

Työterveyslaitoksen tutkimuskatsaus: tammikuu 2026

Otto Pankkonen
Elli Hartikainen

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: Otto Pankkonen, Elli Hartikainen
Toimittaja: Marja Sarkkinen

Julkaisupäivä 28.1.2026

© 2025 Työterveyslaitos ja kirjoittajat

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

SISÄLLYS

1	Hajautetusti organisoitu työ vaatii uusia ratkaisuja työturvallisuusoppimiseen	4
2	Työmatkaliikunta edistää työkykyä ja vähentää sairauspoissaoloja.....	5
3	Työttömien työelämävalmiutta voi vahvistaa taitoja ja osallisuutta edistämällä	6
4	Vaihdevuosi-ikäisten työkyvyn tukemiseen ei ole systemaattisia käytäntöjä	7
5	Käyttäytymiseen liittyvät terveysriskit lyhentävät työajanodotetta yli 50-vuotiailla	8
6	Työsuojelupäälliköt arvioivat työterveysyhteistyön sujuvammaksi kuin -valtuutetut.....	9
7	Sosiaaliset kohtaamiset vetävät hybridityötä tekeviä toimistolle	10
8	Hybridityössä yhteinen kehittäminen edellyttää suunnitelmallista tukea	11
9	Työperäinen lämpöaltistus saattaa lisätä mahasyövän riskiä	12
10	Perhe-elämän muutokset ovat yhteydessä kestäväen työuran toteutumiseen.....	13
11	Suuri työkuormitus ja huono työn hallinta lisäävät työkyvyttömyyseläkkeen riskiä.....	14

1 Hajautetusti organisoitu työ vaatii uusia ratkaisuja työturvallisuusoppimiseen

Alustatyössä ja vuokratyössä työn organisointi ja työturvallisuusvastuut ovat hajautuneet eri toimijoille. Tässä tutkimuksessa tarkasteltiin vuokratyötä varastoalalla ja alustavälitteistä ruokalahettityötä työturvallisuuden osalta erityisesti hajautetun organisoinnin ja algoritmisen johtamisen näkökulmista.

Tutkimushankkeessa toteutettiin kolme tapaustutkimusta työturvallisuusoppimisesta ja sen johtamisesta sekä siitä, millaiset näkemykset asiantuntijoilla on EU-direktiiviehdotuksesta työolojen parantamiseksi alustatyössä. Tutkimusaineisto koostui puolistrukturoiduista haastatteluista ja lisäksi yhdessä tapaustutkimuksessa kehittämistyöpajan materiaaleista.

Vuokratyössä työnantajuus ja työsuojeluvastuu sekä työnantajaa velvoittava työturvallisuuslainsäädäntö nähtiin jaettuna vastuuna. Työvoimaa käyttävän yrityksen ja henkilöstöyrityksen yhteistyötä ja avointa tiedonkulkua pidettiin tärkeänä työturvallisuusoppimisen onnistumisessa. Jaettuun työnantajuuteen perustuva perehdyttämisprosessi nähtiin potentiaalisena kehittämiskohteenä.

Haastatteluiden pohjalta tunnistettiin, että alustatyötä tekevät henkilöt kohtaavat samoja työturvallisuus- ja terveysriskejä kuin muutkin työntekijät.

Alustavälitteisessä ruokalahettityössä työturvallisuuden oppimisen koettiin tapahtuvan ajan myötä, työn arkisissa tilanteissa, mutta työn ansaintalogiikan ja yksinäisyyden koettiin rajoittavan oppimista. Vaikka ruokalahettityössä itsenäisyys ja joustavuus koettiin etuna, vastuu työturvallisuudesta oli kokonaan lähettityötä tekevällä.

Koska algoritmisen johtaminen on osa alustatyötä, se lisää myös lähettityötä tekevien työkuormaa ja aikapainetta. Yhteenvedona tutkimuksessa todettiin, että muun muassa digitaaliset ratkaisut voisivat tukea tiedonvaihtoa ja yhteisöllistä oppimista hajautetusti organisoidussa työssä. Lisäksi valmisteilla oleva EU:n alustatyödirektiivin työsuhteolettama voisi parantaa alustatyön turvallisuutta ja algoritmisten toimintojen läpinäkyvyyttä.

