

Aivoterveysten panostaminen on välttämätöntä

Aivoterveys on keskeinen osa ihmisen toimintakykyä, hyvinvointia ja osallisuutta. Aivojen sairaudet ja vammat vaikuttavat laajasti yksilön toimintakykyyn, läheisiin ja koko yhteiskuntaan.

Suomessa yli 60 000 henkilöä saa vuosittain aivovamman tai aivoverenkiertohäiriön, ja jälkitilan oireiden kanssa elää noin 200 000 henkilöä. Kun mukaan lasketaan läheiset, äkillinen aivovaurio koskettaa yli miljoonaa suomalaista.

Aivosairauksien ja aivovammojen kustannukset yhteiskunnalle ovat merkittävät, noin 2 miljardia euroa vuodessa. Kustannuksia syntyy muun muassa akuuttihoitosta, kuntoutuksesta, pitkäaikaishoidosta sekä menetetyistä työpanoksista.

Suurin osa aivoverenkiertohäiriöistä olisi ennaltaehkäistävissä. Keskeisiä riskitekijöitä ovat erityisesti kohonnut verenpaine, tupakointi ja eteisvärinä, mutta myös esimerkiksi diabetes, korkea kolesteroli ja liikkumattomuus lisäävät riskiä. Alkoholin käytön vähentäminen ehkäisee tapaturmia, mikä puolestaan vähentää aivovammoja.

Ennaltaehkäisy edellyttää yhteiskunnalta systemaattisia ja konkreettisia toimia. Tarvitsemme tehokkaampaa terveyden ja hyvinvoinnin edistämistä, kuten kansallisia kampanjoita aivoterveysten merkityksestä, elintapaohjausta perusterveydenhuoltoon sekä matalan kynnyksen palveluita elintapamuutosten tueksi. Tietoisuutta on lisättävä esimerkiksi viestimällä aivoverenkiertohäiriöiden oireista ja kannustamalla oireiden iskiessä soittamaan viipymättä yleiseen hätänumeroon 112.

Riskitekijöiden varhainen tunnistaminen ja hoito ovat ratkaisevia. Tämä tarkoittaa esimerkiksi sitä, että korkea/kohonnut verenpaine, korkea kolesteroli ja sydämen rytmihäiriöt tunnistetaan ajoissa. Yhdenvertaisuuden varmistamiseksi kaikille tulisi taata säännölliset ja saavutettavat terveystarkastukset riippumatta asuinpaikasta, työtilanteesta tai sosioekonomisesta asemasta. Digitaalisia ratkaisuja ja liikkuvia palveluja voidaan hyödyntää tavoittamaan myös ne, jotka jäävät helposti lähipalvelujen ulkopuolelle.

Aivoterveysten panostaminen on vaikuttava ja kustannustehokas investointi.

Ennaltaehkäisyyn panostamalla voidaan vähentää sairastavuutta, inhimillistä kärsimystä ja yhteiskunnalle koituvia kustannuksia.

Samanaikaisesti on huolehdittava heistä, joita aivovaurio on jo koskettanut.

Laadukas hoito, kuntoutus ja tuki ovat välttämättömiä, jotta sairastuneet ja vammautuneet ihmiset voivat saavuttaa mahdollisimman hyvän toimintakyvyn ja elämänlaadun. Tämä edellyttää yhdenvertaista ja oikea-aikaista pääsyä hoitoon ja kuntoutukseen sekä riittäviä tukipalveluja myös läheisille.

Aivoterveys koskee meitä kaikkia. Panostukset siihen vahvistavat yksilöiden hyvinvointia, työkykyä ja koko yhteiskunnan kestävyttä.