



Monihyötyinen luonto- ympäristö ja hyvinvointi

**Jaana Halonen,
johtava tutkija**
**Tytti Pasanen,
erikoistutkija**

Terveys ja
hyvinvoinnin laitos

11.9.2025



Sisältö

- Miksi kuntien luontoympäristöt ovat ajankohtaisia ja miten ne liittyvät Kestävään kehitykseen?
- Mitä on luontoympäristö?
- Monihiödyt
- Yhteenveto



Miksi ajankohtainen?

- Ilmastonmuutos
 - helteet, rankkasateet
- Monimuotoisuuden väheneminen
 - ennallistamisasetus
- Kaupungistuminen
- Väestön ikääntyminen ja sairastavuus
- sote-kulut



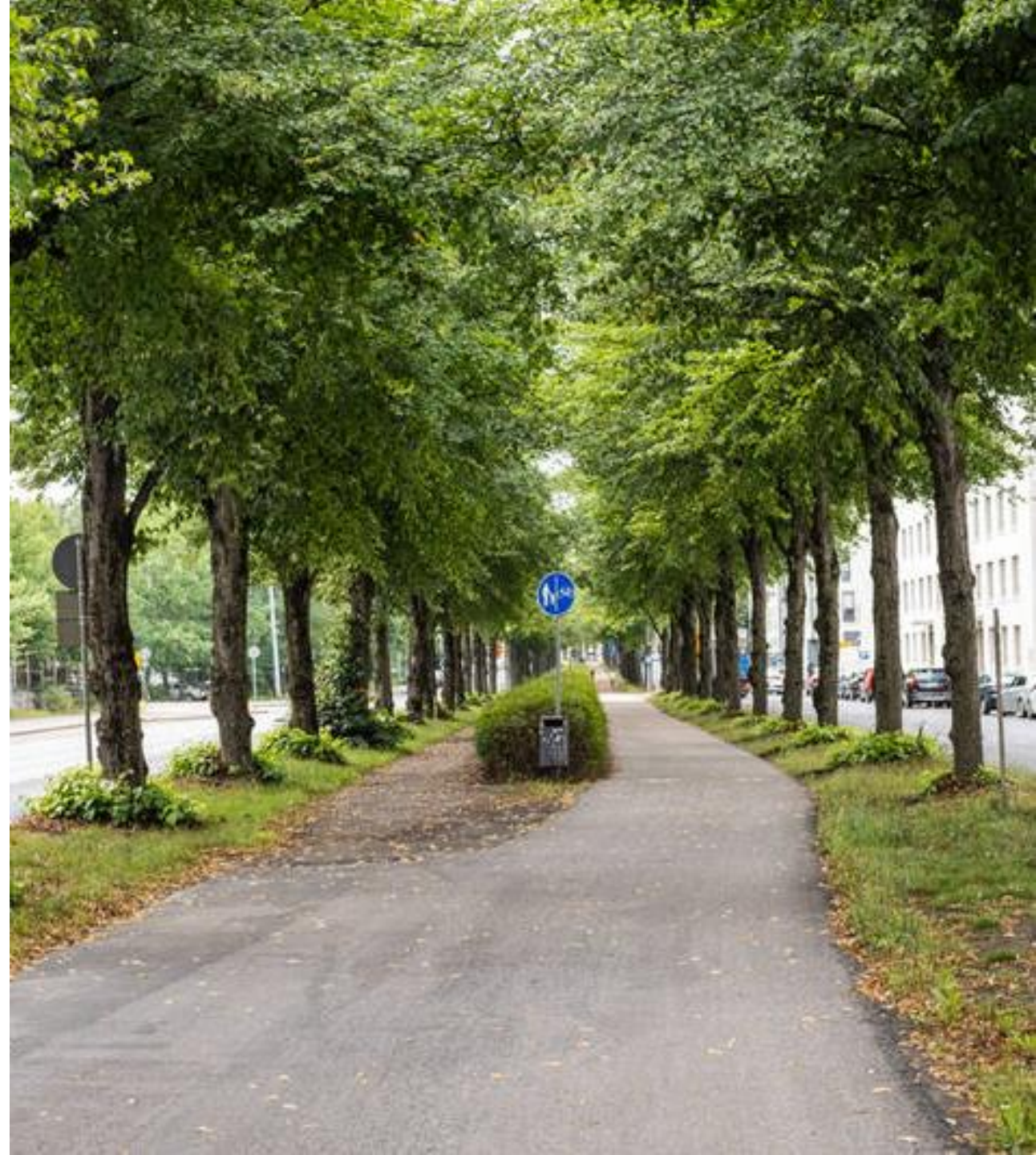
Miten liittyy kestävään kehitykseen?