Tekijät: Laura Seppälä, Riikka Ruotsala ja Pia Perttula

Työterveyslaitos

Julkaisu: Seppänen, L., Ruotsala, R. & Perttula, P. (2025). Työturvallisuusoppiminen ja -johtaminen hajautetussa organisaatiossa: Tuloksia vuokratyötä ja alustatyötä koskevasta tutkimuksesta. Työterveyslaitos. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-391-227-4>

Julkaisutyyppi: Hankkeen loppuraportti

2 Työmatkaliikunta edistää työkykyä ja vähentää sairauspoissaoloja

Säännöllinen fyysinen aktiivisuus on oleellinen osa erilaisten sairauksien, kuten sydän- ja verisuonisairauksien sekä tuki- ja liikuntaelinsairauksien ennaltaehkäisyä. Aktiivisten työmatkatapojen, kuten kävelyn ja pyöräilyn, edistäminen on hyvä keino edistää työikäisen väestön terveyttä. Tässä väitöskirjassa tarkasteltiin aktiivisten työmatkatapojen ja niissä tapahtuneiden muutosten yhteyksiä työntekijöiden terveyteen ja työkykyyn.

Väitöskirjan tutkimusten aineisto koostui neljän suomalaisen kaupungin työntekijöiden kyselyvastauksista ja rekisteriaineistoista. Tutkimuksissa hyödynnettiin sekä poikittais- että pitkittäisaineistoja.

Tutkimuksissa havaittiin, että suurempi aktiivisen työmatkaliikkumisen määrä oli yhteydessä parempaan itsearvioituun terveyteen ja työkykyyn. Kävelyn tai pyöräilyn lisääntymisen todettiin pitkittäis-seurannassa lisäävän itsearvioitua terveyttä ja työkykyä. Muutoksen tulisi kuitenkin olla merkittävä, jotta vaikutukset olisivat selkeitä.

Suurempi määrä aktiivista työmatkaliikuntaa viikoittain oli yhden ja kahden vuoden seurannassa yhteydessä pienempään sairauspoissaolojen riskiin verrattuna autoa tai julkisia kulkuvälineitä käyttäviin. Erityisesti aktiivinen pyöräily voi suojata riskiltä sairauspoissaoloille tai poissaolojaksoille.

Aktiivisia työmatkatapoja tukemalla voidaan edistää työkyvyn ja terveyden lisäksi myös liikenteen tuottamien päästöjen vähentämistä.

Tekijät: Essi Kalliolahti

Työterveyslaitos

Julkaisu: Kalliolahti, E. (2025). Active commuting for a healthier workforce: associations of active commute with self-rated health, work ability, and sickness absence. Itä-Suomen yliopisto.

<http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-61-5862-4>

Julkaisutyyppi: Väitöskirja

3 Työttömien työelämävalmiutta voi vahvistaa taitoja ja osallisuutta edistämällä

Pitkäkestoisen työttömyyden on todettu olevan yhteydessä heikentyneeseen fyysiseen ja psyykkiseen terveyteen. Siirtyminen työttömyydestä työelämään voi siten olla pitkä ja monivaiheinen. Tässä tutkimuksessa selvitettiin työttömien itsearvioitua kokemusta omasta työelämävalmiudestaan ja tekijöitä, jotka ovat yhteydessä tähän kokemukseen.

Tutkimusaineisto koostui 3686 henkilöstä, jotka olivat osallistuneet työkykyä ja työhön osallistumista tukeviin toimenpiteisiin vuosina 2017–2022. Aineisto kerättiin Kykyviisari-itsearviointikyselyiden avulla.

Kokemus lisääntyneestä työelämävalmiudesta oli yhteydessä henkilön omaan näkemykseen siitä, että hänellä on työelämässä tarvittavia taitoja. Mitä vähäisempi oli kokemus, että sairaus tai vamma estää työn tekemistä, sitä parempi oli koettu työelämävalmius myöhemmin. Positiivinen muutos kokemuksessa siitä, että on osa yhteiskuntaa ja voi olla siinä hyödyksi, oli myös yhteydessä kohonneeseen työelämävalmiuteen.

