

Tutkimus- katsaus

| ELOKUU 2026

Elli Hartikainen
Jie Li

Työterveyslaitos

PL 40

00032 TYÖTERVEYSLAITOS

tth.fi

Kirjoittajat: Elli Hartikainen, Jie Li

Toimittaja: Marja Sarkkinen

Julkaisupäivä 26.8.2026

© 2026 Työterveyslaitos ja kirjoittajat

Tämän teoksen osittainenkin kopiointi on tekijänoikeuslain (404/61, siihen myöhemmin tehtyine muutoksineen) mukaisesti kielletty ilman asianmukaista lupaa.

Sisällys

1	Ammattikuljettajien terveyttä tukevissa interventioissa painottuvat yksilöön kohdistuvat keinot	4
2	Työterveyshuolto voi ennakoida pitkän kuntoutuspsykoterapian tarvetta.....	5
3	Vuorovaikutuksella ja reilulla kohtelulla voi tukea etätyöntekijöiden yhteisöllisyyttä	6
4	Vähittäiskauppojen turvallisuusriskien ehkäisy vaatii työpaikoilta toimia.....	7
5	Ensihoitajille kehitetään fyysisen toimintakyvyn arviointimenetelmää	8
6	Di-isosyanaateille altistuminen voi vaikuttaa rasva-aineenvaihduntaan	9
7	Työelämätieto-palvelun uudet julkaisut ja päivitykset	10

1 Ammattikuljettajien terveyttä tukevissa interventioissa painottuvat yksilöön kohdistuvat keinot

Tässä katsausartikkelissa tarkasteltiin 36:ta vertaisarvioitua tutkimusta linja-auto- ja kuorma-autonkuljettajien terveyttä ja hyvinvointia tukevista työpaikkainterventioista. Valtaosa tutkimuksista kohdistui kuorma-autonkuljettajiin, ja tutkimuksiin osallistuneet olivat pääosin miehiä.

Interventiot kohdistuivat 20 tutkimuksessa yksittäisiin kuljettajiin, seitsemässä työoloihin tai organisaatioon ja yhdeksässä näihin molempiin. Yksikään tarkastelluista interventioista ei kohdistunut kuljettajien terveyspalveluihin pääsyn parantamiseen.

Yli puolessa tutkimuksista interventioihin sisältyi teknologisia ratkaisuja, kuten mobiilisovelluksia ja aktiivisuusmittareita. Interventiot kestivät tavallisesti useita kuukausia, mutta vain kahdeksassa tutkimuksessa raportoitiin tuloksia intervention jälkeiseltä seuranta-ajalta.

Katsauksessa tunnistettiin neljä keskeistä kehittämisaluetta. Jatkossa tulisi huomioida paremmin naiskuljettajien terveyteen liittyvät tarpeet, teknologian käytettävyys ja ammattilaisten tuen tarve, interventioiden pitkäaikaisvaikutusten seuranta sekä työoloihin ja organisaatioon kohdistuvat interventiot.

Tekijät: Satu Pakarinen ¹, Tomi Passi¹ ja Mikael Sallinen ^{1,2}

¹Työterveyslaitos; ²Jyväskylän yliopisto

Julkaisu: Pakarinen, S., Passi, T. & Sallinen, M. 2026. Supporting bus and truck drivers: a scoping review of health and wellbeing interventions at the workplace. *Industrial Health*, online first.
<https://doi.org/10.2486/indhealth.2026-0028>

Julkaisutyyppi: Vertaisarvioitu artikkeli

2 Työterveyshuolto voi ennakoida pitkän kuntoutuspsykoterapian tarvetta

Tutkimuksessa selvitettiin, miten työterveyshuollossa vuosina 2019–2020 saatu perustason psykoterapia sekä mielenterveyshäiriöihin liittyvä aiempi hoito- ja työkyvyttömyyshistoria olivat yhteydessä pitkäkestoisen kuntoutuspsykoterapian käyttöön vuosina 2020–2022. Rekisteritutkimukseen kuului yli 1,2 miljoonaa työikäistä ja työelämässä olevaa henkilöä.

Työterveyshuollossa perustason psykoterapiaa saaneista noin viidennes osallistui myöhemmin kuntoutuspsykoterapiaan. Mitä useampia perustason psykoterapiakäyntejä henkilöllä oli ollut, sitä suurempi oli myöhemmän kuntoutuspsykoterapian todennäköisyys.

