



Diak

Ruut Malešević
Jasmin Torkkeli
Diakonia-ammattikorkeakoulu
Sosiaali- ja terveystieteiden
ammattikorkeakoulututkinto
Terveystieteiden (AMK)
Opinnäytetyö, 2021

8.–9.-LUOKKALAISTEN PÄIHTEIDENKÄYTTÖ JA PÄIHTEITÄ KÄYTTÄVIEN NUORTEN KÄYNNIT KOULUTERVEYDENHOITAJAN VASTAAN- OTOLLA

TIIVISTELMÄ

Ruut Malešević ja Jasmin Torkkeli

8.–9.-luokkalaisten päihteidenkäyttö ja päihteitä käyttävien nuorten käynnit kouluterveydenhoitajan vastaanotolla

89 sivua, 1 liite

Kevät 2021

Diakonia-ammattikorkeakoulu

Sosiaali- ja terveystieteiden ammattikorkeakoulututkinto

Terveydenhoitaja (AMK)

Tämän opinnäytetyön tarkoitus oli selvittää Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen Kouluterveyskyselyn 2019 vastausten perusteella 8.–9.-luokkalaisten päihteidenkäyttöä ja sitä, onko päihteidenkäytöllä yhteyttä käynteihin kouluterveydenhoitajan vastaanotolla. Lisäksi tavoitteena oli selvittää, onko päihteitä käyttävä nuori kokenut saavansa apua kouluterveydenhoitajalta.

Tässä opinnäytetyössä vastaamme tutkimuskysymykseen ”Millaista 8.–9.-luokkalaisten päihteidenkäyttö on Kouluterveyskyselyn 2019 perusteella?”. Tähän kysymykseen saimme vastauksen Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen Tilastokuu-tio-palvelun avulla, johon on kerätty vastaukset Kouluterveyskyselyistä.

Kahteen muuhun tutkimuskysymykseen ”Miten päihteitä käyttävien nuorten käyntimäärät kouluterveydenhoitajan luona eroavat päihteettömien nuorten käyntimääriin verrattuna?” sekä ”Miten päihteitä käyttävien nuorten kokemukset avunsaannista kouluterveydenhoitajalta eroaa päihteettömien nuorten kokemuk-sista?” saimme vastaukset käyttäen SPSS-ohjelmaa. Tätä varten teimme myös ristiintaulukoinnit. Ristiintaulukointia varten Kouluterveyskyselyn 2019 vastaajat jaettiin päihteettömiin ja päihteitä käyttäviin. Lisäksi tarkasteltiin niitä vastaajia, jotka ilmoittivat käyttävänsä päihteitä useammin, kuten viikoittain tai päivittäin. Myös päihteet jaettiin omiin ryhmiinsä, joita olivat tupakkatuotteet ja sähkötu-pakka, alkoholi sekä huumeaineet. Niin käynneistä kouluterveydenhoitajalla kuin avun ja tuen saannista tehtiin omat taulukot. Ristiintaulukoinnin avulla ver-rattiin päihteitä käyttävien ja päihteettömien käyntejä kouluterveydenhoitajalla ja kokemusta avunsaannista.

Tulosten perusteella päihteidenkäyttö yläasteikäisten keskuudessa ei ole harvi-naista. Lähes puolet nuorista vastasi kokeilleensa jotain päihdettä vähintään ker-ran. Näyttää myös siltä, että päihteitä käyttävät nuoret käyvät päihteettömiä nuoria useammin kouluterveydenhoitajan luona. Päihteitä käyttävät nuoret myös ko-kivat päihteettömiä useammin, että he eivät ole saaneet apua ja tukea kouluter-veydenhoitajalta, vaikka olisivat sitä tarvinneet. Tulosten perusteella viikoittain tai päivittäin päihteitä käyttävät nuoret kävivät terveydenhoitajan luona kaikkein useimmin. Päihteettömät nuoret olivat päihteitä käyttäviä harvemmin ilmoittaneet tarvinneensa terveydenhoitajan apua ja tukea.

Asiasanat: kouluterveydenhuolto, nuoret, päihteet, yläasteikä

ABSTRACT

Ruut Malešević and Jasmin Torkkeli

Substance Use Among Eighth- and Ninth-graders and Substance-using Teenager's Visits at the School Nurse

89 pages and 1 appendix

Spring 2021

Diaconia University of Applied Sciences

Bachelor's Degree Programme in Health Care

Bachelor of Health Care

The base of this study is the Finnish institute of health and welfare's School Health Promotion study 2019. This thesis aims to answer questions: How are junior high schoolers using substances based on the School Health Promotion study 2019? Has a teenager who uses substances visited the school nurse's office? Has a teenager who uses substances gotten help and support from the school nurse?

The data was analyzed using the SPSS-program and *Tilastokuutio*, a site presenting data from a few previous years collected with the Finnish institute of health and welfare's School Health Promotion studies. After this, the data was analyzed using cross-tabulation. For the cross tabs, the teenagers were divided into groups of sober, as the ones who have not used substances, and to substance-using ones. The substance-using teenagers were further divided into three different groups according to different substances: tobacco, alcohol and marihuana and other drugs.

According to the School Health Promotion study 2019, substance use among teenagers is not rare. Nearly half of the junior high schoolers have admitted to using some substance at least once. It would also appear that substance-using teenagers visit the school nurse's office more often compared to sober teens and they also answered more often than sober teens that they got help and support from the school nurse. At the same time, it is apparent that teenagers who admitted to substance use have not gotten help even if they would have needed it and have not gotten to the school nurse's office even though they have tried to.

Keywords: School Nursing, Teenager, Intoxicants, Junior High School Age

SISÄLLYS

| | |
|--|----|
| 1 JOHDANTO | 4 |
| 2 NUORUUS, YLÄASTE- JA MURROSIKÄ..... | 5 |
| 3 PÄIHTEET JA PÄIHTEIDENKÄYTTÖ | 7 |
| 3.1 Alkoholi | 8 |
| 3.2 Tupakkavalmisteen | 11 |
| 3.3 Huumausaineista yleisesti..... | 14 |
| 3.4 Kannabis | 15 |
| 4 NUORI JA PÄIHTEET | 17 |
| 4.1 Nuoruuden muutokset..... | 18 |
| 4.2 Nuorten huumekekeilut | 19 |
| 4.3 Päihteidenkäytön haittoja | 19 |
| 4.4 Nuorten päihdeongelmien riskitekijät ja päihteidenkäytöltä suojaavat tekijät | 20 |
| 5 KOULUTERVEYDENHUOLTO..... | 22 |
| 5.1 Terveydenhoitaja | 23 |
| 5.2 Terveystarkastus..... | 23 |
| 5.3 Päihteidenkäytön ennaltaehkäisy kouluterveydenhuollossa | 24 |
| 5.4 Menetelmiä päihteidenkäytön kartoittamiseen ja lopettamisen tukemiseen | 26 |
| 6 TERVEYDEN JA HYVINVOINNIN LAITOS | 29 |
| 7 TARKOITUS, TAVOITTEET JA TUTKIMUSKYSYMYKSET | 30 |
| 8 OPINNÄYTETYÖPROSESSIN KUVAUS | 31 |
| 9 TUTKIMUSMENETELMÄT | 34 |
| 9.1 Kvantitatiivinen tutkimus..... | 34 |
| 9.2 Kouluterveyskysely 2019 -tutkimusaineisto..... | 35 |
| 9.3 Aineiston analysointi | 37 |

| | |
|--|----|
| 10 NUORTEN PÄIHTEIDENKÄYTTÖ KOULUTERVEYSKYSELYN 2019 PERUSTEELLA | 39 |
| 10.1 Tupakointi ja sähkösavukkeet | 40 |
| 10.2 Nuuska ja vesipiippu | 43 |
| 10.3 Alkoholit | 44 |
| 10.4 Päihteiden hankkiminen | 46 |
| 10.5 Huumeaineet | 49 |
| 10.6 Huumeiden hankinta | 52 |
| 10.7 Päihteidenkäytön hyväksyminen | 53 |
| 10.8 Päihteidenkäytössä tapahtuneet muutokset | 55 |
| 11 TERVEYDENHOITAJAKÄYNNIT JA AVUNSAANNIN KOKEMUS | 62 |
| 11.1 Käynnit kouluterveydenhoitajan luona | 64 |
| 11.2 Avun ja tuen saaminen kouluterveydenhoitajalta | 68 |
| 12 JOHTOPÄÄTÖKSET | 73 |
| 13 POHDINTA | 77 |
| 13.1 Eettisyys ja luotettavuus | 78 |
| 13.2 Ammatillinen kasvu | 81 |
| 13.3 Jatkotutkimusehdotukset | 82 |
| LÄHTEET | 83 |
| LIITE 1. Kouluterveyskysely 2019 -lomake | 91 |

1 JOHDANTO

Päihteet ovat nuorten mielestä kiinnostavia, koska ne yhdistyvät aikuisten maailmaan ja valinnanvapauteen (Nuorten mielenterveystalo. Häiriöt ja ongelmat. Päihdeongelmat). Nuorten keskuudessa päihdekokeilut ovatkin tavallisia ja varsinaisen päihdehäiriön kehittyminen alkaa usein jo 14–15-vuoden iässä (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Nuorten päihteiden käyttö ja päihdehäiriöt).

Nuoren kehitykselle päihteidenkäytöllä voi olla haitallisia seurauksia (Holmberg, Salo-Chydenius, Kurki & Hämäläinen 2015b, 364). Päihteidenkäyttöön liittyy monia elämään vaikuttavia tekijöitä, kuten riippuvuutta, masennusta, onnettomuusriskin suurentumista, muistin ja oppimisen kärsimistä sekä elämänpiirin kaventumista (Nuorten mielenterveystalo. Häiriöt ja ongelmat. Päihdeongelmat).

Opinnäytetyömme aineistona käytämme vuoden 2019 Kouluterveyskyselyä. Kouluterveyskysely on valtakunnallinen kysely, jonka avulla saadaan monipuolista tietoa lasten ja nuorten hyvinvoinnista ja terveystottumuksista (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Kouluterveyskysely). Tarkoituksemme on selvittää Kouluterveyskyselyn 2019 vastausten perusteella 8.–9.-luokkalaisten päihteidenkäyttöä, sekä päihteitä käyttävien nuorten käyntejä kouluterveydenhoitajalla ja avunsaannin kokemuksia. Käyvätkö päihteitä käyttävät nuoret terveydenhoitajalla useammin vai jopa harvemmin kuin päihteettömät nuoret? Onko päihteitä käyttävä nuori tuntenut saavansa kouluterveydenhoitajalta apua?

Kouluterveyskyselyn 2019 tuloksien avulla haluamme selvittää, olisiko nuorten päihteidenkäyttöön ja sen ehkäisemiseen liittyen tarvittavia parannuskohteita kouluterveydenhuollossa. Jos löydämme selkeän kehittämistarpeen, tulemme jatkamaan työtä viimeisen lukukauden kehittämistehtävässämme. Alkuperäinen suunnitelmamme oli laajentaa tutkimusta myös terveydenhoitajien haastatteluilla. Jouduimme kuitenkin luopumaan tästä ajatuksesta, sillä emme saaneet tutkimuslupaa haastatteluista varten COVID-19-pandemiasta johtuen.

2 NUORUUS, YLÄASTE- JA MURROSIKÄ

Yläasteella nuoret ovat murrosikäisiä, eli 13–15-vuotiaita. Tälle aikakaudelle ihmisen elämässä on tyypillistä muutos ja kasvu. Tämä on tärkeä välivaihe matkalla lapsesta aikuiseksi. Murrosiässä tapahtuu kasvua psyykkisesti, fyysisesti, älyllisesti ja sosiaalisesti. Tässä vaiheessa aletaan hakea omaa identiteettiä, itsenäisyyttä sekä omaa sosiaalista asemaa. Nuoret alkavat ottaa enemmän vastuuta omista tekemisistään, mutta samalla sosiaalinen paine ja ystävien merkitys korostuvat. Nuoren ajattelu ei ole kehittynyt kuitenkaan vielä tarpeeksi, jolloin hän ei välttämättä ymmärrä kaikkia ratkaisujensa pitkäkantoisia vaikutuksia. Murrosikä vaikuttaa valtavasti yläasteikäisten käyttäytymiseen. Terveystieteiden onkin tiedostettava tämä työskennellessään yläasteikäisten nuorten kanssa. (Terho 2002a, 146–147; Storvik-Sydänmaa, Tervajärvi & Hammar 2019, 27.)

Murrosikä on näkyvin muutosvaihe ihmisen elämässä. Silloin nuori esimerkiksi kasvaa reilusti pituutta. Tätä murrosiän kiihtynyttä kasvun vaihetta kutsutaan kasvupyrähdykseksi. Nuori kokee myös muita fyysisiä muutoksia, kuten kehon suhteiden muuttuminen sekä sukupuolipiirteiden kehittyminen, sekä hormonaalisia muutoksia. Nämä kaikki muutokset heijastuvat nuoren käytökseen ja sosiaalisiin suhteisiin. Muutokset muokkaavat merkittävästi nuoren minäkuvaa. (Nurmi ym. 2014, 149–157.)

Murrosiässä alkaa irtaantuminen vanhemmista, mikä voi ilmetä esimerkiksi erilaisena kapinointina (Storvik-Sydänmaa ym. 2019, 27). Tällöin monet nuoret ovat alttiita ohimeneville terveysongelmille ja oireilulle (Varuhin 2017, 5). Vaikka nuori itsenäistyy ja alkaa etäännyä vanhemmistaan ja perheestään, ei se tarkoita, ettei perhe olisi nuorelle enää tärkeä. Vanhempien ja nuoren vuorovaikutus myös muuttuu enemmän keskusteleväksi ja tasavertaisemmaksi. Nykyään kuitenkin perheen vaikutus nuoren elämässä on vähentynyt, sillä usein molemmat vanhemmat ovat töissä, huoltaja saattaa olla eronnut tai yksinhuoltaja ja asutaan usein kaukana sukulaisista. On siis menty siihen suuntaan, että nuoret viettävät enemmän aikaa omanikäistensä kanssa ja eri ikäryhmien kommunikaatio on vähentynyt. (Nurmi ym. 2014, 153–154.)

Ystävyys ja kaverisuhteiden rooli nuoruudessa kasvaa. Usein hakeudutaan samantyyppisten ihmisten seuraan. Ryhmässä kuitenkin usein tapahtuu mallioppimista ja jokaisella ryhmällä on tietyt normit, joita noudatetaan ryhmäpaineen alaisena. Nuorella näiden vaikutus on suuri, koska hänen arvonsa ja ajattelunsa ei ole vielä yhtä vakiintunutta kuin aikuisella. (Nurmi ym. 2014, 174.) Murrosiässä kaverisuhteiden merkitys korostuu ja kavereilta saadaan vaikutteita ja haetaan hyväksyntää (Storvik-Sydänmaa ym. 2019, 27).

3 PÄIHTEET JA PÄIHTEIDENKÄYTTÖ

Päihdehuoltolain mukaan päihteellä tarkoitetaan alkoholijuomaa tai muuta päih-
tymistarkoituksessa käytettävää ainetta (Holmberg, Partanen & Koskelo 2015a,
62; L 41/1986). Päihteitä on käytetty aina (Kuoppasalmi, Heinälä & Lönnqvist
2017, 492). Niiden käyttöä on voitu havaita useiden tuhansien vuosien takaa,
jolloin niitä on käytetty esimerkiksi lääkityksessä ja uskonnollisissa rituaaleissa.
Päihteistä on haettu myös nautintoa ja rentouttavaa vaikutusta. (Holmberg ym.
2015a, 62.)

Osa päihteistä on laillisia ja osa laittomia (Partanen 2015, 452). Tavallisimpia ja
laillisia päihteitä ovat nykyään kahvin ja teen ohella alkoholi ja tupakka (Kuoppa-
salmi ym. 2017, 492). Alkoholia pidetään keskeisenä päihteenä Suomessa,
koska useimmat suomalaiset käyttävät alkoholia (Holmberg ym. 2015a, 87;
Kuoppasalmi ym. 2017, 492; Marttunen & Kaltiala-Heino 2017, 673). Edellä mai-
nittujen laillisten päihteiden lisäksi päihteiksi luetaan muut huumaavat aineet,
jotka voidaan jakaa impattaviin aineisiin, pääasiallisesti keskushermostoon vai-
kuttaviin lääkkeisiin sekä varsinaisiin huumausaineisiin. Varsinaiset huumausai-
neet on esitelty huumausainelaisissa ja -asetuksessa. (Kuoppasalmi ym. 2017,
492.) Nuorten keskuudessa kannabis on yleisin käytössä oleva huume. Suoma-
laisten nuorten kovien huumeiden kokeilua ja käyttöä pidetään harvinaisena.
(Marttunen & Kaltiala-Heino 2017, 673.)

Kuoppasalmen ym. (2017) mukaan päihteidenkäyttö alkaa usein kokeilusta, joka
muuttuu vakiintuneeksi käyttämiseksi. Säännöllinen käyttäminen voi vaihtua ris-
kikäytöksi, jonka seurauksena voi olla riippuvuus. Hinnalla ja saatavuudella on
vaikutusta altistumiseen ja näin ollen päihdeongelman mahdolliseen kehitty-
miseen. Ihmiseen liittyvät asiat, kuten geneettiset tekijät ja olosuhteet, voivat osal-
taan vaikuttaa päihdeongelman syntymiseen myötävaikuttaen. Aineet ovat yhtey-
dessä keskushermostoon vaikuttaen esimerkiksi dopamiinivaikutteisen mielihy-
väjärjestelmän aktivoitumiseen, keskushermoston stimuloitumiseen ja kiihtyneen
toiminnan vaimenemiseen. Kun aiemmin käytettyä päihdyttävää ainetta ei käy-
tetä ollenkaan tai käyttöä vähennetään, seuraa usein vieroitusoireita.

Päihteidenkäytön seurauksena voi ilmetä myös muita oireita, kuten ahdistuneisuutta, masentuneisuutta ja unihäiriöitä. (Kuoppasalmi ym. 2017, 492.)

Päihteillä on erilaisia vaikutustapoja. Haitallisen käytön ja riippuvuuden kehittämisessä keskeisessä roolissa on aivojen mielihyvää säätelevien alueiden toiminnot. Aivojen yksilöllinen rakenne ja toiminta sekä altistavat tekijät suhteessa ympäristöön ovat vaikuttamassa päihdeongelmien ja päihteidenkäytön yksilölliseen vaihteluun. (Kuoppasalmi ym. 2017, 492.) Päihteidenkäyttö voi vaihdella raittiudesta jatkuvaan, riippuvuutta aiheuttavaan käyttöön. Eri päihteiden kohdalla voidaan havaita vaihtelua raittiiden ja riippuvuudesta kärsivien määrän välillä. Toleranssin muodostuminen yhdistetään päihteisiin. Toleranssilla tarkoitetaan sietokykyä, joka liittyy päihteen tai muun kemiallisen aineen käyttöön. Päihteidenkäytön jatkuessa käyttäjälle muodostuu toleranssi, eli hän tarvitsee päihdettä jatkuvasti enemmän saadakseen aiemman kaltaisen vaikutuksen. Toleranssin kehittymiseen vaikuttaa käytetty aine ja mahdollinen useiden aineiden käyttö. Päihteidenkäyttöä arvioitaessa on tärkeää ottaa huomioon käytetty päihde, sen käytötapa, käytetyt määrät, päihteidenkäytön tiheys ja tilanteet, joihin käyttö liittyy. (Holmberg ym. 2015a, 63, 87–88.)

Päihteidenkäytön kasvaessa päihdehäiriöt muodostavat kansanterveysongelman. Nikotiinia ja kofeiinia sisältävät tuotteet ovat päihteitä ja ne vaikuttavat keskushermostoon. Klassisten huumeiden, kannabiksen, opioidivalmisteiden, stimulanttien ja muuntohuumeiden lisäksi myös pääasiallisesti keskushermostoon vaikuttavia (PKV) lääkkeitä käytetään huumaaviin tarkoituksiin. (Kuoppasalmi ym. 2017, 492.)

3.1 Alkoholi

Vuosikymmenten aikana alkoholinkäyttö Suomessa on lisääntynyt (Aalto 2015, 12). Alkoholi on merkittävässä osassa maailmalla ja sen käyttö on osana myös länsimaista kulttuuria. Alkoholinkäytön katsotaan arkipäiväistyneen ja Suomessa alkoholi on hyväksytty ja laillinen päihde. Alkoholia sisältävissä juomissa oleva alkoholi on etyylialkoholia eli etanolia. Sen kemiallinen kaava on C_2H_5OH .

Alkoholin rasvaliukoisuus on huono, joten vain osa alkoholista imeytyy rasvakudokseen. Sen sijaan verenkierron välityksellä alkoholi kulkeutuu koko elimistöön ja lamauttaa aivojen toimintaa, josta aiheutuu humalatila. Humalatilassa ihmisen käyttäytymisessä, toimintakyvyssä ja mielentilassa voidaan havaita yksilöllisiä muutoksia. (Holmberg ym. 2015a, 62, 66, 89; Kiiänmaa 2015, 17–18, 20.)

Muutamassa minuutissa alkoholia sisältävän juoman nauttimisesta alkaa alkoholihumalluttava vaikutus, johon vaikuttavat esimerkiksi samanaikaisesti syöty ruoka ja alkoholin pitoisuus. Nousuhumalassa voidaan havaita mielihyvän tunnetta, joka aiheutuu keskushermoston dopamiinivälitteisten hermoratojen toiminnan lisääntymisestä. Alussa voidaan havaita alkoholien rentouttava, virkistävä ja estoja vähentävä vaikutus, mutta humalatilan lisääntyessä alkoholipitoisten juomien juomisen myötä esimerkiksi tasapaino ja koordinaatio heikkenevät. (Holmberg ym. 2015a, 66; Kiiänmaa 2015, 26.)

Jo suunontelosta imeytyy alkoholia pieniä määriä, mutta pääasiallinen imeytyminen tapahtuu ohutsuolen alkuosasta. Syömisen lisäksi alkoholijuoman ominaisuudet vaikuttavat imeytymisnopeuteen siten, että miedot alkoholijuomat imeytyvät hitaammin suhteessa väkeviin juomiin. Alkoholin vaikutuksilla ihmisiin on myös yksilöllisiä eroja. Sukupuoli, paino, ikä, terveydentila, sairaudet ja ympäristö antavat oman vaikutuksensa. Naisen elimistössä on suhteessa enemmän rasvaa ja vähemmän vettä kuin miehillä, joten naisilla alkoholien vaikutus on suurempi. Alkoholi poistuu elimistöstä hengitysilman, virtsan ja hien mukana sekä maksan hajottamana. Näistä maksa tekee suurimman työn. Maksa hajottaa alkoholia ja käsittelyn myötä alkoholi poistuu elimistöstä. (Holmberg ym. 2015a, 67; Kiiänmaa 2015, 20–21.)

