

Aloite mielenterveystarkastuksien toteuttamisesta Länsi-Uudenmaan hyvinvointialueella

THL:n ja eri tutkimuksien mukaan nuorista 20–25 prosenttia kärsii jostain mielenterveyden häiriöstä, ja mielenterveys on suurin syy nuorten alle 30–vuotiaiden työntekijöiden aikaisille työkyvyttömyyseläkkeille. Meillä on nykyään käsissämme mielenterveyden kriisi, jonka korjaamiseksi tarvitsemme uusia rohkeita toimintatapoja. Palvelut ovat jääneet pahasti jälkeen nousseen palvelutarpeen rinnalla ja ongelmat pääsevät pahentumaan peruuttamattoman pahoiksi. Menetämme jatkuvasti nuoria, jotka ovat kiistattoman tärkeitä niin monille yhteisöille kuin koko suomalaiselle yhteiskunnalle. Meillä ei ole varaa menettää enää yhtään nuorta.

Mielenterveystarkastukset toimisivat periaatteessa samalla tavoin kuin muutkin kouluterveydentarkastukset, mutta mielenterveyden osalta. Mielenterveydentarkastuksessa nuori kohtaisi koulussa työskentelevän mielenterveyden ammattilaisen, kuten esimerkiksi psykologin, kuraattorin tai psykososiaalisen sairaanhoitajan, jonka kanssa hän pääsee keskustelemaan niin psykologisesta kuin sosiaalisesta terveydestään.

Tavallisten kouluterveydentarkastuksien yhteydessä käydyt keskustelut mielenterveydestä käsittelevät mielen hyvinvointia hyvin pintapuolisesti. Usein mielenterveyttä käsitellään vain esimerkiksi täytettävän lomakkeen avulla, jonka tulokset eivät välttämättä kerro lasten tai nuoren mielenterveyden tilasta mitään. Lomakkeen tuloksia ei voida yleistää kertomaan jokaisen mielenterveydestä, sillä vastausvaihtoehdot kertovat lähinnä ääriolotapauksien tilasta, eikä usein nuoret vastaa niihin totuudenmukaisesti.

Mielenterveystarkastukset antaisivat nuorille toimintatapoja, joilla voidaan vahvistaa omaa mielenterveyttä. Meidän hyvinvointialueen nuorista yli joka kolmas ovat olleet huolissaan viimeisen 12 kuukauden sisällä omasta mielen hyvinvoinnistaan.

Mielenterveydentarkastukset myös varmistavat, että kaikki nuoret pääsevät ja ohjautuvat avun piiriin, sillä lähes joka viidennes nuori LUVN:n hyvinvointialueella ei ollut saanut koulun sisältä apua, vaikka olisi sitä tarvinnut. Ja lähes joka toinen nuori, joka olisi tarvinnut koulupsykologin apua, ei ole pääsyt palvelun äärelle. Kouluterveydenhuollon ulkopuolisilta palveluilta tukea tarvitsevista nuorista yli joka neljäs ei ole saanut apua.

Mielenterveystarkastukset toisivat henkisen terveyden fyysisen terveyden kanssa samalle tasolle. Kun palvelua käytetään varhaisesta iästä ja näille palveluille saadaan kasvat, on näiden palveluiden luo myös matalampi kynnys palata hädän iskiessä. Kun palveluilla on matala kynnys ja nuorten mielenterveyttä tarkastellaan niin hyvinvointialueen toimesta kuin nuoren kanssa yhdessä säännöllisesti ja varhaisesta vaiheesta asti, saamme pelastettua useita nuoria. Tarkastukset ehkäisisivät niin olemassa olevien ongelmien pahentumista, nousevia ongelmia ja pystyisivät mahdollisesti jopa estämään tulevaisuuden vielä näkymättömissä olevia ongelmia.

Mielenterveyden ennaltaehkäisevät palvelut ovat myös taloudellisesti kannattavia. Esimerkiksi THL raporttien mukaan varhainen puuttuminen mielenterveysongelmiin voi vähentää erikoissairaanhoidon tarvetta jopa 30%, ja yksi säästetty vuosi työkyvyttömyyseläkkeessä voi tuoda yhteiskunnalle keskimäärin 35 000 euron säästöt per

nuori. Myös yksi euro, jotta käytetään masennuksen tai ahdistuksen hoitoon palautuu 3,3–5,7-kertaisena vuonna 2018 valtioneuvoston teettämän selvityksen mukaan.

