17. KAUSI 9.-15.11.2026

SYKSY 2026

TerveysSummit ohjelma

Maanantai 9.11.
Keho puhuu, oletko kuulolla?
Kipujen ja vaivojen juurisyyt

Tuulia Luomala
Fysioterapeutti, eläinfysioterapeutti, pilates-ohjaaja
Oireita joka puolella ja kipu, joka vaihtaa paikkaa: voisiko syynä olla yliliikkuvuus?

Katja Rajala
Fysioterapeutti, kalevalaisen jäsenkorjauksen mestari
Kansallisbaletin tanssijasta kalevalaisen jäsenkorjauksen mestariksi - mitä kehosi kertoo?

Marjukka Hilden
Fysioterapeutti
Virtsankarkailuun apua – vaatteet päällä (herätä uinuvat lihakset helposti)

Joni Hakkarainen
Myynti- ja markkinointijohtaja
Aloita uusi vuosi uutena ihmisenä: TerveysSummit-loma tammikuussa

Ville Pöntynen
Lääkäri
Röntgenkuva ei kerro miksi niveleesi sattuu: tulehdus, kuormitus ja uudet keinot

Tiistai 10.11.
Hormonien ja kilpirauhasen jäljillä
– kun oireet eivät kerro kaikkea

Sauli Siekkinen
Yleislääketieteen erikoislääkäri
Arvot kunnossa, mutta olo ei: mitä kilpirauhasesta jää huomaamatta

Marjo Valonen
Lääkäri
Lähes kaikilla on tämä virus: voiko se olla kilpirauhasongelmien taustalla?

Pyry Suonsivu
Kokemusasiantuntija
Hirvi ei kärsi seleeninpuutteesta, mutta suomalainen voi kärsiä: miksi?

Lasarus Mitrofanoff
Lääketieteen tohtori
Kiukkua ja huonoja öitä? Gynekologi: hormonihoito voi olla silta vaihdevuosien yli

Jarmo Hörkkö
Terveystuoteasiantuntija
Uusi nivelprotokolla ikivanhasta konstista: tutkimukset vahvistavat tehon

Keskiviikko 11.11.
Pienet teot, isot muutokset:
terveys syntyy arjessa

Yasmin Manelius
Hyvinvointivaikuttaja
Miten äidin terveellisistä valinnoista tulee koko lapsiperheen arkea?

Anu Kiiveri-Sahila
Diplomi ravintoterapeutti
Mikä sai ravintoterapeutinkin luopumaan sokerista (kun tahdonvoima ei riitä)

Niina Suni
Laillistettu proviisori, farmasian tohtori ja sertifioitu kiertotietoisuuskouluttaja
Kuukautiskierto voimavarana: näin opit hyödyntämään kehosi luonnollista rytmiä

Airikka Nurmela
Hermostomentori
Ystävysty hermostosi kanssa: se ohjaa ajatuksiasi, tunteitasi ja ihmissuhteitasi

Teemu Arina
Teknologia-asiantuntija, biohakkeri
Näin tekoäly auttaa muuttamaan elintapojasi arjessa

Ilmoittaudu osoitteessa:
www.terveyssummit.fi

Haastattelut julkaistaan tapahtumaviikon aikana 9.-15.11.2026 aamuisin klo 9.00.

Jokainen haastattelu on katsottavissa täysin ilmaiseksi 24 tunnin ajan.

Torstai 12.11.
Väsymyksen oikeat juurisyyt – uni, palautuminen ja hiljainen tulehdus

Markku Partinen
Neurologian dosentti, unitutkija
Kuorsaus ja hengityskatkokset: milloin niistä pitää oikeasti huolestua?

Mikael Kivivuori
Lääkäric
Kun lomakaan ei paranna uupumusta, mitä tehdä?

Jenni Tuomilehto
Unitutkija, kauppatieteiden tohtori
Unitutkijasta tuli yövalvoja: mitä hän tekee, kun uni ei tule?

Taina Taskinen
Uniliiton kokemustoimija ja Suomen Uniapneayhdistyksen hallituksen jäsen
Raudanpuute vai uniapnea: aivosumua, raskaat jalat, yöhikoilua

Hanna Voutilainen
Laillistettu ravitsemusterapeutti
Hiljainen tulehdus ei näy eikä tunnu – mistä tiedät, onko sinulla sitä?

Perjantai 13.11.
Terveys kasvaa luonnosta: ruoka, yrtit, vesi ja metsän rauha

Outi Haggren
Kardiologian erikoislääkäri
Mitä tutkimus sanoo: voiko sydänsairauksia ehkäistä ravinnolla?

Raija Kivimetsä
Yrttiterapeutti, tietokirjailija, filosofian maisteri
Talvinen kurkku ja keuhkot: yrtit, jotka lämmittävät sisältä

Iia-Elisabeth Suomi
Vesistö- ja kalabiologi
Juomavetesi alkaa järvestä: kuinka puhdas se on?

Päivi Halt
Henkinen mentori ja sisustusarkkitehti
Luonnon rauha auttaa syntymään uudelleen

Jerry Hietaniemi
Glucavenan perustaja
Voiko kauran kuitu alentaa kolesterolia? (EU sanoo kyllä)

Lauantai 14.11.
Suoliston suuri viisaus ja yksilöllisen hoidon mahdollisuudet

Eveliina Munukka
Erikoistutkija, FT, mikrobistoasiantuntija
Suolistosi on sademetsä: rehottaako se vai onko se autioitumassa?

Johanna Lindroos
Rokotehaitan saanut joogaohjaaja ja sointukylpyohjaaja
Kun terveys muuttui yhdessä päivässä - taistelu tulla kuulluksi

Nico From
Asiantuntija
Happea ylipaineessa, punavaloa soluille: trendi vai tiedettä?

Anneli Milén
Emeritaprofessori, dosentti
Luuloista tutkittuun tietoon - täydentävät hoidot osaksi terveydenhuoltoa

Markus Lundström
Suomen johtava tuotekehittäjä
Maitohappobakteeri, joka voi auttaa rautaa imeytymään ja vatsaa rauhoittumaan

Sunnuntai 15.11.
Elinvoimaa suolistolle, aivoille ja mielelle – tutkimustiedosta merkitykselliseen elämään

Olli Sovijärvi
Lääkäri, tietokirjailija, lääketieteellinen johtaja Hololife Center
Tuhannen tutkimuksen kreatiini: uutta energiaa aivoille ja lihaksille

Bengt Jeppsson
Kirurgian emeritusprofessori
Professori, joka kehitti maitohappobakteerin ja testasi sitä ensin itseensä

Risto Isomäki
Kirjailija
Syövän arvoitus: miksi alle 50-vuotiaat sairastuvat yhä useammin?

Katariina Souri
Taiteilija ja kirjailija
Nykyihmisen luontoyhteys, kansanperinne ja yhteisöllisyyden merkitys

Tommy Hellsten
Diplomi-ihmettelijä
Hylkäätkö itsesi, jotta muut eivät hylkäisi sinua?