Etelä-Savon hyvinvointialue ELOISA

16.9.2026

Tiivistelmä Etelä-Savon hyvinvointikyselyn tuloksista

Etelä-Savon hyvinvointialue Eloisa toteutti yhteistyössä alueen kuntien kanssa laajan hyvinvointikyselyn ajalla 28.1.2026-30.4.2026. Netti- ja paperikyselynä toteutettuun avoimeen kyselyyn pääsivät vastaamaan kaikki täysi-ikäiset (18 vuotta täyttäneet) eteläsavolaiset.

Ensimmäistä kertaa toteutetulla Hyvinvointikyselyllä selvitettiin Etelä-Savon aikuisväestön koettua hyvinvoinnin tilaa. Kyselyssä tarkasteltiin muun muassa terveyttä, toimintakykyä, stressiä ja elämänlaatua yhteensä seitsemää eri vointimittaria hyödyntämällä. Kyselyssä käytetyt vointimittarit on lueteltu tämän liitteen lopussa. Tulokset kuvaavat kyselyyn vastanneiden eteläsavolaisten kokemuksia omasta hyvinvoinnistaan ja antavat suuntaa alueen aikuisväestön hyvinvoinnin tilasta.

Kyselyyn vastasi kaikkiaan 3 714 eteläsavolaista ja vastauksia saatiin kaikista Etelä-Savon kunnista. Vastaajajoukko painottui naisiin (75 % vastaajista). Ikäryhmittäin tarkasteltuna 65 % vastaajista oli iältään 45–74-vuotiaita. Nuorimpaan 18–29-vuotiaiden ikäryhmään kuului 3 % vastaajista.

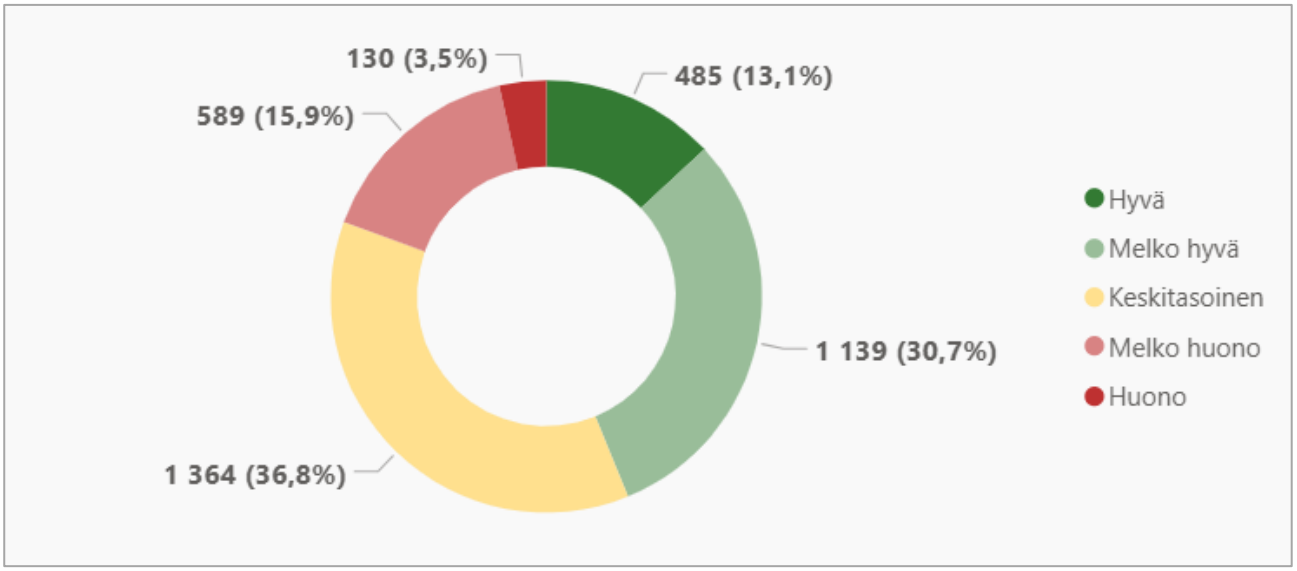
Hyvinvointikysely toteutettiin osana Etelä-Savon hyvinvointialueen ja Etelä-Savon kuntien kehittämishanketta Hyvinvointitiedolla johtaminen 2.0 - kohti yhteistä hyte-johtamista. Hanke saa sosiaali- ja terveysministeriön myöntämää valtionavustusta terveyden edistämisen määrärahasta. Hankkeen tavoitteena on vahvistaa alueellista hyvinvoinnin ja terveyden edistämistä tiedolla johtamisen keinoin. Hanke jatkuu maaliskuun 2027 loppuun saakka. Hyvinvointikyselyn sisältö perustuu Itä-Suomen yliopiston suunnittelemaan kyselyyn. Kyselyaineisto voidaan luovuttaa Itä-Suomen yliopistolle tutkimuskäyttöön.

