

Ei kiitos!

Päihdekasvatusoppitunti 6.-luokkalaisille

Jere Lehtimäki

5/2024

TIIVISTELMÄ

Jere Lehtimäki: Ei kiitos! -päihdevalistusoppitunti kuudennes luokkalaisille

Opinnäytetyön muoto: Toiminnallinen

Julkisuusaste: Julkinen

Ohjaaja: Satu Tiainen & Kaisa Lankoski

Tutkinto: Poliisi (AMK)

Poliisin ennalta estävän toiminnan strategian linjausten mukaisesti osana ennalta estävää työtä on rakennettava positiivista kuvaa nuorille poliisista. Poliisin on esiinnyttävä nuorten keskuudessa muutoinkin kuin tilanteissa, joissa nuori voi kokea epämiellyttäviä kokemuksia.

Opinnäytetyön tavoitteena on jakaa luotettavaa tietoa luotettavasta lähteestä nuorille, joille päihteet ovat vielä vieras käsite. Nämä nuoret eivät välttämättä ole olleet koskaan tekemisissä minkään päihteen kanssa tai sitten ne ovat juuri tulleet osaksi heidän kasvuaan. Tiedon tavoitteena on saada nuori ajattelemaan päihteiden käytön vaikutuksia ennen kuin ne ovat peruuttamattomia.

Opinnäytetyö on toteutettu toiminnallisena. Osana toiminnallista opinnäytetyötä toteutettiin kouluvierailu Somerolla sijaitsevassa Joensuun koulussa. Kouluvierailun aikana pidettiin kaksi päihdeoppituntia kuudennes luokkalaisille opinnäytetyön produktina valmistuneen PowerPoint -esityksen pohjalta. Produktin teoriapohja liittyy nuorten päihteiden käyttöön. Produkti on liitetty opinnäytetyöhön liitteeksi.

Opinnäytetyön raportti käsittelee lainsäädäntöä, yleistietoa nuorten keskuudessa esiintyvistä päihteistä, rikollisuuden ilmiöitä nuorten päihteiden käytön muutoksessa. Lisäksi raportissa on katsaus nuorten päihteiden käytön trendeistä ja trendien muutoksista.

Sivumäärä: 44 + 7 liitesivua

Tarkastuskuukausi ja vuosi: 5/2024

Avainsanat: ennalta estävä toiminta, päihdekasvatus, nuoret, toiminnallinen opinnäytetyö, kouluvierailu

ABSTRACT

Jere Lehtimäki: No Thanks! -Substance Abuse Education for Sixth Graders

Type of thesis: Practice-based thesis

Publicity: Public

Supervisor: Satu Tiainen & Kaisa Lankoski

Degree: Bachelor of police services

According to the guidelines of the police's preventive action strategy, building a positive image of the police among young people is an essential part of preventive work. The police should engage with young people in contexts other than those where they might have unpleasant experiences.

The objective of this thesis is to share reliable information from a trustworthy source with young people who are still unfamiliar with substances. These young people may have never encountered any substances, or substances may have just become a part of their lives. The aim of providing this information is to encourage young people to consider the effects of substance use before they become irreversible.

The thesis was carried out as a practice-based project. As part of this practice-based thesis, a school visit was conducted at Joensuu School in Somero. During the school visit, two substance abuse lessons were held for sixth graders, based on a PowerPoint presentation created as the product of the thesis. The theoretical basis of the product relates to young people's substance use. The product is included as an appendix to the thesis.

The thesis report covers legislation, general information about substances used by young people and phenomena of crime related to changes in young people's substance use. Additionally, the report provides an overview of trends in substance use among young people and changes in these trends.

Pages: 44 + 7 appendix page

Month and year of review: 5/2024

Keywords: preventative work, substance education, youth, practise-based project, school visit

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	3
2 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS	5
3 POLIISIN ENNALTA ESTÄVÄ TOIMINTA	6
4 YLEISTIETOA PÄIHTEISTÄ	8
4.1 Alkoholi.....	8
4.2 Nikotiinituotteet.....	9
4.3 Huumausaineet	11
4.4 Lääkkeiden väärinkäyttö	11
5 NUORET JA PÄIHTEET	12
5.1 Varhaisen puuttumisen tavoitteet.....	12
5.2 Nuorten päihteiden käytön trendit.....	12
5.2.1 Alkoholin käytön kehitys.....	12
5.2.2 Nikotiinituotteiden käytön kehitys	14
5.2.3 Huumausaineiden käytön kehitys ja niihin suhtautuminen.....	18
5.3 Nuorten päihteiden käytön taustalla.....	20
5.4 Uudenlainen rikollisuus nuorten päihteiden käytön lieveilmiönä.....	22
6 LAINSÄÄDÄNTÖÄ NUORTEN PÄIHTEIDEN KÄYTTÖÖN LIITTYEN	24
6.1 Alkooliin liittyvää lainsäädäntöä	24
6.2 Nikotiinituotteisiin liittyvää lainsäädäntöä	24
6.3 Huumausaineisiin liittyvää lainsäädäntöä	25
6.4 Lastensuojeluilmoitus	25
7 OPPITUNNIN TOTEUTUS.....	26
7.1 Työn suunnittelu	26
7.2 Oppitunnin toteutus	27
7.3 Palaute oppitunnista	28
7.3.1 Palautteen keräämisen toteutus.....	28
7.3.2 Palautteen sisältö.....	29
8 POHDINTA JA ITSEARVIOINTI.....	32

8.1 Pohdinta	32
8.2 Itsearviointi	33
LÄHTEET	35
LIITE 1 – PÄIDEOPPITUNNIN MATERIAALI.....	43

1 JOHDANTO

Suomalaisten nuorten päihteiden käyttö muuttuu jatkuvasti, huomattava muutos on tapahtunut 2000-luvulla. Tulee uusia trendejä vanhojen tilalle ja asenteet muuttuvat. Yhä useampi nuori ei käytä ollenkaan alkoholia, ja muutoinkin alkoholin käyttö on huomattavasti vähentynyt nuorten keskuudessa. Vastapainona nuorten huumekekkeilut, etenkin kannabiksen, ovat nousseet. Tämän vuosituhannen aikana tupakan päivittäinen käyttö yhdeksäs luokkalaisilla on pudonnut noin kolmanneksella, mutta nuuskan käyttö on kasvanut nuorten keskuudessa. (Raitasalo & Härkönen 2019.)

Nuorisokulttuurin muutos on yhtenä vaikuttavana syynä etenkin alkoholin käytön vähenemiseen nuorten keskuudessa. Kaikista Pohjoismaista löytyy entistä enemmän alle 15-vuotiaita, jotka eivät ole ikinä maistaneet alkoholia. Se on positiivinen suuntaus nuorten päihteiden käytössä, mutta sille ei ole pystytty antamaan aivan aukotonta syytä. Kannabiksen kokeilemisen suosiota ei ole pystytty näyttämään toteen vastapainona kehitykselle vaan päinvastoin, kannabiksen käyttö tulee alkoholin rinnalla käyttäjillä kuvioihin. Kehitykselle on esitetty syytä vanhempien lisääntyneestä valvonnasta aina nuorisokulttuurin muutokseen. On arvioitu, että nuoriso suhtautuu aiempaa kieltävämmin alkoholin käyttöön kuin ennen. (Nordic Welfare Centre 2019.)

läästä riippumatta päihdehäiriöllä on väitetty olevan suora yhteys mielenterveyteen. Väite korostuu etenkin nuorten päihdehäiriöistä keskusteltaessa. Yleisesti on todettu, että mitä todennäköisemmin nuori tulee oireilemaan psyykkisesti tulevaisuudessa, sitä aikaisemmin hän on aloittanut päihteiden käytön ja sitä runsaampaa hänen käyttönsä on jo nuorella iällä. Päihdehäiriöllä tarkoitetaan tässä tapauksessa sitä, kun päihteet alkavat hallitsemaan nuoren elämää. Tällainen päihdehäiriö alkaa kehittyä yleensä 14–15-vuotiaana. (THL, päivitetty 07.12.2023b.)

Nuoren ongelmiin voidaan helpommin puuttua, kun päihdehäiriö tunnistetaan mahdollisimman varhaisessa vaiheessa (THL, päivitetty 07.12.2023b). Opinnäytetyöni tavoitteena on mahdollisimman varhaisessa vaiheessa tuoda nuorille tietoon luotettavasta lähteestä tietoa erilaisista päihteistä. Opinnäytetyön tavoitteet on kehitetty siten, että edes joku nuori ei kokeilisi päihteitä niin nuorena vaan odottaisi ensimmäistä päihdekekkeiluaan, taikka tunnistaisi itsessään sellaisia piirteitä, jotka voisivat altistaa häntä päihdehäiriöiden syntyyn. Tällä tavalla yritän tuoda yhteiskunnallistakin ennalta ehkäisevää vaikutusta opinnäytetyöni kautta. Lisäksi tavoittelen, että työ herättäisi ajatuksia nuorissa, ja tämän kautta vaikuttaisi positiivisesti nuorisokulttuurin suhtautumiseen eri päihteitä kohtaan.

Opinnäytetyössäni käsittelen etenkin päihteidenkäytön haitallisia vaikutuksia nuorten elämään. Opinnäytetyö sisältää tietoa nuorten päihteiden käytöstä ja se on rajattu siten, että teoriaa ja muuta

materiaalia voidaan käyttää ennalta ehkäisevässä työssä myöhemminkin. Opinnäytetyön teoria sisältää yleistä tietoa, trendejä, lainsäädäntöä ja terveyteen vaikuttavaa tietoa erilaisista päihteistä. Käsiteltävinä päihteinä ovat alkoholi, nikotiinituotteet ja huumeaineet.

2 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

Tämä opinnäytetyö toteutetaan toiminnallisena opinnäytetyönä, joka on yksi opinnäytetyötyyppi, esimerkiksi tutkimuksellisen opinnäytetyön rinnalla. Toiminnallinen opinnäytetyö on usein kokonaisuus, joka vastaa ammatillisesta käytännöstä nousevaan tunnistettuun tarpeeseen. Tällöin opinnäytetyön tuotoksena valmistuu esimerkiksi opas, ohje, käsikirja tai esite, jotka käsittelevät tätä tunnistettua tarvetta tarvittavasta näkökulmasta. (Vilkkä 2021, luku Tutkimusperustainen kehittämissyö.) Toiminnallinen opinnäytetyö palvelee usein jotain tiettyä kohderyhmää, jolloin tuotos on kohdennettava ja rajattava siten myös. Tavoitteena on luoda ammatillinen tuotos aiheesta. (Kostamo ym. 2022, luku Toiminnallinen opinnäytetyö kehittämistyönä.)

Opinnäytetyön tavoitteena on kehittää kirjoittajan ammatillista kehitystä ja osaamista. Opinnäytetyöprosessi on lopputyön roolissa ammattikorkeakoulussa, millä kirjoittajan on näytettävä toteen, että osaa soveltaa opittuja tietoja ja taitoja (LAB-ammattikorkeakoulu, luettu: 12.04.2024). Edellä olevassa kappaleessa todettiin, että toiminnallisen opinnäytetyön tavoitteena on ammatillinen tuotos omasta valitusta aiheesta. Tämä siksi, että tässä opinnäytetyypissä nojataan aina ammatilliseen teoreettiseen tietoon. Toiminnallisella opinnäytetyöllä näytetään, että kirjoittaja osaa yhdistää ammatillista teoreettista tietoa ja käsitteitä erilaisiin ammatillisiin käytäntöihin. Kirjoittajan kasaama tietoperusta opinnäytetyöhön tekee näkyväksi, miten hän lähestyy ammatillisesti valitsemaansa aiheita, ammatillista käytäntöä ja sen kehittämistä. (Kostamo ym. 2022, luku Ammatillinen tieto perustana.) Huomiota on silti kiinnitettävä toiminnallisen opinnäytetyön lopputuotokseen ja sen kohderyhmään. Kohderyhmän ollessa kirjoittajan ammattikunnan ulkopuolelta, tällöin tietoa on sovellettava heidän tarpeidensa mukaan.

Opinnäytetyöprosessista on kirjoittanut Juha T. Hakala (2022, luku Opinnäyte on prosessi), joka tuo esille, että nykypäivänä opinnäytetyö voi olla muutakin kuin ”koviin kansiin sidottu raportti”. Tällä hän viittaa juuri siihen, että esimerkiksi toiminnallisesta opinnäytetyöstä voi valmistua muuta kuin raportti. Tämän opinnäytetyön produktiksi, työstä valmistuvaksi tuotokseksi, on valikoitunut oppimateriaali. Opinnäytetyön kirjallinen osuus sisältää katselmuksen valitun aiheen teoriaan, jonka pohjalta luodaan diaesitys aiheesta. Osana opinnäytetyötä käyn pitämässä tämän oppimateriaalin pohjalta oppitunnit aiheesta työhön rajatulle kohderyhmälle. Oppitunnin kohderyhmältä kerätään palaute, joka raportoidaan opinnäytetyön kirjalliseen osuuteen. Palaute annetaan Likert-asteikolla eri väittämistä, sekä annetaan mahdollisuus avoimeen palautteeseen.

3 POLIISIN ENNALTA ESTÄVÄ TOIMINTA

Laissa on säädetty yhdeksi poliisin tehtäväksi ennalta estävä toiminta. Ennalta estävällä toiminnalla poliisi ylläpitää kansalaisten turvallisuuden tunnetta, turvallisuutta ja luottamusta poliisiin. Toiminnan keskiössä on mahdollisimman varhainen puuttuminen turvallisuutta heikentäviin tapahtumiin ja kehityksiin. Ennalta estävä toiminta on tietojohdosta toimintaa, millä tavoitellaan kohdennettua, tuloksellista ja vaikuttavaa poliisitoimintaa. (Sisäministeriö 2019, 5.)

Ennalta estävän toiminnan vaatimuksia ja merkitystä on lisännyt poliisin toimintaympäristön muutos yhteiskunnassa. Yhteiskunnassa turvattomuus, rikokset ja rikosten uhriksi joutuminen ovat kasaantuneet pienemmälle osalle väestöstään. Samalla syrjäytyminen on muuttunut moniulotteisemmaksi, vaikka yhteiskunnassa yleisesti hyvinvointi on lisääntynyt väestön keskuudessa. Ilmiötä on selitetty sillä, että yhteiskunnan tukiverkostot ja muut hyvinvointivaltion palvelut eivät tavoita enää kaikkia apua tukea tarvitsevia yksilöitä ja heidän lähipiirejään. (Sisäministeriö 2019, 5–6.)

Lähipoliisitoiminta, moniammatilliset toimintamuodot, paikallinen ongelmaratkaisu ja huolta aiheuttavat henkilöt ovat poliisin ennalta estävän toiminnan työmuotoja. Strategiassa sovittujen työmuotojen tavoitteena on varmistaa ennalta estävän toiminnan vaikuttavuus, laatu ja tehokkuus. Lähipoliisitoiminnan tavoitteena on olla osa paikallisyhteisöjen vuorovaikutusta ja lisätä tietoa poliisille, mitä yhteisöissä tapahtuu. Moniammatilliset toimintamuodot perustuvat usean eri viranomaisen ja järjestön yhteistyöhön, jossa jaetaan toimintoja ja osaamista. Työmuodon tavoitteena on tunnistaa ja puuttua mahdollisimman varhain perheiden ja yksilöiden ongelmiin, ongelmien taustalla oleviin syihin vaikuttamalla. Paikallisella ongelmanratkaisulla ratkaistaan yhdessä eri toimijoiden kanssa paikallisesti ilmenneitä turvallisuusongelmia. Huolta aiheuttavien henkilöiden työmuodolla yritetään estää yksilön käyttäytymisen kärjistymistä ja estää rikoksia. Näiden yksilöiden käyttäytymisen tai elämäntilanteen takia on ilmennyt erityinen huoli, jonka takia he ovat päätyneet työmuodon piiriin. Työmuodon piirissä oleviin henkilöihin kohdistetaan riskienhallintatoimenpiteitä niin kauan, kunnes yksilön väkivallan riski on matala tai hänen vaarallisuudestansa aiheutuma uhka on poistunut kokonaan. (Sisäministeriö 2019, 15–17.)

Suomalaisten nuorten luottamus Suomessa on korkealla poliisiin. Lapset ja nuoret ovat tulevaisuuden aikuisia, joiden ympärille yhteiskunta tulee rakentumaan. Luottamus poliisiin tulee rakentaa mahdollisimman varhaisessa vaiheessa. Aikuisena koetut asenteet poliisia kohtaa ovat tulosta lapsena ja nuorena luoduista kokemuksista poliisista. Poliisin on kohdattava nuoria muutoinkin kuin tilanteissa, joissa lopputulos on nuoren kannalta epämiellyttävä. Tällaiset kielteiset ja epämiellyttävät tilanteet voivat vahvistaa negatiivista suhtautumismallia poliisiin. Harvaan asutetuille alueille, joissa poliisi ei ole läsnä päivittäin, on muodostunut nuorista kasaantuvia ryhmiä, jotka eivät luota poliisiin samalla tavalla kuin ennen. Poliisin kokevat vihollisiksi etenkin väkivaltaisiin ääriryhmiin

kuuluvat ja heitä tukevat nuoret. Poliisin ennalta estävässä toiminnassa on pyrittävä siihen, että voidaan luoda nuorille positiivisia kohtaamisia kohtaamalla nuoria esimerkiksi erilaisissa nuorten kokoontumisissa ja urheilutapahtumissa. Ennalta estävään toimintaan on luotu strategisia linjauksia nuorten suhteen: (Sisäministeriö 2019, 18–21.)

Poliisi on läsnä ja näkyy nuorten keskuudessa sekä toimii yhteistyössä vanhempien ja nuorten elämän tärkeiden aikuisten kanssa.

Poliisi jatkaa ja kehittää yhteistyötä oppilaitosten kanssa.

Poliisi vahvistaa ja laajentaa Ankkuritoimintaa yhteistyössä muiden viranomaisten kanssa.

Poliisi tunnistaa ja ottaa vähemmistöryhmiin kuuluvien lasten ja nuorten tarpeet huomioon ennalta estävässä työssä.

4 YLEISTIETOA PÄIHTEISTÄ

Aineet, jotka aiheuttavat keskushermostovaikutuksista johtuvia korjaantuvia käyttäytymisoireita tai psykologisia muutoksia, määritellään päihteiksi. Päihteiden nauttimisen tarkoituksena on saavuttaa nautinto tai huumautuminen ilman lääketieteellistä terapeuttista tarkoitusta. Toistuvasti käytettynä päihteet alkavat kehittämään yksilölle toleranssia aineeseen. Toleranssilla tarkoitetaan, että yksilön kyky kestää päihdettä kasvaa ja vähentää aineen vaikutuksia. Päihteiden vaikutukset hermostoon ovat erilaisia, jotkut lamaannuttavat ja rauhoittavat, kun taas toiset stimuloivat hermostoa. (Kiianmaa & Hyytiä 2003, 110–111.)

