



JYVÄSKYLÄN YLIOPISTO
UNIVERSITY OF JYVÄSKYLÄ



Ulkona liikkumista houkuttelevien ja estävien ympäristötekijöiden yhteydet kävelymodifikaatioihin kotona-asuvilla iäkkäillä ihmisillä

Heidi Skantz¹,

Taina Rantanen¹, Kirsi E. Keskinen¹, Timo Rantalainen¹, Lotta Palmberg¹, Johanna Eronen¹,
Erja Portegijs¹ ja Merja Rantakokko²

¹Gerontologian tutkimuskeskus ja Liikuntatieteellinen tiedekunta, Jyväskylän yliopisto,

²Hyvinvointiyksikkö, Jyväskylän ammattikorkeakoulu



Tutkimuksen tausta ja tavoite



Picture: Vectorstock.com

Mahdollistavat kävelymodifikaatiot¹:

- Apuvälineen käyttö
- Levähtäminen
- Kävelyn hidastaminen

Haitalliset kävelymodifikaatiot¹:

- Kävelyn vähentäminen
- Kävelyn lopettaminen

Tavoitteena tutkia ympäristötekijöiden yhteyksiä kävelymodifikaatioihin sekä selvittää, ennustavatko ympäristötekijät haitallisten kävelymodifikaatioiden kehittymistä kahden vuoden seurannassa

Menetelmät



Ulkona liikkumista houkuttelevat ja estävät ympäristötekijät

Luontoon liittyvät
esim. puistojen läheisyys,
mäkisyys

Infrastruktuuriin liittyvät
esim. valaistus, katujen
kunto

Turvallisuuteen liittyvät
esim. liikenne, vaaralliset
risteykset

2 km kävelymodifikaatiot

Mahdollistavat kävelymodifikaatiot:

- Apuvälineen käyttö
- Levähtäminen
- Kävelyn
hidastaminen

Haitalliset kävelymodifikaatiot:

- Kävelyn
vähentäminen
- Kävelyn
lopettaminen

Life-space mobility in old age (LISPE)

- N = 848
- kotona-asuvia 75 - 90 v.
- 2 vuoden seuranta 2012 – 2014
- Koti- ja puhelinhaastattelut

Tulokset, poikkileikkausasetelma (N = 848)



Ympäristötekijät	Mahdollistavat kävelymodifikaatiot	Haitalliset kävelymodifikaatiot
Houkuttelevat tekijät	OR (95% LV)	OR (95% LV)
Luonto (≥ 1 vs. 0)	0.5 (0.3 – 1.0)	0.5 (0.3 – 0.9)
Infrastruktuuri (≥ 1 vs. 0)	0.9 (0.6 – 1.4)	0.5 (0.3 – 0.7)
Turvallisuus (≥ 1 vs. 0)	1.4 (0.8 – 2.5)	0.6 (0.3 – 1.1)
Estävät tekijät		
Luonto (≥ 1 vs. 0)	2.2 (1.5 – 3.1)	1.4 (0.9 – 2.1)
Infrastruktuuri (≥ 1 vs. 0)	1.7 (1.2 – 2.5)	1.7 (1.1 – 2.6)
Turvallisuus (≥ 1 vs. 0)	1.3 (0.9 – 1.9)	0.7 (0.4 – 1.1)

Tutkittavat, jotka raportoivat luontoon tai infrastruktuuriin liittyviä houkuttelevia tekijöitä, käyttivät harvemmin haitallisia kävelymodifikaatioita

Tutkittavat, jotka kokivat luontoon liittyviä esteitä, käyttivät todennäköisemmin mahdollistavia kävelymodifikaatioita

Infrastruktuuriin liittyvien esteiden raportointi oli yhteydessä sekä mahdollistavien että haitallisten kävelymodifikaatioiden käyttöön

Multinomiaalinen logistinen regressioanalyysi, vertailuryhmänä iäkkäät, jotka eivät raportoi kyseistä edistäväää tai estävää tekijää
Mallit vakioitu iällä, sukupuolella, koulutusvuosilla, sairauksien lukumäärällä, masennusoireilla ja alaraajojen toimintakyvyllä

Tulokset, kahden vuoden seuranta (N = 610*)



Ympäristötekijät	Haitalliset kävelymodifikaatiot
Houkuttelevat tekijät	OR (95% LV)
Luonto (≥ 1 vs. 0)	0.8 (0.5 – 1.3)
Infrastrukturi (≥ 1 vs. 0)	0.9 (0.6 – 1.3)
Turvallisuus (≥ 1 vs. 0)	1.0 (0.6 – 1.8)
Estävät tekijät	
Luonto (≥ 1 vs. 0)	1.5 (1.1 – 2.2)
Infrastrukturi (≥ 1 vs. 0)	1.1 (0.7 – 1.6)
Turvallisuus (≥ 1 vs. 0)	1.2 (0.8 – 1.7)

Ainoastaan luontoon liittyvien esteiden kokeminen lisäsi haitallisten kävelymodifikaatioiden riskiä

*Analyyseistä poistettu ne, jotka käytti haitallisia kävelymodifikaatioita lähtötilanteessa

Binäärinen logistinen regressioanalyysi, vertailuryhmänä iäkkäät, jotka eivät raportoi kyseistä edistävää tai estävää tekijää

Mallit vakioitu iällä, sukupuolella, koulutusvuosilla, sairauksien lukumäärällä, masennusoireilla ja alaraajojen toimintakyvyllä



Johtopäätökset ja sovellettavuus

Toimintakyvyn heikentyessä ympäristön esteet korostuvat erityisesti alkuvaiheessa

- Liikkuminen saattaa myös vähentyä → ympäristön esteitä koetaan vähemmän

lääkkäiden ulkona liikkumista voi tukea esimerkiksi

- Katujen kunnossapidolla
- Tarjoamalla levähdyspaikkoja kävelyreittien varsille

Picture: Pixapay.com





Kiitos!

heidi.e.skantz@jyu.fi

 @HeidiSkantz

GEREC 
GERONTOLOGIAN TUTKIMUSKESKUS



Ministry of
Education
and Culture



Established by the European Commission

