



## Onnittelemme lämpimästi Eeva Jalavisto -palkinnosta professori emerita Kaisu Pitkälää

Societas Gerontologica Fennica ry (SGF) on vuonna 1948 perustettu vanhuusilmiötä ja vanhuuteen liittyvää tutkimusta edistävä yhdistys. Viiden vuoden välein se jakaa perustajansa Eeva Jalaviston nimeä kantavan palkinnon ansiokkaalle gerontologian alan tutkijalle.

Yhdistyksen 75-juhlavuoden kunniaksi palkinto myönnettiin 27.4.2023 järjestetyssä Eeva Jalavisto -juhlasymposiumissa yleislääketieteen professori emerita LKT Kaisu Pitkälälle. Hän on tehnyt poikkeuksellisen merkittävän ja monipuolisen uran iäkkäiden ihmisten hyvinvoinnin, terveyden, sairauksien hoidon ja ennaltaehkäisyyn sekä kuntoutuksen edistämiseksi. Professori Pitkälän tieteellinen työ käsittää 385 kansainvälistä tutkimusartikkelia sekä 30 ohjattua väitöskirjaa monipuolisesti lääketieteeseen, terveystieteiden ja ravitsemustieteen alalta.

Professori Pitkälän erityisenä ansiona ovat hänen suunnittelemansa ja johtamansa lukuisat vanhusten hoidon keskeisimpiin tutkimusongelmiin puretuvat laajat interventiotutkimukset, joiden tuloksena on saatu runsaasti täysin uutta tietoa iästä väestönosaa parhaiten palvelevista terveydenhuollon toimintamalleista. Vuonna 2022 professori Pitkälä jäi eläkkeelle Helsingin yliopiston yleislääketieteen professorin virastaan, mutta jatkaa omaa tutkimustyötään edelleen aktiivisesti. Tästä on erinomaisena esimerkkinä laaja kansainvälinen RECETAS-projekti, jossa Pitkälä toimii Suomen kokonaisuuden johtajana. ”RECETAS-projektissa kiteytyy minulle useita tärkeitä arvoja ja tavoitteita. Projektissa korostetaan erilaisten ihmisryhmien – nuorten

ja vanhojen, syrjäytyneiden ja avuntarpeessa olevien sekä eri sukupuolten – tasa-arvoa ja osallisuutta omassa elämässään. Projekti tuo esille ihmisten yksinäisyyden merkityksen sekä selvittää luonnon vaikutuksia hyvinvointiin. Yksinäisyys tuli erityisen ajankohtaiseksi covid-19-pandemian aikana. Ilmastonmuutos ja luontokato tekevät luonnon hyvinvointivaikutuksien tutkimuksesta erityisen merkittävää.”

Kaisu Pitkälä kertoo toimineensa ikääntyneiden hoidossa käytännön tehtävissä yli 40 vuotta, kaikilla sen tasoilla. ”Ikäihmisten hoidossa on tänä aikana tapahtunut valtava muutos sänkyyn tuotavasta hoivasta kuntouttavaan ja hyvinvointia vahvistavaan hoitoon.” Useimmat Pitkälän kehittämät hoito- ja kuntoutusmuodot, esimerkiksi Ystäväpiiri-toiminta yksinäisille ikäihmisille, muistikoordinaattoritoiminta, Omahoitovalmennus muistiparis-kunnille, hauraiden ja muistisairaiden liikunnallinen kuntoutus, ravitsemushoito ravitsemusriskissä oleville, ikääntyneiden haitallisten lääkkeiden vähentäminen, ovat löytäneet paikkansa ja niitä toteutetaan laajasti nykyisessä palvelujärjestelmässä. ”Suomalaisen gerontologian arvostetuin kunnianosoitus, Eeva Jalavisto -palkinto, antaa merkittävän tunnustuksen elämäntyölleni sekä kiinnittää huomiota ikääntyneiden elämänlaatua ja hyvinvointia parantavaan hoitoon ja kuntoutukseen”, Kaisu Pitkälä tiivistää.

Eeva Jalaviston jalanjäljillä kulkeminen sekä vanhenemisilmiön ja vanhuuden tutkimuksen edistäminen on yhteiskunnassamme tärkeämpää kuin koskaan. Ihmisten pitkäikäisyys on saavutettu etu, mutta silti sen äärellä



*Kaisu Pitkälä (Kuva: Nina Kaverinen)*

tuodaan esille jatkuvasti erilaisia haasteita. Tutkimuksella ja siihen liittyvällä keskustelulla on vanhenemiseen sekä väestön demografiiseen muutokseen liittyvien teemojen ja ristiiriitaisuuksienkin äärellä tärkeä paikka ja tilaus. Kaisu Pitkälä näkee tulevaisuuden gerontologisen tutkimuksen vahvana, monitieteisenä ja monipuolisena. ”Tällä hetkellä tarvitaan enemmän tutkimusta ikääntyneiden elämästä, heidän toiveistaan ja tarpeistaan – heidän omalla äänellään. Tarvitsemme kohorttitutkimusta näyttämään, miten toiminnanvajeet, kognitio ja hyvinvointi muuttuvat myöhemmin syntyneissä kohorteissa. Edelleen tarvitaan innovatiivista interventiotutkimusta, jolla parannetaan ikääntyneiden hyvinvointia – ovat sitten kyseessä kolmasikäiset, hyvin iäkkäät tai elämän loppuvaiheessa olevat. Muistisairauden ja gerastenian voittaminen ovat gerontologian suuria kysymyksiä.”

Kurkistetaan vielä palkinnon saajan ajatuksiin omasta vanhuudesta. ”Ryhdyin aikoinaan erikoistumaan geriatriaan, kun huomasin ”tulevani kotiin” käydessäni nuorena lääkäriä ko-

tikäänneillä ikäihmisten luona. Tämä liittyi siihen, että olin menettänyt oman mummini liian aikaisin lapsena ja ikäihmiset auttoivat minua löytämään tuon lämpimän suhteen uudelleen. Omassa vanhuudessa toivoisin olevani samanlainen huolenpitävä ja rakastava mummi omille lapsenlapsilleni. Lapsenlapset ovat elämän jälkiruoka. Ikääntyneenäkin on tärkeää olla tarpeellinen. Kun sitten vanhetessa toiminnanvajeita ja avuntarvetta alkaa tulla, en pelkää myöskään ympärivuorokautista hoitoa. Olen viimeisen vuoden aikana kiertänyt lähes kaikki Helsingin tehostetun palveluasumisen talot ja asiat ovat siellä hyvin. Selvitämme asukkaiden mielipiteitä palveluasunnostaan ja niiden henkilökunnasta. Liki 90 prosenttia on tyytyväisiä palvelutaloonsa ja he antavat erityiskiitoksen henkilökunnan huolenpidosta ja ystävällisyydestä.”

Kaisu Pitkälän haastattelu ja teksti:

FT **Anu Jansson** ja prof. **Jouko Laurila**  
Kirjoittajat toimivat Societas Gerontologica Fennican hallituksessa.