4.1 Alkoholi

Alkoholin, päihteenä puhuttaessa, vaikuttava aine on etyylialkoholi eli etanoli. Nauttiessa alkoholia se lamaannuttaa aivoja, mikä ilmenee humalatilana. Humalatilana voimakkuuteen vaikuttaa ensisijaisesti nautitun alkoholin määrä ja täten veren alkoholipitoisuus. Yksilön omat ominaisuudet vaikuttavat lisäksi humalatilana voimakkuuteen, esimerkiksi toleranssi, sukupuoli, ikä ja paino. Humalatilassa aivotoiminta heikkenee, joka voi näkyä liikkeiden säätelyn ja henkisten toimintojen heikkene misenä. (Kiianmaa 2015, 18, 26–27; Kiianmaa 2003, 122–123.)

Alkoholi on riippuvuutta aiheuttava aine. Alkoholiriippuvuudessa yksilön elimistö ja mieli tulee riippuvaiseksi alkoholista. Jatkuva, toistuva ja pakonomainen alkoholin käyttö on ominaista alkoholiriippuvaiselle. Se lisäksi aiheuttaa usein terveydellisiä ja sosiaalisia haittoja arkielämään. Usein riippuvuuteen kehittyy fysiologinen riippuvuus, jolloin alkoholin vaikutusten sietäminen on kohonnut eli on kohonnut toleranssi aineeseen. Tällöin voi ilmetä erilaisia vieroitusoireita alkoholin käytön lopettamisen jälkeen. (Häkkinen 2023.)

Alkoholi voi aiheuttaa monia terveyshaittoja, niin lieviä kuin vakavimpiakin. Vakavat terveyteen kohdistuneet haitat ovat usein johdannaisia pidempään jatkuneesta alkoholinkäytöstä. IARC (International Agency for Research on Cancer) on luokitellut alkoholin vaikuttavana aineena toimivan etanolin ensimmäisen luokan syöpävaaralliseksi aineeksi. Erityisesti ruuansulatuselimistön syöpien ja rintasyöpien kehittyessä etanolin merkitys on merkittävä. Sydän- ja verisuonitaudit ovat kiistatta runsaan alkoholikäytön seurausta, mutta esimerkiksi sydämen rytmihäiriön riskiä voi lisätä vähänkin runsaampi käyttö, vaikka se ei olisi ollut pitkäaikaisempakaan. Alkoholin runsas kulutus lisää myös riskiä muiden sisäelinten vaurioitumiselle, erilaiset maksasairaudet tai haimatulehdus ovat kiistatta seurauksia pitkään jatkuneesta runsaasta alkoholinkulutuksesta. Kuolemansyynitilastojen mukaan alkoholimyrkytyksiin ja alkoholiperäisiin tauteihin kuoli vuonna 2020 noin 1700 ihmistä, joista noin 1060 alkoholin aiheuttamiin maksasairauksiin. Terveystieteiden tutkimuskeskuksen mukaan alkoholinkäytön vähentäminen on yksi tehokkaimmista keinoista vähentämään alkoholinkäytön aiheuttamia terveyshaittoja. Terveystieteiden tutkimuskeskuksen mukaan alkoholinkäytön vähentäminen on yksi tehokkaimmista keinoista vähentämään alkoholinkäytön aiheuttamia terveyshaittoja. Terveystieteiden tutkimuskeskuksen mukaan alkoholinkäytön vähentäminen on yksi tehokkaimmista keinoista vähentämään alkoholinkäytön aiheuttamia terveyshaittoja. (Häkkinen 2023.)

puuttua alkoholin käyttöön. Alaikäisille nuorille alkoholinkäyttö on aina riskikäyttöä, joten heille ei ole asetettu erillistä riskirajaa alkoholinkäytölle. (Mäkelä & Niemelä 2022.)

Alaikäiset juovat usein alkoholia salaa aikuisilta, sillä laissa alkoholin käyttö on kiellettyä heiltä. Saailun vuoksi alkoholia voidaan juoda suuria määriä nopeasti, mikä voi vaikuttaa nuoreen hyvin eri tavoin. Suuresta määrästä alkoholia, lyhyeen aikaan, voi seurata alkoholimyrkytys, joka voi olla nuorelle vaarallinen tila. Alle 15-vuotiaiden myrkytyksistä Suomessa lähes kolmannes on alkoholin aiheuttamia. (Niemelä 2015, 143.)

Alkoholin tuottama humalatila heikentää arviointikykyä, mikä korostuu nuorilla. Arviointikyvyn heikentyminen voi lisätä riskiä tapaturmille ja onnettomuuksille, esimerkiksi humalatila on yleisesti vaikuttanut nuorten aivovammojen syntyyn. Humalatila voi altistaa lisäksi rikoksen uhriksi joutumista, kuten pahoinpitelyn tai seksuaalirikoksen. Seksuaalinen riskikäyttäytyminen voi olla myös yhteydessä humalatilaan, esimerkiksi suojaamaton seksi tai useat seksikumppanit. (Niemelä 2015, 148.) Nuorilla voi esiintyä lisäksi sosiaalisia ongelmia nautittuaan alkoholia, esimerkiksi tulee riitaa kavereiden kanssa ja hauskanpito muuttuu välien selvittelyksi (Maunu 2012, 148).

4.2 Nikotiinituotteet

Nicotiana tupakkakasvin suvusta eristettyä nikotiinia sisältäviä tuotteita kutsutaan nikotiinituotteiksi. Nikotiinituotteet voivat koostua kokonaan tai sisältää vain osittain nikotiinia. (EHYT, luettu: 03.04.2024b.) Nikotiinia voi tuottaa synteettisesti (THL, päivitetty: 07.12.2023c).

Nikotiini on hermostoa stimuloiva eli piristävä päihde. Nikotiini aiheuttaa voimakkaan riippuvuuden käyttäjälleen. (Kiiänmaa 2017, 65.) Täten nikotiini onkin kaikkien nikotiinituotteiden, tupakan, sähkösavukkeiden, nuuskan ym. tärkein riippuvuutta aiheuttava aine. Nikotiinin imeytyessä verenkiertoon, esimerkiksi polttaessa keuhkojen kautta, se kulkeutuu aivoihin. Aivoissa se aktivoi nikotiinireseptoreja, jonka takia käyttäjän keho alkaa erittämään dopamiinia ja täten aiheuttaa mielihyvän tunnetta. Nikotiinille voi kehittyä toleranssi, sitä käytettäessä toistuvasti. (Kiiänmaa 2017, 65; Ahtee 2003, 133.) Toistuvan käytön lopettamisen jälkeen käyttäjällä voi ilmentyä vieroitusoireita, joita ovat esimerkiksi päänsärky, unettomuus, hermostuneisuus ja tupakanhimo. Vieroitusoireet voivat olla hyvin yksilökohtaisia. (Pietilä 2003, 419.)

Nikotiinilla on terveyteen vaikuttavia vaikutuksia, nikotiinituotteiden sisältämien muiden aineiden lisäksi. Viime vuosikymmenellä vahvistui käsitys myös nikotiinin syöpävaarallisuudesta. Nikotiini voi päätyessään verenkiertoon huomattavina määrinä lyhyen ajan sisään altistaa nikotiinimyrkytykselle. Vakavalle nikotiinimyrkytykselle ominaista on voimakas oksennusrefleksi, joka on vaikuttanut osaltaan, että myrkytyksestä johtuneet kuoleman tapaukset ovat harvinaisia. (Vähäkangas 2017,

81.) Nikotiinin päätyessä verenkiertoon se lisäksi kiihdyttää sydämensykeä ja sydänlihaksen supistumista, jolloin todennäköisyys altistua rytmihäiriöille kasvaa. Lisäksi nikotiini kasvattaa riskiä kakkostyyppin diabetekselle häiritsemällä sokeriaineenvaihduntaa ja vähentämällä insuliiniherkyyttä. (THL, 07.12.2023c.)

Tupakkaa polttaessa kehoon siirtyy useita erilaisia kemiallisia yhdisteitä. Arviolta vaarallisimpana ja eniten terveydelle haitallisina aineina pidetään hiilimonoksidia eli häkää ja tervaa. Näitä kaikkia tupakan muita kemiallisia yhdisteitä pidetään merkittävämpinä haittoina terveydelle kuin tupakan sisältämää nikotiinia. (Pietilä 2003, 419.) Arviolta tupakka ja sen savu sisältävät 4000–7000 erilaista kemikaalia. Näistä tuhansista kemikaaleista ainakin 69 on pystytty toteamaan syöpää aiheuttaviksi, sisältäen tervan ja hiilimonoksidin. (Ollila, luettu 03.04.2024.)

Sähkösavukkeet ovat suhteellisen uusia tuotteita markkinoilla. Sähkösavukelaitteet voivat olla hyvinkin erilaisia, mutta pääsääntöisesti ne koostuvat ladattavasta akusta, nestesäiliöstä ja nesteen aerosoliksi muuttavasta atomisaattorista. Nestesäiliöitä on kahdenlaisia, täytettäviä säiliöitä tai kertakäyttöisiä, jolloin laitekin on kertakäyttöinen. Käyttöprosessi perustuu imuun, joka siirtää nesteen atomisaattoriin ja muuttuessa höyryksi se hengitetään keuhkoihin. (Ollila & Ekblad 2024.) Sähkösavukkeissa yleisiä ovat nikotiinittomatkin vaihtoehdot. Nämä ovat usein kertakäyttöisellä säiliöllä varustettuja, joissa käyttökertoja voi olla tuhansia. (THL, päivitetty: 06.02.2024.)

Koostumukseltaan sähkösavukkeissa käytettävät nesteet vaihtelevat paljon. Pääsääntöisesti ne sisältävät aina vettä, glyserolia tai propyleeniglykolia. Elintarviketeollisuudessa nämä ovat melko turvallisiksi tuotteiksi tutkittuja, mutta niiden vaikutusta hengittäessä höyrynä keuhkoihin ei ole tutkittu paljoakaan. Glyserolia käytetään kosteudensitojana monissa tuotteissa ja myös muissa nikotiinituotteissa kuten nuuskassa ja tupakassa. Glyserolista syntyy akroleiinia kuumennettaessa sitä. Akroleiini on yksi mahdollisista syöpää aiheuttavista aineista tupakansavussa. (Rautalahti & Heloma 2017, 32–33.) Joistain sähkösavukkeissa käytettävistä nesteistä on löytynyt myös esimerkiksi raskasmetalleja, kuten kadmiumia, elohopeaa, lyijyä ja nikkeliä, jotka on luokiteltu mahdollisesti myrkyllisiksi kemikaaleiksi (Rautalahti & Heloma 2017, 33; Keisala & Kleimola 2020, 23). Sähkösavukkeiden käyttö on viime vuosien trendejä, minkä vuoksi pitkäaikaiskäytön vaikutuksiin ei ole tarpeeksi kertynyttä tietoa (Ruokolainen & Rautalahti 2017, 103).

Nuuska ja nikotiinipussit ovat nikotiinituotteita, joita käytetään yleisimmin ylähuulen ja ikenen välissä pussina. Nuuska sisältää jauhettua tupakkaa, johon on lisätty esimerkiksi erilaisia makuaineita, suolaa ja vettä. Nuuska voi sisältää tupakalle tyypillisiä aineita, kuten raskasmetalleja ja nitrosamiineja. Suurin ero nikotiinipusseilla nuuskaan on, että ne eivät sisällä tupakkakasvia. Nikotiinipusseissa ja nuuskassa voi olla useita kymmeniä milligrammoja nikotiinia, kun esimerkiksi tupakassa on noin kymmenen milligrammaa. (EHYT, 03.04.2024c; EHYT, 03.04.2024a.)

Nuuska ja nikotiinipusseissa ei ole tupakalle tyypillisiä palamisesta syntyviä kemikaaliyhdisteitä. Nuuska on yhdistetty etenkin lisääntyvään riskiin sairastua sydän- ja verenkiertosairauksiin. Käytettäessä nuuskaa ikenen ja ylähuulen välissä, sillä on suuri vaikutus suun terveyteen. Pitkään jatkunut säännöllinen nuuskan käyttö altistaa erilaisille suusairauksille ja visuaalisille vaurioille. (Ollila & Rautalahti 2017, 102; EHYT, 03.04.2024c.) Nikotiinipusseista on vähän tutkimustuloksia, mutta niiden vaikutukset on yhdistetty vahvasti nikotiinin synnyttämiin sairauksiin (EHYT, 03.04.2024a).

4.3 Huumausaineet

Huumausaineita on erilaisia, minkä takia ei voi puhua yleisesti yhdestä vaikutustavasta. Vaikutuksiin vaikuttavat aine ja sen määrä sekä laatu. Aineet vaikuttavat keskushermostoon, jolloin käyttäjä kokee huumaavaa vaikutusta. Hermostoon kohdistuva vaikutus voi olla stimuloivaa, rauhoittavaa tai lamaannuttavaa. Stimuloivia huumausaineita ovat esimerkiksi kokaiini ja amfetamiini, kun taas esimerkiksi opioidit ja bentsodiatsepiinit ovat hermostoa rauhoittavia ja lamaannuttavia. Huumausaineita voi käyttää suoraan verisuoniin, hengitysteiden kautta, suun kautta tai nuuskaamalla. (Joutsa & Kiianmaa 2018, 28–29.)

Huumausaineiden käytölle ominaista on psyykinen sekä fyysinen riippuvuus aineisiin. Pakonomainen halu ja kyvyttömyys pysyä erossa huumausaineista on ominaista psyykkisesti riippuvaiselle. Fyysinen riippuvuus liittyy lopettamisesta johtuviin vieroitusoireisiin, sillä käyttäjän hermosto on sopeutunut jonkin aineen käyttöön, jolloin käytön loppuessa sopeutuneen hermoston toiminta järkkyy. Vieroitusoireet häviävät, jos käyttö aloitetaan uudelleen. (Joutsa & Kiianmaa 2018, 32–33.)

Huumausaineiden terveyshaitat liittyvät yleisesti aineiden käyttötapaan. Pistettäessä suoraan verisuoniin veren välityksellä leviävien tartuntatauti- ja infektioiden riski on suuri. Tällaisia voi olla ihmisen immuunikatovirus eli HIV ja hepatiittivirukset. Pitkäaikainen pistäminen verisuoniin voi myös tukkia niitä. Yksittäisillä aineilla on myös vaikutusta terveyteen. Esimerkiksi amfetamiinin käyttäjillä on kohonnut riski sepelvaltimotaudille ja erilaisille sydänkomplikaatioille. (Kivelä 2018, 206, 212.)

4.4 Lääkkeiden väärinkäyttö

Lääkkeitä käytettäessä eri tarkoituksiin kuin ne ovat määrätty voidaan puhua lääkkeiden väärinkäytöstä. Yleensä toiminta on tietoista rauhoittavien tai muiden lääkkeiden nauttimista päihtymys tarkoituksessa. Lääkkeitä käytetään usein alkoholin tai muiden päihteiden kanssa, jolloin se on hengenvaarallista. Tällöin voidaan puhua sekakäytöstä. Käytön jatkuessa käyttäjälle syntyy riippuvuus lääkkeisiin, jolloin elimistö tottuu niihin siten, että lääkinnällisen vaikutuksen tavoittaminen vaatii suuremman annoksen lääkeainetta. (Holopainen & Surakka, päivitetty: 31.03.2019.)

5 NUORET JA PÄIHTEET

5.1 Varhaisen puuttumisen tavoitteet

Kiihkeä aivojen kehitys on osa puberteettia ja arvioiden mukaan aivojen kypsyminen kestää vähintään 25–30 ikävuoteen saakka. Murrosiässä on normaalia hermoyhteyksien muokkautuminen ja valkean aineen lisääntyminen aivoissa, mitkä ovat osa aivojen kehitystä. Aivojen eri järjestelmät kehittyvät epätasapainossa, joka vaikuttaa nuorten tunteiden hallintaan ja riskienarviointiin negatiivisesti. Osittain tämän takia nuorilla voi olla kokemus päihteiden miellyttävistä vaikutuksista voimakkaampi ja he toimivat useammin hetken mielijohdeesta. Nuoruusiässä aloitettu päihteiden käyttö saattaa aiheuttaa pitkäaikaisia ja jopa palautumattomia aivomuutoksia. Päihderiippuvuuden kehittymiselle sekä aivojen kehityksen herkistymiselle voivat altistaa varhaiset päihdekokeilut ja käytön säännöllistyminen jo nuorella iällä. (Niemelä 2018, 254–255; Hyytiä 2015.) Lisäksi alkoholin säännöllinen käyttäminen nuoruusiässä voi ennakoita sairastavuutta, syrjäytymistä ja suurempaa kuolleisuutta aikuisiällä. Näin ollen puuttuminen nuoren päihteiden käyttöön ja varhainen ongelmakäytön tunnistaminen on keskeinen osa kansanterveydenkin edistämistä Suomessa. (Aalto ym. 2015, 139.) Nuoren psyykkisen ja fyysisen terveyden lisäksi päihteiden käytöllä voi olla suuri vaikutus nuoren tulevaisuudensuunnitelmiin. Tällaisia nuoren tulevaisuuteen liittyviä asioita voi olla esimerkiksi opiskelupaikka, varusmiespalvelu tai ajokortin saaminen (Häkkinen ym. 2022).

5.2 Nuorten päihteiden käytön trendit

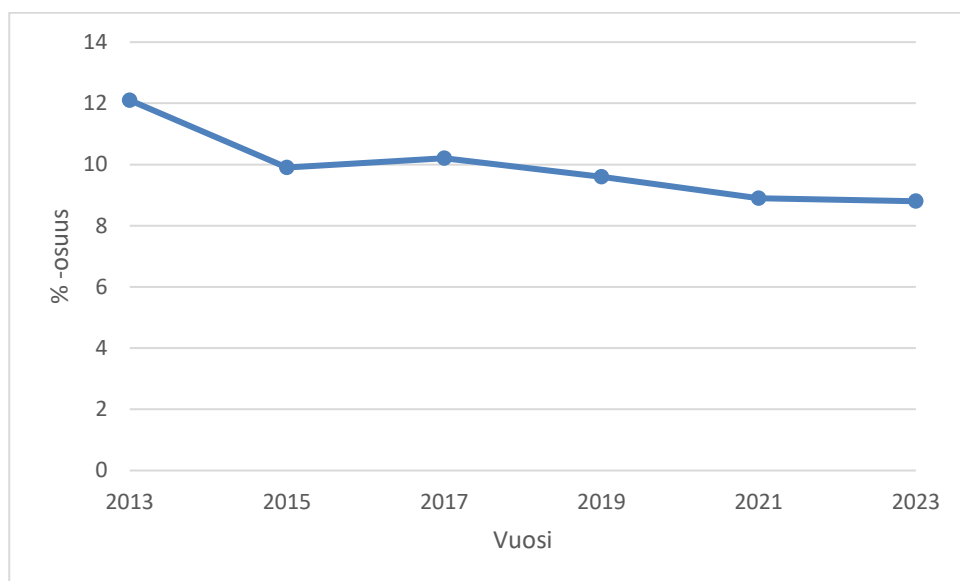
Suomalaisnuorten päihteiden käytön kehityssuunnista ja trendeistä saadaan laajasti tietoa valtakunnallisesti. Tämän mahdollistavat erilaiset Suomessa teetetävät kattavat tutkimukset aiheesta, yksi esimerkki tällaisesta tutkimuksesta on Kouluterveyskysely. Suomalaisnuorten päihteiden käyttöä vertaillaan lisäksi kansainvälisesti, esimerkiksi ESPAD-tutkimuksella (European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs) ja Maailman terveysjärjestön teettämässä tutkimuksissa. (von der Pahlen ym. 2013, 109.) Nämä edellä mainitut tutkimukset antavat kattavan ja ajantasaisen tiedon, sillä Kouluterveyskysely toteutetaan joka toinen vuosi ja ESPAD-tutkimus joka neljäs vuosi (Opetushallitus, luettu: 22.04.2024; THL, päivitetty 30.01.2024.)