Myöhempi kuntoutuspsykoterapia oli yleisempää myös niillä, joilla oli aiempia psyykenlääkkeiden ostoja, mielenterveyssyistä johtuneita sairauspoissaoloja tai määräaikaista työkyvyttömyyseläkeitä. Lisäksi naiset ja korkeammassa sosioekonomisessa asemassa olevat osallistuivat kuntoutuspsykoterapiaan miehiä ja alemmassa sosioekonomisessa asemassa olevia useammin.

Tulokset viittaavat siihen, että potilaiden tarpeiden parempi huomioiminen psykoterapian hoitopolkuja suunniteltaessa voisi tehostaa psykoterapiaresurssien kohdentamista. Jatkossa tarvitaan hoitopolkuja ja toimintamalleja, joissa erilaisten potilasryhmien tarpeet tunnistetaan ja niihin vastataan oikea-aikaisesti.

Tekijät: Heli Järnefelt ¹, Jaakko Airaksinen², Erkki Heinonen^{2,3,4}, Aki Vuokko¹, Ari Väänänen¹ ja Sanna Selinheimo¹

¹Työterveyslaitos; ²Terveystalo; ³Terveyden ja hyvinvoinnin laitos; ⁴Oslon yliopisto

Julkaisu: Järnefelt, H., Airaksinen, J., Heinonen, E., Vuokko, A., Väänänen, A. & Selinheimo, S. 2026. Does primary care level psychotherapy associate with later use of long-term psychotherapy – longitudinal register-based cohort study among Finnish occupationally active individuals. International Journal of Mental Health Systems. <https://doi.org/10.1186/s13033-026-00720-1>

Julkaisutyyppi: Vertaisarvioitu artikkeli

3 Vuorovaikutuksella ja reilulla kohtelulla voi tukea etätyöntekijöiden yhteisöllisyyttä

Tässä tutkimuksessa tarkasteltiin yhteisöllisyyden kehittymistä etä- ja hybridityöläisillä. Lisäksi tutkittiin kehitystä selittäviä tekijöitä sekä yhteisöllisyyden vaikutuksia työhyvinvointiin ja käytäytymiseen.

Tutkimuksessa käytettiin aineistona työpaikkakyselyä, joka toistettiin kolme kertaa aikavälillä 2019–2021. Analyysit rajoittuivat etätyöntekijöihin, joita oli aineistossa lähes 900.

Tulosten mukaan yhteisöllisyyden kehitys ei ole samanlaista kaikilla. Etätyö voi heikentää yhteisöllisyyttä suhteessa kollegoihin, mutta ei välttämättä työnantajaan. Pitkittynyt etätyö voi kärjistää eroja, sillä valmiiksi heikko yhteisöllisyys voi heiketä entisestään. Heikentyvä yhteisöllisyys puolestaan heikentää työn imua, vähentää aloitteellisuutta työyhteisön rakentamisessa ja lisää lähtöaikeita työpaikasta.

Tulosten mukaan erityisessä riskissä ovat uudet työntekijät. Heidän yhteisöllisyyden kokemuksiansa tulisi kiinnittää erityistä huomiota. Yhteisöllisyyden kielteisen kehittymisen riskiä voidaan vähentää vuorovaikutuksella, reilulla kohtelulla ja sosiaalisella tuella.

Tekijät: Janne Kaltiainen ja Jari Hakanen

Työterveyslaitos

Julkaisu: Kaltiainen, J., & Hakanen, J. J. (2026). Antecedents and implications of changes in social identification at work amongst teleworkers: A longitudinal person-centered approach. *Journal of Vocational Behavior*, 168, 104253. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.jvb.2026.104253>

Julkaisutyyppi: Vertaisarvioitu artikkeli

4 Vähittäiskauppojen turvallisuusriskien ehkäisy vaatii työpaikoilta toimia

Tässä tutkimuksessa selvitettiin vähittäiskaupoissa työskentelevien kokemuksia turvallisuusriskeistä ja läheltä piti -tilanteista. Tutkimuksessa haastateltiin 36:ta työntekijää, jotka työskentelivät myymälöissä, lähikaupoissa ja huoltoasemilla eri puolilla Suomea.

