

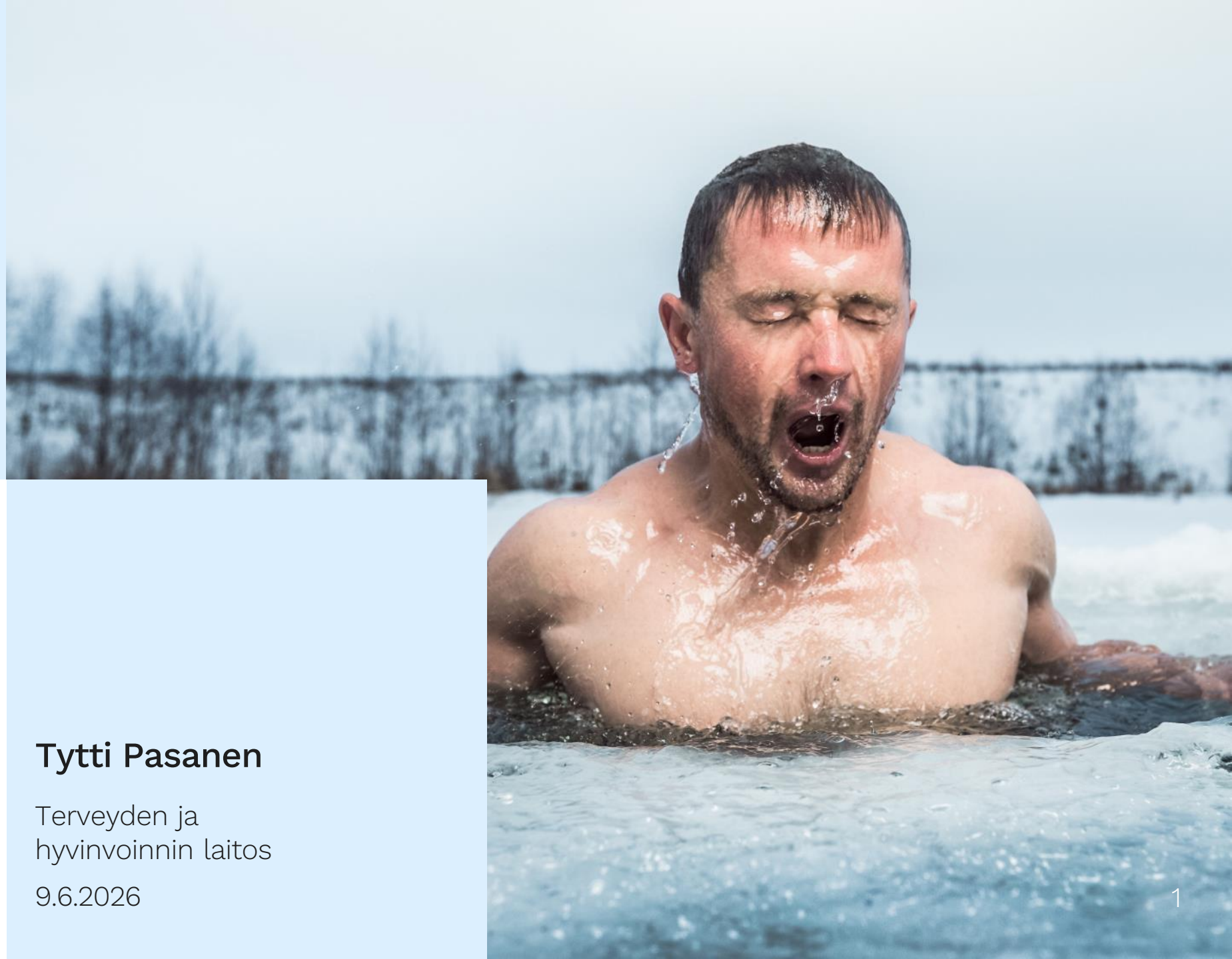


Terveyttä luonnosta – ohjelma: Mitä, miksi ja miten?