5.2.1 Alkoholin käytön kehitys

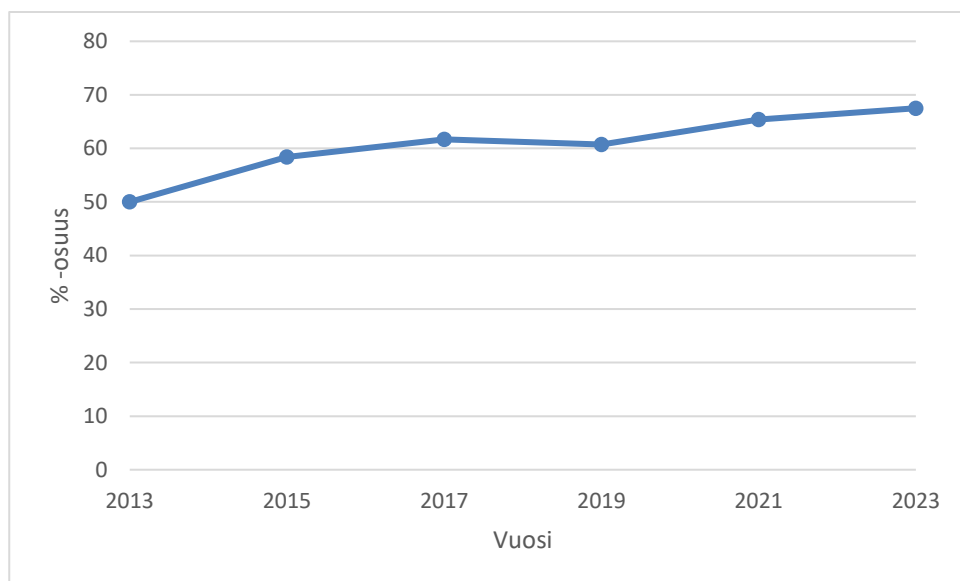
Alkoholia ensimmäistä kertaa kokeilevien nuorten ikä on laskenut viime vuosikymmeninä, lisäksi erityisesti tyttöjen alkoholin käyttö on lisääntynyt. Tyttöillä päihteiden käyttö on muutoinkin ollut kasvussa. Muihin Euroopan maihin verrattuna suomalaisnuoret juovat humalanhakuisemmin kuin muualla. Toisaalta 12–17-vuotiaiden humalanhakuinen juominen on Suomessa kääntynyt kuitenkin lievään laskuun ja yläasteikäisten nuorten täysraittius on kasvanut, vaikkakin täysi-ikäisten nuortenaikuisten raittiiden määrälle ei ole käynyt samoin. (Niemelä 2015, 140–141.) Humalanhakuisen

juomisen laskeva trendi ja täysraittiuden lisääntyminen näkyy Kouluterveyskyselyissä. Kaaviosta 1 selviää, että kerran kuukaudessa ”tosi humalassa” olleiden 8.–9.-luokkalaisten määrä on laskenut vuodesta 2013 vuoteen 2023. Lasku ei ole ollut jatkuvaa aikavälillä, vaan kasvua on tapahtunut esimerkiksi vuonna 2017, jonka jälkeen osuus on lähtenyt uudelleen laskuun. Kaavion 2 perusteella 8.–9.-luokkalaisista noin puolet ilmoitti vuonna 2013 ettei käytä ollenkaan alkoholia, kun vuoden 2023 kyselyssä määrä oli noussut lähemmäs seitsemääkymmentä prosenttia. (Helenius & Kivimäki 2023.) Ei alkoholia käyttävien nuorten kasvusta huolimatta Suomessa 15-vuotiaat ovat olleet humalassa, vähintään kerran elämänsä aikana, keskiarvoisesti enemmän kuin muualla Euroopassa (WHO 2020). Myöskään nuorten joukko, jotka käyttävät usein päihteitä tai juovat paljon alkoholia, ei ole pienentynyt täysraittiuden lisääntyessä (THL, päivitetty: 07.12.2023a). Kehityssuunta on kuitenkin positiivinen, alkoholin käyttö on vähentynyt merkittävästi koko 2000-luvun, vaikka Suomessa se on edelleen yleisin nuorten käyttämä päihde (EHYT, luettu: 01.04.2024).

Kaavio 1. Vähintään kerran kuukaudessa tosi humalassa olevien %-osuus 8.–9.-luokkalaisista (Lähde: THL, Kouluterveyskyselyt 2013–2023)



Kaavio 2. Raittiiden %-osuus 8.–9.-luokkalaisista (Lähde: THL, Kouluterveyskyselyt 2013–2023)

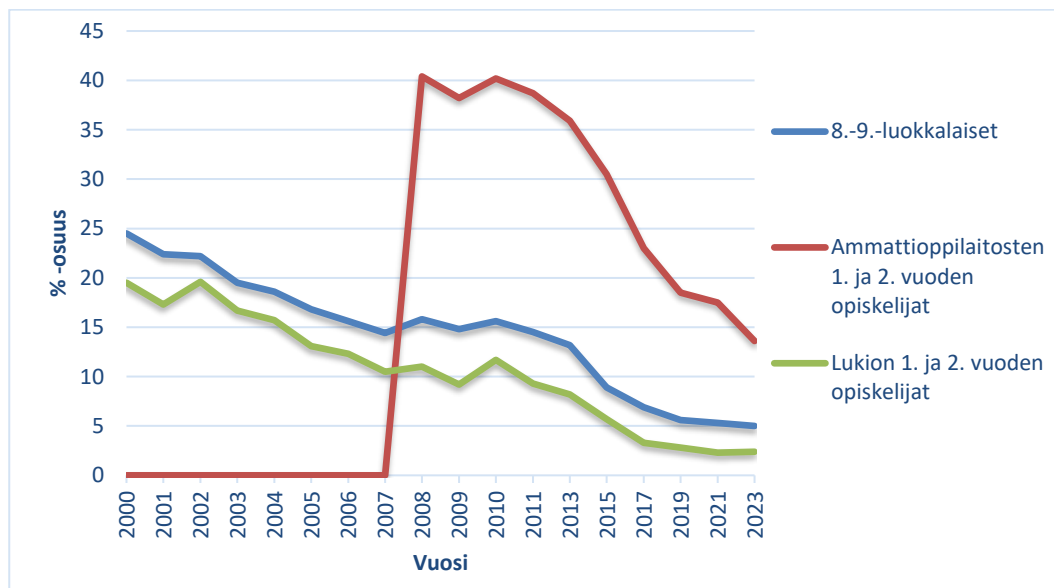


5.2.2 Nikotiinituotteiden käytön kehitys

Nuorten käyttämien nikotiinituotteiden osalta on tapahtumassa muutos. Tupakointi vähenee, mutta vaihtoehtoisten nikotiinituotteiden suosio lisääntyy jatkuvasti. Osa syynä muutokseen pidetään viime vuosina merkittävästi laajentunutta nikotiinituotteiden kirjoa. Suosiota on lisänneet erityisesti nuuska ja sähkösavukkeet. Eri vaihtoehtojen lisääntyessä eri nikotiinituotteiden rinnakkaiskäyttö on kasvanut samalla. (Ollila ym. 2017.) Nuorten tupakoinnin väheneminen ei ole yllättävää, kun tarkastellaan muidenkin ikäryhmien tupakoivien määrän kehityksen laskua, sillä aikuisten tupakointi on selvästi vähentynyt 1990-luvulta alkaen (Heloma 2017, 24).

Tarkasteltaessa vuosien 2000–2023 välistä aikaa huomataan 8.–9.-luokkalaisten nuorten tupakoinnin on vähentyneen huomattavasti. Kaavio 3 kuvaa ikäryhmän päivittäistä tupakoimista. Siitä huomataan, että vuodesta 2000 päivittäin tupakoivien määrä on laskenut lähes kahdellakymmenellä prosentilla vuoteen 2023 mennessä. Toisen asteen, kahden ensimmäisen vuoden opiskelijoiden, tupakoinnin kehityssuunta on ollut samaten laskeva ja etenkin ammattiin opiskelevilla lasku on ollut merkittävä. (THL 2023b.) Ammattiin opiskelevilta tilastoa on aloitettu keräämään vasta vuodesta 2008.

Kaavio 3. Päivittäin tupakoivien %-osuus (Lähde: THL, kouluterveyskyselyt 2000–2023)

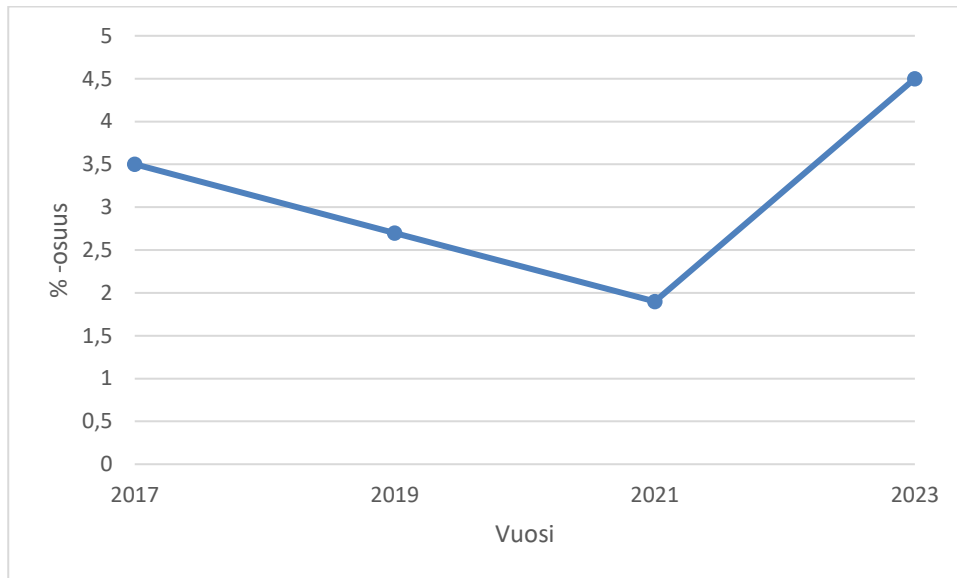


Tuoreimpien kouluterveyskyselyjen perusteella vähintään kerran tupakkaa kokeilleiden 4.–5.-luokkalaisten poikien määrä on laskenut vuosien 2017–2023 aikana hieman vajaalla puolella. Tytöillä muutos on ollut noin puoli prosenttiyksikköä vähenevä. (Ollila & Ruokolainen 2023, 1.) Vaikka tupakointi on ollut jyrkästi laskeva trendi 2010-luvun alusta lähtien, niin lasku on kuitenkin hidastunut tai jopa pysähtynyt uusimmissa kyselyissä eri ryhmiä tarkasteltaessa (Helenius & Kivimäki 2023; THL 2023b; Ollila & Ruokolainen 2023).

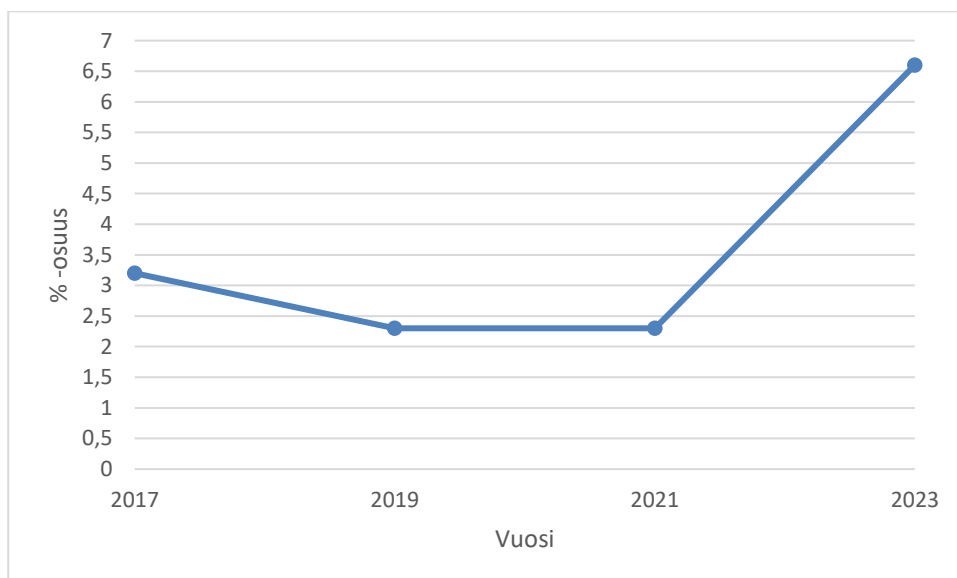
Nikotiinituotteiden osalta suurin kasvu vuosien 2021–2023 aikana oli tapahtunut sähkösavukkeiden käytössä. 4.–5.-luokkalaisten keskuudessa sähkösavukkeiden kokeileminen on lähtenyt kasvuun. Vuodesta 2017 vuoteen 2021 sähkösavukkeiden kokeilleiden osuus laski, mutta vuonna 2023 suunta muuttui kasvavaksi. Kaaviosta 4 ilmenee, että vuodesta 2021 vuoteen 2023 osuus kasvoi yli kaksinkertaisesti. Luonnollisesti 8.–9.-luokkalaisilla kasvu on ollut suurempaa. Vuonna 2023 ikäryhmän pojista sähkösavuketta oli kokeillut vajaa kolmekymmentä prosenttia ja kasvua vuodesta 2021 oli tullut vähän alle kymmenen prosenttia. Huomioitavaa on kuitenkin vuoden 2019 kyselyn tulos, jonka perusteella käyttäneiden osuus palasi vuonna 2023 aiemmalle tasolle. Tytöillä kasvu on ollut huomattavasti suurempi, sillä vuoden 2023 kyselyssä sähkösavuketta oli kokeillut lähes

kolmekymmentä prosenttia ja verrattaessa vuoden 2021 tulosta kasvu on ollut lähes kaksinkertainen. (Ollila & Ruokolainen 2023, 1–2.) Kaavion 5 perusteella voidaan kuitenkin todeta, että ikäryhmässä kuitenkin suurin osa käytöstä on vain kokeiluja, sillä päivittäin käytävien osuus on huomattavasti pienempi. Päivittäinen käyttö on kuitenkin kääntynyt nousuun kahden edeltävän kyselyn jälkeen. Näitä kahta kyselyä edelsi tasainen lasku, joka pysyi muuttumattomana aina vuoteen 2023 saakka. (THL 2023b, 5–6.)

Kaavio 4. Sähkösavuketta vähintään kerran käyttäneiden osuus 4.–5.-luokkalaisissa (Lähde: THL, Kouluterveyskyselyt 2017–2023)

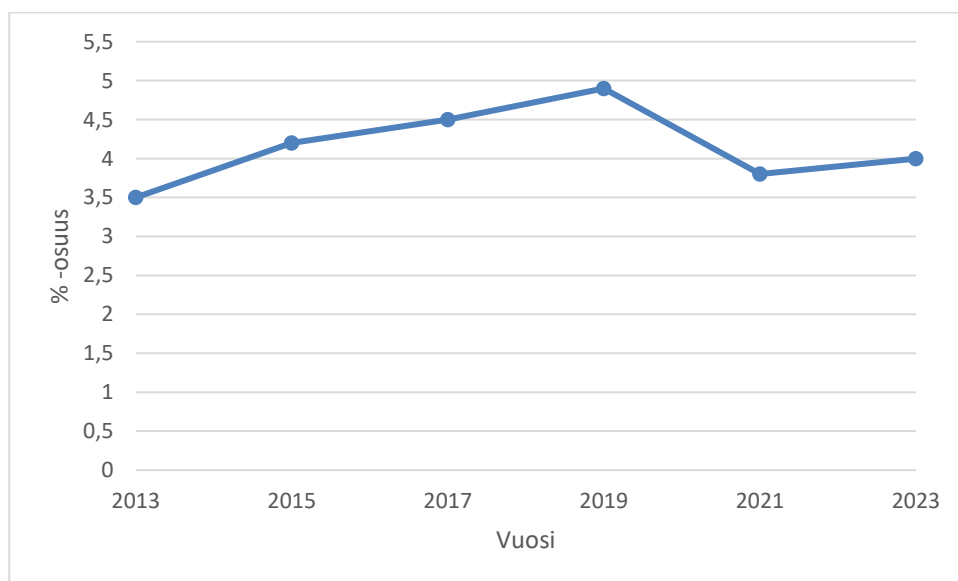


Kaavio 5. Sähkösavuketta päivittäin käyttävien 8.–9.-luokkalaisten %-osuus (THL, Kouluterveyskyselyt 2017–2023)



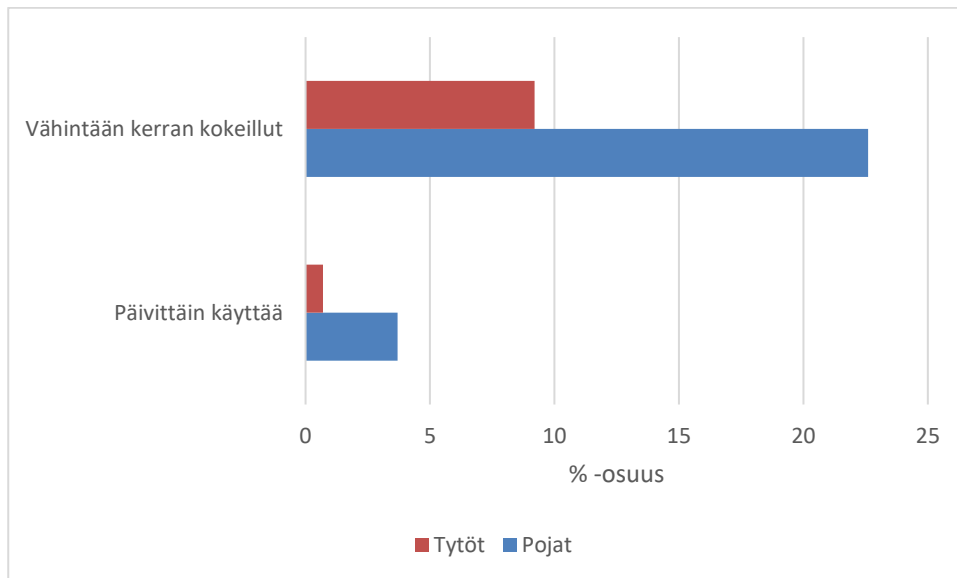
Nuuskan käytön muutokset ovat olleet viime vuosina vähäisiä iästä tai sukupuolesta riippumatta. Nuuskaa vähintään kerran kokeilleiden 4.–5.-luokkalaisten osuus vuosina 2017–2023 on ollut noin kahdessa prosentissa. Yläasteelle siirryttäessä nuuskan kokeileminen lisääntyy. Vuoden 2023 kyselyn perusteella 8.–9.-luokkalaisista pojista yli 26 prosenttia oli vähintään kerran kokeillut nuuskaa, kun taas tytöillä kokeilleiden osuus oli 13 prosenttia. (Ollila & Ruokolainen 2023, 1–2.) 15–16-vuotiaiden nuorten kyselyistä ilmenee, että tytöillä nuuskakokeilut ovat nousseet vuodesta 2015 alkaen, kun pojilla kokeilut ovat alkaneet vähenemään (Raitasalo & Härkönen 2019, 2). Nuuskan päivittäinen käyttö 8.–9.-luokkalaisilla tytöillä on melko harvinaista, kun pojilla se on yleisempää (Ollila & Ruokolainen 2023, 1–2). Päivittäinen nuuskaaminen on pysynyt ikäryhmässä tasaisena 2006–2023 välisenä aikana. Korkeimmillaan käyttäneiden osuus on ollut vuonna 2019, jonka jälkeen osuus alkoi laskemaan. (Helenius & Kivimäki 2023, 10.) Kaaviosta 6 ilmenee vuoden 2019 jälkeinen muutos. Vuoteen 2019 saakka 8.–9.-luokkalaisten nuuskan päivittäinen käyttö lisääntyi tasaisesti, minkä jälkeen se lähti laskuun. Lasku ei kestänyt kauaa, kun osuus nousi vuodesta 2021 vuoteen 2023.

