



# SOLA 2.0 -laskentatyökalu

## Esimerkkilaskenta Yksinäisyyden vähentäminen

Pohjois-Savon hyvinvointialue

HYTE- ja osallisuuspalvelualue

Säde Rytönen, vs. HYTE- ja osallisuuspäällikkö

Petra Holopainen, TtM-opiskelija

19.12.2023

# Taustaa indikaattorin valitsemiselle

## Pohjois-Savon hyvinvointisuunnitelman 2021-2025 tavoite

- **Yksinäisyyden kokemisen vähentäminen:**
  - Yksinäisyyden huomioiminen markkinoinnin ja viestinnän sekä opetuksen ja ohjauksen näkökulmista
  - Ryhmytymisen, tunne- ja vuorovaikutustaitojen tukeminen ja vahvistaminen
  - Tasa-arvoiset ja yhdenvertaiset palvelut
  - Toiminnan kehitys, jotta fyysiset ja digitaaliset kohtaamiset mahdollistuvat
  - Vapaaehtoistoiminnan vahvistaminen ja kehitys
  - Yksinäisyyttä kokevien tukeminen
- Esimerkiksi **Yksinäisyystyö Pohjois-Savossa –hanke** (2021-2023)
  - Tukee asetettuja hyvinvointisuunnitelman tavoitteita
  - Kohdennettu yksinäisyyttä kokeville täysi-ikäisille
  - STEA:n hankeavustus 2021-2023 487 000 €

# Yksinäisyys

- Yksinäisyys on yksilön oma kokemus riittämättömästä sosiaalisten suhteiden määrästä ja laadusta.
- Sosiaalinen eristyneisyys on ulkopuolelta mitattava sosiaalisten suhteiden vähäinen määrä.
- **Yksinäisyys ja sosiaalinen eristyneisyys ovat suorassa yhteydessä terveysongelmiin kaiken ikäisillä:**
  - Mielenterveysongelmat, stressi, psyykkinen kuormittuminen, terveyskäyttäytymisen muutokset
  - Yksinäisillä lyhyempi elinikä
- Viimeaikainen tutkimustieto vahvistaa, että yksinäisyys itsessään on terveysriski.
- Yksinäisyyden ennaltaehkäisy ja hoito vaatii interventioita ja ilmiön tarkempaa tarkastelua

# Yksinäisyys lukuina nuorilla Pohjois-Savon hyvinvointialueella

Indikaattori	2023
Ei yhtään läheistä ystävää, % 8. ja 9. luokan oppilaista <a href="#">info ind. 292</a>	9,7
Ei yhtään läheistä ystävää, % ammatillisen oppilaitoksen 1. ja 2. vuoden opiskelijoista <a href="#">info ind. 3932</a>	9,2
Ei yhtään läheistä ystävää, % lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoista <a href="#">info ind. 3917</a>	9,4
On yksinäinen välitunnilla, % 4. ja 5. luokan oppilaista (2017-) <a href="#">info ind. 4830</a>	3,7
Tuntee itsensä usein yksinäiseksi, % 4. ja 5. luokan oppilaista (2017-) <a href="#">info ind. 4816</a>	4,3
Tuntee itsensä yksinäiseksi, % 8. ja 9. luokan oppilaista (2017-) <a href="#">info ind. 4712</a>	14,1
Tuntee itsensä yksinäiseksi, % ammatillisen oppilaitoksen 1. ja 2. vuoden opiskelijoista (2017-) <a href="#">info ind. 4713</a>	14,7
Tuntee itsensä yksinäiseksi, % lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoista (2017-) <a href="#">info ind. 4714</a>	17,7

Lähde: Kouluterveyskysely  
(2023)

# Yksinäisyys lukuina työikäisillä Pohjois-Savon hyvinvointialueella 2020

- Itsensä yksinäiseksi kokevat:
  - **20 – 64 –vuotiaat 11,5 %** (koko maa 10,5 %)
  - Yhteensä 132 777 20-64 –vuotiasta, joista 15 269 henkilöä kokee yksinäisyyttä
  - 65-vuotiaat ja vanhemmat 10 %

Lähde: SOLA, sotkanet

SOLA –matriisiin työkalu:

