

# Nuorten mielen hyvinvointi

---

MARI LAHTI



# Mielenterveysongelmat lapsilla ja nuorilla

---

- Mielenterveysongelmat ovat yleisiä lapsilla ja nuorilla.
- Yhteiskunnassa tapahtuvat muutokset ja kriisit voivat heijastua lasten ja nuorten mielenterveyteen ja hyvinvointiin.
- Koronapandemia, perheiden taloudellinen eriarvoistuminen, heijastuen esim. harrastustoimintaan, huono-osaisuuden alueellistumiseen, lisääntynyt maahanmuutto ja pakolaisuus, digiloikka kouluympäristöissä ovat omiaan muokkaamaan lasten ja nuorten hyvinvointia.
- Arviot esiintyvyydestä vaihtelevat kansainvälisesti 10–25 % (mm. Polanczyk ym. 2015).
- Yleisimpiä ongelmia ovat ahdistuneisuus ja masennus, käyttäytymisongelmat ja neuropsykiatriset kehitysongelmat, kuten ADHD ja autismi.
- Kiusaaminen ja yksinäisyys ovat myös yleisiä lapsilla ja niihin liittyy usein mielenterveysongelmia



# Ovatko ongelmat lisääntyneet?

Julkinen näkemys (tiedotusvälineet, terveydehuolto, koulu) on, että lasten ja nuorten mielenterveysongelmat ovat kasvussa.

## Surua, epätoivoa, pelkoa – ilmastoahdistus rajoittaa nuorten tulevaisuuden suunnitelmia

Nuorten kokema ilmastoahdistus ei ole enää näkymätöntä. Se ilmenee toivottomuutena, elämäntapamuutoksina, protesteina – sekä haluttomuutena hankkia lapsia.

## Itä-Suomessa iahes joka viides poika syö adhd-lääkkeitä – alueelliset erot merkittäviä

10–12-vuotiaiden poikien adhd-lääkkeiden käyttö on kasvanut Suomessa voimakkaasti, ilmenee Kelan selvityksestä.



Psykoosstimulanttien käyttö lasten ja nuorten ADHD:n hoidossa on lisääntynyt. Stimulanttien Concerta (läämää pillerit) ja Metyylifenidaatti Sandos (punaiset pillerit) vaikuttavana aineena on metyylifenidaatti. Kuva: Sanni Isoäki / Yle

Nuoret

## Teini-ikäisten tyttöjen pahoinvointi herättää huolta tutkijoissa – ahdistuneisuus kasvanut merkittävästi koronan jälkeen

Tutkimuksessa havaittiin vahva yhteys nuorten ahdistuksen ja ulkoisten uhkien, kuten sodan, ilmastonmuutoksen, luonnonkatastrofien ja pandemioiden välillä.

Kulttuuritiedot Sosiaalinen media

## Analyysi: Nuorten masennuksen kasvu voisi taittua, jos vanhemmat kieltäisivät heiltä yhden arkisen asian

Sosiaalipsykologi Jonathan Haidt syyttää nuorten mielenterveysongelmista älypuhelimia. Vastuu on vanhemmilla, kirjoittaa kulttuuritoimittaja Pauliina Grym.



## Nuorten mielenterveysthainriot näyttäisivät tarttuvan koululaiselta toiselle

Jos luokalla on mielenterveyden häiriöistä kärsiviä, muillakin on kohonnut riski saada diagnoosi. Tämä selviää uudesta suomalaistutkimuksesta.

MIELIPIIDE Lapset

## Joonas Konstigin kolumni: Nuorison mielenterveyskriisi saattaa johtua lahjasta, jonka he saivat hyvää tarkoittaneilta vanhemmiltaan

Tutkijan mukaan lapsista kasvoi arkoja ja ahdistuneita nuoria, kun he lakkasivat leikkimästä riskaabeleitakin leikkejä – ja löysivät jotain paljon kiinnostavampaa, Konstig kirjoittaa.

# Mitä tutkimus sanoo?

---

- Lasten ja nuorten mielenterveyspalveluiden käyttö, MT-diagnoosit ja lääkkeiden käyttö on ollut kasvussa jo usean vuosikymmenen ajan (Atladottir et al., 2015; Kosidou ym., 2010; Sourander et ai., 2008).
- Vuonna 1989 2,4% lapsista oli käyttänyt palveluita ja vastaava osuus vuonna 2013 oli 11,0% (Sourander ym. 2004, 2008, Lempinen ym. 2018).
- Tutkimustulokset lasten ja nuorten käyttäytymis- ja emotionaalisista ongelmista vaihtelevat (Collishaw 2015; Bor et ai., 2014).
- Vaihtelevia tuloksia on selitetty mm. vaihtelevilla arviointimenetelmillä ja otanta-ajoilla sekä kulttuurisilla eroilla.



