

Työterveyslaitoksen tutkimuskatsaus: syyskuu 2025

Laura Salonen
Otto Pankkonen

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

Kirjoittajat: Laura Salonen, Otto Pankkonen
Toimittaja: Marja Sarkkinen

Julkaisupäivä 24.9.2025

© 2025 Työterveyslaitos ja kirjoittajat

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

SISÄLLYS

1	Alustatyön reiluus riippuu verkkoalustan kontrollista ja työntekijöiden odotuksista	4
2	Työvuorosuosittelujen systemaattinen tarkastelu voi edistää hyvinvointia.....	5
3	Mielenterveysperusteiset sairauspoissaolot ovat lisääntyneet erityisesti sote-alalla	6
4	Myönteiset asenteet työssä tukevat terveyttä ja organisaation tuottavuutta.....	7
5	Pölyaltistuminen valimotyössä lisää hengityselinoireita ja -sairauksia	8
6	Työajanodotteissa on selkeitä ammattiluokittaisia eroja eri Pohjoismaissa	9
7	Matalan kynnyksen keikat tarjoavat polkuja hoiva-alan töihin.....	10
8	Työterveyshuollon potilasportaaleissa voisi olla enemmän tietoa työkyvystä	11
9	Työn intensiivistyminen heijastuu työkykyyn haastavassa asiantuntijatyössä	12

1 Alustatyön reiluus riippuu verkkoalustan kontrollista ja työntekijöiden odotuksista

Tässä tutkimuksessa tarkasteltiin digitaalisten alustojen kautta työskentelevien ihmisten subjektiivisia kokemuksia alustojen toiminnan reiluudesta ja sitä, miten yksilölliset reiluuden kokemukset muodostuvat. Tutkimuksen kohteena olivat alustatyöntekijät, jotka työskentelivät eri tavoin hallinnoiduilla digitaalisilla alustoilla. Tutkimus toteutettiin puolistrukturoituina haastatteluina 24 henkilölle.

Tulokset osoittivat, että vähemmän johtavilla markkinalogiikkaan perustuvilla alustoilla työtä tekevät arvioivat alustatyön reiluutta yrittäjyyden normien kautta. Yhtiölogiikkaan nojaavilla ja vahvasti kontrolloiduilla alustoilla käsitykset alustatyön reiluudesta olivat moninaisempia ja liittyivät muun muassa työsuhteen normeihin, itseohjautuvuuteen ja elämäntilannetekijöihin.

Kontrollimekanismit vaihtelivat alustojen välillä, ja työntekijöiden taustojen ja tarpeiden todettiin olevan monimuotoisia. Alustatyöntekijöiden käsitykset työnsä reiluudesta eivät ole siis yhtenäisiä, vaan vaihtelevat alustan toimintalogiikan ja yksilöllisten odotusten mukaan. Osa alustatyötä tekevistä hahmottaa työnsä itsenäisen yrittäjyyden kautta. Osa heistä taas odottaa alustayritysten ottavan työnantajaroolia ja suurempaa vastuuta työtä tekevistä.

Tekijät: Jere Immonen ja Laura Seppänen

Työterveyslaitos

Julkaisu: Immonen, J. & Seppänen, L. (2025). Fairness through employment or entrepreneurship? Platform workers' fairness references on differently-controlled online labour platforms. *Work in the Global Economy*, 1–26. <https://doi.org/10.1332/27324176Y2025D000000042>

Julkaisutyyppi: Vertaisarvioitu julkaisu

2 Työvuorosuosittelun systemaattinen tarkastelu voi edistää hyvinvointia

Työterveyslaitoksessa on kehitetty Työaikojen liikennevalo -suositukset osaksi Titania®-vuorosuunnitteluohjelmiston työvuoroergonomian kuormittavuuden tarkastelua. Tässä tutkimuksessa selvitettiin, miten vuoroergonomian tarkastustoiminnallisuuden käyttö vaikutti vuorotyötä tekevien hyvinvointiin, koettuun työkykyyn, psyykkiseen kuormitukseen tai univaikeuksiin.

Tutkimus toteutettiin kvasikokeellisella asetelmalla, ja aineistona käytettiin kunta- ja hyvinvointialan henkilöstön seurantatutkimusta.

