

Tämä on rinnakkaistallennettu versio alkuperäisestä julkaisusta.

Tämä on julkaisun kustantajan pdf.

Käytä viittauksessa alkuperäistä lähdettä:

Jolkkonen, A. & Salakari, M. 2019. Nuorten terveys, elintavat, nikotiinituotteiden käyttö ja käyttöön liittyvät asenteet Varsinais-Suomessa. Teoksessa M. Salakari; R. Nurminen & A. Rajamäki (toim.) Verkostoitumisesta seitittymiseen – kohtaamisia nuorten arjessa. Turun ammattikorkeakoulun raportteja 252. Turku: Turun ammattikorkeakoulu, 48 - 63.

URL: <http://julkaisut.turkuamk.fi/isbn9789522167064.pdf>

Kaikki julkaisut Turun AMK:n rinnakkaistallennettujen julkaisujen kokoelmassa Theseuksessa ovat tekijänoikeussäännösten alaisia. Kokoelman tai sen osien käyttö on sallittu sähköisessä muodossa tai tulosteena vain henkilökohtaiseen, ei-kaupalliseen tutkimus- ja opetuskäyttöön. Muuhun käyttöön on hankittava tekijänoikeuden haltijan lupa.

This is a self-archived version of the original publication.

The self-archived version is a publisher's pdf of the original publication.

To cite this, use the original publication:

Jolkkonen, A. & Salakari, M. 2019. Nuorten terveys, elintavat, nikotiinituotteiden käyttö ja käyttöön liittyvät asenteet Varsinais-Suomessa. In M. Salakari; R. Nurminen & A. Rajamäki (eds) Verkostoitumisesta seitittymiseen – kohtaamisia nuorten arjessa. Reports from Turku University of Applied Sciences 252. Turku: Turku University of Applied Sciences, 48 - 63.

URL: <http://julkaisut.turkuamk.fi/isbn9789522167064.pdf>

All material supplied via TUAS self-archived publications collection in Theseus repository is protected by copyright laws. Use of all or part of any of the repository collections is permitted only for personal non-commercial, research or educational purposes in digital and print form. You must obtain permission for any other use.

Nuorten terveys, elintavat, nikotiinituotteiden käyttö ja käyttöön liittyvät asenteet Varsinais-Suomessa

Ari Jolkkonen ja Minna Salakari

Lapsuuden ja nuoruuden elinolot, opitut tavat ja terveystottumukset vaikuttavat läpi elämän. Kehitysympäristöillä, joissa lapset ja nuoret elävät arkeaan, on suuri merkitys myöhemmälle hyvinvoinnille. Suurin osa suomalaisista nuorista voi hyvin, mutta eriarvoisuus on edelleen ongelma. Hyvinvoinnissa on suuria eroja sekä lukiossa ja ammatillisissa oppilaitoksissa opiskelevien että eri sukupuolten välillä. Poikien elintavat ovat epäterveellisempiä kuin tyttöjen. Pojat muun muassa käyttävät päihitteitä tyttöjä enemmän. Tytöt taas raportoivat poikia useammin erilaisista fyysisistä ja psyykkisistä oireista, kuten särystä, väsymyksestä ja univaikeuksista sekä ahdistuneisuudesta (Hirvonen 2015).

Yleisesti nuorten hyvinvointi on parantunut: nuoret kokevat terveydentilansa paremmaksi, terveystottumukset ovat kohentuneet, tupakointi ja humalajuominen ovat vähentyneet ja liikunnan harrastaminen lisääntynyt (Hirvonen 2015; Terveiden ja hyvinvoinnin laitos [THL] 2017). 1980-luvun alussa lähes joka kuudes 14-vuotias ja joka viides 18-vuotias poika tupakoi päivittäin, nyt näin tekee vain yksi sadasta. Myös tyttöjen tupakointi on vähentynyt huomattavasti kaikissa ikäluokissa. Muutos on niin merkittävä, että sillä on kansanterveydellisiä vaikutuksia. Yksi kehityskulku on kuitenkin huolestuttavaa: nuuskan käyttö on yleistynyt nuorten keskuudessa huomattavan paljon (THL 2017). On nähtävissä, että päihitteiden käyttö ja saatavuus muuttuvat ajassa – samalla muuttuu nuorten terveyskäyttäytyminen.

Nuorten terveydenedistämisen lähtökohtana voidaan pitää nykytilanteen kartoitusta. Tietoa tarvitaan nuorten terveydestä, elintavoista, nuorten ja lähiympäristön päihitteiden käytöstä ja käyttöön liittyvistä asenteista perustuen nuorten omakohtai-

seen arviointiin, jotta terveydenedistämisen toiminta kohdentuisi yhä selkeämmin nuorten ja nuorten aikuisten tarpeisiin. Tätä kartoitustyötä tehtiin Lounais-Suomen Syöpäyhdistyksen (LSSY) ja Turun ammattikorkeakoulun (Turun AMK) Terveys ja hyvinvointi -sektorin yhteistyönä osana NIKO – Terveysten edistäminen nuorten arjessa -tutkimus- ja kehittämishanketta.

Nuorten nikotiinivalmisteiden käyttö -alkukartoitustutkimuksen tarkoituksena oli selvittää varsinaissuomalaisten nuorten nykytilannetta elintapoihin ja terveyteen liittyen. Kartoituksen tulokset vahvistivat pääosin jo olemassa olevaa tietoa nuorten koetusta terveydestä, elintavoista ja päihteiden, erityisesti nikotiinituotteiden, käytöstä ja käyttöön liittyvistä seikoista, mutta toivat esille myös kehittämiskohteita.