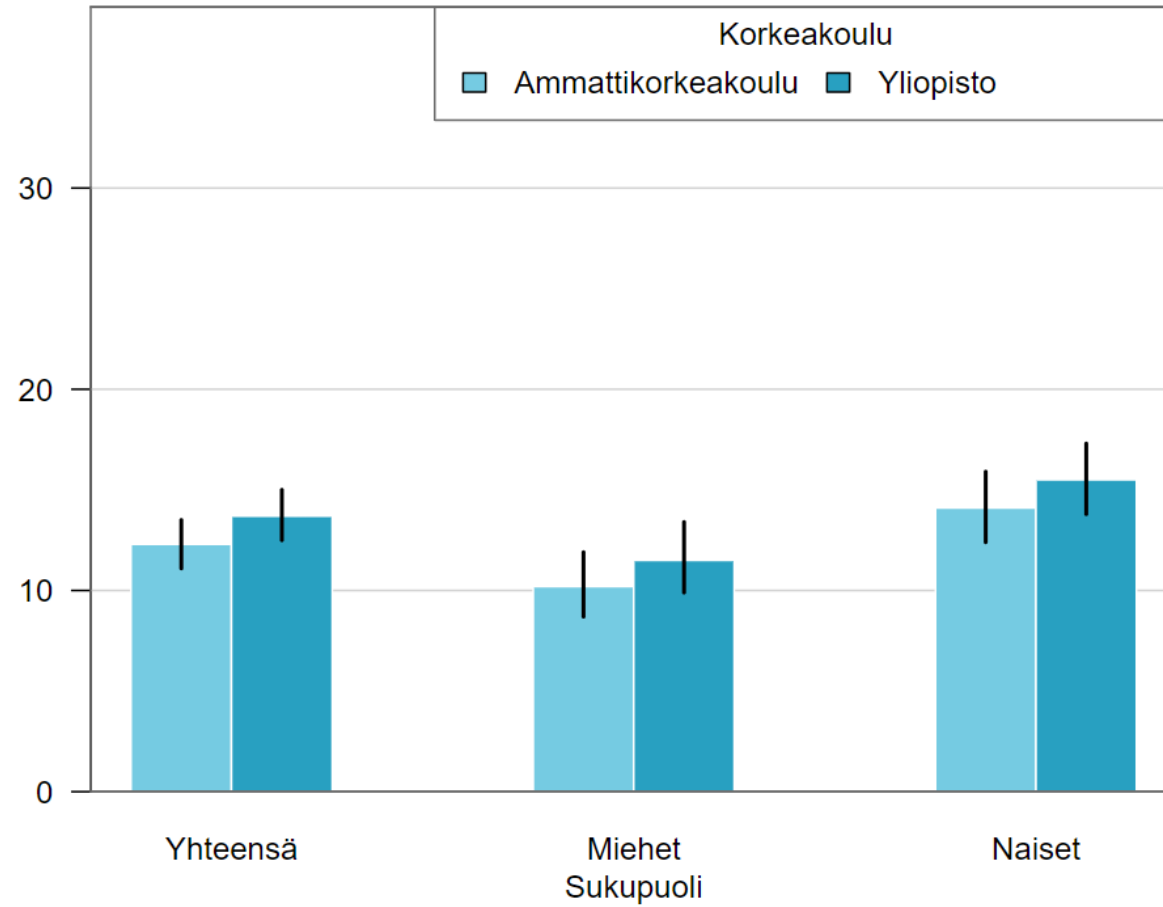
## Vaikeimmin oireilevien lasten ja nuorten määrä kasvaa

Varhan lasten ja nuorten poliklinikalla hoidetut alle 16-vuotiaat lapset ja nuoret.

Lapsi ja hänen perheensä tarvitsevat moniammatillista apua ja tukea.

