

Korkeassa tyypin 2 diabetesriskissä olevien perusterveydenhuollon asiakkaiden hedelmien, vihannesten ja marjojen käyttö ja sen taustatekijät

Sanna Salmela
Tutkija, TtM, ft
Terveystieteiden tutkimuskeskus
Terveystieteiden laitos
Jyväskylän yliopisto

Muut tutkimusryhmän jäsenet

- I Jyväskylän yliopisto:
 - Marita Poskiparta, dosentti, FT, KM, lehtori
 - Kirsti Kasila, TtM, tutkija
 - Kati Vähäsarja, LitM, tutkija
 - Jari Villberg, FM, tilastotieteilijä

Muut tutkimusryhmän jäsenet:

- I D2D-tutkimusryhmä:
 - Markku Peltonen, KTL
 - Timo Saaristo, Diabetesliitto
 - Sirkka Keinänen-Kiukaanniemi, Oulun yliopisto
 - Mauno Vanhala, Laukaan terveyskeskus
 - Juha Saltevo, Keski-Suomen shp
 - Heikki Oksa, Pirkanmaan shp
 - Eeva Korpi-Hyövälti, Etelä-Pohjanmaan shp
 - Jaakko Tuomilehto, Helsingin yliopisto

Tausta

- I Tutkimuksen aineistona käytetään D2D-hankkeessa kerättyä aineistoa
- I D2D-hanke = Tyypin 2 diabeteksen ehkäisyohjelman toimeenpanohanke eli Dehkon 2D-hanke
- I Laaja yhteistyöhanke, jossa mukana mm. viisi sairaanhoitopiiriä, Diabetesliitto, Helsingin yliopiston kansanterveystieteen laitos, Jyväskylän yliopiston terveystieteiden laitos sekä Kansanterveyslaitos
- I Tavoitteena saada T2 diabeteksen seulonta ja ehkäisy osaksi perusterveydenhuollon normaalia toimintaa

D2D-asiakkaat

- I Vapaaehtoisesti D2D-hankkeeseen osallistuneita perusterveydenhuollon asiakkaita, joilla
 - 1) korkeat T2 diabeteksen riskipisteet tai
 - 2) raskausdiabeteshistoria tai
 - 3) valtimotapahtumatausta tai
 - 4) kohonnut paastoverensokeri (IFG) tai heikentynyt sokerinsieto (IGT)

à KORKEASSA DIABETESRISKISSÄ OLEVAT
ASIAKKAAT

Tutkimuskysymykset

- I Kuinka suuri osa korkeariskisistä henkilöistä syö päivittäin kasviksia (= hedelmiä, vihannuksia, juureksia tai marjoja)?
- I Onko käytöllä yhteyttä ikään, sukupuoleen, siviilisäätyyn, koulutukseen, työn luonteeseen, painoindeksiin ja muutosvalmiuteen (= taustatekijät)?

Tutkimusaineisto ja -menetelmät

- Asiakkaiden ja hoitajien täyttämät lomakkeet seurannan alkuvaiheessa (2003 – 2005)
- N = 3397, joista
 - suurin osa 45 – 65 –vuotiaita (noin 70 %), iän keskiarvo 54,8 vuotta
 - naisvaltainen aineisto (64 %)
 - kolmasosa eläkeläisiä
 - ylipainoisia tai lihavia 94 %, joista 63 %:lla BMI yli 30
- Ristiintaulukointi ja merkitsevyydestaukset

10.11.2006, Terveystieteen tutkimussymposium

S. Salmela, Jyväskylän yliopisto

7

Tulokset: Kasvisten yleinen käyttö

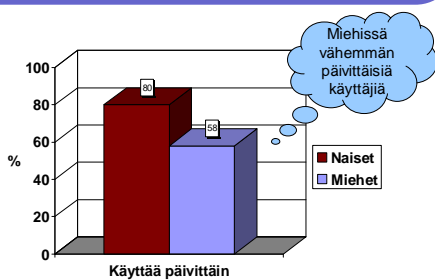
- 58 % syö kasviksia päivittäin
- Painoindeksiä lukuun ottamatta kaikilla tutkituilla taustatekijöillä oli tilastollisesti merkitsevä ($P < .05$) yhteys kasvisten käyttöön

