



För en bättre och mer jämlik hälsa
Folkhälsostrategi för
Åland 2023–2030

Ålands landskapsregering har tagit fram en bred folkhälsost strategi som ska tjäna som ramverk för åtgärder för att främja en bättre och mer jämlik hälsa på Åland. Beslut om att investera i specifika hälsofrämjande åtgärder ska fattas baserat på denna strategi. Här sammanfattas strategins huvudbudskap. Senare kommer informationsmaterial kopplat till specifika åtgärder att utvecklas.

Ett gott hälsoläge som kan bli bättre

Åläningarna mår på många sätt utmärkt

Medellivslängden på Åland är högst av alla regioner i Finland och fortsätter att öka stadigt. Åländska kvinnor har högst medellivslängd i Norden. Åland har det lägsta sjuklighetsindexet av alla regioner i Finland. Detta gynnsamma läge beror dels på att det finns mycket i det åländska samhället som främjar hälsan, dels på att hälso- och sjukvården och socialvården fungerar relativt bra.

Det är viktigt att värna om de välfungerande delarna av det åländska samhället och fortsätta arbeta för en bärkraftig och hållbar utveckling.

Samtidigt finns det flera mycket oroväckande hälsotrender

Ett flertal hälsoindikatorer försämrats på Åland. Om inte trenderna bryts kommer det att avspeglas i högre sjuklighet och dödlighet i framtiden.

Den psykiska hälsan behöver främjas mer

Den självskattade psykiska hälsan har försämrats på Åland och detta syns tydligast bland barn och unga. Psykiska sjukdomar orsakar sedan länge betydande lidande och funktionsnedsättning för individen och påverkar hela samhället negativt. På Åland är psykiska sjukdomar den sjukdomsgrupp som orsakar:

- flest sjukdagpenningperioder och sjukpensioneringar och trenden är ökande,
- flest rehabiliteringsinsatser, och
- näst flest antal besök i primärvården.

Alla de insatser som redan görs för att främja den psykiska hälsan på Åland behöver fortsätta och stärkas ytterligare. Nya metoder, arbetssätt och bättre samverkan behöver utvecklas.

Befolkningens levnadsvanor behöver förbättras snabbt

Omfattande åtgärder behövs snarast för att förbättra de levnadsvanor som påverkar hälsan i framtiden. Exempel på tydliga utmaningar är att;

- majoritet av åländska barn, vuxna och äldre rör på sig betydligt mindre än rekommenderat,
- många har bristfälliga matvanor, särskilt barn och unga,
- den nedåtgående rökningstrenden har avstannat eller till och med vänt uppåt i vissa grupper, och
- en fjärdedel av 20-64-åringar och en tredjedel av personer över 64 år dricker för mycket alkohol.

Den negativa utvecklingen har redan lett till att förekomsten av sjukdomar som är direkt kopplade till ohälsosamma levnadsvanor är hög och ökande. Bland annat vet vi att;

- en av fem åländska vuxna har obesitas (fetma),
- 10% av pojkar och drygt 5% av flickor i åldern 13-16 år har obesitas och trenden är ökande,
- minst 10% av ålänningar över 65 år har diabetes och trenden är ökande,
- sjukdomar i rörelseapparaten (t.ex. sådana som orsakar ryggvärk, nackvärk och ledbesvär) är den vanligaste sjukdomsgruppen i primärvården, och
- lungcancer är den cancerform som dödar flest på Åland och lungcancerdödligheten ökar bland kvinnor.

En stor satsning behövs för att förbättra matvanor och öka den fysiska aktivitetsnivån på Åland. Det ANDTS-politiska programmet 2022-2024 behöver förlängas och kompletteras för att minska skadeverkningarna av tobak och alkohol.

Bättre kunskapsunderlag behövs på vissa områden

I beredningen av folkhälsostrategin har behov för ytterligare genomlysning av ett antal områden identifierats. Detta betyder inte att det finns tydliga tecken på brister, utan att kunskapsunderlaget är ofullständigt gällande vissa funktioner och insatser som är centrala för det hälsofrämjande arbetet.