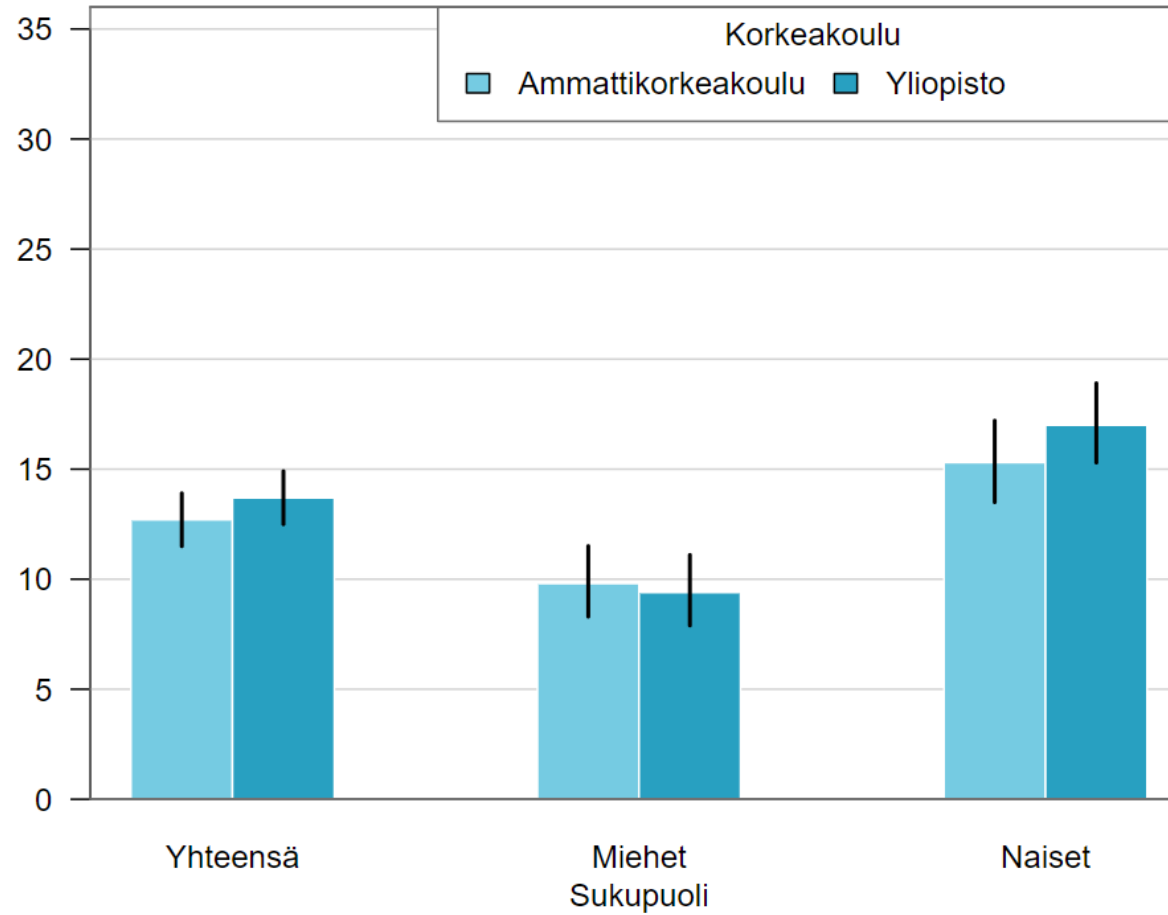


### Todettu masennus (%)



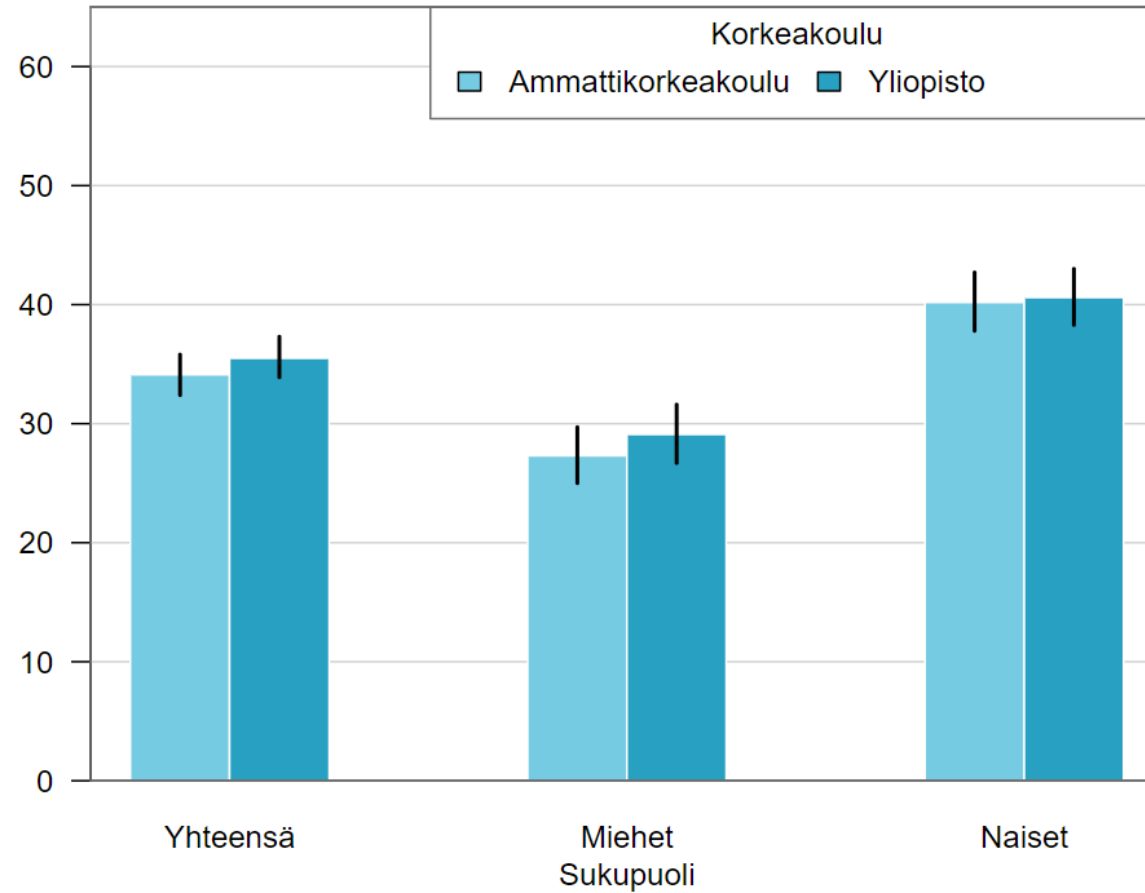
KOTT 2021, THL