Promilleilla (‰) kuvataan veren alkoholipitoisuutta. Sillä kuvataan, kuinka monta grammaa alkoholia on litrassa. Pienikin alkoholimäärä veressä, kuten 0,3‰, vaikeuttaa tehtäviä, joiden suorittaminen edellyttää useiden samanaikaisesti tehtävien asioiden hallintaa. Vastaavasti yli 3‰:n humalatila on usein jo hengenvaarallinen myrkytystila. Yli neljän promillen humalassa aivojen ydinjatkeen hengityskeskus saattaa lamautua. Tämä saattaa aiheuttaa jopa kuoleman. (Holmberg ym. 2015a, 66–67.)

Ihmiset voi alkoholinkäytön perusteella jakaa päihteettömiin, kohtuukäyttäjiin, riskikäyttäjiin ja alkoholiriippuvaisiin. Alkoholien liiallinen käyttö on juomista, johon liittyy jokin haitta tai sen riski. Alkoholien liikakäyttö aiheuttaa tapaturmia ja lisää sairastumisriskiä useisiin sairauksiin. Alkoholien haitallisella käytöllä sen sijaan tarkoitetaan käyttöä, johon liittyy käytöstä aiheutuvia fyysisiä tai psyykkisiä haittoja. Henkilö pystyy kuitenkin itse vähentämään käyttöä, jolloin haitat häviävät, eli hän ei ole vielä riippuvainen alkoholista. Alkoholien kanssa samanaikaisesti käytettävät lääkkeet tai muut päihteet saattavat lisätä alkoholien myrkyllisyyttä. (Holmberg ym. 2015a, 67–68, 90–91.)

Alkoholinkäyttöön liittyy aina siitä aiheutuvien haittojen mahdollisuus (Aalto 2015, 9). Alkoholilaki (L 1102/2017) onkin säädetty alkoholien aiheuttamien haittojen ehkäisemiseksi ja sen tarkoituksena on vähentää alkoholipitoisten aineiden kuluusta valvonnalla ja rajoittamisella. Alkoholien riskikäytölle on määritetty rajat, ja sillä tarkoitetaan alkoholien suurkulutuksen rajat ylittävää juomista. Suurkulutuksen rajat ovat miehillä ja naisilla erilaiset, mutta esimerkiksi alaikäisten päihteidenkäytön arvioimiseen näitä rajoja ei voida käyttää. (Holmberg ym. 2015a, 91.) Nuoren alkoholien käyttö on aina haitallista, koska nuoren, esimerkiksi aivot ja hermosto, ovat vasta kehittymässä ja päihteistä aiheutuvat terveyshaitat ovat nuorella aikuiseen verrattuna moninkertaiset. Nuorelle päihderiippuvuuskin kehittyy aikuista nopeammin. Säännöllisellä juomisella katsotaan olevan myös yhteys esimerkiksi koulunkäyntiin, muistin huonontumiseen ja uusien asioiden oppimiseen. (Nuortennetti. Päihteet 2018.) Kaikki päihteidenkäyttö on haitallista nuoren kehittyvälle keskushermostolle ja seuraukset voivat vaikuttaa pitkälle aikuisuuteen. Nuoren päihteettömyyttä voidaan näin ollen pitää parhaana mahdollisena vaihtoehtona kasvun ja kehityksen näkökulmasta. (Niemelä 2018, 250.)

Toleranssi alkoholille kehittyy hitaasti (Holmberg ym. 2015a, 69). Toleranssilla tarkoitetaan elimistön sopeutumista alkoholiin (Kiianmaa 2015, 30). Pääosin toleranssi johtuu aivoissa tapahtuvista fysiologisista muutoksista, minkä lisäksi alkoholien häviämisenopeus saattaa kasvaa. Viikkojen ajan jatkuva säännöllinen ja runsas alkoholinkäyttö lisää käyttäjän toleranssia. Mahdollisella sekakäytöllä on osaltaan vaikutusta toleranssin kehittymiseen. Hengitysilman alkoholipitoisuus

saattaa olla hyvinkin suuri ilman, että henkilö vaikuttaa päihtyneeltä. Alkoholin huomattavasti suurentunut sietokyky nuorella edeltää usein suurentunutta alkoholisoitumisen riskiä aikuisena. Jo muutaman viikon raittiudella on vaikutusta muutoksiin toleranssissa. (Holmberg ym. 2015a, 69.)

3.2 Tupakkavalmisteet

Tupakkatuote on tupakasta kokonaan tai osittain valmistettu poltettava, nuuskattava, imeskeltävä tai pureskeltava tuote. Tupakkaa valmistetaan tupakkakasvien lehdistä, varsista ja rungoista. Tupakan osia käytetään niiden sisältämän nikotiinin takia, joka on psykoaktiivinen yhdiste. Tupakka vaikuttaa sekä kiihdyttävästi että rauhoittavasti. Tupakoidessa nikotiini imeytyy keuhkojen kautta verenkiertoon, josta se kulkeutuu aivoihin aktivoimaan aivoissa olevia nikotiinireseptoreita. Seurauksena tästä erittyy dopamiinia, mikä luo mielihyvän tunteen. Savukkeet, irtotupakka, sikarit ja suunuuska ovat tupakkatuotteita ja tupakkaa voidaan polttaa myös vesipiipussa. (Holmberg ym. 2015a, 63–64.)

Vesipiippu luetaan tupakointivälineeksi, jonka avulla voidaan polttaa tupakkaa sisältäviä seoksia tai yrttiseoksia. Yrttiseokset eivät sisällä tupakkakasvia, mutta tästäkin huolimatta yrttiseokset ovat terveydelle haitallisia ja sisältävät haitallisia yhdisteitä. Vesipiipuissa voidaan tupakan sijasta käyttää myös höyrykiviä. Valmistajien mukaan höyrykivissä ei ole nikotiinia tai muita haitallisia aineita, mutta käytännössä mahdollisista terveyshaitoista ei ole tietoa. Höyrykivien kohdalla keskeinen terveyshaitta on kivien lämmityksessä käytettävä poltettava hiili. Vesipiippua myös poltetaan usein pidemmän aikaa kuin savuketta, joten savua hengitetään enemmän kuin tupakoinnissa. Vesipiipun polttamisella on yhteys lukuisiin terveyshaittoihin, kuten vaikutus elimistön toimintaan, se altistaa sairauksille ja aiheuttaa riippuvuutta. Nuoria saatetaan houkutella vesipiipun käyttämiseen esimerkiksi heitä houkuttelevilla mauilla. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Vesipiippu.)

Sähkötupakka on tupakkajäljitelmä ja tupakan vastike (Holmberg ym. 2015a, 63–64). Akkukäyttöisen laitteen avulla sähkötupakassa höyrystetään laitteen

säiliössä olevaa nestettä. Nesteet sisältävät esimerkiksi samoja aineita kuin tehdasvalmisteiset savukkeet. Sähkösavukkeessa ei ole tupakkaa, mutta nesteet voivat sisältää nikotiinia tai olla nikotiinittomia. Suomessa myytävissä nesteissä saa olla vain tupakkamakuja. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Sähkösavuke.) Lain mukaan sähkösavuke ei ole tupakkatuote, mutta sen myyntiä edistävät tekijät on kuitenkin kielletty. Tupakkalaissa sähkötupakan myyntiä alaikäiselle ei ole kielletty. (Holmberg ym. 2015a, 63–64.) Tällä hetkellä sähkötupakan terveysvaikutukset ovat tutkinnan alla eikä pitkäaikaisen käytön terveysvaikutuksia vielä tiedetä. Tiedetään kuitenkin, että sähkösavukkeet sisältävät terveydelle haitallisia aineita. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Sähkösavuke.)

Yhdysvaltain tautikeskuksen (CDC) Nuorten riskikäyttäytymiskyselyn 2019 mukaan yhdysvaltalaisista nuorista (14–18 vuotta) 50,1% oli joskus käyttänyt sähkötupakkatuotteita ja 24,1% oli joskus polttanut tupakkaa. Viimeisen 30 päivän aikana kyselyä edeltävästi sähkötupakkaa oli käyttänyt 32,7%, tupakkaa 6%, sikareita 3,8% ja savuttomia tupakkatuotteita 3,8%. Kahta tai useampaa tupakkatuotetta oli käyttänyt 8,2%. Yhdysvaltalaisnuorten sähkötupakankäyttö on noususuuntaista. Vuodesta 2017 vuoteen 2018 nuorten sähkötupakan käyttö (käyttänyt viimeisen 30 päivän aikana) nousi 78%, 11,7%:sta 20,8%:iin. (Creamer ym. 2020, 56–63.)

Tupakkatuotteet sisältävät aina terveydelle haitallisia aineita ja tupakansavuun muodostuu lukuisia terveydelle haitallisia yhdisteitä. Tupakoinnilla on lukuisia terveyshaittoja. Tupakka aiheuttaa sairauksia, ja länsimaissa 14% kaikista kuolemista on yhdistetty tupakkaan. Syöpä-, hengitys- ja verenkiertoelimistön sairaudet ovat yhteydessä tupakkaan. Tupakointi myös supistaa pintaverenkiertoa. Sairauksien aiheuttamisen lisäksi tupakointi aiheuttaa pahoinvointia, päänsärkyä, huimausta ja vatsakipuja, ja vaikeuttaa sairauksien hoitoa, heikentää paraneamista ja suurentaa useiden sairauksien riskiä. (Holmberg ym. 2015a, 64–65.) Yhdysvalloissa tupakointi on suurin syy ennenaikaisille ja ehkäistäville taudeille sekä kuolemille. Noin 88% aikuisista tupakkaa polttavista yhdysvaltalaisista kertoi polttaneensa tupakkaa ensimmäisen kerran alle 18-vuotiaana. (Creamer ym. 2020, 56–63.)

Vuosien saatossa Suomessa on edetty kohti savuttomuutta, missä tupakkalaki (L 549/2016) on keskeisessä roolissa. Tupakkalain siivittämänä Suomessa on tehty muutoksia, joiden vaikutuksesta tupakointi on vähentynyt runsaasti 1940-luvulta tähän päivään. Tupakkatuotteiden mainontakielto astui Suomessa voimaan 1970-luvulla vuosia sen jälkeen, kun tupakoinnin terveydelle haitalliset vaikutukset oli tuotu esiin. 1990-luvulla tupakan ostamisen ikärajaa nostettiin 16:sta 18:aan vuoteen ja lisäksi kiellettiin tupakointi muun muassa työpaikoilla. 2000-luvulla ravintolat muuttuvat savuttomiksi. 2010-luvulta lähtien Suomessa ei ole enää saanut pitää tupakkatuotteita esillä kaupoissa. Tämänhetkinen tupakkalain mukainen tavoite on, että tupakka- ja nikotiinituotteiden käyttö loppuu Suomessa vuoteen 2030 mennessä. Tällä tarkoitetaan, että vain alle viisi prosenttia suomalaisista käyttäisi päivittäin tupakka- ja nikotiinituotteita. (Savuton Suomi 2030. Askel askeleelta savuttomaksi.)

Tupakoinnin yhteydessä on syytä nostaa esille myös passiivinen tupakointi, jolla tarkoitetaan tupakoimattoman henkilön altistumista tupakansavulle (Duodecim. Terveyskirjasto. Lääketieteen sanasto). Myös passiivinen tupakointi on haitallista. Tämänhetkisen käsityksen mukaan passiivinen tupakointi on yhtä haitallista kuin varsinainen tupakointi, sillä se aiheuttaa samoja terveyshaittoja kuin tupakointi. (Hengitysliitto. Lapsuuden passiivinen tupakointi vaikuttaa vielä aikuisenakin 2018.) Passiivisen tupakoinnin on arvioitu lisäävän keuhkosyövän sekä sydän- ja verisuonisairauksien riskiä (Tuomisto 2014).

Suomessa passiivisen tupakoinnin haitoille altistumista on saatu vähennettyä rajoittamalla tupakointia esimerkiksi työpaikoilla, kulkuvälineissä, ravintoloissa sekä muissa julkisissa tiloissa (Hengitysliitto. Lapsuuden passiivinen tupakointi vaikuttaa vielä aikuisenakin 2018). Lapsella tupakansavulle altistumisen paikkoja on kuitenkin myös lapsen oma koti (Duodecim. Terveyskirjasto. Passiivinen tupakointi vahingollista lapsen sydämelle ja verisuonille 2016). Lapsilla passiivinen tupakointi vaikuttaa keuhkojen kehitykseen ja lisää aikuisena puhkeavien keuhkosairauksien riskiä (Hengitysliitto. Lapsuuden passiivinen tupakointi vaikuttaa vielä aikuisenakin 2018). Esimerkiksi lasten astman katsotaan lisääntyneen passiivisen tupakoinnin seurauksena (Tuomisto 2014). Lapsen altistuminen tupakansavulle vahingoittaa myös lapsen verisuonten sisäpintoja sekä jäykistää

valtimoita, millä on yhteys myöhemmin ilmenevään riskiin sairastua sydän- ja verisuonitauteihin. Lapsen vanhemmat voivat vaikuttaa omalla toiminnallaan siihen, ettei lapsi kotona altistuisi passiiviselle tupakoinnille. (Duodecim. Terveyskirjasto. Passiivinen tupakointi vahingollista lapsen sydämelle ja verisuonille 2016.)

3.3 Huumausaineista yleisesti

Huumausaineella tarkoitetaan laitonta ainetta, jota käytetään huumaavassa tarkoituksessa (Holmberg ym. 2015a, 62; L 373/2008). Huumausaineita tulee koko ajan uusia ja näistä osa on muuntohuumeita, joilla tarkoitetaan uusia, nopeasti markkinoille tulevia uusia huumeita. Huumausaineista käytetään myös termiä huume. (Holmberg ym. 2015a, 62–63.)

Huumeiden käyttöä voidaan luokitella useista eri näkökulmista. Käyttövaiheen, tiheyden, käytettyjen aineiden ja niiden aiheuttamien terveysriskien avulla voidaan arvioida huumeiden käyttöä. Käyttö voidaan jakaa kokeiluun, satunnaiseen käyttöön, ajoittaiseen käyttöön ja säännölliseen käyttöön. Lisäksi aineet voidaan jakaa koviin ja mietoihin aineisiin. Myös käyttö voidaan jakaa hallittuun, holtittomaan ja pakonomaiseen käyttöön. Kokeilukäytöllä tarkoitetaan muutaman kerran kokeilua, jota ei jatketa. Satunnaiskäytöllä tarkoitetaan käyttöä satunnaisissa tilanteissa, jolloin päihdettä on saatavilla. Ajoittainen käyttö tapahtuu toisinaan, jolloin hakeudutaan tietoisesti tilanteisiin, joissa on huumausainetta saatavilla. Säännöllinen käyttö voidaan jakaa vielä kuukausittaiseen ja viikoittaiseen käyttöön. (Holmberg ym. 2015a, 91–92.)

Huumausaineiden vaikutukset ovat yksilöllisiä ja riippuvat monista eri tekijöistä. Huumausaineen kemiallinen koostumus, puhtaus, toksisuus, annostus ja annostelutapa vaikuttavat huumausaineen vaikutukseen. Käyttökokemukseen vaikuttavat käyttäjästä riippuvat tekijät, kuten elimistön toiminta, mielentila, asenteet, odotukset, käyttöympäristö ja sosiaalinen ympäristö. (Holmberg ym. 2015a, 70.) Yhä useampi nuori tuntee jonkun huumeita kokeilleen ja myös monelle itselleen on tarjottu huumeita. Huumeiden hankkiminen on aiempaa helpompaa. (Niemelä 2018, 250.)

3.4 Kannabis

Käsitlemme erikseen kannabista, joka on Suomessa käytetyin laiton huumausaine (Holmberg ym. 2015a, 70; Niemelä 2018, 250). Se on huumausaineista myös nuorten keskuudessa kokeilluin (Haravuori, Muinonen, Kanste & Marttunen 2016, 129; Aalto-Setälä, Marttunen, & Pelkonen, 2003, 7; Niemelä 2018, 250).

Hamppukasvista valmistettavia aineita kutsutaan kannabikseksi. Sitä voidaan käyttää niin päihdyttävästi kuin lääkinnällisestikin. Päihteenä käytettävät aineet valmistetaan pääsääntöisesti kasvin lehdistä, emikukista ja kannabishartsista. Marihuana, hasis ja hasisöljy ovat kannabisvalmisteita, joiden voimakkuus keskenään vaihtelee ja ne on valmistettu kasvin eri osista. Marihuana on näistä usein miedoin. Niiden vaikutus päihdekäytössä on rauhoittava ja psykoaktiivinen. Käyttö on moninaista ja esimerkkejä käytöstä ovat esimerkiksi höyryttäminen, piipussa polttaminen ja juomaan liuottaminen. (Holmberg ym. 2015a, 63, 70–71.)

Tetrahydrokannabinoli eli THC on cannabis sativa -kasvin vaikuttava ainesosa. Delta-9-tetrahydrokannabinolin kemiallinen kaava on $C_{21}H_{30}O_2$ ja se on THC:n puhdas osa. Cannabis-lajin kasveja on useita ja niissä on useita eri kannabinoideyhdisteitä. Kasviperaiset kannabinoidit kiinnittyvät ihmisen elimistön endokannabinoidien reseptoreihin. Kannabinoidireseptoreja on elimistön eri osissa, kuten keskushermostossa ja ääreiskudoksissa. Keskushermostossa niiden tehtävä on säädellä elimistön ruokahalua, mielialaa, muistia ja unta. THC:n toiminta ihmisen elimistössä on yhteydessä kannabiksen päihdyttävään vaikutukseen. Kaikkien yhdisteiden vaikutuksia elimistössä ei toistaiseksi tunneta. (Holmberg ym. 2015a, 70.)

Kannabiksen käyttömäärät vaihtelevat paljon eri käyttäjillä. Siihen vaikuttavat monet tekijät, kuten käyttötapa, päihdyttävien aineiden pitoisuus, kannabisvalmisteen laji sekä käyttäjän mahdollinen ensikertalaisuus verrattuna pitkään jatkuneeseen käyttöön. Käyttötapa vaikuttaa vaikutuksen alkuaikaan ja keston. Poltettaessa vaikutus alkaa ja loppuu nopeammin kuin suun kautta otettuna.

Kannabiksen käyttö voidaan todeta virtsasta jopa useiden päivien jälkeen. Runsaasti käytävillä käyttö näkyy virtsassa pidempään kuin satunnaiskäyttäjillä. (Holmberg ym. 2015a, 71.)

Kannabiksen vaikutus on mielihyvän tunne, rentoutuminen ja sedaatio tai piristyminen. Käyttäjistä voi tulla hyväntuulisempi ja puheliaampi, ruokahalu voi lisääntyä, aistikokemukset korostua ja estot vähentyä. Välittömien vaikutusten hälvennyttyä voi ilmaantua ajantajun hämärtymistä, uneliaisuutta tai käyttäjä saattaa vetäytyä syrjään. (Holmberg ym. 2015a, 71.)

Kannabiksen käyttöön liittyy niin fyysisiä kuin psyykkisiäkin oireita. Fyysisiä oireita ovat esimerkiksi sydämen tiheälyöntisyys, verenpaineen lasku, silmien verestäminen ja koordinaation ja tasapainon heikentyminen. Psyykkisiä vaikutuksia ovat esimerkiksi ahdistus- ja paniikkitilat, sekavuus, aistiharhat, muistihäiriöt, huihaus ja pahoinvointi. Myös akuutin psykoosin riski lisääntyy kannabiksen käytön myötä ja psyykkiset oireet voivat voimistua. Psyykkiset vaikutukset liittyvät aineen pitoisuuteen, käyttötapaan, käyttäjän mielentilaan ja seuraan. (Holmberg ym. 2015a, 71.)

Kannabiksen pitkään jatkuneen ja runsaan käytön vaikutuksista terveydelle ei ole selkeää tutkimusnäyttöä. Sietokyky voi kuitenkin lisääntyä ja voi aiheutua fyysisistä ja psyykkistä riippuvuutta. Käytön loppumiseen ja käytössä tapahtuneeseen taukoon liittyy vieroitusoireita, joita voivat olla esimerkiksi levottomuus, vapina, ärtyneisyys ja unihäiriöt. Suurella määrällä kannabista on lyhytkestoista muistia, keskittymiskykyä ja psykomotoriikkaa heikentävä vaikutus. Sillä on yhteys myös suurentuneeseen onnettomuusriskiin. Sydämen ja hengitysteiden toimintaan liittyvien riskien mahdollisuus on olemassa. (Holmberg ym. 2015a, 72.)

4 NUORI JA PÄIHTEET

Päihdehäiriöitä voi ilmetä jo lapsuudessa ja varhaisnuoruudessa, jolloin se voi olla esimerkiksi liuottimien haistelua. Nuoruudessa mukaan voivat astua alkoholi ja huumausaineet. (Marttunen & Kaltiala-Heino 2017, 672.) Nuorten keskuudessa yleisimmin käytössä olevat päihteet ovat alkoholi ja tupakka (Nuorten mielenterveystalo. Päihdeongelmat; Terveystieteiden tutkimuskeskus. Nuorten päihteiden käyttö ja päihdehäiriöt). Ensimmäiset alkoholikokeilut ovat suomalaisnuorilla yleensä 13–14-vuoden iässä. Päihteidenkäytön aloittamisiän on katsottu laskeneen ja päihteidenkäytön yleistyneen 1970-luvulta 1990-luvulle. Vuonna 2015 tehtyjen tarkastelujen perusteella yli 75% suomalaisista 16-vuotiaista oli käyttänyt alkoholia edeltäneen vuoden aikana. (Marttunen & Kaltiala-Heino 2017, 672–673.) Nuorten alkoholiongelmien ehkäisyssä keskeisessä roolissa on esimerkiksi alkoholinkäytön aloitussiän saaminen mahdollisimman myöhäiseen ajankohtaan (Käypä hoito. Alkoholiongelmaisen hoito).

On havaittu, että seuralla ja millaisessa ryhmässä nuori viihtyy, on vaikutusta päihteidenkäytön aloittamiseen, sillä harva nuori kokeilee päihteitä yksin (Sinkkonen 2012, 208–216). Nuoret, jotka eivät ajattele päihteidenkäytöllä olevan suuria riskejä, ja joiden ystäväpiirissä päihteet hyväksytään ja niitä myös käytetään, päätyvät myös itse useammin käyttämään päihteitä (Merianos, Rosen, Montgomery, Barry & Lee Smith 2017, 446–445). Huonoon seuraan joutuminen on kuitenkin usein aktiivista toimintaa. Sitä etsivät yleensä nuoret, joiden perhetaustasta löytyy ikäviä asioita tai suhteet vanhempiin ovat muuten huonot. Nuoruudessa myös ongelmakäyttäytyminen lisääntyy, joka on yksi päihteidenkäytölle altistava tekijä. (Sinkkonen 2012, 208–216.)

