

9.2.2022

TUUSULAN HYRYLÄN YLÄKOULUN JA LUKION HENKILÖKUNNAN OIREKYSELY, SYKSY 2021

Marraskuussa 2021 lähetettiin Hyrylän yläkoulun ja lukion henkilökunnalle oirekysely, joka oli korjausten jälkeinen seuranta v. 2019 tehdylle oirekyselylle. Kyselylinkki oli avoinna reilun kuukauden ajan ja suljettiin tammikuussa 2022. Pidentetyn vastausajan aikana saatiin vain muutama lisävastaus kyselyyn.

Vastanneita seurantakyselyssä oli yhteensä 41, joista miehiä 15 %, naisia 80 %, muu 5 %. Opettajien lisäksi vastaajien joukossa muuta henkilökuntaa n. viidennes koko aineistosta. Yhteensä 83 %:lla on akateeminen loppututkinto. Tuloksia tarkasteltaessa on syytä ottaa huomioon, että yhden vastaajan %-osuus on n. 2,5 %.

Edellisessä, v. 2019 tehdystä kyselyssä oli 62 vastaajaa, joten vertailu on vaikeaa seurantakyselyn matalan vastausaktiivisuuden vuoksi. Seuranta-aikana on tehty korjauksia yläasteen tiloissa, mutta ei lukion tiloissa. Vuoden 2019 kyselyn vastaajista 24 % oli miehiä ja 76 % naisia. Tässä kyselyssä yhden vastaajan osuus luvuista oli 1,6 %.

Työpiste: Lukion opetushenkilökuntaa 17 %, yläasteella 76 %, molemmissa 7 %. Yhteensä 17 % vastanneista työskentelee myös muualla kuin tutkittavassa rakennuksessa. Edellisessä kyselyssä yläkoulun henkilöstön osuus oli pienempi, 63 %. Lukiossa työskenteli silloin 23 % ja molemmissa 8 %.

Oman käsityksensä mukaan pitkään kosteusvauriomikrobeille altistuneiden osuus on pienentynyt. Selvästi suurempi osa vastaajista on nyt sitä mieltä, ettei ole altistunut lainkaan. Toisaalta edelleen 40 %:lla ei ole asiasta tietoa tai käsitystä (Taulukko 1).

Taulukko 1. Oma käsitys altistumisesta kosteusvauriomikrobeille (% vastanneista).

	2019 kysely	2021 kysely
ei lainkaan	19	25
alle vuoden	7	5
1-5 vuotta	13	18
6-10 vuotta	11	3
11-20 vuotta	10	8
yli 20 vuotta	2	0
ei tietoa	39	40

Noin puolella vastanneista terveydentilassa ei ole tapahtunut muutoksia. Seuranta-aikana joka viidennen terveydentila on oman arvion mukaan parantunut ja vajaalla viidenneksellä huonontunut. Terveydentilan huonontumista kokeneiden osuus on pienentynyt selvästi (Taulukko 2)..

Taulukko 2. Terveystilan muutos (% vastanneista).

	2019 kysely	2021 kysely
ei muutoksia	54	51
parantunut	5	17
huonontunut	26	17
ei osaa sanoa	15	15

Kolmella neljästä vastaajasta yleinen terveydentila oli erinomainen tai hyvä. Erinomaiseksi terveytensä kokevia oli tuoreessa kyselyssä selvästi aikaisempaa enemmän. Kukaan ei kokenut terveydentilaansa huonoksi (Taulukko 3).

Taulukko 3. Yleinen terveydentila (% vastanneista).

	2019 kysely	2021 kysely
erinomainen	10	18
hyvä	64	60
tydyttävä	25	23
huono	2	0

Työtiloista koettiin haittoja selvästi aikaisempaa vähemmän. Luku oli pudonnut noin puoleen, mikä oli merkittävä muutos. Itse työhön liittyviä haittoja kokee joka toinen vastaaja eikä tässä osuudessa havaittu muutoksia. Noin 40 % vastanneista ei koe haittoja työtä tai työympäristöstä (Taulukko 4).