Alkukartoitustutkimuksen aineistonkeruu ja analyysi

Tutkimuksen lähestymistapa oli määrällinen. Aineiston keruu toteutettiin strukturoidulla kyselylomakkeella. Tätä tutkimusta varten kehitetty kyselylomake perustuu Nuorten terveystapa-tutkimus 2015; Nuorten tupakkatuotteiden ja päihteiden käyttö 1997–2015 -mittariin (Kinnunen, Pere, Lindfors, Ollila & Rimpelä 2015) sekä systemoitujen kirjallisuuskatsausten tuloksiin (Lehto 2017; Elo, Ilus & Vaskeinen 2017).

Kyselylomaketta testattiin kesäkuussa 2017 sekä paperilomakkeilla että www-kyselynä. Kyselyn aineisto koottiin 1.8.2017–31.3.2018 välisenä aikana Salossa, Turussa, Kaarinassa ja Mynämäellä yhteistyössä yläkoulujen, lukioiden, ammatillisten oppilaitosten ja urheiluseurojen kanssa. Paperisia kyselylomakkeita käytettiin Peltolan ammattikoulussa, Mynämäen yläkoulussa ja Bovallius-ammattiopistossa. Muualla vastattiin www-kyselyyn.

Nuorten nikotiinivalmisteiden käyttö -alkukartoituskyselyyn saatiin 1183 hyväksyttävää vastausta. Kyselyyn vastanneet nuoret olivat iältään 13–19-vuotiaita, peruskoulun, ammatillisen oppilaitoksen tai lukion opiskelijoita (Taulukko 1). Aineisto edustaa hyvin 13–17-vuotiaita varsinaissuomalaisia, sillä peruskoulun ja toiseen asteen oppilaitosten kautta on mahdollista tavoittaa kaikki alle 15-vuotiaat ja 95 prosenttia 16–17-vuotiaista. 18-vuotiaistakin enemmistö (70 %) on opiskelijoita, mutta 19-vuotiaista vain 30 prosenttia. Vastaaajista 45 prosenttia oli tyttöjä ja 55 prosenttia poikia. Tämän ikäisestä väestöstä poikia on 51–52 prosenttia, joten pojat ovat hieman ylliedustettuina. Otoksen sukupuolten suhde selittyy sillä, että poikavalta-

sista ammattikouluista on enemmän vastaajia kuin tyttövaltaisista lukioista. Koko väestön vuosi-ikäluokkien koot ovat lähes yhtä suuret, toisin kuin tässä otoksessa. Kaikista vuosi-ikäluokista on kuitenkin analyysitarpeisiin riittävästi vastaajia, mutta koko otosta kuvailevia jakaumia oppivelvollisuusikäisten yliedustavuus vääristää.

Taulukko 1. Vastaajien sosiodemografisia tietoja.

Ikä (n 1137)	Oppilaitos (n 1130)	Asuinkunta (n 1130)	Perheeseen kuuluu (n 1137)	Koulumenestys luokan tasoon verrattuna (n 1128)
13 v 15 %	Peruskoulu 45 %	Salo 32 %	Äiti ja isä 86 %	Paljon parempi 13 %
14 v 13 %	Lukio 23 %	Turku 18 %	Äiti 12 %	Hieman parempi 26 %
15 v 20 %	Ammatti- koulu 32 %	Mynämäki 23 %	Isä 2 %	Keskitasoa 37 %
16 v 29 %	Yht. 100 %	Raisio 8 %	Ei kumpikaan 1 %	Hieman huonompi 10 %
17 v 12 %		Kaarina 4 %	Yht. 100 %	Paljon huonompi 3 %
18 v 8 %		Muu 16 %		En osaa sanoa 10 %
19 v 3 %		Yht. 100 %		Yht. 100 %
Yht. 100 %				

Tutkimuksessa etsittiin vastauksia seuraaviin kysymyksiin:

1. Minkälaiseksi nuoret kokevat terveydentilansa?
2. Millaisena nuorten ja nuorten lähiympäristön nikotiinituotteiden käyttö näyttyy Varsinais-Suomen maakunnan alueella?
3. Millaisia näkemyksiä nuorilla on nikotiinituotteista ja niiden vaikutuksista?

Kyselylomakkeen sisällön validiteettia on arvioinut nuorten nikotiinituotteiden käyttöön perehtynyt viisihenkinen asiantuntijapaneeli. Arvioinnin kohteina olivat kysymysten ymmärrettävyys, yksiselitteisyys, selkeys, asianmukaisuus, kattavuus, lukumäärä ja riittävyys. Asiantuntijapaneelin kommenttien jälkeen kyselylomakkeen terveysoireita ja nikotiiniasenteita koskevia kysymyksiä tarkennettiin. Kyse-

lylomakkeiden esitestaus toteutettiin siten, että ensimmäiset 30 lomaketta toimivat pilottina. Pilotin jälkeen nikotiiniasenteita koskevia kysymyksiä selvennettiin.

Nuorten terveys ja elintavat

Nuoret kokevat terveydentilansa kohtalaisen tai erittäin hyväksi (96 %), vaikka yhdellä kymmenesosalla onkin joku lääkitystä vaativa sairaus. Omasta terveydentilasta huolehtiminen arvioitiin erittäin tai melko riittäväksi. Vain kuusi prosenttia arveli huolehtivansa omasta terveydestään riittämättömästi.

Nuoret huolehtivat terveydestään pääasiassa ystävyysuhteiden ylläpitämisen, päiheteettömyyden, säännöllisen liikkumisen sekä riittävän unen ja levon keinoin (Taulukko 2).

Taulukko 2. Terveystä huolehtimisen keinot (%).