Nuorten päihdekokeilut ja suhtautuminen päihteisiin ovat muuttuneet kielteisempään suuntaan vähitellen 2000-luvulta 2010-luvulle (Marttunen & Kaltiala-Heino 2017, 673). Nuorten alkoholinkäyttö on vähentynyt, mutta tästäkin huolimatta nuorten alkoholinkäyttö ja humalajuominen on edelleen melko runsasta (Storvik-Sydänmaa ym. 2019, 238). Päihdekokeilujen on katsottu yleistyvän varhaisnuoruudessa ja vastaavasti raittiiden nuorten osuuden pienenevän. 9.-

luokkalaisista nuorista oli eurooppalaisen koululaistutkimuksen mukaan joskus ollut humalassa noin 60 prosenttia. Samaisen tutkimuksen mukaan vähintään kerran viikossa itsensä humalaan joi joka kymmenes nuori. (Holmberg ym. 2015b, 362.)

Yhdysvaltain tautikeskuksen (CDC) vuosilta 2009–2019 tehtyjen Nuorten riskikäyttäytymiskyselyjen perusteella alkoholin, kannabiksen ja muiden huumeiden käyttö on vähentynyt yläasteikäisten (Amerikassa 14–18 vuotta) keskuudessa Yhdysvalloissa. Silti tutkimuksen perusteella voidaan todeta, että nuorten päihteidenkäyttö on melko yleistä. Noin yksi kolmesta käytti alkoholia viimeisen 30 päivän aikana ja yksi seitsemästä joi humalahakuisesti. Kannabista käytti noin yksi viidestä. Vuonna 2019 alkoholia oli käyttänyt viimeisen 30 päivän aikana 29,2% ja humalahakuisesti alkoholia oli juonut 13,7%. Kannabista oli käyttänyt 21,7% ja reseptilääkkeitä oli väärinkäyttänyt 7,2%. Yläasteikäisistä 36,8% kertoi käyttäneensä kannabista vähintään kerran. (Jones ym. 2020, 38–46.)

4.1 Nuoruuden muutokset

Nuorten keskuudessa päihteillä on erilaisia merkityksiä. Niiden avulla hankitaan kokemuksia, rentoudutaan, yritetään päästä tiettyyn kaveriporukkaan ja yritetään kompensoida arkielämän hankaluuksia. Sekä päihteet että päihteettömyys voivat toimia vahvistavina tekijöinä nuorten omassa kulttuurissa. (Holmberg ym. 2015b, 363.)

Nuoruuteen kuuluu muutoksia, itsenäistymistä ja oman paikan etsimistä. Kasvaessaan ja itsenäistyessään nuori kokeilee uusia käyttäytymismalleja. (Holmberg ym. 2015b, 363.) Yksi nuoruuteen liittyvistä kokeiluista voikin liittyä päihteisiin, millä saatetaan hakea esimerkiksi sosiaalista yhteenkuuluvuutta (Salo-Chydenius, Holmberg & Partanen 2015, 108). Nuoruudesta varhaisaikuisuuteen siirtyminen on myös aika, jolloin päihdekokeilusta saattaa seurata toistuvaakin käyttöä (Holmberg ym. 2015b, 363). On kuitenkin tärkeää muistaa, että aivojen altistuminen päihteille lapsuudessa ja nuoruudessa on hyvin haitallista, koska aivojen

toiminta ja rakenne ovat vielä muokkautumisvaiheessa (Storvik-Sydänmaa 2019, 239).

4.2 Nuorten huumekokeilut

Päivittäin tupakoivien ja runsaasti alkoholia käyttävien nuorten keskuudessa huumekokeilut ovat muita yleisempiä. Myös paikallisia eroja huumeiden käytössä on siten, että käyttö on vähäisempää pienillä paikkakunnilla verrattuna kaupunkeihin. (Marttunen & Kaltiala-Heino 2017, 673.) Huumausaineista kokeilluin on nuorten keskuudessa kannabis (Haravuori ym. 2016, 129; Aalto-Setälä ym. 2003, 7). Myös vuodesta 1996 päihteiden ja riippuvuuksien parissa laajasti töitä tehnyt Päihdelinkki-verkkopalvelu nostaa esille alkoholin ja tupakan ohelle kannabiksen (Päihdelinkki.fi. Asiaa nuorten päihteiden käytöstä; Päihdelinkki.fi. Info).

Nuorten huumeisiin liittyvät kokeilut sijoittuvat usein ajalle, jonka aikana aivot ovat keskellä nopeinta muovautumisvaihetta. Murrosiän aikana hermoyhteydet muokautuvat ja järjestyvät uudelleen. Lisäksi valkea aine lisääntyy aivoissa. Aivojen tunne-elämään ja mielihyvään yhteydessä olevat alueet kehittyvät aiemmin kuin ne aivojen alueet, jotka ovat vastuussa ongelmanratkaisukyvystä ja harkinnasta. Nämä asiat ovat yhteydessä siihen, että aikuisten tunteiden säätely ja riskien hallinta toimii paremmin kuin nuorilla. (Niemelä 2018, 254.)

4.3 Päihteidenkäytön haittoja

Päihteiden vaikutuksille ja päihderiippuvuuden kehittymiselle herkistäviä tekijöitä ovat aikaisin alkaneet päihdekokeilut ja käytön säännöllistyminen (Niemelä 2018, 254–255). Vaikka alkoholikokeilut ja humalajuominen ovat yleisiä, vain pienestä osasta tulee ongelmakäyttäjiä. Riski on kuitenkin sitä suurempi, mitä nuorempina kokeilut aloitetaan. (Marttunen & Kaltiala-Heino 2017, 672.) Suurelle osalle päihteitä kokeilevista tai käyttävistä nuorista ei kehity päihdeongelmaa tai niihin liittyvää häiriötä. On kuitenkin hyvä muistaa, että päihteidenkäyttöön liittyvät totumukset opitaan nuoruudessa ja ne saattavat siirtyä aikuisuuteen. (Holmberg

ym. 2015b, 362.) Nuorella iällä koetulla päihteidenkäytöllä voi myös olla pitkäaikaisia ja jopa palautumattomia vaikutuksia aivoille (Niemelä 2018, 255). Myös nuoren psyykkinen kehitys ja muutos lapsesta aikuiseksi voi vaarantua runsaan päihteidenkäytön seurauksena (Niemelä 2015, 144).

Päihteidenkäytöllä voi olla haitallisia seurauksia nuoren normaalille psykofyysiselle kehitykselle, kun elimistössä ja keskushermostossa tapahtuu kehitykseen liittyviä muutoksia. Alkoholi vaikuttaa nuoren keskushermostoon niin rakenteellisesti kuin toiminnallisestikin. Esimerkiksi kognitiiviset toiminnot, kuten keskittymis- ja oppimistoiminnot saattavat heikentyä. Myös sukupuoli- ja kasvuhormonituotannon kehitys voi häiriintyä päihteidenkäytön seurauksena. Lisäksi nuorella on suurentunut riski suojaamattomalle sukupuoliyhdynnälle ja siitä mahdollisesti aiheutuville muille seurauksille. Ei myöskään pidä unohtaa päihteidenkäytöstä mahdollisesti aiheutuvien sairauksien riskiä, sillä esimerkiksi maksa- ja haimasairausten riski suurenee jo muutaman kuukauden päihteidenkäytöllä. Lisäksi ongelmia voi aiheutua runsaaseen alkoholinkäyttöön liittyvästä ruokailutottumusten heikentymisestä. (Holmberg ym. 2015b, 364.)

Nuoret, jotka kärsivät päihdehäiriöistä, käyttävät pääsääntöisesti useampia päihteitä ja heillä on päihdehäiriö useampaan päihteeseen. Tutkimusten mukaan päihteitä haitallisesti käyttävistä suurella osalla on jokin mielenterveydenhäiriö. (Marttunen & Kaltiala-Heino 2017, 673.) Nuorilla ilmeneviä tavallisia päihdehaittoja ovat sosiaaliin suhteisiin ja koulunkäyntiin liittyvät ongelmat (Niemelä 2015, 147). Nuoruudessa ilmenneet päihdehäiriöt ovat myös yhteydessä psyykkisiin ja sosiaaliin ongelmiin aikuisuudessaakin (Holmberg ym. 2015b, 364).

4.4 Nuorten päihdeongelmien riskitekijät ja päihteidenkäytöltä suojaavat tekijät

Päihteidenkäyttöön liittyy niin altistavia tekijöitä kuin siltä suojaaviakin tekijöitä. Nuorten päihdeongelmien riskitekijöinä pidetään tekijöitä, jotka liittyvät yksilöön itseensä, hänen perheeseensä ja ympäristöönsä. Nuoreen liittyviä riskitekijöitä ovat esimerkiksi perinnöllinen alttius ja itsehallinnan vaikeus ja vaikeat käyttäytymisen häiriöt. Vanhempien mielenterveys- ja päihdeongelmilla katsotaan olevan

vaikutusta myös nuoren päihdekäyttäytymiseen kuin myös nuoren ja vanhempien etäisellä suhteella ja vanhempien osallistumattomuudella. (Marttunen & Kaltiala-Heino 2017, 672.) Kasvatuksen rajojen epäjohtonmukaisuudella ja vihamielisellä ympäristöllä on oma riskinsä (Holmberg ym. 2015b, 363). Ympäristötekijöinä voidaan pitää perheen heikkoa sosioekonomista asemaa, asuin- ja elinympäristön rikollisuutta sekä kaveripiirin myönteisyyttä päihteitä kohtaan (Marttunen & Kaltiala-Heino 2017, 672). Fyysiseen ympäristöön liittyvä riskitekijä on myös päihteiden helppo saatavuus (Holmberg ym. 2015b, 363; Niemelä 2015, 151).

Päihteidenkäytölle altistavilla tekijöillä on yhteys nuoren päihteidenkäytön jatkamisen ja riippuvuuden kehittymisen kannalta. Lapsuudessa esiintynyt impulsiivisuus ja vakavat käyttäytymisen häiriöt ovat yhteydessä nuoruuden päihteidenkäyttöön. Nuorten päihteidenkäytön ja riskitekijöiden välistä yhteyttä ei kuitenkaan tunneta vielä tarkoin ja on syytä huomata, että monet nuoret selviävät riskitekijöistä huolimatta nuoruudesta ilman ongelmia. (Holmberg ym. 2015b, 363.)

Päihteidenkäytöltä suojaavia asioita ovat esimerkiksi nuoren älykkyys, ongelmien joustava ratkaisukyky, kasvua tukeva ilmapiiri, usko omiin kykyihin ja lähiympäristön kasvua tukevat tekijät. Ulkoisten tekijöiden, kuten nuoren kaveripiirin, katsotaan oleellisesti liittyvän nuoren päihteidenkäytön aloittamiseen (Holmberg ym. 2015b, 363–364). Ympäristötekijöistä ystäväpiiri onkin merkityksellisimpänä vaikuttamassa siihen, kokeileeko nuori huumeita vai ei. Yhteiskunnan huumemyönteisyydelläkin on vaikutusta nuorten huumeiden käyttöön. (Niemelä 2018, 252.)

5.1 Terveydenhoitaja

Terveydenhoitajaksi opiskellaan ammattikorkeakoulussa ja kyseessä on 240 opintopisteen laajuinen tutkinto. Ammatillinen osaaminen perustuu vahvaan koulutukseen. Kyseessä on kaksoistutkinto, eli terveydenhoitajalla on myös sairaanhoitajan pätevyys. (Haarala & Tervaskanto-Mäentausta 2015, 19–22.)

Terveydenhoitaja voi työskennellä esimerkiksi neuvolassa, kouluissa, vastaanotoilla, työpaikoilla, kodeissa sekä terveydenedistämisen koordinoijana ja asiantuntijana. Terveydenhoitaja työskentelee terveyden edistämiseksi niin yksin kuin asiantuntijana osana moniammatillisia ja -alaisia työryhmiä. Terveydenhoitajan työtä ohjaavat lainsäädäntö, terveystieteelliset linjaukset sekä terveydenhoitajatyön arvot ja eettiset suositukset. (Terveydenhoitajaliitto. Ammatti. Terveydenhoitajan ammatti.)

Terveydenhoitajan työ on terveyden ylläpitämistä ja edistämistä sekä sairauksia ehkäisevää. Tehtäväalueisiin kuuluvat esimerkiksi mahdollisten riskien ja ongelmien varhainen toteaminen sekä terveellisen ympäristön suunnittelu. Työtä tehdään perheiden, yksilöiden ja erilaisten yhteisöjen kanssa. Terveydenhoitajan tehtävänä on kannustaa asiakasta hoitamaan itseään sekä tukea hänen voimavarojaan ja kykyä elää terveellisesti. Aina tulee toimia asiakkaan parhaaksi. Terveydenhoitajan tulisi kehittää omaa ammattitaitoaan väestön terveydentilan pohjalta. Terveydenhoitajan työssä korostuu vastuullisuus, itsenäinen päätöksen teko sekä kriittinen ajattelu. On myös omattava tietynlaista rohkeutta, jotta osaa puuttua tarvittaessa asiakkaan elämään ja tilanteeseen varhaisessa vaiheessa. (Haarala & Tervaskanto-Mäentausta 2015, 17–20.)

5.2 Terveystarkastus

Terveystarkastukset jatkuvat neuvolan jälkeen kouluterveydenhuollossa (Tervaskanto-Mäentausta 2015, 280). Terveydenhoitaja näkee oppilaan vähintään

kerran vuodessa terveystarkastuksessa. Laajat terveystarkastukset ajoittuvat 1., 5. ja 8. luokalle. Tällöin terveydenhoitajan lisäksi oppilaan näkee myös lääkäri. Laajoilla terveystarkastuksilla pyritään tapaamaan oppilaan lisäksi myös vanhempia. Lapsen terveydentilaa ja perheen hyvinvointia arvioidaan tarvittaessa muidenkin ammattihenkilöiden kanssa. (Mäki 2017, 13–14.)

Terveystarkastuksessa käydään nuoren kanssa terveystarkastelu, laajoissa tarkastuksissa myös vanhemman kanssa. Keskustelussa käydään läpi muun muassa nuoren elämäntapoja, päihteidenkäyttöä, olosuhteita kotona, kouluviihtyvyyttä ja -menestystä. Toinen tärkeä osa on fyysiset tarkastukset kuten painon ja pituuden mittaaminen sekä näön ja kuulon tarkastus. (Terho 2002a, 148–149.) Terveystarkastusten lisäksi terveydenhoitajalla on avoin vastaanotto, jolloin vastaanotolle voi tulla oman tarpeen mukaan ilman ajanvarausta. Tällöin oppilaat voivat tulla keskustelemaan vastaanotolle mieltä painavista asioista tai hakemaan apua oireisiin. (Hietanen-Peltola & Korpilahti 2015, 67.)

5.3 Päihteidenkäytön ennaltaehkäisy kouluterveydenhuollossa

Kouluterveydenhoitaja näkee jokaisen oppilaan vähintään kerran vuodessa ja kouluterveydenhuollolla on keskeinen asema nuorten päihderiippuvuuksien tunnistamisessa, ennaltaehkäisyssä ja hoidossa. Varhaisella puuttumisella ongelmakäyttöön ja oikeanlaisella tuella voidaan muuttaa nuoren suuntaa päihteidenkäytöstä kohti päihteettömyyttä. (Niemelä 2018, 258; Pirskanen 2017, 173.) Kouluterveydenhoitajan tulisi välittää nuorille vahva viesti myös tupakoimattomuuden kannattavuudesta. Tupakointi tulisi ottaa puheeksi jokaisessa terveystarkastuksessa aina 10-vuotiaasta lähtien. Monet nuoret kokeilevat lopettamista tai kaipaavat lopettamiseen ja tupakoimattomuuteen motivaatiota ja syitä. Terveydenhoitajan ohjaus on näille nuorille merkittävä apu. (Ollila & Heloma 2017, 177–182.) Kaikissa terveydenhuollon toimipaikoissa on hyvä pitää mielessä myös alkoholi-ongelmien yleisyys ja koittaa saada selville mahdollinen liikakäyttö (Aalto & Mäki 2017, 169).

Terveydenhoitajan tehtävänä on pyrkiä ehkäisemään nuoren päihteidenkäyttöä, ennen kuin nuorella on päihdeongelmaa, ja ohjata nuorta mahdollisimman päihdeettömään elämään. Terveyskasvatus päihteidenkäytöstä tulisi olla osana kaikkien yläasteikäisten terveystarkastusta. (Terho 2002b, 371–372.) Nuoren päihteidenkäytön kartoituksen tulisi myös kuulua rutiininomaisesti jokaiseen tarkastukseen. Nuoren päihteidenkäyttöä olisi suositeltavaa kartoittaa päihdemittarin avulla kahdeksannen luokan laajassa terveystarkastuksessa ja aina kun huoli asiasta herää. (Pirskanen 2017, 173.) Sosiaali- ja terveydenhuollon työntekijöillä on myös velvollisuus tehdä lastensuojeluilmoitus, mikäli saa työssään tietoonsa asioita, jotka voivat vaikuttaa esimerkiksi lapsen kehitykseen sitä heikentävästi (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Lastensuojeluilmoitus). Kouluterveydenhuollossa päihdekartoitusta tulisi tehdä mahdollisimman varhaisessa vaiheessa etenkin sellaisissa tilanteissa, joissa nuorella esiintyy käytösoireilua ja muuta samanaikaista oireilua elämän eri alueilla (Niemelä 2018).

Kouluterveydenhuollon palveluiden saatavuus on myös hyvä ottaa huomioon. Kivimäen ym. (2018) tutkimuksen mukaan Kouluterveyskyselyllä vuonna 2013 kerätyn aineiston perusteella kouluterveydenhuollon palvelujen koettiin olevan helposti saatavilla. Vaikeaksi kouluterveydenhoitajalle pääsyn kuitenkin kokivat ne nuoret, joilla vastausten perusteella havaittiin esimerkiksi haasteita terveydessä ja hyvinvoinnissa (Kivimäki ym. 2018, 165, 169, 173). Saaristo puolestaan selvittää pro gradu -tutkielmassaan (2006) kouluterveydenhuollon vastaanottokäyntien määrää selittäviä tekijöitä. Tutkimuksen tavoitteena oli saada tietoa niistä yksilötason tekijöistä, jotka vaikuttavat käyntimääriin ja selittävätkö ne tutkimuksessa tarkasteltujen terveyskeskusten väliset erot käynneissä. Materiaalina tutkimuksessa on käytetty Kouluterveyskyselyä vuosilta 2002 ja 2003. Tutkimuksen mukaan terveydenhoitajakäynteihin vaikuttivat useat nuoren elämään vaikuttavat tekijät. Lääkärikäynnit liittyivät pitkälti terveyteen ja sairauksiin. Terveydenhoitajakäyntejä lisäsi merkittävästi esimerkiksi tupakan ja alkoholin käyttö. Lääkärikäynteihin edeltävillä tekijöillä katsottiin tutkimuksen mukaan olevan vähäinen vaikutus. (Saaristo 2006, 37.)

Päihteidenkäyttö ja riippuvuus ovat yksi osa alue myös terveystiedon opetuksessa ja se on listattuna koulujen opetussuunnitelmaan (Peda.

Opetussuunnitelmat. Jyväskylän perusopetuksen opetussuunnitelma. Vuosiluokat 7–9. Oppiaineet vuosiluokilla 7–9. Terveystieto). Terveystieteen opettajan työhön kuuluu myös terveystiedon opetukseen osallistuminen ja yhteistyö terveystiedon opettajan kanssa (Terveystieteen ja hyvinvoinninlaitos. Lapset, nuoret ja perheet. Peruspalvelut. Opiskeluhoito. Kouluterveydenhuolto. Toimijat. Terveystieteen opettaja).

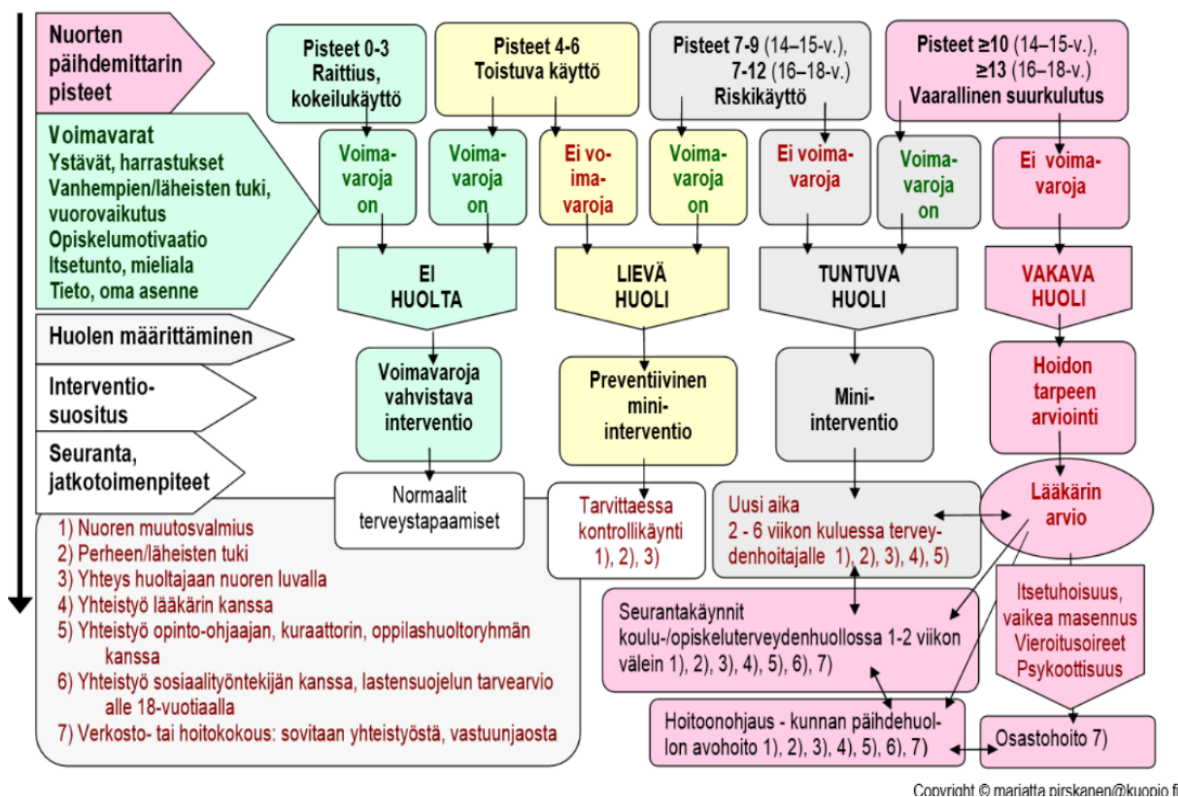
5.4 Menetelmiä päihteidenkäytön kartoittamiseen ja lopettamisen tukemiseen

Audit-kysely on aikuisille tarkoitettu alkoholin riskikäyttöä laskeva kysely (Päihdelinkki.fi. Testit ja laskurit. Alkoholi. Alkoholin käytön riskit – AUDIT). Audit-kyselyn avulla tunnistetaan jopa 80% alkoholin liikkakäyttäjistä. Kysely on tehokkaampi kuin laboratoriokokeet. Kyselyn avulla voidaan jo tunnistaa riippuvuutta edeltävä tila, jolloin siihen voidaan puuttua ajoissa. Kysely annetaan tehtäväksi oppilaan vanhemmille laajoissa terveystarkastuksissa ja sen avulla kartoitetaan vanhempien mahdollista päihteidenkäyttöä. (Aalto & Mäki 2017, 169.)

