

Terveystarkastukset

Lääkärikirja Duodecim

5.5.2022

Yleislääketieteen erikoislääkäri Osmo Saarelma



- Lasten ja nuorten terveystarkastukset
- Muut ikäkausitarkastukset
- Työterveyshuollon tarkastukset
- Tarkastukset ajokykyä, varusmiespalvelukelpoisuutta tai koulutusta varten
- Sähköinen terveystarkastus
- Kirjallisuutta

Terveystarkastuksen nimi on sikäli harhauttava, että useissa "terveystarkastuksissa" itse asiassa etsitään sairauksia tai alttiutta sairastua niihin. Alla kuvatussa sähköisessä terveystarkastuksessa ja joissakin työterveyshuollon tarkastuksissa huomiota kiinnitetään myös terveyttä ja työhyvinvointia edistäviin asioihin. Minkäänlaisessa tarkastuksessa ei henkilöä voida todeta varmuudella terveeksi, ainoastaan voidaan puhua joidenkin sairauksien todennäköisestä poissulkemisesta. Terveystarkastus voi silti tarjota hyvän lähtökohdan pohtia terveysriskejä ja harkita elämäntapojen muuttamista riskien vähentämiseksi. Tämän lisäksi terveystarkastuksia käytetään laajalti selvittämään kykenevyyttä esimerkiksi ajoneuvon kuljettamiseen, varusmiespalveluun, työtehtäviin tai koulutukseen. Erityinen tehtävä tarkastuksilla on kasvavien lasten ja nuorten kehityksen seurannassa.

Lasten ja nuorten terveystarkastukset

Lasten terveyttä seurataan neuvolassa säännöllisin tarkastuksin ja niihin liittyvin vanhempien kanssa käytävin keskusteluihin. Tarkastusten tarkoituksena on seurata lapsen kehitystä ja havaita siinä sellaiset poikkeamat, jotka viittaavat hoitoa vaativiin sairauksiin tai kehityksen ongelmiin, jotka tarvitsevat erityisiä tukitoimia. Tarkastusten määrä on sovitettu lapsen kehitysvauhdin mukaiseksi, siksi niitä on ensimmäisen ikävuoden aikana runsaasti, sen jälkeen vähitellen harveten. Lapsen tilan seuraamisen lisäksi neuvolakäynnit tarjoavat tilaisuuden paneutua kaikkiin lapsen kasvua sivuaviin perheen huoliin ja kasvatustehtävän tukemiseen.

Kasvun ja kehityksen seuranta jatkuu koulussa, jossa seurannan kohteena on nuoren kehitys ja kouluun sekä kouluyhteisöön liittyvät ongelmat. Murrosiän kehityksen seuraaminen ja tukeminen on erityisen tärkeä kouluterveydenhuollon tehtävä, yhdistyväthän tässä iässä elimistön nopeat muutokset ja aikuiseksi kasvaminen. Kouluterveydenhuollon tarkastusten ja niihin liittyvien keskustelujen tavoitteena on havaita kehityksen poikkeamat ja tukea terveyden kannalta suotuisaa kehitystä.

Muut ikäkausitarkastukset

Aikuisiällä tehtävistä rutiininomaisista terveydenhuollon ammattilaisten tekemistä terveystarkastuksista on melko vähäinen hyöty, ainakin, mikäli niihin ei liity suunnitelmaa ja tutkittavan oma halu vaikuttaa terveysriskeihinsä. Syy on yksinkertainen: pääosan terveysriskeistään ihminen näkee katsomalla peiliin. Tupakointi, alkoholin käyttö, ylipaino ja muut ravitsemusvirheet sekä liikunnan puute ovat asioita, jotka jokainen voi havaita itsessään ilman tarkastustakin. Terveiden osatekijöihin liittyy myös henkinen hyvinvointi niin läheissuhteissa kuin työssä. Näihin vaikuttaminen on samoin paljon ihmisen omissa käsissä, mutta ammattilaisen tuki elämäntapamuutosten tekemisessä voi olla tarpeen.

