

## Lausunto

23.10.2013

Opetus- ja kulttuuriministeriö  
Lukiokoulutuksen yleisiä valtakunnallisia tavoitteita  
ja tuntijakoa valmisteleva työryhmä

**Asia: Lausunto lukio-opetuksen tuntijaon uudistamiseen terveystiedon opetuksen osalta**

**Allekirjoittaneet kansanterveyden ja terveyden edistämisen asiantuntijat esittävät, että lukio-opetuksessa terveystiedon opetuksen tuntimäärä säilyy vähintään nykyisellään.**

Oppiaineena terveystieto on monitieteellinen. Opetettavia terveysteemoja lähestytään tiedollisen aineksen osalta monesta eri näkökulmasta – niin lääketieteen ja terveystieteiden kuin myös yhteiskunta- ja käyttäytymistieteiden kannalta.

Lukion terveystieto antaa valmiuksia tarkastella terveyttä ja sairautta sekä terveyden edistämistä, sairauksien ehkäisyä ja hoitoa yksilön, perheen, yhteisön ja yhteiskunnan näkökulmasta. Terveystiedon avulla voidaan vaikuttaa myös luokan sekä koko koulun hyvinvointiin ja kouluviihtyvyyteen. Lukiolaisen saama tieto leviää myös hänen lähipiirinsä tavalla, johon organisoitu terveystiedon opetus ei yllä.

Tietojen saamisen lisäksi terveystiedon käytännönläheisessä opetuksessa nuoren on mahdollista tarkastella suhtautumistaan terveelliseen ruokavalioon, liikuntaan ja päihteiden käyttöön. Opetuksen kautta nuoret oppivat terveystieteen ja hyvinvointiosaamisen taitoja ja heidän terveydenlukutaitonsa kehittyy. Esimerkiksi terveystiedon opetuksen myötä aikaansaattava mediakriittisyys on tärkeä kansalaistaito, joka auttaa nuorta hahmottamaan hänen elämänsä vaikuttavia asioita. Myös eettiset näkökulmat sisältyvät kaikkiin terveystiedon oppisisältöihin oleellisena osana.

Kokemuksellisen oppimisen kautta nuori voi motivoitua tekemään myönteisiä muutoksia terveystieteen käyttäytymiseensä, joka taas vaikuttaa suotuisasti psyykkisen terveyden lisääntymiseen. Terveystiedon opetuksessa käsitellään myös vuorovaikutustaitoja sekä osallisuutta lähiyhteisöihin ja yhteiskuntaan. Vuorovaikutustaidot yhdistettynä hyvään päihdekasvatukseen ja nuoren omanarvontunnon vahvistamiseen toimivat osaltaan syrjäytymistä ehkäisevänä elementtinä. Lisäksi opetuksen tavoitteena on ja tulee olla, että opiskelijat oppivat pitämään huolta omasta opiskelutyydytyksestään jo lukioaikana, mikä valmentaa heitä myöhempää opiskelu- ja työelämää varten.

Vaikka merkittävä osa lukiolaisista voi hyvin, meillä on joukko nuoria, joiden terveystieteen käyttäytymisessä on isoja haasteita mm. alkoholin, tupakan ja huumeiden käytön suhteen. Kouluterveyskyselyn (2013) mukaan lukiolaisista noin 16 % kokee terveydentilansa keskimääräiseksi tai huonoksi ja päivittäin kokee vähintään kaksi huonon

olon oiretta 21 % lukiolaistytöistä, 14 % pojista. Myös jatkuvasti lisääntyvä ylipaino sekä kuntotekijöiden huonontuminen vaativat ravinto- ja liikuntatietouden lisäämistä.

Kansaneläkelaitos korvasi 16 - 29 -vuotiaille vuonna 2008 yli 400 000 sairauspäivää. Määrä on 44 % suurempi kuin viisi vuotta aikaisemmin (Raitasalo 2009). Mielenterveyden ja käyttäytymisen häiriöt ovat työkyvyttömyyseläkkeiden suurin syy Suomessa (Kelasto 2011) ja lukiolaisistakin Kouluterveyskyselyn mukaan ammattiapua mäsennukseen oli hakenut vuonna 2004/2005 13 %, vuonna 2013 jo 18 %. Mielenterveyttä uhkaavat monet asiat, muiden muassa kouluaikaisilla kiusaamiskokemuksilla on kauaskantoisia vaikutuksia. Lisäksi 47 % lukiolaisista on esimerkiksi kokenut seksuaalista häirintää joskus tai toistuvasti (47 %), seksuaalista väkivaltaa joskus tai toistuvasti 14 %. Mielenterveyden edistäminen ja tukeminen sekä syrjäytymisen ehkäisy ovat yhteiskunnassamme ensiarvoisen tärkeää ja näitäkin aiheita käsitellään laajasti terveystiedon opetuksessa.

Terveystiedon liittyviin asioihin vaikuttavat monet asiat nuoren ympäristössä ja yhteiskunnallisessa kehityksessä. Terveystiedon opetuksen katsotaan olevan yhteydessä nuorten käyttäytymisen myönteiseen kehitykseen esimerkiksi teiniaborttien määrän vähentymisessä, lisääntyneessä ehkäisyn käytössä sekä yhdyntöjen aloitusten myöhentymisessä. Järjestelmällisen ja tavoitteellisen terveystiedon opetuksen ehkäisevä merkitys on suuri ja mm. päihdekokeiluja saadaan siirrettyä ja sitä kautta ongelmia vähennettyä. Kouluterveyskyselyssä 2005 kaikista lukiolaisista 29 % oli ollut tosi humalassa vähintään kerran kuukaudessa, vuonna 2013 tämä nuorten joukko oli vähentynyt 20 prosenttiin. Samana ajanjaksona tupakointi on vähentynyt 15 %:sta 8 %:iin, vaikkakin nuuskaaminen taas on lisääntynyt.