Tutkimuksessa todetaan, että työttömyydestä työelämään siirtymisen lisäksi on tärkeää tarkastella pieniäkin muutoksia, joita henkilöillä on suhteessa omiin työelämävalmiuksiinsa. Tuloksia voidaan hyödyntää esimerkiksi työhön osallistumista tukevien koulutus- ja kehittämistoimenpiteiden suunnittelussa.

Tekijät: Elina Ahola, Miia Wikström, Jaakko Airaksinen ja Matti Joensuu

Työterveyslaitos

Julkaisu: Ahola, E., Wikström, M., Airaksinen, J. & Joensuu, M. (2025). Predictors of improved readiness for work life: A data-driven explorative study using self-report measures of work ability and functioning. Sage Open, 15(4). <https://doi.org/10.1177/21582440251389354>

Julkaisutyyppi: Vertaisarvioitu artikkeli

4 Vaihdevuosi-ikäisten työkyvyn tukemiseen ei ole systemaattisia käytäntöjä

Vaihdevuosioireiden kokemisella on todettu olevan kielteisiä vaikutuksia muun muassa työhön osallistumiseen, urakehitykseen ja koettuun työkykyyn.

Tässä tutkimuksessa selvitettiin käytäntöjä, joita suomalaisilla työpaikoilla ja työterveyshuolloissa on vaihdevuosia huomioivaan työkyvyn tukemiseen. Lisäksi selvitettiin, millaista tietoa ja tukea työterveyshuollon ja työpaikkojen ammattilaiset tarvitsisivat. Samalla kartoitettiin, miten asiaa tarkastellaan osana työterveysyhteistyötä.

Tutkimus toteutettiin laadullisella asetelmalla yksilöhaastattelujen avulla. Aineisto koostui 14 haastattelusta, joissa oli mukana työpaikkojen edustajia eri aloilta sekä työterveyslääkäreitä ja työterveyshoitajia.

Työpaikkojen edustajien haastatteluissa tunnistettiin, että työkyvyn tuen käytännöt, jotka liittyvät vaihdevuosien huomioimiseen, puuttuivat työpaikoilta. Vaihdevuosista puhuminen koettiin työpaikoilla hankalaksi, mikä vaikutti samalla työkyvyn tukemiseen. Myöskään tietoa vaihdevuosista ei koettu olleen riittävästi.

Työterveyshuolloissa ei koettu, että systemaattisia käytäntöjä tai menetelmiä vaihdevuosioireiden tunnistamiseen olisi juurikaan olemassa.

Vaikka työterveyshuollon ammattilaiset pitivät vaihdevuosien huomioimista tärkeänä, ei vaihdevuosioireiden hoitaminen tyypillisesti kuulunut työterveys sopimukseen. Tämän koettiin rajoittavan mahdollisuuksia tukea työkykyä hoitotyössä. Työpaikkojen välillä oli kuitenkin eroja siinä, millä tavoin vaihdevuodet oli huomioitu työterveysyhteistyössä.

Tiedon lisääminen vaihdevuosista ja niihin liittyvistä oireista on keskeistä, jotta työpaikoilla ja työterveyshuolloissa nähtäisiin niiden liittyvän työkyvyn tuen tarpeeseen. Erilaisia tukikeinoja pystyttäisiin sovittamaan työkyvyn tuen jo olemassa oleviin menetelmiin ja prosesseihin. Tiedon lisääntyminen vaihdevuosista voi helpottaa myös aiheesta puhumista työpaikoilla ja vähentää vaihdevuosiin liittyvää stigmaa.

Tekijät: Mari Kupiainen, Kirsi Unkila, Tuulia Varanka-Ruuska ja Mervi Ruokolainen

Työterveyslaitos

Julkaisu: Kupiainen, M., Unkila, K., Varanka-Ruuska, T. & Ruokolainen, M. (2025). Vaihdevuodet ja työkyky: Vaihdevuosi-ikäisten työkyvyn tukeminen työpaikoilla ja työterveyshuollossa. Työterveyslaitos. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-391-242-7>

Julkaisutyyppi: Hankkeen loppuraportti

5 Käyttäytymiseen liittyvät terveysriskit lyhentävät työajanodotetta yli 50-vuotiailla

Käyttäytymiseen liittyvillä riskitekijöillä, kuten tupakoinnilla, vähäisellä liikunnalla ja runsaalla alkoholin käytöllä on tunnistettu olevan vaikutuksia aiempaan työelämästä poistumiseen. Näitä tekijöitä on kuitenkin aiemmissa tutkimuksissa tarkasteltu toisistaan erillisinä, ja niissä on usein keskitytty tietyn tyyppisiin työelämän siirtymiin, kuten työttömyyteen tai varhaiseen eläköitymiseen.