Analyser behövs på följande områden:

- **Arbetsmiljö och företagshälsovård.**
- **Primär- och sekundärpreventivt arbete inom ÅHS.**
- **Prostatacancerscreening.**
- **Utsatta gruppers hälsosituation.**
- **Digital infrastruktur för prevention, dokumentation och uppföljning.**

Hela samhället måste hjälpa till

För att folkhälsostrategins mål ska nås behövs hälsosamma levnadsväl av individen, hälsofrämjande insatser inom första, andra och tredje sektorn, samt hälsofrämjande beslut inom alla politikens områden.

Strategins ansats att skapa en god och jämlik hälsa genom att beakta hälsokonsekvenser inom alla politikområden bygger vidare på de kopplingar som gjorts mellan hälsa och de övriga strategiska utvecklingsmålen för 2030 som definierats i Utvecklings- och hållbarhetsagenda för Åland och inom nätverket Bärkraft.ax. Denna breda ansats motsvarar också WHO:s hälsostrategier, FN:s globala mål för hållbar utveckling, EU:s principer för främjande av folkhälsan och nordiska ministerrådets handlingsplan för välfärd för alla 2030.

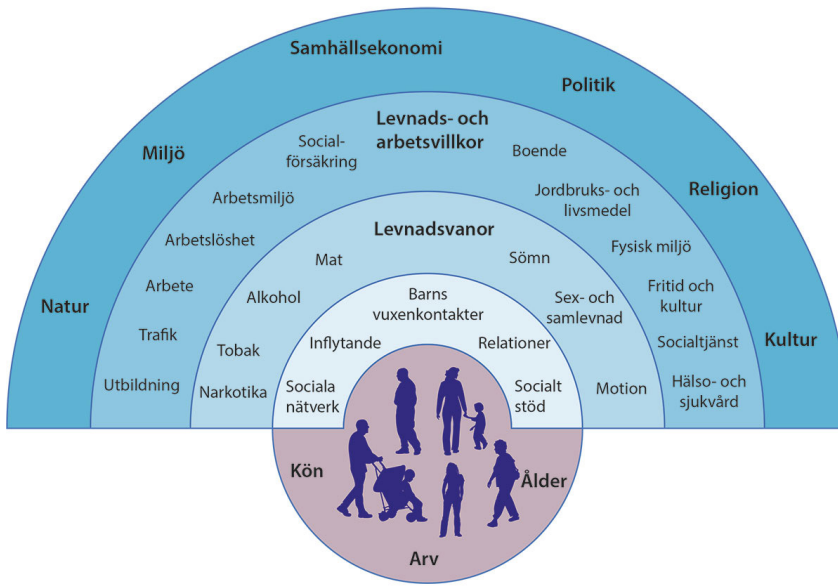


De sju strategiska utvecklingsmålen för 2030 som definierats i Utvecklings- och hållbarhetsagenda för Åland.

Ett tydligt jämlikhets- och jämställdhetsperspektiv behövs

För de flesta hälsoindikatorerna finns på Åland tydliga socioekonomiska skillnader och skillnader kopplade till kön och genus. Personer med lägre utbildning eller lägre inkomstnivå har sämre hälsa än högutbildade och höginkomsttagare. Även funktionsvariationer, könsidentitet och språkförståelse har betydelse för hälsosituationen.

Människor har olika förutsättningar för att ta till sig information och omsätta kunskap i hälsofrämjande beteenden. Hälsofrämjande insatser behöver därför designas så att de kommer alla till dels. Ett jämlikt och jämställt samhälle är en förutsättning för att uppnå jämlik hälsa. Hälsans sociala bestämningsfaktorer innefattar ett flertal levnadsomständigheter och samhällsfunktioner. Dessa behöver beaktas i folkhälsoarbetet.



Hälsans sociala bestämningsfaktorer

Källa: Dahlgren och Whitehead, 1991

Folkhälsostrategins specifika hälsomål och uppföljning

Strategins övergripande mål är att hälsan ska förbättras för hela Ålands befolkning samtidigt som hälsoskillnader som beror på sociala och ekonomiska faktorer, samt de påverkbara skillnaderna mellan könen ska minska till år 2030.