Kaavio 6. Päivittäin nuuskaa käyttävien osuus 8.–9.-luokkalaisten keskuudessa (THL, Kouluterveyskyselyt 2013–2023)



Nuorten nikotiinipussien käytön seuranta alkoi Suomessa vasta vuoden 2023 Kouluterveyskyselyn yhteydessä (Helenius & Kivimäki 2023, 11). Kaaviosta 7 ilmenee, että päivittäinen nikotiinipussien käyttö on huomattavasti yleisempää 8.–9.-luokkalaisilla pojilla kuin tytöillä. Nikotiinipusseja on kokeillut myös pojista yli kaksi kertaa enemmän kuin tytöistä. (Ollila & Ruokolainen 2023, 2.)

Kaavio 7. Nikotiinipusseja päivittäin tai vähintään kerran kokeilleiden osuus 8.–9.-luokkalaisista (THL, Kouluterveyskysely 2023)

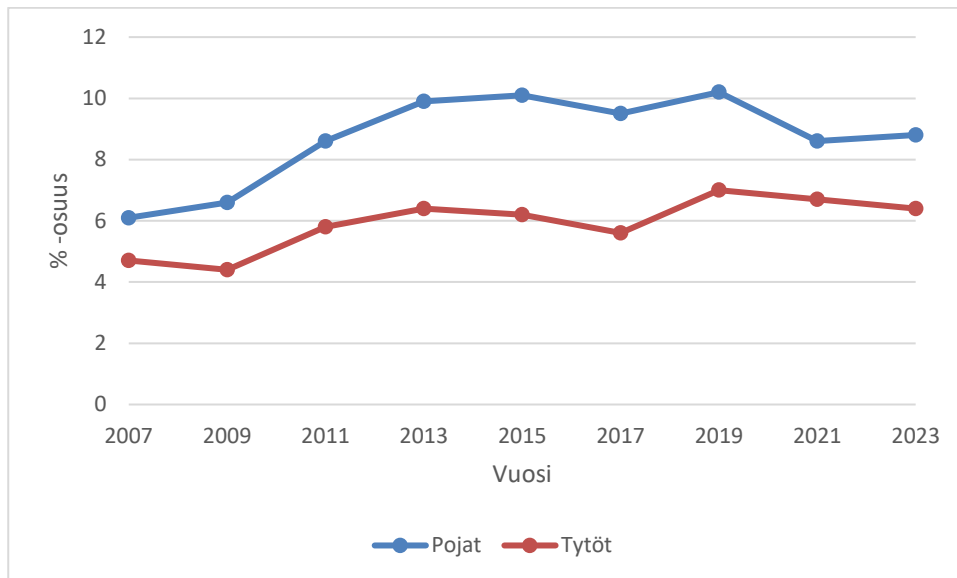


5.2.3 Huumausaineiden käytön kehitys ja niihin suhtautuminen

Suomessa nuorten yleisimmin käyttämä huumausaine on kannabis, mikä ei poikkea aikuisväestön mieltymyksistä juuri ollenkaan. Kannabiksen käyttö ei 2010-luvulla merkittävästi lisääntynyt yläasteikäisten keskuudessa, kun nuorten aikuisten keskuudessa sen huomattiin alkavan yleistymään. Kannabista käyttävän nuoren katsotaan käyttävän muita enemmän muitakin päihteitä. (Niemelä 2018, 250.) Huumausaineiden kokeilu on yleistynyt melko maltillisesti 15–24-vuotiaiden keskuudessa vuoden 2018 jälkeen (THL 2023a, 2). Suomessa nuorten ja nuorten aikuisten amfetamiinin käyttö on eurooppalaista keskitasoa yleisempää. Suomessa 15–24-vuotiaiden ikäluokka on ainoa, jossa amfetamiinien käyttö on yleisempää kuin opioidien (Rönkä ym. 2020). Suomen sisäisten huumeiden käyttö aloitetaan kuitenkin yleensä vasta täysi-ikäisenä. (Niemelä 2018, 251.)

Vuosien 2006–2023 välillä kerättyjen Kouluterveyskyselyjen perusteella kannabista vähintään kerran kokeilleiden 8.–9.-luokkalaisten poikien osuus on pääsääntöisesti ollut aina alle kymmenen prosenttia. Tyttöillä kannabista kokeilleiden osuus on ollut vielä alhaisempaa ja tasaisempaa seuranta-jakson ajan. Ikäryhmän tyttöjen ja poikien kannabista kokeilleiden osuuksien ero oli hieman yli kaksi prosenttia viimeisimmässä kyselyssä vuonna 2023. Ero on kaventunut verrattaessa 2010-lukua. (Helenius & Kivimäki 2023, 9.) Kaavio 8 kuvaa ikäryhmän kannabista kokeilleiden osuutta eri vuosina.

Kaavio 8. Vähintään kerran kannabista kokeilleiden osuus 8.–9.-luokkalaisista sukupuolittain (THL, Kouluterveyskyselyt 2006–2023)



Suhtautuminen kannabista kohtaan on muuttunut suotuisammaksi nuorten keskuudessa aiempaan verrattuna. Muutokset suhtautumisessa ovat tapahtuneet 2000-luvulla. (Niemelä 2018, 251.)

Vuonna 2019 15–16-vuotiaista pojista yli puolet piti terveydellisiä ja muita riskejä vähäisenä kokeillessaan yksi tai kaksi kertaa kannabista. Tytöistä samalla tavalla suhtautui hieman alle puolet. Säännöllisen käytön riskeihin suhtauduttiin vakavammin. Hieman alle viidennes pojista piti säännöllisen käytön riskejä vähäisenä ja tytöistä alle kymmenes. (Raitasalo & Härkönen 2019, 13.)

Kannabiksen ollessa yleisin nuorten käyttämä huumausaine, nuoret kuitenkin käyttävät muitakin laittomia päihteitä. 2010-luvulla amfetamiinia tai ekstaasia oli kokeillut yläasteikäisistä pojista neljä prosenttia ja tytöistä yksi prosentti kouluterveystutkimuksen perusteella. Muiden huumausaineiden käyttö, kannabiksen, amfetamiinin ja ekstaasin lisäksi, oli harvinaisempaa. Verrattuna kannabikseen niin muiden huumausaineiden, kuten amfetamiinin, opioidien ja muuntohuumeiden, käyttö alkaa nuorilla yleensä vasta täysi-ikäisyyden lähestyessä. Alaikäistenkin kohdalla kuitenkin on tärkeä huomioida muidenkin huumausaineiden käytön mahdollisuus. (Niemelä 2018, 251.) Vuosien 2003–2019 kyselyissä 9.-luokkalaisista muutama prosentti ilmoitti kokeilleensa jotain muuta huumausainetta kuin kannabista elämänsä aikana (THL, luettu: 18.03.2024). Tämän perusteella muidenkin huumausaineiden käyttäjiä ikäluokassa on, mutta kehitys on ollut muuttumatonta heidän osaltansa. Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen vuonna 2018 tuottaman huumeekyselyn perusteella 15–24-vuotiaiden amfetamiinin ja opioidien ongelmakäyttö todettiin lähes yhtä yleiseksi kuin 35–44-vuotiaiden. Tutkimuksen perusteella nuorella sukupolvella on ongelmakäyttöä enemmän kuin koskaan aikaisemmin. (Rönkä ym. 2020.)

Lääkkeiden väärinkäyttö päihtyäkseen yhdessä alkoholin kanssa väheni Suomessa huomattavasti vuosien 1995–2007 välillä 9.-luokkalaisten keskuudessa. Tämän jälkeen oli havaittavissa jälleen nousua, mutta 2010-luvun loppupuolelle tultaessa määrä on pysynyt tasaisena. ESPAD-tutkimuksen perusteella vuonna 2019 pojista neljä prosenttia ja tytöistä kahdeksan prosenttia oli käyttänyt vähintään kerran alkoholia ja lääkkeitä yhtä aikaan päihtymys tarkoituksessa. (Raitasalo & Härkönen 2019, 6). Ryhmän pojista kuusi prosenttia ja tytöistä kahdeksan prosenttia oli käyttänyt rauhoittavia tai unilääkkeitä ilman lääkärin reseptiä. Vuoden 2015 tutkimuksesta pojilla osuus oli kasvanut kaksi prosenttia, kun tytöillä se oli pysynyt muuttumattomana. (THL, luettu: 18.03.2024.) Samassa tutkimuksessa vuonna 2015 kysyttiin ensimmäistä kertaa kipulääkkeiden käytöstä päihtymys tarkoitukseen. Pojista kaksi prosenttia ja tytöistä seitsemän prosenttia kertoi kyselyssä käyttäneensä joskus kipulääkkeitä päihtyäkseen. Vuoden 2019 tutkimuksessa käyttäjien osuus pojilla nousi ja tytöillä laski yhden prosentin.

5.3 Nuorten päihteiden käytön taustalla

Syitä nuorisokulttuurin muutoksiin päihteiden osalta pohditaan paljon. Kulttuurin muutoksen esi-merkkinä voidaan käyttää alkoholin käytön vähenemistä nuorilla, mikä ilmiönä on esiintynyt muual- lakin Euroopassa. Selityksiä tälle on esitetty useita, mutta tutkittua tietoa on vasta vähän. (Raita- salo ym. 2018, 158.) Ilmiöön liittyvistä mahdollisista syistä on laatinut listan englantilainen Bhat- tacharya. Hän on listannut seuraavat mahdolliset syyt: tehokkaampi ikärajojen valvonta vähittäis- myynnissä, digitaalisen teknologian lisääntynyt käyttö, juomisen hyväksyttävyyteen liittyvien nor- mien kiristyminen, onnellisemmat ja tunnollisemmat lapset, valveutuneemmat vanhemmat, alkoholi- a käyttämättömien etnisten vähemmistöjen vaikutus sekä alkoholin saatavuuden vaikeutuminen ja taloudellinen epävakaus. (Bhattacharya 2016, viitattu teoksessa Raitasalo ym. 2018, 158.) Nämä mahdolliset syyt ovat alkoholin käytön vähenemiseen liitettyjä, mutta niiden vaikutus voi näkyä nuorten päihteiden käytön muutoksessa yleisestikin. Muutoksen yhteydessä on tärkeä tarkastella tekijöitä, jotka altistavat nuoria päihteille tai suojaavat heitä niiltä.

Nuorilla tai heidän ympäristössä voi olla erilaisia tekijöitä, jotka altistavat heidät päihteiden käytölle jo nuorella iällä (THL, päivitetty 07.12.2023b). Nuoret ajattelevat pystyvänsä esimerkiksi hankki- maan kokemuksia, pitämään hauskaa, rentoutumaan, pääsemään sisälle kaveriporukkaan tai kes- tümään arkielämän haasteita päihteiden avulla. Joillekin päihteiden käyttö voi olla tapa yrittää irrot- tautua vanhemmista tai keino nousta auktoriteetteja vastaan. (Holmberg ym. 2015, 363.) Nuoret voivat myös ajatella, että miksi juuri hänelle aiheutuisi päihteistä konkreettista haittaa, mikä on osa nuorten kokemattomuutta ymmärtää riskejä (HUS Psykiatria, luettu: 01.04.2024).

Nuori voi tuntea kaveriporukassa sosiaalista painetta päihteiden kokeilemisesta, etenkin kun muut ryhmässä kokeilevat. Nuorelle päihteiden käyttö voi olla sosiaalinen tapahtuma, jolla he tavoittelevat yhdenmukaisuuden tunnetta ryhmään sekä hyväksyntää heiltä. Sosiaalista painetta voi olla myös halu itsenäistyä tai stressaavien tilanteiden hallinta etenkin, jos tällaisia odotuksia luodaan nuorelle ulkopäin. (Aaltonen ym. 2003, viitattu teoksessa Kopi & Löytynoja 2014, 32.) Kaveripiiri, joka suhtautuu myönteisesti päihteiden käyttöön niin voi lisätä nuorten sosiaalisen paineen tunteamista ja edesauttaa päätöksen syntymistä päihteiden kokeilemisesta. Nuori voi oppia kokemaan normaalisti kaveriporukan antaman mallin ja kova halu kokea yhteenkuuluvuutta kaveripiirin kanssa voi johtaa seuraamaan kavereiden toimintaa. (Holmberg ym. 2015, 363; HUS Psykiatria, luettu: 01.04.2024.) Kaveripiirin vaikutus kokeilemiseen tai käyttöön on suuri kaikkien päihteiden osalta, eikä yksittäinen päihde nouse esille tässä osa-alueessa. Alkoholien osalta nuoret pitävät jopa outona muita ikätovereita, jotka käyttävät yksin alkoholia (Niemelä 2015, 141). Huumausaineiden osalta kaveripiirin vaikutusta pidetään erityisen suurena kokeiltaessa niitä. Tässä tapauksessa vaikutus perustuu enemmän saatavuuteen, koska yleisesti huumausaineita saadaan kaveripiiriltä. (Niemelä 2018, 252.)

Markkinoille on tuotu savukkeiden tilalle muita nikotiinia sisältäviä tuotteita (Rimpelä & Kannas 2017, 57). Tällaisia korvaavia tuotteita ovat etenkin nuuska, sähkösavuke ja viimeisimpänä suosioon nostaneet nikotiinipussit. Lisäksi nikotiinittomat kertakäyttöiset sähkösavukkeet ovat yleistyneet, mitkä luokitellaan tupakan vastikkeeksi tupakkalaissa (Ollila & Ruokolainen 2023, 5). Päihteiden markkinointi on Suomessa, kuin myös muualla maailmalla hyvin rajoitettua, jonka takia etenkin tupakkateollisuuden on etsittävä jatkuvasti uudenlaisia markkinointikeinoja. Yksi tällainen keino on ollut muuttaa tuotteiden ulkonäköä, ominaisuuksia ja makuja, jotta tuotteet olisivat houkuttelevimpia. Markkinointia kohdistetaan etenkin nuoriin uusien käyttäjien toivossa, lisäämällä tuotteiden houkuttelevuutta. (Suomen ASH ry, luettu: 18.03.2024.) Niin nikotiinittomien kuin nikotiiniakin sisältävien sähkösavuketuotteiden värikäs ja muita esineitä muistuttava ulkonäkö, yhdistettynä erilaisiin tuoksuihin ja makuihin houkuttelee nuoria kokeilemaan ja hankkimaan tuotteita (Ollila & Ruokolainen 2023, 5; THL, päivitetty: 06.02.2024). Nämä ominaisuudet tekevät sähkösavukkeista helppokäyttöisiä ja huomaamattomia, sillä niissä ei ole voimakasta ominaista tuoksua ja ne voivat muistuttaa esimerkiksi värikkäitä tusseja (HUS Psykiatria, luettu: 01.04.2024.) Sähkösavukkeet kiinnostavat sellaisiakin nuoria, jotka eivät muuten tupakkaa käyttäisi. Nikotiinipussien markkinointi perustuu samantyyppiseen näkökulmaan. Nikotiinipusseissa ei ole tupakasta johtuvaa nuuskalle tyypillistä karvasta makua tai hajua. Erilaisia makuja nikotiinipusseissa on kuitenkin valtavasti, ne voivat maistua esimerkiksi nallekarkeilta tai salmiakilta samoin kuin erilaiset makunuuskatkin. (EHYT, luettu: 03.04.2024a.) Valtioneuvosto on päätöksessään kommentoinut, että nikotiinipussien maut on suunniteltu houkuttelemaan nuoria käyttäjiä. Päätöksessä on ilmaistu, että tuotteet voivat vedota jopa pikkulapsiin. Nikotiinipussien maut eivät ole ainoa houkutteleva elementti nuorille, vaan tuotteiden

paketit ovat lisäksi suunniteltu houkutteleviksi. (VN/20729/2023.) Nuoret ovat Mikko Piispan selvityksessä itse kommentoineet, että nuuskaa on helpompaa ja etenkin näkymättömämpää käyttää esimerkiksi koulussa verrattuna tupakkaa (Piispa 2018, 16).

