

2.5.2011

Keski-ikäisen työkyky ennustaa vanhuuden toimintakykyä

Hyvä työkyky ennustaa kolmannen iän terveyttä ja antaa eväät pitkälle iälle, tuli ilmi kuntatyöntekijöiden työ- ja toimintakykyä ja näiden vaikutuksia työntekijöiden terveyteen elämän eri vaiheissa käsitelleessä seminaarissa 2. toukokuuta. Kevan järjestämän seminaarin puheenvuorot keskittyivät meneillään olevaan kuntatyöntekijöiden työ- ja toimintakyvyn sekä terveyden 28-vuotisseurantaan.

Seminaarissa puhuneen valtiotieteiden tohtori Jorma Seitsamon mukaan hyvä työkyky ennustaa kolmannen iän terveyttä pitkälle vanhuuteen.

- Jos työntekijät kokivat työkykynsä hyväksi työssäoloaikana, he kokivat myös terveytensä hyväksi noin kaksi kertaa useammin vielä 28 vuotta myöhemmin verrattuna niihin, jotka kokivat työkykynsä heikentyneen. Vastaavasti hyvä työkyky indikoi pienempää sairauksien lukumäärää sekä vähempää hoitajaksojen määrää eläkevuosina, Seitsamo kertoi

Tutkija, terveystieteiden tohtori Mikaela von Bonsdorff toi esille, että seurantatutkimus osoitti keski-iän työkyvyn ennustavan vanhuuden toimintakykyä ja elämän pituutta.

- Merkittävällä osalla kunta-alan työntekijöistä työkyky säilyi hyvällä tasolla aina vanhuuteen saakka.

von Bonsdorffin mielestä työkyvyn säilyminen saattaakin kertoa ikääntyneiden henkilöiden voimavaroista ja kapasiteetista, jotka säilyvät suhteellisen hyvinä pitkälle vanhuuteen saakka.

- Toistaiseksi on sängen vähän tietoa siitä, miten työelämä vaikuttaa terveyteen vanhuudessa, totesi puolestaan gerontologian ja kansanterveyden professori Taina Rantanen.

- Keski-iän lihasvoiman ja elintapojen tiedetään ennustavan vanhuuden toimintakykyä ja pitkäikäisyyttä, joten on todennäköistä, että työ ja sen kuormittavuus vaikuttavat myös vanhuuteen.

Professori Juhani Ilmarinen kertoi seurantatutkimuksen ainutlaatuisuudesta.

- Sen erikoisuuksiin kuuluvat monen tieteenalan pitkäjänteinen yhteistyö, kunnallisten töiden analyysit, työntekijöiden kuormittumisen tutkimukset

2.5.2011

työpaikoilla ja toimintakyvyn mittaukset laboratoriossa, kliiniset tutkimukset sekä työkyvyn mittaamisen kehittäminen, Ilmarinen kertoi.

- Tutkimukseen osallistuneet kuntien työntekijät ja toimihenkilöt ovat osallistuneet tutkimukseen kiitettävästi. 28-vuoden jälkeen tutkittavat olivat 73-85 -vuotiaita vastatessaan kyselytutkimukseen. Tarkat tiedot heidän työelämästään ja työkyvystään keski-iässä (45-57 vuotta) antavat ainutlaatuisen mahdollisen selvittää työkyvyn vaikutuksia vanhuuteen.

Ilmarisen mielestä tutkimuksen opit sopivat myös ratkaisuksi työurien pidentämiseen.

Kunta-alan 28-vuotisseurantatutkimuksessa tarkastellaan työuran aikaisia työhön, työkykyyn ja elämäntyyliin liittyviä tekijöitä, jotka ovat yhteydessä työuran jatkamiseen ja joilla voi myös olla pitkäaikaisia vaikutuksia eläkkeelle siirtyneiden henkilöiden hyvinvointiin, terveyteen ja sairastavuuteen.

Tutkimuksen päätavoite on tuottaa tietoa siitä, mitkä tekijät (työympäristö, työn sisältö ja vaatimukset, työorganisaatio ja hallinta) edesauttavat työkyvyn ylläpitämistä, aina kolmanteen ikään saakka. Lisäksi selvitetään työkyvyn vaikutuksia eläkeajan hyvinvointiin.

Kunta-alan työntekijöitä koskeva seurantatutkimus aloitettiin Työterveyslaitoksella vuonna 1981. Keva rahoittaa tutkimusta Jyväskylän ja Tampereen yliopistojen, Työterveyslaitoksen ja Suomen Akatemian kanssa.

Lisätietoja internetissä:

www.ttl.fi/fi/tutkimus/hankkeet/tyokyky_ja_kolmannen_ian_hyvinvointi/Sivut/default.aspx

Lisätietoja:

Valtiotieteiden tohtori Jorma Seitsamo. P. 030 474 2410

Tutkija, terveystieteiden tohtori Mikaela von Bonsdorff p. 014 260 4596
Gerontologian ja kansanterveyden professori Taina Rantanen p. 014 260 4592

Professori Juhani Ilmarinen, p. 0400 815511

Tutkimus- ja kehittämisjohtaja Pauli Forma, Keva, p. 040 525 4530