

Työterveyslaitoksen tutkimuskatsaus: elokuu 2025

80 VUOTTA HYVINVOINTIA TYÖSTÄ

Tähän tutkimuskatsaukseen on koottu tiiviisti Työterveyslaitoksen tutkijoiden uusimmat tutkimusjulkaisut. Toivomme, että tutkimustietoaamme hyödynnetään laajasti suomalaisen työelämän kehittämisessä. Lanseeraamme katsauksen osana 80-vuotiaan Työterveyslaitoksen juhlavuotta.

Työterveyslaitos

PL 40
00251 Helsinki

www.ttl.fi

Kirjoittaja: Laura Salonen
Toimittaja: Marja Sarkkinen

Julkaisupäivä 27.8.2025

© 2025 Työterveyslaitos ja kirjoittajat

Tämän teoksen osittainenkin kopiointi on tekijänoikeuslain (404/61, siihen myöhemmin tehtyine muutoksineen) mukaisesti kielletty ilman asianmukaista lupaa.

SISÄLLYS

1	Inhimillisten tekijöiden huomiointi parantaa sosioteknisten järjestelmien turvallisuutta	4
2	Elektroniikkajätteen käsittelijät altistuvat erityisesti lyijylle	5
3	Hyvä työhygienia ja suojautuminen ovat tärkeitä metallien 3D-tulostuksessa	6
4	Työterveysyhteistyön pitää perustua työpaikan tarpeisiin	7
5	Biomekaaniset työaltisteet ovat yhteydessä heikentyneeseen työhön osallistumiseen ..	8
6	Psykososiaalisiin tekijöihin vaikuttaminen edistää työhyvinvointia	9
7	Työperäisten sairauksien kirjaukset kasvoivat vuosina 2021–2022	10
8	Myönteinen suhtautuminen monitilatoimistoon on yhteydessä työhyvinvointiin.....	11
9	Varhaiskasvatuksen työoloja on kehitettävä mielenterveyden tukemiseksi	12
10	Työkyvyn tarkastelussa on huomioitava muitakin kuin terveyteen liittyviä tekijöitä.....	13
11	Yhteiskehittäminen edellyttää aitoa mahdollisuutta vaikuttaa päätöksentekoon.....	14
12	Työurien pidentäminen vaatii työpaikkojen kehittämistä ja terveyden edistämistä.....	15
13	Psykoteraapia ehkäisee sairauspoissaoloja.....	16
14	Vuorotyön haitallisia piirteitä voi ehkäistä vuorosuunnittelun keinoin	17
15	Uudet työkalut helpottavat työhön paluuta mielenterveyshäiriöiden jälkeen.....	18
16	Sosiaalinen media muokkaa hoivaa ja rakentaa empatiaa viestinnän keinoin	19

1 Inhimillisten tekijöiden huomiointi parantaa sosioteknisten järjestelmien turvallisuutta

Sosioteknisten järjestelmien turvallisuus riippuu siitä, miten ihmisten jokapäiväiset työtehtävät onnistuvat. Inhimillisten tekijöiden (human factors, HF) merkitys tunnistetaan yhä paremmin kokonaisturvallisuuden hallinnassa ja teorioissa. Turvallisuuteen vaikuttavia piileviä tekijöitä on kuitenkin käytännössä vaikea ymmärtää ja hallita. Piileviä tekijöitä ovat esimerkiksi ihmisten henkilökohtainen kokemus ja vuorovaikutussuhteet.

Tässä tutkimuksessa turvallisuuden hallinnan keinoin yhdistettiin systeemiälyn (systems intelligence, SI) viitekehys. Se nostaa ihmisten henkilökohtaisen kokemuksen ja vuorovaikutuksen laadun onnistuneen toiminnan keskiöön.

Tutkimuksessa vertailtiin keskenään turvallisuuskriittisillä aloilla kehitetyn ja käytetyn HF Toolin ja systeemiälyviitekehysten sisältöä. Näin saatiin esiin tekijöitä, joiden kautta voidaan päästä nykykäytäntöjä syvemmälle inhimillisten tekijöiden hallinnassa. Näitä tekijöitä ovat vertailun mukaan erityisesti henkilökohtaisen reflektion eli pohdinnan tukeminen ja toisten ihmisten kokemukseen virittymisen työtä tehtäessä.

Tämä teoreettinen tutkimus luo pohjaa uudelle inhimillisten tekijöiden työkalulle, jota on rikastettu systeemiälynäkökulmalla. Vertailun tulosten ja Työterveyslaitoksen CHEF-hankkeen kokemusten pohjalta artikkelissa esitettiin alustava hahmotelma turvallisuusjohtamisen HF-SI-mallista.