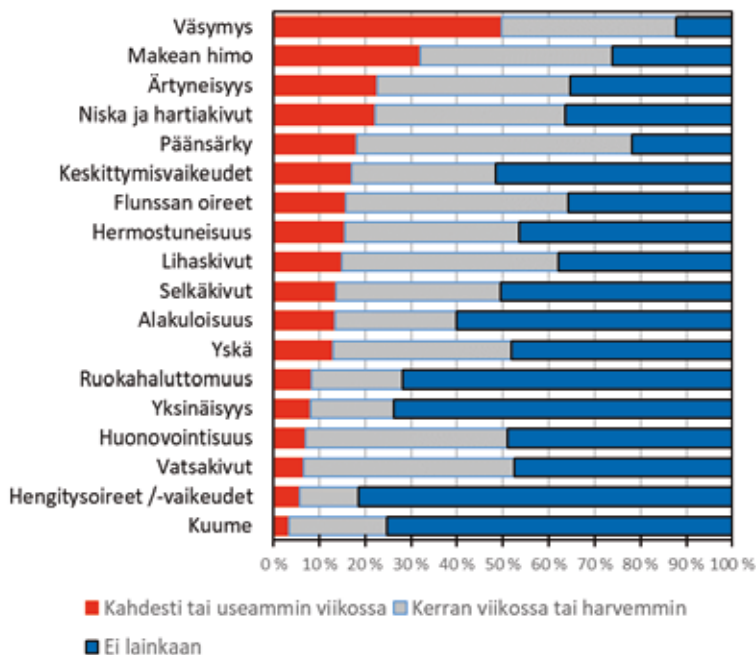
	Kuvaa hyvin	Ei hyvin eikä huonosti	Kuvaa huonosti	Yhteensä (n 1105–1127)
Ystävyysuhteiden ylläpito	86	10	4	100
Päiheteettömyys	68	13	20	100
Monipuolinen ravitsemus	67	21	11	100
Säännöllinen ulkoilu	67	21	12	100
Riittävä lepo (uni vähintään kuusi–kahdeksan tuntia yössä)	61	21	18	100
Säännöllinen harrastus	61	17	22	100
Säännöllinen liikunta yli kolme kertaa viikossa	60	20	20	100
Lisäravinteet / vitamiinit yms.	47	27	26	100
Säännöllinen liikunta alle kolme kertaa viikossa	45	25	30	100

Peruskouluikäiset (13–15-vuotiaat) vastaajat arvioivat useimpien näistä terveydestä huolehtimisen tavoista kuvaavan itseään paremmin kuin vanhemmat ja erityisesti ammattikoulussa opiskelevat vastaajat. Ne, joilla on joku perussairaus, arvioivat näiden terveydestä huolehtimisen tapojen kuvaavan itseään muita vastaajia huonom-

min ($p < 0,05$). Kaikki raportoidut ryhmien erot ovat tilastollisesti merkitseviä ($p < 0,05$).

Yksi kymmenestä viikoittain humalajuomista harrastavista arvioi päihteettömyyden kuvaavan hyvin omaa terveydestä huolehtimisen tapaa. Humalajuomista harrastamattomista näin arvioi yhdeksän kymmenestä. Nikotiinituotteiden käytön suhteen muodostuu samantapainen ero. Nikotiinituotteiden käyttäjistä yksi viidestä arvioi, että päihteettömyys kuvaa hyvin omaa toimintatapaa, mutta ei-käyttäjistä tätä mieltä on neljä viidestä ($p = 0,01$). Tämä kertoo siitä, että vastaajat luokittelevat myös nikotiinituotteet päihteiksi.

Vaikka terveydentila arvioitiin hyväksi, erilaisia sairauten tai terveydellisiin ongelmiin viittaavia tuntemuksia on ollut usein edellisen kolmen kuukauden aikana (kuvio 1). Sairaustuntemuksia arvioitiin niiden esiintymisen useuden perusteella. On luonnollista ja odotettua, että väsymystä, makean himoa ja ärtyneisyyttä esiintyy useammin kuin kuumetta, hengitysoireita tai vatsakipua.

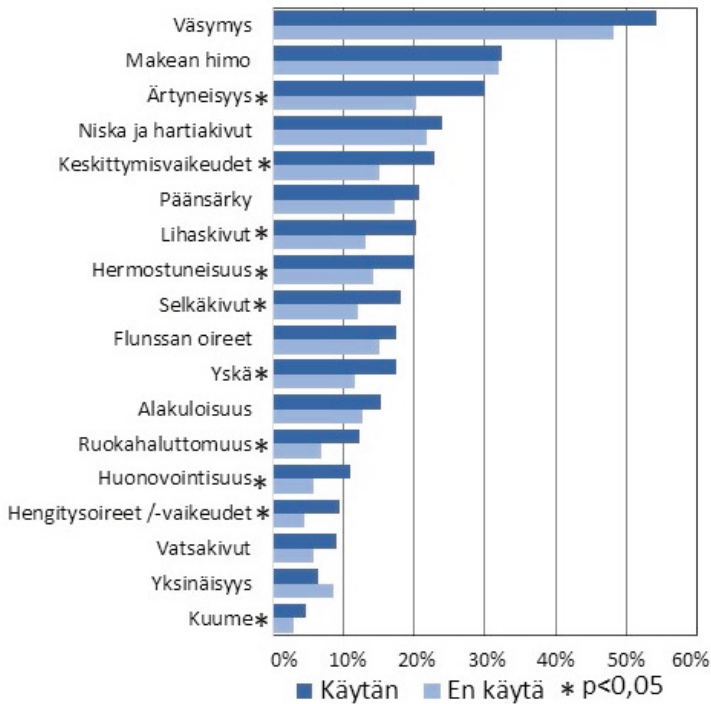


Kuvio 1. Terveysongelmiin viittaavien tuntemusten yleisyys.