Keskeiset tulokset

Koettu terveydentila sekä pitkäaikaissairauksien yleisyys

Etelä-Savon aikuisväestöstä yli puolet (56 %) koki terveydentilansa keskitasoiseksi tai sitä huonommaksi (kuva 1). Verrattaessa THL:n toteuttamaan aikuisväestön (20 vuotta täyttäneet) Terve Suomi -tutkimukseen, oli vastaava prosenttiosuus koko maan osalta 37 % (2024).

Etelä-Savon hyvinvointialue Eloisa
Mikkeli: Porrassalmenkatu 35–37, 50100 Mikkeli
Savonlinna: Keskussairaalantie 6, 57120 Savonlinna
Pieksämäki: Tapparakatu 1–3, 76100 Pieksämäki
Vaihde 015 411 4100 | kirjaamo@etelasavonha.fi | www.etelasavonha.fi

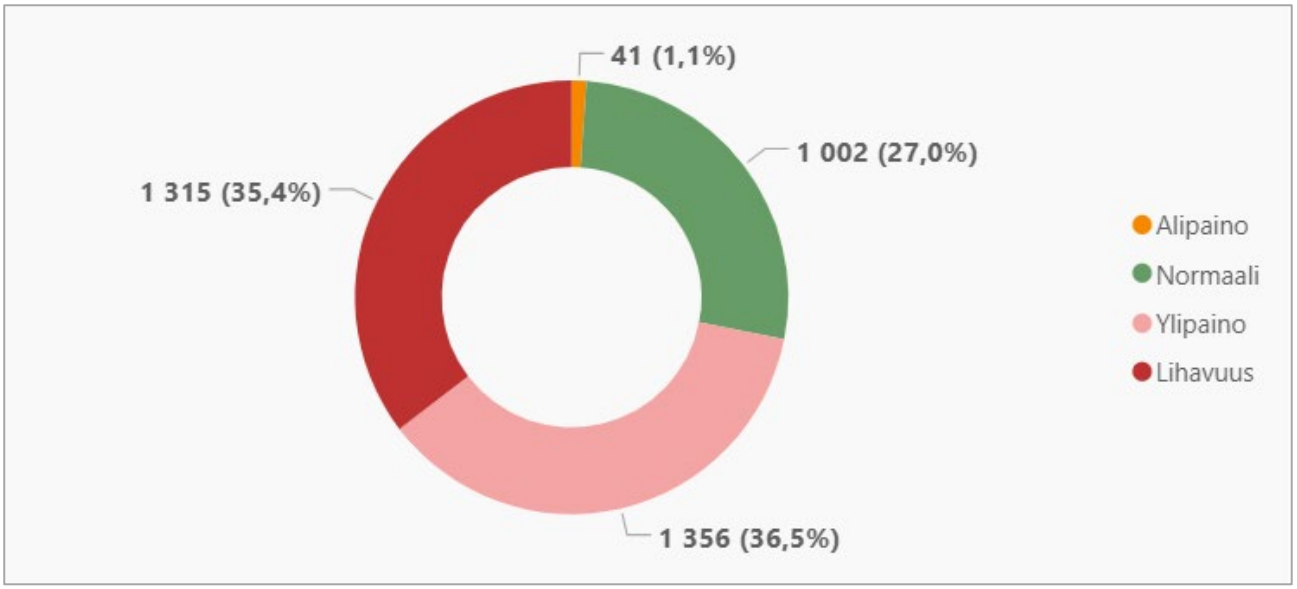


Kuva 1 Onko terveydentilasi mielestäsi nykyisin?