Tulokset osoittivat, että vuoroergonomian tarkastustoiminnallisuuden käytöllä ei ollut yhteyttä sosi-aali- ja terveydenhoitoalan työntekijöiden hyvinvointiin osastotasolla. Yksilötasolla riski psyykkiseen kuormitukseen oli kuitenkin vähäisempi tarkastustoiminnallisuutta käyttävillä verrattuna niihin, joiden osastoilla vuorosuunnittelija käytti tarkastustoiminnallisuutta vain vähän tai ei lainkaan.

Tulosten pohjalta suositellaan tarkastustoiminnallisuuden ja työvuorosuosittelun perusteellisempaa käyttöä ja hyvää organisaation tarjoamaa osastotasoista tukea vuoroergonomiaan, jotta selvempiä vaikutuksia työntekijöiden hyvinvointiin voitaisiin saada.

Tekijät: Kati Karhula¹, Rahman Shiri¹, Jenni Ervasti¹, Aki Koskinen¹, Annina Ropponen^{1,2}, Mikael Sallinen^{1,3}, Jarno Turunen¹ ja Mikko Härmä¹

¹ Työterveyslaitos; ² Karolinska Institutet; ³ Jyväskylän yliopisto

Julkaisu: Karhula, K., Shiri, R., Ervasti, J., Koskinen, A., Ropponen, A., Sallinen, M., Turunen, J. & Härmä, M. (2025). Effects of the use of a shift schedule evaluation tool with ergonomic recommendations on employee wellbeing – a quasi-experiment in the Finnish healthcare sector. *Applied Ergonomics*, 104638. <https://doi.org/10.1016/j.apergo.2025.104638>

Julkaisutyyppi: Vertaisarvioitu julkaisu

3 Mielenterveysperusteiset sairauspoissaolot ovat lisääntyneet erityisesti sote-alalla

Tässä tutkimuksessa selvitettiin laajan kansallisen rekisteriaineiston pohjalta, miten työssäkäyvän väestön mielenterveyteen liittyvien sairauspoissaolopäivien määrät kehittyivät vuosien 2007 ja 2021 välillä. Erityisesti tarkasteltiin sitä, onko sairauspoissaolopäivien määrän kasvu keskittynyt tiettyihin ammattiluokkiin tai toimialoihin ja miten masennukseen ja ahdistuneisuushäiriöön liittyvien sairauspoissaolopäivien osuudet ovat kehittyneet väestöryhmissä.

Mielenterveysperusteiset sairauspoissaolot (MTP) ovat lisääntyneet voimakkaasti vuodesta 2017 lähtien, erityisesti alemmassa toimihenkilöasemassa työskentelevillä naisilla. Vaikka naisten sairauspoissaolot kasvoivat lähes jokaisella toimialalla, kasvu oli suurinta sosiaali- ja terveysalalla. Ahdistuneisuushäiriön suhteellinen osuus MTP-päivistä moninkertaistui. Ahdistuneisuushäiriöihin liittyvät poissaolot ylittivät masennukseen liittyvät poissaolot.

Vaikka MTP-päivien kasvu onkin tietyissä toimiala- ja väestöryhmissä selvästi suurempaa kuin toisissa, myös muutokset kulttuurisissa toimintamalleissa ja hoitoon hakeutumisen kynnyksessä vaikuttavat eroihin mielenterveysperusteisissa sairauspoissaoloissa.

Tekijät: Ari Väänänen, Kia Gluschkoff, Pekka Varje ja Sanna Selinheimo

Työterveyslaitos

Julkaisu: Väänänen, A., Gluschkoff, K., Varje, P. & Selinheimo, S. (2025). Mielenterveysperusteisten sairauspoissaolojen kehitys työssäkäyvässä väestössä 2007–2021 – Kansallisesti edustava rekisteritutkimus muutostrendeistä ja väestöryhmäeroista. *Yhteiskuntapolitiikka*, 90(4).

<https://urn.fi/URN:NBN:fi-fe2025090995094>

Julkaisutyyppi: Artikkel

4 Myönteiset asenteet työssä tukevat terveyttä ja organisaation tuottavuutta

Tässä systemaattisessa kirjallisuuskatsauksessa keskityttiin kolmeen pohjoismaisessa työ- ja organisaatiopsykologian tutkimuksessa esiintyvään keskeiseen käsitteeseen: työtyytyväisyyteen, organisaatioon sitoutumiseen ja työn imuun. Katsauksessa tarkasteltiin tekijöitä, jotka tukevat näitä työhön liittyviä positiivisia asenteita, ja seurauksia, joita niillä on työntekijöille ja organisaatioille.