Nuorten päihteiden käyttöön vaikuttaa suuresti se kuinka helppo niitä on hankkia. Sosiaalinen media on tärkeässä roolissa nykypäivänä alaikäisten päihteiden hankinnassa. Pääsääntöisesti voidaan todeta, että ikärajavaltonta toimii vähittäistavarakaupoissa tarkasteltaessa nikotiinituotteiden hankintatapoja aikaläisten keskuudessa. Nikotiinituotteiden hankkiminen kavereiden kautta on vähentynyt. Merkittäviksi nikotiinituotteiden hankinta-alustoiksi ovat nousseet sosiaalisen median eri kanavat. (Ollila & Ruokolainen 2018, 6–5.) Alkoholin hankinnassa perinteiset tavat ovat pysyneet suosiossa. Yli viisikymmentä prosenttia 9.-luokkalaisista oli hankkinut vuonna 2019 alkoholinsa kaveriltaan viimeisimmällä käyttökerralla. Alkoholin saaminen vanhemmiltaan on vähentynyt selvästi, sekä tiukentunut ikärajavaltonta vähittäistavarakaupoissa on vähentänyt tätä hankintatapaa. Toisin kuin nikotiinituotteiden niin alkoholin hankkiminen sosiaalisen median kautta on harvinaista. Kannabiksen yleisin hankkimistapa on kaverin kautta. Vuonna 2019 kannabista käyttäneistä 9.-luokkalaisista yli 55 prosenttia oli saanut sen kaveriltaan. Enemmistö 9.-luokkalaisista ajattelee laillisten päihteiden hankintaa erittäin tai melko helppona, poissulkien väkevien alkoholijuomien hankinnan, jonka hankintaa piti helppona 45 prosenttia. (Raitasalo & Härkönen 2019, 10.) Saatavuuden helpous voi vaikuttaa nuoren päätöksen kokeilla päihdettä.

Kaikki kehitys ei välttämättä ole negatiivista kuitenkaan. Nykypäivä erilaiset trendit voivat tukea nuorten päihteettömyyttä. Yhteiskunnassa terveellisten elämäntapojen ihannointi on noussut esille, joka voi saada nuoret ajattelemaan omia elämäntapojaan ja päihteiden käyttöä. Tämä ajatusmaailma on syntynyt vahvasti sosiaalisen median rinnalla, kun ihmiset jakavat omaa arkea siellä ja sosiaalisen median vaikuttajat näyttävät esimerkkiä. Sosiaalinen media antaa mahdollisuuden jakaa nuorille ennalta ehkäisevää tietoa esimerkiksi julkisuuden henkilöiden tuella. (Ahlström 2013, 72, viitattu Holm 2022, 8.)

5.4 Uudenlainen rikollisuus nuorten päihteiden käytön lieveilmiönä

Rikollinen käyttäytyminen on väistämätöntä nuorten käyttäessä päihteitä. Rikollisessa käyttäytymisessä osansa on ikärajoilla, sillä alaikäiset eivät pysty hankkimaan tai nauttimaan ikärajavaltontuja päihteitä laillisesti. Rikollinen käyttäytyminen on yleisesti lievän tasoista, mutta etenkin nuorten vakavaan päihteiden käyttöön voi liittyä velkaantumista ja rikollisuutta, nämä voivat johtaa jopa väkivallan uhkaan toisinaan nuorta kohtaan. Päihdehäiriöiden on osoitettu olevan riskitekijä nuoren rikolliselle käyttäytymiselle. (THL, päivitetty 07.12.2023a; Niemelä 2015, 148.) Vakava rikollisuus on kuitenkin keskittynyt huumausaineiden käyttäjiin, sillä huumausainemarkkinat ovat yhteiskunnan ulkopuolella. Yhteiskunnan ulkopuolisuus antaa mahdollisuuden väkivallalle ja sen uhalle osana

huumemaailmaa. (Perälä 2018a, 292.) Huumeisiin liittyy usein oheisrikollisuutta, jolla esimerkiksi rahoitetaan huumausaineiden käyttöä (Perälä 2018b, 293). Nuorten päihteiden muuttuessa Suomessa on ilmennyt uudenlaisia ilmiöitä rikollisuudessa.

Nuoret hankkivat laittomasti katukaupasta sähkösavukkeita. Kaupankäynti voi tapahtua ensin Telegrammissa, jonka jälkeen sovitaan ostotapahtuma johonkin. Näihin ostotapahtumiin voi liittyä jopa väkivallan uhkaa. Sähkösavukkeiden laitton myynti toimii hyvin samantapaisesti kuin huumausaineidenkin. Jopa 13-vuotiaita on jäänyt kiinni ollessaan ostamassa sähkösavukkeita. (Sutela 2024, 44.) Ryöstörikokset ovat lisääntyneet alaikäisten keskuudessa. Näiden joukossa on tapauksia, jossa henkilöt ovat sopineet internetin kautta sähkösavukkeen ostamisesta ja kaupantekotilanteessa toinen osapuoli ryöstetään. Epäillyt tapauksissa ovat olleet niin ostajan kuin myyjänkin roolissa. Huomionarvoista on, että vuoden 2015 rikosilmoituksissa ei ole juurikaan tällaisia kaupantekotilanteissa tapahtuneita ryöstöjä, kun vuosien 2022 ja 2023 rikosilmoitusten perusteella sellaisia on ilmennyt. Sähkösavukkeiden lisäksi nuuskan myynti tilanteet ovat olleet sellaisia, joissa ryöstöjä on tapahtunut. Tilastojen mukaan joko nämä tuotteet ovat olleet ryöstön kohde tai toisen osapuolen muu omaisuus. (Heiskanen 2024, 4, 19.)

Sähkösavukkeisiin liittyen on tullut esille tapauksia, jossa ostaja on huumemaailmanmaisesti velkaantunut myyjälle tuotteesta. Poliisin tietoon on tullut yksittäisiä tapauksia, jotka ovat liittyneet sähkösavukkeiden käyttäjien velkaantumiseen. On arvioitu, että nuoret ovat joutuneet varastamaan, jotta ovat pystyneet maksamaan sähkösavukkeiden ostosta syntyneitä velkoja. (Niemi & Rautavuori 2024.)

Poliisitehtävillä on tullut vastaan kasvavissa määrin sähkösavukkeita tai nikotiininesteitä, jotka ovat sisältäneet yli sallitun määrän nikotiinia. Tällaisten tuotteiden maahantuonti on tupakkalaissa kiellettyä. Tapauksissa ostajat tai myyjät ovat syyllistyneet laittomaan tuontitavaraan ryhtymiseen. (Poliisi 2023.)

6 LAINSÄÄDÄNTÖÄ NUORTEN PÄIHTEIDEN KÄYTTÖÖN LIITTYEN

Luvussa käsitellään yleistä lainsäädäntöä liittyen nuorten päihteiden käyttöön. Lainsäädäntöä esitellessä tuodaan esille myös perusmuotoisia rikosnimikkeitä liittyen aiheeseen. Rikosnimikkeistä on esitelty perusmuotoiset nimikkeet, täten kvalifiointiperusteihin ei ole otettu kantaa.

6.1 Alkoholiin liittyvää lainsäädäntöä

Alkoholilain (AlkL 1102/2017) 3 §:n 1 mom. 3. ja 4. kohtien mukaan väkevällä alkoholijuomalla tarkoitetaan alkoholijuomaa, jossa etyylialkoholia on enemmän kuin 22 tilavuusprosenttia. Alkoholijuomat, jossa on enintään 22 tilavuusprosenttia etyylialkoholia, ovat mietoja alkoholijuomia.

Alkoholilain 83 §:n 2 mom. mukaan alkoholijuomia ei saa pitää hallussaan alle 18-vuotias henkilö. Lisäksi alle 20-vuotias ei saa pitää hallussaan väkeviä alkoholijuomia. Rikesakkorikkomuksista säädetyn lain (986/2016) 17 §:n 1 mom. kohtien 3 ja 4 perusteella henkilölle määrätään neljänkymmenen euron rikesakko alkoholirikkomuksesta rikkoessaan edellä mainittuja hallussapito säädöksiä.

Alkoholijuomia ei saa vähittäismyynnissä ja anniskelussa myydä tai luovuttaa alle 18-vuotiaalle. Vähittäismyynnissä ei saa myöskään myydä tai luovuttaa väkeviä alkoholijuomia alle 20-vuotiaalle. Myydessä tai luovuttaessa edellä mainitusti tuotteita, henkilö tuomitaan alkoholirikkomuksesta sakkoon. (AlkL 37.1,1 §; AlkL 37.2 §; AlkL 90.5,1 §.)

Alkoholijuomien välittäminen ja luovuttaminen palkkiota vastaan on kiellettyä. Lisäksi ilman palkkiota alkoholijuomien välittäminen ja luovuttaminen on kiellettyä alle 18-vuotiaalle, sekä väkevien alkoholijuomien alle 20-vuotiaalle. (AlkL 84 §.) Rikoslain (39/1889) 50a luvun 1 §:n 1 mom. kolmas kohta säättää, että edellä olevaa kuvausta rikottuaan henkilö voidaan tuomita alkoholirikoksesta sakkoon tai enintään kaksi vuotta vankeutta. Lisäksi henkilö, joka tarjoaa alkoholijuomaa alle 18-vuotiaalle siten, että tämä juopuu siitä, voidaan tuomita alkoholirikkomuksesta sakkoon (AlkL 90.4,2 §).

6.2 Nikotiinituotteisiin liittyvää lainsäädäntöä

Tupakkalain (549/2016) 118 § kieltää tupakkatuotteiden ja nikotiininsteiden hallussapidon alle 18-vuotiaalta. Tupakkatuotteita tai nikotiininsteitä ei saa myydä, välittää tai muutoin luovuttaa alle 18-vuotiaalle (TupakkaL 53.1 §). Henkilö, joka myy, välittää tai muutoin luovuttaa edellä mainittuja tuotteita alle 18-vuotiaalle tuomitaan tupakan myyntirikoksesta sakkoon tai vankeuteen enintään kuudeksi kuukaudeksi (TupakkaL 109.1,1 §). Myöskään elinkeinotoiminnassa ei saa myydä tai

muutoin luovuttaa alle 18-vuotiaalle tupakan vastikkeita, tupakointivälineitä tai sähkösavukkeita (TupakkaL 53.2 §).

Alle 18-vuotias ei saa tuoda maahan nikotiininesteitä tai tupakkatuotteita (TupakkaL 62 §). Täysi-ikäisen yksityishenkilön purutupakan, nenänuuskan ja suussa käytettäväksi tarkoitetun tupakan maahantuontia on rajoitettu, sillä täysi-ikäinen henkilö saa tuoda maahan edellä mainittuja tuotteita kalenterivuorokautta kohden 1000 grammaa (TupakkaL 63 §). Rikkoessa edellä kerrottuja maahantuonnin rajoituksia, henkilö tuomitaan salakuljetuksesta (RL 46:4).

Purutupakan, nenänuuskan ja suussa käytettäväksi tarkoitetun tupakan myynti, välittäminen ja muulla tavoin luovuttaminen on Suomessa kiellettyä (TupakkaL 51 §). Toimiessaan vastoin kieltoa, henkilö syyllistyy tupakan myyntirikokseen (TupakkaL 109.1,2 §).

Nikotiinia sisältäviä nesteitä, jotka ovat tarkoitettu höyrystettäväksi sähkösavukkeen avulla ja joiden nikotiinipitoisuus on yli kaksikymmentä milligrammaa millilitrassa, ei saa myydä tai muutoin luovuttaa (TupakkaL 52 §). Lisäksi näiden nesteiden maahantuonti on rajoitettua. Ainoastaan henkilökohtaista käyttöä varten yksityishenkilö saa tuoda maahan mukanaan tällaisia nesteitä enintään kymmenen millilitraa. (TupakkaL 64 §.) Ostaessa tai myydessä Suomessa tällaisia nikotiininesteitä, henkilö voi syyllistyä laittomaan tuontitavaraan ryhtymiseen, josta on tuomittava sakkoa tai enintään yksi vuosi ja kuusi kuukautta vankeutta (RL 46:6).

Valtioneuvosto on kieltänyt kemikaalilain 45 b §:n 1 ja 3 momentin nojalla Suomessa nikotiinipussien, joiden nikotiiniannos on 20 mg/pussi tai enemmän, saattamista markkinoille (VN/20729/2023).

6.3 Huumausaineisiin liittyvää lainsäädäntöä

Huumausainelain (373/2008) 5 § 1 mom. perusteella Suomessa on kielletty huumausaineen tuotanto, valmistus, tuonti Suomen alueelle, vienti Suomen alueelta, kuljetus, kauttakuljetus, jakelu, kauppa, käsittely, hallussapito ja käyttö. Rikoslain 50. luvussa on säädetty huumausainerikoksista. Huumausaineisiin liittyviä rikosnimikkeitä voivat olla esimerkiksi huumausainerikos, huumausaineen käyttörikos ja huumausainerikoksen edistäminen.

6.4 Lastensuojeluilmoitus

Lastensuojelulain (417/2007) 25 §:ssä säädetään lastensuojeluilmoituksen ilmoitusvelvollisuudesta. Pykälässä on lueteltu tahot, joiden työntekijöillä on velvollisuus tehdä lastensuojeluilmoitus, jos he ovat saaneet tietää lapsesta, jonka hoidon ja huolenpidon tarve, kehitystä vaarantavat olosuhteet tai oma käyttäytyminen edellyttää mahdollisten lastensuojelun tarpeen selvittämistä. Ilmoitusvelvollisuuden piirissä olevia tahoja on mm. opetustoimi, poliisitoimi, seurakunta ja Kansanseläkelaitos.

7 OPPITUNNIN TOTEUTUS

7.1 Työn suunnittelu

Työn luonteen olin kehittänyt hyvissä ajoin. Halusin, että prosessi sisältäisi produktin ja yhtenä osana sitä kouluvierailun peruskoulussa. Tähän lopputulokseen päädyin, kun olin keskustellut henkilöiden kanssa, jotka työskentelevät perusopetuksessa. Kerta toisensa jälkeen tuli ilmi poliisin kouluvierailujen olevan nykypäivänä hyvin harvinaisia, mutta todella toivottuja. Pienillä paikkakunnilla kouluvierailut ovat vieläkin harvinaisempia, ja kaikissa pienimissä kouluissa ei sellaisia edes ole. Opinnäytetyön tekeminen toiminnallisena antoi mahdollisuuden tehdä kouluvierailun, joten ajattelin, että tällä tavoin jokin muukin ryhmä voisi hyötyä työstä itseni lisäksi. Lisäksi sain mahdollisuuden suorittaa vierailun työaikana, jolloin se oli osa poliisin ennalta estävää työtä.

Produktin aihetta olin suunnitellut paljon, ja etenkin siltä kannalta mikä on sellainen asia, joka on ollut paljon pinnalla ja palvelisi näin parhaiten nuoria. Lopulta päädyin päihdevalistuksen tapaiseen suunnitelmaan. Tämäkin on hyvin laaja käsitteeltään, jolloin sitä piti rajata tarkemmin. Tarkoituksena oli tavoitella oppituntia aiheesta, joka olisi noin 45 minuutin pituinen. Tämä oli tietenkin suurin vaikuttava tekijä aiheen rajauksessa, koska 45 minuuttiin ei mahdu lopulta aivan hirveästi materiaalia, jotta oppitunnin seuraaminen pysyisi mielekkäänä. Oppitunnin sisältöön nostin aiheina alustavasti alkoholin, nikotiini tuotteet ja huumausaineet.

Kohderyhmäksi olin suunnitellut 7.- tai 8-luokkalaisia. Työharjoittelupaikallani juttelin aiheen sisällöstä ja kohdennuksesta paikallisen ankkuripoliisin ja sosiaalityöntekijän kanssa. He pitivät kouluvierailua hyvänä ja tarpeellisena toteutuksena. He myös suosittelivat miettimään kohderyhmän tarpeita, ja lisäksi pohtimaan voisiko 6.-luokkalaiset olla parempi kohderyhmä työlle. Perusteluna oli etenkin, kun kouluvierailu ajoittuisi kevääseen ja ikäluokka siirtyisi syksyllä yläasteelle, joka voi olla aivan eri maailma kaikin puolin, myös päihdekokeilujen osalta. Tämän perusteella valitsin produktin kohderyhmäksi 6.-luokkalaiset.

Ensimmäisenä olin yhteydessä Somerolla sijaitsevan Joensuun koulun rehtoriin ja kerroin projektista ja toivomuksesta tulla pitämään tällainen oppitunti. Rehtori vastasi myönteisesti toivomukseen heti ja kertoi, että tällaista on kaivattukin. Aihe oli myös hänen mielestään oikein hyvä. Halusin myös kuulla koulun henkilökunnan mahdolliset toiveensa oppitunnin sisällöstä, koska he ovat päivittäin tekemisissä kohderyhmän kanssa ja näin tuntevat heidät parhaiten. Rehtori kertoi koulussa isointen olevan esillä ”vape” eli sähkö tupakka. Hän myös lupasi laittaa koulun opettajille viestiä, jos heillä tulisi mieleen jotain nostettavia aiheita. Lopulta tällaisia isoja nostoja ei tullut tämän sähkö tupakan lisäksi, vaan koulu antoi hyvin vapaat kädet suunnitella oppitunnin sisällön. Pyysin myös

koulun rehtorin näkökulmaa siihen, kuinka isossa ryhmässä oppitunnit pidettäisiin. Rehtorin mukaan vuosiluokan jakaminen puoliksi olisi varmasti riittävä, mutta kaikki yhdessä voisi olla hankala.

Ensimmäisessä opinnäytetyöseminaarissa oli selvää työni lähtökohdat, mutta mitään tiedonhankintaa en ollut aloittanut, koska halusin saada ohjaajani mielipiteen suunnittelemani työstä. Seminaarissa ohjaajani piti suunnitelmani aivan toteutuskelpoisena. Hän kehotti lukemaan tarkasti aikaisempia kouluvierailuna toteutettuja opinnäytetöitä ja kiinnittämään niissä huomion erityisesti kouluvierailun toteutukseen, jotta ei ainakaan tekisi samoja virheitä, joita muut ovat raportoineet omiin opinnäytetöihinsä. Ohjaaja kehotti lisäksi miettimään miten ja kuinka paljon kohderyhmää kannattaa aktivoida oppitunnin aikana. Seminaarissa keskustelimme lisäksi palautteen keräämisestä ja siitä, kuinka se kannattaisi kerätä.

Ensimmäisen opinnäytetyöseminaarin jälkeen aloin etsimään ja keräämään tietoa aiheesta. Kirjoitin muistiin asioita ja samalla rakensin diaesityksen runkoa. Näiden muistiinpanojen avulla pystyin rakentamaan opinnäytetyöhöni kirjallisen katsauksen aiheen teoriasta, koska diaesityksen olin rakentanut muistiinpanoja tehdessäni. Tiedonhaun vaiheessa sain myös vinkkejä paikalliselta ankkuripoliisilta, joka kertoi asioita, joita hän käsittelee tämäntapaisilla luennoilla. Näillä vinkeillä sain myös ohjattua omaa tiedonhakuani. Tiedonhakuni keskittyi internetistä löytyviin lähteisiin ja e-kirjoihin, sillä aihepiiristä löytyi hyvin kattavasti tietoa. Tämä johti lisäksi siihen, että piti olla hyvin tarkkana suodattaessa ja arvioidessa lähteitä.

