

## Terveyden edistäminen - valintakoe 20.5.2019, klo 12.00-15.00

### Valintakoetehtävien vastaukset ja pisteytys

#### Tehtävä 1. Oikein – väärin väittämät (1 piste/oikea vastaus)

Perehdy artikkeliin 1. Halonen P, Enroth L, Jylhä M, Tiainen K. Pitkäaikaissairaudet ja monisairastavuus hyvin vanhoilla sekä niiden yhteys toimintakykyyn ja itse arvioituun terveyteen – Tervaskannot 90+ -tutkimus. Gerontologia 2017;31:265-277.

**Vastaa artikkelin perusteella** ohessa oleviin väittämiin (Oikein = O, Väärin = V). Merkitse vastauksesi kysymyksen lopussa olevalle viivalle.

Väittämät	Vastaus
1. Collertonin ja kumppaneiden (2009) tutkimuksessa yhdeksällä kymmenestä 85 vuotta täyttäneistä oli yli kaksi sairautta.	O
2. Tutkittavista vanhin oli mies.	V
3. Taulukon 1 perusteella itse-vastanneiden mukaan lonkkamurtuma oli tilastollisesti merkitsevästi yleisempi naisilla kuin miehillä.	V
4. Tutkittavan katsottiin olevan päivittäisten toimintojen osalta itsenäinen, jos hän kykeni pukeutumaan ja riisuutumaan sekä liikkumaan sisätiloissa.	V
5. Lähdeluettelon mukaan artikkelissa viitteinä käytetyistä lähteistä on yli 60 % vuoden 2010 jälkeen julkaistuja.	O
6. Kun verrataan tutkimukseen osallistuneita miehiä ja naisia, pienemmällä osuudella naisista ei ollut yhtään sairautta.	O
7. P-arvo 0,087 taulukossa 1 tarkoittaa tässä artikkelissa tilastollisesti merkitsevää.	V
8. Lisääntynyttä avun tarvetta päivittäisissä toiminnoissa ja liikkumisessa analysoitiin khiin neliö -testin avulla.	V
9. Vastemuuttujana regressioanalyysissä käytettiin ikää.	V
10. Taulukon 1 mukaan huono itsearvioitu toimintakyky ei eronnut tilastollisesti merkitsevästi sukupuolten välillä.	O
11. Vaikka vastausprosentti oli korkea, tutkijat pohtivat, että kyselyyn vastaamattomat olivat huonokuntoisimpia.	O
12. Kuvion 1 mukaan yksittäisistä sairauksista miehillä esiintyi vähiten Parkinsonin tautia, aivohalvausta, lonkkamurtumia ja diabetesta.	V
13. Muun muassa Jackson työryhmineen (2015) on osoittanut, että yli 65-vuotiailla 70-80 %:lla on ainakin kaksi pitkäaikaissairautta.	O
14. Taulukon 2 mukaan verenpainetauti ei ollut tilastollisesti merkitsevästi yhteydessä huonoon itse arvioituun terveyteen, huonoon itse arvioituun toimintakykyyn, avun tarpeeseen päivittäisissä toiminnoissa tai liikkumisessa kummallakaan sukupuolella.	O
15. Artikkelin mukaan englanninkielinen termi multimorbidity tarkoittaa sitä, että henkilö sairastaa useampaa kuin yhtä pitkäaikaissairautta kerrallaan.	O
16. Tilastoanalyysit tehtiin STATA 23 -ohjelmalla.	V
17. Analyysit tehtiin erikseen miehille ja naisille, vaikka terveyden ei tiedetty olennaisesti eroavan sukupuolten välillä.	V
18. Tässä tutkimuksessa "itse vastanneilla" tarkoitettiin tutkittavia, jotka olivat vastanneet kysymyksiin täysin itsenäisesti.	V
19. Regressioanalyysissä ei tarkasteltu Parkinsonin taudin yhteyttä vastemuuttujiin.	O
20. Sairauksien määrä luokiteltiin tutkimuksessa luokkiin 0, 1, 2, 3, 4 ja 5 tai useampi.	V

## Tehtävä 2. Monivalinnat

Perehdy artikkeliin 1. Halonen P, Enroth L, Jylhä M, Tiainen K. Pitkäaikaissairaudet ja monisairastavuus hyvin vanhoilla sekä niiden yhteys toimintakykyyn ja itse arvioituun terveyteen – Tervaskannot 90+ -tutkimus. Gerontologia 2017;31:265-277.