Tarkasteltaessa nikotiinituotteiden käyttäjien ja ei-käyttäjien itse arvioimaa terveydentilaa viimeisen kolmen kuukauden aikana, voidaan havaita nikotiinituotteiden käyttäjien kärsivän selkeästi enemmän keskittymisvaikeuksista, hengitystieoireilusta, ärtyneisyydestä, hermostuneisuudesta, huonovointisuudesta ja flunssan oireista kuin niiden nuorten, jotka eivät käytä tai eivät ole koskaan käyttäneet mitään nikotiinituotteita (Kuvio 2). Kyselyyn vastanneista erityisesti pojat kärsivät keskittymishäiriöistä, yskästä ja väsymyksestä, tyttöjen keskuudessa väsymys, makeanhimo ja päänsäryt olivat yleisiä oireita.

Yksinhuoltajaperheiden nuorilla on useammin päänsärkyä, lihaskipuja, ärtyneisyyttä, keskittymisvaikeuksia, hengitysoireita tai -vaikeuksia ja ruokahaluttomuutta kuin nuorilla, joiden perheeseen kuuluu sekä isä että äiti ($p < 0,05$). Oman koulumenestyksensä luokan tasoa huonommaksi arvioivat kärsivät muita useammin vatsa- ja selkävivusta, alakuloisuudesta, yksinäisyydestä, ärtyneisyydestä ja keskittymisvaikeuksista sekä ruokahaluttomuudesta ja hengitysoireista.

Koulumenestyksen ja perherakenteen yhteys terveysoireiden kokemiseen ei ole kausaalinen eikä suoraviivainen. Yhteyden muodostumiseen monien tekijöiden yhteisvaikutuksesta viittaa ensiksikin se, että nikotiinituotteiden käyttäjistä neljäsosa arvioi koulumenestyksensä luokan tasoa huonommaksi, mutta ei-käyttäjistä alle kymmen prosenttia arvioi kuuluvansa luokan tasoa huonommin menestyviin. Toiseksi se, että tytöt arvioivat koulumenestyksensä paremmaksi kuin pojat ($p = 0,01$), ja pojat taas käyttävät tyttöjä enemmän nikotiinituotteita ($p = 0,01$). Kolmanneksi yksinhuoltajaperheiden nuoret arvioivat koulumenestyksensä huonommaksi kuin nuoret, joiden perheeseen kuuluvat sekä isä että äiti ($p = 0,01$).



Kuvio 2. Terveysongelmiin viittaava tuntemus kahdesti viikossa tai useammin nikotiinituotteiden käytön mukaan.

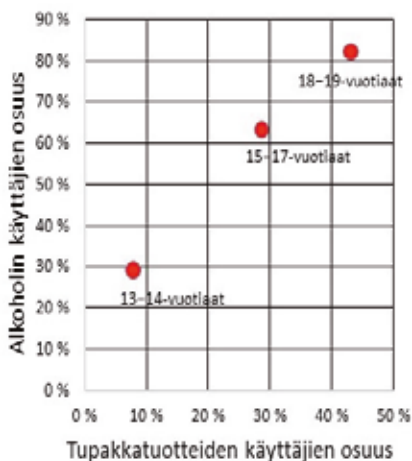
Nuorten päihteiden ja nikotiinituotteiden käyttö

Noin 40 prosenttia vastanneista nuorista ei oman ilmoituksensa mukaan käytä lainkaan alkoholia tai tupakkatuotteita (Taulukko 3). Tulos on samansuuntainen Kouluterveyskyselyn (2017) mukaan: nuorten päihteettömyys on lisääntynyt, ja absoluuttisnuoria on yhä enemmän. Kuitenkin viidennes tämän kyselyn vastaajista käyttää sekä alkoholia että tupakkatuotteita. Tupakkatuotteita käyttämättömiä alkoholin käyttäjiä on kolmannes. Vain kaksi prosenttia käyttää nikotiinituotteita, mutta ei alkoholia.

Taulukko 3. Nikotiini tuotteiden ja alkoholin käyttö iän mukaan (%).

Nikotiini tuotteiden ja alkoholin käyttö						
Ikä	En käytä kumpaakaan (%)	Käytän alkoholia – en nikotiini tuotteita (%)	Käytän molempia (%)	Käytän nikotiini tuotteita – en alkoholia (%)	Yhteensä	
					%	n
13–14 v.	69	24	7	1	100	321
15–17 v.	33	38	26	3	100	685
18–19 v.	15	43	40	2	100	124
Yhteensä	41	35	22	2	100	1130

Kaikista vastaajista puolet (56 %) käyttää alkoholia, 18–19-vuotiaista 83 prosenttia. Nuorimmista vastaajista (13–14-vuotiaista) lähes kolmannes ja 15–17-vuotiaista kaksi kolmasosaa käyttää alkoholia vähintään satunnaisesti. Samalla tavalla tupakkatuotteiden käyttäjien osuus kasvaa iän mukana (kuvio 3).



Kuvio 3. Nikotiini tuotteiden ja alkoholin käyttö iän mukaan (%).

Vaikka iän ja tupakkatuotteiden käytön yhteys on selkeä, tämä yhteys kuitenkin muuttuu, kun sitä tarkastellaan alkoholia eri tavoin käyttävissä ryhmissä. Ryhmässä, johon kuuluvat ”eivät koskaan juo humaltuakseen” -vastaajat, tupakkatuotteiden

käyttäjien osuus on pieni, mutta kasvaa iän mukana ($p = 0,01$). Ryhmässä, johon kuuluvat ”juovat ainakin joskus humaltuakseen” -vastaajat, iän ja tupakkatuotteiden käytön välillä ei ole yhteyttä. Tässä ryhmässä tupakkatuotteita käyttää puolet nuorista kaikissa ikäryhmissä. Tupakkatuotteiden käytön näkökulmasta taas havaitaan, että kaikissa ikäryhmissä tupakkatuotteiden käyttäjistä yli 90 prosenttia käyttää myös alkoholia.

