

Ikäihmisten ilmastonmuutokseen sopeutumista tukevat tukevat interventiot

- Ilmastonmuutos vaikuttaa ihmisten elämään ja terveyteen monin tavoin, sillä on vaikutukset ilman ja veden puhtauteen, ruokaan ja asuinympäristön turvallisuuteen
- Ilmastonmuutoksen odotetaan aiheuttavan maailmanlaajuisesti vuosittain noin 250 000 lisäkuolemaa vuosina 2030-2050
- Ikääntyneet ovat erityisen haavoittuva ryhmä ilmastonmuutoksen vaikutuksille
- Ikääntyneiden keho ei pysty kompensoimaan ympäristön vaikutuksia yhtä tehokkaasti kuin nuorempien ja esimerkiksi hellejaksot lisäävät kuolleisuutta
- Ikääntyessä immuunijärjestelmä heikkenee, mikä altistaa vakaville sairauksille, esimerkiksi hyönteisten kautta tai veden välityksellä tarttuvat sairaudet.
- Ikääntymisen lisäksi lääkkeineet saattavat vaikuttaa kehon mahdollisuuksiin sopeutua esimerkiksi kuumuuteen
- Muistisairaiden ihmisten voi olla vaikea käsitellä ilmastonmuutokseen liittyviä ääri-ilmiöitä ja tapahtumia
- Liikkuminen on ikäihmisten kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin keskeinen edistäjä. Ilmastonmuutokseen liittyvät ääri-ilmiöt kuten helle, kylmyys, liukkaus ja runsaslumisuus voivat heikentää ikääntyneiden mahdollisuuksia ulkoiluun ja liikkumiseen.

Kirjallisuuskatsaus

Kirjallisuuskatsaus toteutettiin ylemmän ammattikorkeakoulun opinnäytetyönä (Varis & Palviainen 2024) Joanna Briggs Institute scoping review protokollaa (JBI 2024) noudattaen. Tarkoituksena oli kuvailla ikäihmisten ilmastonmuutokseen sopeutumista tukevia interventioita. Tavoitteena oli tuottaa tietoa ikäihmisten sopeutumista tukevien koulutusinterventioiden kehittämiseen. Tutkimuskysymys: Mitkä interventiot tukevat ikäihmistä ilmastonmuutoksessa? muodostettiin käyttäen PCC-menetelmää (Population, Concept, Context). Aineisto kerättiin PubMed ja Cinahl EBSCO tietokannoista. Mukaan valittiin vuosina 2017-2024 julkaistut helposti saatavilla olleet tieteelliset tutkimusartikkelit (n=15). Aineiston laatu arvioitiin JBI kriteerien mukaisesti. Aineisto analysoitiin teemoittamalla.

Tulokset

Aineiston analyysi tuotti viisi pääteemaa. **Hyvinvointipalveluiden saatavuus ja osaamisvalmiudet tulee varmistaa.** Ammattilaisilla tulee olla riittävästi tietoa ilmastonmuutoksen vaikutuksista, jotta he voivat ennakoida, ohjata ja tukea ikääntyneitä ilmastonmuutoksen vaikutuksiin sopeutumisessa ja varmistaa palveluiden saatavuuden myös ääriolosuhteissa.

Riskien ennaltaehkäisystrategioita ja varoitusjärjestelmiä tulee kehittää. Äärimmäisten sääilmiöiden kuten helteen aiheuttamia terveystarpeita tulee arvioida systemaattisesti ja niihin tulee varautua ennaltaehkäisevillä toimenpiteillä. Esimerkiksi hellejaksoihin voidaan varautua varjoilla, jäähdytysjärjestelmillä ja tehokkaalla kohdennetulla tiedottamisella. Varhaisvaroitusjärjestelmiä tulee kehittää ilmastokatastrofien ja ilmanlaadun heikkenemisen varalle.

Ikääntyneitä tulee suojata vektori- ja vesivälitteisiltä infektioilta. Ikääntyneitä tulee ohjata infektioiden ennaltaehkäisyssä ja esimerkiksi suojaautumisessa punkkeja ja hyttysiä vastaan.