Tässä tutkimuksessa kartoitettiin, miten käyttäytymiseen liittyvien riskitekijöiden kasautuminen on yhteydessä ennustettuun työajanodotteeseen. Tutkimuksessa hyödynnettiin kohorttiaineistoja Suomesta ja Englannista, ja tarkastelussa keskityttiin henkilöihin, jotka olivat yli 50-vuotiaita.

Tulokset osoittivat, että ylipainoisilla, tupakoivilla ja vähän liikkuvilla oli lyhyempi työajanodote kuin niillä, joilla näitä riskitekijöitä ei ollut. Useiden terveysriskien kasautuminen lyhensi ennustettua työajanodotetta 1–1,5 vuotta.

Tulokset olivat samansuuntaisia sekä miehillä että naisilla. Käyttäytymiseen liittyvät riskitekijät ja niiden kasautuminen olivat yleisempiä matalan ja keskitason ammattiasemissa.

Koska yksittäiset käyttäytymiseen liittyvät riskitekijät ja niiden kasautuminen ovat yhteydessä työajanodotteeseen 50-vuotiailla ja sitä vanhemmilla, on niillä vaikutusta laajemmin myös talouteen. Tämä korostaa tarvetta kohdennetuille politiikkatoimille ja esimerkiksi työpaikkalähtöisille ohjelmille, jotka tukevat terveellisiä elämäntapoja erityisesti matalammissa ammattiasemissa.

Tekijät: Katriina Heikkilä^{1,2,3}, Holendro Singh Chungkham^{4,5}, Jaana Pentti^{1,6}, Jenni Ervasti⁷, Mika Kivimäki^{4,6,7}, Jussi Vahtera¹, Sari Stenholm¹ ja Paola Zaninotto⁴

¹Turun yliopisto; ²Terveyden ja hyvinvoinnin laitos; ³Oulun yliopisto; ⁴University College London;

⁵Tukholman yliopisto; ⁶Helsingin yliopisto; ⁷Työterveyslaitos

Julkaisu: Heikkilä, K., Chungkham, H. S., Pentti, J., Ervasti, J., Kivimäki, M., Vahtera, J., Stenholm, S. & Zaninotto, P. (2025). Association of behaviour-related health risk factors with working life expectancy in adults aged ≥ 50 years: findings from the English longitudinal study of ageing and the Finnish public sector study. *European Journal of Ageing*, 22(61). <https://doi.org/10.1007/s10433-025-00896-4>

Julkaisutyyppi: Vertaisarvioitu artikkeli

6 Työsuojelupäälliköt arvioivat työterveysyhteistyön sujuvammaksi kuin -valtuutetut

Tässä tutkimuksessa tarkasteltiin työsuojelupäälliköiden ja työsuojeluvaltuutettujen näkemyksiä yhteistyöstä työterveyshuollon kanssa ja sitä, miten heidän kokemuksensa ja arvionsa eroavat toisistaan. Tutkimuksessa selvitettiin myös, mitkä tekijät ovat yhteydessä siihen, että yhteistyön koetaan sujuvan.

Tutkimus toteutettiin kyselytutkimuksena poikkileikkausasetelmalla. Kysely lähetettiin työsuojeluhenkilörekisteristä työsuojelupäälliköille ja -valtuutetuille, joista yhteensä 586 henkilöä vastasi kyselyyn.

Työsuojelupäälliköt kokivat yhteistyön työterveyshuollon kanssa sujuvammaksi kuin työsuojeluvaltuutetut. Työsuojelupäälliköillä oli parempi pääsy digitaalisiin palveluihin tiedon jakamista varten.