Etelä-Savon aikuisväestön neljä selvästi yleisintä pitkäaikaissairautta sekä miesten että naisten kohdalla olivat kohonnut veren kolesteroli (yleisyys 47 % aikuisväestössä) ja kohonnut verenpaine (46 %) sekä tuki- ja liikuntaelinsairauksista polven tai lonkan kulumavika/nivelrikko (41 %) ja selän kulumavika/iskias tai muu selkäsairaus (31 %). Vastaajista lähes kolmanneksella (30 %) oli sekä kohonnut veren kolesteroli että kohonnut verenpaine. Alle 45-vuotiaiden ikäryhmässä yleisimmät pitkäaikaissairaudet olivat migreeni tai muu krooninen päänsärky, masennus tai muu mielenterveysongelma sekä ihosairaus.

Lihavuuden yleisyys

Lihavien (kehon painoindeksi BMI ≥ 30 kg/m2) osuus aikuisväestöstä oli 35 % (kuva 2). Verrattaessa Terve Suomi -tutkimukseen, oli vastaava prosenttiosuus koko maan osalta 24,5 % (THL 2024).



Kuva 2 Painoindeksi BMI luokiteltuna.

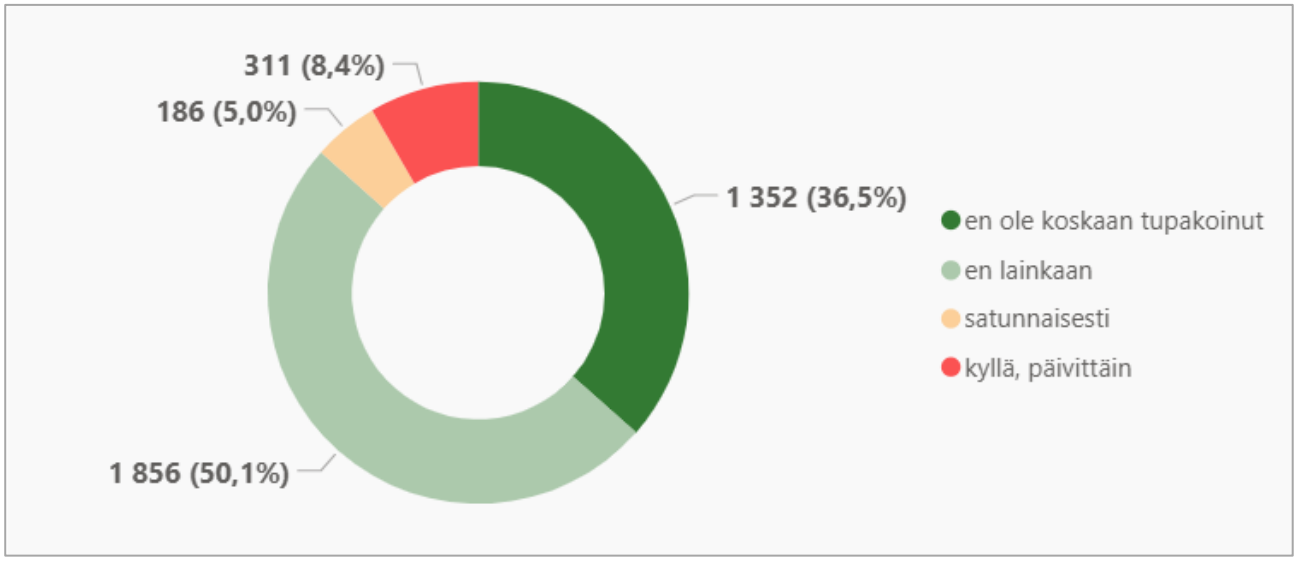
Etelä-Savossa lihavien joukosta 60 % oli merkittävästi lihavia, 26 % vaikeasti lihavia ja 14 % sairaalloisesti lihavia. Yleisintä lihavuus oli 45–64-vuotiaiden joukossa (44 % vastaajista), ja koko aikuisväestöä tarkasteltaessa lihavuus oli hieman yleisempää naisten kuin miesten joukossa.

Lihavuus on yhteydessä heikompaan koettuun terveydentilaan ja yleisempään sairastavuuteen. 72 % lihavista koki terveytensä keskitasoiseksi tai sitä huonommaksi, kun vastaavasti normaalipainoisista 41 % koki terveytensä keskitasoiseksi tai sitä huonommaksi. Lihavat kärsivät normaalipainoisia yleisemmin pitkäaikaissairauksista, kuten verenpainetaudista, tuki- ja liikuntaelinsairauksista sekä masennuksesta.

