



SUOMEN ENDOKRINOLOGIYHDISTYS ry

Lehdistötiedote

Julkaisupäivä: 15 toukokuuta 2023

Yhteystiedot: www.endo.fi, sihteeri@endo.fi

Euroopan Hormonipäivä muistuttaa hormonien merkityksestä terveydelle

Toukokuun 15. 2022, vietetään toisen kerran **Euroopan Hormonipäivää**. Sen järjestäjänä toimivat yhteistyössä Suomen Endokrinologiyhdistyksen kanssa European Society of Endocrinology (ESE), European Hormone and Metabolism Foundation – Foundation of the European Society of Endocrinology (ESE Foundation) ja muut eurooppalaiset kansalliset endokrinologiyhdistykset.

Keskeisiä hormonaalisia sairauksia ovat esimerkiksi lihavuus, diabetes, kilpirauhassairaudet, osteoporoosi, lapsettomuus ja yli 400 endokriinistä harvinaissairautta. Tämän vuoden teemana ovat **uni** ja **ympäristön hormoneja säätelevät kemikaalit**. **Euroopan Hormonipäivän** tavoite on lisätä yleistä tietoisuutta hormonien elintärkeästä vaikutuksesta yksilön terveydelle ja sairauksiin sekä vähäisen ympäristön kemikaalialtistuksen ensiarvoisesta merkityksestä yleiselle hyvinvoinnille yhteiskunnan tasolla. Riittävän uni on merkittävä tekijä terveydelle ja normaalin hormonitoiminnan ylläpitäjänä. Jokainen voi vähentää altistumistaan hormonitoimintaa häiritseville kemikaaleille vähentämällä muovisten ruokailuastioiden, muovipullon pullotettujen juomien ja kosmetiikan käyttöä.

Suomen Endokrinologiyhdistys suosittaa 34 muun eurooppalaisen kansallisen yhdistyksen rinnalla endokriinisen terveystieteen parempaa huomioimista suomalaisessa ja eurooppalaisessa terveyspolitiikassa. ”Euroopan Hormonipäivänä haluamme muistuttaa, että hormonit ovat edellytys hyvälle terveydelle.” sanoo **Suomen Endokrinologiyhdistyksen puheenjohtaja Niina Matikainen**. ”Hormonaalinen terveys tulee huomioida yhteiskunnassa tietoisuutta lisäämällä ja panostamalla endokriiniseen tutkimukseen. Erityisesti kasvuikäisiä ja raskaana olevia näiltä kemikaaleilta suojelevaa lainsäädäntöä tulee vahvistaa koko Euroopassa, myös Suomessa.”

Lisätietoa ESE:n linkistä: ese-hormones

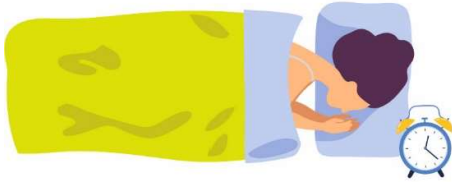
KESKEISIÄ FAKTOJA ENDOKRIINISTÄ SAIRAUKSISTA

- Suomessa kaksi kolmannesta aikuisista ja noin neljännes alle 16-vuotiaista on ylipainoisia tai lihavia. Ylipainoon liittyy diabeteksen, sydän- ja verisuonitautien, hedelmättömyyden ja tuki- ja liikuntaelinten sairauksien suurentunut ilmaantuvuus sekä pienentynyt elinajanodote. Se on myös syövänsä itsenäisen riskitekijä. Ylipaino on krooninen ja herkästi

uusiutuva sairaus, jonka hoitoon tarvitaan pitkäjänteinen elintapamuutos ja terveydenhuollon ammattilaisten tuki. Ylipainon ja lihavuuden ennaltaehkäisyyn Suomessa kaivataan nopeasti laajoja yhteiskunnan terveystoimittisia toimia.