Tekijät: Riitta Juvonen¹, Raimo P. Hämäläinen¹, Esa Saarinen¹ ja Anna-Maria Teperi²

¹Aalto yliopisto; ²Työterveyslaitos

Julkaisu: Juvonen, R., Hämäläinen, R. P., Saarinen, E. & Teperi, A.M. 2025. Systems intelligence and the HF Tool in foregrounding human factors in systemic safety. Theoretical Issues in Ergonomics Science, 1–22. <https://doi.org/10.1080/1463922X.2025.2499486>

Julkaisutyyppi: Vertaisarvioitu julkaisu

2 Elektroniikkajätteen käsittelijät altistuvat erityisesti lyijylle

Elektroniikkajätteen käsittely voi altistaa työntekijöitä haitallisille metalleille. Tässä tutkimuksessa tarkasteltiin biomonitoroinnin ja työhygieenisiin mittauksiin työntekijöiden mahdollista altistumista kromille, kadmiumille, elohopealle ja lyijylle elektronisen jätteen kierrätyksessä.

Tutkimuksen kohteena oli 195 työntekijää, jotka työskentelivät elektroniikkajätteen kierrätyksen parissa kahdeksassa Euroopan maassa. Heitä verrattiin 73 työntekijään, jotka eivät olleet suoraan tekemisissä elektroniikkajätteen tai metallijätteen kierrätyksen kanssa.

Elektroniikkajätteen käsittelyssä työntekijät altistuivat etenkin lyijylle ja jonkin verran myös kadmiumille ja elohopealle. Tulokset osoittavat, etteivät nykyiset turvallisuustoimet riitä suojaamaan työntekijöitä lyijylle altistumiselta. Elektroniikkajätteen käsittelyn yleistyessä on tärkeää arvioida työntekijöiden altistumista sopivilla seurantamenetelmillä. Siten voidaan varmistaa, että altistuminen on hallinnassa.

Tekijät: Elizabeth Leese¹, Jelle Verdonck², Simo P. Porras³, Jaakko Airaksinen³, Radu C. Duca^{2,4}, Karen S. Galea⁵, Lode Godderis^{2,6}, Beate Janasik⁷, Selma Mahiout³, Carla Martins⁸, Inese Mārtiņšone⁹, Maria Mirela Ani⁴, An van Nieuwenhuyse^{2,4}, Paul T.J. Scheepers¹⁰, Maria João Silva⁸, Susana Vegas⁸, Tiina Santonen³ ja HBM4EU e-waste -tutkimustiimi

¹Health and Safety Executive; ²KU Leuven; ³Työterveyslaitos; ⁴Laboratoire National de Santé, Luxembourg; ⁵Institute of Occupational Medicine; ⁶Idewe, Belgia; ⁷Nofer Institute of Occupational Medicine; ⁸NOVA University of Lisbon; ⁹Riga Stradins University; ¹⁰Radboud University

Julkaisu: Leese, E., Verdonck, J., Porras, S.P., Airaksinen, J., Duca, R.C., Galea, K.S., Godderis, L., Janasik, B., Mahiout, S., Martins, C., Mārtiņšone, I., Ani, M.M., van Nieuwenhuyse, A., Scheepers, P.T.J., Silva, M.J., Viegas, S., & Santonen, T. 2025. HBM4EU e-waste study – Occupational exposure assessment to chromium, cadmium, mercury and lead during e-waste recycling. Environmental Research 283:121892. doi:[10.1016/j.envres.2025.121892](https://doi.org/10.1016/j.envres.2025.121892)

Julkaisutyyppi: Vertaisarvioitu julkaisu

3 Hyvä työhygienia ja suojautuminen ovat tärkeitä metallien 3D-tulostuksessa

Metallien 3D-tulostus on yleistynyt viime vuosina. Tässä tutkimuksessa selvitettiin tulostustyöntekijöiden altistumista hiukkasille ja metalleille eri työvaiheissa. Hiukkas- ja metallialtistumista ja niiden aiheuttamaa terveysriskiä arvioitiin mittauksin, näytteenotoin ja kyselyin.

Tutkimukseen osallistui 32 työntekijää 13 työpaikasta, joissa tehtiin metallien 3D-tulostusta. Mukana oli myös 15 verrokkia työpaikoilta, joissa ei altistuttu metalleille.

Metallien 3D-tulostustehtävissä kokopäiväisesti työskentelevistä kolmasosalla keskimääräinen työpäivän aikainen hiukkasten lukumääräpitoisuus ylitti teollisille nanohiukkasille ehdotetun tavoitetason. Altistumista tapahtui erityisesti jälkikäsittelyssä ja tulostusjauheiden käsittelyssä.