### Todettu ahdistuneisuushäiriö (%)



KOTT 2021, THL

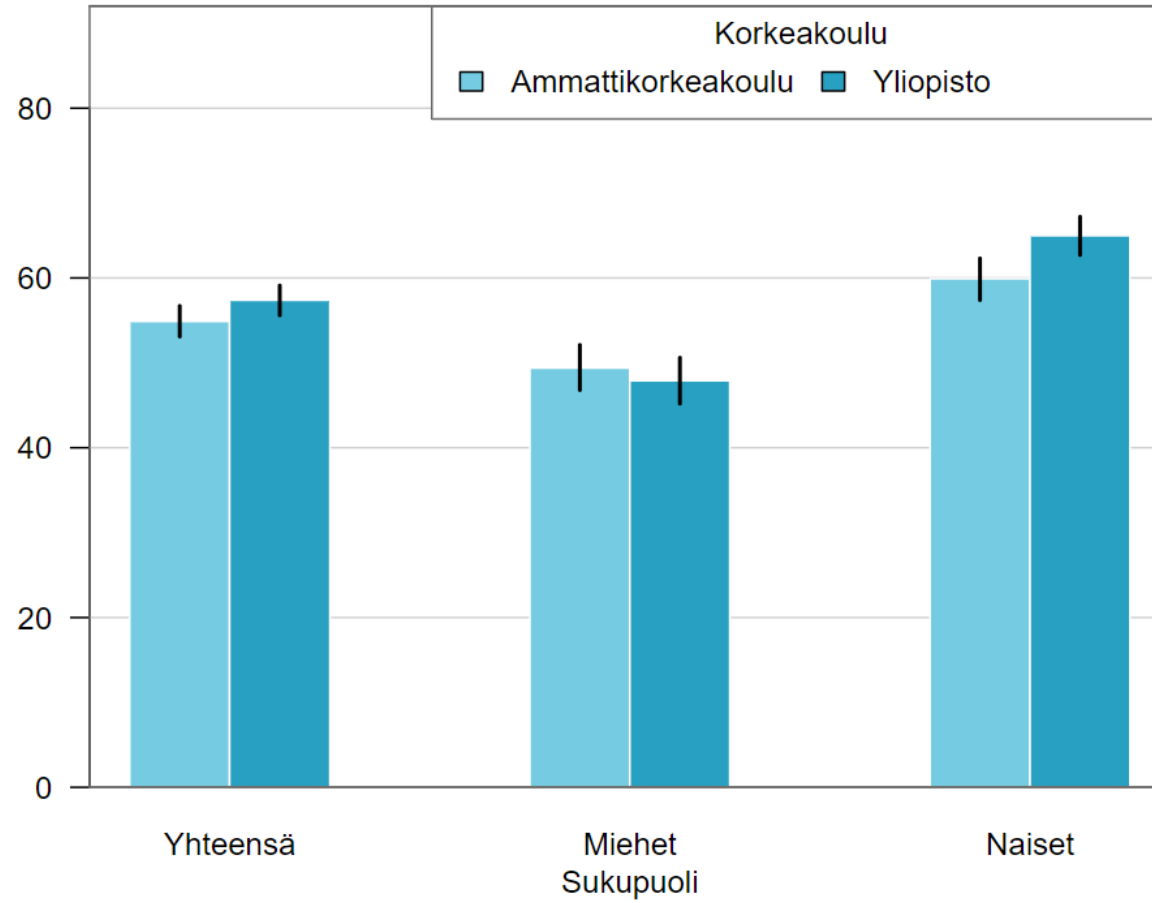
### Kliinisesti merkittävän psyykkisen kuormittuneisuuden yleisyys (%)



