittävästi heikentynyt niin Suomessa kuin EU-alueella laajemminkin. Pandemian aikana heikentyminen kiihtyi, mutta negatiivinen trendi on jatkunut väestössä myös pandemian jälkeen. Heikentyminen ilmenee ahdistuneisuutena, masentuneisuutena, uupumisena, merkityksettömyyden ja stressin kokemisina ja jopa itsemurha-ajatusten lisääntymisenä. Heikentyminen on ollut vahvin tyttöjen ja nuorten naisten kohdalla, ja erityisesti matalasti koulutettujen naisten keskuudessa. Selvää lisääntymistä nähdään erityisesti vahvasti ympäröivästä maailmasta riippuvaisissa mielenterveyden häiriöissä kuten syömishäiriöissä ja tarkkaavaisuushäiriöissä, ensiksi mainittu tytöillä ja toiseksi mainittu pojilla.

Mielenterveyden häiriöistä johtuva työkyvyttömyys on selvässä kasvussa, erityisesti nuorten naisten kohdalla. Mielenterveyden häiriöiden aiheuttamat hoito-, etuus- ja työkyvyttömyyskulut ovat nousseet kansantaloudellisestikin katsoen merkittäviksi sekä Suomessa että EU:ssa. Naisten osuuden korostuminen sairauslomissa viittaa siihen, että taustalla on erityisesti naisiin kohdistuvaa psyykkistä kuormittumista.

Sosiaalinen media on ympäri maailmaa liitetty psyykkisen rasittuneisuuden lisääntymiseen, erityisesti nuorilla naisilla. Sosiaaliseen mediaan liittyvä itsensä vertailu toisiin ja ulkonäköpaineet aiheuttavat psyykkistä kuormitusta. Sosiaalisen median lieveilmiöt kuten nettikiusaaminen ja vihapuhe lisäävät osaltaan psyykkistä kuormaa. Ongelmalliseen sosiaalisen median käyttöön liittyy myös yöunen vähäisyys, mikä haittaa palautumista ja altistaa mielenterveyden ongelmille.

Myös työn aiheuttama rasitus on kasvanut enemmän naisvaltaisilla aloilla. Työn emotionaaliset vaatimukset ovat korkeimmillaan ammateissa, joissa ollaan vahvasti tekemisissä ihmisten kanssa. Tällaisia ovat esimerkiksi naisvaltaiset palvelu- ja kaupanala, sosiaali- ja terveydenhuolto ja kasvatusala.

Erityiset huomiot EU:n terveysunionin vaikuttamistavoitteista

MIELI ry on tietoinen, että Suomi tukee pitkäjänteisen ja yli politiikkarajojen ulottuvan mielenterveystiedonannon toimeenpanoa ja että Suomen kantoja tältä osin on kuvattu E-

MIELI Suomen Mielenterveys ry
Maistraatinportti 4 A, 7. krs
00240 Helsinki
Vaihde: (09) 615 516
E-mail: etunimi.sukunimi@mieli.fi
Kotisivu: www.mieli.fi
Y-tunnus: 0202225-4
Kotipaikka: Helsinki

kirjeessä E 26/2023 vp. Tästä huolimatta MIELI ry katsoo, että väestön mielenterveyteen vaikuttavat haasteet tulisi paremmin huomioida nyt tarkasteltavana olevassa E-kirjeessä E 27/2024 vp.

Valtioneuvosto painottaa ennaltaehkäisevää työtä ja terveydenhuollon kriisinsietokyvyn vahvistamista. MIELI ry tukee tätä näkemystä, mutta haluaa painottaa myös väestön psykologisen kriisinsietokyvyn vahvistamisen tärkeyttä.

MIELI ry katsoo selvityksen tavoin, että eri politiikkatoimien vaikutuksia terveyteen ja hyvinvointiin on tärkeä arvioida. Arvioinnin tulee olla laaja ja sisältää myös mielenterveysvaikutuksia, mikä olisi syytä erikseen mainita.

Keskeisessä roolissa on EU-tason toimet sosiaalisen median sääntelyn vahvistamiseksi mielenterveydelle haitallisen sisällön poistamiseksi ja palveluille asetettujen ikärajojen valvonnan tehostamiseksi.

Resilienssi on psyykkistä selviytymiskykyä, joustavuutta ja väestötasolla uudelleen orientoitumista EU:n haasteisiin esimerkiksi vihreässä siirtymässä ja Venäjän hyökkäyssodan aiheuttamassa vaikeassa geopoliittisessa tilanteessa. Väestön resilienssiä voidaan tukea mielenterveysosaamista eli ongelmanratkaisukykyä, itsesäätelykykyä, vuorovaikutustaitoja, läsnäolotaitoja ja mieliystävällisiä elintapoja vahvistamalla. Suomen tulee EU:n terveysunionissa vaikuttaa väestön mielenterveyden lukutaidon vahvistamiseksi osana väestön terveystietämystä.

Yhteenveto

MIELI ry katsoo, että valtioneuvoston selvitys Suomen ennakkovaikuttamisesta Euroopan terveysunionin tulevaisuuteen ei riittävästi huomioi toimet kansalaisten psyykkisen rasituksen vähentämiseksi. Ennakkovaikuttamisen avaintavoitteisiin seuraavalle EU-vaalikaudelle 2024-2029 tulee sisällyttää EU-kansalaisten kielteisen mielenterveystrendin kääntäminen myönteiseen suuntaan. Erityisesti Suomen tulee vaikuttaa nuorten ja nuorten aikuisten mielenterveyden edistämiseksi. Tässä tärkeitä EU-tason toimia on nuorten mielenterveysosaamisen ja sosiaalisen median sääntelyn vahvistaminen.

MIELI Suomen Mielenterveys ry



Kristian Wahlbeck
johtava asiantuntija