



## CASE SYDÄNKUNTOUTUS: Kulut kuriin sydänpotilaiden liikunnalla

Oulun yliopistossa tehdyn tutkimuksen mukaan sydänpotilaan liikunnallinen kuntoutus vähentää terveydenhuollon kustannuksia ja uusia vakavia sydäntapahtumia.

Tutkimukseen osallistui 204 potilasta, joita hoidettiin Oulun yliopistollisessa sairaalassa äkillisen sydäntapahtuman vuoksi. Potilaat arvottiin liikunnallisen sydänkuntoutuksen ja tavanomaisen jatkohoidon ryhmiin.

Kuntoutusryhmässä kansainvälisten suositusten mukaan räätälöity liikuntaharjoittelu alkoi keskimäärin kaksi viikkoa akuutista sydäntapahtumasta. Potilaat kävivät puolen vuoden ajan kerran viikossa kuntosalilla harjoittelemassa fysioterapeutin ohjauksessa. Muu viikoittainen liikuntaharjoittelu toteutettiin kotona. Kontrolloitu kotiharjoittelu jatkui tämän jälkeen vielä toisen puoli vuotta.

Tutkimuksessa seurattiin liikunnallisen sydänkuntoutuksen vaikutuksia vakaviin sydäntapahtumiin ja terveydenhuollon kustannuksiin. Kuntoutusryhmässä vakavia sydäntapahtumia esiintyi 5 ja tavanomaisen jatkohoidon ryhmässä 16.

### Kustannukset:

Liikunnallisen sydänkuntoutuksen kustannukset olivat noin 375 euroa potilasta kohden



**Yksi elämä**  
Nautitaan päivittäin.



Yksi elämän tavoitteena on terveempi Suomi. Aivoilliton, Diabetesliiton, Filhan, Hengitysliiton, Suomen Mielenterveysseuran, Sydänliiton ja Syöpäjärjestöjen yhteiset terveystalokoot edistävät ihmisen terveyttä ja hyvinvointia läpi elämän. Duodecim on mukana asiantuntijajahona.

vuodessa.

## Säästöt:

Liikunnalliseen sydänkuntoutukseen osallistuneet potilaat käyttivät terveydenhuollon palveluja vuoden aikana keskimäärin 1000 euroa vähemmän kuin tavanomaisen jatkohoidon ryhmä, kun mukaan laskettiin kuntoutuksen kustannukset.

Kuntoutusryhmässä kustannukset olivat keskimäärin 1652 euroa, verrokeilla 2629 euroa potilasta kohden.

Suomessa sairastuu sydäninfarktiin vuosittain noin 25 000 henkilöä. Tutkimuksen mukaan noin 62 % potilaista haluaa osallistua liikunnalliseen kuntoutukseen. Tämä tarkoittaisi vuosittain noin 15,5 miljoonan euron säästöä terveydenhuollon kuluissa.

**Huom!** Yksi elämän olohuonetentin pelissä investointi ja säästö on laskettu 500 000 € investoinnin mukaan. Laskelma perustuu hieman yli 1300 sydänkuntoutukseen osallistuneen tuottamiin säästöihin.

## Huomioitavaa:

Tutkimuksen rajoitteena on, että se ei huomionnut tutkittavien koko sosiaalista verkostoa. Työssäkäyvien tutkittavien osalta tutkimus aliarvioi kuntoutuksesta saatavia tuottavuushyötyjä. Kuitenkin yli puolet tutkittavista olivat jo eläkkeellä. Tutkimusasetelma oli alun perin suunniteltu kustannushyötytutkimukseen, joten siksi siinä ei pystytty seuraamaan muutosta tutkittavien fyysisessä kunnossa tai kuntoutuksen jälkeisissä riskitekijöissä. Tutkittavien joukko oli jonkin verran vinoutunut, koska intensiiviseen kotikuntoutukseen ei voitu ottaa henkilöitä, joilla oli vakavia lisäsairauksia. Lisäksi osa tutkimukseen soveltuvista henkilöistä kieltäytyi, koska ajatteli, että kuntoutusmalli on liian raskas.

## Lähteet:

- Economic evaluation of exercise-based cardiac rehabilitation in patients with a recent acute coronary syndrome. Revised version submitted to Scand J Med Sci Sports 2016
- Liikunnallinen sydänkuntoutus vähentää terveydenhuollon kustannuksia ja uusia vakavia sydäntapahtumia: 12 kuukauden seuranta. Liikunta & Tiede; 5: 47-48, 2015
- Dosentti Arto Hautalan haastattelu 7.6.2016



**Yksi elämä**  
Nautitaan päivittäin.



Yksi elämän tavoitteena on terveempi Suomi. Aivoliiton, Diabetesliiton, Filhan, Hengitysliiton, Suomen Mielenterveysseuran, Sydänliiton ja Syöpäjärjestöjen yhteiset terveystalokoot edistävät ihmisen terveyttä ja hyvinvointia läpi elämän. Duodecim on mukana asiantuntijajahona.