Taulukko 4. Työstä ja työtiloista johtuvat haitat (% vastanneista).

	2019 kysely	2021 kysely
ei	37	39
kyllä, itse työstä johtuville haitoille (esim. kiire, stressi)	53	54
kyllä, työtiloista johtuville haitoille	31	17
aikaisemmin kyllä, mutta ei enää	0	2

Monia sisäympäristön haittoja koettiin äskettäin tehdyssä kyselyssä vähemmän kuin 2019 kyselyssä. Kokemukset vedosta ja matalasta huonelämpötilasta olivat valitettavasti yleistyneet. Kuumuudesta koettiin haittaa selvästi vähemmän, samoin kuivalta tuntuvasta ilmasta, tunkkaisuudesta ja riittämättömältä tuntuvasta ilmanvaihdosta koettiin haittaa harvemmin kuin aikaisemmin. Tunkkaisuus ja riittämätön ilmanvaihto olivat kuitenkin edelleen korkealla tasolla ja ylittävät Sisäilmayhdistyksen suositusarvon.

Pölystä ja heikosta valaistuksesta oli myös aikaisempaa vähemmän haittakokemuksia. Mikroiperäisiä hajuja ja viemärinhajua koki vain alle 10 %, mikä oli vähemmän kuin oppilaskyselyssä. Muut hajut olivat hiukan yleistyneet. Meluhaitta oli pysynyt ennallaan (Taulukko 5).

Taulukko 5. Sisäilman olosuhdetekijät (% vastanneista).

	kysely 2019	kysely 2021
veto	21	31
liian korkea huonelämpötila	19	8
vaihteleva huonelämpötila	27	25
liian matala huonelämpötila	23	33
kuiva ilma	42	24
tunkkaisuus, huono sisäilma	47	38
kosteaa ilmaa	7	3
riittämätön ilmanvaihto	53	40
homeen tai maakellarin haju	9	3
liuottimien haju	4	5
viemärin haju	12	5
muut epämiellyttävät hajut	7	10
tupakansavu	0	3
melu	68	68
heikko valaistus tai häikäisy	34	18
havaittava pöly tai lika	36	18
ruoankäry, vesihöyry	7	3
hitsausuurut, leikkuunesteet, juotoskäry tms.	2	5
pakokaasut	2	3
jokin muu	0	3

Kysymykseen, onko vuoden 2021 aikana tehty korjauksia, 80 % vastaa ei, 18 % kyllä, omissa työtiloissa, 3 % muualla. Aikaisemmassa kyselyssä 10 %:lla oli tehty korjauksia omissa tiloissa ja 8 % muualla.

Yhteensä 13 välttänyt työskentelyä tietyissä tiloissa. Kukaan ei ole vaihtanut työtiloja tai ollut väistötiloissa (aikaisemmin 3 % vaihtanut työpistettä). Aikaisemmassa kyselyssä 21 % välttänyt työskentelyä tietyissä tiloissa.

Yleinen työviihtyvyys on ollut molemmissa kyselyissä hyvällä tasolla. Seurantakyselyssä erinomaisesti viihtyvien osuus oli jonkin verran pienentynyt, mutta kun hyvin tai erinomaisesti viihtyvät lasketaan yhteen, luku on melko samalla tasolla molemmissa kyselyissä (Taulukko 6).

Taulukko 6. Työviihtyvyys (% vastanneista).

	kysely 2019	kysely 2021
erinomaisesti	30	23
hyvin	57	60
kohtalaisesti	12	13
huonosti	2	5

Valtaosa vastaajista kokee työnsä innostavaksi ja palkitsevaksi. Vaihtoehdon 'useimmiten' valitsi nyt 68 %, aikaisemmin 77 %. Työkuormitus on hiukan kasvanut. Työtä on liian paljon 38 %:lla, kun luku edellisessä kyselyssä oli 34 %. Vaikutusmahdollisuudet kokee 'useimmiten' hyväksi nyt 23 %, kun

vastaava luku aikaisemmin oli 30 %. Vaikutusmahdollisuudet koetaan siis hiukan huonommiksi seurantakyselyssä. Myös vertaistuki on vähän heikentynyt. Vertaistuki on hyvää 'useimmiten' 53 %:lla, kun edellisessä kyselyssä vastaava luku oli 67 %.