Tutkimuksessa tunnistettiin neljä kategorialla turvallisuusriskeille ja läheltä piti -tilanteille: 1) liukastumiset, kompastumiset ja kaatumiset, jotka johtuvat esimerkiksi märistä tai rasvaisista pinnoista; 2) materiaalinkäsittelyyn liittyvät vaaratilanteet, jotka liittyvät esimerkiksi isojen kuormien siirtoon; 3) uhkaavat asiakaskohtaukset, jotka liittyvät esimerkiksi varkaisiin tai päihtyneisiin asiakkaisiin; 4) asiakkaisiin liittyvät vaaratilanteet, jotka liittyvät esimerkiksi lastauslaiturilla olemiseen.

Työpaikkojen tulisi suunnitella toimia (esimerkiksi lattioiden pinnoitus, työkenkien valinta) sekä käytänteitä (esimerkiksi ohjeet uhkaavan asiakkaan kohtaamiseen) yhdessä työntekijöiden kanssa.

Tekijät: Joonas Poutanen¹, Eija Haukka¹, Ilkka Asikainen¹, Pihla Säynäjäkangas¹ ja Annina Ropponen^{1,2}

¹Työterveyslaitos, ²Karoliininen instituutti

Julkaisu: Poutanen, J., Haukka, E., Asikainen, I., Säynäjäkangas, P., & Ropponen, A. (2026). Experiences of near misses and safety risks at work – A qualitative analysis among a convenience sample of Finnish retail sector employees. *WORK: A Journal of Prevention, Assessment & Rehabilitation*. <https://doi.org/10.1177/10519815261467021>

Julkaisutyyppi: Vertaisarvioitu artikkeli

5 Ensihoitajille kehitetään fyysisen toimintakyvyn arviointimenetelmää

Tässä tutkimuksessa tarkasteltiin ensihoitotyön fyysisiä kuormitustekijöitä hengitys- ja verenkiertoelimistön sekä tuki- ja liikuntaelimistön rasituksen osalta. Tutkimus on osa ensihoitajien fyysisen toimintakyvyn arviointi-, palautteenanto- ja seurantamenetelmän kehitystä. Arviointiin ei Suomessa aiemmin ollut kansallisesti yhteneväistä käytäntöä.

Tutkimuksessa tunnistettiin yleisimmät fyysiset kuormitustekijät perustuen kirjallisuuskatsaukseen, ensihoidon ammattilaisten työryhmätyöskentelyyn ja työn fyysisen kuormittavuuden mittaustuksiin (esimerkiksi syke, lihassähkökäyrä). Mittauksia tehtiin Uudenmaan ja Pirkanmaan pelastuslaitoksen 20 ensihoitajalle heidän koko työvuoronsa ajan.

Tulokset osoittivat, että eniten ensihoitajia kuormittavat työssä usein toistuvat nostaminen, kantaminen ja siirtäminen. Kuormitusta lisäävät haastavat työolosuhteet.

Ensihoitotyössä hengitys- ja verenkiertoelimistön sekä tuki- ja liikuntaelimistön (lihasten) kuormittuminen on keskimäärin kevyttä tai keskiraskasta. Työssä on kuitenkin lyhyitä fyysisesti raskaita kuormitushuippuja.

Ensihoitajan työ vaatii vähintään kohtuullista sydän- ja hengityselimistön sekä tuki- ja liikuntaelimistön kuntoa. Tulosten avulla fyysisen toimintakyvyn arviointimenetelmää voidaan jatkokehittää.

Tekijät: Janne Halonen, Pihla Säynäjäkangas, Sirpa Lusa, Juha Oksa, Satu Mänttari ja Anne Punakallio

Työterveyslaitos

Julkaisu: Halonen, J., Säynäjäkangas, P., Lusa, S., Oksa, J., Mänttari, S., & Punakallio, A. (2027). Developing a method for assessing and promoting paramedics' physical capacity: Part I-Physically most strenuous work tasks and physical strain of Finnish paramedics on 12-hour day shifts. *Applied Ergonomics*, 138. <https://doi.org/10.1016/j.apergo.2026.104865>

Julkaisutyyppi: Vertaisarvioitu artikkeli

6 Di-isosyanaateille altistuminen voi vaikuttaa rasva-aineenvaihduntaan

Di-isosyanaateille altistutaan työssä useilla eri aloilla. Altistuminen voi aiheuttaa muun muassa astmaa, mutta sen biologisia vaikutusmekanismeja ei kuitenkaan tunneta tarkasti. Tässä tutkimuksessa selvitettiin työperäiseen di-isosyanaattialtistukseen liittyviä muutoksia veriplasman aineenvaihduntaprofiileissa.