Nuorten päihteidenkäyttöä voidaan arvioida käyttäen apuna nuorten päihdemittaria (ADSUME) (Nuortenpäihdelinkki.fi. Testialue. Testit. Nuorten päihdemittari (adsume); Niemelä 2015, 149). Se on suunniteltu suomalaisen kouluterveydenhuollon tarpeisiin (Niemelä 2018, 260). Kyselyä suositellaan tehtäväksi ainakin 8.-luokkalaisten laajassa terveystarkastuksessa ja aina silloin, jos herää huolta nuoren päihteidenkäyttöön liittyen. Mittarista saatua tietoa käytetään apuna terveystietokeskustelussa. Mittari auttaa oppilasterveydenhuollon henkilökuntaa ja myös itse oppilasta arvioimaan nuoren päihteidenkäyttöä ja tunnistamaan mahdollisen riskikäyttäytymisen. Tulosta voidaan käyttää perustana varhaisen puuttumisen aloittamiselle. (Pirskanen 2017, 173–176.)

Toimintakaaviota (Kuva 1) voi käyttää apuna, kun tehdään päihteidenkäytön tilannearviota ja pohditaan, miten edetään. Kaaviossa edetään sen perusteella, millaiset pisteet nuori sai ADSUME-kyselystä ja millaisen käsityksen terveydenhoitaja tai lääkäri on saanut nuoren voimavaroista terveystietokeskustelun aikana. Toimintakaavion tarkoitus on olla tukena tilannearviossa ja puuttumisen

perustelussa nuorelle. Kaaviota voidaan katsoa yhdessä nuoren kanssa, kun suunnitellaan, miten tilanteessa edetään. (Pirskanen 2010, 6–8.)



KUVA 1. Toimintakaavio. Nuorten päihdemittari ja voimavarat. (Pirskanen 2010.)

Terveyttä edistettäessä terveydenhoitaja voi käyttää apuna erilaisia lähestymistapoja. Preventiivisessä tavassa käytetään apuna neuvontaa ja ohjausta, jonka avulla voidaan välttää ja ehkäistä riskit ja mahdolliset sairaudet. Kasvatuksellisesti lähestymistavassa korostuu asiakkaan oikeus tehdä itsenäisiä valintoja luotettavan tiedon pohjalta. Asiakkaalle annetaan siis tietoa ja tuetaan hänen omaa päätöksentekoaan. Asiantuntijakeskeisessä tavassa pyritään muuttamaan asiakkaan käyttäytymismalleja. Ammatillainen antaa opetusta ja ohjeita ehkä hieman ylhäältä alaspäin. Voimavarakeskeisessä lähestymistavassa taas edistävää toimintaa perustuu kumppanuuteen. Asiakasta rohkaistaan oman elämän hallintaan ja vahvistetaan asiakkaan voimavaroja, että hän tulisi tietoiseksi omista vaihtoehdoistaan ja mahdollisuuksistaan. (Haarala & Mellin 2015, 41–43.)

Mini-interventiolla tarkoitetaan lyhyttä motivoivaa neuvontaa, joka käydään päihdeiden riskikuluttajan kanssa. Tarkoitus on pyrkiä tukemaan päihdeiden käytön

vähentämisessä, kun käyttö on runsasta, mutta suurempia terveyshaittoja ei ole vielä kerennyt syntyä. Interventioon kuuluu käytön kartoittaminen ja neuvonta. Nuorelle kerrotaan vähentämisen hyödyistä ja yhdessä keksitään hyviä keinoja sen saavuttamiseksi. Tärkeä osa mini-interventiota onkin nuoren osallistaminen. Hän saa itse päättää omista tavoitteistaan. (Seppä 2013.)

Motivoiva haastattelu on kouluterveydenhuollossa nuoren ja terveydenhoitajan yhteistyöhön pohjautuva ohjausmenetelmä. Motivoivan haastattelun avulla pyritään kannustamaan ja löytämään nuoren omaa halua elämänmuutokseen. Keskeisiä periaatteita ovat empatian osoittaminen, nuoren itseluottamuksen ja kykyjen vahvistaminen, motivointi nykyisen ja tavoiteltavan tilanteen ristiriidan esiintuomisella sekä vastarinnan myötäily eli väittelyn välttäminen. Motivoivassa haastattelussa käytetään avoimia kysymyksiä ja pyritään saamaan nuori itse ajattelemaan aktiivisesti. Käytetään heijastavaa kuuntelua ja tehdään yhteenvetoja. Keskeinen tarkoitus on, että ammattilainen ja nuori olisivat samalla tasolla ja tekevät yhteistyötä. (Järvinen 2014.)

Kuuden K:n toimintamalli on hyvä apuväline myös nuorten tupakoinnin puheeksi ottamisessa sekä tuettaessa tupakoimattomuutta (Ollila & Heloma, 2017, 177–182). Kun seurataan toimintamallia, ensin kysytään nuoren tupakoinnista vähintään kerran vuodessa. Tupakoinnin lopettamisesta keskustellaan nuoren kanssa ja arvioidaan hänen lopettamishalukkuuttaan. Tupakointitottumukset kirjataan hyvin ylös. Nuorta kehoitetaan tupakoinnin lopettamiseen. Kannustetaan ja autetaan lopettamisen kanssa, annetaan myönteistä palautetta sekä ohjataan nuori tarvittaessa jatkohoitoon. Tupakoimattomuuden onnistumista kontrolloidaan tulevilla käynneillä. (Kettunen 2014.)

6 TERVEYDEN JA HYVINVOINNIN LAITOS

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, eli THL, on eri organisaatioiden yhdistymisen tuloksena nykyiselleen muotoutunut asiantuntija- ja tutkimuslaitos, jolla on vuosikymmenten kokemus suomalaisesta terveydestä. Nykyisellään se on aloittanut toimintansa vuonna 2009. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Historia.) Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen työ painottaa hyvinvointiyhteiskunnan kestävyyttä sekä eriarvoisuuden ja syrjäytymisen vähentämistä. Työn tavoitteena on myös varautua terveysuhkiin, palvelujärjestelmän muutokseen ja muuttuvaan sairauksien kirjoon. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Mikä on THL?.)

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos on sosiaali- ja terveysministeriön alaisuudessa toimiva itsenäinen tutkimuslaitos, joka tutkii ja seuraa väestön hyvinvointia ja terveyttä. Annettu tieto perustuu Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen keräämään ja tuottamaan tutkimukseen ja tietoaisteihin. Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen tuottamasta tiedosta saavat hyötyä monet eri tahot, kuten yhteiskunta, sosiaali- ja terveysalan toimijat, järjestöt ja kansalaiset. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Mikä on THL?.)

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos toteuttaa Kouluterveyskyselyä joka toinen vuosi. Kyselyn avulla saadaan tietoa kokonaisvaltaisesti lasten ja nuorten elämään liittyvistä ja vaikuttavista tekijöistä. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Kouluterveyskysely; Ikonen & Helakorpi 2019.) Kouluterveyskyselystä kerromme lisää tutkimusmenetelmiä kuvaavassa luvussa.

7 TARKOITUS, TAVOITTEET JA TUTKIMUSKYSYMYKSET

Aineistona käytämme vuoden 2019 Kouluterveyskyselyä. Kokonaisuutena opinnäytetyömme tarkoitus ja tavoite on selvittää yläasteikäisten, tarkemmin 8.–9.-luokkalaisten, päihteidenkäyttöä ja sitä, onko päihteidenkäytöllä yhteyttä käynteihin kouluterveydenhoitajalla.

Opinnäytetyömme aluksi tarkastelimme nuorten päihteidenkäyttöä Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen Tilastokuutio-palvelun avulla, josta saadut tiedot pohjautuvat Kouluterveyskyselyyn 2019 (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Tilastokuutio. Raportit). SPSS-ohjelman avulla saimme vastaukset terveydenhoitajakäyntejä ja kokemuksia koskeviin tutkimuskysymyksiin.

Nuorten päihteidenkäyttöä taustoittava tutkimuskysymys:

- Millaista 8.–9.-luokkalaisten päihteidenkäyttö on Kouluterveyskyselyn 2019 perusteella?

Kouluterveydenhuollon merkitystä kuvaavat tutkimuskysymykset:

- Miten päihteitä käyttävien nuorten käyntimäärät kouluterveydenhoitajan luona eroavat päihteettömien nuorten käyntimääriin verrattuna?
- Miten päihteitä käyttävien nuorten kokemukset avunsaannista kouluterveydenhoitajalta eroaa päihteettömien nuorten kokemuksista?

8 OPINNÄYTETYÖPROSESSIN KUVAUS

Aloitimme opinnäytetyöprosessimme syksyllä 2018 etsimällä aihetta ja miettimällä meitä kiinnostavia aihepiirejä. Eräiksi mielenkiintoamme herättäneiksi aiheiksi nousivat päihteidenkäyttö, nuoret ja kouluterveydenhuolto. Keväällä 2019 otimme yhteyttä Terveyden ja hyvinvoinnin laitokseen (THL) ja kysyimme, olisiko heillä tarjota jotain näihin aihepiireihin liittyvää opinnäytetyöaihetta. He ehdottivat meille Kouluterveyskyselyä ja mahdollisuutta tutkia sen materiaalia meitä kiinnostavien aihepiirien tiimoilta. Aineisto on siis kerätty puolestamme ja meidän tehtävämme on tutkia sitä tutkimuskysymystemme osalta. Kouluterveyskysely 2019 -lomake on opinnäytetyön liitteenä (LIITE 1) (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Kyselylomakkeet. Kouluterveyskysely 2019. Perusopetuksen 8.–9. lk lomake).

Syksyn 2019 aikana tutustuimme aiheeseen ja kirjoitimme teoriaa esimerkiksi aiheista nuoret, päihteet ja kouluterveydenhuolto. Kesän ja alkusyksyn 2020 aikana opettelimme käyttämään Tilastokuutio-palvelua ja etsimme sen avulla vastaukset tutkimuskysymykseemme ”Millaista 8.–9.-luokkalaisten päihteidenkäyttö on Kouluterveyskyselyn 2019 perusteella?”.

Tutkimuskysymyksiin ”Miten päihteitä käyttävien nuorten käyntimäärät kouluterveydenhoitajan luona eroavat päihteettömien nuorten käyntimääriin verrattuna?” ja ”Miten päihteitä käyttävien nuorten kokemukset avunsaannista kouluterveydenhoitajalta eroaa päihteettömien nuorten kokemuksista?” saimme vastaukset SPSS-ohjelman avulla. Kouluterveyskyselyn 2019 varsinainen aineisto oli Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksella ja meidän käytössämme oli vain tutkimuskysymyksiimme liittyvien ristiintaulukointien materiaalit, jotka saimme käyttööme syksyllä 2020.

Alkuun määrittelimme, mitä halusimme SPSS-ohjelman avulla saavuttaa ja mitä tietoja tarkastella. Teimme tätä varten ristiintaulukoinnit Kouluterveyskyselyn materiaaliin perustuen, ja sijoitimme taulukoihin kahden eri muuttujan tiedot, eli Kouluterveyskyselyn 2019 kysymyksen vastausvaihtoehtoinen ja päihteidenkäyttöä koskevat niin kutsutut käyttäjäryhmät. Käyttäjäryhmiksi määrittelimme Terveyden

ja hyvinvoinnin laitoksen jaottelun mukaisesti päihteetön, päihteitä käyttävä ja useammin päihteitä käyttävä. Päihteet jaottelimme alkoholiin, tupakkatuotteisiin ja huumaaviin aineisiin. Ristiintaulukoinnit ovat nähtävissä tuloksia käsittelevässä kappaleessa.

SPSS-ohjelman käytöstä meillä kummallakaan ei ollut aiempaa kokemusta tai koulutusta, joten tutustuimme ohjelman käyttöön opinnäytetyöprosessin aikana internetistä löytyvän SPSS-alkeisoppaan (Mamia 2005) avulla. Pidimme muutamaa etätapaamista Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen tutkijan kanssa ja tulimme lopulta yhdessä siihen tulokseen, että hän tekee meille ajot SPSS-ohjelmalla meidän tekemien ristiintaulukoiden perusteella ja lähettää tehdyt ajot meille.

SPSS-ohjelmassa tehdyt ajot tehtiin ristiintaulukoiden pohjalta. Tässä verrattiin eri käyttäjäryhmien käyntejä kouluterveydenhoitajan vastaanotolla ja sitä, miten eri käyttäjäryhmät ovat kokeneet saaneensa apua ja tukea kouluterveydenhoitajan vastaanotolla. Näin ollen verrattiin siis ristiintaulukoinnissa olevien muuttujien suhdetta. Sijoitettuumme SPSS-ohjelmalla tehtyjen ajojen tulokset, eli prosenttiosuudet, tekemiimme taulukoihin, tarkastelimme taulukon avulla kunkin taulukon muuttujien välisiä riippuvuuksia.

Kouluterveyskysely 2019 -lomakkeesta käytimme opinnäytetyössämme osioita ”Taustatiedot”, ”Tupakointi ja päihteet” ja ”Avun saanti ja palvelut”. Prosenttiosuuksin tarkastelimme seuraavia kysymyksiä:

- kuinka moni vastanneista on käyttänyt päihteitä
- kuinka suuri osuus tytöistä ja pojista käyttää päihteitä
- mitä päihteitä käyttäneet nuoret ovat kokeilleet
- mistä nuoret ovat hankkineet käyttämänsä päihteet
- kuinka usein nuoret ovat päihteitä käyttäneet.

Vertasimme eri tekijöiden suhdetta seuraavien kysymysten avulla:

- onko päihteitä käyttänyt nuori käynyt terveydenhoitajan luona

- onko päihteitä käyttänyt nuori kokenut saaneensa tukea ja apua terveydenhoitajalta.

Opinnäytetyömme aineistoa käsitelimme luottamuksellisesti ja turvallisesti, eikä tietoa jaettu ulkopuolisille. Työn eri vaiheissa lähetimme opinnäytetyömme nähtäväksi sekä ohjaavalle opettajalle että Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen tutkijalle. Opinnäytetyön aikana meillä oli myös palaveria ohjaavan opettajan lisäksi Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen tutkijan kanssa Teamsin välityksellä. Näiden palaverien, ohjaavan opettajan ja koulussa järjestettyjen opinnäytetyöseminaarien pohjalta muokkasimme opinnäytetyötämme. Opinnäytetyön valmistuttua poistamme tarpeettomat tiedostot ja aineiston. Valmis opinnäytetyö lähetetään myös Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen tutkijalle sähköpostitse.

9 TUTKIMUSMENETELMÄT

Opinnäytetyömme on kvantitatiivinen tutkimus ja tutkimusaineistomme on Kouluterveyskysely 2019. Kvantitatiivisella tutkimuksella tarkoitetaan määrällistä tutkimusta, jossa edellytyksenä on tarpeeksi suuri otos. Kvalitatiivisella tutkimuksella puolestaan tarkoitetaan laadullista tutkimusta, jossa otos on pääsääntöisesti huomattavasti pienempi kuin kvantitatiivisessa, ja määrän sijasta keskitytään saadun materiaalin tarkkaan läpikäyntiin. (Heikkilä 2014, 15.)

Vastaukset tutkimuskysymyksiimme saimme osittain Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen Tilastokuutio-palvelusta ja osa vastauksista analysoitiin SPSS-ohjelman avulla. Tilastokuution materiaali on kaikkien tarkasteltavissa verkossa (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Tilastokuutio. Raportit).

9.1 Kvantitatiivinen tutkimus

Kvantitatiivista tutkimusta voidaan kutsua myös tilastolliseksi tutkimukseksi. Sillä ei voida selvittää asioiden syitä, vaan tarkoituksena on selvittää olemassa oleva tilanne. Sitä käytetään lukumäärien ja prosentiosuuksien selvityksessä saadusta otoksesta. Aineisto kerätään yleensä standartoidulla tutkimuslomakkeella, jossa on valmiit vastausvaihtoehdot. Tulosten havainnollistamisessa voidaan käyttää muun muassa taulukoita. Tilastollisella tutkimuksella voidaan selvittää myös asioiden välisiä riippuvuuksia tai tutkittavassa asiassa tapahtuneita muutoksia. Kvantitatiivisen tutkimuksen materiaali voidaan kerätä itse tai vaihtoehtoisesti voidaan käyttää jonkin toisen tahon keräämää tilastoa. (Heikkilä 2014, 15.)

SPSS-ohjelma valikoitui opinnäytetyömme aineiston analysointiin laajan materiaalin vuoksi. SPSS on tilastollinen yleisohjelmisto, ja sen avulla suurikin tutkimusaineisto saadaan käsiteltyä nopeasti. Se on kvantitatiivinen, eli määrällinen, tilastollisen tutkimuksen ohjelma, joka mahdollistaa analyysien tekemisen ja sen avulla saadaan selvitetyksi kysymyksiä, jotka liittyvät lukumääriin ja prosenttiosuuksiin. Tilastollisissa tutkimuksissa käytetään yleensä standardoituja

tutkimuslomakkeita, joissa on valmiit vastausvaihtoehdot. Taulukoita ja kuvia voidaan käyttää havainnollistamaan saatuja tuloksia. (Heikkilä 2010, 16, 121.)

9.2 Kouluterveyskysely 2019 -tutkimusaineisto

Opinnäytetyömme aineiston on kerännyt Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL) Kouluterveyskyselyn avulla. Kouluterveyskysely on Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen toteuttama kysely, joka toteutetaan joka toinen vuosi, ja se on suunnattu kaikille Suomen kouluille. Eri ikäisille on omat kyselynsä, joten jokaiseen kouluun on kohdennettu siellä opiskeleville suunnatut kyselyt. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Kouluterveyskysely.) Myös erityisluokkien, peruskouluasteen erityiskoulujen ja ammatillisten erityisoppilaitosten toivotaan osallistuvan Kouluterveyskyselyyn vastaamiseen. Oppilaan ja opiskelijan tulee kuitenkin pystyä itsenäisesti vastaamaan kyselyyn, mikä vaikuttaa siihen, saadaanko vastauksia kaikista Suomen kouluista. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Kouluterveyskyselyn toteuttaminen.)

Kouluterveyskyselyn avulla saadaan tietoa lasten ja nuorten hyvinvoinnista, terveydestä, koulunkäynnistä ja opiskelusta, osallisuudesta, avunsaannista ja palvelujen tarpeisiin vastaavuudesta (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Kouluterveyskysely; Ikonen & Helakorpi 2019). Kun Terveyden ja hyvinvoinnin laitos tutkii ja seuraa väestön terveyttä ja hyvinvointia, Kouluterveyskyselyn tehtävänä on tutkia ja seurata edellä mainittuja asioita lasten ja nuorten osalta (Ikonen & Helakorpi 2019).

Kouluterveyskysely toteutetaan kokonaistutkimuksena ja kohderyhmänä ovat perusopetuksen 4.- ja 5.-luokkalaiset (vuodesta 2017), perusopetuksen 8.- ja 9.-luokkalaiset (vuodesta 1996), lukiokoulutuksen 1. ja 2. vuoden opiskelijat (vuodesta 1999) sekä ammatillisten oppilaitosten 1. ja 2. vuoden opiskelijat (vuodesta 2008). 8.- ja 9.-luokkalaisilta tietoa on kerätty vuodesta 1996. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Kouluterveyskysely.)

Aiemmin kyselyyn vastattiin vuorovuosina eri alueilla, mutta vuodesta 2013 lähtien Kouluterveyskysely on toteutettu joka toinen vuosi samana ajanjaksona koko maassa. Kyselyyn vastaa tavoitteen mukaan koko ikäluokka, mutta vastauskattavuus kuitenkin vaihtelee vuosittain. Kyselyn ulkopuolelle jäävät kyselypäivänä koulusta poissaolevat henkilöt, kotikoulua käyvät ja toisen asteen koulutuksen ulkopuolelle jääneet. Vastaajien ikä perustuu vastaajien itse ilmoittamaan syntymävuoteen ja kuukauteen. (Ikonen & Helakorpi 2019.)

Kouluterveyskyselyyn vastaaminen on lapsille ja nuorille vapaaehtoista. Peruskoululaisten huoltajia myös tiedotetaan kyselystä etukäteen, jolloin heillä on mahdollisuus kieltää alaikäisen lapsensa kyselyyn vastaaminen. Lapset ja nuoret vastaavat kyselyyn itsenäisesti ja nimettömästi joko paperi- tai verkkokyselynä. Kysely täytetään luokittain tai ryhmittäin koulupäivän aikana opettajan ohjaamana. Aikaa täyttämiseen varataan yksi oppitunti. Lomake on saatavilla paperisena suomeksi ja ruotsiksi. Nettikysely on tehty suomeksi, ruotsiksi, englanniksi, venäjäksi ja pohjois-saameksi. Selkokielliset lomakkeet löytyvät suomeksi ja ruotsiksi. Opettajan tehtävään kuuluu kyselytilanteessa kyselylomakkeiden tai vastaustunnusten jakaminen ja vastaustilanteen valvominen. Lisäksi opettaja täyttää vastaustilanteeseen liittyvän lomakkeen, jossa kartoitetaan kyselyn vastaamiseen kuluvaa aikaa ja mahdollisia ongelmatilanteita tai lomakkeesta esiin nousevia kysymyksiä. (Ikonen & Helakorpi 2019.)

Kyselyyn vastaamiseen liittyy aina pilailun mahdollisuus. Tällä tarkoitetaan tilannetta, jossa vastaaja ei vastaa kyselyyn totuudenmukaisesti. Terveystieteiden tutkimuskeskuksen tutkimus on kuitenkin arvioinut tämän todennäköisyyden pieneksi. Vuonna 2019 arviointia tehtiin tunnistamalla aineistosta mahdollisia vastausyhdistelmiä. Kokonaisaineistosta pilailuvastauksia ei ole poistettu, koska niiden vaikutus on arvioitu vähäiseksi. (Ikonen & Helakorpi 2019.)

Noin viiden kuukauden kuluttua Kouluterveyskyselyn päättymisestä valmistuvat sen perustulokset (Ikonen & Helakorpi 2019). Vuoden 2019 Kouluterveyskyselyn tulokset on kerätty vuonna 2019 keväällä, joten tulokset ovat olleet hyödynnettävissä heti kouluvuoden alkuun eli alkusyksystä 2019. Tilastoraportti löytyy Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitoksen internetsivuilta. Valtakunnalliset, maakunta- ja

kuntakohtaiset tulokset julkaistaan lukuvuoden alussa Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen tulospalvelussa tilastokuutioina. Tuloksien julkaisuun vaikuttaa vastaajien määrä, eli mikäli vastaajia johonkin kysymykseen esimerkiksi alueellisesti on vähän, ei sitä julkaista. Tulospalvelussa tulokset raportoidaan indikaattoreina, joista osa perustuu yhteen ja osa useampaan kysymykseen. (Ikonen & Helakorpi 2019.)

