



Kansallinen aivoterveysohjelma

KOHDERYHMÄT



Lapset ja nuoret



Työkäiset



Ikääntyvät

INHIMILLISESTI KESTÄVÄ, AIVOTERVEYTTÄ TUKEVA YHTEISKUNTA

Tiivistelmä

Aivoliitto ry käynnisti kansallisen aivoterveysohjelman valmistelun lokakuussa 2021. Ohjelman valmistelussa painotettiin kolmea tekijää: vaikuttavuusperusteisuutta eli mitattavien tavoitteiden asettamista, suojaavien tekijöiden näkökulmaa ja yhteiskehittämisen hyödyntämistä ohjelman tavoitteiden määrittelyssä. Meneillään olevat aivoterveysten edistämistä sivuavat ohjelmat ja strategiat selvitettiin päällekkäisyyden välttämiseksi. Lisäksi tehtiin erilaisia tiedonhakuja ja tilattiin E2 Tutkimukselta tutkimustietoon perustuva selvitys: Mikä edistää aivoterveyttä?

Suojaavien tekijöiden korostaminen, ennakoiva lähestymistapa ja vaikuttavuusperusteisuus tekevät ohjelmasta aivoterveysten osalta ainutlaatuisen koko maailman mittakaavassa.

Kevään ja alkusyksyn 2022 aikana ohjelman tavoitteita kokoontui työstämään yhteensä noin 50 eri tieteenaloja edustavaa asiantuntijaa Aivoliiton sekä sen koordinaatiokumppaneiden johtamana. Aivoterveyttä tarkasteltiin suojaavien tekijöiden näkökulmasta kolmessa eri ikäkausiasiantuntijaryhmässä (lapset ja nuoret, työkäiset sekä ikääntyvät). Jokainen ryhmä kokoontui kolme kertaa. Aluksi kukin asiantuntijaryhmä määritteli, mitä aivoterveys on ja seuraavaksi mikä on ohjelman pitkän aikavälin yhteiskunnallinen vaikuttavuustavoite. Lopuksi määriteltiin tässä ohjelmassa priorisoidut aivoelinjärjestelmään liittyvät vaikutustavoitteet, joiden saavuttamisen myötä yhteiskunnallinen vaikuttavuustavoite on mahdollista saavuttaa. Ikäkausityöskentelyn jälkeen osa asiantuntijoista muodosti kokoavan, ns. neljännen asiantuntijaryhmän.

KANSALLINEN AIVOTERVEYS- OHJELMA 2030



INHIMILLISESTI KESTÄVÄ, AIVOTERVEYTTÄ TUKEVA YHTEISKUNTA

Kansallinen aivoterveysohjelma

VAIKUTTAVUUSPERUSTEINEN



Ennakoiva
korostaa suojaavia tekijöitä



Mukana valmistelussa monia eri tieteenaloja edustanut asiantuntijaryhmä

Kokoavan työryhmän työskentelyn ja kahden kaikille asiantuntijoille avoimen työseminaarin pohjalta täsmentyi ohjelman pitkän aikavälin yhteiskunnallinen vaikuttavuustavoite eli **Inhimillisesti kestävä, aivoterveyttä tukeva yhteiskunta** sekä sen saavuttamista edellyttävät, painotetusti aivoterveysteen liittyvät vaikutustavoitteet:

- **Aivoterveys- ja aivosairausymmärrys sekä aivojen hyvinvoinnin arvostus on vahvistunut**
- **Aivoergonomia on huomioitu toimintaympäristöissä**
- **Jokaisella on mahdollisuus virkistävään ja palauttavaan uneen**
- **Kuulumisen tunne on vahvistunut — kaikki kansalaiset ovat kansalaisia**

Näiden neljän vaikutustavoitteen lisäksi erityistä huomiota kiinnitetään riittävään fyysiseen aktiivisuuteen, terveelliseen ravitsemukseen ja päihteyttömyyteen, jotka ovat myös aivoterveysteen perustekijöitä.

Kaikkia näitä tavoitteita tarkastellaan kunkin ikäryhmän näkökulmasta ja eri ikäryhmien toimintaympäristöistä käsin. Kolme ikäkausiensa mukaista asiantuntijaryhmää määritteli vielä syksyllä 2022 asetettujen tavoitteiden edellytyksiä, jotka osaltaan suuntaavat käytännön toimintaa. Näin ollen tavoitteiden saavuttamisen edellytykset ja painotukset sekä jatkossa käytännön toiminta ovat ainakin osittain ikäryhmäkohtaisia.

Loppuvuodesta 2022 työryhmä, johon kuuluu Aivoliiton ja osittain uusien koordinaatiokumppaneiden edustajat, on aloittanut toimeenpanosuunnitelman työstämisen ja sen käytäntöön viemisen suunnittelun. Ohjelman toimeenpanokausi on vuosina 2023–2029.

Tavoiteasetannan koordinaatiokumppanit:

Itla - Itsenäisyyden juhluvuoden lastensäätiö
Kestävä aivoterveys -hanke, Tampereen korkeakouluyhteisö
Gerontologian tutkimuskeskus GEREK

Toimeenpanosuunnitelman työstämisen koordinaatiokumppanit:

Lastensuojelun Keskusliitto
Työterveyslaitos
Kestävä aivoterveys -hanke, Tampereen korkeakouluyhteisö
Ikäinstituutti
Folkhälsan