- Tavoite 3 - Taata terveellinen elämä ja hyvinvointi kaiken ikäisille
- Tavoite 11 - Taata turvalliset ja kestävät kaupungit sekä asuinyhdyskunnat
- Tavoite 13 - Toimia kiireellisesti ilmastonmuutosta ja sen vaikutuksia vastaan
- Tavoite 15 - Suojella maaekosysteemejä, palauttaa niitä ennalleen ja edistää niiden kestävää käyttöä...

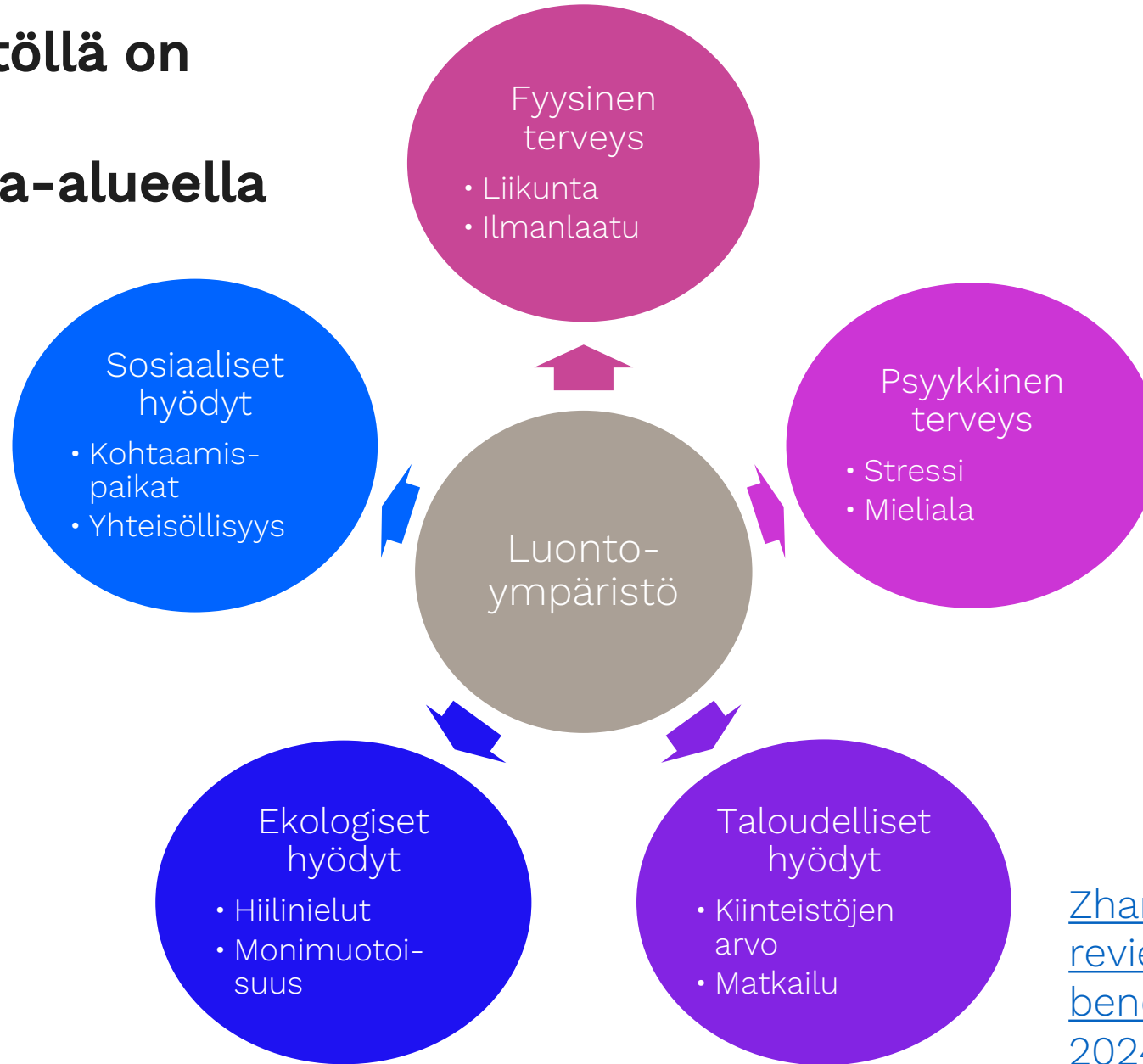


Mitä on luontoympäristö?

- Ympäristössä esiintyvä:
 - kasvillisuus
 - eläimistö
 - vesistöt
 - maaperä
- Luontoelementit myös rakennetulla alueella, ml. puistot, metsät, puutarhat/pihat, katupuut, joet ja järvet, sekä kaikki niissä elävä kasvi- ja eläinlajisto