Kaiken kaikkiaan terveysriskien katsottiin kuitenkin jäävän vähäisiksi tutkituissa työtehtävissä, kunhan huolehditaan hyvästä työhygieniasta ja suojautumisesta. Hankkeessa laadittiin malliratkaisu turvallisista työtavoista metallien 3D-tulostustöissä. Mallia voivat hyödyntää alan työpaikat.

Tekijät: Maija Leppänen, Antti Karjalainen, Kukka Aimonen, Antti Väisänen, Marko Hyttinen ja Tiina Santonen

Työterveyslaitos

Julkaisu: Leppänen, M., Karjalainen, A., Aimonen, K., Väisänen, A., Hyttinen, M., & Santonen, T. 2025. Altistuminen ja terveysriskit metallien 3D-tulostustöissä. Loppuraportti TSR-hankkeista 230103 ja 230119. Työterveyslaitos. <https://julkari.fi/handle/10024/151338>

Julkaisutyyppi: Raportti

4 Työterveysyhteistyön pitää perustua työpaikan tarpeisiin

Työpaikan, työntekijän ja työterveyshuollon hyvä työterveysyhteistyö on tärkeä osa työntekijöiden työkyvyn ja työhyvinvoinnin ylläpitämistä. Tässä tutkimuksessa tarkasteltiin, miten työterveysyhteistyö toteutuu erikokoisilla työpaikoilla ja mitkä tekijät edistävät ja heikentävät sitä. Aineisto koostui vuonna 2021 tehdystä kyselystä, johon saatiin vastaukset 154 henkilöltä eri työpaikoilta.

Työpaikoilla oltiin pääosin tyytyväisiä työterveysyhteistyöhön ja yhteistyön arvioitiin toteutuneen hyvin. Yhteistyön sujuvuus ja kokonaistyytyväisyys työterveyshuoltoon oli samanlaista työpaikan koosta riippumatta.

Isoissa työpaikoissa yhteistyö työterveyshuollon kanssa oli tiiviimpää, työtä tukevien ratkaisujen löytäminen koettiin helpommaksi ja esimerkiksi arviointia ja seurantaan tehtiin enemmän kuin pienillä työpaikoilla. Toisaalta työpaikan koko vaikuttaa myös työpaikan tarpeisiin.

Työterveysyhteistyötä edistivät muun muassa nimetty vastuuhenkilö työterveyshuollossa, palvelujen saatavuus, hyvä ja säännöllinen vuorovaikutus sekä työterveyshuollon aktiivinen ote. Työterveysyhteistyötä heikensivät palvelujen huono saatavuus, työterveyshuollon henkilöstön vaihtuvuus ja tiedonkulun ongelmat.

Tulokset osoittavat, että työterveysyhteistyön tulee olla työpaikan tarpeiden mukaista, työsuojelun osallisuutta työterveysyhteistyössä tulee lisätä ja etenkin pienissä työpaikoissa yhteistyötä ja työkykyä tukevia käytäntöjä pitää parantaa.

Tekijät: Sanna Pesonen, Pauliina Kangas ja Hanna Hakulinen

Työterveyslaitos

Julkaisu: Pesonen, S., Kangas, P. & Hakulinen, H. 2025. Työterveysyhteistyö eri kokoisten työpaikkojen näkökulmasta. Kuntoutus, 48(2): 35–48. <https://doi.org/10.37451/kuntoutus.162770>

Julkaisutyyppi: Vertaisarvioitu artikkeli

5 Biomekaaniset työaltisteet ovat yhteydessä heikentyneeseen työhön osallistumiseen

Tiedetään, että työpaikan ja työympäristön riskitekijät ovat yhteydessä työntekijöiden terveyteen ja työhyvinvointiin. Tieto siitä, miten erilaiset altisteet ovat yhteydessä työhön osallistumiseen etenkin pidemmällä aikavälillä, on kuitenkin vähäisempää.

Tässä katsausartikkelissa tarkasteltiin 17:ää alkuperäistä vertaisarvioitua tutkimusta, jotka analysoivat työn riskitekijöiden yhteyttä työhön osallistumiseen pitkällä aikavälillä.

Eniten oli tutkittu niin sanottuja biomekaanisia riskitekijöitä, kuten työn fyysistä raskautta, ja psykososiaalisia tekijöitä. Erityisesti fyysisesti raskasta työtä tekevillä työhön osallistuminen oli heikompaa, sillä he kokivat enemmän työkyvyttömyyttä ja työttömyyttä, kuin ne, joiden työ ei ollut fyysisesti raskasta.

Tutkimuksessa löydettiin lukuisia kehitystarpeita. Esimerkiksi työn kemiallisten tai fyysisten riskitekijöiden tai altisteiden, kuten melun ja pölyn yhteydestä työhön osallistumiseen on tehty varsin vähän tutkimusta. Myös erilaisten riskitekijöiden yhteisvaikutuksista ja kasautumisesta tarvittaisiin lisää tietoa.