Vuosina 2020–2021 kerättyyn aineistoon kuului 81 di-isosyanaateille altistunutta työntekijää Suomesta ja Belgiasta. He työskentelivät liimojen ja tiivisteiden, polyuretaanivaahdon ruiskutuksen sekä ajoneuvojen ruiskumaalauksen parissa. Heitä verrattiin 39 työntekijään, jotka eivät altistuneet di-isosyanaatille.

Altistuneiden työntekijöiden veriplasmassa havaittiin ei-altistuneisiin verrattuna muutoksia useissa aineenvaihduntatuotteissa. Keskeisimmät muutokset koskivat rasva-aineenvaihduntaan liittyviä yhdisteitä, joista useiden pitoisuudet olivat altistuneilla suurempia. Myös suomalaisten ja belgialaisten aineenvaihduntaprofiileissa havaittiin eroja.

Tutkimus oli ensimmäinen, jossa työperäiseen di-isosyanaattialtistukseen liittyviä aineenvaihduntamuutoksia tarkasteltiin ihmisen veriplasmasta. Tulokset tarjoavat uutta tietoa altistumiseen liittyvistä biologisista muutoksista, mutta havaintojen varmistaminen edellyttää tutkimuksia suuremmilla aineistoilla.

Tekijät: Katriina Sunnarborg^{1,2}, Jelle Verdonck³, Katrien Poels³, Lode Godderis^{3,4}, Simo P. Porras², Marko Lehtonen¹, Jaana Rysä¹, Olli Kärkkäinen¹ ja Tiina Santonen²

¹Itä-Suomen yliopisto; ²Työterveyslaitos; ³Leuvenin katolinen yliopisto; ⁴IDEWE

Julkaisu: Sunnarborg, K., Verdonck, J., Poels, K., Godderis, L., Porras, S. P., Lehtonen, M., Rysä, J., Kärkkäinen, O. & Santonen, T. 2026. Metabolic changes in human plasma samples among workers exposed to diisocyanate products. Food and Chemical Toxicology, 215, 116183.
<https://doi.org/10.1016/j.fct.2026.116183>

Julkaisutyyppi: Vertaisarvioitu artikkeli

7 Työelämätieto-palvelun uudet julkaisut ja päivitykset

Työelämätieto-palvelu tarjoaa luotettavista lähteistä koottua työelämän tilannekuvaa avoimesti kaikkien käyttöön – visualisoituna ja interaktiivisessa muodossa. Palvelu on ilmainen, ja kaikki sisällöt löytyvät suomeksi, ruotsiksi ja englanniksi.

- [Työterveyshuollon tilannekuva: monipuolista tietoa työterveyshuollon toiminnasta ja kehityksestä päivitettyinä kolme kertaa vuodessa](#)
- [Sairauspoissaolot kunnissa: kuntatyöntekijöiden sairauspoissaolojen kehitys 2000-luvulla](#)
- [Työikäisten vahvistetut ammattitaudit: mitkä eri tekijät vaikuttavat ammattitautien esiintyvyyteen ja miten eri tautien ilmentymät jakautuvat alueellisesti](#)
- [Työtä välittävät alustayritykset: listaus ja luokittelu Suomessa käytössä olevista työtä välittävistä alustayrityksistä.](#)

Työterveyslaitos on Suomen johtava työelämäasiantuntija. Tutkimme monitieteisesti työn ja terveyden suhdetta ja tuomme tutkimustiedon käytännön ratkaisuihin avuksi työn arkeen. Teemme suomalaisesta työelämästä maailman parasta.

Työterveyslaitos
PL 40
00032 TYÖTERVEYSLAITOS
ttl.fi

Työterveyslaitos
Arbetshälsoinstitutet
Finnish Institute of Occupational Health