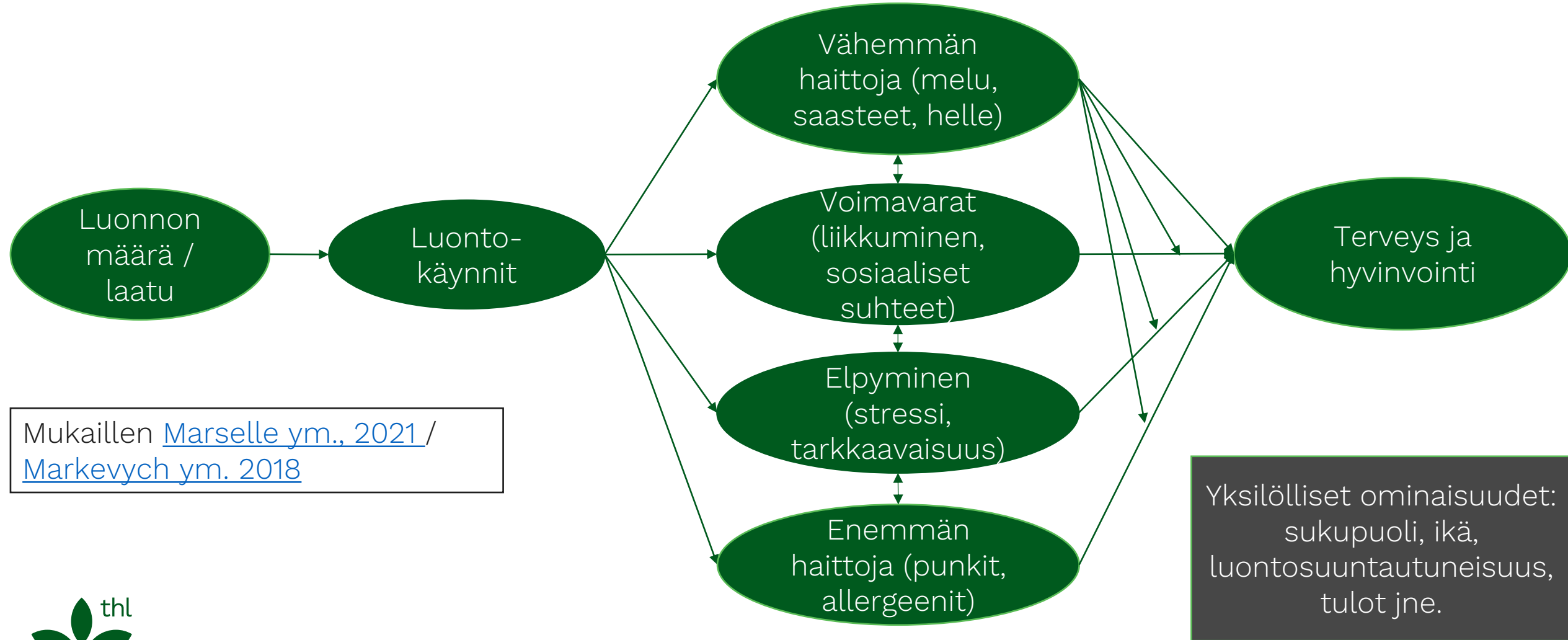


Luontoympäristöllä on hyötyjä monilla hyvinvoinnin osa-alueella



[Zhang & Qian. A comprehensive review of the environmental benefits of urban green spaces. 2024](#)

Luonto ja terveys: mekanismit



Luontoympäristöjen terveys- ja talousvaikutukset

Yle 29.10.2024

Terveys

Luonto voi tarjota Suomelle jopa satojen miljoonien eurojen hyödyn kansantautien torjunnassa

Erityisesti masennuksen, kakkostyypin diabeteksen ja astman torjunnassa luonto on tärkeä. Lähiluonnon vähentäminen nostaa tutkimuksen mukaan näiden sairauksien kustannuksia.



Miten suuria hyötyjä luonnosta voisi olla kansantautien torjunnassa? Toimittaja Jenni Frilander selittää.

JENNI FRILANDER

29.10. 6:15 • Päivitetty 29.10. 8:09

Kuunnattaja: Susanna Pöytä



Helsingin sanomat 29.10.2024

Piipahdus luonnossa voi tehdä terveydelle ihmeitä: Suomalais-selvitys löysi lukuisia hyötyjä

Terveys | Sadan tutkimuksen yhteenvedossa selvitettiin, miten luonto vaikuttaa mielenterveyteen, fyysiseen terveyteen ja kehon puolustusjärjestelmien toimintaan.



Jos luontoa on lähellä, ihmisten fyysinen aktiivisuus lisääntyy, kertovat tutkimukset. Kuva on Hurttion lenkiltä Sastamalan Karkusta. Reitti on jäämässä aurinkovoimalan alle. Kyläyhdistyksen mukaan Hurttio on ainoa Karkun keskustasta kävelen saavutettava, täysin merkitty reitti. Kuva: Esa Viippola