Tekijät: Rachel Louise Hasting¹, Karen Marieke Oude Hengel², Taina Leinonen³, Ute Bültmann⁴, Ingrid Sivesind Mehlum⁵, Alex Burdorf⁶, Michelle C Turner⁷, Laura Salonen³, M McElvenny⁸ ja Svetlana Solovieva³

¹National Institute of Occupational Health; ²TNO; ³Työterveyslaitos; ⁴University of Groningen, University Medical Center Groningen; ⁵Copenhagen University Hospital - Bispebjerg and Frederiksberg, University of Copenhagen; ⁶Erasmus MC, Alankomaat; ⁷Barcelona Institute for Global Health (IS-Global), Universitat Pompeu Fabra, CIBER Epidemiología y Salud Pública (CIBERESP); ⁸Institute of Occupational Medicine, University of Manchester

Julkaisu: Hasting, R.L., Oude Hengel, K., Leinonen, T., Bültmann, U., Mehlum, I.S., Burdorf, A., Turner, M.C., Salonen, L., McElvenny, D.M., & Solovieva, S. 2025. Mapping dynamic working life patterns and the impact of occupational exposures: A scoping review. BMC Public Health 25, 2322.

<https://doi.org/10.1186/s12889-025-23487-5>

Julkaisutyyppi: Vertaisarvioitu julkaisu

6 Psykososiaalisiin tekijöihin vaikuttaminen edistää työhyvinvointia

Sykevälivaihtelu on tärkeä terveyden mittari, joka kertoo elimistön kuormittuneisuuden ja palautumisen tilasta. Tässä Työterveyslaitoksen toteuttamassa tutkimuksessa selvitettiin, mitkä työn voimavara- ja vaatimustekijöistä ja niiden yhdistelmistä ovat keskeisimpiä terveyden edistäjiä ja heikentäjiä sykevälivaihtelun näkökulmasta. Hankkeessa tarkasteltiin noin 200:aa Raision kaupungin työntekijää eri aloilta.

Keskeisin sykevälivaihteluun vaikuttava tekijä oli ikä. Vaatimustekijöistä korostuivat kiusaamisen ja väkivallan kokemukset sekä eettisesti kuormittavat tilanteet. Voimavaratekijöistä tärkeimpiä olivat työroolien selkeys, palveleva johtaminen ja työn monipuolisuus. Työntekijöiden koettu terveys oli parhaalla tasolla ryhmissä, joissa työn voimavarat olivat vahvoja, riippumatta työn vaatimusten määrästä.

Tutkimus osoittaa, että psykososiaalisiin tekijöihin vaikuttamalla voidaan oikeasti edistää terveyttä ja työhyvinvointia. Tutkimuksessa tuotettiin verkko-oppimateriaalia ja työkirja työyhteisöille kehittämisen tueksi.

Tekijät: Kati Karhula, Suvi Sankelo, Maria Sihvola, Hanna Jantunen, Maria Hirvonen, Nina Lapveteläinen, Anne-Maria Konkola, Jarno Turunen ja Piia Seppälä

Työterveyslaitos

Julkaisu: Karhula, K., Sankelo, S., Sihvola, M., Jantunen, H., Hirvonen, M., Lapveteläinen, N., Konkola, A-M., Turunen, J., Seppälä, P. 2025. Hyvällä sykkeellä töissä: Psykososiaaliset työolot ja sykevälivaihtelu – Hyvällä sykkeellä parempaa terveyttä. Hankkeen loppuraportti. Työterveyslaitos.

<https://www.julkari.fi/handle/10024/151635>

Julkaisutyyppi: Raportti

7 Työperäisten sairauksien kirjaukset kasvoivat vuosina 2021–2022

Työterveyslaitos ylläpitää Työperäisten sairauksien rekisteriä ja tuottaa siitä säännöllisesti julkaisuja. Tuoreimman julkaisun mukaan kirjattujen ammattitautitapausten määrä kasvoi voimakkaasti vuosina 2021–2022 COVID-19-infektioiden vuoksi.

Vuonna 2021 rekisteriin kirjattiin 2235 vahvistettua ammattitautitapausta ja vuonna 2022 niitä kirjattiin 2576. Vuonna 2022 vahvistettujen ammattitautitapausten määrä nousi työikäisillä jopa 2,7-kertaiseksi vuoteen 2020 verrattuna.

Työikäisten selvästi yleisin ammattitauti oli COVID-19-infektio. Sen jälkeen yleisimmät työikäisten vahvistetut ammattitaudit vuosina 2021–2022 olivat meluvamma, allerginen kosketushottuma, ärsytyskosketushottuma, ammattiastma ja ammattinuha. Samoina vuosina naisten osuus ohitti miesten osuuden vahvistetuissa ammattitautitapauksissa työikäisillä.