Ikääntyneiden asumisolosuhteisiin ja ympäristöön tulee kiinnittää huomiota. Asunnossa tulee huolehtia riittävästä eristyksestä, ilmanvaihdesta, varjostuksesta ja lämpötilaan vaikuttamismahdollisuuksista. Säätilan vaihtelut altistavat rakennukset kosteusrasituksille, mikä tulee huomioida rakennussuunnittelussa. Ympäristösuunnittelussa tulee huomioida ikäystävällisyys ja vihersuunnittelu. Hyvin suunnitellut luontoalueet sisältävät puita, suihkulähteitä, sosiaalisia alueita ja hyvin suunnitellun hulevesijärjestelmän. Ympäristön tulee tukea ikääntyneisiin kohdistuvien riskien hallintaa ja edistää heidän mahdollisuuksiaan liikkumiseen ja sosiaaliseen kanssakäymiseen kodin ulkopuolella.

Ikäihmisten taloudelliset mahdollisuudet ja sosiaalinen tuki tulee huomioida ilmastonmuutokseen sopeutumisessa. Taloudelliset resurssit ja vähävaraisuus vaikuttavat mahdollisuuksiin suojautua ilmaston ääriolosuhteisiin. Taloudelliset haasteet kuten pienet eläkkeet ja korkeat energiakustannukset vaikuttavat laitehankintoihin ja mahdollisuuksiin käyttää lämmitys- ja jäähdytyslaitteita. Läheisten ja perheen rooli voi olla merkittävä ikääntyneen henkilön tukemisessa emotionaalisesti ja sosiaalisesti, mutta myös muun muassa laitehankintoihin ja riittävän lämmityksen järjestämiseen liittyen. Yhteiskunnan tulisi aktiivisesti pyrkiä torjumaan eriarvoisuutta sekä edistää energiakustannusten hallintaa.

Suosituksset ikääntyneiden ilmastonmuutokseen sopeutumisessa

- Hyvinvointipalveluiden saatavuus tulee varmistaa kaikissa olosuhteissa
- Hyvinvointipalveluiden ammattilaisten ilmastonmuutokseen ja sen terveysvaikutuksiin liittyviä osaamista ja ohjausvalmiuksia tulee lisätä
- Ikääntyneille kohdennettuja ennaltaehkäisystrategioita ja varoitusjärjestelmiä tulee kehittää
- Ikääntyneitä tulee suojata vektori- ja vesivälitteisiltä infektioilta
- Ikääntyneiden terveellisiin asumisolosuhteisiin tulee kiinnittää huomiota ja kodin lämpötilan tulee olla säädettävissä
- Ympäristösuunnittelussa tulee panostaa ikäystävällisiin viheralueisiin
- Yhteiskunnan tulee mahdollistaa turvallinen ja terveellinen asuinympäristö ikääntyneille henkilökohtaisesta varallisuudesta riippumatta

Lähteet

JBI. 2024. <https://jbi.global/scoping-review-network/resources>

Kivimäki M. ym. 2023. Climate change, summer temperature, and heat-related mortality in Finland: Multicohort study with projections

for a sustainable vs fossil-fueled future to 2050. Finnish Meteorological Institute-Publication Archive.

<https://doi.org/10.1289/ehp12080>

UKK Instituutti. 2024. Liikunta ja ikääntyminen. <https://ukkinstituutti.fi/liikkuminen/liikkumisen-vaikutukset/liikunta-ja-ikaantyminen/>

United States Environmental Protection Agency. Climate change and the health of older adults.

<https://www.epa.gov/climateimpacts/climate-change-and-health-older-adults>

Varis K & Palviainen N. 2024. Ikäihmistä tukevat interventiot ilmastonmuutoksessa. Health Care and Social Sciences, Master Thesis. Karelia University of Applied Sciences.

WHO. 2024. Climate change. https://www.who.int/health-topics/climate-change#tab=tab_1

Kirjoittajat

Elina Turunen, TtT, Sh-D, Yliopettaja

Marika Lappalainen, Sh-YAMK, Lehtori

Anne Ryhänen, TtM, ft, Lehtori

Kajaja Saramäki MSc. Lehtori

Liisa Timonen, KT, Kansainvälisten asioiden johtaja

Tuula Kukkonen YTT, Yliopettaja

Karelia ammattikorkeakoulu

Climate Change and Healthy Ageing: co-creating E-learning for resilience and adaptation. Erasmus + project 2023-2026.



CHAnGE

[chAnGE](#) | [chAnGE Youtube](#)



Co-funded by
the European Union



U LISBDA



ΕΞΕΛΙΞΗ



ORPEA



HELLENIC REPUBLIC
National and Kapodistrian
University of Athens

KÄRNTEN



RIVERIA

KABEG