Kyselyn tuloksia voidaan hyödyntää oppilaitoksissa, kunnissa ja valtakunnallisesti (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Tulosten hyödyntäminen). Terveyden ja hyvinvoinnin laitos hyödyntää kerättyjä tietoja koulu- ja opiskeluterveydenhuollon kehittämisessä, kun taas oppilaitokset hyödyntävät tuloksia kouluyhteisön hyvinvoinnin edistämässä, opiskeluhuollon arvioinnissa ja kehittämisessä, mutta myös terveystiedon opetuksessa (Ikonen & Helakorpi 2019; Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Kouluterveyskysely). Kouluterveyskyselyn vastaukset voidaan yksilöidä tiettyyn oppilaitokseen, mikä mahdollistaa erityisen hyvän koulukohtaisen hyödyntämisen. Yksittäisiä oppilaita tai tiettyä luokkaa ei voida tunnistaa. (Ikonen & Helakorpi 2019.) Kunnat hyödyntävät saatuja tuloksia, esimerkiksi hyvinvointijohtamisessa, ja tuloksia hyödynnetään myös valtakunnan tasolla, esimerkiksi politiikkaohjelmien, strategioiden ja lakien toimeenpanon seurannassa ja arvioinnissa (Ikonen & Helakorpi 2019; Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Kouluterveyskysely).

Kouluterveyskyselyssä on otettu huomioon kyselyn vertailukelpoisuus kansallisten ja kansainvälisten lapsiin ja nuoriin kohdistuvien tutkimusten sekä Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen muuta väestöä koskevien kyselytutkimusten kanssa. Kyselyyn voidaan myös vuosittain lisätä kysymyksiä tarpeen ja aiheen ajankohtauuden mukaan. (Ikonen & Helakorpi 2019.)

9.3 Aineiston analysointi

Aineiston analysointiin olemme käyttäneet ristiintaulukointia. Ristiintaulukoinnilla on mahdollisuus tarkastella yhden muuttujan jakaumia toisen muuttujan luokkien mukaan (Mamia 2005, 31). Näin ollen tarkastellaan muuttujien jakautumista ja

niiden välisiä riippuvuuksia (KvantiMOTV. Ristiintaulukointi). Muuttujien ajatellaan olevan yhteydessä siten, että toinen selittää ja toinen on selitettävä. Muuttujat sijoitetaan taulukkoon pääsääntöisesti siten, että selitettävän asian vaihtoehdot ovat riveittäin ja selittäjän jakaumat sarakkeittain. Jos havaitaan jakaumien eroavan selittävän muuttujan luokkien välillä, voidaan ajatella, että näiden välillä on riippuvuus. (Mamia 2005, 31.)

Ristiintaulukointia voidaan tehdä SPSS-ohjelmalla (Mamia 2005, 32). Vastauksien prosenttiosuuksien ilmoittaminen on usein tarpeen, sillä selitettävän muuttujan arvot jakautuvat harvoin tasaisesti selittävän muuttujan luokkiin. Ristiintaulukoinnissa alimmalla rivillä on yhteenlasketut prosenttiosuudet. Prosenttiosuus ilmoitetaan pääsääntöisesti tasalukuna (100%), vaikkakin toisinaan saattaa ilmetä pientä poikkeamaa tästä. Poikkeamat johtuvat pyöristämisestä. Yleensä ilmoitetaan myös prosenttilukuihin perustuvat absoluuttiset määrät (n). (KvantiMOTV. Ristiintaulukointi.)

10 NUORTEN PÄIHTEIDENKÄYTTÖ KOULUTERVEYSKYSELYN 2019 PERUSTEELLA

Tässä osiossa käsittelemme Kouluterveyskyselyn 2019 tuloksia 8.–9.-luokkalaisten vastausten osalta. Tavoitteena on kuvailla tutkittavaa joukkoa ja ilmiötä ja näin ollen tuoda esille kyselyvuoden tilanne nuorten päihteidenkäytöstä. Paneudumme aiheisiin, mitä päihteitä nuoret käyttävät, mistä nuoret hankkivat käyttämänsä päihteet, kuinka helpoksi he kokevat päihteiden hankkimisen ja miten hyväksyttävänä he kokevat ikäistensä nuorten päihteidenkäytön. Yritämme myös tuoda esille mahdollista sukupuolten välillä olevaa eroa vastauksissa, eli onko tyttöjen ja poikien esimerkiksi päihteidenkäytössä ja sen hyväksymisessä jotain eroa. 8.–9.-luokkalaisten päihteidenkäyttöä koskevaa tarkastelua on ohjannut tutkimuskysymys ”Millaista 8.–9.-luokkalaisten päihteidenkäyttö on Kouluterveyskyselyn 2019 perusteella?”.

Kouluterveyskyselyyn 2019 vastasi yhteensä 89 570 perusopetuksen 8.–9. luokan oppilasta, vastauskattavuuden ollen täten 75% ikäryhmästä. Tulospalvelussa, eli Tilastokuutiossa, josta tämän luvun tulokset ovat tarkasteltavissa, vastaajamäärä oli hieman pienempi 8.–9.-luokkalaisten vastauskattavuuden ollessa 73% ja vastaajamäärän ollessa 87 283 henkilöä. Tulospalvelun alueittaisista tuloksista puuttuvat selkokielisillä lomakkeilla tai ulkomailla sijaitsevissa kouluissa vastanneiden henkilöiden vastaukset, jonka takia vastausprosentti on hieman pienempi. (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Vastaajamäärät.) Eri kysymysten kohdalla vastaajien kokonaismäärä voi vaihdella, koska vastaajat eivät välttämättä ole syystä tai toisesta johtuen vastanneet kaikkiin kysymyksiin. Esimerkki tällaisesta syystä voi olla lomakkeen ohjeistuksesta johtuva, sillä lomake vastaajan vastauksen perusteella ohjaa jättämään joitakin kysymyksiä väliin. Vastaajamäärät kysymyskohtaisesti ovat nähtävissä Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen tulospalvelussa. Opinnäytetyössä tarkastelemme vastauksia koko Suomen tasolla, emmekä näin ollen ole lähteneet erittelemään mahdollisia paikallisia eroja vastauksissa.

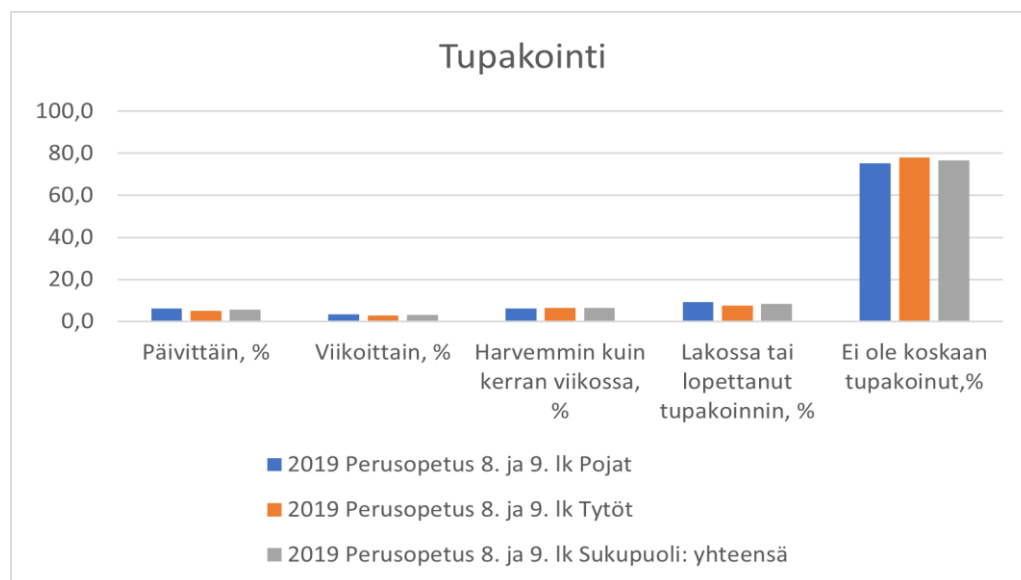
Kouluterveyskyselyyn 2019 vastanneiden 8.–9.-luokkalaisten päihteidenkäytön olemme jakaneet erilaisiin kokonaisuuksiin, joissa käsitellään päihteiden, kuten tupakan, nuuskan, alkoholin ja huumausaineiden, käyttämistä, päihteiden hankintaa ja päihteidenkäytön hyväksymistä. Vastanneet on jaettu Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen Tilastokuution esittämällä tavalla tyttöihin ja poikiin. Näin ollen käytämme samaa jaottelua, minkä lisäksi vastauksissa ilmoitamme myös kysymykseen vastanneiden yhteismäärän. Tulokset esitetään Tilastokuution tavoin prosentteina. Tilastokuutio on päivitetty 17. syyskuuta 2019 (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Tilastokuutio. Raportit). Seuraavaksi tulokset on jaoteltu omien otsikoidensa alle kokonaisuuden selkeyttämiseksi. Kysymysten numero on kysymyksen esittelyn yhteydessä mainittu, mikä helpottaa kysymyksen löytämistä Kouluterveyskysely 2019 -lomakkeesta.

10.1 Tupakointi ja sähkösavukkeet

Tässä luvussa käsitellään Kouluterveyskyselyyn 2019 vastanneiden tupakointia ja sähkösavukkeiden käyttöä. Kouluterveyskyselyssä 2019 tupakoinnista kysytään kysymyksessä 54, jossa kysytään ”Kuinka monta savuketta, piipullista ja sikaria olet polttanut yhteensä tähän mennessä?”, ja tähän vastausvaihtoehtoja ovat ”en yhtään”, ”vain yhden”, ”noin 2–50” ja ”yli 50”. 76,6% kaikista vastaajista ei ole koskaan tupakoinut. Tytöistä 78% ei ollut koskaan tupakoinut. Vastaava luku pojilla oli 75,3%.

Kysymys 55 kartoittaa nuoren tämänhetkistä tupakointia kysymyksellä ”Mikä seuraavista vaihtoehdoista kuvaa parhaiten nykyistä tupakointiasi?”, ja vastausvaihtoehtoina tähän ovat ”tupakoin kerran päivässä tai useammin”, ”tupakoin kerran viikossa tai useammin, en kuitenkaan päivittäin”, ”tupakoin harvemmin kuin kerran viikossa” ja ”olen lakossa tai lopettanut tupakoinnin”. Vastausten perusteella vastaajista päivittäin tupakoivia on 5,6%. Päivittäin tupakoivia tyttöjä on 5,1% ja poikia vastaavasti 6,1%. Viikoittain tupakoivia vastaajista on 3,1%. Viikoittain tupakoivia tyttöjä on 2,9% ja poikia 3,3%. 6,3% vastaajista kertoi tupakoivansa harvemmin kuin kerran viikossa. Tytöistä 6,5% ja pojista 6,2% kertoi tupakoivansa harvemmin kuin kerran viikossa. 8,3% vastaajista ilmoitti olevansa lakossa tai

lopettaneensa tupakoinnin. Tytöistä näin vastasi 7,5% ja pojista 9,2%. Vastaukset tähän kysymykseen, kuten myös tupakoimattomien määrä, näkyvät seuraavassa kuviossa (Kuvio 1).



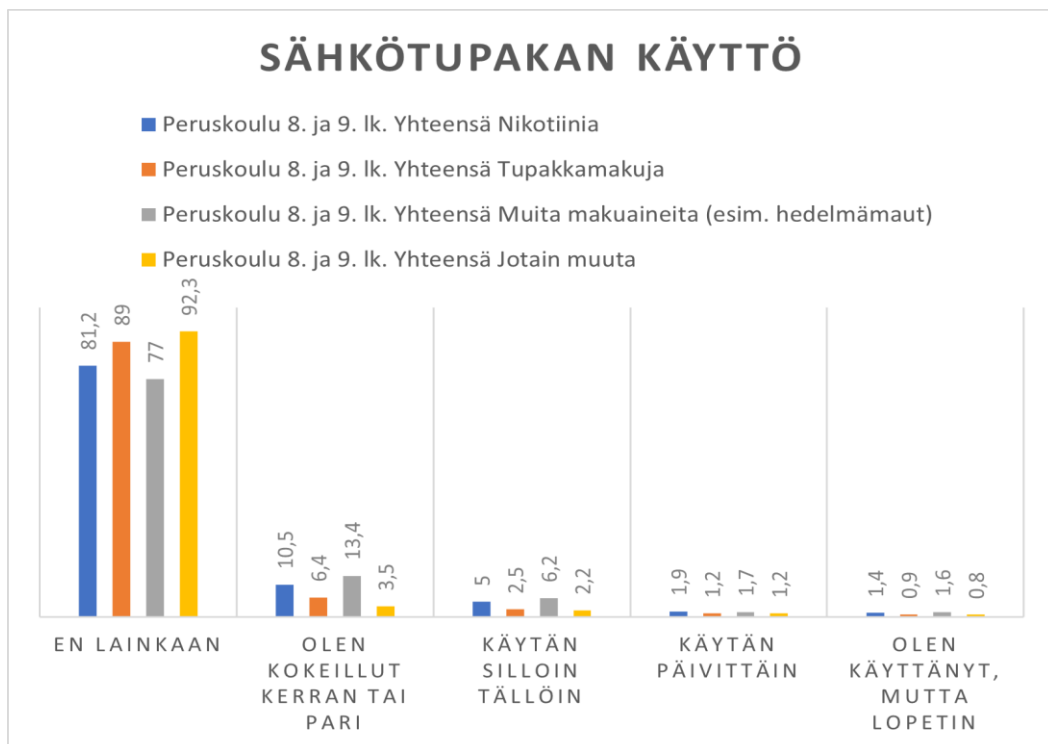
KUVIO 1. 8.–9.-luokkalaisten tupakointi (THL: Kouluterveyskysely 2019)

Kysymyksessä 57 kartoitetaan sähkötupakan käyttöä kysymyksellä ”Käytätkö sähkötupakkaa, joka sisältää seuraavia aineita: nikotiinia, tupakkamakuja, muita makuaineita (esim. hedelmämaut) ja jotain muuta?”. Vastaajia pyydetään vastaamaan jokaiseen kohtaan, eli vaihtoehtoon, erikseen. Vastausvaihtoehdot kaikille vaihtoehdoille ovat samat ”en lainkaan”, ”olen kokeillut kerran tai pari”, ”käytän silloin tällöin”, ”käytän päivittäin” ja ”olen käyttänyt, mutta lopetin”. Nämä tulokset esitellään sähkötupakan käyttöä koskevassa kuviossa (Kuvio 2).

Päivittäin sähkösavukkeita kertoo käyttävänsä 2,3% kaikista vastanneista, tytöistä 1,1% ja pojista 3,5%. Seuraavaksi on tuloksia sähkötupakan käytöstä tarkemmin. Näissä tuloksissa emme kuitenkaan erittele tyttöjen ja poikien vastauksia, vaan tulokset kuvaavat kaikkien vastanneiden osuutta.

Sähkötupakkaa, joka sisältää nikotiinia, ei ole lainkaan käyttänyt 81,2%, kerran tai pari kokeilleita oli 10,5%, silloin tällöin käyttäviä 5%, päivittäin käyttäviä 1,9% ja käytön lopettaneita 1,4%. Tupakkamakuja sisältävää sähkötupakkaa ei ole lainkaan käyttänyt 89%, kerran tai pari kokeilleita oli 6,4%, silloin tällöin käyttäviä

2,5%, päivittäin käyttäviä 1,2% ja käytön lopettaneita 0,9% vastanneista. Muita makuaineita (esim. hedelmämaut) sisältävää sähkötupakkaa ei ole lainkaan kokeillut 77%, kerran tai pari kokeilleita oli 13,4%, silloin tällöin käyttäviä 6,2%, päivittäin käyttäviä 1,7% ja käytön lopettaneita 1,6% vastanneista. Jotain muuta, kuin edellä mainittuja, sisältävää sähkötupakkaa ei ole lainkaan kokeillut 92,3%, kerran tai pari kokeilleita oli 3,5%, silloin tällöin käyttäviä 2,2%, päivittäin käyttäviä 1,2% ja käytön lopettaneita 0,8% vastanneista.



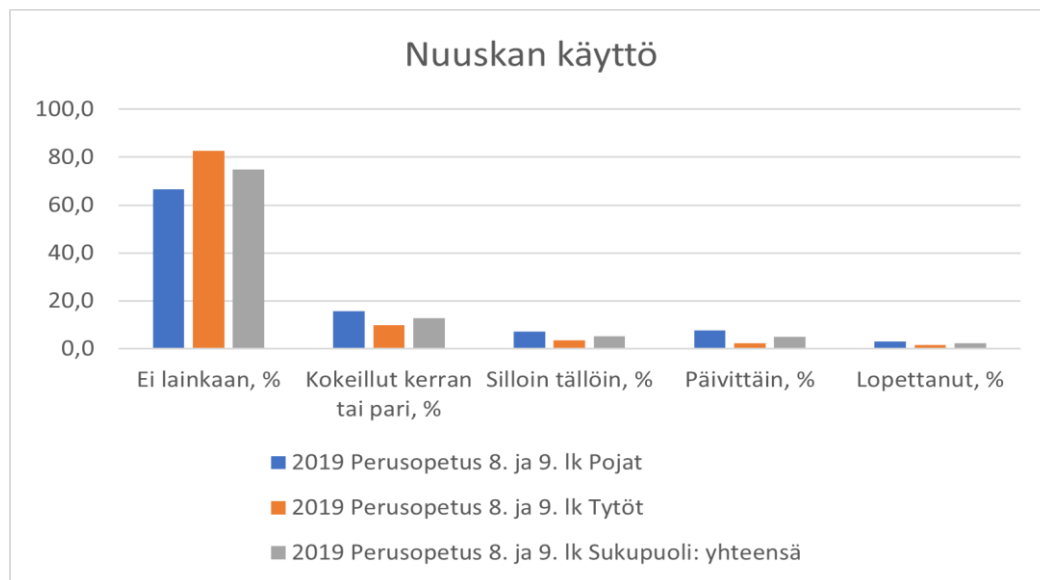
KUVIO 2. 8.–9.-luokkalaisten sähkötupakan käytöstä (THL: Kouluterveyskysely 2019)

Tuloksista voidaan huomata, että kaikista vastaajista jotain tupakkatuotetta tai sähkösavuketta kertoi vähintään kerran käyttäneensä 42,4%, tytöistä 35,7% ja pojista 49,2%. Päivittäin jotain tupakkatuotetta tai sähkösavuketta vastasi käyttävänsä kaikista vastaajista 8%, tytöistä 6,1% ja pojista 10,2%. Tulosten perusteella voidaan todeta, että suuri osa vastaajista ei ole koskaan tupakoinut ja poikien tupakointi on tyttöjen tupakointia yleisempää. Pojat myös vastasivat tyttöjä useammin lopettaneensa tupakoinnin tai olevansa lakossa. Sähkösavukkeiden käyttöä voidaan vastausten perusteella pitää harvinaisena. Pojilla sähkösavukkeiden käyttö on hieman tyttöjä runsaampaa.

10.2 Nuuska ja vesipiippu

Seuraavaksi käsittelemme kyselyyn vastanneiden nuuskankäyttöä (Kuvio 3). Kysymyksessä 56 tarkastellaan vastaajien nuuskan ja vesipiipun käyttöä kysymyksellä ”Oletko koskaan käyttänyt näitä: nuuska tai vesipiippua (shisha)?”. Vastaa- jia pyydetään vastaamaan kumpaankin kohtaan erikseen. Vastausvaihtoehtoina sekä nuuskaan että vesipiippuun ovat ”en lainkaan”, ”olen kokeillut kerran tai pari”, ”käytän silloin tällöin”, ”käytän päivittäin” ja ”olen käyttänyt, mutta lopetin”.

74,9% vastaajista on vastannut, ettei käytä nuuskaa lainkaan. Tytöistä nuuskaa ei käytä 82,7% ja pojista 66,7%. Nuuskankäyttöä on kerran tai pari kokeillut kaikista vastanneista 12,7%, tytöistä 9,8% ja pojista 15,6%. Silloin tällöin nuuskaa kertoi käyttävänsä 5,3% kaikista vastaajista. Tytöistä silloin tällöin nuuskaa kertoi käyttävänsä 3,6% ja pojista vastaavasti 7,1%. Päivittäin nuuskaa arvioi käyttävänsä 4,9%, tytöistä 2,4% ja pojista 7,6%. 2,2% vastaajista kertoo lopettaneensa nuuskankäytön. Tytöistä nuuskankäytön oli lopettanut 1,5% ja pojista 3%.



KUVIO 3. 8.–9.-luokkalaisten nuuskankäyttö (THL: Kouluterveyskysely 2019)

Vesipiippua koskevan kysymyksen kohdalla emme erittele tyttöjen ja poikien vastauksia erikseen, vaan tulokset kuvaavat kaikkia vastanneita. 91,2% vastanneista

ei ole koskaan käyttänyt vesipiippua. Kerran tai pari kokeilleita oli 6,4%, silloin tällöin käyttäviä 1%, päivittäin käyttäviä 0,9% ja käytön lopettaneita 0,5% vastanneista. Alla on kuviona esitetty edellä mainitut vesipiipun käyttöä koskevat tulokset (Kuvio 4).



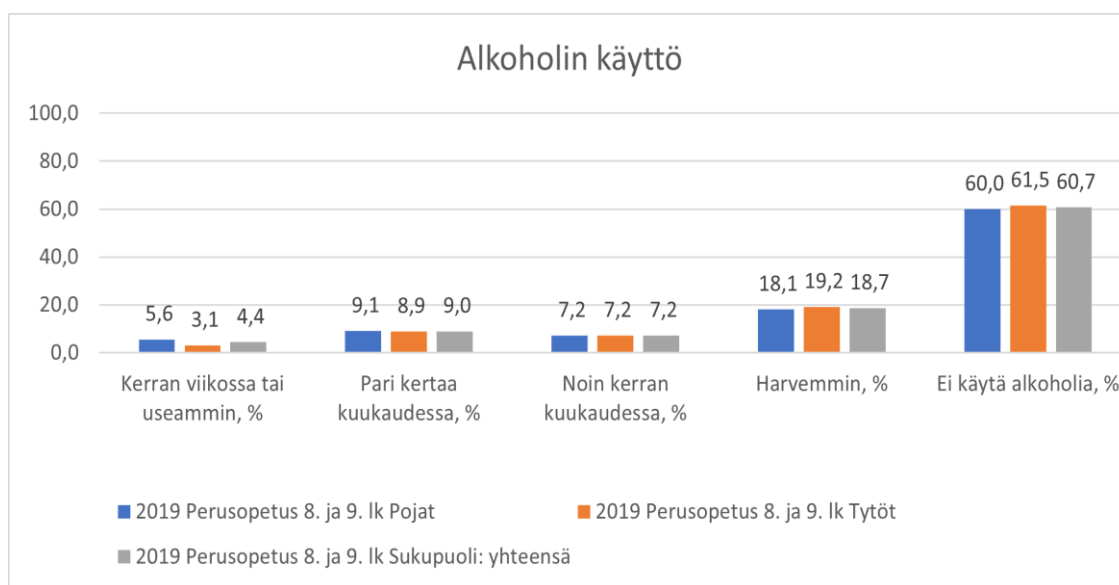
KUVIO 4. Kuinka moni 8.–9.-luokkalaisista on käyttänyt vesipiippua (THL: Koulu-terveyskysely 2019)

Vastausten perusteella nuuskan tai vesipiipun käyttö ei ole kovin yleistä 8.–9.-luokkalaisten keskuudessa. Sukupuolten väliset erot nuuskankäytössä ovat suuremmat kuin esimerkiksi tupakoinnissa, poikien käyttäessä nuuskaa tyttöjä enemmän.