Strategin inkluderar ett antal specifika hälsoindikatorer och mål. Indikatorernas och målens inbördes relation illustreras nedan. Indikatorerna ska följas upp minst vartannat år och publiceras i en statusuppdatering. Processindikatorer och mål behöver utvecklas för specifika åtgärder som beslutas om på basis av denna strategi.



Inbördes relation mellan folkhälsostrategins mål och indikatorer.

Folkhälsostrategins specifika hälsomål till 2030

Målområde	Mål och indikator
Förbättrade övergripande hälsoindikatorer	<ul style="list-style-type: none"> • Öka medellivslängden • Minska andelen av befolkningen som upplever medelmåttigt eller dåligt hälsotillstånd • Öka upplevelsen av att blomstra (mätt med enligt Flourishing index) • Minska antalet totala sjukpenningperioder per capita • Minska antalet mottagare av sjukpension/invalidpension per capita • Bibehålla THL sjuklighetsindex på samma relativa nivå som 2021 jämfört med övriga Finland
Minskad dödlighet i vissa sjukdomar	<ul style="list-style-type: none"> • Minska antalet dödsfall i lungcancer • Minska antalet dödsfall i tjock- och ändtarmscancer • Minska antalet dödsfall i bröstcancer • Inga dödsfall i livmoderhalscancer bland kvinnor under 80 år • Inga självmord • Inga dödsfall i trafikolyckor • Minska antalet dödsfall i alkoholrelaterade sjukdomar och alkoholförgiftning
Minskad sjuklighet och funktionsnedsättning i vissa sjukdomar	<ul style="list-style-type: none"> • Minska antalet personer som behöver sjukdagpenning på grund av psykisk sjukdom • Minska andelen skolelever med måttlig eller svår ångest • Minska andelen vuxna personer som upplever betydande psykisk påfrestning • Minska andelen som utsatts för våld i nära relationer • Minska obesitasprevalensen • Minska diabetesprevalensen • Minska antalet sjukdagpenningperioder på grund av sjukdomar i rörelseapparaten • Minska antalet insjuknade i fästingburen hjärninflammation (TBE)
Förbättrade levnadsvanor	<p>Alkohol, narkotika, dopning, tobak och spel (ANDTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Förbättringar enligt ANDTS indikatorerna i ANDTS-politiska programmet, samt: • Minska rökingsprevalens i vissa specifika grupper • Minska andelen vuxna som dricker för mycket alkohol <p>Fysisk aktivitet och matvanor</p> <ul style="list-style-type: none"> • Öka andelen vuxna med tillräcklig fysisk aktivitet • Öka andelen skolelever som rör på sig minst en timme per dag • Öka andelen på gymnasiet som motionerar intensivt minst en timme i veckan under fritiden • Minska andelen skolelever som inte äter frukost varje vardagsmorgon • Öka andelen skolelever som äter allt som ingår i skolmåltiden alla dagar • Öka andelen skolelever som äter frukt, bär eller grönsaker minst två gånger per dag • Minska andelen skolelever som äter godis, choklad, sockrad dryck dagligen • Öka andelen vuxna som äter tillräckligt med frukt, grönsaker, baljväxter och fullkornsprodukter
Högre täckning av vissa medicinska preventiva åtgärder	<p>Öka täckningsgrad av vissa vaccinationer</p> <ul style="list-style-type: none"> • Öka täckningsgraden av mässling, påssjuka och röd hundvaccination, dos 2, till minst 95% • Öka täckningsgraden av humant papillomvirusvaccination, dos 1, till minst 90% • Öka täckningsgraden av TBE vaccinerade, 3 doser <p>Öka täckningsgrad av cancerscreening som ingår i de nationella screeningprogrammen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Öka andelen som deltagit i mammografi av dem som fått kallelse till 90% • Öka andelen som deltagit i screening av livmoderhalscancer av dem som fått kallelse till 90% • Öka andelen screenade för tarmcancer

För mer information:

Folkhälsostrategi för Åland 2023-2030.

Landskapsregeringens hemsida: <https://www.regeringen.ax/halsa-omsorg/folkhalsastrategi-aland-2023-2030>

Kontakt: Landskapsläkare Knut Lönnroth | knut.lonnroth@regeringen.ax | Tel: +358 18 25263