

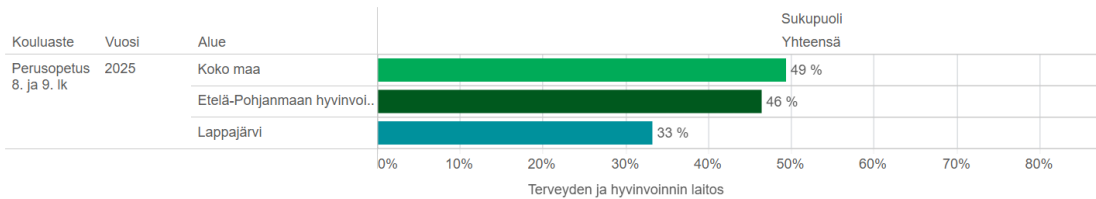
KOULUTERVEYSKYSELYIDEN TULOKSET

terveydenhoitajan näkökulma, perusopetus 8.–9.lk, vuosi 2025

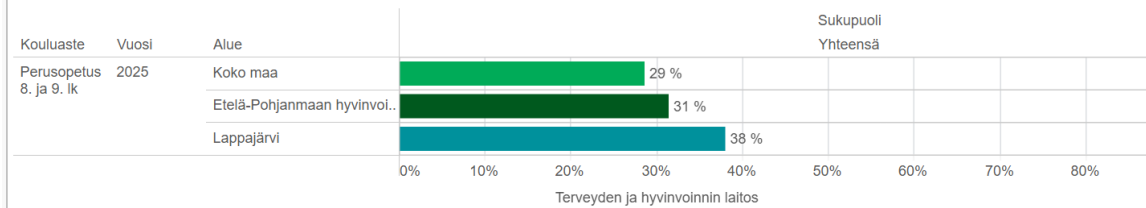
Huolenaiheita:

- **Liikkuminen.** Itsenäisesti liikkuvia vähintään viikoittain, oli 71%, joka oli samaa tasoa koko maan ja hva:n tuloksen kanssa. Hengästyttävä liikunta jää suurimmalla osalla liian vähäiseksi. Vähintään 1h/pvä liikkuvia oli 27%.

Harrastaa liikuntaa ohjatusti vapaa-ajalla vähintään viikoittain, %

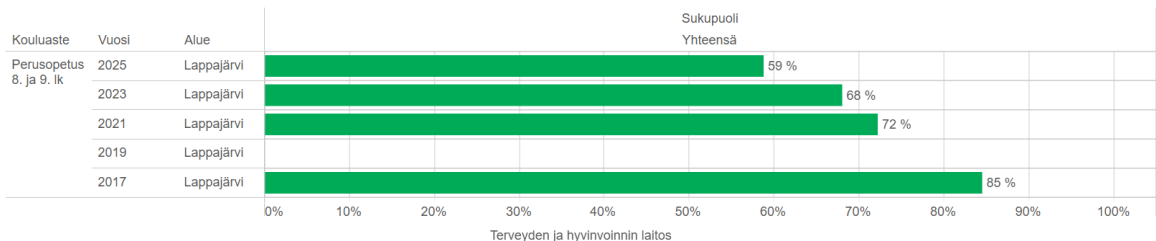


Harrastaa hengästyttävää liikuntaa vapaa-ajalla korkeintaan 1 h viikossa, %

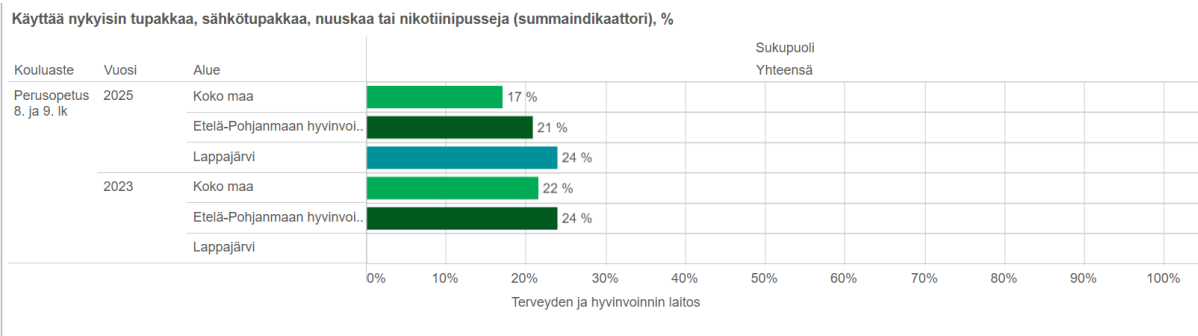
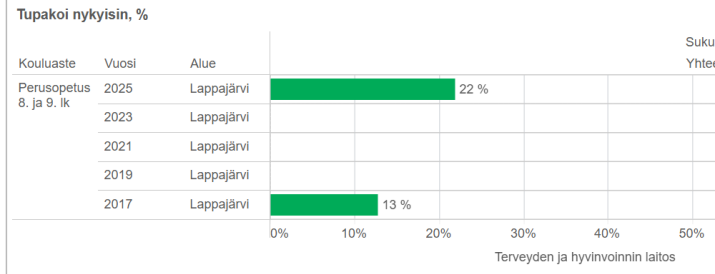