Kuuntele juttu

Piia Elonen HS

29.10. 2:00

Lue tiivistelmä



- Luonnon terveyshyödyistä on vahvaa näyttöä, erityisesti mielenterveyden osalta.

Iltaalehti 29.10.2024

Luontopuutoksen hirvittävä hinta on nyt laskettu: Suomi menettää vuosittain miljoonia euroja

Luonto voi tarjota Suomelle jopa satojen miljoonien eurojen säästömahdollisuudet.



Videolla Sari kertoo, miksi hän luopui asunnosta ja muutti metsään. Video on tehty huhtikuussa 2023.



Heljä Salonen

Tiistai 29.10.2024 klo 7:36

Luonto voi tarjota Suomelle jopa satojen miljoonien, jopa miljardien eurojen säästömahdollisuudet kansakunnan tautitaakkaa pienentämällä.

Luontoaltistus voi lisätä kansan terveyttä ja vähentää sairastavuutta.

Fyysinen terveys: sydän- ja verisuonitaudit

- Helppo pääsy viheralueille suojasi lihavuudelta tai ylipainolta aikuisilla
- Asuinalueen runsaampi lähiluonto suojasi tyypin 2 diabetekselta aikuisilla



17 tutkimusta
Tulokset melko johdonmukaisia, mutta pääosin tutkimuksia vain aikuisilla

Fyysinen terveys: hengityselin- sairaudet ja allergiat

- Kontakti ympäristön mikrobeihin voi vahvistaa elimistön puolustusjärjestelmää
- Terveysvaikutusten todentamiseksi tarvitaan pitkittäistutkimuksia



28 tutkimusta

Näyttö
ristiriitaista esim.
astman suhteen
(siitepöly?)