**Vastaa artikkelin perusteella** ohessa oleviin monivalintakysymyksiin. Merkitse vastauksesi ruudukkoon. Oikeasta vastauksesta saa 2 pistettä/tehtävä. Vain yksi vastausvaihtoehto/kysymys hyväksytään. Jos merkitset yhteen kysymykseen useamman vastausvaihtoehdon, saat tästä vastauksesta 0 pistettä.

Kys.nro	1.	2.	3.	4.	5.
Vastaus	C	C	A	B	C

### 1. Taulukon 1 perusteella voidaan todeta:

- Sydänsairaus oli kaikkien vastanneiden osalta sekä miesten että naisten yleisin sairaus.
- Itse vastanneiden mukaan Parkinsonin tauti oli yleisempi kuin kaikkien vastanneiden mukaan.
- Masennusta esiintyi naisilla enemmän kuin miehillä.**

### 2. Taulukon 2 perusteella voidaan todeta:

- Naisilla havaittiin sydänsairauden ja aivohalvauksen olevan tilastollisesti merkitsevästi yhteydessä huonoon itse arvioituun terveyteen.
- Naisilla havaittiin sydänsairauden ja aivohalvauksen olevan tilastollisesti merkitsevästi yhteydessä avun tarpeeseen päivittäisissä toiminnoissa.
- Sekä miehillä että naisilla havaittiin muistisairauden olevan tilastollisesti merkitsevästi yhteydessä avun tarpeeseen liikkumisessa.**

### 3. Kuvion 2 perusteella voidaan todeta:

- Tutkittavilla, joilla oli vähintään 5 sairautta, oli huonoin itse arvioitu terveys.**
- Sairauksien lukumäärästä riippumatta miehillä oli naisia huonompi itse arvioitu toimintakyky.
- Miehet, joilla oli 4 sairautta, tarvitsivat keskimääräistä useammin apua päivittäisissä toiminnoissa.

### 4. Kuvion 1 perusteella voidaan todeta:

- Miehet sairastivat naisia yleisemmin sydänsairautta, muistisairautta ja diabetesta.
- Naisilla yleisimpiä sairauksia olivat nivelrikko, verenpainetauti ja sydänsairaus.**
- Monisairastavuuden ero sukupuolten välillä oli yli 10 prosenttiyksikköä.

### 5. Artikkelin perusteella voidaan todeta:

- Tervaskannot 90+ -tutkimus perustuu helsinkiläisaineistoon.
- Vuoden 2014 kyselyn vastausprosentti oli 82 %.
- Tutkittavan katsottiin olevan liikkumiskyvyltään itsenäinen, jos hän pystyi liikkumaan sisätiloissa, kulkemaan portaita ja kävelemään 400 metriä.**

## Tiivistelmän pisteytys (sisältö yhteensä 22 p)

Miranda H, Kaila-Kangas L, Heliövaara M ja Martimo K-P. Laaja-alainen kipu, unettomuus ja masentuneisuus – työkyvyn vakava uhka? Suomen lääkärilehti 2016;1–2:29–36.

Tausta:

- Kipujen yleisyys (1 p), kivut syy työssä poissaoloille (1 p)
- Masennus ja yhteys työkyvyttömyyteen (1 p)
- Unihäiriöt ja yhteys työkyvyttömyyteen (1 p)
- Tavoite (1 p)

*Tausta yhteensä 5 p*

Aineisto ja menetelmät:

- Terveys 2000 –tutkimus (1 p)
- 30 vuotta täyttäneet (1 p)
- Poikkileikkausasetelma (1 p)
- Kutsuttujen n (1 p)
- Kyselyt, terveyshaastattelu ja terveystarkastus (3 p)

*Aineisto ja menetelmät yhteensä 7 p*

Tulokset:

- Tutkittujen lukumäärä (1 p)
- Kipujen yleisyys (1 p)
- Unihäiriöiden yleisyys (1 p)
- Masennuksen yleisyys (1 p)
- Kipujen, unihäiriöiden ja masennuksen yhteys työkykyyn (2 p)

*Tulokset yhteensä 6 p*

Johtopäätökset:

- Työkyvyn palauttamiseksi on oleellista tunnistaa kivun kanssa esiintyvät unihäiriöt ja masennus ja vaikuttaa kaikkiin näihin oireisiin (2 p)
- Perus- ja työterveyshuoltoon kipupotilaille toimivia hoito- ja työkyvyn tukipolkuja (2 p)

*Johtopäätökset yhteensä 4 p*