Eräistä säännöllisesti suoritettavista seulontatutkimuksista on osoitettu selvä hyöty. Tällaisia ovat naisille järjestettävät kohdunkaulan syövän ([Papakoe](#)) ja rintasyövän seulonnat. Samoin aikuisikäisten on syytä mittaattaa verenpaineensa muutaman vuoden välein ja yli 40-vuotiaiden on hyvä selvittää [veren rasva-arvojen](#) taso. Normaaleja rasva-arvoja ei ole aihetta tutkia useammin kuin viiden vuoden välein, mikäli ravintotottumuksissa ei tapahdu oleellisia muutoksia. Myöskään miesten [eturauhassyövän](#) rutiinimaisesta seulonnasta PSA-tutkimuksella ei ole osoitettu olevan hyötyä.

Ikäihmisten terveystarkastuksissa voidaan kiinnittää huomiota iän mukana kehittyviin ruumiillista ja henkistä toimintakykyä heikentäviin sairauksiin ja ympäristötekijöihin. Näin voidaan tukea kotona asumista ja ehkäistä laitoshoitoon joutumista.

Työterveyshuollon tarkastukset

Osa työhön liittyvistä terveystarkastuksista perustuu [työterveyshuoltolakiin](#) (21.12.2001/138), kun työstä saattaa aiheutua vaaraa tai haittaa terveydelle tai kun työ asettaa työntekijälle erityisiä terveydellisiä vaatimuksia. Työterveyshuollon työhönsijoittamistarkastusten tavoitteena on arvioida työntekijän terveydelliset edellytykset työhön. Erityisen tarpeellinen tällainen tarkastus on silloin, kun työ asettaa tekijälleen erityisiä vaatimuksia tai siihen liittyy terveysvaaroja, jotka on otettava huomioon työntekijää työhön sijoitettaessa.

Työterveyshuollossa tehtävien määräaikaistarkastusten tehtävänä on havaita työn altisteiden (esimerkiksi lyijy, melu) mahdollisesti aiheuttamat terveydentilan muutokset. Nämä tulisi kuitenkin pikemmin ehkäistä ennalta työolosuhteisiin vaikuttamalla. Suurin osa työterveyshuollossa tehtävistä tarkastuksista on ensi sijassa työntekijän yleiseen terveydentilaan kohdistuvia ikäryhmätarkastuksia, joissa pääasiallinen huomio on työhyvinvoinnissa ja kansantautien ehkäisyssä.

Tarkastukset ajokykyä, varusmiespalvelukelpoisuutta tai koulutusta varten

Nämä tarkastukset tehdään sellaisten sairauksien toteamiseksi, jotka mahdollisesti voisivat estää ajoneuvon kuljettamisen, varusmiespalveluksen tai tietynlaisen koulutuksen suorittamisen. Kuhunkin tarkoitukseen on erikseen suunnitellut tarkastusmallit. Lisäksi terveystarkastuksia tehdään selvittämään henkilön kelpoisuus erityisiä terveysvaatimuksia edellyttäviin ammatteihin (esim. lentäjät) tai harrastuksiin (esim. sukeltaminen).

Sähköinen terveystarkastus

Aikuisväestön terveysriskien ja terveyttä edistävien tekijöiden kartoittaminen voidaan suurimmalta osin tehdä henkilön itsensä täyttämän kyselylomakkeen avulla. Tietokoneen ohjaamana henkilö voi täyttää kyselyn itsenäisesti ja saada saman tien palautteen elintapojensa vaikutuksesta terveyteensä ja henkiseen hyvinvointiinsa sekä ohjeita mahdollisiin muutoksiin. Duodecimin tuottama kattava [sähköinen hyvinvointi- ja terveystarkastusohjelma](#) siihen liittyvine raportteineen ja valmennusohjelmineen on kansalaisten käytettävissä [Omaolo](#)-palvelussa nimellä [Terveystarkastus](#).