10.3 Alkoholi

Kouluterveyskyselyssä 2019 kartoitetaan nuorten alkoholinkäyttöä kysymyksessä 62, jossa kysytään ”Kuinka usein kaiken kaikkiaan käytät alkoholia, esimerkiksi puoli tölkkiä olutta tai enemmän?”. Vastausvaihtoehdot tähän kysymykseen ovat ”kerran viikossa tai useammin”, ”pari kertaa kuukaudessa”, ”noin kerran kuukaudessa”, ”harvemmin” ja ”en käytä alkoholijuomia”. Alkoholia kerran viikossa tai useammin kertoo käyttävänsä 4,4% kaikista vastaajista. Tytöistä alkoholia kertoo edellä mainitusti käyttävänsä 3,1% ja pojista 5,6%. Pari kertaa

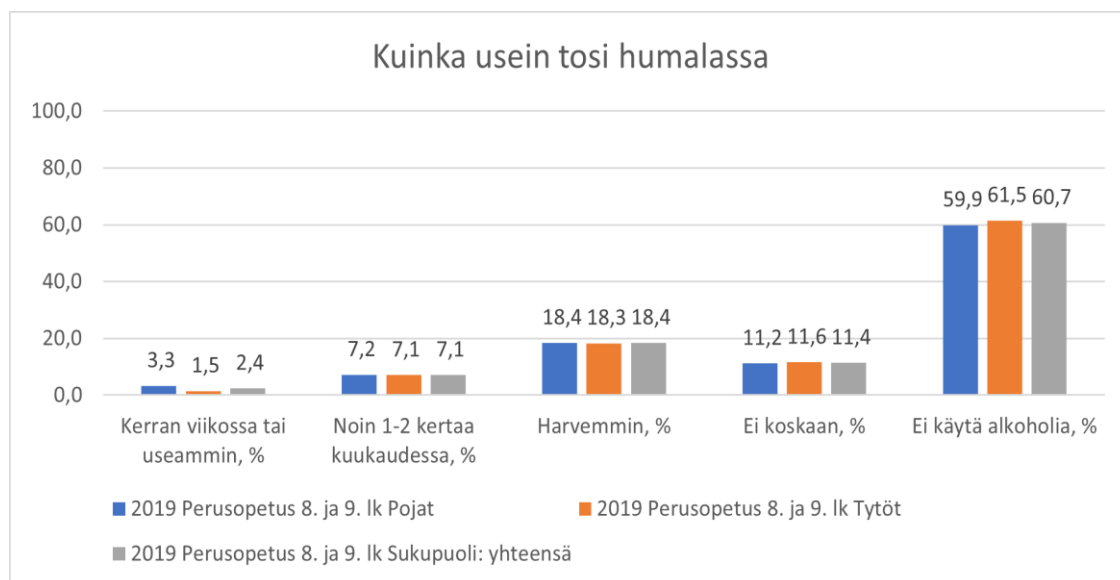
kuukaudessa alkoholia kertoo käyttävänsä vastaajista 9%, tytöistä 8,9% ja pojista 9,1%. Noin kerran kuukaudessa alkoholia kertoo käyttävänsä 7,2%. Tytöistä alkoholia noin kerran kuukaudessa kertoo käyttävänsä 7,2% ja pojista yhtä suuri osuus eli 7,2%. Edellä mainittuja harvemmin alkoholia kertoo käyttävänsä kaikista vastaajista 18,7%, tytöistä 19,2% ja pojista 18,1%. 60,7% sen sijaan kertoo, ettei käytä alkoholia. Tytöistä edeltävästi vastasi 61,5% ja pojista 60%. Kouluterveyskyselyyn 2019 pohjautuvaa nuorten alkoholin käyttöä esitellään diagrammeina kuviossa 5.



KUVIO 5. 8.–9.-luokkalaisten alkoholin käyttö (THL: Kouluterveyskysely 2019)

Kouluterveyskyselyyn 2019 yhtenä osiona on humalajuominen, josta kysytään kysymyksessä 63 ”Kuinka usein käytät alkoholia tosi humalaan asti?”. Vastausvaihtoehdot tähän kysymykseen ovat ”kerran viikossa tai useammin”, ”noin 1–2 kertaa kuukaudessa”, ”harvemmin” ja ”en koskaan”. Vastauksia voi tarkastella erillisestä humalajuomista koskevasta diagrammista (Kuvio 6). Kerran viikossa tai useammin tosi humalassa vastaajista kertoi olevansa 2,4%. Tytöistä kerran viikossa tai useammin kertoi olevansa tosi humalassa 1,5% ja pojista vastaavasti 3,3%. Noin 1–2 kertaa kuukaudessa tosi humalassa ilmoitti olevansa kaikista vastaajista 7,1%, tytöistä 7,1% ja pojista 7,2%. Tosi humalassa vähintään kerran kuukaudessa kertoi olevansa 9,6% vastanneista. Tytöistä näin vastasi 8,6% ja pojista 10,5%. Harvemmin kuin 1–2 kertaa kuukaudessa itsensä tosi humalaan joi kaikista vastaajista 18,4%, tytöistä 18,3% ja pojista 18,4%. Vastaajista 11,4%

kertoi, ettei ole juonut itseään tosi humalaan. Tytöistä itseään tosi humalaan ei koskaan ole juonut 11,6% ja pojista 11,2%. Vastaajista 60,7% ei käytä alkoholia. Tytöistä alkoholia ei käytä 61,5% ja pojista 59,9%.



KUVIO 6. Kuinka usein 8.–9.-luokkalaiset juovat itsensä tosi humalaan (THL: Kouluterveyskysely 2019)

Hieman yli puolet vastaajista kertoi, ettei käytä alkoholia, kuten näemme kuviosta 5. Alkoholia kerran viikossa tai useammin käyttäviä nuoria oli vastaajista pie-nehkö osuus. Tyttöjen ja poikien välillä ei ole mainittavaa eroa alkoholinkäyttöön liittyen. Vastausten perusteella 8.–9.-luokkalaisten viikoittain tosi humalaan juomista ei voi pitää kovinkaan yleisenä ilmiönä. Viikoittain humalaan itsensä joi kaikista vastaajista 2,4%. Kerran tai kaksi kuussa itsensä humalaan joi 7,1% vastaajista, mutta jo 18,4% kaikista vastanneista vastasi juovansa itsensä humalaan harvemmin kuin 1–2 kertaa kuukaudessa. Tyttöjen ja poikien välisissä vastauksissa ei ollut merkittävää vaihtelua.

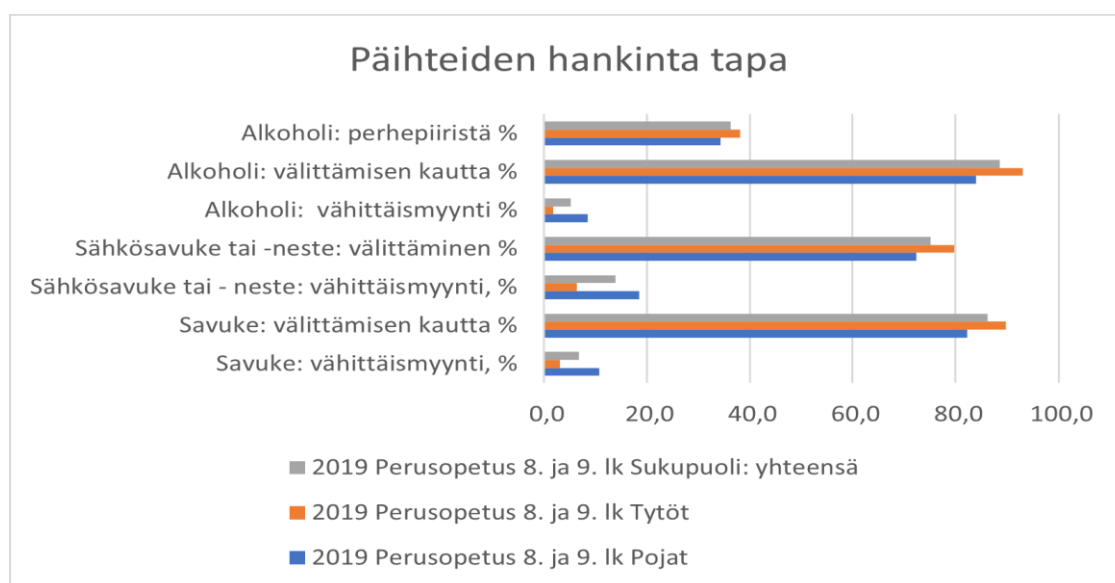
10.4 Päihteiden hankkiminen

Tässä kappaleessa kartoitetaan, mistä nuoret hankkivat käyttämänsä päihteet. Kaikkia päihteiden hankintatapoja havainnollistetaan diagrammilla (Kuvio 7). Tästä aiheesta kysytään Kouluterveyskyselyn 2019 kysymyksessä 58 ”Mistä

hankit viimeisen 30 päivän aikana käyttämäsi tupakkatuotteet: savukkeet, nuuska?”. Vastausvaihtoehdot ovat sekä savukkeisiin että nuuskaan samat ”en ole käyttänyt viimeisen 30 päivän aikana”, ”ostin itse kaupasta”, ”ostin itse kioskista tai huoltoasemalta”, ”ostin itse ravintolasta tai baarista”, ”ostin itse laivalta tai ulkomailta”, ”tilasin nettikaupasta”, ”hankin sosiaalisen median kautta”, ”vanhempani tai sisarukseni hakivat tai tarjosivat”, ”otin kotoa ilman lupaa”, ”kaverini hakivat tai tarjosivat”, ”joku muu aikuinen tai tuntematon henkilö haki tai tarjosi” ja ”muualta”. Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen Tilastokuutio-palvelussa vastaukset on jaettu vähittäismyynnin kautta hankittuihin tuotteisiin ja välittämisen kautta hankittuihin (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Tilastokuutio. Raportit). Vähittäismyynnistä savukeostot kertoo tehneensä 6,8% kaikista vastanneista. Tytöistä 3,2% kertoo tehneensä savukeostot vähittäismyynnin kautta. Pojista näin sen sijaan kertoi 10,8%. Valtaosa vastanneista, 86,2%, kertoo tehneensä savukehankinnat välittämisen kautta. Tytöistä 89,8% sai savukkeet välittämisen kautta, kun taas pojilla vastaava luku oli 82,2%.

Kysymyksessä 59 tiedustellaan nuoren viimeisen 30 päivän aikana käyttämiä sähkötupakointiin liittyviä tuotteita kysymyksellä ”Mistä hankit viimeisen 30 päivän aikana käyttämäsi sähkötupakat tai sähkötupakkatarvikkeet?”. Nämä tuotteet ovat lomakkeessa jaoteltu seuraavasti: sähkötupakka, nikotiininesteet ja muut nesteet. Jokaiseen tuotteeseen pyydetään vastausta omalle rivilleen vastausvaihtoehtojen ollessa kaikkiin kohtiin samat ”en ole käyttänyt viimeisen 30 päivän aikana”, ”ostin itse kaupasta”, ”ostin itse kioskista tai huoltoasemalta”, ”ostin itse ravintolasta tai baarista”, ”ostin itse laivalta tai ulkomailta”, ”tilasin nettikaupasta”, ”hankin sosiaalisen median kautta”, ”vanhempani tai sisarukseni hakivat tai tarjosivat”, ”otin kotoa ilman lupaa”, ”kaverini hakivat tai tarjosivat”, ”joku muu aikuinen tai tuntematon henkilö haki tai tarjosi” ja ”muualta”. Kysymyksen 58 tavoin kysymyksen 59 vastaukset on jaettu vähittäismyynnin kautta hankittuihin tuotteisiin ja välittämisen kautta hankittuihin. Sähkösavuke tai sähkösavukeneste ostot kertoo vähittäismyynnin kautta tehneensä kaikista vastanneista 13,9%, tytöistä 6,5% ja pojista 18,5%. Välittämisen kautta vastaavat hankinnat on tehnyt kaikista vastanneista 75,2%, tytöistä 79,7% ja pojista 72,4%.

Kysymyksessä 64 kysytään ”Miten hankit viime käyttökerralla nauttimasi alkoholi-juomat?”, ja vastausvaihtoehdot tähän kysymykseen ovat ”ostin itse Alkosta”, ”ostin itse kaupasta”, ”ostin itse kioskista tai huoltoasemalta”, ”ostin itse ravintolasta tai baarista”, ”ostin itse laivalta tai ulkomailta”, ”isä tai äiti haki tai tarjosi”, ”vanhemmat sisarukset hakivat tai tarjosivat”, ”otin kotoa ilman lupaa”, ”kaverini hakivat tai tarjosivat” ja ”joku muu aikuinen tai tuntematon henkilö haki tai tarjosi”. Näihin pyydettiin vastauksia vaihtoehdoilla ”kyllä” ja ”ei”. Myös tämän kysymyksen vastaukset on jaettu vähittäismyynnin kautta hankittuihin tuotteisiin ja välittämisen kautta hankittuihin. Vähittäismyynnistä alkoholin on hankkinut 5,2% vastanneista. Tytöistä näin kertoo tehneensä 1,9% ja pojista 8,5%. Välittämisen kautta alkoholin kertoo hankkineensa kaikista vastanneista 88,5%, tytöistä 93% ja pojista 83,9%. Perhepiiristä alkoholin kertoo hankkineensa 36,3%. 38,2% tytöistä kertoo hankkineensa alkoholin perhepiiristä ja pojilla vastaava luku on 34,3%, eli hieman tyttöjä pienempi.



KUVIO 7. Miten 8.–9.-luokkalaiset hankkivat päihteitä (THL: Kouluterveyskysely 2019)

Tytöt hankkivat poikia useammin käyttämänsä päihteet, kuten savukkeet, sähkösavukkeet ja alkoholin, välittämisen kautta. Pojat sen sijaan hankkivat tyttöjä useammin päihteet vähittäismyynnin kautta. Kuitenkin suurin osa nuorista hankkii päihteet välittämisen kautta. Mainitsemisen arvoinen asia käytettyyn alkoholiin liittyen on, että perhepiiristä hankitun alkoholin määrä on pienempi verrattuna

muuhun välitettyyn alkoholiin. Tytöt myös hankkivat käyttämänsä alkoholin poikia useammin perhepiiristä.

10.5 Huumausaineet

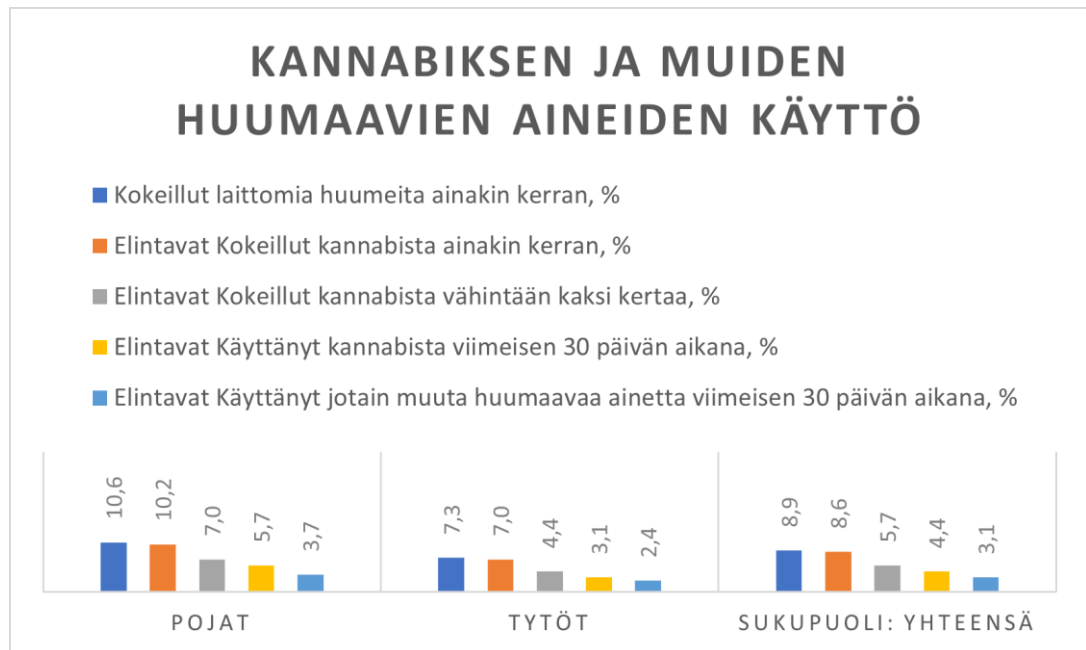
Kouluterveyskyselyn 2019 kysymys 67 koskee huumausaineita. Ikäluokan huumausaineiden käyttöä kartoitetaan kysymyksellä "Oletko koskaan kokeillut tai käyttänyt seuraavia aineita: marihuanaa tai hasista (kannabista), haistellut jotain huumaavaa ainetta (liimaa, butaania tms.) päihtyäksesi, lääkkeitä (rauhoittavia, uni- tai särkylääkkeitä) tai alkoholia ja lääkkeitä yhdessä päihtyäksesi, ekstaasia, amfetamiinia, subutexia, heroiinia, kokaiinia, LSD:tä, gammaa tai muita vastaavia huumaavia aineita tai huumaavaa ainetta, josta et tiennyt, mitä se oli?". Vastausvaihtoehtoina kysymykseen oli "en koskaan", "kerran", "2–4 kertaa" ja "5 kertaa tai useammin". Kuviona olemme havainnollistaneet huumausaineiden käyttöä siten, että kannabis on erikseen ja muut huumaavat aineet ovat yksi kokonaisuus (Kuvio 8).

Laittomia huumeita kertoi ainakin kerran kokeilleensa 8,9% vastaajista. Tytöistä näin vastasi 7,3% ja pojista 10,6%. Vastaavasti kannabista kertoi ainakin kerran kokeilleensa kaikista vastaajista 8,6%, tytöistä 7% ja pojista 10,2%. Kannabista vähintään kaksi kertaa kertoo kokeilleensa vastaajista 5,7%, tytöistä vastaava luku on 4,4% ja pojista 7%. Tilastokuution mukaan laittomien huumeiden indikaattori perustuu kysymykseen: "Oletko koskaan kokeillut tai käyttänyt seuraavia aineita?". Kysymyksen osiot: marihuanaa tai hasista (kannabista); ekstaasia, amfetamiinia, Subutexia, heroiinia, kokaiinia, LSD:tä, gammaa tai muita vastaavia huumeita. Vastausvaihtoehdot ovat en koskaan, kerran, 2–4 kertaa, 5 kertaa tai useammin. Tarkastelussa ovat mukana vastaajat, jotka ovat vastanneet vaihtoehdon 2, 3 tai 4 toiseen tai molempiin kysymyksen osioihin.

Kysymyksessä 68 tiedustellaan huumaavien aineiden käyttöä viimeisen 30 vuorokauden aikana. Kysymys on esitetty seuraavasti "Muistele viimeksi kuluneita 30 päivää. Kuinka monta kertaa olet tuona aikana käyttänyt edellisessä kysymyksessä mainittuja huumaavia aineita: marihuanaa tai hasista (kannabista) tai jotain

muuta edellisessä kysymyksessä mainittua huumaavaa ainetta?”. Kysymyksessä on laitettu edellisessä kysymyksessä kysytyjä kokonaisuuksia yhteen siten, että vain marihuanan ja hasiksen käytöstä kysytään erikseen. Muut huumausaineet on laitettu yhdeksi isoksi kokonaisuudeksi. Vastausvaihtoehtoina on ”en lainkaan”, ”kerran”, ”2–4 kertaa” ja ”5 kertaa tai useammin”.

Viimeisen 30 päivän aikana kannabista kertoo käyttäneensä 4,4%. Tytöistä viimeisen 30 päivän aikana kannabista on käyttänyt 3,1% ja pojista 5,7%. Jotain muuta huumaavaa ainetta viimeisen 30 päivän aikana kertoo käyttäneensä 3,1% kaikista vastaajista. Tytöistä samaan kysymykseen myöntävästi vastasi 2,4% ja pojista 3,7%. Seuraavassa kappaleessa on kannabiksen ja muiden huumaavien aineiden käytöstä viimeisen 30 päivän aikana vielä tarkemmin.



KUVIO 8. 8.–9.-luokkalaisten kannabiksen ja muiden huumaavien aineiden käyttö (THL: Kouluterveyskysely 2019)

Viimeisen 30 päivän aikana kannabista kertoo käyttäneensä kerran kaikista vastaajista 1,7%, tytöistä 1,5% ja pojista 1,9%. 2–4 kertaa viimeisen 30 päivän aikana kannabista kertoo käyttäneensä kaikista vastaajista 1%, tytöistä 0,7% ja pojista 1,3%. 5 kertaa tai useammin viimeisen 30 päivän aikana kannabista on vastannut käyttäneensä 1,7% kaikista vastanneista. Tytöistä näin kertoi tehneensä 0,8% ja pojista 2,5%. Kannabista viimeisen 30 päivän aikana ei ole

lainkaan käyttänyt 95,6% kaikista vastaajista, tytöistä 96,9% ja pojista 94,3%. Indikaattori perustuu kysymykseen: "Muistele viimeksi kuluneita 30 päivää. Kuinka monta kertaa olet tuona aikana käyttänyt mainittuja huumaavia aineita?". Kysymyksen osio: marihuanaa tai hasista (kannabista). Vastausvaihtoehdot: 1) en lainkaan, 2) kerran, 3) 2–4 kertaa 4) 5 kertaa tai useammin. Tarkastelussa ovat vastaajat, jotka ovat ilmoittaneet vaihtoehdon 2, 3 tai 4.