Tytti Pasanen

Terveyden ja
hyvinvoinnin laitos

9.6.2026



Tarvitsemme uusia kustannustehokkaita ratkaisuja terveyden ja hyvinvoinnin haasteisiin

- Ikääntyvän väestön työ- ja toimintakyvyn ylläpito on yhä tärkeämpää
- *Masennushäiriöistä* on tullut merkittävä kansanterveysongelma ja työkyvyttömyyseläkkeen syy
- Liian *vähäisen fyysisen aktiivisuuden* kustannukset ovat yli 3 ja hoitamattoman *lihavuuden* lähes 3 miljardia euroa vuodessa terveydenhuollon suorissa kustannuksissa sekä menetetyssä työpanoksessa
- Immuunivälitteiset sairaudet ovat yleistyneet
- Julkisen talouden kestävyysshaaste: Vuonna 2025 hyvinvointialueiden valtionrahoitus oli noin 26 miljardia euroa. Sotekulut muodostavat ~30 % valtion budjetista



Luonto on lääke moneen vaivaan, mm:

- Helppo pääsy lähiluontoon voi suojata masennukselta
- Lähiluonto tukee lasten mielenterveyttä
- Aikuisilla helppo pääsy viheralueille näyttää suojaavan lihavuudelta tai ylipainolta
- Asuinalueen runsaampi lähiluonto näyttää suojaavan tyypin 2 diabetekselta
- Lisäksi lähellä sijaitsevien luontokohteiden on havaittu lisäävän luonnossa ulkoilun määrää (500 m).



Luonnon talous- vaikutukset

Arvio 10% lisäykselle / vähennykselle
kaupunkivihreässä yhteensä 140–290
M€ / vuosi perustuen

- tyypin 2 diabeteksen ja masennuksen ehkäisy
- astman lääkekustannukset

(Tyrväinen ym., 2024)



9.6.2026



Luonnon ennallistamis- toimien terveys- vaikutukset



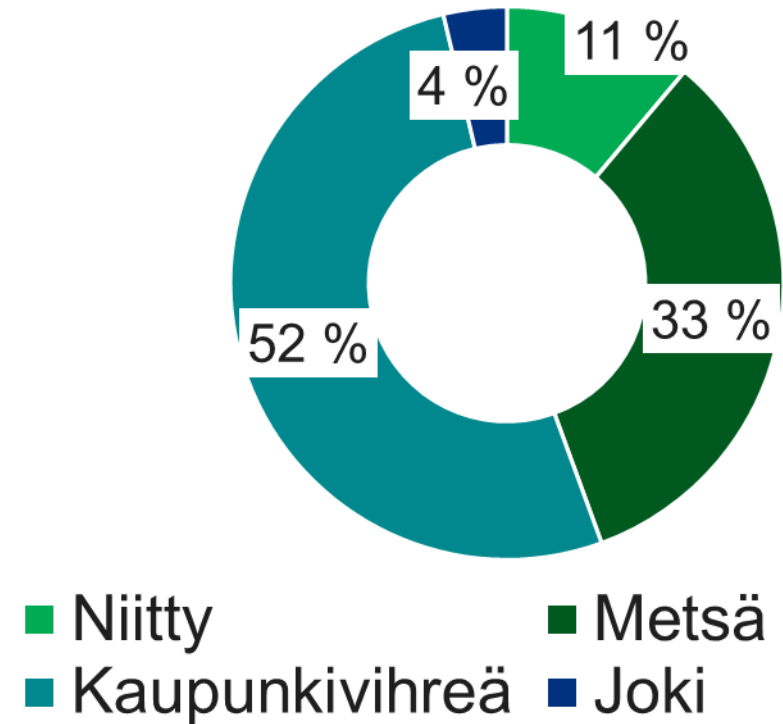
Mitä tehtiin?

- Miten luonnon laatu ja sen muutokset vaikuttavat terveyteen?
- Uutta: ei poikkileikkaustutkimuksia tai yleisiin viherindekseihin pohjaavia tutkimuksia
- Ympäristöministeriön toimeksianto
- Tulokset: 27 julkaisua



9.6.2026

Habitaatit (n = 27)



Päätulokset

- Vahvin näyttö kaupunkipuiden ja latvuspeitteen hyödyistä
- Suomeen sopivin näyttö tukee vanhojen metsien roolia mielialan edistämisessä
- [Pasanen & Täubel 2026](#)



Esimerkkejä kustannushyödyistä:

New Yorkin puidenistutuskampanjan vaikutus elämäntyytyväisyyteen \approx 505 dollarin lisäys kuukausituloihin

Australiassa puiden latvuspeitteen lisääminen alle 10% \rightarrow yli 30% arvioitu säästävän noin 11,5 M€/vuosi/100 000 asukasta sydän- ja verisuonitauteihin liittyvissä sairaalahoidoissa

Yhden puun istuttamisella jokaiseen Portlandin väestönlaskenta-alueeseen säästetään n. 12 M€/vuosi perustuen vältettyihin ennenaikaisiin kuolemiin



Terveyttä luonnosta - ohjelma



Mikä on Terveyttä luonnosta -ohjelma?

