

Suomessa asuvien mielenterveys on heikentynyt vielä koronapandemian jälkeenkin **JULKIVAPAA 3.4. klo 6**

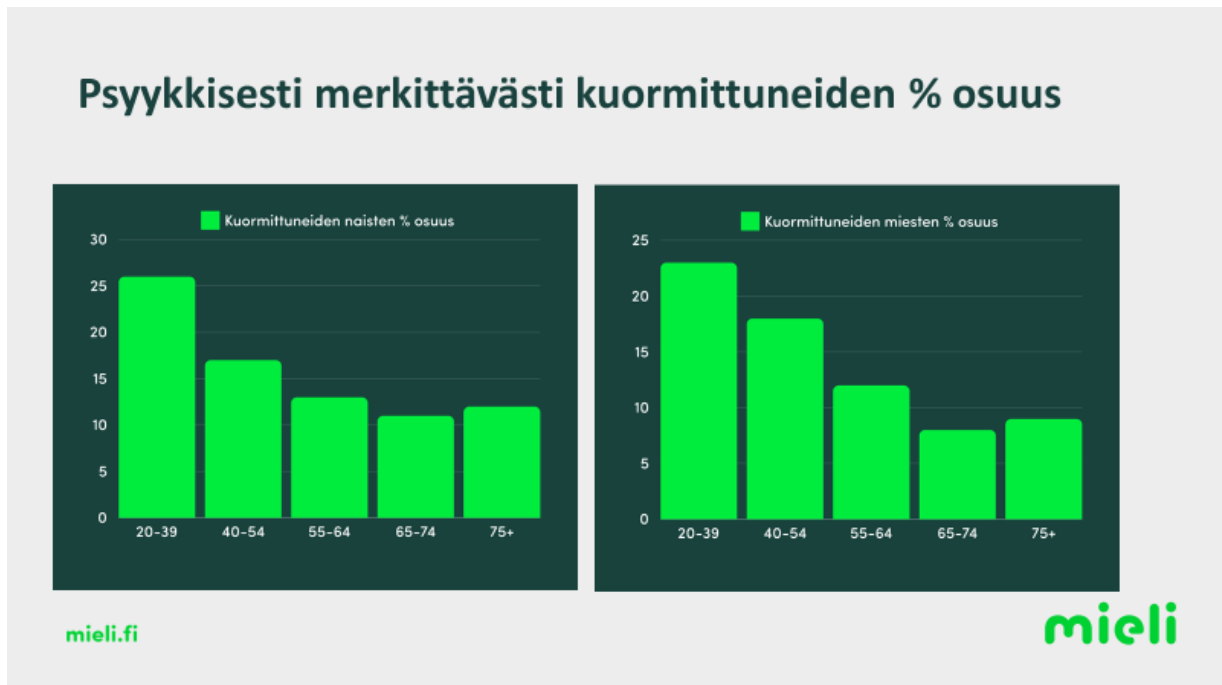
Viidesosalla suomalaisista työkäisistä on merkittävää psyykkistä kuormittuneisuutta. Kaikkein kuormittuneimpia ovat 20–39-vuotiaat. Lisäksi väestön stressitaso on nousussa kaikissa ikäryhmissä. Heikentynyt mielenterveystilanne näkyy MIELI ry:n kriisiauttamisessa.

Suomalaisten kuormittuneisuus ja stressitasot ovat nousussa. Naiset kokevat enemmän stressiä kaikissa ikäluokissa. Ja vaikka miesten itsemurhat ovat vähentyneet, nuorten naisten itsemurhakuolleisuus on kasvanut.

Väestön kuormittuneisuus ja stressi näkyvät **MIELI ry:n Kriisitoiminnoissa**. Viime vuonna **MIELI ry:n Kriisitoiminnoissa ja Sekasin-chatissa autettiin yhteensä 175 000 kertaa puhelimitse, kasvokkain ja verkossa**. Pelkästään Kriisipuhelimeen otettiin yhteyttä 416 000 kertaa.