10.11.2006, Terveystieteen tutkimussymposium

S. Salmela, Jyväskylän yliopisto

8

Tulokset: Päivittäin käyttävien osuus ja sukupuoli (n=2696)

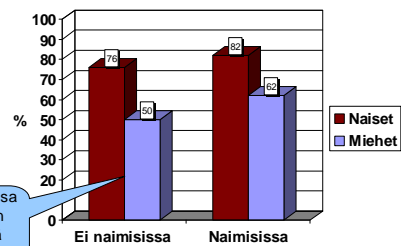


10.11.2006, Terveystieteen tutkimussymposium

S. Salmela, Jyväskylän yliopisto

9

Tulokset: Päivittäin käyttävien osuus ja siviilisäätö (n=2683)

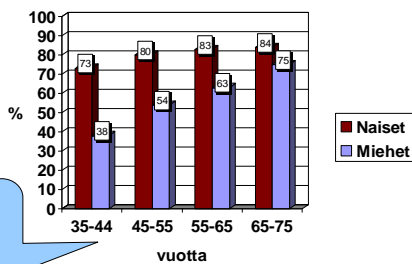


10.11.2006, Terveystieteen tutkimussymposium

S. Salmela, Jyväskylän yliopisto

10

Tulokset: Päivittäin käyttävien osuus ja ikä (n=2506)

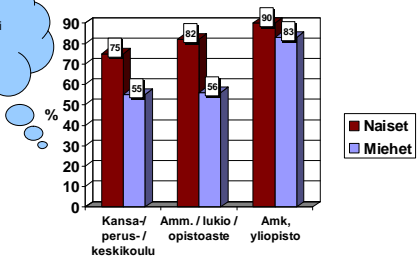


10.11.2006, Terveystieteen tutkimussymposium

S. Salmela, Jyväskylän yliopisto

11

Tulokset: Päivittäin käyttävien osuus ja koulutus (n=2682)

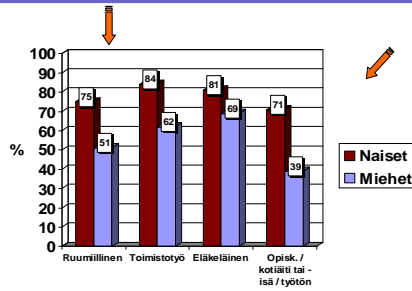


10.11.2006, Terveystieteen tutkimussymposium

S. Salmela, Jyväskylän yliopisto

12

Tulokset: Päivittäin käyttävien osuus & työn luonne (n=2659)



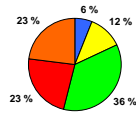
10.11.2006, TerveysNetin tutkimussymposium

S. Salmela, Jyväskylän yliopisto

13

Tulokset: Muutosvalmius

"Oletteko lisännyt kasvien käyttöä kuluneen vuoden aikana?"



■ En, enkä aio lisätä
■ Olen yrittänyt lisätä
■ Olen jo aiemmin käyttänyt paljon
■ En, mutta aion lisätä
■ Olen lisännyt

10.11.2006, TerveysNetin tutkimussymposium

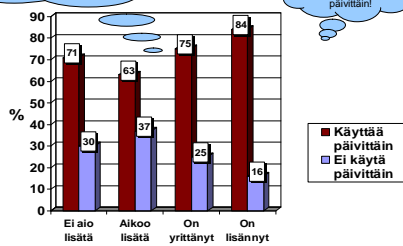
S. Salmela, Jyväskylän yliopisto

14

Tulokset: Päivittäinen käyttö ja muutosvalmius naisilla (n=1322)

Naispuolisissa päivittäisissä käyttäjissä enemmän muutosvalmiita verrattuna niihin, jotka eivät käytä kasviksia päivittäin

Muutoshalukkuutta myös heillä, jotka eivät käytä päivittäin!