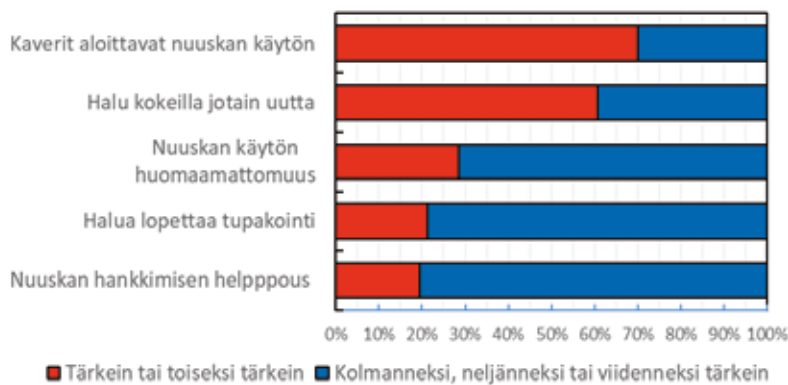
Alkukartoituskyselyyn vastanneista nuorista noin 35 prosenttia juo alkoholia humaltuakseen viikoittain, ja liki puolet kerran tai kaksi kuukaudessa. Neljannes kyselyyn vastanneista nuorista käyttää jotakin nikotiiniuutetta: perinteisiä savukkeita, nuuskaa tai vesipiippua. Valtakunnallisen Kouluterveyskyselyn (2017) tulosten suuntaisesti valtaosa nuorista ei käytä tai ole kokeillut mitään nikotiiniuutteita. Kyselyyn osallistuneista nuorista vain 10 prosenttia tupakoi päivittäin säännöllisesti ja liki 10 prosenttia säännöllisesti, mutta harvemmin kuin kerran päivässä.

Nuuskan käyttö sen sijaan on yleistynyt (THL 2017), ja NIKOn alkukartoituskyselyn mukaan 14 prosenttia nuorista käyttää nuuskaa. Päivittäin tai useammin kuin kerran viikossa sitä käyttää 10 prosenttia vastaajista. Nikotiiniuotteiden käyttäjistä ($n = 278$) kolmannes käyttää sekä nuuskaa että perinteistä tupakkaa, 15 prosenttia käyttää ainoastaan nuuskaa ja 37 prosenttia ainoastaan perinteistä tupakkaa. Tupakan, nuuskan ja vesipiipun yhteiskäytöstä ilmoitti alle 10 prosenttia kaikista nikotiiniuotteiden käyttäjistä. Vesipiipun käyttö näyttäytyy selvästi harvinaisempana kuin muiden tupakkatuotteiden käyttö.

Kyselyssä kartoitettiin isän, äidin, siskon, veljen, opettajan, valmentajan tai ohjaajan sekä kavereiden nuuskan käyttöä. Mitä useamman nuuskan käyttäjän nuori on havainnut lähipiirissään, sitä todennäköisempää on, että hän itsekkin kuuluu käyttäjiin. Vain yksi prosentti niistä, joiden lähipiirissä ei ole nuuskan käyttäjiä, käyttää itse nuuskaa. Niistä, jota ovat huomanneet lähipiirissään kaksi käyttäjää, viidennes käyttää itsekkin. Niistä, joiden lähipiirissä on kolme tai useampi nuuskaajaa, yli puolet liittyy nuuskaajien ryhmään.

Nuoret kokevat, että päihteen – erityisesti nikotiiniuotteiden – käytön aloittaminen liittyy etenkin kaveripaineeseen ja kokeilunhaluun (kuvio 4). Nuuskaa käytetään myös tupakoinnin lopettamista helpottamaan ja sen helpon saatavuuden vuoksi, mutta nämä eivät ole tärkeimpien tekijöiden joukossa. Tulokset ovat yhtenevät kansallisten ja kansainvälisten tutkimustulosten kanssa (mm. Clark & McCann

2007; Murnaghan, Leatherdale, Sihvonen & Kekki 2009, 174; Edvardsson, Troein, Ejlertsson & Lendahls 2012, 4–5).



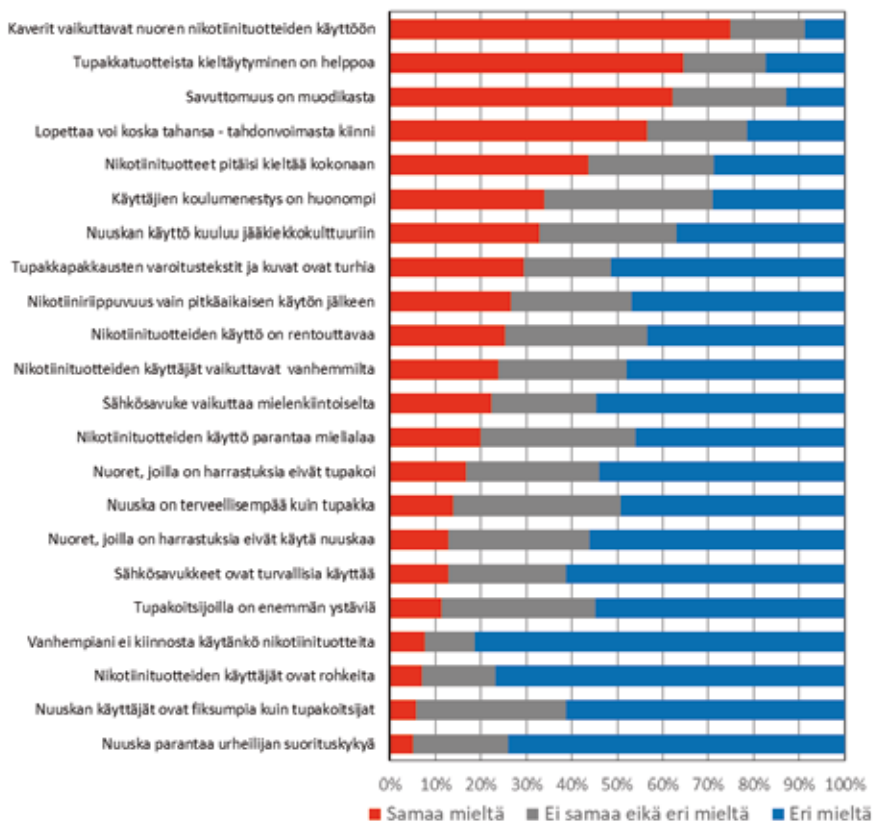
Kuvio 4. Nuuskan käytön aloittamiseen vaikuttavat tekijät tärkeyden mukaan (%).