Katsauksessa tunnistettiin erilaisia organisatorisia, sosiaalisia, tehtävään liittyviä ja henkilökohtaisia resursseja, joilla näitä myönteisiä tunne- ja motivaatiotiloja työssä voidaan tukea. Tällaisia olivat muun muassa tukea antava johtaminen, yhteistyö, hyvä työn hallinta ja oma terveydentila.

Positiiviset seuraukset näistä motivaatiotiloista jaoteltiin yksilöön ja työhön liittyviin lopputulemiin, kuten parempi fyysinen ja psyykkinen terveys, vähäisempi työuupumus, parempi työn laatu sekä parempi työvoiman pysyvyys.

Erilaisilla johtamisella, työpaikan käytäntöihin ja yksilöön liittyvillä toimenpiteillä voidaan edistää työntekijöiden myönteisiä asenteita työtä kohtaan ja samalla parantaa organisaation tuottavuutta.

Tekijät: Jie Li ja Jari Hakanen

Työterveyslaitos

Julkaisu: Li, J. & Hakanen, J. (2025). Positive work environments that promote a sustainable working life: The importance of work engagement, job satisfaction, and organizational commitment. Swedish Agency for Work Environment Expertise. <https://sawee.se/publications/positive-work-environments-that-promote-a-sustainable-working-life-the-importance-of-work-engagement-job-satisfaction-and-organizational-commitment-swedish-agency-for-work-environment-expertise-sys/>

Julkaisutyyppi: Raportti

5 Pölyaltistuminen valimotyössä lisää hengityselinoireita ja -sairauksia

Valimotyöntekijät altistuvat työssään terveysvaaroille, kuten kaasuille ja pölyille, jotka voivat lisätä hengityselinsairauksien riskiä. Tässä väitöskirjassa tarkasteltiin rauta- ja teräsvalimon työntekijöiden työperäistä pölyaltistumista ja sen yhteyttä hengityselinoireisiin ja -sairauksiin, keuhkojen toimintaan ja tulehduksen merkkiaineisiin. Tutkimus toteutettiin sekä poikkileikkaus- että seurantatutkimusasetelmilla. Aineistoa kerättiin muun muassa kyselyillä ja hengitysilmamittauksilla.

Tulokset osoittivat, että pölyaltistuminen voi aiheuttaa elimistössä tulehdusreaktiota jo ennen kliinisen sairauden ilmenemistä. Pölylle altistuneilla valimotyöntekijöillä ilmeni kroonisia hengityselinoireita ja alentunutta keuhkofunktiota enemmän kuin ei-altistuneilla työntekijöillä. Oirekyselyt ja keuhkofunktiotulokset viittasivat myös siihen, että keuhkoahtaumatauti ja krooninen bronkiitti saattavat olla alidiagnosoituja.

Oirekyselyiden aktiivisempi käyttö voisi auttaa tunnistamaan lisätutkimuksia tarvitsevia henkilöitä paremmin. Pölyaltistumista valimotyössä ja muilla teollisuudenaloilla voidaan ehkäistä työoloja kehittämällä.

Tekijät: Kirsi Koskela

Työterveyslaitos

Julkaisu: Koskela, K. (2025). Respiratory morbidity, pulmonary function and inflammatory markers in foundry workers. Väitöskirja. Tampereen yliopisto. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-03-4041-4>

Julkaisutyyppi: Väitöskirja

6 Työajanodotteissa on selkeitä ammattiluokittaisia eroja eri Pohjoismaissa

Työurien pituuden tiedetään vaihtelevan voimakkaasti sekä ammattien että eri maiden välillä. Ammattiluokittaisia eroja on havaittu myös siinä, mistä syystä työelämästä poistutaan: eläkkeelle, työttömäksi vai työkyvyttömyyseläkkeelle. Koska nämä syyt kietoutuvat voimakkaasti työmarkkina- ja sosiaalipolitiikkaan, niiden yleisyys vaihtelee maasta toiseen.

Tässä tutkimuksessa selvitettiin työajanodotteita ja työvuosien menettämisen syitä. Niitä tarkasteltiin eri ammattiluokissa työskentelevillä työntekijöillä Suomessa, Ruotsissa ja Tanskassa rekisteriaineistoilla.

Ammattiluokittaiset erot työajanodotteissa ja menetetyissä työvuosissa olivat selkeitä kaikissa Pohjoismaissa. Lainsäätäjillä, johtajilla, ylimmillä virkamiehillä ja erityisasiantuntijoilla oli pisin ja palvelu- ja myyntialalla suorittavissa ammateissa (manual occupations) oli lyhin työajanodote. Syyt menetettyjen työvuosien taustalla vaihtelivat maittain. Merkittävimpiä syitä olivat Tanskassa työkyvyttömyyseläke, Suomessa työttömyys ja Norjassa sairauspäiväraha.