Työsuojeluvaltuutetut sen sijaan kokivat useammin, että työterveyshuollon osallistuminen työsuojeluun on riittämätöntä ja että tiedonvaihtoa tulisi lisätä. Tämä korostui erityisesti pienemmissä työpaikoissa ja matalammin koulutettujen keskuudessa.

Koettuun työterveysyhteistyön sujuvuuteen vaikuttivat lisäksi työsuojelukokemuksen pituus, työajan säännöllisyys työsuojelutehtävien parissa, työterveyshuollon sopimuksen laajuus ja työterveyshuollon osallistuminen työpaikan työsuojelun toimenpiteisiin. Tuloksissa näkyi myös toimialakohtaisia eroja: julkisella sektorilla toimivat henkilöt arvioivat yhteistyötä vähemmän myönteisesti kuin teollisuuden alalla toimivat.

Työsuojelun ja työterveyden edistämisen näkökulmasta on tärkeää, että työsuojelutehtävissä toimivien ja työterveyshuollon yhteistyö sujuu hyvin. Säännölliset tapaamiset, yhtäläisen pääsyn tarjoaminen tiedon äärelle ja raportointikäytännöt työsuojeluhenkilöille voivat edistää yhteistyön toimivuutta.

Tekijät: Sari Nissinen, Anniina Kainalainen ja Erja Sormunen

Työterveyslaitos

Julkaisu: Nissinen, S., Kainalainen, A. & Sormunen, E. (2025). Analyzing occupational safety managers' and representatives' assessments of collaboration with occupational health care. Workplace Health and Safety. <https://doi.org/10.1177/21650799251392224>

Julkaisutyyppi: Vertaisarvioitu artikkeli

7 Sosiaaliset kohtaamiset vetävät hybridityötä tekeviä toimistolle

Etä- ja hybridityö ovat koronapandemian myötä lisääntyneet monissa maissa. Sillä on ollut vaikutusta esimerkiksi tarvittaviin toimitustiloihin, kommunikaatiota vaativiin työtehtäviin ja johtamisen tapoihin.

Tässä tutkimuksessa tarkasteltiin yksilöllisiä eroja ja syitä, joita hybridityötä tekevillä on työnteon paikan valinnassa. Tutkimuksessa selvitettiin myös toimistoympäristöön liittyviä tekijöitä, joiden koetaan lisäävän lähityön houkuttelevuutta.

Tutkimus toteutettiin monimenetelmällisenä tutkimuksena poikkileikkausasetelmalla. Aineistoa kerättiin kyselyillä ja haastatteluilla vuosina 2023–2024. Kyselyyn vastasi 533 henkilöä, ja teemahaastatteluja järjestettiin yhteensä 71.

Tutkimuksessa tunnistettiin viisi erilaista ryhmää sen perusteella, kuinka motivoituneita vastaajat olivat etä- ja lähityöhön. Ainoastaan hybridityöntekijöiden ryhmä eli ne, jotka osoittivat yhtäläistä motivaatiota sekä etä- että lähityöhön, kokivat molempien työympäristöjen tukevan tuottavuuttaan.

Haastatteluissa etä- tai lähityötä painottavat työntekijät korostivat omaan elämäntilanteeseen tai työympäristöön liittyviä tekijöitä, joiden vuoksi he näkivät etä- tai lähityön itselleen epäsopivaksi.

Työntekijöiden välillä oli vaihtelua esimerkiksi sen suhteen, kuinka paljon he arvostivat työtiloja keskittymistä vaativaan työhön, ergonomiaa ja työvälineitä sekä sosiaalisia kohtaamisia. Sovitut läsnäpaamiset, esimerkiksi palaverit tai toimistopäivät, nähtiin usein edellytyksenä sille, että toimistolle tuleminen olisi houkuttelevaa. Siinä missä etätyön houkuttelevuus johtui vaihtelevista syistä, lähityötä suositettiin erityisesti sosiaalisten kontaktien takia.

Tutkimuksessa todetaan, että hybridityö- ja työympäristöratkaisuja olisi hyvä suunnitella eri työntekijäryhmien tarpeiden mukaan. Mahdollisuus työnteon paikan valintaan toimii myös työn tuunaamisen välineenä.