Nuuskan käyttäjää voidaan profiloida parhaiten humalajuomisen, tupakoinnin, oppilaitoksen ja lähipiirin nuuskaajien määrän avulla sekä myös sukupuolen ja iän perusteella. Vaikka nuuskaaminen näyttyy mielikuvissa tupakoinnin vaihtoehdona, niin päivittäin tupakoivista 60 prosenttia käyttää myös nuuskaa, ei-tupakoivista nuuskaa käyttää vain viisi prosenttia. Myös humalajuomisen ja nuuskaamisen yhteys on selkeä. Humalajuomista harrastamattomista vain kolme prosenttia nuuskaa, humalajuomista vähintään joskus harrastavista nuuskaa käyttää 34 prosenttia. Nuuskaaminen on enemmän ammattikoululaisten (27 %) kuin lukiolaisten (10 %) tai peruskoululaisten (7 %) ”juttu”. Yli puolet niistä, joiden lähipiirissä on vähintään kolme nuuskaajaa, käyttää itsekin nuuskaa. Jos lähipiirissä ei ole nuuskaajia, vain yksi prosentti kuuluu käyttäjiin. Edellä esitetyt riippuvuudet eivät muutu, kun niitä tarkastellaan erikseen tyttöjen ja poikien tai 13–14-vuotiaiden, 15–17-vuotiaiden ja 18–19-vuotiaiden ryhmissä.

Päihteiden käyttöön liittyvät asenteet

Nuorten nikotiiniuotteita ja niiden käyttöä koskevia asenteita kartoitettiin viisiporaisella Likert-asteikolla. Yli puolet vastaajista on samaa mieltä neljästä väittämästä (kuvio 5). Kolme neljästä vastaajasta uskoo, että kaverit vaikuttavat nuorten niko-

tiinituotteiden käyttöön. Kaksi kolmasosaa pitää nikotiinituotteista kieltäytymistä helppona ja savuttomuutta muodikkaana. Yli puolet on sitä mieltä, että nikotiini ei aiheuta sellaista riippuvuutta, joka vaikeuttaisi tuotteiden käytön lopettamisen. Enemmistön mielestä tuotteiden käytön voi lopettaa koska tahansa, koska lopettamisen uskotaan olevan kiinni omasta tahdonvoimasta. Neljä viidestä nuoresta uskoo, että heidän vanhempiansa kiinnostaa lastensa tupakkatuotteiden käyttö.



Kuvio 5. Nikotiinituotteita ja niiden käyttöä koskevien asenteiden jakauma (%).

Päihteiden käyttäjät ja ei-käyttäjät asennoituvat eri tavoin lähes kaikkiin esitettyihin väittämiin. Tupakkatuotteita ja/tai alkoholia käyttävät liittävät tupakkatuotteisiin positiivisia asioita. Absolutistinuorista heidän käsityksensä poikkeaa niin, että he uskovat absolutistinuoria enemmän tupakkatuotteiden parantavan mielialaa ja

rentouttavan. Heidän mielestään käyttäjillä on enemmän ystäviä, käyttäjät näyttävät rohkeilta, nuuska terveellisemmältä kuin tupakka ja nuuskaajat fiksummilta kuin polttajat. Sähkösavukkeet vaikuttavat mielenkiintoisilta ja niiden käyttö turvalliselta. Tupakkapakkausten varoitustekstit ja kuvat ovat turhia ja nikotiiniriippuvuus kehittyy vain pitkäaikaisen käytön seurauksena. Päihteitä käyttävien mielestä nuuska kuuluu jääkiekkokulttuuriin ja parantaa urheilijan suorituskykyä. Tyttöjen ja poikien sekä 13–14-vuotiaiden ja 16–19-vuotiaiden välillä on samanlainen ero niin, että pojat ovat samanmielisiä tupakkatuotteiden käyttäjien kanssa, samoin 16–19-vuotiaat.

Absolutistinuoret taas pitävät päihteitä käyttäviä enemmän savuttomuutta muodikkaana, tupakkatuotteista kieltäytymistä helppona ja kannattavat enemmän tupakkatuotteiden kieltämisestä. He uskovat harrastusten suojaavan nuuskalta ja tupakalta ja pitävät nikotiinituotteiden käyttäjien koulumenestystä muita huonompana. Tytöt kannattavat näitä käsityksiä selkeästi poikia enemmän, ja alle 13–14-vuotiaat nuoret taas tätä vanhempia enemmän.

Sen sijaan sekä nikotiinituotteiden käyttäjät että ei-käyttäjät, tytöt ja pojat sekä eri ikäryhmiin kuuluvat ajattelevat samoin tuotteiden käytön lopettamisesta: lopettaa voi koska tahansa, tahdonvoimasta se on kiinni!