Psyykkinen hyvinvointi: masennus

- Asuinalueen suurempi vihreys
tai muutto vihreämmälle
-> pienempi riski sairastua
masennukseen
- Säännölliset luontokäynnit
-> pienempi todennäköisyys
käyttää psyykenlääkkeitä



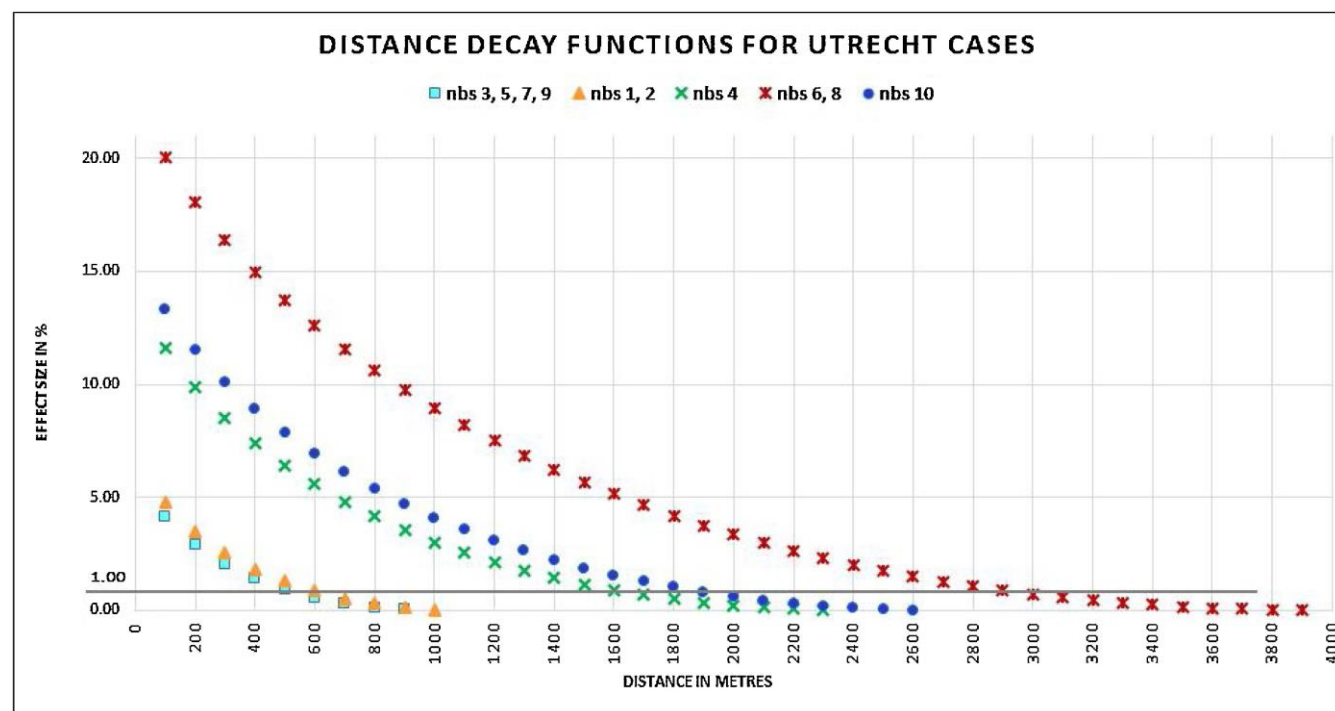
Eniten näyttöä;
55 tutkimusta
Tulokset
johdonmukaisia:
luonto on hyväksi

Taloudelliset hyödyt

- 3:n esimerkkilaskelman kautta Suomessa lähiluonnon **hyötypotentiaali terveyden kautta yhteensä 140–233 M€ vuodessa** ([Tyrväinen ym. 2024](#))
- Ilmastonmuutokseen sopeutumisen taloudelliset hyödyt?
 - Arvio yhden 60 mm/1-h rankkasateen aiheuttamien tulvien kuluista: Leicester ja Rotterdam 10 M€ / kaupunki ([Nicklin ym. 2019](#))
- Viheralueiden läheisyydessä asunnot arvokkaampia – jopa 20%
 - Eriarvoisuus (!)