”MIELI ry:n tarjoamalle kriisiavulle ja mielenterveyttä vahvistavalle työlle on tässä ajassa todella suuri tarve. Mielenterveys on voimavara, joka auttaa jaksamaan ja suojaa elämäntilanteissa. On myös tärkeää, että vaikeaan elämäntilanteeseen ja pahaan oloon on matalalla kynnyksellä tukea ja apua tarjolla. Tällä ehkäistään mielenterveyden ongelmia ja sitä, että vaikeudet eivät pääsisi kasautumaan, **MIELI ry:n toiminnanjohtaja Sari Aalto-Matturi tiivistää**.

Koronapandemian jälkeistä hoitovelkaa terveydenhuollossa puretaan yhä. Esimerkiksi noin 1500 ihmistä on tälläkin hetkellä aikuispsykiatrian jonossa yli lain määräämän kuuden kuukauden odotusajan. Panostus¹ mielenterveyden hoitoon on vain kymmenesosa mielenterveyden häiriöiden aiheuttamista kustannuksista².



Lähde: THL, Terve Suomi –tutkimus 2022-23

Panostukset mielenterveyden hoitoon vs. mielenterveyden häiriöiden aiheuttamat kustannukset

Hyvinvointialueiden panostukset mielenterveyden hoitoon, noin 1 miljardi



Häiriöiden aiheuttamat kustannukset hyvinvointialueille, noin 11 miljardia



mieli.fi Lähde: THL 2022. OECD/EU (2018) Health at a Glance: Europe 2018

mieli

1. Panostuksiin sisältyy mielenterveyden hoidon panostukset sekä perusterveydenhuollossa että erikoissairaanhoidossa kaiken ikäisille. Tähän sisältyy vain terveydenhoito, ei siis esimerkiksi sosiaalihuoltoa.
2. Kustannuksiin lasketaan sosiaali- ja terveyspalvelut, sosiaalietuudet (sairauslomata ja työkyvyttömyyseläkkeet) ja työelämämenetykset.

Lohdulle on tilausta

Apua ja tukea MIELI ry:n kriisiavusta haetaan eniten omissa tai läheisten elämän kriiseissä. Yhteydenottojen syissä toistuvat vuosittain eniten ahdistuneisuus, sairaudet, ihmissuhdeongelmat ja läheisen kuolema. Sodan, ympäristökriisin ja talousvaikeudet vaikuttavat taustalla. Ne lisäävät pahan olon tunnetta, mutta ovat vain harvoin yhteydenottojen varsinainen syy.

Kun jotain yllättävää ja ikävää tapahtuu elämässä, lohduksi kaivataan eniten läsnä olevaa keskusteluseuraa, kuuntelevaa korvaa ja käytännön apua.

3.4.2024 käynnistyy MIELI ry:n Mielinauha-kampanja, jolla kerätään 3.4.–30.6. varoja mielenterveyden edistämiseen ja kriisityöhön Suomessa.

MIELI ry tarjoaa matalan kynnyksen tukea ja apua vaikeissa elämäntilanteissa puhelimesta, kasvokkain ja verkossa. Kriisipuhelin päivystää suomenkielisellä linjalla 24 tuntia vuoden jokaisena päivänä. MIELI ry tekee myös edistävää mielenterveystyötä, jotta yhä useampi osaisi vahvistaa omaa ja läheisten mielenterveyttä. Vahva mielenterveys suojaa vaikeassa elämäntilanteessa ja helpottaa kriisistä selviytymistä

Tiedotteessa on käytetty lähteinä VNK:n Kansalaispulssia, Terve Suomi -tutkimusta 2022–2023, Tilastokeskuksen kuolinsyytilastoa 2023 sekä MIELI ry:n kriisiauttamisen tilastoja ja sosiaalisessa mediassa tehtyä kyselyä 2/2024.

Liitteenä MIELI Suomen mielenterveys ry:n johtavan asiantuntijan Kristian Wahlbeckin diasarja Mielenterveydestä ja mielenterveyspalveluista Suomessa.