Yhteenveto ja kehittämisehdotukset

Nuorten nikotiinituotteiden (tupakka, sähkötupakka, vesipiippu, nuuska) käyttöä ja sen ehkäisyksi tarkoitettujen interventtioiden vaikuttavuutta on tutkittu laajasti. Lehto (2017) toteaa systemoidussa kirjallisuuskatsauksessaan tutkimusten runsauden osoittavan, että nuorten nikotiinituotteiden käyttö on globaalisti tiedostettu ongelma. Suomessa tutkimukset osoittavat, että tupakointi on nuorten keskuudessa vähentynyt, ja sama suuntaus jatkunee edelleen. Sen sijaan nuuskan käyttö on viime vuosina lisääntynyt. Myös uusien tupakkatuotteiden, kuten sähkösavukkeen, ilmestyminen markkinoille nähdään kansainvälisestikin uhkana nuorten nikotiinituotteiden käytön laskusuuntaiselle kehitykselle, sillä ne saattavat uutuudellaan ja erilaisuudellaan kiinnostaa nuoria (Kinnunen, Pere, Lindfors, Ollila & Rimpelä 2017; Lehto 2017).

Nuorten nikotiinituotteiden käytön taustalla on useita tekijöitä: perheellä ja ystäväpiirillä on todettu olevan suurin vaikutus siihen, millaisia asenteita nuori omaksuu

nikotiinituotteisiin. Merkitystä asenteisiin on myös harrastuksilla ja roolimalleilla, esimerkiksi jääkiekkoilevien nuorten parissa nuuskan käyttö on tutkitusti yleisempää kuin muilla ikätovereilla. Lisäksi tutkimuksista ilmenee, että nuoren tietämys nikotiinituotteiden vaikutuksista terveyteen ja hyvinvointiin vähentää merkittävästi nikotiinituotteiden myöhemmän käytön mahdollisuutta (Lehto 2017).

Elo, Ilus & Vaskelainen (2017) kuvaavat nuorten tupakoinnin aloittamisen olevan yleisempää, jos nuorella on ongelmakäyttäytymistä, päihteidenkäyttöä, masennusta tai itsetuhoisuutta. Parhaan ystävän nuuskan käyttö on suurin yksittäinen tekijä, joka vaikuttaa nuoren – erityisesti urheilevan nuoren – nuuskan käytön aloittamiseen. Tupakoinnin aloittamiselta näyttävät suojaavan urheilun rooli ja uskonnollisuus. Nuoren varhainen ongelmakäyttäytyminen ja päivittäinen tupakointi enustavat suurta riskiä nikotiiniriippuvuudelle. Nikotiinituotteet sisältävät lukuisia myrkyllisiä aineita ja aiheuttavat huomattavia terveysriskejä. Tuotteiden sisältämä nikotiini ja muut yhdisteet muuttavat pysyvästi nuoren aivojen rakennetta ja aiheuttavat käyttäjälle voimakkaan, jopa elinikäisen riippuvuuden (Hara, Ollila & Simonen 2010).

Tutkimukset (mm. Lehto 2017) osoittavat, että erilaisilla interventioilla on mahdollista aikaansaada muutoksia nuorten nikotiinituotteisiin liittyvissä asenteissa, myös pitkällä aikavälillä tarkasteltuna. Interventioiden aikaansaamat muutokset eivät välttämättä ole suuria, mutta pienikin muutos on ”askel parempaan päin”, erityisesti kansanterveydellisestä näkökulmasta tarkasteltuna. Tutkitusti parhaiten toimivat sellaiset interventiot, jotka yhdistävät monipuolisesti eri lähestymistapoja pyrkien lisäämään nuorten tietoisuutta nikotiinituotteiden terveysvaikutuksista ja opettamaan vertaispaineen voittamisen mahdollistavia taitoja.

Tehokkaiden ja vaikuttavien interventioiden toteuttamisessa on keskeistä ymmärtää, mitkä asiat vaikuttavat nuoren nikotiinituotteiden käyttöön tai sen aloittamiseen. Näin interventiot saadaan kohdistettua oikeisiin asioihin, jolloin niiden vaikuttavuus paranee. Perinteisten, koulussa toteutettavien interventioiden ohella myös uudenlaiset, muun muassa sosiaalista mediaa hyödyntävät interventiot ovat tutkimusten mukaan kehittämisen ja tutkimisen arvoisia (Lehto 2017).

Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus

Tutkimuksen etiikkaan liittyvät oleellisesti kysymykset tutkimuksen hyödyllisyydestä (sen käyttökelpoisuus ja johtopäätösten esittäminen) ja velvollisuuksista tiedon tuottamiseen osallistuneita kohtaan (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2009, Kuula 2011). Tämän tutkimuksen perusolettamukseen liittyy kysymys siitä, miten nikotiiniutuotteiden käyttöä ja asenteita tutkimalla on mahdollista kehittää terveyden edistämisen menetelmiä.