Tekijät: Annu Haapakangas, Suvi Hirvonen ja Kirsikka Selander

Työterveyslaitos

Julkaisu: Haapakangas, A., Hirvonen, S. & Selander, K. (2025). A mixed-methods study of work location choices in hybrid work. *Facilities*, 43(15–16), 45–65. <https://doi.org/10.1108/F-11-2024-0162>

Julkaisutyyppi: Vertaisarvioitu artikkeli

8 Hybridityössä yhteinen kehittäminen edellyttää suunnitelmallista tukea

Pandemian jälkeen hybridityöstä on tullut monissa organisaatioissa vakiintunut työn tekemisen tapa. Aiemmassa tutkimuksessa on toistaiseksi ollut vain vähän tietoa siitä, miten pysyvä hybridityö vaikuttaa työyhteisöllisyyteen ja yhdessä tapahtuvaan oppimiseen.

Tässä haastattelututkimuksessa tarkasteltiin kaupunkihallintojen kokemuksia hybridityöstä pandemian jälkeen. Haastateltavia oli yhteensä 35, ja he työskentelivät kaupunkihallinnon työntekijöinä, asiantuntijoina tai johtajina.

Analyysissä tunnistettiin kolme keskeistä teemaa: yhteisöllisyyden heikkeneminen, uusien työntekijöiden sosiaalistumisen vaikeutuminen sekä yhteisen oppimisen ja kehittämisen haasteet.

Hybridityö näyttäytyy työn tekemisen tapana, joka korostaa yksilöllisiä arvoja, kuten autonomiaa sekä työn ja muun elämän yhteensovittamista, mutta samalla haastaa yhteisten käytäntöjen ja jaetun ymmärryksen rakentumista.

Tulosten mukaan virtuaalisuus joustavoittaa työn tekemistä ja hyödyttää erityisesti työntekijöitä, joilla on jo vakiintuneet verkostot organisaation sisällä ja sen ulkopuolella. Sen sijaan uusien työntekijöiden kiinnittyminen työyhteisöön ja epämuodollinen oppiminen näyttäytyvät hybridityössä aiempaa vaikeampina.

Satunnaisten kohtaamisten vähentyminen heikentää spontaania ideointia ja edellyttää uudistumisen ja kehittämisen entistä suunnitelmallisempaa organisointia.

Tutkimuksessa korostetaan, että hybridityön kehittäminen ei ratkea pelkällä läsnätyöhön palaamisella. Tulokset osoittavat, että hybridityö on osa laajempaa digitalisoitumisen muutosta, jossa työn tekeminen yksilöllistyy ja yhteisöllisyyden muodot muovautuvat.

Yhteisöllisyyden ja yhteisen oppimisen tukeminen edellyttää organisaatioilta tietoisesti suunniteltuja käytäntöjä sekä virtuaalisten ja kasvokkaisten kohtaamisten yhdistämistä. Erityisesti virtuaalisten innovointi- ja fasilitointikäytäntöjen osaamista on kehitettävä, jotta osallistuminen ja yhteinen oppiminen voidaan turvata kaikille työntekijöille.

Tekijät: Eveliina Saari¹, Laura Seppänen¹, Hilpi Kangas² ja Tuomo Alasoini¹

¹Työterveyslaitos; ² Turun yliopisto

Julkaisu: Saari, E., Seppänen, L., Kangas, H. & Alasoini, T. (2025). Yhteisöllisyys ja yhteinen kehittäminen vaarassa? Pandemian jälkeisiä käsityksiä kahden kaupunkihallinnon hybridimäisestä työstä. Työelämän tutkimus, 23(3), 426–453. <https://doi.org/10.37455/tt.148961>

Julkaisutyyppi: Vertaisarvioitu artikkeli

9 Työperäinen lämpöaltistus saattaa lisätä mahasyövän riskiä

Työperäinen altistuminen kuumuudelle on yleistä monilla aloilla, ja altistuksen merkitys kasvaa ilmastomuutoksen myötä. Vaikka kuumuuden terveysvaikutuksia on tutkittu muun muassa työkyvyn ja lämpösairauksien näkökulmasta, sen mahdollinen yhteys syöpäriskiin on jäänyt toistaiseksi vähäisemmälle huomiolle.