Hyvinvointiyhteiskuntamme ylläpitäminen nykytasolla edellyttää työurien pidentämistä ja eläkkeelle siirtymisen myöhentämistä. Tämä toteutuu varmimmin, jos työntekijän terveys, työkyky ja motivaatio säilyvät hyvinä. Terveystiedon opetus antaa nykyisellään lukiolaisnuorille tiedot, taidot, valmiuden ja motivaation ylläpitää ja edistää omaa terveystietoaan, työkykyään ja hyvinvointiaan hyvinvointiyhteiskuntatavoitteen toteuttamiseksi.

Lääkepolitiikka 2020 -asiakirjan mukaan on esitetty yhtenä toimenpiteenä lisätä kuluttajien ja potilaiden kriittistä terveystiedon lukutaitoa. Terveystieto oppiaineena vastaa tähän haasteeseen. Selvitysten mukaan (Kannas 2009) lukiolaiset kokevat terveystiedon tärkeänä ja läheisenä oppiaineena, jonka puitteissa on mahdollista tarkastella terveyteen liittyviä asioita oman itsen, ympäröivän kulttuurin ja yhteiskunnan sekä globaaleista näkökulmista. Terveystiedon reaalikoe on myös erittäin suosittu kirjoitettava oppiaine. Terveysala onkin yksi suurimmista jatkokoulutusaloista.

Sosiaali- ja terveysministeriön Toimiva terveyskeskus -ohjelman tärkeimpiä toimenpiteitä on terveyshyötymallin kansallinen käyttöönotto. Tämän mallin keskeinen osa on ihminen itse oman terveytensä tärkeimpänä toimijana. Terveystiedon tuntimäärän vähentäminen tulisi vaarantamaan terveyshyötymallin juurruttamisen. Saman tiedon ja oivalluksen välittäminen myöhemmässä elämän vaiheessa tulee olemaan kustannuksiltaan moninkertaista.

Helsingissä 23.10.2013

Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry  
Kristiina Hannula  
johtaja

A-klinikkasäätiö  
Olavi Kaukonen  
toimitusjohtaja

Barnavårdsföreningen  
Pia Sundell  
verksamhetsledare

Ensi- ja turvakotien liitto ry  
Ritva Karinsalo  
toimitusjohtaja

Folkhälsans förbund rf  
Viveca Hagmark  
johtaja

Iholiitto ry  
Sirpa Pajunen  
toiminnanjohtaja

Koulutus Elämään Säätiö  
Sami Teikko  
toiminnanjohtaja

Lääkärit tupakkaa vastaan verkosto  
Olli Simonen  
puheenjohtaja

Mielenterveyden keskusliitto  
Olavi Sydänmaanlakka  
toiminnanjohtaja

Music Against Drugs ry  
Sampo-Ilmari Tuhkalehto  
toiminnanjohtaja

Pohjois-Karjalan kansanterveys ry  
Vesa Korpelainen  
toiminnanjohtaja

Aivoliitto ry  
Tiina Viljanen  
toiminnanjohtaja

Allergia- ja Astmaliitto ry  
Ilkka Repo  
toimitusjohtaja

Elämäni sankari ry  
Henrik Norrena  
toiminnanjohtaja

Erytishuoltojärjestöjen liitto EHJÄ ry  
Kai Laitinen  
toiminnanjohtaja

Helsingin kouluraittiusepiiri ry  
Riitta Haapala  
varapuheenjohtaja

Irti Huumeista ry  
Kimmo Sainio  
toiminnanjohtaja

Kriminaalihuollon tukisäätiö  
Jukka Mäki  
toiminnanjohtaja

Mannerheimin Lastensuojeluliitto ry  
Mirjam Kalland  
pääsihteeri

Munuais- ja maksaliitto  
Sari Högström  
toiminnanjohtaja

Nykterhetsförbundet Hälsa och Trafik  
Joonas Turtonen  
verksamhetsledare

Raittiuden Ystävät ry  
Marko Kailasmaa  
toiminnanjohtaja

Sininauhaliitto ja Sininauhasäätiö  
Aarne Kiviniemi  
johtaja

SOSTE Suomen sosiaali ja terveys ry  
Vertti Kiukas  
pääsihteeri

Sovatek-säätiö  
Jussi Suojasalmi  
toimitusjohtaja

Suomen ASH ry  
Mervi Hara  
toiminnanjohtaja

Suomen Diabetesliitto ry  
Jorma Huttunen  
toimitusjohtaja

Suomen koulu- ja opiskeluterveyden  
yhdistys Skooppi ry  
Kristina Kunttu  
puheenjohtaja

Suomen Lääkäriliitto  
Heikki Pälve  
toiminnanjohtaja

Suomen Mielenterveysseura  
Marita Ruohonen  
toiminnanjohtaja

Suomen Osteoporoosiyhdistys  
Olli Simonen  
puheenjohtaja

Suomen Sydänliitto ry  
Tor Jungman  
pääsihteeri

Suomen Syöpäyhdistys ry  
Sakari Karjalainen  
pääsihteeri

Suomen Terveystenhoitajaliitto ry  
Leila Lehtomäki  
puheenjohtaja

Työterveyslaitos  
Harri Vainio  
pääjohtaja

Väestöliitto ry  
Helena Hiila O'Brien  
toimitusjohtaja

YAD Youth Against Drugs ry  
Janne Paananen  
vs. toiminnanjohtaja

Matti Rautalahti  
pääsihteeri  
Suomalainen Lääkäriseura Duodecim

Antti Uutela  
tutkimusprofessori  
Terveiden ja hyvinvoinnin laitos