Indikaattori: Yksinäisyyden kokemus

Tarkasteltava ikäryhmä: 20-64 –vuotiaat

Ikäryhmä: 132 777

Yleisyys ikäryhmän parissa: 11,5 %

Kansallinen keskiarvo: 10,5 %

Arvio riskiryhmän koosta alueella: 15 269 henkilöä  
(132 777 x 0,115)

# YKSINÄISYYDEN KUSTANNUKSET JA ENNALTAEHKÄISYN TUOMAT SÄÄSTÖT

## Yksinäisyyden tuomat kustannukset



-6 milj. € / vuosi

-7711 € /  
yksinäinen hlö /  
vuosi

Kustannukset aiheutuvat pääasiassa työpoissaolojen, terapiakustannusten, syrjäytymisen ja lääkärikäyntien kautta.

## Yksinäisyyden ehkäisyn tuomat säästöt

+ 3,6 milj. € /  
vuosi

Vuonna 2020 Pohjois-Savossa itsensä yksinäiseksi koki työikäisistä 11,5 %, joka tarkoittaa 15 269 yksinäistä pohjoissavolaista.

Säästöt / henkilö, jos hän  
ei koe yksinäisyyttä

1. vuonna  
236 €

5. vuonna  
242 €

10. vuonna  
620 €

Säästöt esim. terapiakustannuksissa sekä mielenterveysongelmien vähenemisen ja järjestötoimintaan osallistumisen kautta. Pitkällä aikavälillä psyykinen, sosiaalinen hyvinvointi ja työssä pysyminen kohenevat.

Kustannukset ja säästöt -laskelmat ovat arvioita, jotka on tuotettu SOLA-matriisilla, joka hyödyntää tällä hetkellä olemassa olevaa parasta tietoa. SOLA-matriisi on kehitetty osana Yhteiskunnan sosiaalisen laadun arviointi, hyvinvoinnin vahvistaminen ja kustannukset -hanketta.

# Top 5 kustannuksia aiheuttavat vaikutukset (1. vuosi)

## - Näiden kustannusten taustalla 50 % yksinäisistä

Kokemus yksinäisyydestä vähentää työkykyä → sairaana työskentelyn kustannukset

- -2 000 000 €

Yksinäisyys voi johtaa itsetuhoisiin ajatuksiin → terapiakustannukset

- -1 600 000 €

Kokemus läheisten, luottamuksellisten ihmissuhteiden puutteesta → syrjäytyminen → alkoholiongelma

- -1 100 000 €

Vaikeus lähteä liikkeelle → harrastaminen vähenee → tuki- ja liikuntaelinsairaudet lisääntyvät → fysioterapiakäynnit

- -900 000 €

Yksinäisyys aiheuttaa erilaisia fyysisiä oireita → Lääkəriin hakeutuminen esimerkiksi erilaisista kiputiloista johtuen → Terveyskeskuslääkärikäynti

- -450 000 €

**Yhteensä kustannuksia  
1. vuonna - 6 080 963 €**

# Top 3 säästöä aiheuttavat vaikutukset (1. tarkasteluvuonna), kun 20 % yksinäisistä ei koe enää yksinäisyyttä



Läheisten/ vertaisten kasvava yhteydenpito voi ehkäistä yksinäisyyden kokemusta → säästöt esim. terapiakustannuksissa.

2 500 000 €

•Yhden 60 min avohoitokäynnin hinta 160 €



Järjestötoimintaan osallistuminen voi vähentää yksinäisyyden kokemusta → yhteiskunnalliset säästöt