Vuosijulkaisu sisälsi ensimmäistä kertaa tietoa myös ammattitautikuolemista. Vuosina 2020–2022 kirjattiin 239 ammattitautikuolemaa. Yleisimpiä kuolemaan johtaneita ammattitauteja olivat mesotelioma, keuhkosityöpä ja asbestoosi. Lähes kaikki ammattitautikuolemat johtuivat asbestialtistumisesta.

Tekijät: Kirsi Koskela, Johanna Lehtimäki, Ville Ojanen, Maria Pesonen, Irmeli Lindström, Hille Suojalehto, Liisa Airaksinen, Katri Suuronen ja Eva Helaskoski

Työterveyslaitos

Julkaisu: Koskela, K., Lehtimäki, J., Ojanen, V., Pesonen, M., Lindström, I., Suojalehto, H., Airaksinen, L., Suuronen, K., & Helaskoski, E. 2025. Ammattitaudit ja ammattitautiepäilyt 2021–2022: Työperäisten sairauksien rekisteriin kirjatut uudet tapaukset. Raportti. Työterveyslaitos.
<https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-391-203-8>

Julkaisutyyppi: Raportti

8 Myönteinen suhtautuminen monitilatoimistoon on yhteydessä työhyvinvointiin

Monitilatoimistot ovat yleisiä asiantuntijatyössä, mutta tutkimustieto niiden yhteydestä työntekijöiden hyvinvointiin ja työkykyyn on niukkaa erityisesti hybridityössä.

Työterveyslaitoksen tutkimuksessa selvitettiin, ovatko työntekijöiden kokemukset monitilatoimistosta yhteydessä itsearvioituun hyvinvointiin ja työkykyyn. Tutkimuksessa toteutettiin kysely vuoden 2022 syksyllä viidessä suomalaisessa työpaikassa, joissa tehtiin läsnä- ja etätyötä.

Myönteiset kokemukset monitilatoimistosta olivat yhteydessä hyvään itsearvioituun työkykyyn ja palautumiseen. Työntekijät kokivat vähemmän työuupumuksen oireita ja enemmän työn imua ja innostusta työssään, kun he olivat tyytyväisiä työympäristöön tai arvioivat työrauhan hyväksi työpaikallaan. Yhteydet havaittiin myös, kun huomioitiin etätyön määrä ja psykososiaalinen kuormitus.

Hyvällä tilasuunnittelulla työn ja työntekijöiden tarpeet huomioiden voidaan ehkäistä monitilatoimistojen koettuja haittoja. Työterveyden asiantuntijoiden tuki organisaatiolle on tärkeää, kun työtiloja kehitetään.

Tekijät: Elina Tulenheimo-Eklund, Annu Haapakangas, Maria Hirvonen, Virpi Ruohomäki ja Kari Reijula

Työterveyslaitos

Julkaisu: Tulenheimo-Eklund, E., Haapakangas, A., Hirvonen, M., Ruohomäki, V., & Reijula, K, 2025. Perceptions of activity-based offices are associated with employee well-being and self-reported work ability in hybrid work: A cross-sectional study, *Journal of Occupational Health*, 67, 1, uiaf027, <https://doi.org/10.1093/joccuh/uiaf027>

Julkaisutyyppi: Raportti

9 Varhaiskasvatuksen työoloja on kehitettävä mielenterveyden tukemiseksi

Mielenterveyteen liittyvät työkyvyttömyyshaasteet ovat kasvaneet nopeasti kunta-alalla vuodesta 2017 alkaen. Vuonna 2020 aloitettiin Tunnistan ajoissa, toimin aktiivisesti -kehittämishanke, jonka tavoitteena oli löytää keinoja mielenterveyden tukemiseen varhaiskasvatuksen työpaikoilla.

Tässä kehittämishankkeen osatutkimuksessa pyrittiin tunnistamaan sellaisia sosiaalisia tekijöitä, jotka vaikuttivat mielenterveyshaasteiden käsittelyyn varhaiskasvatuksen työpaikoilla. Lisäksi etsittiin keinoja mielenterveyden tukemiseen.

Haastatteluista ja työryhmätyöskentelystä nousi esiin kolme keskeistä teemaa: jännitteet varhaiskasvatuksen uuden ja vanhan ideaalin välillä, neuvottelu työkyvyttömyydestä ongelmallisiksi määritettyjen yksilöllisten ominaisuuksien ja varhaiskasvatustyön mielenterveyttä kuormittavien tekijöiden suhteena sekä mielenterveyden haasteellinen asema työpaikoilla käsiteltävänä asiana.