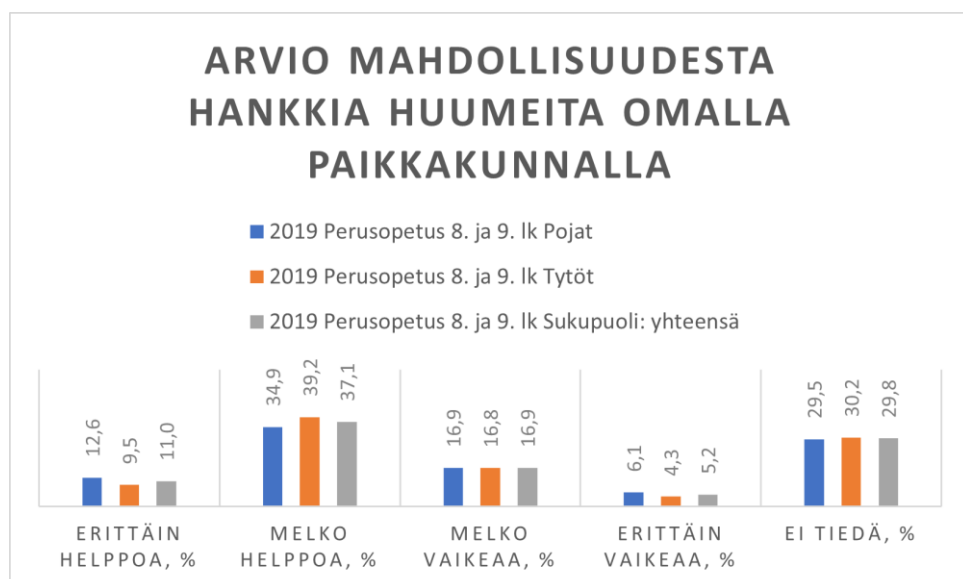
Viimeisen 30 päivän aikana jotain muuta huumaavaa ainetta kertoi käyttäneensä kerran kaikista vastaajista 1,1%, tytöistä 1,2% ja pojista 1,1%. Jotain muuta huumaavaa ainetta viimeksi kuluneen 30 päivän aikana 2–4 kertaa kertoi käyttäneensä kaikista vastaajista 0,6%, tytöistä 0,6% ja pojista 0,6%. Viimeksi kuluneen 30 päivän aikana jotain muuta huumaavaa ainetta kertoi käyttäneensä 5 kertaa tai useammin kaikista vastanneista 1,3%, tytöistä 0,7% ja pojista 2%. Viimeksi kuluneen 30 päivän aikana muita huumaavia aineita ei ole lainkaan käyttänyt kaikista vastanneista 96,9%, tytöistä 97,6% ja pojista 96,3%. Edellä käsitellyn kysymyksen indikaattori perustuu kysymykseen: "Muistele viimeksi kuluneita 30 päivää. Kuinka monta kertaa olet tuona aikana käyttänyt mainittuja huumaavia aineita?". Kysymyksessä on eri osioita, joista tässä käsitellään osiota "jotain muuta edellisessä kysymyksessä mainittua huumaavaa ainetta". Vastausvaihtoehdot: 1) en lainkaan, 2) kerran, 3) 2–4 kertaa 4) 5 kertaa tai useammin. Tarkastelussa ovat vastaajat, jotka ovat ilmoittaneet vaihtoehdon 2, 3 tai 4. Tämä tarkoittaa, että kysymyksessä kartoitetaan kaikkia muita kysymyksessä 67 mainittuja huumaavia aineita paitsi marihuanaa tai hasista (kannabista), jonka käyttö on kartoitettu erikseen omalla kysymyksellään.

Huumausaineiden käytössä voi tyttöjen ja poikien välillä havaita pientä eroavaisuutta, kun pojat kertovat tyttöjä useammin käyttävänsä niin huumausaineita yleisesti kuin myös kannabista. Edellä olleessa kuviossa 8 tyttöjen ja poikien huumausaineiden käyttö on jaettu omiin sarakkeisiinsa.

10.6 Huumeiden hankinta

Kouluterveyskyselyssä 2019 otetaan selvää huumeiden hankkimistavoista kysymyksessä 69, jossa kysytään ”Millaisiksi arvioit ikäistesi mahdollisuudet hankkia huumeita, esimerkiksi marihuanaa tai hasista (kannabista), omalla paikkakunnallasi?”. Huumeiden hankinnan helppouden arviointi on jaoteltu vastausvaihtoehtoihin ”erittäin helppoa”, ”melko helppoa”, ”melko vaikeaa”, ”erittäin vaikeaa” ja ”en tiedä”. Huumaussaineiden hankintaa on havainnollistettu kuviolla (Kuvio 9).

Kaikkien vastaajien kesken huumeiden hankinnan mielsi erittäin helpoksi 11%. Tytöistä näin ajatteli 9,5% ja pojista 12,6%. Melko helpoksi huumeiden hankinnan koki 37,1%. 39,2% tytöistä oli sitä mieltä, että huumeiden hankinta oli melko helppoa. Pojista vastaavasti 34,9% ajatteli edeltävästi. Melko vaikeana huumeiden hankintaa piti kaikista vastaajista 16,9%, tytöistä 16,8% ja pojista 16,9%. Erittäin vaikeaa huumeiden hankinta oli 5,2%:n mielestä. Tytöistä 4,3% mielsi hankinnan erittäin vaikeaksi. Pojista vastaavasti 6,1% oli sitä mieltä, että huumeiden hankinta on erittäin vaikeaa. Huumeiden hankintamahdollisuuksia ei osaa sanoa 29,8% kaikista vastaajista. Tytöistä 30,2% ja pojista 29,5% ei tiedä hankintamahdollisuuksista.



KUVIO 9. 8.–9.-luokkalaisten arvio mahdollisuudesta hankkia huumeita omalla paikkakunnalla (THL: Kouluterveyskysely 2019)

Sukupuolten välillä ei ole havaittavissa suurta eroa siinä, kuinka helpoksi nuoret huumeiden hankinnan kokevat, joskin tytöt mieltävät huumeiden hankinnan hie- man poikia helpommaksi. Huomion arvoinen asia on, että moni vastaaja koki huumeiden hankinnan enemmänkin helpoksi kuin vaikeaksi. Vain noin 30% ker- toi, ettei osaa arvioida huumeiden hankintamahdollisuuksia. Voidaan näin ollen tehdä ainakin pientä oletusta sen suuntaan, että moni nuori tietää myös huumei- den mahdollisista hankintapaikoista.

10.7 Päihteidenkäytön hyväksyminen

Seuraavaksi käydään läpi 8.–9.-luokkalaisten nuorten päihteidenkäytön hyväksy- mistä. Tarkemmin sanottuna tarkastellaan, hyväksyvätkö nuoret tiettyjen päihtei- den käyttämisen ikäisillään vai eivät. Kysymyksessä 70 asia on muotoiltu seuraa- vasti ”Ihmisillä on erilaisia käsityksiä siitä, mikä on hyväksyttävää ja mikä ei. Hy- väksytkö sinä ikäisilläsi seuraavat asiat: tupakointi, nuuskaaminen, sähkötupa- kan käyttö, alkoholin juominen vähäisessä määrin, alkoholin juominen humalaan asti ja marihuanan (kannabiksen) polttaminen?”. Vastausvaihtoehdoiksi kysy- mykseen on annettu ”kyllä”, ”en” ja ”en osaa sanoa”. Tämän kysymyksen vas- taukset näkyvät myös omassa kuviossaan (Kuvio 10).

Kaikista vastanneista 25,2% hyväksyy ikäisillään tupakoinnin. Tytöistä tupakoin- nin ikäisillään hyväksyi 22,9% ja pojista 27,5%. Tupakointia ikäisillään ei hyväk- synyt kaikista vastaajista 53,4%. Tytöistä sitä ei hyväksynyt 54,4%. Pojista tupa- kointia ikäisillään sen sijaan ei hyväksynyt 52,3%. Tupakoinnin hyväksymiseen mielipidettään ei osannut sanoa 21,5% kaikista vastaajista, tytöistä 22,7% ja po- jista mielipidettään ei osannut sanoa 20,2%.

Nuuskaamisen hyväksyi kaikista vastaajista 27%, tytöistä 23% ja pojista 31,2%. Kaikista vastaajista sähkösavukkeen käytön ikäisillään hyväksyi 34,7%. Tytöistä 30% hyväksyi sähkösavukkeen käytön ikäisillään, kun taas pojilla vastaava luku oli 39,5%. Ikäisillään nuuskaamista ei hyväksynyt vastaajista 52,2%. Tytöistä nuuskaamisen hyväksymiseen ikäisillään vastasi kielteisesti 55,8%. Pojista sen sijaan kielteisesti vastasi 48,4%. Nuuskaamisen hyväksymiseen ei osannut

mielipidettään sanoa 20,8%. Tytöistä 21,2% ei osannut sanoa hyväksyikö ikäisellään nuuskaamisen. Pojista 20,4% ei osannut sanoa mielipidettään.

Sähkösavukkeiden käytön hyväksyi ikäisillään kaikista vastanneista 34,7%, tytöistä 30% ja pojista 39,5%. Sähkösavukkeiden käyttöä ei ikäisillään hyväksynyt 42,1% kaikista vastanneista. Tytöistä vastaavasti sähkösavukkeiden käyttöä ei hyväksynyt 46% ja pojista näin vastasi 38,1%. Sähkösavukkeiden käytön hyväksymiseen kaikista vastanneista 23,2% vastasi, ettei osaa sanoa. Tytöistä sähkösavukkeiden käytön hyväksymiseen ei osannut mielipidettään sanoa 24%. Pojista edellisen tavoin kysymykseen vastasi 22,4%.

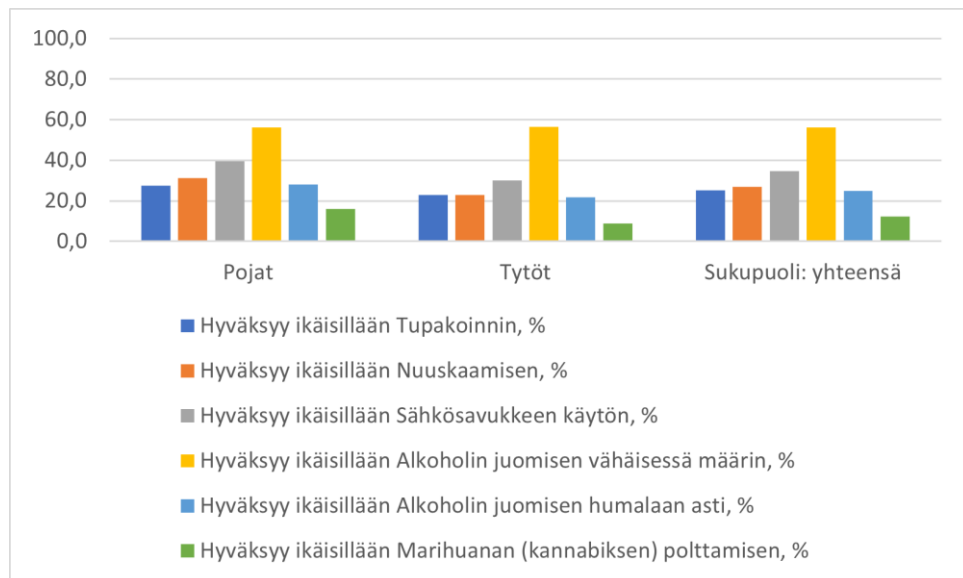
Pojat hyväksyivät sekä tupakoinnin, nuuskaamisen että sähkösavukkeiden käytön ikäisellään hieman tyttöjä useammin, eli tytöt pitivät näitä vähemmän hyväksyttävänä. Nuuskaamisen ikäisellään hyväksyi hieman suurempi osuus vastaajista kuin tupakoinnin. Sähkösavukkeiden käyttöä nuoret, niin tytöt kuin pojat, pitivät kolmesta mainitusta hyväksyttävimpänä. Huomionarvoista on myös, että pojat hyväksyivät useammin nuuskaamisen kuin tupakoinnin, kun taas tytöillä näiden hyväksymisen välillä ei ollut merkittävää eroa.

Alkoholin juomisen ikäisellään vähäisessä määrin hyväksyi kaikista vastanneista 56,3%. Tytöistä sen hyväksyi 56,4% ja pojista 56,1%. Alkoholin juomista vähäisessä määrin ei hyväksynyt 24,5% kaikista vastaajista, tytöistä 23,5% ja pojista 25,6%. Alkoholin juomiseen vähäisessä määrin vastasi "en osaa sanoa" 19,2% kaikista vastaajista. Tytöistä näin vastasi 20,2% ja pojista 18,3%.

Alkoholin juomisen humalaan asti ikäisellään hyväksyi kaikista vastanneista 25%, tytöistä 21,9% ja pojista 28,2%. Ikäisellään alkoholin humalaan asti juomisen hyväksymiseen suhtautui kielteisesti kaikista vastanneista 53%, tytöistä 55,2% ja pojista 50,7%. Mielipidettään alkoholin juomiseen humalaan asti ikäisellään ei osannut sanoa 22,1%. Tytöistä mielipidettään ei osannut sanoa 22,9% ja pojista 21,2%.

Marihuanan, eli kannabiksen, polttamisen ikäisillään hyväksyi vastanneista 12,4%. Tytöistä sen hyväksyi 8,8% ja pojista 16%. Marihuanan, eli kannabiksen,

polttamista ikäisillään ei hyväksynyt 72,7% kaikista vastanneista. Tytöistä tätä ei hyväksynyt 77,3% ja pojista ei hyväksynyt 67,9%. Mielipidettään marihuanan polttamisen hyväksymiseen ei osannut sanoa vastaajista 14,9%. Tytöistä näin vastasi 13,8% ja pojista 16%.



KUVIO 10. 8.–9.-luokkalaisten päihteidenkäytön hyväksyminen oman ikäisillä nuorilla (THL: Kouluterveyskysely 2019)

Alkoholin juomisessa vaihtelu sukupuolten välillä oli pienempi verrattuna tupakointiin, nuuskaamiseen ja sähkösavukkeisiin. Alkoholin juomisen ikäisillään vähäisessä määrin hyväksyi huomattavasti suurempi osuus vastanneista kuin alkoholin juomisen humalaan asti. Pojat pitivät tyttöjä hyväksyttävämpänä alkoholin humalajuomisen. Kaikkien vastausten perusteella pojat pitivät ikäisillään mainittujen päihteiden käyttämisestä hyväksyttävämpänä kuin tytöt. Vähiten eroa hyväksymisessä oli alkoholin juominen vähäisessä määrin.

10.8 Päihteidenkäytössä tapahtuneet muutokset

Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen tutkijan kanssa keskustellessamme tulimme siihen tulokseen, että haluamme opinnäytetyössämme tarkastella hieman myös päihteidenkäytössä vuosien aikana tapahtuneita muutoksia. Tämä antaa lisäulottuvuutta aiheeseen, sillä on tärkeää hahmottaa nykytilan ohella myös nuorten

päihteidenkäytössä mahdollisesti tapahtuneita muutoksia. Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen Tilastokuutio-palvelussa on nähtävissä vuodesta 2006 alkaen tilastoa näistä, joten vertailua voi tehdä pidemmältäkin ajalta. Päätimme kuitenkin vertailla kahta viimeistä kyselykertaa vuoteen 2019. Toisin sanoen vertailemme vuosia 2015, 2017 ja 2019. Tarkasteltu tieto päätettiin rajata Tilastokuutiosta löytyviin tietoihin, jotka on esitelty seuraavaksi. Tupakkatuotteiden käytössä tapahtuvista muutoksista on havainnollistava kuvio tätä koskevien tulosten jälkeen (Kuvio 11).

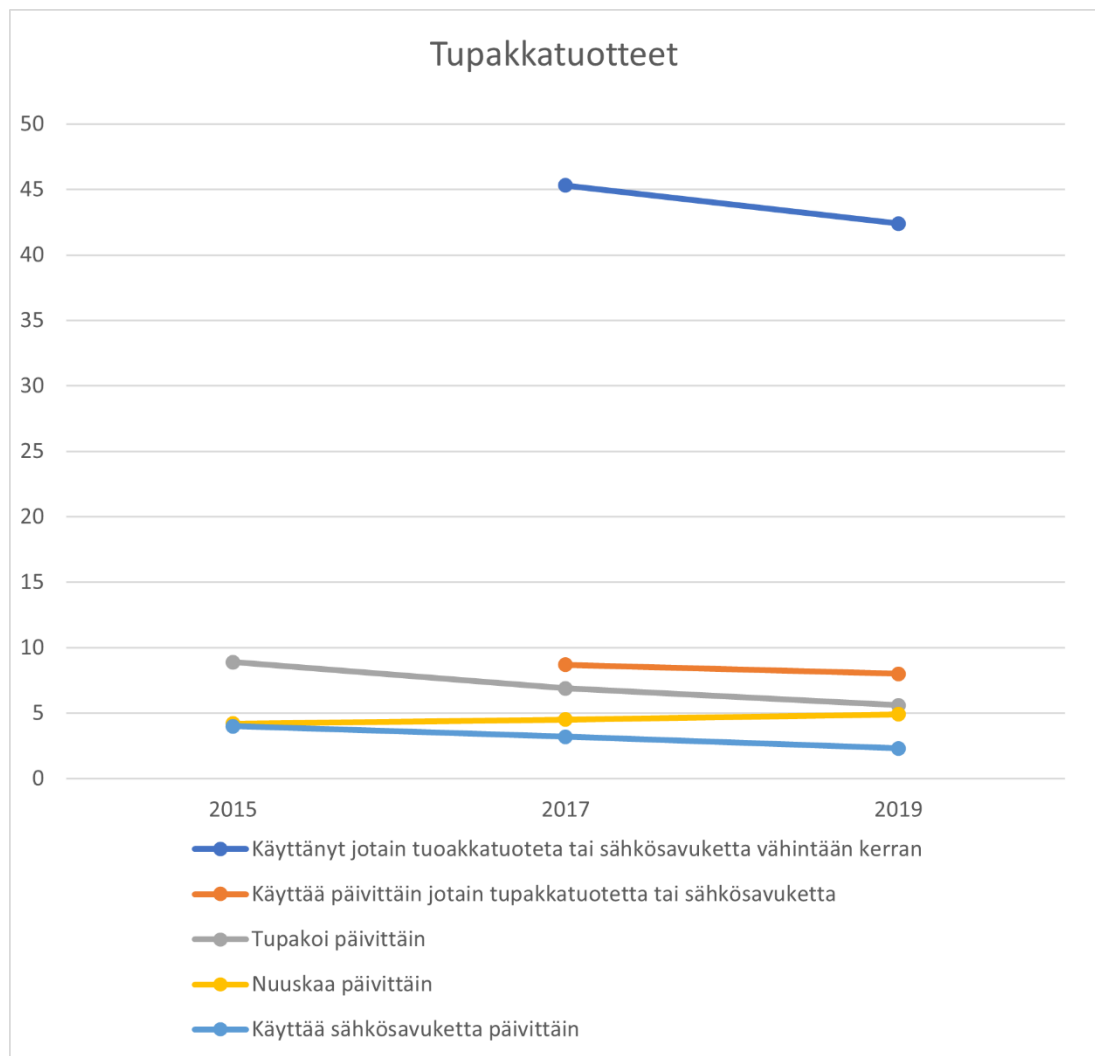
Tilastokuutiosta vuodelta 2015 ei ole tietoa siitä, kuinka suuri osa kyselyyn vastanneista on käyttänyt jotain tupakkatuotetta tai sähkösavuketta vähintään kerran. Vuosien 2017 ja 2019 perusteella voidaan huomata, että tupakkatuotteita ja sähkösavukkeita vähintään kerran kokeilleiden määrässä on tapahtunut pientä laskua kaikkien kokeilleiden yhteismäärän laskiessa 45,3%:sta 42,4%:iin. Tämän näemme myös tupakkatuotteita kuvaavassa kuviossa 11. Pojilla lasku on ollut hieman tyttöjä suurempi.

Päivittäin jotain tupakkatuotetta tai sähkösavuketta käyttäneiden vastaajien määrät löytyvät edellistä vastaavilta vuosilta, eli 2017 ja 2019. Päivittäin tupakoivien tai sähkösavukkeita käyttävien määrä on huomattavasti pienempi kuin vähintään kerran kokeilleiden. Vuodesta 2017 vuoteen 2019 päivittäin tupakoivien ja sähkösavukkeita käyttävien määrä on hieman pienentynyt kaikkien vastanneiden keskuudessa pudoten 8,7%:sta 8%:iin. Sekä tytöillä että pojilla päivittäinen tupakointi tai sähkösavukkeiden käyttö on pienentynyt. Pojilla käytön väheneminen on ollut hieman tyttöjä suurempi, kun tytöillä väheneminen on ollut vain 0,1% edelliseen vuoteen ja pojilla taas 1,2%.

Päivittäin tupakoivien määrät löytyvät kaikilta valituilta kolmelta vuodelta. Päivittäin tupakoivien määrä on laskenut jokaisella kyselykerralla vuodesta 2015 alkaen. Vuonna 2015 päivittäin tupakoivien osuus on ollut kaikista vastanneista 8,9% ja vuonna 2019 se on ollut enää 5,6%. Näiden vuosien aikana tyttöjen ja poikien välillä olleet erot ovat myös hieman tasoittuneet siten, että poikien päivittäinen tupakointi on vähentynyt enemmän suhteessa tyttöjen päivittäiseen tupakointiin.

Sähkösavukkeita päivittäin käyttävien määrä on vähentynyt 4%:sta 2,3%:iin. Sekä tytöillä että pojilla päivittäinen sähkösavukkeiden käyttö on vähentynyt vuodesta 2015 vuoteen 2019. Pojilla vähennys on ollut suhteessa hieman tyttöjä runsaampaa, kun pojilla käyttö on laskenut 6,3%:sta 3,5%:iin ja tytöillä vastaavasti 1,7%:sta 1,1%:iin.

Päivittäin nuuskaavien osuus on noussut tasaisesti vuodesta 2015. Vuonna 2015 päivittäin nuuskaavia on ollut 4,2%, vuonna 2017 4,5% ja vuonna 2019 4,9%. Päivittäin nuuskaavien poikien osuus on pysynyt mainittuina vuosina samana, mutta vastaavasti tyttöjen osuus on noussut 0,8%:sta 2,4%:iin.