Elintapojen yhteys hyvinvointiin

Aikuisväestöstä 29 % liikkui vain vähäisesti (arkiaskareet, jotka eivät rasita fyysisesti), 50 % liikkui kevyttä arkiliikuntaa (esimerkiksi kävely, kalastus, puutarhatyöt), 20 % harrasti varsinaista kuntoliikuntaa (esimerkiksi juoksu, hiihto, pallopelit) ja 1 % rasittavia urheilumuotoja (harjoittelu kilpailumielessä).

Päivittäinen tupakointi ja humalahakuinen alkoholinkäyttö olivat Etelä-Savossa hieman vähäisempää koko maan keskiarvoihin verrattuna. Terve Suomi –tutkimuksessa alkoholia kerralla kuusi annosta tai enemmän kerran viikossa tai useammin juoneiden osuus koko maan (20 vuotta täyttäneet) osalta oli 8,7 % (THL 2024). Vastaava prosenttiosuus Etelä-Savon hyvinvointikyselyyn vastanneiden (18 vuotta täyttäneet) osalta oli 4,4 %. Terve Suomi –tutkimuksessa päivittäin tupakoivien osuus koko maan (20 vuotta täyttäneet) osalta oli 9,1 % (THL 2024). Vastaava prosenttiosuus Etelä-Savon hyvinvointikyselyyn vastanneiden (18 vuotta täyttäneet) osalta oli 8,4 % (kuva 3).



Kuva 3 Tupakoitko nykyisin?

Aikuisväestöstä 22 % vastasi juovansa alkoholia kerran viikossa tai useammin. Iäkkäät juovat alkoholia hieman muuta väestöä useammin. Alle 65-vuotiaista 18 % vastasi juovansa alkoholia kerran viikossa tai useammin, kun vastaava prosenttiosuus yli 65-vuotiaiden joukossa oli 25 %.

75 % aikuisväestöstä vastasi syövänsä kasviksia, hedelmiä tai marjoja vähintään yhden kerran päivässä, ja loput söivät 2–6 kertaa viikossa tai harvemmin.

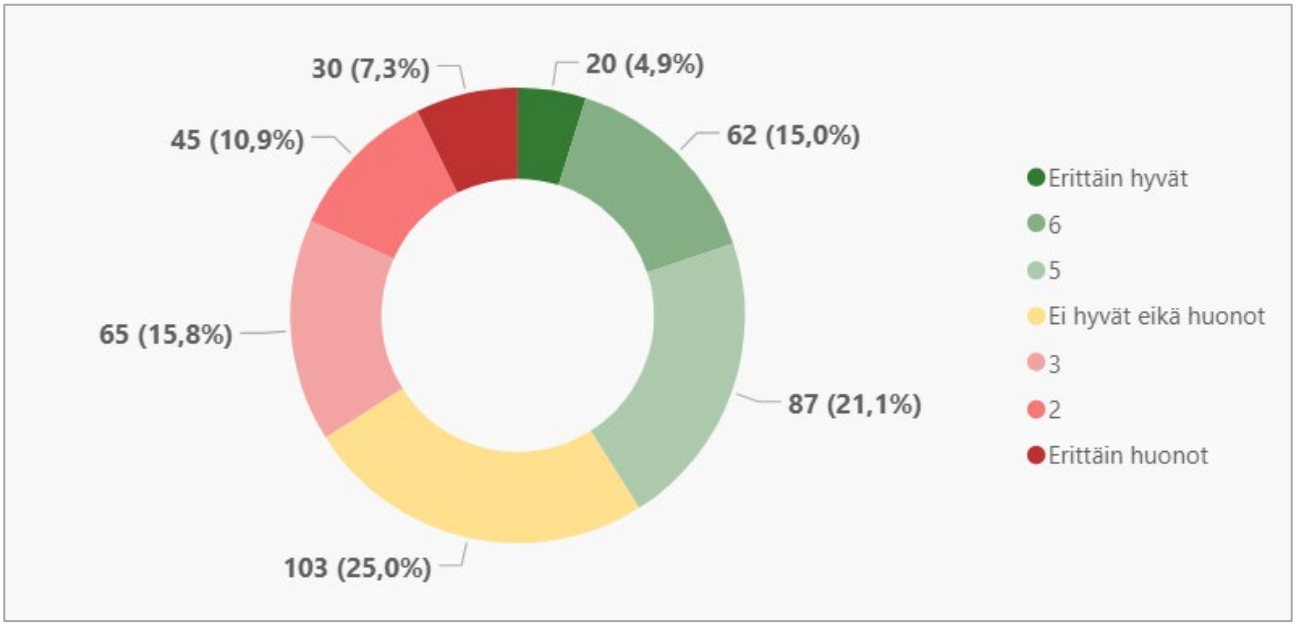
Tupakointi ja muiden nikotiinituotteiden käyttö, viikoittainen runsas alkoholin käyttö kerralla, sekä vähäinen liikunta ja vähäinen kasvisten syönti olivat yhteydessä heikompaan koettuun terveydentilaan sekä alhaisempaan terveyteen liittyvään elämänlaatuun ja elämään tyytyväisyyteen.