Työhön liittyvä stressi on vähentynyt. Stressiä kokee nyt 25 % useimmiten, aikaisemmin 31 %:lla oli stressiä 'useimmiten'.

Taustatiedot

Kotieläimiä on uusimman kyselyn mukaan 39 %:lla vastanneista (aikaisemmin 44 %). Kukaan ei altistu muiden tupakansavulle säännöllisesti. Vain 5 % tupakoi itse (sama %-osuus myös aikaisemmin), 17 % lopettanut tupakoinnin. Edellisessä kyselyssä tupakoinnin lopettaneita oli 21 %.

Kodin kosteus- ja homevauriot harvinaisia ja ne on korjattu. 8 %:lla tunkkaisuutta tai ilmanvaihdon ongelmaa. Aikaisemmassa kyselyssä oli tunkkaisuushavaintoja kodissa 13 %:lla, 2 %:lla hajuhaittaa, 5 %:lla kosteusvaurio, joka korjattu ja 3 %:lla ollut homevaurio joka on korjattu.

Oireet ja koetut haitat sisäilmaan liittyen

Työpaikan sisäilma on aiheuttanut uuden kyselyn mukaan 33 %:lle viihtyvyshaittaa ja 18 %:lle terveyshaittaa. Aikaisemmassa kyselyssä työpaikan sisäilma oli aiheuttanut 35 %:lle viihtyvyshaittaa ja 27 %:lle terveyshaittaa. Koetut terveyshaitat ovat siis selvästi vähentyneet.

Viikoittain tai päivittäin esiintyvistä oireista nuha ja tukkoisuus, kurkkukipu ja käheys ovat selvästi yleistyneet. Silmäoireet ovat selvästi vähentyneet ja muut oireet ovat ennallaan (Taulukko 7).

Taulukko 7. Oireet syyslukukauden 2021 aikana (% vastanneista).

	kysely 2019	kysely 2021	lievitty muualla
nenän tukkoisuutta	36	50	41
vesinuhaa	12	23	29
sameaa nuhaa	7	5	8
kurkkukipua	8	13	41
käheyttä	22	28	82
nenäverenvuotoa	0	0	11
kuivaa yskää	17	18	50
limaista yskää	5	5	9
hapennälkää rasituksessa	14	13	25
yöyskää	5	8	0
hengenahdistusta	5	8	23
hengityksen vinkunaa	10	8	15
vinkuvaa yskää	3	0	0
polttavaa kipua hengitysteissä tai keuhkoissa	2	5	18
silmien kutinaa, kirvelyä tai ärsytystä	30	15	33

Yleisoireista väsymys, nivelkiput ja valkosormisuus ovat yleistyneet, mutta lihaskivut ja virtsatieoireet ovat vähentyneet (Taulukko 8).

Taulukko 8. Yleisoireet syyslukukauden aikana (% vastanneista).

	kysely 2019	kysely 2021	lievitty muualla
kuumetta yli 37,5 tai vilunväreitä	0	0	14
väsymystä, uupumusta	45	50	69
pää tuntunut raskaalta	31	28	68
päänsärkyä, migreeniä	12	15	50
nivelkipuja	25	35	17
nivelturvotusta	13	10	13
aamujäykkyyttä nivelissä	31	30	14
kylmäaltistukseen liittyvää valkosormisuutta	3	13	11
lihaskipuja	25	20	21
selkäkipuja	23	23	32
virtsatieoireita	8	3	0
rytmihäiriöitä	7	10	22
rintakipuja	0	0	20

Neurologisissa oireissa ei seuranta-aikana ole tapahtunut merkittäviä muutoksia. Keskittymisvaikeuksia ilmoitetaan hiukan aiempaa vähemmän (Taulukko 9).