Tavoite: Lisätä hyvinvointia, terveyttä ja työkykyä & vähentää kroonisia kansansairauksia luontoaltistusta vahvistamalla

Miten? Tuodaan luonto osaksi ihmisten arkea ja sotesektorin toimintaa

Painopisteet: Toimet kunnissa, sosiaali- ja terveyssektorilla ja työpaikoilla, järjestötyössä sekä kansalaisviestintä

Kohderyhmät: Lapset, nuoret, työikäiset ja ikäihmiset



Ohjelman rakenne



Kuntien luontoterveytyö: tavoitteet & mittarit

- Ihmisten mahdollisuudet altistua luonnolle arjessaan ovat parantuneet
 - Latvuspeittävyden 30 %:n taso saavutetaan suuremmalla osalla asuinalueista
 - Kasvipeitteisyys ja latvuspeittävyys päiväkotien ja koulujen pihoilla kasvaa
 - Osuus väestöstä, joka asuu korkeintaan 300 metrin päässä vähintään 1,5 hehtaarin kokoisesta virkistykseen soveltuvasta alueista, ei pienene
- Luonnon terveyshyödyt huomioidaan maankäytön ja lähiympäristön suunnittelussa ja kunnossapidossa
 - Luonnon terveyshyödyt ovat osa maankäytön, lähiympäristön suunnittelun, rakentamisen ja kunnossapidon ohjeita
 - Korttelikohtaiset viherkerroinvaatimukset ovat käytössä osana kaavoitusta
 - Viherkertoimet kehittyvät huomioimaan entistä paremmin luonnon terveyshyödyt
 - Alueellisen viherkertoimen käyttö kaavoituksessa laajenee



Kuntien luontoterveyden toimenpiteet

- Lisätään tietoisuutta luonnon terveyshyödyistä
 - Tiedon tuottaminen kunnille, kuntapäätäjille ja kuntien HYTE-työtä tekeville
 - Koulutukset kuntapäätäjille
- Tarjotaan tietoa luontoterveyden käytännön edistämisestä, mm.
 - Luontoterveystekojen ratkaisupankki
 - Ratkaisujen yhteiskehittäminen
 - Ohjeistukset ja materiaalit luontoterveyden käytännön edistämisestä
 - Sparraus luontoterveysoimien suunnitteluun ja luonnon terveyshyötyjen tuomiseen kuntastrategioihin ja lumo-ohjelmiin
 - Kokemusten ja tiedon jakaminen: Luontokunnat-verkosto, ammattilaistapahtumat, omat webinaarit & koulutukset
- Edistetään kansallisten rakenteiden muutosta niin, että ne kannustavat huomioimaan luontoterveyden
 - Lainsäädäntö, valtion taloudelliset kannusteet (ml. HYTE-kerroin)
 - Muut kuntia ja rakentamista ohjaavat dokumentit kuten rt-kortit, rakentamistapaohjeet ja VYL laatuluokitukset



Miten ohjelmaa toteutetaan?

- Ohjelma käynnistynyt vuonna 2026, kesto 10 vuotta
- Ohjelman kotipesä ja koordinaattori on THL
- Ohjelmaa luotsaa säännöllisesti kokoontuva koordinaatioryhmä, joka koostuu aktiivisesti mukana olevista tahoista
- Sitra toimi ohjelman valmistelun koollekutsujana, suunnittelun fasilitoijana ja osin alkuvaiheen rahoittajana
- Ohjelman materiaaleja
 - Verkkosivut: www.terveyttaluonnosta.fi
 - Ohjelmaraportti: <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-408-640-0>



9.6.2026



13

Ohjelman valmistelussa mukana mm:

- THL
- Sitra
- LUKE
- SYKE
- Työterveyslaitos
- Allergia-, iho- ja astmaliitto
- Filha ry
- Mieli ry
- Ikäinstituutti
- Metsähallituksen luontopalvelut
- Kuntaliitto
- Duodecim
- Luontoterveyden asiantuntijalääkärit: Tari Haahtela ja Hanna Haveri
- Hengitysliitto



SITRA

9.6.2026



Meihin saa mielellään olla yhteydessä

Ohjelman johtaminen: Jaana Halonen jaana.halonen@thl.fi

Yleinen koordinaatio: Anniina Salmela anniina.salmela@thl.fi

Rahoitus: Anne Karvonen anne.karvonen@thl.fi

Tutkimus: Tytti Pasanen tytti.pasanen@thl.fi

Viestintä: Elisa Lautala elisa.lautala@thl.fi

Kunta-työpaketti (Syke): Kati Vierikko kati.vierikko@syke.fi

Sitra: Marja Järvenpää marja.jarvenpaa@sitra.fi