Tulokset osoittavat, että työurien pidentämiseen tähtääviä toimia kannattaa kohdentaa erityisesti niihin ammattiluokkiin, joissa työajanodotteet ovat järjestään lyhyitä. Suomessa olisi tärkeää kehittää toimia työttömyyden ehkäisemiseksi.

Tekijät: Karina Undem^{1,2}, Taina Leinonen³, Daniel Falkstedt⁴, Gun Johansson⁴, Jacob Pedersen⁵, Eira Viikari-Juntura³, Ingrid Sivesind Mehlum^{1,6,7} ja Svetlana Solovieva³

¹National Institute of Occupational Health, Norja; ²University of Oslo; ³Työterveyslaitos; ⁴Karolinska Institutet; ⁵National Research Centre for the Working Environment, Tanska; ⁶Copenhagen University Hospital – Bispebjerg and Frederiksberg; ⁷University of Copenhagen

Julkaisu: Undem, K., Leinonen, T., Falkstedt, D., Johansson, G., Pedersen, J., Viikari-Juntura, E., Mehlum, I.S., & Solovieva, S. (2025). Occupational differences in working life expectancy and working years lost in Nordic countries. *Scandinavian journal of work, environment and health*, 51(5):423-432. <https://doi.org/10.5271/sjweh.4239>

Julkaisutyyppi: Vertaisarvioitu julkaisu

7 Matalan kynnyksen keikat tarjoavat polkuja hoiva-alan töihin

Työtä, tekijöitä ja osaamista ikääntyneiden palveluihin (TEOS) -hankkeessa kehitettiin ratkaisuja sosiaali- ja terveydenhuollon työvoimapulaan. Tavoitteena oli edistää nuorten ja vaikeassa työmarkkina-tilanteessa olevien työllistymismahdollisuuksia rakentamalla kohtaantoa matalan kynnyksen keikka-työntekijöiden ja hoivakotien keikkatyötarpeiden välille.

Hankkeeseen osallistuneissa hoivakodeissa toteutettiin työnkuvien muotoilun kehittämisprosessi. Sen pohjalta ideoitui tehtäviä matalan kynnyksen keikkatyöhön. Kehittämistyössä havaittiin, että ikääntyneiden palveluissa on löydettävissä keikkatehtäviä, jotka eivät vaadi sosiaali- ja terveydenhuollon ammatillista osaamista.

Seitsemässä hoivakodissa toteutettiin keikkakokeilu. Keikat olivat 2–4 tunnin mittaisia, ja tehtävät liittyivät pääsääntöisesti virkistystoimintaan, kuten ulkoilussa auttamiseen. Kokeiluja tehtiin kahden eri mallin (alustamalli ja täsmätuettu malli) mukaan. Hoivakodeissa huomattiin, että onnistunut keikka edellyttää huolellista suunnittelua, selkeää tehtävänkuvausta ja riittävää ohjeistusta. Täsmätuetussa mallissa korostui myös työvalmentajan rooli.

Matalan kynnyksen keikkatoiminnan kokeilu vaati hoivakodeilta ajallista, ajatuksellista ja taloudellista investointia. Siksi se kannattaisi sisällyttää osaksi hoivakodin pitkäjänteisempää palvelun, työn ja osaamisen kehittämistä.

Tekijät: Elina Weiste, Inka Koskela, Sari Käpykangas, Minna Launonen, Vilja Levonius, Maria Paavolainen, Sami Paavola, Sanna Pirinen, Liisa Ranta, Ronja Ruuska, Laura Seppänen, Laura Tahvanainen ja Virpi Valkama

Työterveyslaitos

Julkaisu: Weiste, E., Koskela, I., Käpykangas, S., Launonen, M., Levonius, V., Paavolainen, M., Paavola, S., Pirinen, S., Ranta, L., Ruuska, R., Seppänen, L., Tahvanainen, L., & Valkama, V. (2025). Matalan kynnyksen keikkatyöt ikääntyneiden palveluissa. Työtä, tekijöitä ja osaamista ikääntyneiden palveluihin – hankkeen arviointia. Työterveyslaitos. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-391-215-1>

Julkaisutyyppi: Hankkeen loppuraportti

8 Työterveyshuollon potilasportaaleissa voisi olla enemmän tietoa työkyvystä

Potilasportaalit ovat olennainen osa modernia sosiaali- ja terveydenhuollon palvelua. Portaalit tarjoavat potilaille pääsyn henkilökohtaisiin tietoihin ja mahdollistavat kommunikoinnin terveydenhuollon henkilökunnan kanssa. Tässä tutkimuksessa tarkasteltiin potilaiden kokemuksia työterveyshuollon potilasportaalien käytettävyydestä ja hyödyllisyydestä sekä sitä, mitkä tekijät vaikuttavat kokemuksiin. Aineisto kerättiin kyselytutkimuksella.