Tulosten mukaan varhaiskasvatuksen työpaikoilla tulisi keskittyä työolosuhteiden kehittämiseen ja taata riittävä tuki mielenterveydelle. Samalla mielenterveys ilmiönä ja siihen liittyvä puhe olisi hahmotettava osana yhteiskunnan muutosta.

Tekijät: Pirjo Juvonen-Posti, Pekka Varje, Ari Väänänen ja Pauliina Mattila-Holappa

Työterveyslaitos

Julkaisu: Juvonen-Posti, P., Varje, P., Väänänen, A., & Mattila-Holappa, P. 2025. Miten mielenterveydestä neuvotellaan varhaiskasvatuksen työpaikoilla? *Kasvatus & Aika*, 19(2), 65–86.
<https://doi.org/10.33350/ka.146361>

Julkaisutyyppi: Vertaisarvioitu julkaisu

10 Työkyvyn tarkastelussa on huomioitava muitakin kuin terveyteen liittyviä tekijöitä

Työkyky on laaja käsite, jota voidaan tarkastella ja mitata monenlaisilla mittareilla. Usein tarkastelu tapahtuu yksilötasolla työkyvyttömyysriskien näkökulmasta. Työkykyyn kytkeytyy kuitenkin monia erilaisia sosiaalisia, työympäristöön liittyviä ja yhteiskunnallisia tekijöitä, jotka kasautuvat yksilöille eri tavoin.

Tässä tutkimuksessa selvitettiin, miten erilaiset työkykyyn liittyvät tekijät risteävät työikäisessä väestössä ja miten työkyky ja työhön osallistuminen linkittyvät toisiinsa väestöryhmissä.

Laajasta väestötutkimukseen perustuvasta rekisteriaineistosta tunnistettiin 11 ryhmää, jotka erosivat toisistaan työkyvyn, työhön osallistumisen ja sosiodemografisten taustatekijöiden mukaan.

Työkyvyn ongelmat eivät suoraan ilmaisseet heikkoa työhön osallistumista. Heikointa työhön osallistuminen oli niillä, joilla oli heikko terveys. Siitä huolimatta aineistosta nousi myös kaksi ryhmää, joissa henkilöillä oli terveyshaasteita, mutta samalla korkea työhön osallistumisen aste.

Tulokset osoittavat, että työkyky on monimutkainen ilmiö, jonka yhteys työhön osallistumiseen vaihtelee väestöryhmittäin. Erilaisten ryhmien tunnistaminen voi auttaa esimerkiksi kohdentamaan interventioita, joiden tarkoitus on edistää työhön osallistumista.

Tekijät: Vaula Siltala, Mikko Henriksson, Matti Joensuu, Jenni Ervasti, Elina Ahola ja Jarno Turunen

Työterveyslaitos

Julkaisu: Siltala, V., Henriksson, M., Joensuu, M., Ervasti, J., Ahola, E. & Turunen, J. 2025. Work ability and work participation statuses of the working-age population in Finland: A register-based clustering study. *Journal of Occupational Rehabilitation*. <https://doi.org/10.1007/s10926-025-10303-5>

Julkaisutyyppi: Vertaisarvioitu julkaisu

11 Yhteiskehittäminen edellyttää aitoa mahdollisuutta vaikuttaa päätöksentekoon

Opiskelijoiden sitouttaminen koulutusohjelmien suunnitteluun on hyvin arvostettua ammatillisessa koulutuksessa. Tässä tutkimuksessa tarkasteltiin opiskelijoiden osallisuutta yhteiskehittämistyöpaikoissa, joissa koulutuksen ammattilaiset ja johtamisen opiskelijat kehittivät mielen hyvinvoinnin johtamista tukevia sisältöjä. Se oli osa johtamisen erikoisammattitutkintoa.

Tutkimus osoittaa, että opiskelijat tuovat kehittämiseen keskeistä työelämä tietoa. Se voi liittyä esimerkiksi mielenterveyshaasteisiin työpaikoilla. Parhaimmillaan opiskelijoiden ehdotukset sysäsivät liikkeelle keskusteluja, joissa luotiin uudenlaisia koulutusta uudistavia ratkaisuja koulutuksen ammattilaisten kanssa.

Toisaalta opiskelijoiden aloitteita tai heidän esiin tuomiaan ongelmia myös ohitettiin usein tai niitä lähdettiin ratkaisemaan liian yksityiskohtaisesti. Silloin kokonaisvaltaisempi kehittämistarve jäi huomiotta.

Tutkimuksen mukaan parhaaseen lopputulokseen päästään, kun opiskelijoilla on aito mahdollisuus kehittää koulutuksen sisältöä ja suuntaa yhdessä koulutuksen ammattilaisten kanssa.