Lopulta olin kerännyt tiedon, ja rakentanut sen ympärille selkeän diaesityksen ja osaamisen, jotta pystyisin pitämään diaesitystä tukien oppitunnin mahdollisimman vakuuttavasti ja ammattimaisesti. Suunnittelin etukäteen myös palautekysymykset, joihin kohderyhmä vastaisi oppitunnin päätteeksi. Itselleni teetin jokaisesta diasta oman tukisanalistan muistamisen tueksi, jotta kaikki suunnitellut asiat tulisi käytyä ja oppitunnin kokonaisuus pysyisi ehjänä.

7.2 Oppitunnin toteutus

Joensuun koulun rehtorin kanssa olimme sopineet toteutuspäiväksi torstain 04.04.2024. Toteutin oppitunnin koulun rehtorin toiveesta kahdessa ryhmässä. Ensimmäisen ryhmän oppitunti alkoi kello 11 ja toisen ruokatunnin jälkeen kello 12.15. Molemmille ryhmille oli varattu heidän lukujärjestyksestään 45 minuuttia oppituntiin. Oppitunnin sain toteuttaa työaikana, jolloin mukana oli oma työharjoitteluohjaani. Hän oli mukana seuraamassa oppitunteja ja myös vastaamassa lopuksi kysymyksiin, jotka eivät välttämättä liittyneet oppitunnin aiheeseen. Ohjaajani kanssa olimme vierailun ajan virkahaalareissa. Omasta mielestäni tällä tavoin loimme nuorille vahvemman ajatuksen siitä, että olimme poliiseina esiintymässä, vaikka taustalla vaikutti vahvasti opinnäytetyöprojektini.

Koululle saapuessa lapset ja nuoret tulivat hyvin aktiivisesti alusta saakka kyselemään, ja saimmekin kuulla ”mitä poliisi tekee koulullamme” ja ”eihän täällä koskaan poliisi käy” -kommentteja. Tapasimme myös opettajia, joilla oli hyvin positiivisia ajatuksia sekä vierailustamme, että aiheesta. Yhden ryhmän opettaja, jolle oppituntia olimme menossa pitämään, kertoi hänen luokassaan olleen juuri viime viikolla tällainen sähkötupakkaan liittyvä tapaus, jossa 6.-luokkalaisilta oppilailta oli tällaisia nikotiinituotteita löydetty.

Oppituntien aluksi esittelin itseni ja kerroin miksi olen vierailemassa heidän koulullaan. Yritin heti nostaa heidän aktiivisuuttaan kyselemällä heidän ajatuksistaan ja muutoinkin koulun etenemisestä. Toinen ryhmä oli hieman aktiivisempi kuin toinen koko oppitunnin ajan. Luokahuoneessa olleet opettajat myös osallistuivat hyvin keskusteluun, mikä toi myös nuorille hieman enemmän rohkeutta avata suutaan. Selvisi, että heille oli noin kuukausi takaperin pidetty kuraattorin toimesta ensimmäiset päihdevalistukseen liittyvät oppitunnit, jolloin nyt pidettävä oppitunti oli loistavaa jatkumoa tälle edelliselle. Kerroin myös alkuun, että kesken oppitunnin saa kysyä, jos jokin asia mietityttää. Kysymyksiä tuli muutamia molemmissa ryhmissä oppitunnin aikana. Oppilaat aktivoitumat enemmän kyselemään palautteen aikana, kun keskustelu muuttui vapaammaksi. Kysymykset ei välttämättä liittyneet oppitunnin aiheeseen, vaan yleisesti poliisin ja poliisin työhön. Tietenkin näihinkin ilomielin vastattiin, sillä tällä tavoin pystyttiin luomaan nuorille positiivista, luotettavaa ja etenkin helposti lähestyttävää mielikuvaa poliisista.

Oppitunnit menivät yleisesti oikein hyvin. Oppituntiin varattu 45 minuuttia oli ajastettu juuri oikein omalle esitykselleni. Vapaan loppukeskustelun takia oppitunti jopa venyi hieman yliajalle, mutta se ei haitannut kumpaakaan osapuolta.

7.3 Palaute oppitunnista

7.3.1 Palautteen keräämisen toteutus

Palautteen keräsin oppitunnin lopuksi ainoastaan paikalla olleilta oppilailta. Aluksi suunnittelin kerätä myös paikalla olleilta opettajilta, mutta jätin tämän idean lopulta pois. Loppujen lopuksi se oli hyvä päätös, sillä paikalla oli ainoastaan yksittäisiä opettajia. Oppilaille jaoin paperit, joihin he saivat vastata nimettömästi oman mielipiteensä mukaan. Taulukosta 1 tulee ilmi väittämät, jotka olin suunnitellut valmiiksi ennen oppituntia. Palautteessa käytin Likert-asteikkoa, eli yritin välttää pelkkiä ”kyllä” ja ”ei” kysymyksiä monipuolisemman näkökulman saavuttamiseksi. Korostin myös, että toivottua olisi kirjoittaa lisäksi paperille avointa palautetta.

7.3.2 Palautteen sisältö

Kuvioihin 1–5 on kasattu tulokset kerätyistä palautteista ja näiden perusteella etenkin oppitunnin aihe kiinnosti hyvin kattavasti oppilaiden keskuudessa. Palautteeseen vastasi yhteensä 56 oppilasta. Oppitunti oli todella hyödyllinen tietoisu palautteen perusteella, koska selvästi suurin osa oppi jotain uutta käsitelystä aiheesta. Lasten aktiivinen kuunteleminen välitti palautteen mukaisen kuvan itselleni oppituntia pitäessäni. Kysyttäessä muutoksista suhtautumisessa eri päihteisiin, niin lähemmäs puolet eivät osanneet sanoa väitteeseen mitään. Toinen puolisko vastaajista jakaantui väitteessä hyvin tasaisesti sille välille, että olivatko heidän suhtautumisensa muuttuneet oppitunnin aikana.

Toteutukseen liittyvistä väittämistä oppilaat antoivat positiivisen kuvan oppitunnin onnistumisesta. Reilusti yli puolet piti oppitunnin pituutta juuri sopivana tai vähintään melkein sopivana. Lisäksi ai-noastaan noin kymmenesosa oppilaista olisi kaivannut oppituntiin sisällöllisesti jotain lisää.

Avoimia palautteita tuli vain yksittäisiä, jotka ovat kerätty oheen:

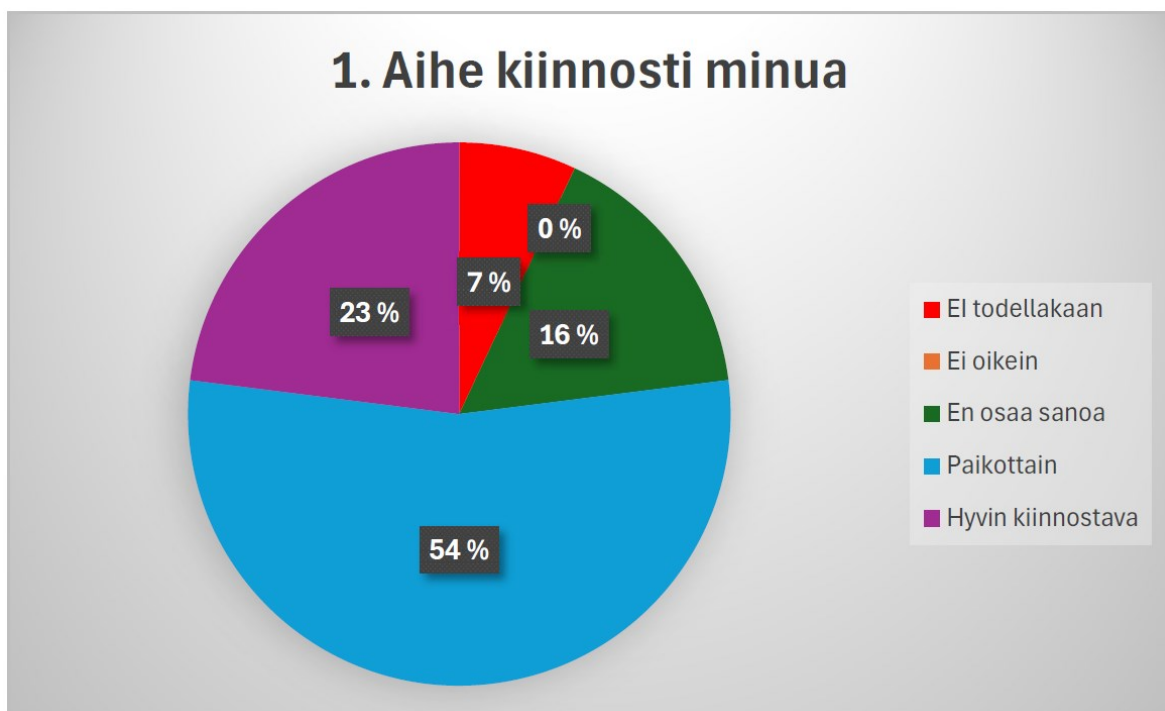
”Oli kiinnostavaa kuunnella tätä juttua :)”

”Onko rankkaa olla poliisi?”

”Hyvä ja kiinnostava tunti”

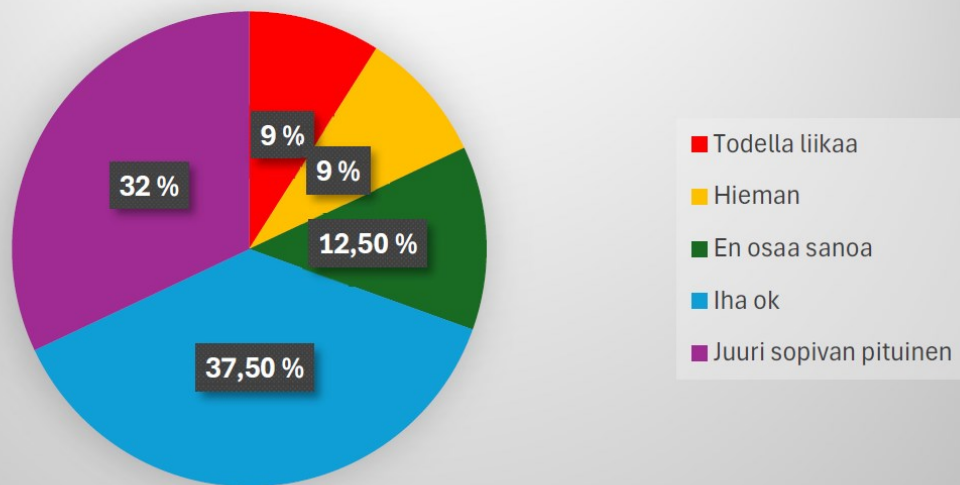
”Kiinnostava tunti”

”Kiitos!”



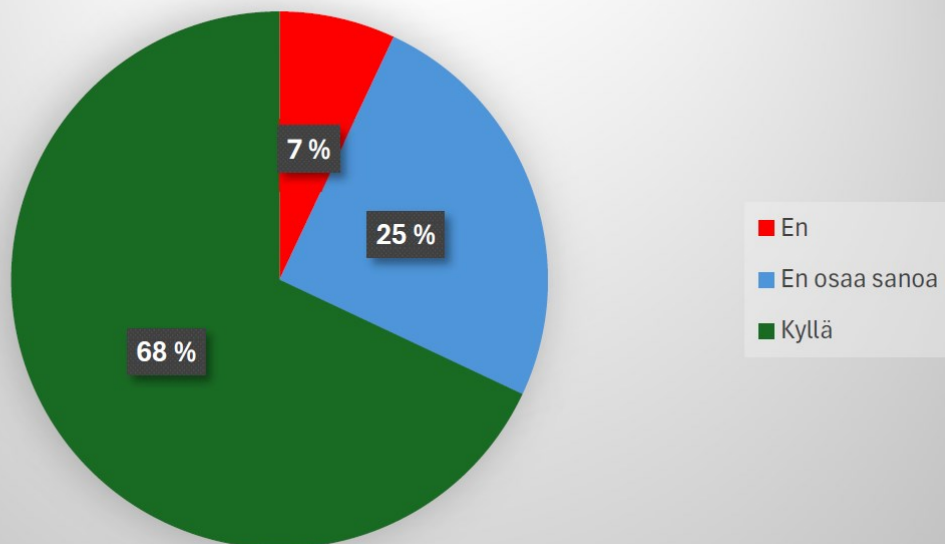
Kuvio 1. Väitteellä selvitetty aiheen kiinnostavuutta kohderyhmän keskuudessa

2. 45 Minuuttia oli liian paljon oppitunnille



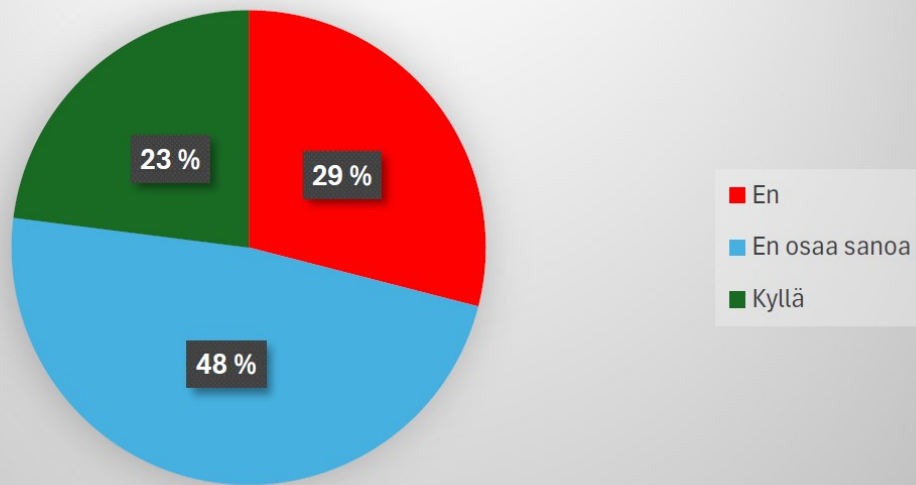
Kuvio 2. Palautteen perusteella suurin osa piti oppitunnin pituutta vähintään sopivana.

3. Oppisin jotain uutta oppitunnilla



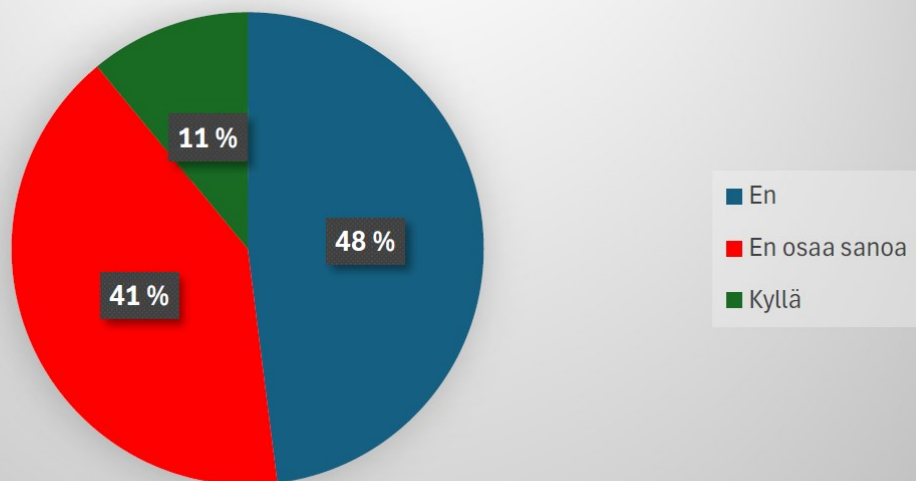
Kuvio 3. Vastaajista 68 prosenttia kertoi oppineensa jotain uutta oppitunnin aikana

4. Luento muutti omaa suhtautumistani vähintään johonkin päihteeseen



Kuvio 4. Suhtautumisen muutoksista kysyttäessä lähes puolet vastaajista eivät osanneet sanoa omasta suhtautumisesta

5. Olisin kaivannut vielä jotain lisäksi sisältöön



Kuvio 5. Lähes puolet vastaajista ei kaivannut sisältöön mitään lisää

8 POHDINTA JA ITSEARVIOINTI

8.1 Pohdinta

Opinnäytetyön raportti osuus sisältää katsauksen nuorten päihteiden käyttöön liittyvään teoriaan kirjallisuuden avulla. Kirjallisuus katsaus sisältää kattavan esittelyn nuorten päihteiden käyttöön liittyvistä trendeistä ja niiden taustalla vaikuttavista asioista. ”Nuoret ja päihteet” -osiossa on käsitelty lisäksi rikollisuuteen liittyvistä trendeistä nuorten päihteiden käytön lieveilmionä. Näiden aiheiden mukana nousi esille erilaisia väitteitä ja muutoksia, joihin poliisinkin organisaationa olisi tärkeä pohtia omia tapoja vaikuttaa.

Nuoriin liittyvät ryöstörikokset ovat keskiössä erilaisten rikostyyppien lisääntyessä. Ei voida puhua pelkästään nuorten tekemisistä ryöstörikoksista sillä nuoret ovat usein myös uhrina tilanteissa, joten ”nuoriin liittyvistä” on parempi ilmaisu. Ryöstöt ja muut omaisuusrikokset liittyvät usein katu-kauppaan, jossa nuori on hankkimassa tai myymässä esimerkiksi sähkösavukelaitetta. Tunnusmerkkien omaisesti ryöstöihin liittyy aina väkivallan uhkaa, jolloin nuoren terveys tai jopa henki voi olla vaarassa. Poliisin olisi tärkeä onnistua ennalta ehkäisemään tai tarvittaessa saattamaan syyteharkintaa tällaisia tapauksia. Ilmiöön voidaan jossain määrin soveltaa poliisin ennalta estävän toiminnan strategiassa linjattua ”ennalta estetään väkivaltaa.”

On kuitenkin tärkeä pohtia konkreettisiakin toimenpiteitä ilmiölle. Ennalta estävässä toimintaan liittyy vahvasti tiedottaminen. Poliisin on tärkeä tiedottaa ilmiöön liittyvistä tapauksista, kuitenkin julkisuuslain säätämässä rajoissa. Tiedottamisen ansiosta esimerkiksi uutismediat ja poliisin sosiaalisen median kanavat pystyvät jakamaan tietoa. Nykypäivänä nuorten viihtyessä sosiaalisessa mediassa tieto tavoittaa heidät sieltä. Toimintatapa ei ole uusi tai vieras, sillä seuratessa viime aikoina uutisointia, niin on voinut huomata aiheeseen liittyviä uutisia. Vastaaan tuli useita nuorten päihteisiin liittyviä ryöstö uutisia rakentaessani opinnäytetyöni tietopohjaa. Tiedottamisessa on kuitenkin tärkeä pohtia muitakin ulottuvuuksia. Esimerkiksi yhteiskunnassa voi äkkiä tulla tunne kansalaisille, että kaupunkien kaduilla ei ole turvallista kulkea. Toisaalta yhteiskunnan sisäisen turvallisuuden vuoksi ennalta estävä toiminta ilmiössä on tärkeää. Osana ennalta estävää toimintaa poliisin on kohdennettava valvontaa alueille ja paikoille, joissa rikoksia tapahtuu. Ilmiöön liittyvissä toteutuneissa rikoksissa tai yrityksissä, joita väistämättä tapahtuu, on tärkeä toimittaa esitutkinta ja tarvittaessa saattaa syyteharkintaan. Poliisilaitokset ovat osittain alkaneet huomioimaan näkökulmaa, esimerkiksi perustamalla tutkintaryhmiä, jotka ovat erikoistuneet ryöstörikollisuuteen.