10.11.2006, TerveysNetin tutkimussymposium

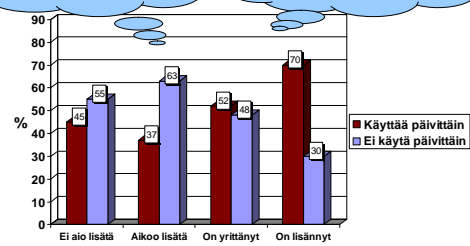
S. Salmela, Jyväskylän yliopisto

15

Tulokset: Päivittäinen käyttö ja muutosvalmius miehillä (n=757)

Miespuolisissa asiakkaisissa, jotka eivät käytä kasviksia päivittäin, enemmän muutosvalmiita verrattuna naisiin

Miespuolisissa asiakkaisissa, jotka käyttävät kasviksia päivittäin, vähemmän muutosvalmiita verrattuna naisiin



10.11.2006, TerveysNetin tutkimussymposium

S. Salmela, Jyväskylän yliopisto

16

Johtopäätöksiä

- Kasvien päivittäinen käyttö suhteellisen yleistä → silti 42 % ei syö päivittäin
- Vaikka söisikin päivittäin, ravitsemussuositus (5 annosta päivässä) ei välttämättä toteudu

10.11.2006, TerveysNetin tutkimussymposium

S. Salmela, Jyväskylän yliopisto

17

Johtopäätöksiä

- Kasvien käytön lisäämisyritykset ovat yleisiä riippumatta siitä, käyttäkö päivittäin kasviksia vai ei → potentiaalia muutokseen siis on!
- Neuvonnassa tulisi osata tukea kyseisiä asiakkaita pitkäkestoisiin muutoksiin kasvien käytössä

10.11.2006, TerveysNetin tutkimussymposium

S. Salmela, Jyväskylän yliopisto

18

Johtopäätöksiä

- I Erityisesti korkeassa diabetesriskissä olevia miehiä, alle 55-vuotiaita, alhaisesti ja keskitasoisesti koulutettuja, ruumiillista työtä tekeviä sekä muutosvalmiuden alkupäässä olevia tulisi kannustaa päivittäiseen kasvien syömiseen
- I Miten panostettaisiin muutoshaluttomiin, jotka eivät tälläkään hetkellä käytä päivittäin kasviksia?

10.11.2006, Terveystieteen tutkimussymposium

S. Salmela, Jyväskylän yliopisto

19

Johtopäätöksiä

- I Yhtä moni ylipainoisista kuin normaalipainoisistakin syö kasviksia päivittäin
 - à korostettava mahdollisesti kasvien merkitystä muita ruokia *korvaavina* tuotteina
- I Onko normaali- ja ylipainoisten välillä mahdollisesti eroja siinä, kuinka monta annosta kasviksia päivittäin käyttää?

10.11.2006, Terveystieteen tutkimussymposium

S. Salmela, Jyväskylän yliopisto

20

Tutkimuksen luotettavuus

- I Itseraportoitujen tulosten luotettavuus?
- I Motivoituneempien asiakkaiden valikoituminen hankkeeseen?
- I Marginaaliryhmissä pienet osallistujamäärät: alle 35-vuotiaat ja yli 75-vuotiaat sekä esiharkintavaiheessa olevat

10.11.2006, Terveystieteen tutkimussymposium

S. Salmela, Jyväskylän yliopisto

21

Syö kasviksia puoli kiloa päivässä



Lisäksi 2-5 perunaa



www.kuulinvalvonta.fi



TERVEYTTÄ KASVIKSIILLA

www.terveystieteenlaitos.fi