

11. heinäkuuta 2016

Tutkimus: Suomalaisen hyvinvointi huipussaan heinäkuussa

Kesällä loma ja lämmin sää saavat suomalaiset voimaan hyvin, ja kesälomalla nautitaan etenkin levosta. Arjessa peräti yhdeksän kymmenestä kokee olevansa itse pääasiallisessa vastuussa omasta hyvinvoinnistaan. Lisäksi noin kuudelle kymmenestä omasta hyvinvoinnista huolehtiminen on myös prioriteetti - kun itse on kunnossa, jaksaa huolehtia myös läheisistään. Seuraavaksi eniten huolehditaankin lasten (18 %) ja kumppanin (17 %) hyvinvoinnista.

Orion teetti heinäkuussa kyselytutkimuksen, jossa kartoitettiin suomalaisten kokemuksia hyvinvoinnista ja siihen liittyviä taustatekijöitä. Tutkimuksen (n=1 000) mukaan yhdeksän kymmenestä (90 %) suomalaisesta pitää itse eniten huolta omasta hyvinvoinnistaan arjessa. Mies- ja naisvastaajien välillä oli kuitenkin jonkin verran eroja: Miehistä liki yhdeksän prosenttia (8,8 %) kokee kumppaninsa huolehtivan heistä eniten, kun taas naisilla vastaava luku on alle viisi prosenttia (4,7 %). Nuorista, 18–22-vuotiaista aikuisista jopa 13 prosenttia kokee pääasiassa vanhempiensa pitävän huolta heidän hyvinvoinnistaan.

Noin kuudelle kymmenestä (59 %) omasta hyvinvoinnista huolehtiminen on arjen prioriteetti. Lastensa hyvinvoinnista eniten huolta kantavat 36–55-vuotiaat suomalaiset (28 %), kun taas yli 55-vuotiaille kumppanin hyvinvointi on itsestä huolehtimisen jälkeen tärkeintä (24 %). Naiset (23 %) ovat selvästi miehiä (13 %) taipuvaisempia huolehtimaan lastensa hyvinvoinnista. Miehet (19 %) sen sijaan kokevat huolehtivansa kumppaninsa hyvinvoinnista hiukan naisia (14 %) useammin.

”Tutkimustulos kuvastaa hyvin nykytrendiä, jossa omasta hyvinvoinnista ja terveydestä kannetaan vastuuta entistä enemmän. Hyvinvoivana jaksaa huolehtia paremmin myös läheisistään. Terveellinen ravinto, riittävä lepo ja liikunta auttavat jaksamaan. Suomalaiset myös tankkaavat kesällä hyvinvointia pimeän talven varalle”, toteaa Orionin lääketieteellinen johtaja **Paula Ryttilä**.

Pitkät unet ja lämmin sää saavat voimaan hyvin kesälomalla

Kuluva kuukausi on hyvinvoinnin saralla suomalaisten kulta-aikaa. Enemmän kuin kolmannes vastaajista (35 %) koki voivansa kaikkein parhaiten heinäkuussa. Ainoastaan yli 55-vuotiaiden joukossa heinäkuun hyvinvoinnin kannalta parhaaksi kuukaudeksi ilmoitti vain joka neljäs (25 %). Kaikissa muissa ikäryhmissä vastaava luku oli yli 37 %.

Heinäkuussa suuri osa suomalaisista viettää kesälomaa. Liki puolet vastaajista (45 %) ilmoittikin kesäloman sekä lämpimän sään (49 %) syiksi heinäkuuiseen hyvinvointiin. Lisäksi etenkin pohjoissuomalaisia (30 %) ilahduttaa heinäkuussa tuore vihannes- ja marjasato selvästi muuta maata (15 %) enemmän. Kesälomalla tuoreet vihannekset ja marjat edistävät myös varsinkin naisten (32 %) hyvinvointia, kun taas miehillä (34 %) liikunta selittää hyvinvointia lomaillessa. Kaikkein tärkein syy hyvinvoinnille kesäloman aikana on kuitenkin lepo: liki kolmannes (31 %) kaikista vastaajista kertoi pitkien unien olevan syy hyvinvointiin arjen ulkopuolella.

Koko vuoden osalta suomalaisten hyvinvointi painottuu selvästi kesäkuukausille. Heinäkuun jälkeen parhaiten voidaan kesäkuussa (17 %), elokuussa (15 %) ja toukokuussa (14 %). Hyvinvoinnin kannalta epäsuotuisin kuukausi on marraskuu (0,8 %). Vuoden pimein aika ei kuitenkaan verota jaksamista yhtä paljon maan pohjois- ja eteläosissa; pohjoissuomalaisista nimittäin peräti 7,3 prosenttia – eli yli kaksi kertaa enemmän kuin maassa keskimäärin (3,3 %) – kertoi hyvinvointinsa huipun sijoittuvan joulukuulle.

Orion on mukana hyvinvointiteemalla myös Porin SuomiAreenassa, Hyvinvointi-loungessa, osoitteessa Antinkatu 5 torstaina ja perjantaina 14.–15.7.

Tutkimuksen tiedot:

Tutkimuksen toteutti tutkimusyritys Cint. Tiedot kerättiin sähköisenä kesä-heinäkuussa 2016 Cintin kuluttajapaneelissa. Lopullinen 1 000 suomalaisen vastaajajoukko painotettiin suomalaisia edustavaksi iän (18-70v.), sukupuolen ja asuinpaikan mukaan.

11. heinäkuuta 2016

Lisätietoja:

Orion Oyj
Lääketieteellinen johtaja Paula Rytilä
paula.rytila@orion.fi
+358 50 966 4416

Orion Oyj
Viestintäjohtaja Terhi Ormio
terhi.ormio@orion.fi
+358 50 966 4646

Orion on suomalainen lääkkeiden ja diagnostisten testien kehittäjä - hyvinvoinnin rakentaja, joka toimii maailmanlaajuisesti. Orion kehittää, valmistaa ja markkinoi ihmis- ja eläinlääkkeitä, lääkkeiden vaikuttavia aineita sekä diagnostisia testejä. Yhtiö panostaa jatkuvasti uusien lääkkeiden sekä hoitotapojen tutkimiseen ja kehittämiseen. Orionin lääketutkimuksen ydinterapia-alueita ovat keskushermostosairaudet, syöpäsairaudet sekä hengityselinsairaudet, joiden hoitoon Orion kehittää inhaloitavia Easyhaler®-keuhkolääkkeitä.

Orionin liikevaihto vuonna 2015 oli 1 016 miljoonaa euroa, ja yhtiö työllisti vuoden lopussa noin 3 400 henkilöä. Orionin A- ja B-osakkeet on listattu Nasdaq Helsingissä.