Käytettävyys koettiin yleisesti hyväksi. Alle 50-vuotiaat ja ne, joilla oli vahvat tietotekniset taidot, kokivat käytettävyyden paremmaksi kuin muut. Kokemus portaalin hyödyllisyydestä oli ristiriitaisempaa. Hieman yli puolet vastaajista koki portaalin antavan hyvän katsauksen työntekijän työkyvystä. Reilu kolmannes koki, että portaali antaa kattavan kuvan työolosuhteista.

Käyttäjän tyytyväisyyskokemus oli vahvasti yhteydessä koettuun käytettävyyteen ja hyödyllisyyteen. Säännöllisesti portaalia käyttävät kokivat sen paremmaksi kuin satunnaiskäyttäjät.

Portaalin ei juuri koettu antavan neuvoja työkyvyn tai työolosuhteiden parantamiseksi. Työterveyshuollon potilasportaaleja tulisi kehittää niin, että ne tarjoaisivat enemmän tietoa työkyvystä, työoloista ja esimerkiksi työympäristön riskeistä ja kuormitustekijöistä. Nämä parannukset voivat lisätä potilaiden tietoisuutta työhyvinvointiin vaikuttavista tekijöistä.

Tekijät: Sari Nissinen, Pauliina Toivio ja Erja Sormunen

Työterveyslaitos

Julkaisu: Nissinen, S., Toivio, P., & Sormunen, E. (2025). Usability and usefulness of occupational health care patient portals: Patient-based cross-sectional study. *JMIR Human factors*, 12: e73197. <https://doi.org/10.2196/73197>

Julkaisutyyppi: Vertaisarvioitu julkaisu

9 Työn intensiivistyminen heijastuu työkykyyn haastavassa asiantuntijatyössä

Työn intensiivistyminen eli työn vaatimusten kasvu ja työtahdin kiristyminen ovat yhteydessä työntekijöiden hyvinvoinnin heikentymiseen. Tässä tutkimuksessa seurattiin hyvinvointialueiden organisatiomuutoksen valmistelutyöhön osallistuneiden työntekijöiden kuormitus- ja voimavaratekijöitä ja niiden heijastumista koettuun työkykyyn.

Kyselyiden perusteella tässä haastavassa asiantuntijatyössä erityisesti suuri työmäärä oli keskeinen heikentyneeseen työkykyyn liittyvä kuormitustekijä. Yhdistettynä epävarmuuteen työsuhteen jatkumisesta ja vahvaan työmotivaatioon, suuri työmäärä saattoi johtaa kestäättömään työtahtiin. Muita kuormitustekijöitä olivat esimerkiksi epäselvä johtaminen ja puutteellinen lähiesihenkilötyö. Hyvä yhteistyö koettiin tärkeäksi voimavaratekijäksi.

Tulokset osoittavat selkeän johtamisen tärkeyden ja sen, että työn vaatimuksia pitää kohtuullistaa intensiivistyvässä työelämässä. Liialliseen työkuormitukseen on puututtava aktiivisesti työntekijöiden työkyvyn ja työhyvinvoinnin ylläpitämiseksi.

Tekijät: Heidi Lahti, Anna Tienhaara ja Jaana Laitinen

Työterveyslaitos

Julkaisu: Lahti, H., Tienhaara, A., & Laitinen, J. (2025). Kokemuksia haastavasta asiantuntijatyöstä suuren työkuorman varjossa: Kuormitustekijät ja voimavarat intensiivistyneessä työssä ja niiden heijastuminen työkykyyn. *Sosiaalilääketieteellinen Aikakauslehti*, 62(3), 552–565.

<https://doi.org/10.23990/sa.147395>

Julkaisutyyppi: Vertaisarvioitu julkaisu

Seuraava Työterveyslaitoksen tutkimuskatsaus ilmestyy lokakuussa 2025.