Tässä tutkimuksessa tarkasteltiin työperäisen lämpöaltistuksen ja mahasyövän välistä yhteyttä käyttämällä tietoja kahdesta espanjalaisesta tapaus-verrokkitutkimuksesta, joihin kuului yhteensä 566 mahasyöpätapausta ja 2984 verrokkihenkilöä.

Työtehtäviin liitettiin lämpöaltistusestimaatit espanjalaisen MatEmEsp-työaltistusmatriisin avulla. Altistusta arvioitiin kolmella tavalla: altistuneiden ja altistumattomien vertailuna, kumulatiivisena altistuksena sekä altistuksen kestona vuosina.

Tulokset osoittivat, että mahasyöpään sairastuneet olivat useammin altistuneet kuumuudelle kuin verrokkit. Työperäinen lämpöaltistus liittyi lievästi kohonneeseen mahasyöpäriskiin, ja kohonneita riskejä havaittiin myös kumulatiivisen altistuksen ja altistuksen keston perusteella. Yhteys säilyi, kun huomioitiin tunnetut riskitekijät, kuten tupakointi.

Tutkimuksen tulokset viittaavat siihen, että työperäinen lämpöaltistus voi olla yksi mahasyöpäriskiin liittyvä tekijä. Kirjoittajat korostavat kuitenkin, että lisätutkimuksia tarvitaan erityisesti lämpöaltistuksen arviointimenetelmien kehittämiseksi sekä tulosten varmistamiseksi laajemmissa ja maantieteellisesti monimuotoisemmissa väestöissä.

Tekijät: Alice Hinchliffe^{1,2}, Miquel Vallbona-Vistós¹, Juan Alguacil^{3,4}, Manolis Kogevinas^{4,1,5,6}, Sanni Uuksulainen⁷, Nuria Aragonés^{4,8}, Adonina Tardón⁹, Jesus Vioque^{3,10}, Mary H. Ward¹¹, Charles S. Rabkin¹¹, M. Constanza Camargo¹¹, Claudio Pelucchi¹², Carlo La Vecchia¹², Paolo Boffetta^{13,14} ja Michelle C. Turner^{1,2,3}

¹Barcelona Institute for Global Health; ²Universitat Pompeu Fabra; ³Consortium for Biomedical Research in Epidemiology & Public Health; ⁴Universidad de Huelva; ⁵Universitat Pompeu Fabra; ⁶Hospital del Mar Medical Research Institute; ⁷Työterveyslaitos; ⁸Department of Health of Madrid; ⁹Nebrija University; ¹⁰Universidad Miguel Hernandez; ¹¹National Institutes of Health; ¹²University of Milan; ¹³Stony Brook University; ¹⁴University of Bologna

Julkaisu: Hinchliffe, A., Vallbona-Vistós, M., Alguacil, J., Kogevinas, M., Uuksulainen, S., Aragonés, N., Tardón, A., Vioque, J., Ward, MH., Rabkin, CS., Camargo, MC., Pelucchi, C., La Vecchia, C., Boffetta, P., Turner, MC. (2025). Occupational heat exposure and stomach cancer risk in a pooled analysis of two Spanish case-control studies in the stomach cancer pooling project - StoP consortium. *Cancer Epidemiol. Dec*;99:102938. <https://doi.org/10.1016/j.canep.2025.102938>

Julkaisutyyppi: Vertaisarvioitu artikkeli

10 Perhe-elämän muutokset ovat yhteydessä kestäväen työuran toteutumiseen

Perhe-elämän tapahtumien merkityksestä kestäväälle työelämälle on saatavilla vähän tietoa. Kestävällä työelämällä tarkoitetaan tässä yhteydessä pitkäaikaisen työttömyyden, sairauspoissaolojen ja työkyvyttömyyseläkkeen puuttumista.

Tässä tutkimuksessa tarkasteltiin, miten perhe-elämän muutokset, kuten avioliitto, avioero ja lasten kanssa asuminen, liittyvät yksilön mahdollisuuksiin ylläpitää kestävää työuraa. Aineistona käytettiin rekisteritietoja ja kyselyitä, jotka koskivat 49 611:tä ruotsalaista kaksosta. Aineisto oli vuosilta 1993–2016. Kaksosaineistoa käyttämällä voitiin erottaa perinnöllisten tekijöiden vaikutus havaituista yhteyksistä.