KOTT 2021, THL

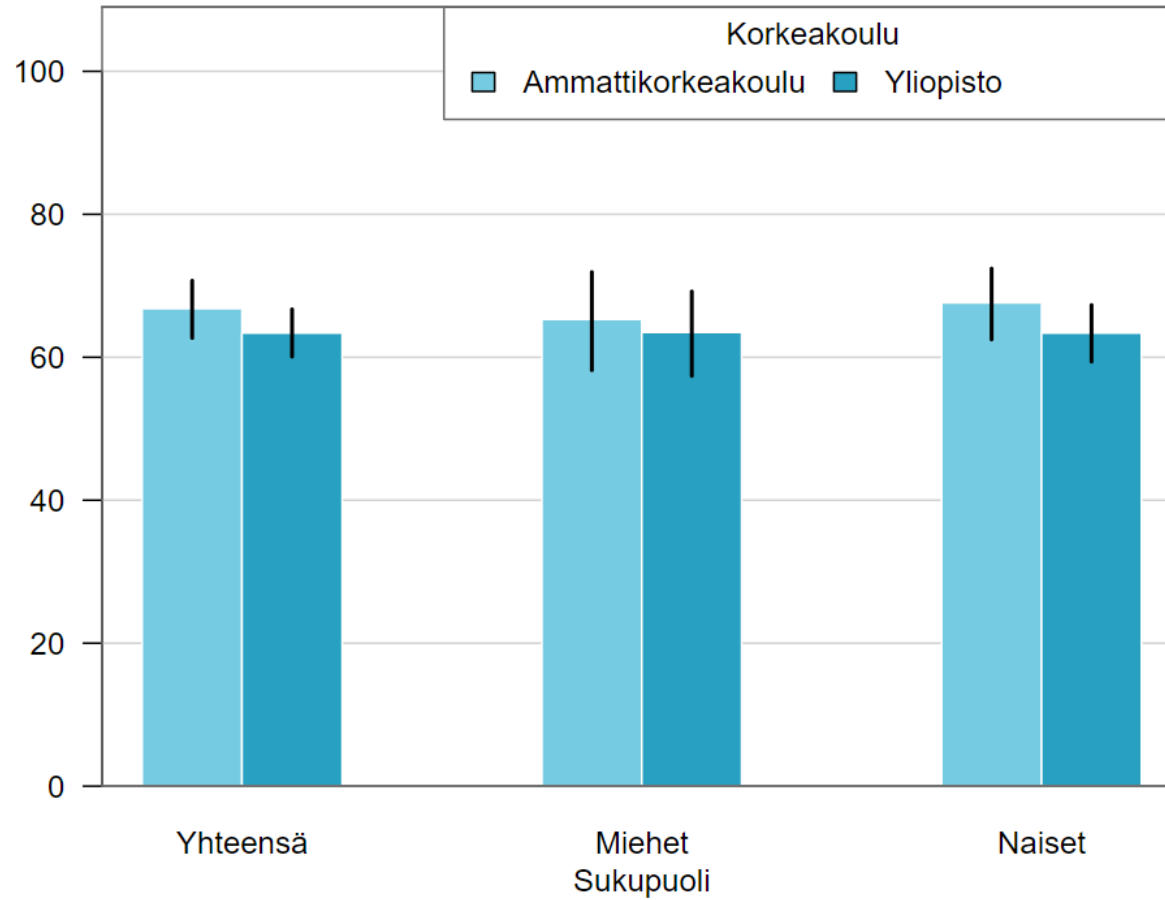


Psyykkisen kuormittuneisuuden (GHQ-12 yli 3 pistettä) yleisyys (%)