530 000 €



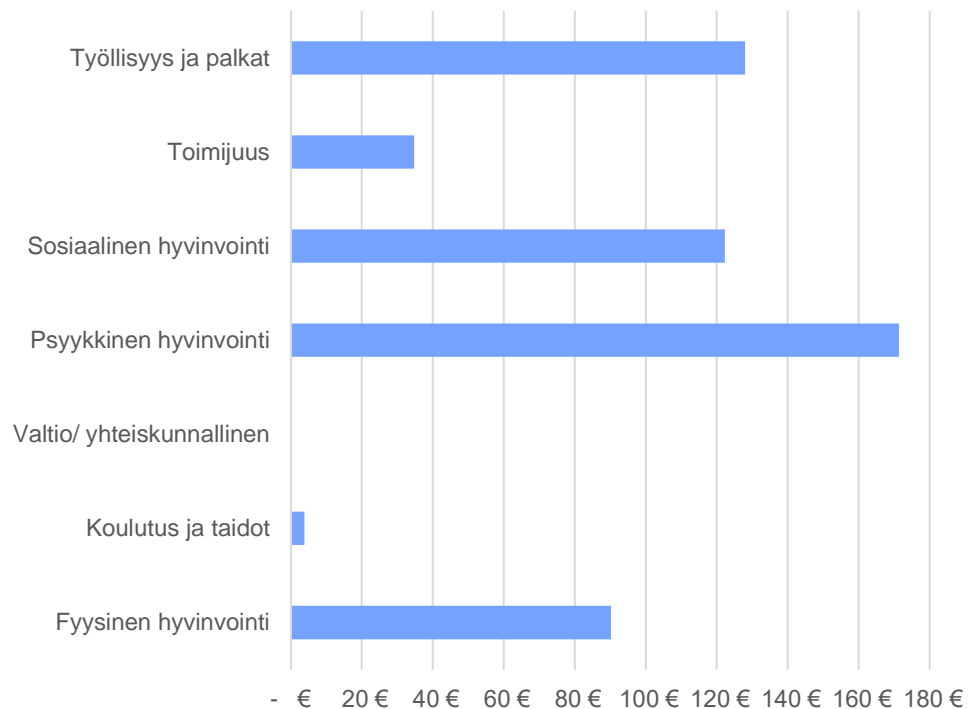
Yksinäisyys altistaa mielenterveysongelmille → lisääntynyt tarve tukipalveluille, keskusteluavulle → Sekasin -chat → voidaan ehkäistä tilanteiden kriisiytymistä

240 000 €



# Yksinäisyyden ennaltaehkäisemisen taloudellisten säästöjen osa-alueet / henkilö / vuosi

Taloudellisten vaikutusten tausta - (€/kohderyhmän edustaja/ v..)



## Yksinäisyyden ennaltaehkäisy vähentää lyhyellä aikajänteellä:

- Sairauspoissaoloja työkäisillä ja koulupoissaoloja opiskelijoilla
- Erilaisia lääkäri- ja fysioterapiakäyntejä
- Mielenterveysongelmia
- Terapiakäyntejä
- Lääkeaineiden (esim. depressio) kulutusta
- Syrjäytymistä
  - Ja tätä kautta esim. alkoholiongelmia

•Osa vaikutuksista aktivoituu myöhemmin 10 vuoden kuluttua:

- Yksinäisyyden ennaltaehkäisy muistisairailta ja yleisesti ikäihmisillä → hoitajien työaika säästyy, muistioireet etenevät hitaammin

## Lähteet

- Elovainio, M., & Komulainen, K. (2023). Yksinäisyys, sosiaalinen eristyneisyys ja terveys. Duodecim 139, 571-576. [duo17628.pdf \(uef.fi\)](#)
- Hyvä Mieli ry. (n.d.). Yksinäisyystyö Pohjois-Savossa –hanke. Viitattu 1.10.2023 [Yksinäisyystyö Pohjois-Savossa -hanke \(mielenterveysseurat.fi\)](#)
- Kouluterveyskyselyn tulokset (15.9.2023). Tilastoraportti. [Kouluterveyskyselyn tulokset – THL](#)

## Lähteet

- Sairaala Nova (6.9.2023). SOLA-hanke 2022-2024. [SOLA -hanke 2022-2024 | www.sairalanova.fi](https://www.sairalanova.fi)
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (11.4.2023). Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen kustannusesimerkit. [Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen kustannusesimerkit - THL](#)
- UEF (n.d.). SOLA yhteiskunnan sosiaalisen laadun arviointi, hyvinvoinnin vahvistaminen ja kustannukset. [SOLA Yhteiskunnan sosiaalisen laadun arviointi, hyvinvoinnin vahvistaminen ja kustannukset – UEFConnect](#)
- Pohjois-Savon hyvinvointialue (11.11.2022). Taloussuunnitelma 2023. Pohjois-Savon hyvinvointialueen aluevaltuusto. <https://pshyvinvointialue.fi/documents/594193/718118/PSHVA+taloussuunnitelma+2023.pdf/d7c452b5-9acd-61ce-39cd-8704da8439bb?t=1672814046122>

