

Sisällys

Esipuhe.....	7
Toimittajat.....	9
Kirjoittajat.....	10

I Johdatus terveyden edistämiseen

■ 1 Terveyden edistämisen määritelmät.....	12
■ 2 Sairauslähtöinen vai terveyslähtöinen terveystieteiden käsitteet.....	19
■ 3 Miten etiikka liittyy terveyteen ja sen edistämiseen?.....	24

II Terveyden moniulotteisuus

■ 4 Mitä on terveys?.....	28
■ 5 Fyysinen terveys.....	31
■ 6 Psyykinen terveys.....	37
■ 7 Sosiaalinen terveys.....	46
■ 8 Henkinen terveys.....	51
■ 9 Seksuaalisuus ja terveys.....	59
■ 10 Aivoterveys – aivot osana psykofyysisistä terveyttä.....	71
■ 11 Toimintakyky ja terveys.....	77
■ 12 Kuka saa määritellä terveyden ja sairauden kirjon?.....	83

III Terveyttä määrittäviä tekijöitä

■ 13 Elintavat ja terveys.....	86
■ 14 Yksilötason terveystietoisuudesta määrittäviä tekijöitä.....	92
■ 15 Psykososiaaliset tekijät terveyden tukena.....	98
■ 16 Terveystietoisuuteen vaikuttavat tekijät elinympäristössä.....	106
■ 17 Terveyden kulttuurinen ja yhteiskunnallinen ympäristö.....	116
■ 18 Terveyden sosiaaliset tekijät ja eriarvoisuus.....	125
■ 19 Yksilö osana yhteisöä ja yhteiskuntaa: toksinen stressi.....	134

■	20 Näkökulmia kulttuurisesta moninaisuudesta ja maahanmuutosta terveyden edistämässä.....	141
■	21 Valintojen maailma?.....	148

IV Terveyden edistämisen suunnittelu ja arviointi

■	22 Terveyden edistämisen toiminnan tasot.....	152
■	23 Terveyden edistämisen suunnittelu ja arviointi	160
■	24 Käyttäytymiseen vaikuttamisen keinoja.....	171
■	25 Terveyden edistämisen ohjelmien toimeenpanon prosessin arviointi.....	180
■	26 Terveyden edistämisen vaikuttavuuden arviointi.....	189
■	27 Rajatuista hankkeista laajamittaiseen toimeenpanoon..	197
■	28 Eettisiä kysymyksiä interventioiden kohdentamisessa...	209
■	29 Vaikuttamiseen sisältyviä arvovalintoja.....	211

V Terveyden edistämisen toimijat

■	30 Poliittinen ohjaus terveyden edistämässä.....	214
■	31 Terveys kaikissa politiikoissa	228
■	32 Kunnat terveyden edistäjänä.....	239
■	33 Terveyden edistäminen työpaikoilla	249
■	34 Osallistaminen ja terveyden edistäminen	257
■	35 Ammattilaiset terveyttä edistämässä.....	275
■	36 Terveyden edistämisen kompetenssit.....	285
■	37 Hyötyjät ja vastuunkantajat työterveydessä	291

VI Terveyden edistämisen käytännön keinoja

■	38 Kaupunkisuunnittelulla kohti terveellisempää ympäristöä.....	294
■	39 Väestötason terveyden edistäminen: syöpäseulonnat...	302

40	Väestötason terveyden edistäminen: rokotukset.....	309
41	Terveysviestintä on yhteispeliä.....	319
42	Terveyden edistäminen terveydenhuollon asiakas- ja potilaskohtaamisissa.....	325
43	Digitalisoitua terveyden edistäminen	331
44	Seulontojen eettiset kysymykset	338
45	Rokotusten dilemma: valinta toisen puolesta	340

VII Terveyden edistämisen tutkimus

46	Terveyteen vaikuttavien tekijöiden epidemiologinen tutkimus.....	344
47	Terveyteen vaikuttavien ja terveyden edistämiseen liittyvien tekijöiden laadullinen tutkimus.....	353
48	Terveyteen vaikuttavien yhteiskunnallisten tekijöiden tutkimus.....	361
49	Kompleksiset interventiot.....	370
50	Näyttöön perustuva terveyden edistäminen.....	376
51	Tutkimus: Miten ja millaista tietoa tuotetaan?.....	386

VIII Terveyden edistäminen ja kestävyys

52	Ilmastonmuutoksen vaikutukset globaaliin ympäristöön ja terveyteen.....	390
53	Ilmastonmuutoksen vaikutukset terveydenhuoltoon.....	401
54	Planetaarinen terveyden edistäminen.....	412
55	Moraalinen velvoite maailmaa ja tulevaisuutta kohtaan.....	425

IX Terveyden edistäminen tulevaisuudessa

56	Tulevaisuuden terveyden edistäminen	428
57	Tulevaisuus ja eettisen ajattelun taito	433