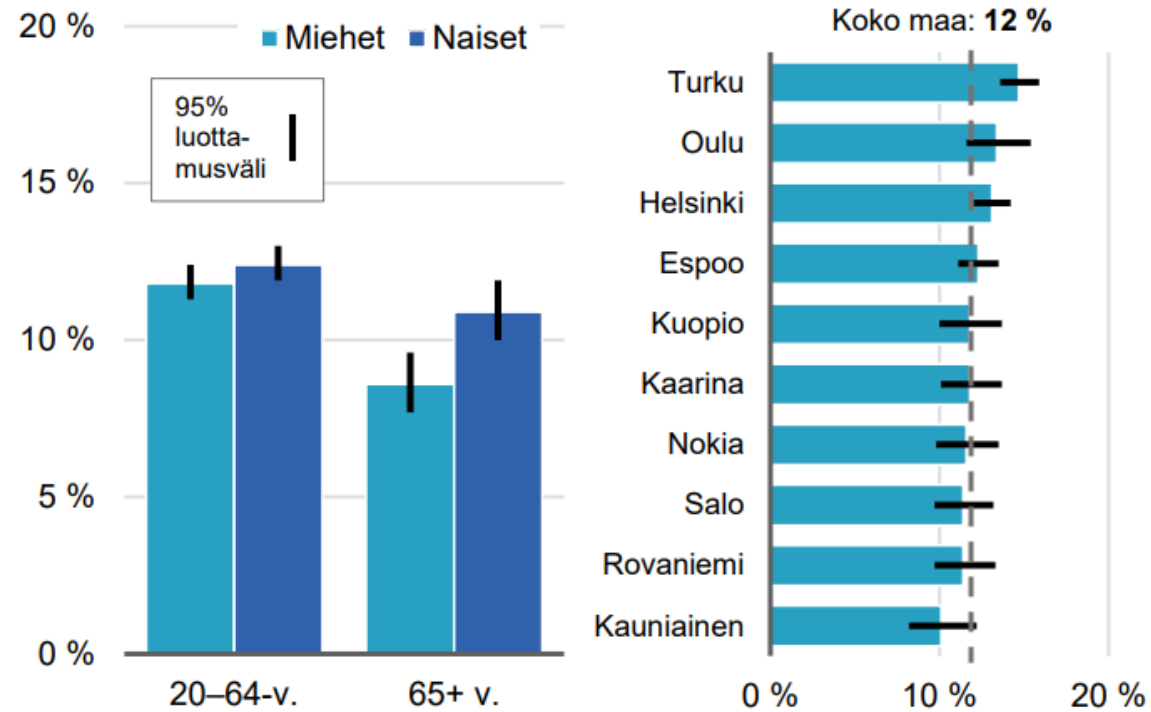
KOTT 2021, THL

### Mielenterveyden palveluita riittämättömästi, (%) tarvinneista

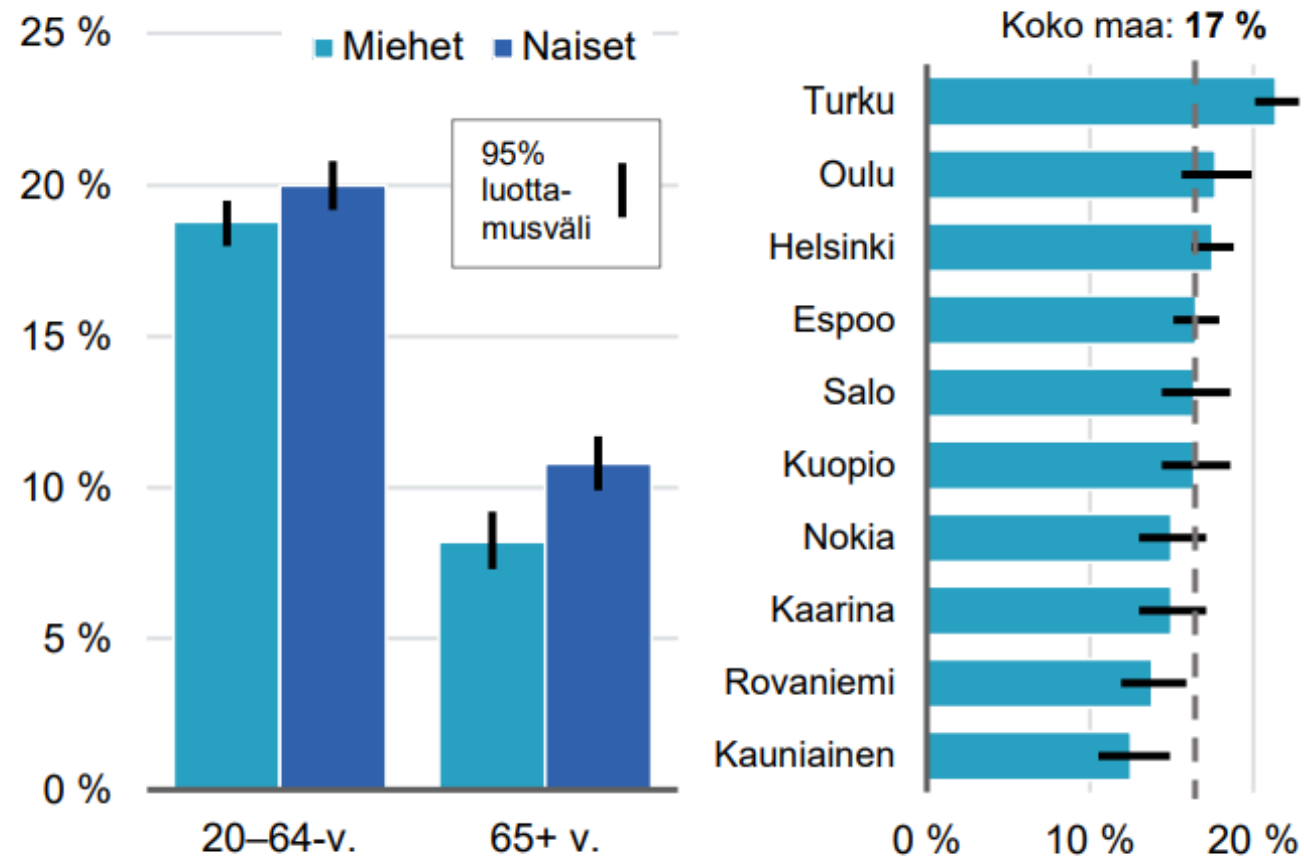


KOTT 2021, THL

Kaupungeista yksinäisyyttä koetaan eniten Turussa (14,7%), Oulussa (13,4%) ja Helsingissä (13,1%) ja vähiten Kauniaisissa (10,1%) (kuvio 3b). Muissa kaupungeissa yksinäisyyden kokemus on maan keskitasoa (vaihteluväli 11,4–12,3% vs. koko maa 12%). Kaupunkien välillä ei kuitenkaan havaittu yksinäisyyden kokemuksessa tilastollisesti merkitsevää eroa (liite-  
taulukko 1).