Vaikka mielenterveys on noussut julkiseen keskusteluun ja keskusteleviin pöytiin, on mielen mustuminen ja henkiset ongelmat edelleen tabu tämän päivän yhteiskunnassa. Ennaltaehkäisevät palvelut, kuten tämä voivat ehkäistä Vantaan kouluampumisen kaltaisia traagisia tapahtumia.

Jokainen nuori käy terveystarkastuksissa ja tarkastelee pääosin fyysisistä terveystarkastuksissa säännöllisin väliajoin ja tunnilta on helppo ilmoittaa lähtevänsä terveydenhoitajalle: kaikkihan siellä käy. Mielenterveystarkastukset normalisoisivat mielenterveyspalveluiden käyttämistä ja psykologille, kuraattorille tai muulle ammattilaiselle juttelemaan menemistä: kaikkihan siellä kävisivät!

Nuorten hätähuudot ovat olleet ilmassa jo vuosia ja koettu koronakriisi, paheneva ilmastokriisi sekä entistä sotaisampi nykyisyys vain syventävät nuorten kovaa ahdinkoa. Jotta meidän hyvinvointialueella on vielä tulevaisuudessakin hyvinvoivia ja työssäkäyviä aikuisia, koulusta valmistuvia ja aktiivisia nuoria sekä ylipäätään toimiva yhteiskunta, ei näiden tulevaisuuden aikuisten voida antaa tippua yhteiskunnasta nyt. Mielenterveyskriisi vaatii konkreettisia toimia ja uusia rakenteita tukemaan tulevaisuuden yhteiskuntaa ja hädässä olevia nuoria, ja mielenterveystarkastukset ovat juuri tätä. Tämänkaltaiset ennaltaehkäisevät toimet tulevat myös hyvinvointialueella taloudellisesti kustannustehokkaammaksi kuin kalliit erikoissairaanhoidon palvelut ja pitkät terapiajaksot.

LUVN:n hyvinvointialueen nuorisovaltuusto vaatii, että hyvinvointialueella toteutetaan vuosina 2026-2030 mielenterveystarkastuksien kokeilu laajojen terveystarkastuksien vuosina, eli 5. ja 8. vuosiluokilla sekä toisen asteen 1. vuosiluokalla ja asiaan budjetoidaan tarvittavat määrärahat hyvinvointialueen talousarvioon. Kokeilun aikana tehtyjen tarkastuksien vaikutuksia nuorten hyvinvointi- ja mielenterveyskehitykseen tarkastellaan jatkuvasti ja tarkastuksia tulee jatkaa tulosten ollessa positiivisia.

Anton Berende, Länsi-Uudenmaan hyvinvointialueen nuorisovaltuuston varajäsen
(berende.anton@gmail.com, 0406173330)

Kannattajat:

Fanny Määttä, Länsi-Uudenmaan hyvinvointialueen nuorisovaltuuston puheenjohtaja
Waula Taimela, Länsi-Uudenmaan hyvinvointialueen nuorisovaltuuston 2. varapuheenjohtaja

Outi Ala-Kojola, Länsi-Uudenmaan hyvinvointialueen nuorisovaltuuston jäsen
Selma Kari, Länsi-Uudenmaan hyvinvointialueen nuorisovaltuuston jäsen
Iiris Vihonen, Länsi-Uudenmaan hyvinvointialueen nuorisovaltuuston jäsen
Iida Sukselanen, Länsi-Uudenmaan hyvinvointialueen nuorisovaltuuston jäsen
Karl-Jakob Rebane, Länsi-Uudenmaan hyvinvointialueen nuorisovaltuuston jäsen
Vyzhletsova Vladislava, Länsi-Uudenmaan hyvinvointialueen nuorisovaltuuston jäsen
Liisa Tallgren, Länsi-Uudenmaan hyvinvointialueen nuorisovaltuuston jäsen