- **Päihteiden käyttö.** Alkoholin käyttö kasvussa viime vuosina? Niiden määrä, jotka eivät ole ollenkaan käyttäneet alkoholia, on ollut laskussa joka vuosi. Tulosten mukaan kuitenkin niitä, jotka käyttävät alkoholia viikoittain tai olisivat tosi humalassa vähintään kerran kuussa, ei ole ollenkaan. Eli kokeilu/vähäisen määrän käyttö lisääntynyt, mutta runsasta käyttöä ei juurikaan ole? Kyselyyn vastanneista kukaan ei ole myöntänyt kokeilleensa kannabista.

Ei käytä alkoholia, %

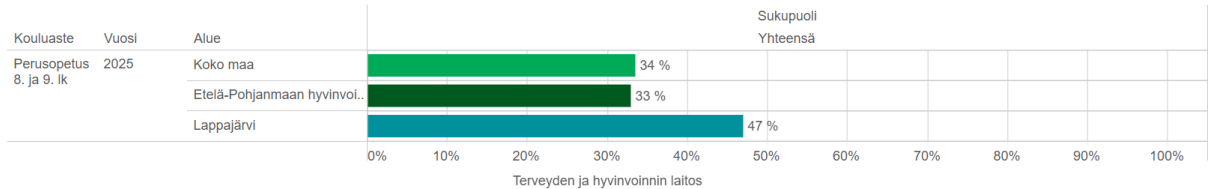


- **Tupakointi** nousi esiin yllättävän isona verrattuna edellisiin vuosiin ja tässä Lappajärvellä isompi tulos kuin koko maassa (9%) tai hva:lla (13%).
- Nuuskaajia ei ollut, **nikotiinipussien ja sähkösavukkeiden käyttäjiä** oli 14%; niiden käyttö on lisääntynyt. **Yhteensä näiden käyttäjiä jo 24% eli noin ¼ !**

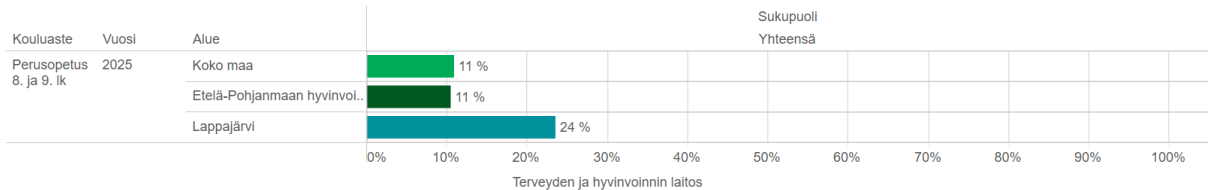


- **Netin käyttö** koetaan ongelmallisena/liiallisena. Tekemisen puute?