Kuvio 3. Itsensä yksinäiseksi tuntevien osuus (%) a) koko maassa sukupuolen ja ikäryhmän mukaan ja b) kaupungeissa (20+ v.).



Kuvio 4. Psyykkisesti merkittävästi kuormittuneiden osuus (%) a) koko maassa sukupuolen ja ikäryhmän mukaan ja b) kaupungeissa (20+ v.).

• Mielenterveys

## Karu tutkimus julki: Turkulaiset ykkösenä psykkisessä kuormituksessa ja yksinäisyydessä – näin kaupunginosat eroavat toisistaan

RIITTA SALMI



Erityisesti matalan koulutustason ihmiset ja 20-64-vuotiaat naiset tuntevat itsensä yksinäiseksi Turussa.

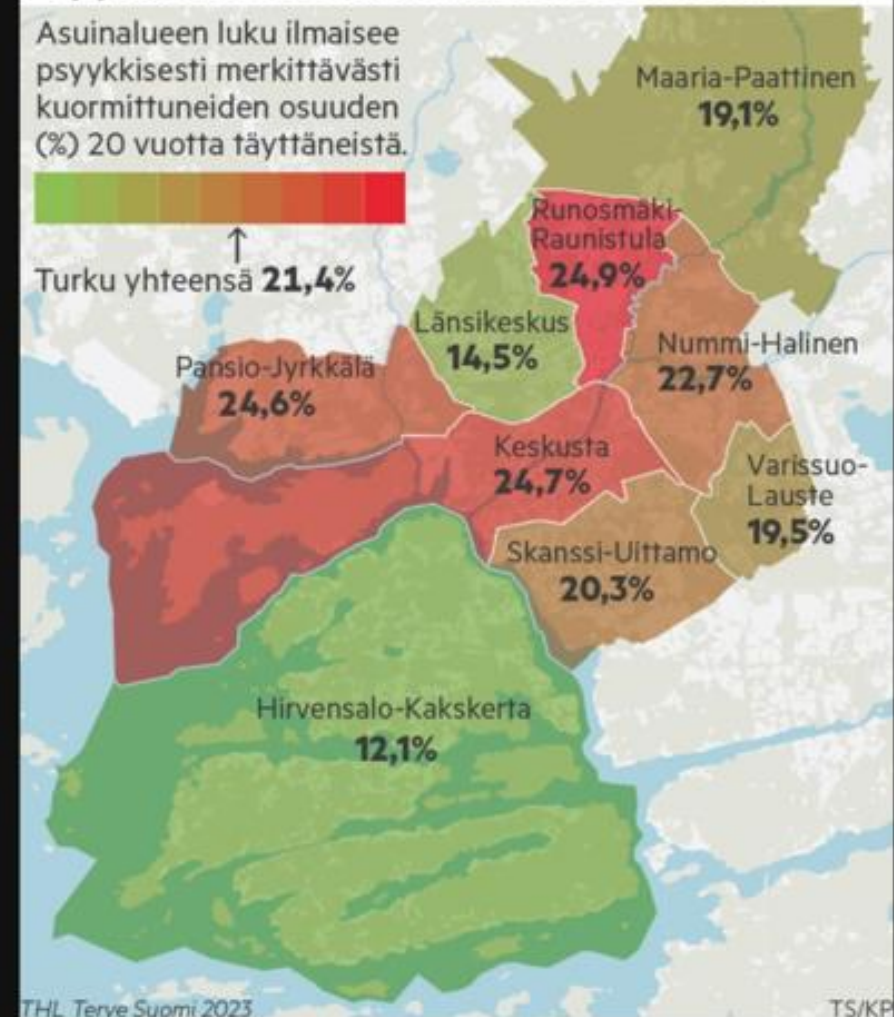
**Kymmenen kaupungin vertailussa Turussa  
kärsittiin eniten psyykkisestä  
kuormituksesta. Asunalueiden välillä erot  
hyvinvoinnissa ovat isoja.**

## Psyykinen kuormittuneisuus Turussa

Asunalueen luku ilmaisee psyykkisesti merkittävästi kuormittuneiden osuuden (%) 20 vuotta täyttäneistä.