Tulokset osoittivat, että siirtyminen yksin elämisestä avioliittoon ja lasten kanssa asumiseen vähensi työuran keskeytymisen riskiä, kun taas avioero lisäsi tätä riskiä. Perinnölliset tekijät ja varhainen elinympäristö selittivät osaa havaituista yhteyksistä. Terveelliset elämäntavat, kuten fyysinen aktiivisuus, tupakoimattomuus ja kohtuullinen alkoholinkäyttö, vahvistivat kestäväen työelämän mahdollisuuksia perhe-elämän muutoksista huolimatta.

Tulokset korostavat, että sekä perhe-elämän muutokset että terveelliset elämäntavat vaikuttavat yksilön mahdollisuuksiin ylläpitää kestävää työuraa. Tämä viittaa siihen, että yhteiskunnan tuki perheen muodostukselle ja terveellisille elämäntavoille voi parantaa yksilöiden mahdollisuuksia kestäväen työuraan.

Tekijät: Mo Wang¹, Pia Svedberg¹, Karri Silventoinen^{1,2}, Petri Böckerman^{3,4,5}, Jurgita Narusyte¹ ja Anina Ropponen^{1,6}

¹Karoliininen Instituutti; ²Helsingin yliopisto; ³Jyväskylän yliopisto; ⁴Työn ja talouden tutkimus LABORE; ⁵IZA Institute of Labor Economics; ⁶Työterveyslaitos

Julkaisu: Wang, M., Svedberg, P., Silventoinen, K., Böckerman, P., Narusyte, J., Ropponen, A. (2025). The role of health behaviours, genetic factors, and early life environment in the associations between family-related events and sustainable working life. *Scandinavian Journal of Public Health*. [Online ahead of print] <https://doi.org/10.1177/14034948251398693>

Julkaisutyyppi: Vertaisarvioitu artikkeli

11 Suuri työkuormitus ja huono työn hallinta lisäävät työkyvyttömyyseläkkeen riskiä

Työkyvyttömyyseläkkeelle siirtyminen on merkittävä haaste ikääntyvässä työväestössä, ja sen taustalla vaikuttavat sekä yksilölliset että rakenteelliset tekijät. Tässä meta-analyysissä tarkasteltiin keski-ikäisten työntekijöiden sosiodemografisten tekijöiden, elintapojen ja työolojen yhteyttä työkyvyttömyyseläkkeelle siirtymisen riskiin.

Meta-analyysiin sisällytettiin 39 pitkittäistutkimusta, joissa oli yhteensä yli 7,3 miljoonaa 40–64-vuotiaasta työntekijää.

Analyysin tulosten mukaan työkyvyttömyyseläkkeen riski on suurempi iän karttuessa, naisilla, matalammin koulutetuilla sekä työntekijöillä, jotka kuuluvat alempiin ammattiryhmiin. Elintapoihin liittyvistä tekijöistä tupakointi, lihavuus ja alipaino, runsas alkoholinkäyttö sekä vähäinen liikunta lisäävät työkyvyttömyyseläkkeen riskiä. Työoloihin liittyvistä tekijöistä erityisesti suuri työkuormitus ja vähäinen työn hallinta lisäävät työkyvyttömyyseläkkeen riskiä.

Työkyvyttömyyseläkkeen ehkäisy edellyttää kohdennettuja toimia haavoittuvissa työntekijäryhmissä. Tulokset korostavat työolojen kehittämisen ja terveellisten elintapojen tukemisen merkitystä työurien pidentämisessä.

Tekijät: Rahman Shiri, Eija Haukka, Mikko Härmä ja Joonas Poutanen

Työterveyslaitos

Julkaisu: Shiri, R., Haukka, E., Härmä, M., Poutanen, J. (2025) A meta-analysis of risk factors for disability retirement in middle-aged workers. Scand J Public Health. [Online ahead of print]

<https://doi.org/10.1177/14034948251398695>

Julkaisutyyppi: Vertaisarvioitu artikkeli

Seuraava Työterveyslaitoksen tutkimuskatsaus ilmestyy helmikuussa 2026.
