

Lisäksi havaittiin, että lääkkeen käytön lopettaneiden ruokakulutus palasi nopeasti lähtötasolle kolmen kuukauden sisällä lopettamisesta. Tämä viittaa siihen, että vaikutukset eivät ole pysyviä ilman jatkuvaa lääkitystä.

Laihdutuslääkkeiden vaikutus perustuu ruokahalun ja mielitekojen vähentämiseen, mikä näkyy ostokäyttäytymisessä. Laihdutuskäyttäjät kokivat suurempia painonmuutoksia (keskimäärin 23,6 kg) kuin ne, jotka käyttivät lääkettä diabeteksen hoitoon (keskimäärin 20,4 kg). Mielenkiintoista on, että lääkkeen käytöllä ei havaittu olevan merkittävää vaikutusta alkoholin kulutukseen.

Tulokset viittaavat siihen, että laihdutuslääkkeiden laajamittainen käyttöönotto voi muuttaa ruokamarkkinoita merkittävästi. Kulutus siirtyy pois kalorihteistä tuotteista, ja yritysten on reagoitava muutuvaan kysyntään. Joillakin valmistajilla on jo tuotteissaan "GLP-1-ystävällinen" -merkintä.

Vaikutukset hyvinvointiin ja terveydenhuoltokustannuksiin

GLP-1-pohjaisten laihdutuslääkkeiden laajeneva käyttö voi merkitä merkittävää käännekohtaa kansanterveyden näkökulmasta. Lääkkeiden kyky vähentää ruokahalua ja siten edistää painonhallintaa tarjoaa uudenlaisen välineen lihavuuden torjuntaan – ongelmaan, joka on pitkään ollut yksi keskeisimmistä riskitekijöistä elintapasairauksien, kuten tyypin 2 diabeteksen sekä sydän- ja verisuonitautien, kehittymisessä.

Jos laihdutuslääkkeiden avulla onnistutaan saavuttamaan pysyviä painonpudotuksia suurella väestötasolla, sillä voi olla huomattavia positiivisia vaikutuksia ihmisten fyysiseen ja psyykkiseen hyvinvointiin. Lihavuuden väheneminen voisi tarkoittaa vähentyneitä lääketarpeita ja parantunutta elämänlaatua. Tämän lisäksi laihdutuslääkkeiden avulla saavutettu painonhallinta voi toimia kannustimena muille elintapamuutoksille, kuten liikunnan lisäämiselle tai terveellisempien ruokavalintojen ylläpitämiselle.

Laajemmassa mittakaavassa tämä kehitys voisi johtaa myös terveydenhuollon kustannusten laskuun, sillä elintapasairaudet aiheuttavat merkittäviä kuluja terveydenhuoltojärjestelmille eri puolilla maailmaa. Toisaalta on huomioitava, että lääkkeet ovat kalliita, ja niiden laajamittainen käyttö edellyttää terveydenhuollon resurssien uudelleenallokointia ja mahdollisesti yhteiskunnallista keskustelua lääkekorvausjärjestelmien oikeudenmukaisuudesta.

Vaikka nykyiset tutkimustulokset ovat lupaavia, tarvitaan lisää pitkäaikaistutkimuksia siitä, kuinka pysyviä vaikutuksia näillä lääkkeillä on ruokailutottumuksiin ja yleiseen hyvinvointiin. Kuten kaikki lääk pohjaiset ratkaisut, myös GLP-1-hoito on tehokkaimmillaan osana laajempaa elämäntapamuutosta ja ennaltaehkäisevää terveydenhoitoa. Jos lääkehoito yhdistetään terveellisiin valintoihin ja riittävään tukeen, sillä voi olla mullistava vaikutus yksilöiden terveyteen ja yhteiskunnan terveydenhoitokuluihin.

Artikkeli on kirjoitettu osana Euroopan unionin osarahoittamaa [Future Frami Food Lab](#)(EAKR 401089) -hanketta. Inspiraatio artikkelin kirjoittamiseen syntyi Elintarvikepäivillä (Finlandia-talo, Helsinki 13.5.2025) Cyrille Filott'n esityksestä "Growth in a challenging food & agribusiness environment".

Terhi Junkkari

ETT, yliopettaja, erityisasiantuntija Future Frami Food Lab -hanke, ORCID 0000-0001-8816-7312

SEAMK

Lähteet

Sousa, R. (13.1.2025). *Research study reveals how GLP-1 medication influences grocery purchases and eating habits.*

<https://www.foodbev.com/news/research-study-reveals-how-glp-1-medication-influence-grocery-purchases-and-eating-habits>

Hristakeva, S., Liaukonytė, J., & Feler, L. (2025). *The No-Hunger Games: How GLP-1 Medication Adoption is Changing Consumer Food Demand.* Cornell University & Numerator. <http://dx.doi.org/10.2139/ssrn.5073929>