Opinnäytetyössä on tullut ilmi 15–24-vuotiaiden amfetamiinin ja opioidien ongelmakäyttäjien lisääntyminen ja, että ikäluokassa olisi ongelmakäyttöä enemmän kuin koskaan aiemmin. Väitteestä voi-

daan johtaa ajatus huumeiden ongelmankäyttöön yleisesti ja poliisin rooliin estäessä yksilön ongelmakäytön syntyä. Huumausaineiden käyttöön sisältyy usein sosiaalisia ongelmia ja etenkin ongelmakäyttäjä voi tippua yhteiskunnan turvaverkosta ulos. Usein ongelmakäyttäjät ovat ulkona työelämästä ja muutoinkin yhteiskunnasta. Tämä maksaa yhteiskunnalle, joten on huomioitava, että ennalta estämällä huumausaineiden käyttöä ja kehittymistä ongelmakäytöksi toiminnassa on yhteiskunnallista vaikuttavuutta. Poliisi ei ole ainoa toimija tässä, vaan toiminta on monen eri viranomaisen ja yhteisön yhteistyötä. Poliisilla on kuitenkin tärkeä rooli toiminnassa, sillä poliisi kohtaa väistämättä huumausaineiden käyttäjiä osana poliisitehtäviä. Edellisessä ilmiössä tuotiin esille valvonnan lisääminen, joka tässä tapauksessa voisi tarkoittaa enemmän huumausainevalvonnan lisäämistä esimerkiksi kenttävalvonnan tapaisilla keinoilla. Valvontaa on kuitenkin vaikea lisätä resursseja lisäämättä. Tärkeämmässä roolissa voidaan pitää nuoren huumausainekäyttäjän kohtaamista. Yksittäisen poliisin tehtävänä on tarjota huumausainerikoksesta epäillyille hoitoonohjausta. Tämä on tärkeä muistaa, koska se voi olla jollekin nuorelle todellinen keino päästä hoitoon. Yhtä tärkeä on tarjota ensikertalaiselle huumausainerikoksesta epäillylle hoitoonohjausta kuin epäillylle, joka on ongelmakäyttäjä. Tällä toimintatavalla voidaan ehkäistä ongelmakäytön syntyä.

Opinnäytetyöprosessiin sisältyi kouluvierailu ala-asteella. Opinnäytetyön tavoitteena oli luoda ennalta ehkäisevää vaikutusta nuoriin ja herättää heidän ajatuksiaan päihteiden käyttöön liittyvistä aiheista. Itse ajattelen kouluvierailun olleen linjassa opinnäytetyön teoriaosuudessa esitettyihin poliisin ennalta estävän toiminnan linjauksiin nuorten suhteen. Päihdekasvatusoppitunti pidettiin osana poliisitoimintaa, jolloin oltiin läsnä nuorten keskuudessa ja annettiin nuorille mahdollisuus keskustella vapaasti muista aiheista. Lisäksi oppituntia rakentaessani tein yhteistyötä koulun rehtorin kanssa, jonka kanssa keskustelimme aihepiireistä, joita juuri kyseisessä koulussa esiintyy.

8.2 Itsearviointi

Opinnäytetyöprosessin kokonaisuuteen olen itse tyytyväinen. Sain rakennettua tarpeeksi rajatun teoriapohjan, josta rakensin produktin työlle. Lisäksi opinnäytetyöprosessiin kuullut kouluvierailu onnistui hyvin. Visuaalinen toteutus oli onnistunut etenkin produktin osalta.

Haastavinta opinnäytetyöprosessissa oli aikatauluttaminen. Vaikka työllä ei käytännössä ollut tilaajaa, niin kouluvierailun etukäteen sovittu ajankohta toi kuitenkin hyvää vauhtia työlle alkuvaiheessa, sillä työ oli pakko saattaa tiettyyn vaiheeseen ennen kouluvierailua. Ennen vierailua keräsin tietopohjan ja lähteet muistiinpanojen varaan, joista rakensin produktin. Kouluvierailun jälkeen aloitin vasta työstämään opinnäytetyön raportointi osuutta. Raportti osuuden kirjoittaminen oli hidasta, joka yllätti itseni ja teki aikataulusta hyvin tiukan. Kaikkien vastoinkäymisten ja positiivisten puolien summana, opinnäytetyön kirjoittaminen oli hyvin opettavainen kokonaisuus.

Aiheeseen liittyvää teoriaa oli paljon saatavilla, minkä takia jouduin karsimaan tarkasti mitä tietoa käytän työssäni. Aiheen rajaaminen oli haastava osuus, sillä nuorteiden päihteiden käyttöä voidaan katsoa hyvin monesta näkökulmasta. Samalla piti miettiä, kuinka sisällyttää teoriapohjaa osaksi produktia. Esimerkiksi kohderyhmää ajatellen piti pohtia kuinka teoriaa esittää ja kasaa esitettävään muotoon. Hyvä esimerkki on kertoessa kertaluontoisista päihteiden kokeiluista tai riippuvuudesta. Produktissa painotin etenkin puhumaan kertaluontoisista kokeiluista, sillä kohderyhmälle se soveltui paremmin. Produktin kasaamisessa piti ottaa huomioon lisäksi aikataulullinen puoli, koska yhteen oppituntiin oli varattu 45 minuuttia. Oppitunnin jälkeen itse yllätyin jopa, kuinka onnistuneesti sain oppitunnin sisällön mitoitettua juuri 45 minuuttiin. Luennon kasaamisessa oli tärkeää pohtia eettistäkin näkökulmaa, sillä en esimerkiksi tunne henkilökohtaisesti kohderyhmää ja heidän taustojansa. Tämän vuoksi en voi tietää voiko aihe olla jollekin jollain tavalla arka ja piti suhtautua vaadittavalla vakavuudella tähän näkökulmaan. Oppilailta kerätyn palautteen perusteella sain kassattua kuitenkin kiinnostavan ja opettavaisen oppitunti kokonaisuuden. Parannettavaa jäi mielestäni oppilaiden aktivoimiseen, vaikkakin aikataulu olisi ylittynyt tässä tapauksessa.

Mielestäni onnistuin toteuttamaan tavoitteeni opinnäytetyöprosessin aikana. Palautteen perusteella edes joku muutti suhtautumistaan päihteisiin oppitunnin ansiosta. Toivon, että oppitunnin ansiosta joku nuori pysähtyy ajattelemaan päihteiden vaikutuksia ja odottaisi omaa ensimmäistä päihdekokeiluaan pidempään. Oppitunti antoi nuorille mahdollisuuden saada tietoa päihteistä luotettavasta lähteestä ja turvallisessa ympäristössä, mikä oli osa opinnäytetyöni tavoitteita.

LÄHTEET

Aalto, M. & Alho, H. & Kiianmaa, K. & Lindroos, L. (toim.) 2015: Alkoholiriippuvuus. 3. painos. Helsinki. Kustannus Oy Duodecim.

Aaltonen, M. & Ojanen, T. & Vihunen, R. & Vilen, M. 2003: Nuoren aika. 2. uudistettu painos. Porvoo, WS Bookwell Oy.

Ahlström, Salme 2013: Alkoholien käyttö eri väestöryhmissä. Teoksessa: Peltoniemi, Teuvo (toim.) 2013: Pääasiana alkoholi – Käyttö, haitat, hoito, politiikka nyt ja 2040. Helsinki, Lönnberg Painot Oy.

Ahtee, L. 2003: Päihteiden neurobiologia: Nikotiini. Teoksessa: Salaspuro, M. & Kiianmaa, K. & Seppä, K. (toim.) 2003: Päihdelääketiede. 2. uudistettu painos. Helsinki, Kustannus Oy Duodecim.

Bhattacharya, A. 2016: Youthful abandon. Why are young people drinking less? Institute of Alcohol Studies, Lontoo.

Ehkäisevä päihdetyö ry (EHYT): Nuoret ja alkoholi – mitä kasvattajan on syytä tietää? Luettavissa: <https://ehyt.fi/paihde-peli-info/tukea-eri-elamantilanteisiin/nuoret-ja-alkoholi-mita-kasvattajan-on-syyta-tietaa/>. Luettu: 01.04.2024.

Ehkäisevä päihdetyö ry (EHYT): Nikotiinipussit. Luettavissa: <https://ehyt.fi/paihde-peli-info/nikotiini-tuotteet/nikotiinipussit/>. Luettu: 03.04.2024a.

Ehkäisevä päihdetyö ry (EHYT): Nikotiinituotteet. Luettavissa: <https://ehyt.fi/paihde-peli-info/nikotiini-tuotteet/>. Luettu: 03.04.2024b.

Ehkäisevä päihdetyö ry (EHYT): Nuuska. Luettavissa: <https://ehyt.fi/paihde-peli-info/nikotiini-tuotteet/nuuska/>. Luettu: 03.04.2024c.

Fressis: Nikotiinituotteet. Syöpäjärjestöt. Luettavissa: <https://www.fressis.fi/artikkeli/ala-ole-koekaniini/>. Luettu: 03.04.2024.

Hakala, J. 2022: Hyvä, parempi, valmis. Gaudeamus. Luettavissa: <https://www.elibrary.com/book/9789523457805>. Luettu: 12.04.2024. Sisäinen lähde.

Haravuori, H. & Raitasalo, K. 2017: Nuorison päihteidenkäytön trendit 2000-luvulla. Artikkel. Suomen lääkirlehti 34/2017. Luettavissa: https://researchportal.helsinki.fi/files/90795127/SLL342017_1782.pdf. Luettu: 18.03.2024.

Heiskanen, L. 2024: Nuorten ryöstöririkosten piirteet – Poliisin tietoon tullut ryöstöririkollisuus vuosina 2015–2023. Raportti. Keskusrikospoliisi. Luettavissa: https://poliisi.fi/documents/25235045/59586767/raportti_nuorten_ry%C3%B6st%C3%B6rikollisuus_julkinen.pdf/0690c6c1-0aeb-a4f8-0c65-a2e2dbfcaa93?t=1707379915528. Luettu: 30.03.2024.

Helenius, J. & Kivimäki, H. 2023: Lasten ja nuorten hyvinvointi - Kouluterveyskysely 2023: Tytöistä yli kolmannes ja pojista joka viides kokee terveydentilansa keskinkertaiseksi tai huonoksi. Luettavissa: <https://www.julkari.fi/handle/10024/147270>.

Heloma, A. 2017: Tupakka- ja nikotiinituotteet ja niiden käyttötavat. Teoksessa: Heloma, A. & Kii-
anmaa, K. & Korhonen, T. & Winell, K. (toim.) 2017: Tupakka- ja nikotiiniriippuvuus. Helsinki, Kus-
tannus Oy Duodecim.

Helsingin yliopistollisen sairaalan (HUS) psykiatria: Nuorten päihteiden käyttö. Luettavissa: <https://www.mielenterveystalo.fi/fi/paihteet/nuorten-paihteiden-kaytto>. Luettu: 01.04.2024.

Holm, S. 2022: Päihdekasvatus yläkoululaisille: Poliisin ennalta estävä työ – toiminnallinen opin-
näytetyö toteutettu kouluvierailuna Petäjaveden yläasteella. Poliisiammattikorkeakoulu. AMK-
opinnäytetyö.

Holmberg, J. & Salo-Chydenius, S. & Kurki, M. & Hämäläinen, R. 2015: Päihdehoitotyö ja ihmisen
elämäkulkua. Teoksessa: Partanen, A. & Holmberg, J. & Inkinen, M. & Kurki, M. & Salo-Chydenius,
S. 2015: Päihdehoitotyö. Helsinki, Sanoma Pro Oy.

Holopainen, A. & Surakka, V: Lääkkeiden väärinkäyttö. Artikkelit. A-klinikkasäätiö. Luettavissa:
<https://paihdelinkki.fi/tietopankki/tietoiskut/laakkeet/laakkeiden-vaarinkaytto/>. Päivitetty: 31.03.2019.

Häkkinen, M. 2023: Alkoholiriippuvuus. Artikkelit. Terveyskirjasto, lääkärikirja Duodecim. Kustannus
Oy Duodecim. Luettavissa: <https://www.terveyskirjasto.fi/dlk00196>. Luettu: 19.03.2024

Häkkinen, M. & Niemelä, E. & Väänänen, P. 2022: Päihteitä käyttävä nuori. Helsingin yliopiston tut-
kimusartikkelit. Kustannus Oy Duodecim. Luettavissa: <https://helda.helsinki.fi/items/dc2eeb52-a3d6-4b79-96fa-4175cff3924e>.

Hyytiä, P. 2015: Päihteiden vaikutus kasvavan lapsen ja nuoren aivoihin. Aikakauskirja Duodecim
2015:10. Luettavissa: <https://www.duodecimlehti.fi/lehti/2015/10/duo12255>. Luettu: 18.03.2024.

Joutsa, J. & Kii-
anmaa, K. 2018: Huumeiden vaikutusmekanismit, riippuvuuden kehittyminen ja pe-
riytyvyys. Teoksessa: Aalto, M. & Alho, H. & Niemelä, S. (toim.) 2018: Huume- ja lääkeriippuvuu-
det. Helsinki. Kustannus Oy Duodecim.

Keisala, J. & Kleimola, H. 2020: Sähkötupakoinnin haitat terveydelle. Opinnäytetyö. Seinäjoen ammattikorkeakoulu, sosiaali- ja terveysala. Luettavissa:

https://www.theseus.fi/bitstream/10024/423843/2/Keisala_Jenni.pdf. Luettu: 01.04.2024.

Kiianmaa, K. 2003: Päihteiden neurobiologia: Alkoholi. Teoksessa: Salaspuro, M. & Kiianmaa, K. & Seppä, K. (toim.) 2003: Päihdelääketiede. 2. uudistettu painos. Helsinki, Kustannus Oy Duodecim.

Kiianmaa, K. 2015: Alkoholin aineenvaihdunta ja vaikutustavat. Teoksessa: Aalto, M. & Alho, H. & Kiianmaa, K. & Lindroos, L. (toim.) 2015: Alkoholiriippuvuus. 3. uudistettu painos. Helsinki. Kustannus Oy Duodecim.

Kiianmaa, K. 2017: Nikotiinin farmakologiset vaikutukset. Teoksessa: Heloma, A. & Kiianmaa, K. & Korhonen, T. & Winell, K. (toim.) 2017: Tupakka- ja nikotiiniriippuvuus. Helsinki, Kustannus Oy Duodecim.

Kiianmaa, K. & Hyytiä, P. 2003: Päihteiden vaikutusten neurobiologinen perusta. Teoksessa: Salaspuro, M. & Kiianmaa, K. & Seppä, K. (toim.) 2003: Päihdelääketiede. 2. uudistettu painos. Helsinki, Kustannus Oy Duodecim.

Kivelä, P. 2018: Huumeiden aiheuttamat elimelliset terveyshaitat. Teoksessa: Aalto, M. & Alho, H. & Niemelä, S. (toim.) 2018: Huume- ja lääkeriippuvuudet. Helsinki. Kustannus Oy Duodecim.

Kopi, S. & Löytynoja, U. 2014: Painetta vai paineetta. Tutkimus nuorten sosiaalisista paineista. Centria ammattikorkeakoulu. Sosiaalialan koulutusohjelma. Opinnäytetyö. Luettavissa: https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/86381/kopi_sari.pdf?sequence=1&isAllowed=y. Luettu: 01.04.2024.

Kostamo, P. & Airaksinen, T. & Vilkkä, H. 2022: Kirjoita itsesi asiantuntijaksi. Helsinki, Art House Oy. Luettavissa: <https://www.ellibslibrary.com/book/9789518849110>. Luettu: 12.04.2024. Sisäinen lähde.

LAB-Ammattikorkeakoulu: Opinnäytetyö. Luettavissa: <https://elab.lab.fi/fi/opintojen-suorittaminen/opinnaytetyo>. Luettu: 12.04.2024.

Lempää, M. 2019: Nuorten alkoholinkäyttö vähentynyt kaikissa Pohjoismaissa – selkeää syytä ilmiöön ei tiedetä. Uutinen. Turun Sanomat. Luettavissa: <https://www.ts.fi/uutiset/4504879>. Luettu: 03.04.2024.

Maunu, A. 2012: Ryyppäämällä ryhmäksi? Ehkäisevän päihdetyön karttalehtiä nuorten ja nuorten aikuisten juomiskulttuureihin. 2. uudistettu painos. Ehkäisevä päihdetyö ry. Luettavissa: https://ehyt.fi/wp-content/uploads/2020/06/ryyppaamalla_ryhmaksi.pdf. Luettu: 18.03.2024.

Mäkelä, P. & Niemelä, S. 2022: Alkoholi ja terveys. Terveyskirjasto, lääkärikirja Duodecim. Kustannus Oy Duodecim. Luettavissa: <https://www.terveyskirjasto.fi/dlk01120>. Luettu: 19.03.2024.

Niemelä, S. 2018: Nuoret ja huumeet. Teoksessa: Aalto, M. & Alho, H. & Niemelä, S. (toim.) 2018: Huume- ja lääkeriippuvuudet. Helsinki. Kustannus Oy Duodecim.

Niemelä, S. 2015: Nuorten alkoholin käyttö. Teoksessa: Aalto, M. & Alho, H. & Kiianmaa, K. & Lindroos, L. (toim.) 2015: Alkoliriippuvuus. 3. uudistettu painos. Helsinki. Kustannus Oy Duodecim.

Niemi, P. & Rautavuori, L. 2024: Sähkötupakointiin liittyy uusi huoli Lahdessa: nuori voi joutua kuitaamaan vape-velkoja varastamalla. Uutinen. Yle. Luettavissa: <https://yle.fi/a/74-20080972>. Luettu: 01.04.2024.

Nordic Welfare Centre 2019: What's new about adolescent drinking in the Nordic countries? Raportti. Luettavissa: <https://nordicwelfare.org/fi/publikationer/whats-new-about-adolescent-drinking-in-the-nordic-countries/>. Luettu: 18.03.2024.

Ollila, H: Tupakka. Artikkelit. A-klinikkasäätiö, nuortenlinkki. Luettavissa: <https://nuortenlinkki.fi/tiempiste/tiempartikelit/tupakointi/tupakka/>. Luettu: 03.04.2024.