Tekijät: Anna-Leena Kurki^{1,2}, Elina Weiste¹ ja Hanna Toiviainen²

¹ Työterveyslaitos; ² Tampereen yliopisto

Julkaisu: Kurki, AL., Weiste, E. & Toiviainen, H. 2025. Student involvement in co-development of vocational leadership programme. *Vocations and Learning* 18, 19. <https://doi.org/10.1007/s12186-025-09373-6>

Julkaisutyyppi: Vertaisarvioitu julkaisu

12 Työurien pidentäminen vaatii työpaikkojen kehittämistä ja terveyden edistämistä

Työuria on pyritty pidentämään erityisesti nostamalla eläkeikää ja pitämällä ikääntyneemmät työntekijät työssä mahdollisimman pitkään. Sen onnistumiseksi on tunnistettava niitä tekijöitä, jotka edistävät työssä jaksamista ja ehkäisevät varhaista työelämästä poistumista.

Tässä meta-analyysissä tarkasteltiin 23:a pitkittäistutkimusta, jotka kattoivat yhteensä yli 2,2 miljoonaa henkilöä. Tavoitteena oli tunnistaa sosiodemografisia sekä elintapoihin, työhön ja terveyteen liittyviä tekijöitä, jotka ennustaisivat vapaaehtoista varhaiseläkkeelle siirtymistä keski-ikäisillä työntekijöillä.

Eryityisesti työhön liittyvät tekijät, kuten fyysisesti vaativa työ, heikot vaikutusmahdollisuudet työssä, organisaation epäoikeudenmukaisuus ja vähäiset kehittymismahdollisuudet lisäsivät varhaisen eläköitymisen todennäköisyyttä. Myös heikko terveys ja erityisesti mielenterveysongelmat, ylipaino ja jossain määrin myös alkoholinkäyttö olivat yhteydessä varhaiseen eläköitymiseen.

Työurien pidentämiseen tähtäävissä toimissa olisikin keskityttävä työolojen kehittämiseen, terveyden edistämiseen, elinikäiseen oppimiseen ja inklusiivisten työpaikkojen kehittämiseen.

Tekijät: Rahman Shiri, Joonas Poutiainen, Eija Haukka, Mikko Härmä ja Jenni Ervasti

Työterveyslaitos

Julkaisu: Shiri, R., Poutanen, J., Haukka, E., Härmä, M. & Ervasti, J. 2025. Risk factors for voluntary early old-age retirement in middle-aged workers: A meta-analysis. *Scandinavian Journal of Work, Environment & Health*, online first. <https://doi.org/10.5271/sjweh.4241>

Julkaisutyyppi: Vertaisarvioitu julkaisu

13 Psykoterapia ehkäisee sairauspoissaoloja

Psykoterapia on yksi keskeisistä yleisten mielenterveysongelmien hoitomuodoista. Psykoterapian suuntauksia on monia, ja näyttö eri suuntauksien vaikuttavuudesta työkyvyttömyyden ehkäisyssä on vähäistä.

Tässä tutkimuksessa analysoitiin laajalla rekisteriaineistolla kuutta psykoterapiasuuntausta ja niiden yhteyttä masennus- tai ahdistushäiriöperusteisen sairauspäivärahan saamiseen.

Eri suuntauksiin ohjautuneiden välillä oli eroja sairauspoissaolojen määrissä jo psykoterapian alkaessa. Tulokset kuitenkin vahvistivat aiempia löydöksiä ja osoittivat, että psykoterapia vähentää sairauspoissaoloja suuntauksesta huolimatta. Neljäntenä seurantavuonna sairauspoissaoloissa ei nähtänyt enää eroja suuntauksien välillä.

Tuloksista ei kuitenkaan voi päätellä eri suuntauksien vaikutuksia, jos työkyvyttömyys oli samalla tasolla terapian alkaessa.

Tekijät: Sanna Selinheimo, Kia Gluschkoff, Johanna Kausto, Jarno Turunen ja Ari Väänänen

Työterveyslaitos

Julkaisu: Selinheimo, S., Gluschkoff, K., Kausto, J., Turunen, J. & Väänänen, A. 2025. Is psychotherapy orientation important for depressive and anxiety disorder-related work disability outcomes? A prospective nationwide register study. BMC Psychiatry 25, 680. <https://doi.org/10.1186/s12888-025-07140-4>

Julkaisutyyppi: Vertaisarvioitu julkaisu

14 Vuorotyön haitallisia piirteitä voi ehkäistä vuorosuunnittelun keinoin

Jarno Turusen väitöskirja osoittaa, että yhteisöllinen vuorosuunnittelu auttaa vähentämään sairauspoissaoloja. Tulokset kannustavat lisäämään vuorotyöntekijöiden vaikutusmahdollisuuksia työaikoihinsa ja huomioimaan vuorotyön työaikapiirteiden terveysvaikutuksia.