Taulukko 9. Neurologiset oireet syyslukukauden aikana 2021 (% vastanneista).

	kysely 2019	kysely 2021	lievitty muualla
huimausta	12	15	39
muistihäiriöitä	18	15	50
keskittymisvaikeuksia	18	14	69
ärtyneisyyttä	23	26	59
vapinaa	5	5	0
puutumista tai pistelyä raajoissa	10	8	0
lihasnykinää	5	0	0
unihäiriöitä	36	36	64

Vatsakipuja raportoitiin nyt selvästi vähemmän kuin aikaisemmin (Taulukko 10).

Taulukko 10. Vatsaoireet syyslukukauden aikana (% vastanneista).

	kysely 2019	kysely 2021	lievitty muualla
ruokahaluttomuus	0	3	40
pahoinvointi	3	3	33
oksentelu	0	0	0
vatsakivut	14	5	33
ripuli, löysät ulosteet	10	8	46

Iho-oireissa ei ole tapahtunut merkittäviä muutoksia (Taulukko 11).

Taulukko 11. Iho-oireet syyslukukauden aikana (% vastanneista).

	kysely 2019	kysely 2021	lievitty muualla
kasvojen ihon kuivuus tai punoitus	34	35	32
käsien ihon kuivuus, kutina tai punoitus	43	44	38
nokkosrokko, urtikaria	5	3	20
mustelmia ilman vammaa/kolhuja	2	3	0
voimakasta hiustenlähtöä	7	8	0
psoriasis	2	3	0
punajäkälä iholla tai suussa	3	0	20
sieni-ihottuma	2	0	0

Infektiosairaudet ja hoidon tarve

Flunssia, nuhakuumeita ja vatsaflunssia ilmoitettiin seuranta-aikana merkittävästi vähemmän kuin edellisessä kyselyssä. Sen sijaan muita hengitystieinfektioita oli suunnilleen saman verran kuin vuoden 2019 oirekyselyssä. Muutos voi johtua korjauksista, mutta myös korona-ajan hygieniatoimilla voi olla merkitystä, kun on korostetusti huolehdittu käsien pesusta, turvaväleistä ja on käytetty kasvosuojuksia. Vatsataudeilla ei tietävästi ole yhteyttä sisäilma-altisteisiin, joten yleinen infektiosairastavuuden lasku johtunee suurelta osin koronan torjuntatoimista. Myös silmätulehdukset ovat vähentyneet merkittävästi (Taulukko 12).

Taulukko 12. Infektiosairaudet (% vastanneista).

	kysely 2019	kysely 2021
kuumeeton flunssa, nuha	80	67
nuhakuume	57	35
angiina	5	0
välikorvantulehdus	3	5
poskiontelon tulehdus, sinuiitti	10	11
kurkunpääntulehdus, laryngiitti	10	8
keuhkoputkentulehdus, bronkiitti	7	5
keuhkokuume	3	0
oksennustauti, ripulitauti	31	15
influenssa	3	5
silmätulehdus	23	5
jokin muu infektio	15	10

Sekä vastaanottokäyntien tarve että antibioottien käyttö olivat vähentyneet aikaisempaan kyselyyn verrattuna. Lyhyitä poissaoloja oli vähemmän, mutta pitkiä poissaoloja hiukan enemmän kuin edellisessä vuoden 2019 kyselyssä. Korona-aikana karanteeniaika on saattanut pidentää infektioiden yhteydessä olevaa poissaoloa aikaisemmasta, vaikka kyseessä ei olisi ollut juuri koronainfektio.

Oireisena on suositeltu pysymään poissa työpaikalta tartuntojen välttämiseksi ja karanteeniajat olivat vuoden 2021 puolella vielä melko pitkiä (Taulukko 13).

Taulukko 13. Hoidon tarve ja poissaolot (% vastanneista).

	kysely 2019	kysely 2021
lääkärin vastaanotolla	53	25
antibioottihoito	37	20
ei yhtään päivää	39	44
1-3 päivää	39	27
4-7 päivää	16	27
yli 8 päivää	6	2

Lääkärin toteamat sairaudet ja lääkehoito

Astmaa sairastavien osuus oli vähentynyt, allergista nuhaa sairastavien osuus oli noussut ja atooppista ihottumaa sairastavien osuus pysynyt suunnilleen ennallaan. Nivelrikkoa ja kilpirauhassairautta sairastavien osuudet olivat pysyneet samana. Verenpainetautia ilmoitettiin hiukan vähemmän jälkimmäisessä kyselyssä.