Ollila, H. & Ekblad, M. 2024: Sähkösavuke. Suomalainen lääkäriseura Duodecim, käypä hoito. Päivitetty: 05.03.2024.

Ollila, H. & Rautalahti, M. 2017: Nuuskan vaikutukset terveyteen. Teoksessa: Heloma, A. & Kiianmaa, K. & Korhonen, T. & Winell, K. (toim.) 2017: Tupakka- ja nikotiiniriippuvuus. Helsinki, Kustannus Oy Duodecim.

Ollila, H. & Ruokolainen, O. & Kinnunen, J. & Rautalahti, M. 2017: Nuorten nikotiinituotteiden käyttö. Aikakauskirja Duodecim 2017:21. Luettavissa: <https://www.duodecimlehti.fi/duo13977>. Luettu: 18.03.2024.

Ollila, H. & Ruokolainen, O. 2023: Tupakka- ja nikotiinituotteiden käyttö ja hankintatavat nuorilla oppilaitostyypeittäin 2017–2023. Tutkimuksesta tiiviisti 49/2023. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, Helsinki. Luettavissa: <https://www.julkari.fi/handle/10024/147301>.

Opetushallitus: Kouluterveyskysely. Luettavissa: <https://www.oph.fi/fi/tiedonkeruu/kouluterveyskysely>. Luettu: 22.04.2024.

Perälä, J. 2018a: Huumemaailma ja rikokset. Teoksessa: Aalto, M. & Alho, H. & Niemelä, S. (toim.) 2018: Huume- ja lääkeriippuvuudet. Helsinki. Kustannus Oy Duodecim.

Perälä, J. 2018b: Huumausaineiden ja rikollisuuden välinen yhteys. Teoksessa: Aalto, M. & Alho, H. & Niemelä, S. (toim.) 2018: Huume- ja lääkeriippuvuudet. Helsinki. Kustannus Oy Duodecim.

Pietilä, K. 2003: Muut päihteet: Nikotiini. Teoksessa: Salaspuro, M. & Kiianmaa, K. & Seppä, K. (toim.) 2003: Päihdelääketiede. 2. uudistettu painos. Helsinki, Kustannus Oy Duodecim.

Piispa, M. 2018: Nuuska ja nuoret -laadullinen selvitys nuorten nuuskan käytöstä ja hankintavoista. Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry. Luettavissa: https://ehyt.fi/wp-content/uploads/2020/06/nuuska_ja_nuoret_.pdf. Luettu: 18.03.2024.

Poliisi 2023: Sähkötupakan myyjä sekä ostaja voivat syyllistyä rikokseen. Uutinen. Luettavissa: <https://poliisi.fi/-/sahkotupakan-myyja-seka-ostaja-voivat-syyllysty-rikokseen>. Luettu: 01.04.2024.

Raitasalo, K. & Härkönen, J. 2019: Nuorten päihteiden käyttö ja rahapelaaminen - ESPAD-tutkimus. Tilastoraportti. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Luettavissa: <https://www.julkari.fi/handle/10024/138792>. Luettu: 18.03.2024.

Raitasalo, K. & Tigerstedt, C. & Simonen, J. 2018: Miksi nuoret juovat vähemmän? Teoksessa: Mäkelä, P. & Härkönen, J. & Lintonen, T. & Tigerstedt, C. & Warpenius, K. (toim.) 2018: Näin Suomi juo: suomalaisten muuttuvat alkoholinkäyttötavat. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Helsinki, Juvenes Print – Suomen yliopistopaino Oy. Luettavissa: <https://www.julkari.fi/handle/10024/136800?show=full>. Luettu: 22.04.2024.

Rautalahti, M. & Heloma, A. 2017: Sähkösavukkeet ja niiden käyttötavat. Teoksessa: Heloma, A. & Kiianmaa, K. & Korhonen, T. & Winell, K. (toim.) 2017: Tupakka- ja nikotiiniriippuvuus. Helsinki, Kustannus Oy Duodecim.

Ruokolainen, O. & Rautalahti, M. 2017: Sähkösavukkeiden vaikutukset terveyteen. Teoksessa: Heloma, A. & Kiianmaa, K. & Korhonen, T. & Winell, K. (toim.) 2017: Tupakka- ja nikotiiniriippuvuus. Helsinki, Kustannus Oy Duodecim.

Rimpelä, A. & Kannas, L. 2017: Nuorten tupakointikokeilujen muuttuminen ja tupakoinnin ehkäisyn mahdollisuudet. Teoksessa: Heloma, A. & Kiianmaa, K. & Korhonen, T. & Winell, K. (toim.) 2017: Tupakka- ja nikotiiniriippuvuus. Helsinki, Kustannus Oy Duodecim.

Rummukainen, A. 2023: Huippuasiantuntija jyrähtää vapetusilmiöstä: ”Meillä voi pian olla poikkeuksellisen paljon parikymppisiä syöpäsairaita”. Uutinen. Yle. Luettavissa: <https://yle.fi/a/74-20054291>. Luettu: 03.04.2024.

Rönkä, S. & Ollgren, J. & Alho, H. & Brummer-Korvenkontio, H. & Gunnar, T. & Karjalainen, K. & Partanen, A. & Väre, T. 2020: Amfetamiinien ja opioidien ongelmakäytön yleisyys Suomessa vuonna 2017. Aikakauskirja Duodecim 2020:8. Luettavissa: <https://www.duodecim-lehti.fi/duo15450>. Luettu: 18.03.2024.

Salmela, R. 2023: Ruotsista salakuljetettiin 20 tuhatta kiloa nuuskaa Suomeen. Uutinen. Helsingin Sanomat. Luettavissa: <https://www.hs.fi/suomi/art-2000009759886.html>. Luettu: 03.04.2024.

Sisäministeriö 2019: Enska: Poliisin ennalta estävän työn strategia 2019–2023. Luettavissa: <https://intermin.fi/documents/1410869/4024872/Poliisin+en-nalta+est%C3%A4v%C3%A4n+ty%C3%B6n+strategia+2019-2023.pdf>. Luettu: 17.05.2024.

Suomen ASH ry: Tupakkateollisuus, markkinointi. Luettavissa: <https://suomenash.fi/markkinointi/>. Luettu: 18.03.2024b.

Sutela, M. 2024: Nuorisoriikollisuus: Taktinen teema-analyysi – määritelmät, tilannekuva ja toimintamallit. Poliisihallitus. Luettavissa: <https://poliisi.fi/documents/25235045/31329635/32433045-Nuorisoriikollisuus-teema-analyysi-web.pdf/2c2c3b8a-9487-22a0-cb89-6a9c466869b0/32433045-Nuorisoriikollisuus-teema-analyysi-web.pdf?t=1712736269753>. Luettu: 10.04.2024.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL) 2023a: Suomalaisten huumeiden käyttö ja huumeasenteet 2022: Suomalaisten huumekekeilut yleistyvät, asenteissa ja mielipiteissä isoja muutoksia. Tilastoraportti. Luettavissa: <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/146435/Suomalaisten%20huumeiden%20k%C3%A4ytt%C3%B6%20ja%20huumeasenteet%202022.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.

Terveyden ja hyvinvoinninlaitos (THL) 2023b: Tupakkatilasto 2022: Työikäisten päivittäinen tupakointi vähentynyt, nuorilla lisääntynyt sähkösavukkeiden käyttö. Tilastoraportti. Luettavissa: <https://www.julkari.fi/handle/10024/147662>.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL): Lastensuojelun käsikirja: Lasten ja nuorten päihteiden käyttö. Luettavissa: <https://thl.fi/julkaisut/kasikirjat/lastensuojelun-kasikirja/tyoprosessi/sijais-huolto/paihdetyo-sijaishuollossa/lasten-ja-nuorten-paihteiden-kaytto>. Päivitetty: 07.12.2023a.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL): Nuorten päihteiden käyttö ja päihdehäiriöt. Luettavissa: <https://thl.fi/aiheet/mielenterveys/mielenterveyshairiot/nuorten-mielenterveyshairiot/nuorten-paihteiden-kaytto-ja-kaytoshairiot>. Päivitetty: 07.12.2023b.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL): Alkoholi, tupakka ja riippuvuudet: Nikotiini. Luettavissa: <https://thl.fi/aiheet/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/tupakka/tupakkatuotteet-ja-sahkosavuke/nikotiini>. Päivitetty: 07.12.2023c.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL): ESPAD - Eurooppalainen koululaistutkimus nuorten päihteiden käytöstä. Luettavissa: <https://thl.fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/espac>. Päivitetty: 30.01.2024.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL): Sähkösavuke. Luettavissa: <https://thl.fi/aiheet/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/tupakka/tupakkatuotteet-ja-sahkosavuke/sahkosavuke>. Päivitetty: 06.02.2024.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL): ESPAD - Eurooppalainen koululaistutkimus nuorten päihteiden käytöstä: Tutkimuksen tuloksia. Tulosraportti. Luettavissa: <https://www.terveytemme.fi/espac/tulokset/index.html>. Luettu: 18.03.2024.

U.S. Department of Health and Human Services: E-cigarette, or vaping, products visual dictionary. Centers for Disease Control and Prevention. Luettavissa: https://www.cdc.gov/tobacco/basic_information/e-cigarettes/pdfs/ecigarette-or-vaping-products-visual-dictionary-508.pdf. Luettu: 03.04.2024.

VN/20729/2023: Valtioneuvoston päätös eräiden nikotiinia sisältävien tuotteiden markkinoille saattamisen rajoittamisesta kemikaalilain 45 b §:n nojalla. Luettavissa: https://stm.fi/documents/1271139/152515719/Valtioneuvoston_paatos_20729_2023.pdf/8122fb46-d2f2-0304-4787-c9b3f699b3b8/Valtioneuvoston_paatos_20729_2023.pdf?t=1695291858868.

Vilka, H. 2021: Näin onnistut opinnäytetyössä. Santalahti-kustannus. Luettavissa: <https://www.elibrary.com/book/9789523701236>. Luettu: 12.04.2024. Sisäinen lähde.

Von der Pahlen, B. & Lepistö, J. & Marttunen, M. 2013: Päihteiden käyttö ja päihdehäiriöt. Teoksessa: Marttunen, M. & Huurre, T. & Strandholm, T. & Viialainen, R. (toim.) 2013: Nuorten mielen-terveyshäiriöt: Opas nuorten parissa työskenteleville aikuisille. Tampere, Juvenes Print – Suomen Yliopistopaino Oy. Luettavissa: <https://www.julkari.fi/handle/10024/110484>. Luettu: 22.04.2024.

Vähäkangas, K. 2017: Tupakan kemikaalit ja niiden vaikutukset: Nikotiinin vaikutukset. Teoksessa: Heloma, A. & Kiiänmaa, K. & Korhonen, T. & Winell, K. (toim.) 2017: Tupakka- ja nikotiiniriippuvuus. Helsinki, Kustannus Oy Duodecim.

World Health Organization (WHO) 2020: Spotlight on adolescent health and well-being. Raportti. Luettavissa: <https://iris.who.int/handle/10665/332104>. Luettu: 01.04.2024.

Yle 2018: Nuorten alkoholinkäyttö vähenee yhä – THL: Juomisen tilalle löytynyt muuta tekemistä. Uutinen. Luettavissa: <https://yle.fi/a/3-10150618>. Luettu: 03.04.2024.

LIITE 1 – PÄIHEOPPITUNNIN MATERIAALI

EI KIITOS!

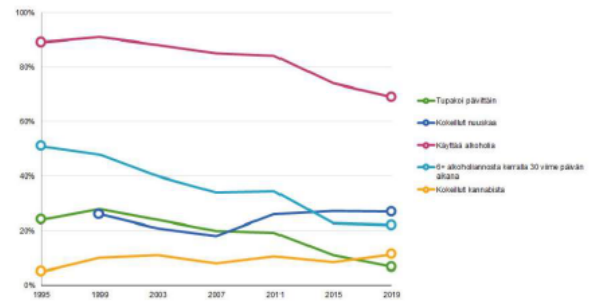
Päihdeoppitunti 6 luokkalaisille

Oppitunnin kulku

1. Nuoret ja päihteet
2. Alkoholi
3. Nikotiinituotteet
4. Huumausaineet

NUORET JA PÄIHTEET

- Päihdekokeilut ovat nuorilla yleisiä
 - Alkoholi ja tupakka yleisimpänä
- Nuorten päihteiden käyttö muuttanut muotoa
 - Alkoholinkäyttö vähenee, kannabiksen kokeilu lisääntyy
 - Markkinoilla lisääntyvät uudenlaiset nikotiinituotteet
- Nuorena iässä aloitettu päihteiden käyttö voi lisätä todennäköisyyttä mielenterveyden häiriöille ja muille psyykkisille oireiluille myöhemmin



Kuvio 1. Tupakointi, nuuskakokeilut ja päihteiden käyttö 15–16-vuotiailla suomalaisilla nuorilla 1995–2019. Kuva: THL

3



ALKOHOLI

- Kytkeytyy usein yhdessäoloon
 - Kokeilunhalu
- Sosiaalinen paine
- Etanoli
 - Keskushermostoa lamaannuttava päihde
 - Lisää hetkellisesti mielihyvätunnetta
 - Voimakas riippuvuuden aiheuttaja
- On yhdistetty tutkimuksissa kymmeniin eri sairauksiin

Nuorten alkoholinkäyttö vähenee yhä – THL: Juomisen tilalle löytynyt muuta tekemistä
 Kuva: YLE.fi

Nuorten alkoholinkäyttö vähentynyt kaikissa Pohjoismaissa – selkeää syytä ilmiöön ei tiedetä
 Kuva: TS.fi

4



ALKOHOLI

- NUORILLE AINA RISKIKÄYTTÖÄ
 - Aivojen kehityksen häiriöt
 - Riskikäyttäytyminen
 - Psykkinen hyvinvointi

- *"Alkoholijuomaa ei saa myydä eikä muutoin luovuttaa vähittäismyynnissä eikä anniskelussa:
1) alle 18-vuotiaalle"*
- *"Henkilö, joka on 20 vuotta nuorempi, ei saa pitää hallussa väkevää alkoholijuomaa. Henkilö, joka on 18 vuotta nuorempi, ei saa pitää hallussa mietoa alkoholijuomaa"*
- *"Alkoholijuomaa ei saa välittää eikä luovuttaa palkkiota vastaan. Alkoholijuoman välittäminen ja luovuttaminen on kielletty myös ilman palkkiota henkilölle, jolle 37 §:n mukaan ei saa myydä alkoholijuomaa"*

- Alkoholilaki

5



ALKOHOLI

- Liitettjä sairauksia mm.
 - Unettomuus, uniapnea
 - Maksasairaudet
 - Haimatulehdus
 - Ruuansulatuselimistön sairaudet
 - Erilaiset syövät
 - Sydäninfarkti
 - Sydänlihaksen rappeutumista
 - Rytmihäiriöt
 - Verenpaineen kohoaminen

6



NIKOTIINITUOTTEET

7

NIKOTIINI

- Tupakkakasvista eristetty päihde
- Tärkein riippuvuutta aiheuttava päihde tupakkatuotteissa
→ äärimmäisen koukuttavaa
- Tupakka, nikotiinipussit, nuuska ja sähkötupakka (vape)
 - Nuuska ja vape voi sisältää monin kymmenkertaisen määrän nikotiinia kuin tupakka
 - Tupakassa nikotiini yhdistettynä tervaan ja häkään → hyvin myrkyllinen yhdiste
 - Tupakan vaikutuksia terveyteen on tutkittu hyvin kattavasti

8

NUUSKA - NIKOTIINIPUSSIT

- Nuuskan käyttäminen ja hallussa pitäminen laillista (ikäraja 18-v). Myynti, sekä välittäminen kielletty.
- Nuuskaa laittomasti ostava aina osa rikollisuudenketjua
- Nikotiinipussit uusi ilmiö – Mihin suuntaan muuttuu?
 - 2023 kesäkuussa Tukes kielsi 20 mg ja sitä enemmän nikotiinia sisältävien myynnin
 - 2023 syyskuussa Valtioneuvoston päätös kieltää 20 mg ja sitä enemmän nikotiinia sisältävien myynnin (korvasi Tukesin päätöksen)
 - 2024 tammikuussa tupakkaveronpiiriin

Ruotsista salakuljetettiin 20 tuhatta kiloa nuuskaa Suomeen

Tulli on päässyt nuuskan salakuljetukseen ja levitykseen liittyvän rikoskokonaisuuden jäljille. Nuuskan salakuljetus- ja jälleenmyyntitapauksia on ollut tänä vuonna lukuisia.

Kuva: HS.fi

9



NIKOTIINITUOTTEET

Tunnistaisitko nikotiinipusseja tai pussinuuskaa kuvien perusteella?



Nikotiinipusseja
Kuva: ehyt.fi



Pussinuoskaa
Kuvat: pixbay.com

10



SÄHKÖTUPAKKA - VAPE

- Nuorten keskuudessa tällä hetkellä muoti-ilmiö
- Vähintään yhtä haitallinen kuin muut nikotiinituotteet
 - Glyseroli
 - Lyijy
 - Elohopea
- Kehittyvä rikollisuus
- Ei ole välttämättä aina sitä, mitä luulee ostavansa

Huippuasiantuntija jyrähtää vapetusilmiöstä: "Meillä voi pian olla poikkeuksellisen paljon parikymppisiä syöpäsairaita"

Kuva: YLE.fi

Sähkötupakointiin liittyy uusi huoli Lahdessa: nuori voi joutua kuittaamaan vape-velkoja varastamalla

Kuva: YLE.fi

11



SÄHKÖTUPAKKA - VAPE



Kuvat: Yhdysvaltain terveysviranomainen CDC

12



KANNATTAAKO RISKI?

Älä ole koekaniini – jätä vapettaminen väliin

Vapen käytön tiedetään olevan haitallista, mutta käytön pitkäaikaisista haittavaikutuksista ei ole vielä kertynyt tarpeeksi tutkimustietoa. Niinpä jokainen, joka käyttää vapea, on tahtomattaankin näiden haittavaikutusten koekaniini.

Kuva: fressis.fi

- Uusi ilmiö – Pitkäaikaisia tutkimuksia vähän tai ei ollenkaan

13



HUUMAUSAINEET

- Hyvin kattava tarjonta erilaisia
 - Piristäviä, lamaannuttavia, aistiharhoja aiheuttavia...
- Kaikkien huumausaineiksi luokiteltavien aineiden hallussapito, myynti ja ostaminen on kielletty Suomessa
- Nuorten yleisin käyttämä huumausaine Cannabis
- Nuoren kehitykselle hyvin haitallisia
 - Fyysisesti, kuin myös sosiaalisesti
 - Elämänhallinnalliset ongelmat
- Rikollisuus
 - Velkaantuminen
- Lääkkeiden väärinkäyttö

14