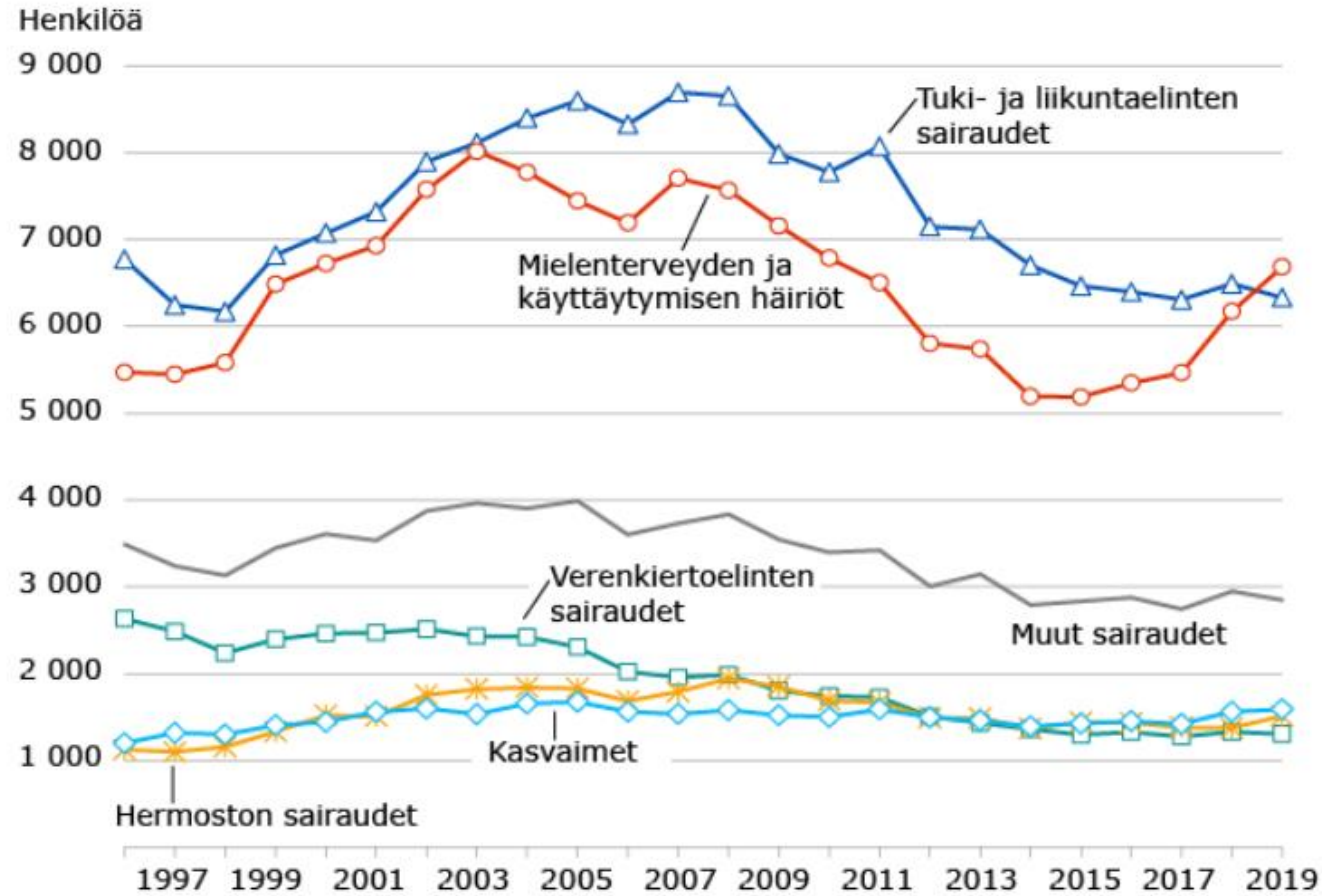
Turku yhteensä 21,4%



THL Terve Suomi 2023

TS/KP

### Työeläkelakien mukaiselle työkyvyttömyyseläkkeelle vuosina 1996–2019 siirtyneet sairauspääryhmän mukaan



Lähde: Eläketurvakeskus





# Keskusteluun

---

- Miten voimme ennaltaehkäistä lasten ja nuorten mielenterveyshaasteita?
- Miten järjestää palveluverkkoa siten, että tuki ja apu on saatavilla ja saavutettavissa?
- Miten pystymme tukemaan opiskelijoita, joilla on jo mielenterveyden haasteita?
- Miten tuemme opiskelijoita kohti työelämää ja työelämässä jaksamiseen?
- Miten varmistamme tulevaisuuden työntekijöiden jaksamisen?





# Kiitos!

Mari Lahti [mari.lahti@turkuamk.fi](mailto:mari.lahti@turkuamk.fi), [melaht@utu.fi](mailto:melaht@utu.fi)

Yliopettaja, Mielen terveyden edistämisen tutkimusryhmän  
vetäjä, Turku AMK

Yliopiston lehtori, Lastenpsykiatrian tutkimuskeskus, Turun  
yliopisto