Yrittänyt usein viettää vähemmän aikaa netissä, mutta ei ole onnistunut, %



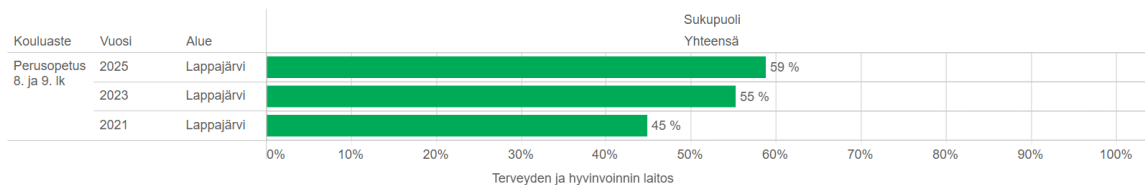
Liialliseksi koettu netin käyttö (summaindikaattori), %



Positiivinen kehitys:

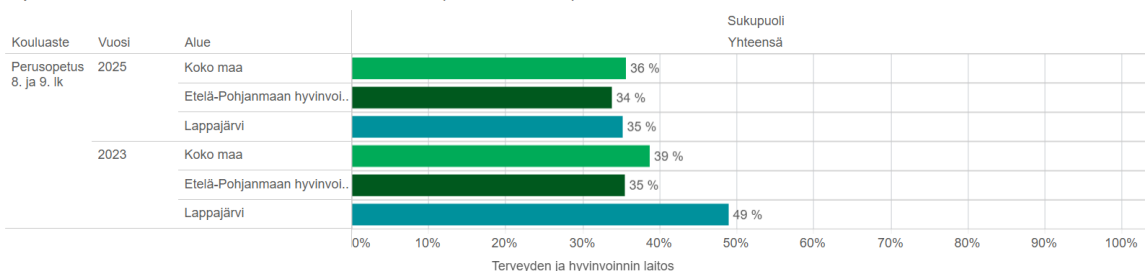
- **Unta 8h/yö** nukkuvien määrä on lisääntynyt! Edelleen parannettavaa on, mutta suunta on ollut hyvä viime vuosina. Tässä Lappajärvi on samaa tasoa koko maan ja hva:n kanssa.

Nukkuu arkisin vähintään 8 tuntia (summaindikaattori), %



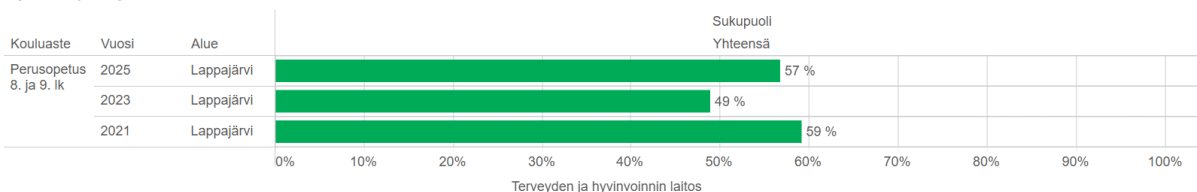
- **Terveydentila** hieman parantunut ja vastaa nyt koko maan tasoa kiputuntemusten osalta (vaikka tulos edelleen hieman huolestuttava onkin). Liikunnan puute ja ruutu aika vaikuttamassa tähän??

Kipua ainakin kolmessa kehonosassa vähintään kerran viikossa (summaindikaattori), %



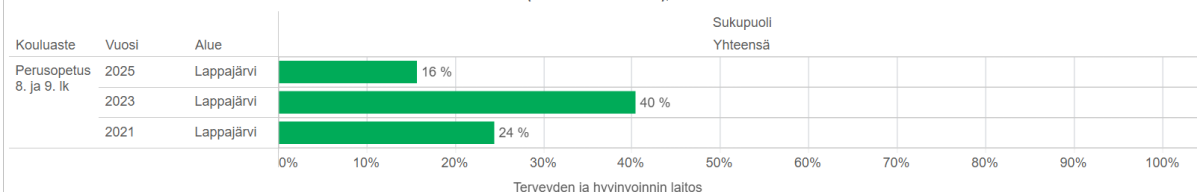
- **Aamupalan syöminen** hieman parantunut viime kerrasta, lähes 3/5 syö nyt aamupalan.

Syö aamupalaa joka arkiamu, %



- **Seksuaalinen häirintä** merkittävästi vähäisempää vrt. vuoteen 2023 (toki tässä asiassa täysin tyytyväinen voisi olla vain 0% tulokseen). Koulussa ei ole koettu ollenkaan seksuaalista häirintää, mikä on erittäin hieno asia.

Kokenut häiritsevää seksuaalista ehdottelua tai ahdistelua vuoden aikana (summaindikaattori), %



Yhteenvedon tehnyt: Yhteiskoulun 7.–9.lk terveydenhoitaja Suvi Ahola