Eri luontopohjaisten ratkaisujen yhteys kiinteistöjen arvoon (%) suhteessa etäisyyteen (m)



[Bockarjova ym. 2020.](#)

Ekologiset hyödyt

- Ilmastonmuutos

- Hiilensidonta, esim. metsät suurin nielu, mutta asuinalueet kontribuoivat 47% Helsingin nettonieluihin ([Havu ym. 2024](#))
- Kaupunkitulvien ehkäisy
- Vesistöjen likaantumisen estäminen (hulevesien takia)
- Lämpösaarekeilmiön ja sen aiheuttamien terveyshaittojen lieventäminen ([Choi ym. 2022](#))

- Luonnon monimuotoisuus

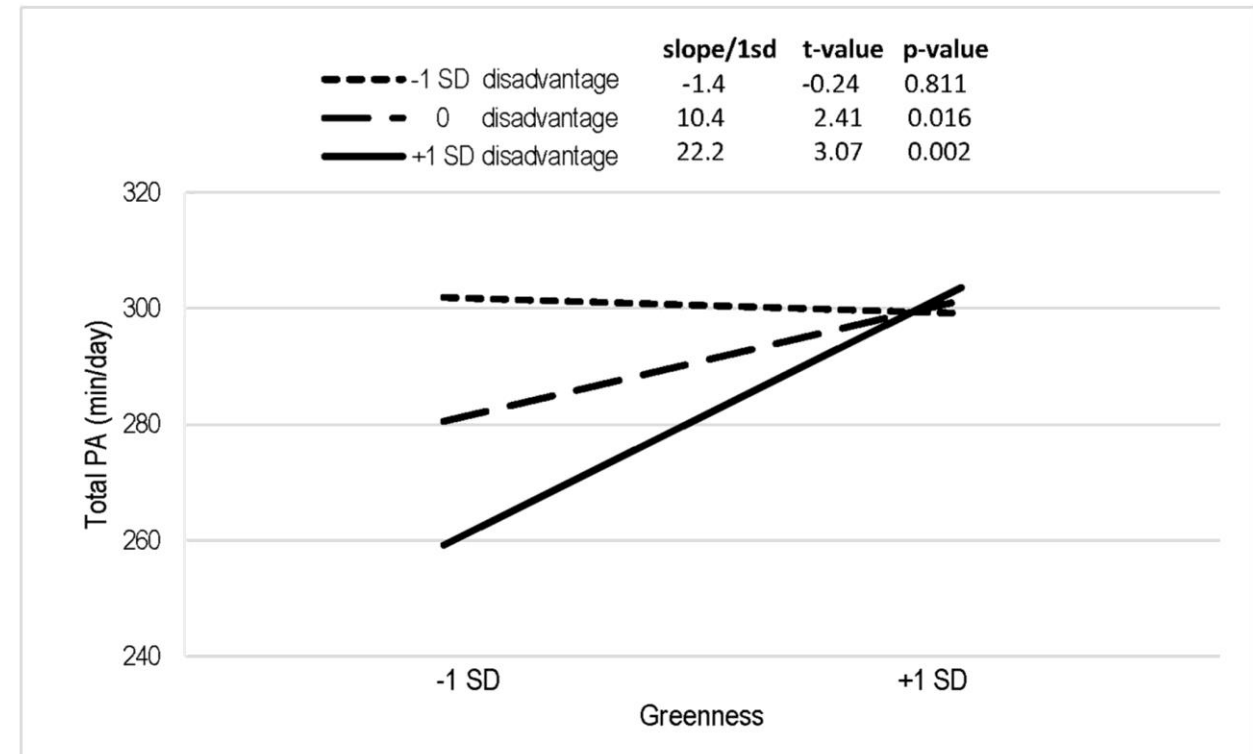
- Kaupunkien viheralueet vahvimmin yhteydessä kasvillisuuden rikkauteen 120 vuoden aikana ([Salinitro ym. 2019](#))
- Kaupunkien viheralueet tukevat kotoperäisten lajien säilymistä ([Aronson ym. 2014](#))