Esimerkiksi vähäisesti liikkuvista 79 % koki terveytensä keskitasoiseksi tai sitä huonommaksi, kun vastaava prosenttiosuus kevyttä arkiliikuntaa harrastavilla oli 54 % ja kuntoliikuntaa harrastavilla enää 30 %. Kuntoliikunnan ja rasittavia urheilumuotoja raportoineiden henkilöiden välillä ei havaittu merkitseviä eroja. Runsaampi liikunta näkyi myönteisenä yhteytenä myös mielen hyvinvointiin. Vähäisesti liikkuvista 55 % koki vähintään lievää ahdistuneisuuden tai masentuneisuuden tunnetta, kun vastaava prosenttiosuus kevyttä arkiliikuntaa harrastavilla oli 36 % ja kuntoliikuntaa harrastavilla 29 %.

Sosioekonomisen taustan yhteys hyvinvointiin

Kokemus taloudellisesta toimeentulosta on yhteydessä terveyteen liittyvään elämänlaatuun ja elämään tyytyväisyyteen. Erityisesti taloudellisen toimeentulonsa hankalaksi tai erittäin hankalaksi kokevien henkilöiden elämänlaatu ja tyytyväisyys elämään olivat selvästi alhaisempia verrattuna helposti toimeentuleviin. Taloudellisen toimeentulon yhteys mielen hyvinvointiin näkyi positiivisen mielenterveyden mittarilla tarkasteltuna. Taloudellisen toimeentulonsa hankalaksi tai erittäin hankalaksi kokevista 42 %:lla positiivinen mielenterveys oli matalalla tasolla, kun vastaavasti toimeentulonsa helpoksi tai hyvin helpoksi kokevien joukossa positiivinen mielenterveys oli matala vain 6 %:lla.

Taloudellinen toimeentulo on selkeästi yhteydessä mahdollisuuksiin elää itselleen merkityksellistä ja mielekästä elämää. Toimeentulonsa hankalaksi tai erittäin hankalaksi kokevien joukosta 34 % koki mahdollisuutensa tavoitella onnellisuutta elämässään huonoiksi (kuva 4), kun vastaava prosenttiosuus toimeentulonsa helpoksi tai hyvin helpoksi kokevien joukossa oli 3 %. Toimeentulonsa hankalaksi tai erittäin hankalaksi kokevien joukosta 37 % koki mahdollisuutensa tyydyttävien sosiaalisten suhteiden solmimiseen huonoiksi, kun vastaava prosenttiosuus toimeentulonsa helpoksi tai hyvin helpoksi kokevien joukossa oli 6 %.



Kuva 4 Millaisena toimeentulonsa hankalaksi tai erittäin hankalaksi kokevat henkilöt kokevat mahdollisuutensa tavoitella onnellisuutta elämässään?

Taloudellinen toimeentulo on yhteydessä myös elintapoihin. Taloudellisen toimeentulonsa hankalaksi tai erittäin hankalaksi kokevien joukossa päivittäinen tupakointi oli selvästi yleisempää, kasvisten syönti selvästi vähäisempää ja liikunnan harrastaminen selvästi vähäisempää.