Taulukko 14. Lääkärin toteamat sairaudet (% vastanneista).

	kysely 2019	kysely 2021
astma	20	14
allerginen nuha	19	31
atooppinen ihottuma	11	9
nivelrikko	20	20
kilpirauhassairaus	10	11
hypertonia	13	9
selkäsairaus	2	3
IBD	4	3

Yhteensä 34 % ilmoitti, ettei ole mitään lääkäriin toteamaa sairautta. Aikaisemmassa kyselyssä vastaava luku oli 28 %.

Lääkkeitä tarvittaessa 28 %, kausittain 5 % ja jatkuvasti 28 %. Vuoden 2019 kyselyssä vastaavat luvut olivat 31 %, 3 % ja 33 %. Seuranta-aikana lääkkeiden käyttö oli hiukan vähentynyt.

Yhteensä 20 % oli ollut keuhkojen toiminnan testeissä, mutta vain 5 %:lle oli tehty mikrobivasta-aineiden testausta. Muita allergiatestejä oli tehty 27 %:lle. Vastaavat luvut olivat 23 %, 8 % ja 18 %. Muutosta oli siis tapahtunut muissa allergiatesteissä kuin mikrobien vasta-ainetesteissä.

Oireilua muualla: hajusteista 22 %, katupölystä 22 %, pesuaineista 17 %. Edellisessä kyselyssä katupölystä oireili 21 %, hajusteista 13 %, pesuaineista 12 % ja pakkasilmasta 16 %. Hajuste- ja kemikaaliherkkyydet olivat siis hiukan yleistyneet, katupölyoireilu oli pysynyt samana.

Muita havaintoja: maskin käyttö lisää väsymystä ja hengitystieoireita. Yksi vastaaja kokee, että maskin käyttö on vähentänyt altistumista ja oireitakin.

Yhteenveto

Jälkimmäiseen kyselyyn vastasi huomattavasti pienempi joukko työntekijöitä kuin ensimmäiseen oirekyselyyn. Tämä vaikeuttaa tulosten tulkintaa.

Kyselyn tuloksissa oli useita muutoksia parempaan suuntaan. Olosuhdehaittoja ilmoitettiin jonkin verran vähemmän, kuitenkin mikrobiperäisiä hajuja on edelleen havaittavissa. Veto ja lämpöolot edellyttävät vielä ilmanvaihdon ja lämmityksen säätöä. Meluhaitta on entisellään. Tunkkaisuus ja koettu ilmanvaihdon riittämättömyys ylittävät selvästi esim. Sisäilmayhdistyksen suosituksen oirekyselyjen tulosten tulkinnasta.

Sisäilmatekijöiden koetaan kuitenkin aiheuttavan vähemmän terveydellistä haittaa. Itse työhön liittyvät haitat ovat ennallaan. Työkuormitus, työn hallinta ja vertaistuki ovat hiukan heikentyneet.

Oiretasoissa nuha ja tukkoisuus ovat yleistyneet, mutta silmäoireet ja silmätulehdukset ovat vähentyneet selvästi. Infektiosairastavuus on yleisesti parempi kuin 2019 kyselyssä. Lääkärin palveluja ja antibioottikuureja on käytetty selvästi vähemmän.

Havaitut muutokset ovat samansuuntaisia kuin oppilaskyselyssä on havaittu.

Koska lukiosiipeä ei ole vielä korjattu, suositellaan korjauksia jatkettavaksi ja myös oireseuranta on hyvä jatkaa.

Viite: <https://www.sisailmayhdistys.fi/Terveelliset-tilat/Ongelmien-tutkiminen/Terveydelliset-tutkimukset/Orebro-ja-muut-kyselyt> (latauspäivä 10.2.2022).