Väitöskirjassa tutkittiin yhteisöllisen työvuorosuunnitteluohjelmiston käytön vaikutuksia työaikoihin ja sairauspoissaoloihin.

Yhteisölliseen työvuorosuunnitteluun siirtyneet työntekijät omaksuivat tiiviimpiä työviikkoja ja lisäsivät viikonlopputyötä mahdollisesti saadakseen pidempiä vapaajaksoja. Myöhemmin sairauspoissaolot kasvoivat, mutta työvuoroergonomian arviointityökalun käyttö auttoi kuitenkin lieventämään niiden haitallisia vaikutuksia.

Tutkimuksessa arvioitiin myös vuoden 2020 alussa voimaan tulleen työaikalain vaikutuksia. Laki rajoitti lyhyitä, alle 11 tunnin palautumisaikoja vuorotyössä. Tulosten mukaan muutos hidasti sairauspoissaolojen kasvua työntekijöillä, joiden työaikoihin muutos vaikutti. Tämä osoitti, että lyhyiden vuorovälien vähentäminen suojaa työntekijöiden terveyttä.

Tekijät: Jarno Turunen

Työterveyslaitos

Julkaisu: Turunen, Jarno. 2025. Scheduling shift work in healthcare: studies on sickness absence and working hour characteristics. Väitöskirja, Jyväskylän yliopisto. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-86-0595-9>

Julkaisutyyppi: Väitöskirja

15 Uudet työkalut helpottavat työhön paluuta mielenterveyshäiriöiden jälkeen

Susanne Heikinheimon väitöskirja osoittaa, että työkykyarvioinnissa käytetyt työkalut ja uudet strategiat voivat helpottaa työhön paluuta niillä, joilla on psyykkisistä syistä johtuvia sairauspoissaoloja.

Väitöskirjan tavoitteena oli arvioida ja parantaa psykiatristen potilaiden työkyvyn arviointiprosessia, tutkia työhön paluuseen vaikuttavia tekijöitä sekä arvioida validoitujen työkalujen käyttöä työhön paluun ennustamisessa ja edistämiseksi.

Vahvimmat työhön paluuta ennustavat tekijät olivat työllisyys ja alle kuukauden poissaolo työstä. Olennaista olisi pitää kaiken aikaa esillä tavoitteet töihin paluusta ja työkyvyn säilymisestä.

Työkykyä arvioitaessa tarvitaan osuva lääketieteellinen arvio potilaan terveydestä ja hänen toimintakykynsä vaikuttavista tekijöistä. Siinä tulee huomioida työn vaatimukset ja työntekijän suoriutuminen työtehtävissään.

Työterveyshuollon rooli on keskeinen mielenterveysongelmien aiheuttaman työkyvyttömyyden ehkäisemisessä, jossa varhainen diagnosointi, oikea-aikainen hoito ja kuntoutus ovat avainasemassa.

Tekijät: Susanne Heikinheimo

Työterveyslaitos

Julkaisu: Heikinheimo, Susanne. 2025. Return to work among psychiatric patients undergoing a thorough evaluation of work ability. Väitöskirja, Helsingin yliopisto. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-84-1090-4>

Julkaisutyyppi: Väitöskirja

16 Sosiaalinen media muokkaa hoivaa ja rakentaa empatiaa viestinnän keinoin

Sosiaalisen median työkäyttö on yhä useammin osa hoitajien työnkuvaa. Vilja Levonius tarkasteli väitöstudiumuksessaan, miten sosiaalisesta mediasta on tullut yksi hoitajien työvälineistä ja miten empatia rakentuu hoitajien sosiaalisen median käytänteissä.

Väitöstudiumus osoittaa, että sosiaalisen median työkäyttö voi muuttaa hoivaa ja sen käytäntöjä ja rakentaa empatiaa viestinnällisesti. Empatia ja hyvinvointi rakentuvat työarjen käytännöissä ja niitä voi tietoisesti vahvistaa myös johtamisessa.

Tulokset osoittavat, että työpaikoilla olisi hyvä kehittää käytäntöjä ja sellaista työpaikkakulttuuria, jotka tekevät empatiasta näkyvää. Kun otetaan käyttöön digitaalisia välineitä, olisi hyvä pohtia, miten ne vaikuttavat vuorovaikutukseen ja hoivan kokemuksellisuuteen.

Tekijät: Vilja Levonius

Työterveyslaitos

Julkaisu: Levonius, V. 2025. Empathy as communication: Constituting care and organization in old age care. Väitöskirja. Jyväskylän yliopisto. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-86-0930-8>

Julkaisutyyppi: Väitöskirja

Seuraava Työterveyslaitoksen tutkimuskatsaus ilmestyy syyskuussa 2025.
