

Kempeleen kunta/Valtuustoaloite

Vaihdevuosisoireiden tutkimus ja hoito - lisäsesitys työterveyshuollon toimintasuunnitelmaan

Vaihdevuosilla tarkoitetaan yleisesti hormonaalisia ikään kiinnittyviä muutoksia, joilla on näkyviä ja tuntuja vaikutuksia ihmisten elämään. Naisilla vaihdevuodet liittyvät estrogeenin tuotannon heikkenemiseen ja päättymiseen. Vaihdevuodet alkavat suomalaisnaisilla yleensä 45-55 vuoden iässä, mutta yksilöllinen vaihtelu on suurta. (Käypä hoito 2025.) Vaihdevuosi-ikäisistä naisista 70–80 % kokee vähenevästä estrogeenipitoisuudesta johtuvia vaihdevuosisoireita, kuten esimerkiksi kuumia aaltoja ja hikoilukohtauksia, unihäiriöitä, mielialan muutoksia, nivelkipuja ja limakalvojen kuivuutta.

Vaihdevuosisoireet ovat hoitamattomana yhteydessä heikentyneeseen työkykyyn ja työtyytymättömyyteen, ja ne voivat lisätä sairauspoissaoloriskiä ja aiheuttaa kustannuksia. Käypähoitosivuston lähteiden mukaan yli kolme neljäsosaa vaihdevuosisoireisista naisista kokee vaikeuksia työn vaatimuksista selviämisessä. Vaikeista vaihdevuosisoireista kärsivillä naisilla on yli 8-kertainen työkyvyn heikkenemisen riski. Tuki- ja liikuntaelinvaikeuksissa voi olla taustalla vaihdevuosiin liittyvää oiretta ja myös työuupumuksen taustalla voi olla vaihdevuosisoireilu. (Käypä hoito 2025.)

Työnantaja voi parhaiten tukea vaihdevuosissa olevia työntekijöitä huomioimalla yleisesti työntekijöiden terveyden ja hyvinvoinnin monimuotoisuuden, tukemalla liikuntaa ja fyysistä toimintakykyä, lisäämällä johtamisen näkökulmasta tietoisuutta sekä antamalla mahdollisuuden työn muokkaamiseen. Systeminen hormonihoito on tehokkain vaihdevuosisoireiden hoito. (Käypä hoito 2025.)

Kempeleen kunta on merkittävä työnantaja työllistäessään noin 1000 työntekijää, joiden keski-ikä on ollut 43,7 vuotta vuonna 2024. Yleisimmät sairauspoissaolot Kempeleen kunnan henkilöstöllä johtuvat tuki- ja liikuntaelinten sairauksista, mielenterveyden ja käyttäytymisen häiriöistä sekä hengityselinten sairauksista. Tällä hetkellä kunnan työterveyshuollon toimintasuunnitelmaan ei sisälly mahdollisuutta vaihdevuosisoireiden käypähoitosuosituksen mukaiseen hoitoon.

Valtuustoaloitteenamme esitämme, että Kempeleen kunnassa tehdään lisäys työterveyshuollon toimintasuunnitelmaan käypähoitosuosituksen mukaisesta vaihdevuosisoireiden tutkimuksesta ja hoidosta (ei sis. gynekologista tutkimusta). Lisäksi esitämme, että esihenkilöiden ja johtajien tietämystä vaihdevuosisoireiden vaikutuksista työntekijän työkykyyn ja elämään lisätään esimerkiksi koulutuksen tai valmennuksen avulla. Valtuustoaloitteen


tavoitteena on ehkäistä ja vähentää sairauspoissaoloja sekä lisätä myönteistä työnantajakuva.

Kempeleessä 23.3.2026


Sanna Laine



Tommi Toivomäki



Jukka

Sari Janatuinen
Sari Janatuinen

Mai Rulla



Keijo Alahuttala

Jari Haas







Minna Huusari




Antti Oivi

Ratko Sini-antto


Johanna Saukilahti


Laura Kämäräinen

Ayi


Piigo Heikkinen

Lähde: Käypä hoito (2025), <https://www.kaypahoito.fi/kht00152>