Tutkimussuunnitelma alistettiin eettisen toimikunnan asiamiehen lausuttavaksi. Tämän ihmiseen kohdistuvan ei-lääketieteellisen tutkimuksen ei katsottu edellyttävän eettisen toimikunnan lausuntoa tai eettistä ennakoarviointia, koska tutkimukseen osallistuminen ei aiheuta tutkittaville suoraa tai välillistä vahinkoa, eikä tutkittaviin kajota (Ei-lääketieteellisen tutkimuksen ennakoarviointi, Kuula 2011). Tutkimukseen osallistujille selvitettiin kirjallisesti tutkimuksen tarkoitus, tulosten esittäminen ja tutkimuksen tulosten tavoitellut hyödyt. Tutkimukseen osallistuminen oli vapaaehtoista, ja osallistujilla oli mahdollisuus keskeyttää osallistumisensa missä tutkimuksen vaiheessa tahansa. Tietoinen suostumus katsottiin saaduksi, kun alaikäisen nuoren vanhemmalta/huoltajalta oli saatu lupa, ja nuori oli vastannut kyselyyn. Tutkimusaineistoihin ei tallennettu vastaajien tunnistetietoja, ja osallistujien anonymiteetti turvattiin tutkimuksen jokaisessa vaiheessa. Aineisto säilytetään tutkimusprosessin ajan asianmukaisesti lukittuna ja se tullaan hävittämään raportoinnin jälkeen paperisilppurissa ja poistamalla kaikista tietokannoista.

Tutkimusraporteissa kuvataan tavoitteen asettamiseen ja toteuttamiseen, aineiston keruuseen, analysointiin, sekä tuloksiin ja tulosten esittämiseen liittyvät ratkaisut ja perustelut yksityiskohtaisesti. Tällöin lukijalla on mahdollisuus arvioida ratkaisujen eettistä kestävyyttä. Tutkimusprosessissa tullaan arvioimaan rehellisyyttä, yksinkertaisuutta, avoimuutta ja tarkkuutta luotettavuuden tarkastelun yhteydessä. Tutkimuksen luotettavuuden tarkastelu liittyy siihen, kuinka pätevää, yleisluontoista ja käyttökelpoista tietoa saadaan. Mittarin luotettavuutta arvioidaan mittausvirheettömyyden eli reliabeliuden sekä pätevyyden eli validiuden suhteen.

LÄHTEET

- Braverman, M., Stawski, R., Samdal, O., Aarø, L. 2017. Daily smoking and subjective health complaints in adolescence. *Nicotine Tobacco Research* 19 (1); 102-110.
- Edvardsson, I., Troein, M., Ejlertsson, G., Lendahls, L. 2012. Snus user identity and addiction. A Swedish focus group study on adolescents. *BMC Public Health*, Vol 12, 1133-1142.
- Elo, T., Ilus, H., Vaskelainen, J. 2017. Nikotiinin terveystriskit urheilivalle nuorelle. Systemoitu kirjallisuuskatsaus. Julkaisematon lähde.
- Goriounova, N., Mansvelder, H. 2012. Nicotine exposure during adolescence alters the rules for prefrontal cortical synaptic plasticity during adulthood. Department of Integrative Neurophysiology, University of Amsterdam. Netherlands. *Frontiers in Synaptic Neuroscience*. 4:3.
- Hara, M., Ollila, H., Simonen, O. 2010. Lasten ja nuorten tupakoimattomuuden edistäminen, yhteinen vastuumme. Toimintasuositukset lasten ja nuorten terveyden ja tupakoimattomuuden edistämiseksi Suomessa vuosina 2010 – 2013. Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus. Helsinki: Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus.
- Hibell, B., Guttormsson, U., Ahlström, S., Balakireva, O., Bjarnason, T., Kokkevi, A., Kraus L. 2012. The 2011 ESPAD Report. Substance use among students in 36 European countries. Stockholm. The Swedish Council for Information on Alcohol and Other Drugs (CAN).
- Hirvonen N. 2015. Health information matters: everyday health information literacy and behaviour in relation to health behaviour and physical health among young men. Oulu: Oulun yliopisto.
- Kinnunen T., Pere L., Raisamo S., Katainen A., Ollila E., Rimpelä M. 2017. Nuorten terveystapatutkimus 2017. Nuorten tupakkatuotteiden ja päihteiden käyttö sekä rahapelaaminen. Helsinki. Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus. Viitattu 4.5.2018. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-00-3878-6>
- Kuula, A. 2011. Tutkimusetiikka, aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys. Toinen, uudistettu painos. Tampere: Vastapaino.
- Lehto, T.-M. Nuoret ja nikotiini. 2017. Systemoitu kirjallisuuskatsaus. Julkaisematon lähde.
- Murnaghan, D.A., Leatherdale, S.T., Sihvonen, M., Kekki, P. 2009. School-based tobacco-control programming and student smoking behaviour. *Chronic Diseases in Canada*. Vol. 29; Number 4; October 2009; Pages 169-175.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2018. Kouluterveyskyselyn aikasarjat 2006–2017. Viitattu 1.12.2018. Saatavilla: https://sampo.thl.fi/pivot/prod/fi/ktk/ktk1/fact_ktk_ktk1?row=measure-200537.&row=measure-200197&row=measure-200465&column=time-199465&column=stage_of_stady-161293.161123.161219.

Towns, S., DiFranza, J., Jayasuriya, G., Marshall, T., Shah, S. 2017. Smoking cessation in adolescents: targeted approaches that work. *Paediatric Respiratory Reviews*, Vol 22, 11-22.

Turun yliopisto. Ei-lääketieteellisen tutkimuksen ennakoarviointi. Viitattu 29.5.2017. <https://www.utu.fi/fi/tutkimus/eettisyys/ei-laaketieteellisten-tutkimusten-ennakoarviointi>.

Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2009. Humanistisen, yhteiskuntatieteellisen ja käyttäytymistieteellisen tutkimuksen eettiset periaatteet ja ehdotus eettisen ennakoarvioinnin järjestämiseksi. Viitattu 14.5.2017 <http://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/eettisetperiaatteet.pdf>.

Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2012a. Hyvä tieteellinen käytäntö. Viitattu 14.5.2017 <http://www.tenk.fi/htk-ohje/hyva-tieteellinen-kaytanta>.

Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2012b. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsittely Suomessa. Viitattu 14.5.2017 http://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/htk_ohje_verkko14112012.pdf.