Sosiaalinen hyvinvointi

- Viherryttäminen, kun siitä lisäksi tiedotetaan voi 1) *vähentää rikollisuutta*, 2) *lisätä turvallisuuden tunnetta* ([Hunter ym. 2019](#))
- Viheralueet *voivat tukea yhteisöllisyyttä* ja lievittää yksinäisyyttä ([Astell-Burt ym. 2022](#))
- Viheralueet voivat *vähentää terveyden eriarvoisuutta* ([Rigolon ym. 2019](#))

Liikunnan määrä ikääntyneillä vihreyden lisääntyessä asuinalueen huono-osaisuuden mukaan ([Halonen ym. 2014](#))



Yhteenveto

Luontoympäristö ei ole ylellisyys, vaan perusta monelle hyvinvoinnin osa-alueelle

Koska hyödyt ovat monipuolisia, luonto toimii työkaluna terveys-, ympäristö- ja kuntapolitiikassa

- *Olemassa olevan kaupunkikasvillisuuden ja maaperän säilyttäminen on ensisijaista hiilinielujen ylläpidossa ([Co-Carbon –hankkeen politiikkasuositukset](#)), mutta tuottaa myös muita hyvinvointihyötyjä*
- Tarvitaan sektorien välistä yhteistyötä, jotta monihyödyt toteutuvat
- Huomioidaan eri asukasryhmien näkökulmat - ihmiset arvostavat viheralueita eri syistä ja heillä on erilaiset mahdollisuudet käyttää niitä

Kansallinen Luontoterveys –ohjelma voisi koota tietoa yhteen paikkaan ja auttaa luontoympäristöjen positiivisten vaikutusten toteutumista – Miten kunnat voisivat olla mukana?

Lähteet I

- Aronson ym. [A global analysis of the impacts of urbanization on bird and plant diversity reveals key anthropogenic drivers](#). Proc Biol Sci. 2014
- Astell-Burt ym. [Green space and loneliness: a systematic review with theoretical and methodological guidance for future research](#). Science of The Total Environment 2022.
- Bockarjova ym. [Property price effects of green interventions in cities: A meta-analysis and implications for gentrification](#). Environmental Science & Policy 2020.
- Choi ym. [Effect modification of greenness on the association between heat and mortality: A multi-city multi-country study](#). eBioMedicine. 2022
- Halonen ym. [Cross-sectional associations of neighbourhood socioeconomic disadvantage and greenness with accelerometer-measured leisure-time physical activity in a cohort of ageing workers](#). BMJ Open 2020.
- Havu ym. [CO2 uptake of urban vegetation in a warming Nordic city](#). Urban Forestry & Urban Greening. 2024
- Hunter ym. [Environmental, health, wellbeing, social and equity effects of urban green space interventions: A meta-narrative evidence synthesis](#). Environment International. 2019



Lähteet II

- Markevych, ym. [Exploring pathways linking greenspace to health: Theoretical and methodological guidance](#). Environmental research. 2019.
- Marselle ym. [Pathways linking biodiversity to human health: A conceptual framework](#). [Environment International](#). 2021
- Nicklin ym. [Understanding the Costs of Inaction—An Assessment of Pluvial Flood Damages in Two European Cities](#). Water. 2019
- Rigolon ym. [Green Space and Health Equity: A Systematic Review on the Potential of Green Space to Reduce Health Disparities](#). IJERPH 2019
- Salinitro ym. [Impact of climate change and urban development on the flora of a southern European city: analysis of biodiversity change over a 120-year period](#). Scientific Reports. 2019
- Tyrväinen ym. [Luontoympäristön terveysvaikutukset ja niiden taloudellinen merkitys](#). Luonnonvara- ja biotalouden tutkimus. 2024
- Zhang & Qian. [A comprehensive review of the environmental benefits of urban green spaces](#). Environ Res. 2024





Kysymyksiä?

jaana.halonen@thl.fi tytti.pasanen@thl.fi