- Syövät ovat toiseksi tärkein kuolinsyy Euroopassa. Suomessa elää noin 290 000 syöpädiagnoosin saanutta henkilöä, heistä noin 10 000 on sairastunut tai sairastaa kilpirauhassyöpää. Harvaiseen neuroendokriinisiin syöpiin liittyy usein pitkä diagnoosivaihe. Hormonaaliset syövät, kuten eturauhas- ja rintasyöpä, ovat yleisiä ja usean syövän hoitoon liittyy hormonaalisia ongelmia, joilla on myös keskeinen merkitys pitkäaikaisen elämänlaadun kannalta.
- Harvinaissairaudet koskettavat 30 miljoonaa eurooppalaista. Näistä sairauksista yli 400 on harvinaisia endokriinisiä sairauksia. Monet potilaat hyötyisivät nopeammasta diagnostiikasta, innovatiivisista hoidosta ja tasa-arvoisesta hoitoon pääsystä. Suomi on mukana Endo-ERN eli endokriinisten harvinaissairauksien ERN (European Reference Network) -verkostossa, jonka myötä osaamista ja tietoisuutta endokriinisistä harvinaissairauksista voidaan parantaa eurooppalaisella yhteistyöllä ([linkki](#)).
- Pakkausmateriaaleina, torjunta-aineina, kosmetiikan ainesosina ja leluissa käytetään Yli 1500:aa hormonitoimintaa häiritsevää kemikaalia (endocrine disrupting chemicals). Nämä kemikaalit voivat lisätä endokriinisiä syöpiä, ylipainoa, diabetesta, kilpirauhassairauksia ja lapsettomuutta. Sairauksien aiheuttaman kärsimyksen ohella hormonitoimintaa häiritsevät kemikaalit suurentavat terveydenhuollon menoja. Lapsia ja raskaana olevia näiltä kemikaaleilta suojelevaa lainsäädäntöä tulee vahvistaa koko Euroopassa, myös Suomessa.

Euroopan Hormonipäivä 15.5.2023: Suosituksia hyvään hormoniterveyteen HALTUUN TERVEELLINEN ELÄMÄNTAPA



Nuku tarpeeksi

Pyri vähintään 7 tunnin keskeytyksettömään uneen joka yö samaan aikaan, niin heräät virkeänä ja täynnä energiaa!

VÄHENNÄ ALTISTUMISTA HORMONI- HÄIRIÖITÄ AIHEUTTAVILLE AINEILLE



Vältä muovipakkauksia

Käytä lasi- tai ruostumattomasta teräksestä valmistettuja astioita muovisten sijaan. Juo hanavettä pullotetun veden sijaan. Älä myöskään koskaan lämmitä muovia mikroaaltouunissa!



**European
Hormone Day**
Because Hormones Matter
15 May 2023



European Society
of Endocrinology

www.es-e-hormones.org



European Hormone and
Metabolism Foundation

www.es-e-foundation.org

© 2023 European Society of Endocrinology



Suomen
Endokrinologiyhdistys ry
Finlands Endokrinologförening rf

About the European Society of Endocrinology

The European Society of Endocrinology (ESE) provides a platform to develop and share leading research and best knowledge in endocrine science and medicine. By uniting and representing every part of the endocrine community, we are working to improve the lives of patients.

Through the 50 National Societies involved with the ESE Council of Affiliated Societies (ECAS), and our partnership with specialist endocrine societies, ESE and its partners jointly represent a community of over 20,000 European endocrinologists.

ESE and its partner societies work to promote knowledge and education in the field of endocrinology to health care professionals, researchers, patients and the general public.

We inform policy makers on health decisions at the highest level through advocacy efforts across Europe. To find out more please visit www.ese-hormones.org.

Follow us on Twitter @ESEndocrinology, Facebook @EuropeanSocietyofEndocrinology and LinkedIn: [linkedin.com/company/european-society-of-endocrinology](https://www.linkedin.com/company/european-society-of-endocrinology)

Suomen endokrinologiyhdistys ry

Yhdistys järjestää endokrinologian alan koulutusta ja tukee ammatillista kouluttautumista sekä kliinistä ja tieteellistä työtä. Yhdistyksen järjestämistä tilaisuuksista vuoden päätapahtuma on kaksipäiväinen Endopäivät. Yhdistys osallistuu endokrinologian alan kansalliseen ja kansainväliseen toimintaan ja antaa kannanottoja sekä lausuntoja. Yhdistys tukee matka-apurahoin ammatillista ja tieteellistä kouluttautumista sekä palkinnoin kliinistä ja tieteellistä työtä.

Yhdistyksen jäsenistö koostuu endokrinologeista ja muiden erikoisalojen (kuten naisten- ja lastentaudit) endokrinologisista asiantuntijoista. Jäsenistössä on myös perustutkijoita, kliinisen kemian, patologian, kirurgian ja kuvantamisen asiantuntijoita. Yhdistykseen kuuluu myös sairaanhoitajia ja muita endokrinologiasta kiinnostuneita.

Lue lisää <https://www.endo.fi/>