

## TAVOITTEENA TERVEYTTÄ EDISTÄVÄ YMPÄRISTÖ

Terveys on ihmisen tärkeimpiä arvoja ja vaikuttaa keskeisesti elämän laatuun. Terveys on myös Suomen menestyksen kilpailutekijä, sillä hyvinvointi ja tuottavuus kulkevat käsikädessä.

Ympäristöllä on suuri vaikutus terveyteen. Ympäristöllä tarkoitetaan kaikkea sitä mikä ei seuraa perimästä ( mm elintapoja, infektioita, ravintoa). Suomessa on hyviä näyttöjä siitä, että ennaltaehkäisyllä saadaan tauteja taltutetuksi ( lastensairaudet, hammaskaries ym). Kuitenkin uusia ” kansantauteja ” on ilmaantunut. Viime aikoina erityistä huolta on aiheuttanut ylipainon ja alkoholin liikkäytöstä aiheutuvien ongelmien yleistyminen. Erityisesti ylipainosta on tulossa yhä selkeämmin myös lasten ongelma. Toinen huono kehityskulku on lasten fyysisen kunnon rapautuminen. Mielenterveysongelmat ovat suurin työkyvyttömyyden aiheuttaja. Myös väestöryhmien väliset terveyserot ovat kasvaneet. Sosiaali- ja terveyshuollon kustannukset ovat nousussa: aikuistyyppin diabeteksen pelkkä hoito maksaa yhteiskunnalle noin 600 miljoonaa euroa vuodessa. Alkoholi aiheuttaa vuosittain 4 miljardin kokonaiskustannukset. Samansuuruinen lasku tulee koti- ja vapaa-ajan tapaturmista.

Ympäristöaltistuksiin liittyvistä sairauksista erityisesti astma ja allergiat ovat lisääntyneet. Myös altistus tietyille ympäristötekijöille on pahentunut, näitä on mm. liikenteen aiheuttamat pienhiukkaskasaumat, UV- altistus ja pitkäaikaistekijät (kasvihuonekaasut, otsonituhoajat).

Terveyden edistäminen on laaja-alaista poikkihallinnollista toimintaa, jossa ovat mukana valtionhallinto, kunnat, järjestöt, elinkeinoelämä ja ihmiset itse. Hallituksen terveyden edistämisen politiikkaohjelman tavoitteena on väestön terveydentilan parantuminen ja terveyserojen kaventaminen. Ohjelma keskittyy ongelmien ennaltaehkäisyyn ja varhaiseen puuttumiseen. Siinä keskeisenä päämääränä on viedä ”Terveys kaikissa politiikoissa ”- ajattelua eli terveysnäkökohtien huomioon ottamista kaikessa yhteiskunnan toiminnassa ja päätöksenteossa.

Sosiaali- ja terveysministeriö julkaisi vuonna 2006 ”Terveyden edistämisen laatusuosituksen”, joka antaa hyvät toimintalinjat sekä virkamiehille että päättäjille. Sosiaali-, terveys- ja ympäristöviranomaisten tulisi osallistua kunnan yhdyskuntasuunnitteluun tavoitteenaan esteetön, turvallinen, viihtyisä, virikkeinen ja sosiaalista hyvinvointia edistävä ympäristö. Toiminta edellyttää entistä tiiviimpää yhteistyötä eri ammattialojen välillä. Myös asennemuutosta tarvitaan – terveyttä edistävät ja ennaltaehkäisevät ympäristötoimet tuovat säästöä kuntien menoihin vasta viiveellä.

## **Rakennetulla ympäristöllä vaikutetaan ihmisen terveyteen**

Ilmastonmuutos on suurin globaaliriski. Kaupungeissa tilannetta pahentaa vielä lämpösaarekevaikutus. Rakennettu kaupunki on helteellä useita asteita lämpimämpi kuin maaseutu. Kasvihuonekaasujen vähentäminen on urakka, jossa kunta voi tehdä paljon mm. kaavoituksessa, maankäytössä sekä liikenneratkaisuissa. Ilmastonmuutosta torjuttaessa tiivis yhteiskunta on ekologisesti kestävä ratkaisu. Tiivis energianjakeluverkosto ja liikenteen vähentäminen mm. autottomilla kävelykeskuksilla ja kevyen liikenteen väylillä palvelevat molemmat kasvihuonekaasujen vähentämistä. Näillä pystytään vaikuttamaan myös pienhiukkasmäärään joka tulee liikenteestä ja polttoprosesseista ja samalla myös vaikuttamaan ihmisen terveyteen, onhan WHO:n tilastojen mukaan näistä aiheutuvia ylimääräisiä kuolemia vuodessa 100 000-400 000.

Maankäyttö on ilmastonmuutoksen veroinen haaste tulevaisuudelle. Rakentamisen hivuttautuminen yhä uusille alueille ja kaupunkien riittämättömät viheralueet muodostavat merkittävän uhkan, jota ei ole vielä hyvin ymmärretty.

Toisaalta asumisen, viihtyvyyden ja kaupungin monipuolisuuden merkitys kasvaa. Kaupunkien tulee uudistua pärjätäkseen armottomassa kilpailussa asukkaistaan. Kuntalainen ei enää miellä kuntaa tai kaupunkia pelkästään julkisten palvelujen tuottajaksi, vaan laajemmin omaa ympäristöään muokkaavaksi vaikuttajaksi. ”Asumisen maantiede” on nouseva trendi, vaatimustaso on noussut ja kaupunkilainenkin odottaa urbaanilta ympäristöltään kauneutta ja viihtyisyyttä. Monipuolisesti aistittava, myönteisiä tunteita herättävä ja ymmärrettävää informaatiota sisältävä ympäristö on merkittävä hyvinvoinnin lähde. Virikkeinen ympäristö on myös selkeästi sosiaalista hyvinvointia edistävä. Urbaani ympäristö koetaan yhteiseksi ” olohuoneeksi”, jossa vietetään aikaa, harrastetaan, tavataan muita ihmisiä. Varsinkin nuorille tällaiset olotilat kaupunkien keskustoissa on tärkeitä, ja ympäristön rakentamispäätöksillä voidaan ohjata nuorten käyttäytymistä mm rakentamalla harrastepaikkoja, mahdollistamalla kaupunkiseurapelejä.

Hyvässä kaupunkirakentamisessa otetaan kuntalainen huomioon vauvasta vaariin. Lapsen liikkumista suositaan leikkipaikkojen runsaudella, koulujen pihasuunnitteluissa. Liikennesuunnittelussa huomioidaan turvallisuus - pienempien pitäisi päästä kevyen liikenteen väyliä turvallisesti omaan kouluun; ikäihmiset pääsevät kulkemaan rollaattoreillaan. Terveyden kannalta ei myöskään ole samantekevää, minne palvelutalot tai sairaalat sijoitetaan: ympäristöpsykologi Roger Ulrichin tutkimukset 1980-luvulla tuottivat lähes klassisen esimerkin siitä, miten ikkunastaan luontonäkymää katselevien potilaiden toipuminen oli nopeampaa kuin potilaiden , jotka katselivat paljasta tiiliseinää.

Tervetuloa Mikkeliin, vihervuoden päätapahtumapaikkaan ensi keväänä. Toivottavasti viimeistään vihervuoden aikana saadaan toimintalinjat terveysvaikutteisesta viherrakentamisesta läpi kautta valtakunnan.

Seija Korhonen, lääketieteen tohtori; Mikkelin kaupunginhallituksen jäsen:

Mikkelipuistoyhdistys ry:n hallituksen jäsen