Ikäryhmäkohtaiset eroavaisuudet elämään tyytyväisyydessä

Kyselyn tulosten perusteella terveysongelmat aiheuttavat eniten työtehon ja työkyvyn heikentymistä nuorimmassa (18–29-vuotiaat) ikäryhmässä, jossa koetaan myös eniten stressiä. Lisäksi tyytyväisyys omaan elämään ja positiivisen mielenterveyden kokemus olivat matalimmillaan samaisessa ikäryhmässä.

Vaikka terveyteen liittyvän elämänlaadun mittareilla iäkkäät (yli 65-vuotiaat) kokivat nuorempia ikäryhmiä yleisemmin kipuja ja vaivoja sekä vaikeuksia liikkumisessa, kokivat iäkkäät kuitenkin selvästi vähemmän ahdistuneisuutta tai masennusta ja he kokivat olevansa tyytyväisempiä elämäänsä kaiken kaikkiaan.

Koko aikuisväestöä sukupuolittain ja ikäryhmittäin tarkasteltaessa kokivat iäkkäät naiset olevansa kaikkein tyytyväisimpiä elämäänsä.

Turvallisuuden tunne ja ihmissuhteet rakentavat hyvän elämän edellytyksiä

Hyvän elämän edellytyksiä tarkasteltaessa nousivat positiivisimpina havaintoina esiin eteläsavolaisten turvallisuuden tunne ja läheiset ihmissuhteet. Väittämän ”koen oloni turvalliseksi, joten väkivallan tai muun rikollisuuden uhka ei vaikuta minuun työssäni eikä vapaa-ajallani” kanssa täysin samaa mieltä koki olevansa 74 % aikuisväestöstä, osittain samaa mieltä 23 % ja eri mieltä 3 %. Väittämän ”minulla on läheisiä (perhettä, ystäviä tai tuttavia), joilta saan tarvittaessa neuvoja ja tukea” kanssa täysin samaa mieltä koki olevansa 68 % aikuisväestöstä, osittain samaa mieltä 28 % ja eri mieltä 4 %.

Lisäksi positiivinen mielenterveys oli koko maan keskiarvoon peilaten Etelä-Savon aikuisväestössä hyvällä tasolla. Terve Suomi –tutkimuksessa koko maan keskiarvo (pistemäärä asteikolla 7–35 p) oli positiivisen mielenterveyden mittarilla mitattuna aikuisväestössä (20 vuotta täyttäneet) 23,5 (THL 2024). Hyvinvointikyselyssä vastaava keskiarvo Etelä-Savon aikuisväestössä (18 vuotta täyttäneet) oli hieman koko maan keskiarvoa korkeampi, 24,0.

Kyselyssä käytetyt vointimittarit

Terveydenlukutaito. HLS-Q12. HLS-Q12 (Short version for HLS-EU, validation -> Finbråten et al. 2018; Zanini et al. 2023).

Toimijuus/toimintamahdollisuudet. Capabilities. Miten tyytyväinen olet tällä hetkellä elämääsi kaiken kaikkiaan? (”Overall life satisfaction”). Mahdollisuudet itsenäiseen ja merkitykselliseen toimintaan (CA Finland).

Elämänlaatu ja hyvän elämän edellytykset. CALY-SWE (Capability-Adjusted Life Years Sweden). ”GODA ÅR” -kysely (CALY-SWE).

Koettu stressi. PSS-10 (perceived stress scale PSS-10, Cohen et al 1983).

Terveyteen liittyvä elämänlaatu. EQ-5D-5L. © EuroQol Research Foundation. EQ-5D™ is a trade mark of the EuroQol Research Foundation. Finland (Finnish) v1.1.

Päivittäinen toiminta- ja työkyky. WPAI (The Work Productivity and Activity Impairment).

Positiivinen mielenterveys. SWEMWBS. Warwick-Edinburgh Mental Wellbeing Scale (WEMWBS) © University of Warwick 2006, all rights reserved.

Lisätietoja:

Jari Hätinen, hankekoordinaattori, Eloisa, jari.hatinen@etelasavonha.fi, 040 1981 036

Anne Tanttu, analyytikko, Eloisa, anne.m.tanttu@etelasavonha.fi, 040 1956 549

Mari Teittinen, tieto- ja kehittämispäällikkö, Eloisa, mari.teittinen@etelasavonha.fi, 044 417 3981