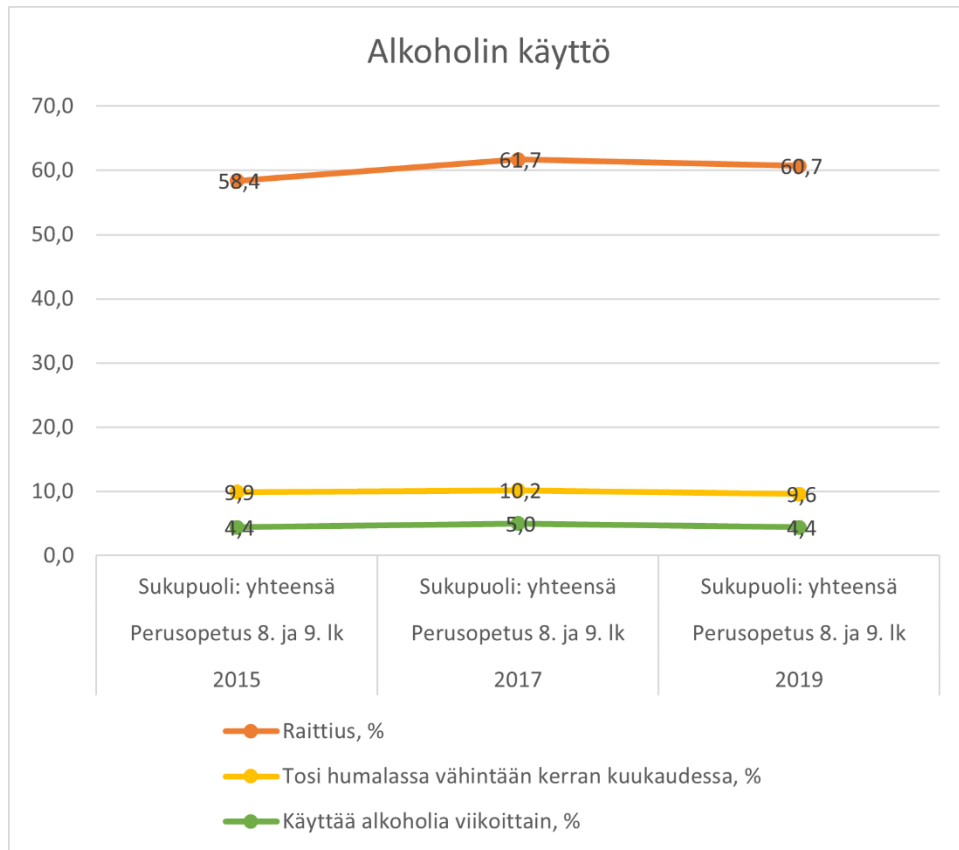
KUVIO 11. Muutokset 8.–9.-luokkalaisten tupakkatuotteiden käytössä (THL: Kouluterveyskysely)

Tupakoivien ja sähkösavukkeita käyttävien määrät ovat pienentyneet tasaisesti, mutta jatkossa olisi hyvä miettiä, kuinka voidaan vähentää myös päivittäin nuuskaavien poikien osuutta, ja kuinka vaikuttaa siihen, ettei päivittäin nuuskaavien tyttöjen osuus jatka nousuaan.

Alkoholin käytössä tapahtuneita muutoksia on esitetty viivakaaviolla (Kuvio 12). Vuonna 2015 raittiita on kaikista vastaajista ollut 58,4%. Vuoteen 2017 mennessä raittiiden osuus oli noussut 67,1%:iin. Vuoden 2019 raittiiden osuus oli taas hieman laskenut, ja kaikista vastanneista raittiita oli 60,7%. Kaikkina vuosina tytöt vastasivat hieman poikia useammin olevansa raittiita. Alkoholin käyttöä koskevassa kuviossa 12 emme ole erotelleet sukupuolien välisiä tuloseroja.

Vähintään kerran kuussa tosihumalaan joi itsensä vuonna 2015 vastaajista 9,9%. Vuoteen 2017 määrä hieman nousi ollen 10,2% ja laski taas hieman ollen 9,6% vuonna 2019. Vuonna 2017 pojista 11,3% joi itsensä vähintään kerran kuussa tosi humalaan ja tytöistä 9,1%. Myös vuonna 2019 tytöt olivat harvemmin tosihumalassa kuin pojat. Tytöistä tosihumalassa oli vuoden 2019 kyselyn perusteella 8,6% ja pojista 10,5%.

Viikoittain alkoholia vastasi käyttävänsä 4,4% vuonna 2015. 2017 alkoholia käytti viikoittain 5%, 6,5% pojista ja 3,5% tytöistä. Vuoteen 2019 alkoholia viikoittain juovien määrä oli laskenut takaisin 4,4%:iin. Tytöistä alkoholia käytti viikoittain vuonna 2019 3,1% ja pojista 5,6%. Huomataan, että alkoholin käyttö viikoittain on laskenut poikien keskuudessa enemmän kuin tytöillä, ollen silti tyttöjen käyttöä yleisempää.



KUVIO 12. Muutokset 8.–9.-luokkalaisten alkoholin käytössä (THL: Kouluterveyskysely)

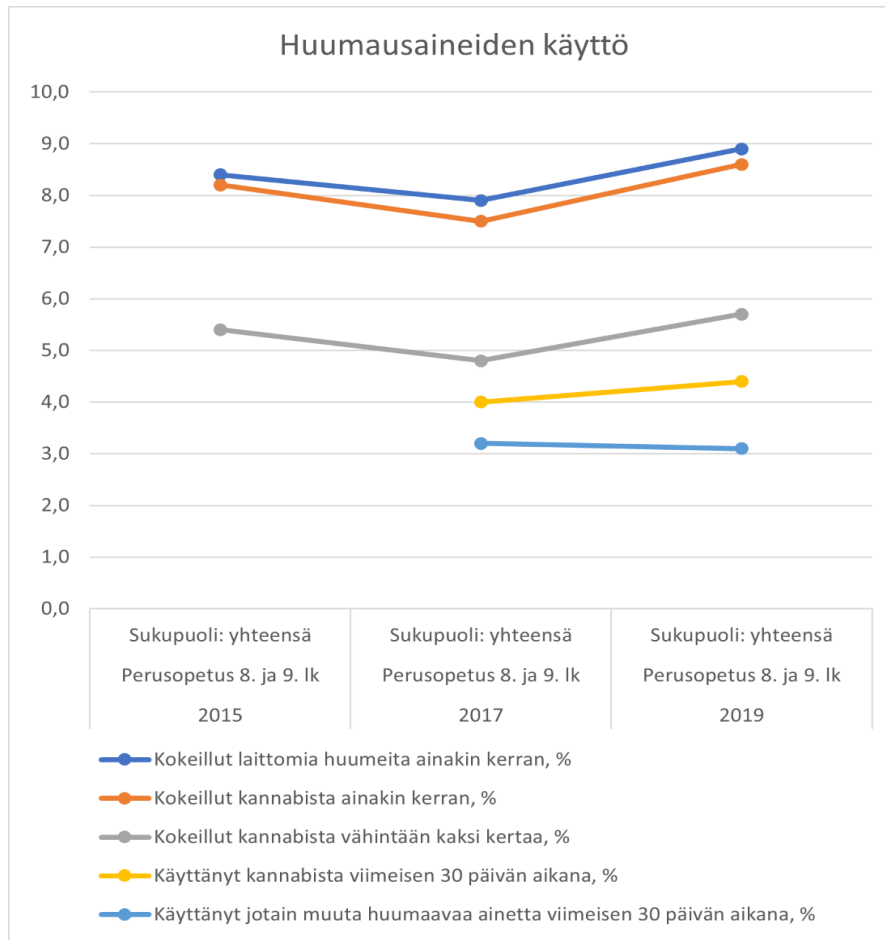
Kuvio 13 havainnollistaa huumausaineiden käytössä tapahtuneita muutoksia. Laittomia huumeita vuonna 2015 oli kokeillut ainakin kerran 8,4% 8.–9.-luokkalaista. Vuoteen 2017 määrä oli hieman laskenut ollen 7,4%, minkä näemme myös kuviossa (Kuvio 13). Pojista 9,9% ja tytöistä 5,8% vastasivat kokeilleensa laittomia huumeita vähintään kerran. Vuonna 2019 laittomia huumeita kokeilleiden määrä oli noussut 8,9%:iin. Pojista 10,6% ja tytöistä 7,3% oli kokeillut laittomia huumeita.

Kannabista oli vuonna 2015 8.–9.-luokkalaista kokeillut ainakin kerran 8,2% ja vuonna 2017 7,5%. Vuonna 2019 8,6% vastasi kokeilleensa kannabista ainakin kerran ja tämä onkin suurin määrä vuodesta 2006 lähtien. Poikien määrä vuoden 2017 9,5%:sta nousi vuonna 2019 10,2%:iin. Tytöistä taas vuonna 2017 5,6% oli kokeillut kannabista ainakin kerran ja luku nousi vuonna 2019 7%:iin.

Vähintään kaksi kertaa kannabista oli vuonna 2015 käyttänyt 5,4% ja vuonna 2017 4,8%. Vuonna 2019 enemmän kuin kaksi kertaa kannabista käyttäneiden määrä oli noussut 5,7%:iin, ollen tämäkin suurin luku vuodesta 2006 lähtien. Niin kuin kannabista ainakin kerran kokeilleiden, myös enemmän kuin kaksi kertaa käyttäneitä poikia oli enemmän kuin tyttöjä kaikkina kyseisinä vuosina.

Viimeisen 30 päivän aikana kannabista vastasi käyttävänsä 4% vuonna 2017 ja 4,4% vuonna 2019. Vuonna 2017 pojista 5,5% ja tytöistä 2,6% vastasi käyttäneensä kannabista edellisen 30 päivän aikana. Vuonna 2019 pojista samoin vastasi 5,7% ja tytöistä 3,1%.

Muuta huumaavaa ainetta kuin kannabista viimeisen 30 päivän aikana oli vuonna 2017 käyttänyt 3,2% ja vuonna 2019 3,1%. Vuonna 2017 näin vastasi 4% pojista ja 2,4% tytöistä. Vuonna 2019 muuta huumaavaa ainetta viimeisen 30 päivän aikana oli käyttänyt pojista 3,7% ja tytöistä 2,4%, luvun pysyen samana edelliseen kyselyyn verrattuna. Kaikkien huumaavien aineiden käyttö näyttäisi pysyvän pojilla yleisempänä kuin tytöillä, ja käyttö näyttäisi olevan aina samansuuntaista sukupuolesta riippumatta.



KUVIO 13. Muutokset 8.–9.-luokkalaisten huumausaineiden käytössä (THL: Kouluterveyskysely)

11 TERVEYDENHOITAJAKÄYNNIT JA AVUNSAANNIN KOKEMUS

Seuraavaksi vertailemme nuorten käyntejä kouluterveydenhoitajan vastaanotolla sekä avunsaannin kokemuksia. Haluamme tutkia, onko vastauksissa eroja päihteettömien, päihteitä käyttävien ja runsaammin päihteitä käyttävien 8.–9.-luokkalaisten välillä. Olemme siis jakaneet vastaajat päihteettömiin ja päihteitä käyttäviin nuoriin. Lisäksi tarkastelemme vielä päihteitä käyttävien ryhmästä tarkemmin useammin päihteitä käyttäviä. Olemme jakaneet myös päihteet kolmeen eri ryhmään: tupakkatuotteet ja sähkötupakka, alkoholi sekä huumausaineet. Tulemme tarkastelemaan näitä ryhmiä erikseen. Terveiden ja hyvinvoinnin laitokselta saamissamme SPSS-ohjelman ajoissa ei ole eritelty vastaajien sukupuolta, vaan tulokset kuvaavat kaikkien vastanneiden osuuksia.

Päihteitä käyttämättömät ovat vastanneet Kouluterveyskyselyssä 2019, etteivät ole koskaan käyttäneet tai kokeilleet päihteitä tai he ovat lopettaneet päihteiden käytön. Loput vastaajat ovat päihteitä käyttävien ryhmässä, eli he ovat vastanneet Kouluterveyskyselyssä 2019 käyttäneensä jotain päihdettä vähintään kerran. Tupakkatuote ja sähkötupakka -ryhmässä tarkastelemme lisäksi erikseen niitä, jotka ovat vastanneet käyttävänsä jotain näistä tuotteista päivittäin. Alkoholi-ryhmässä erikseen ovat tarkastelussa ne vastaajat, jotka kertovat käyttävänsä alkoholia viikoittain. Huumausaine-ryhmässä taas ne vastaajat ovat lähemmässä tarkastelussa, jotka ovat käyttäneet jotain huumaavaa ainetta viimeisen 30 päivän aikana kyselyä edeltävästi. Tähän jaotteluun päädyttiin, jotta se on linjassa Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen oman jaottelun kanssa. Tuloksia tarkasteltaessa on hyvä pitää mielessä, että useammin päihteitä käyttävät sisältyvät myös päihteitä käyttävien ryhmään.

Kaikista vastanneista tupakkatuotetta tai sähkösavuketta oli käyttänyt vähintään kerran 42,4% (35 243) vastanneista. Päivittäin jotain tupakkatuotetta tai sähkösavuketta taas käytti 9% (7 771) vastanneista. 57,6% (47 878) vastasi, ettei käytä mitään tupakkatuotteita. Raittiita oli 60,7% (50 956) kyselyyn vastanneista. Alkoholia vastasi joskus käyttäneensä 39,3% (32 941) vastanneista ja viikoittain alkoholia käyttää 4,4% (3 659) vastanneista. Huumaavia aineita ainakin kerran

kertoo kokeilleensa 12,7% (10 298) ja viimeisen 30 päivän aikana kyselyä edeltävästi huumaavia aineita oli käyttänyt 5,4% (4 554) kyselyyn vastanneista. 87,3% (70 935) vastanneista ei ole koskaan käyttänyt tai kokeillut huumaavia aineita.

Kouluterveyskyselyssä 2019 kartoitetaan nuorten kokemaa avunsaantia ja palveluita. Tavoitteena on saada tietoa siitä, kuinka vastaajien ikäluokka on esimerkiksi käyttänyt kouluterveydenhuollon palveluja. Kysymyksessä 92 kartoitetaan käytettyjä palveluita seuraavasti ”Oletko käynyt tämän lukuvuoden aikana koulusi terveydenhoitajan, lääkärin, kuraattorin tai psykologin luona?”. Lomake on suunniteltu siten, että jokaiselle koulussa työskentelevälle ammattilaiselle on oma sarakkeensa. Näin ollen siitä saadaan eriteltyä, keillä kaikilla ammattilaisilla vastaaja on lukuvuoden aikana käynyt.

Avunsaantiin ja palveluihin liittyvissä kysymyksissä valitsimmekin tutkimuskysymystemme mukaisesti näkökulmaksi terveydenhoitajakäynnit ja avunsaannin terveydenhoitajalta. Käyntejä terveydenhoitajan luona kartoitettiin omassa sarakkeessaan täsmennetysti seuraavalla tavalla ”terveydenhoitajalla muuten kuin terveystarkastuksessa”, joten vastaajan tulisi arvioida sellaisia kouluterveydenhoitajalla käyntejä, jotka eivät ole pitäneet sisällään terveystarkastusta. Vastausvaihtoehdot tähän kysymykseen olivat seuraavat ”en, ei ole ollut tarvetta”, ”en, yritin enkä päässyt”, ”kyllä, 1–2 kertaa”, ”kyllä, 3–5 kertaa” ja ”kyllä, yli 5 kertaa”.

Kysymys 97 käsittelee koulun aikuisilta saatua tukea ja apua seuraavalla kysymyksellä ”Oletko saanut tukea ja apua hyvinvointiisi seuraavilta koulun aikuisilta tämän lukuvuoden aikana?”. Kysymyksen alla on lueteltuna useampi koulun aikuinen, jolle kaikille on oma vastaussarakkeensa. Me tarkastelimme tutkimuskysymyksiimme vastaten vain terveydenhoitajan osuutta, jolta saatuun tukeen ja apuun vastattiin vastausvaihtoehdoilla ”kyllä, paljon”, ”kyllä jonkin verran”, ”en mutta olisin tarvinnut” ja ”en ole tarvinnut apua”.

11.1 Käynnit kouluterveydenhoitajan luona

Kouluterveydenhoitajalla käyntien ja päihteidenkäytön yhteyttä selvitetään ristiintaulukoinnin avulla. Ristiintaulukossa ovat pystysarakkeissa eri päihteet jaoteltuina seuraavasti: alkoholi: ei käytä / raitis, käyttää alkoholia (viikoittain, kuukausittain tai harvemmin), käyttää alkoholia viikoittain; tupakkatuotteet: ei käytä, käyttänyt jotain tupakkatuotetta vähintään kerran, käyttää jotain tupakkatuotetta päivittäin; huumaavat aineet: ei käytä, kokeillut huumaavia aineita ainakin kerran, käyttänyt jotain huumaavaa ainetta viimeisen 30 päivän aikana. Taulukoihin 1, 2 ja 3 on riveittäin sijoitettu nuoren vastauksen perusteella, onko hän käynyt kyselyvuoden aikana koulunsa terveydenhoitajalla muuten kuin terveystarkastuksessa. Omilla riveillään ovat kaikki kyseisen kysymyksen vaihtoehdot Kouluterveyskyselystä 2019: en, ei ole ollut tarvetta; en, yritin enkä päässyt; kyllä, 1–2 kertaa; kyllä, 3–5 kertaa; kyllä, yli 5 kertaa. Tulokset on ilmoitettu prosentteina.

TAULUKKO 1. Alkoholi ja käynnit kouluterveydenhoitajalla (THL: Kouluterveyskysely 2019)

| KYSYMYS | ALKOHOLI | | |
|---|-----------------------|-----------------------|-----------------------------------|
| | Ei käytä / raitis (%) | Käyttää alkoholia (%) | Käyttää alkoholia viikoittain (%) |
| Oletko käynyt tämän lukuvuoden aikana koulusi terveydenhoitajan luona? Muuten kuin terveystarkastuksessa. | | | |
| En, ei ole ollut tarvetta | 64,2 | 53,3 | 51,2 |
| En, yritin enkä päässyt | 1,7 | 2,5 | 4,5 |
| Kyllä, 1–2 kertaa | 27,2 | 30,7 | 24,9 |
| Kyllä, 3–5 kertaa | 4,5 | 7,4 | 6,8 |
| Kyllä, yli 5 kertaa | 2,4 | 6 | 12,7 |
| Yhteensä (%) | 100 | 100 | 100 |

Yllä oleva taulukko käsittelee nuorten alkoholin käyttöä ja käyntejä kouluterveydenhoitajalla (Taulukko 1). Taulukosta on nähtävissä, että raittiista nuorista 64,2% ei ole käynyt koulun terveydenhoitajan luona muuten kuin terveystarkastuksessa eikä ole kokenut tarvetta käynnille. 1,7% ei ole päässyt vastaanotolle, vaikka on yrittänyt. 1–2 kertaa terveydenhoitajan vastaanotolla on raittiista nuorista käynyt 27,2%. Vastaavasti 3–5 kertaa oli terveydenhoitajan vastaanotolla käynyt raittiista nuorista 4,5% ja yli 5 kertaa oli käynyt 2,4%.

Alkoholia käyttävistä 53,3% ei ollut käynyt terveydenhoitajan vastaanotolla eikä ollut kokenut tarvetta sille. 2,5% olisi halunnut terveydenhoitajan vastaanotolle, muttei syystä tai toisesta ollut päässyt sinne. 1–2 kertaa terveydenhoitajan vastaanotolla muuten kuin terveystarkastuksessa oli käynyt 30,7%. 3–5 kertaa terveydenhoitajan vastaanotolla oli käynyt 7,4% ja yli 5 kertaa oli käynyt 6,0%.

Alkoholia viikoittain käyttävistä kouluterveydenhoitajan vastaanotolla ei ollut käynyt 51,2% eikä myöskään ollut kokenut tarvetta käynnille. Vastaavasti 4,5% oli yrittänyt käydä terveydenhoitajan luona, muttei ollut päässyt. 24,9% oli käynyt 1–2 kertaa, 6,8% oli käynyt 3–5 kertaa ja yli 5 kertaa oli käynyt 12,7%.

Tupakkatuotteiden ja kouluterveydenhoitajalla käyntien yhteyttä on tarkasteltu omassa taulukossaan (Taulukko 2). Niistä nuorista, jotka eivät käytä tupakkatuotteita, ei ollut käynyt kouluterveydenhoitajan luona 63,8% eikä ollut kokenut tarvetta käynnille. 1,8% oli yrittänyt päästä vastaanotolle, muttei ollut päässyt. 1–2 kertaa terveydenhoitajan luona oli käynyt 27,5% niistä nuorista, jotka eivät käyttäneet tupakkatuotteita. Vastaavasti 3–5 kertaa oli käynyt 4,6% ja yli 5 kertaa oli käynyt 2,3%.

Vähintään kerran jotain tupakkatuotetta käyttäneistä nuorista ei ollut käynyt vastaanotolla eikä ollut kokenut tarvetta sille 54,5%. 2,3% oli yrittänyt päästä vastaanotolle, muttei ollut päässyt. 1–2 kertaa terveydenhoitajan luona oli käynyt 30%, 3–5 kertaa oli käynyt 7,2% ja yli 5 kertaa oli käynyt 6%.

Jotain tupakkatuotetta päivittäin käyttävistä nuorista 50,4% ei ollut kokenut tarvetta käydä kouluterveydenhoitajan luona muuten kuin terveystarkastuksessa.

Vastaanotolle oli yrittänyt päästä 3,4%, muttei ollut päässyt sinne. 1–2 kertaa vastaanotolla oli käynyt päivittäin jotain tupakkatuotetta käyttävistä 27,4%. 3–5 kertaa terveydenhoitajan vastaanotolla oli käynyt 7,8% ja yli 5 kertaa oli käynyt 11% päivittäin jotain tupakkatuotetta käyttävistä. Nämä tulokset näkyvät taulukossa (Taulukko 2).

TAULUKKO 2. Tupakkatuotteet ja käynnit kouluterveydenhoitajalla (THL: Koulu-terveyskysely 2019)

| KYSYMYS | TUPAKKATUOTTEET | | |
|---|-----------------|---|---|
| | Ei käytä (%) | Käyttänyt jotain tupakkatuotetta vähintään kerran (%) | Käyttää jotain tupakkatuotetta päivittäin (%) |
| Oletko käynyt tämän lukuvuoden aikana koulusi terveydenhoitajan luona? Muuten kuin terveystarkastuksessa. | | | |
| En, ei ole ollut tarvetta | 63,8 | 54,5 | 50,4 |
| En, yritin enkä päässyt | 1,8 | 2,3 | 3,4 |
| Kyllä, 1–2 kertaa | 27,5 | 30 | 27,4 |
| Kyllä, 3–5 kertaa | 4,6 | 7,2 | 7,8 |
| Kyllä, yli 5 kertaa | 2,3 | 6 | 11 |
| Yhteensä (%) | 100 | 100 | 100 |

Nuorten huumausaineiden käyttöä ja käyntejä kouluterveydenhoitajalla on esitelty seuraavassa ristiintaulukossa (Taulukko 3). Kuten taulukosta 3 on luettavissa, niistä nuorista, jotka eivät käytä huumaavia aineita, 62,3% ilmoitti, että ei ole kokenut tarvetta käydä terveydenhoitajan luona eivätkä näin ollen ole vastaanotolla käyneet. 1,7% oli yrittänyt päästä terveydenhoitajan vastaanotolle, muttei ollut päässyt. 1–2 kertaa vastaanotolla oli käynyt 28,1%, 3–5 kertaa oli käynyt 5,1% ja yli 5 kertaa oli käynyt 2,7%.

Huumaavia aineita ainakin kerran kokeilleista nuorista 49% ei ollut käynyt vastaanotolla muuten kuin terveystarkastuksessa. Vastaanotolle oli yrittänyt päästä

2,5% huumaavia aineita ainakin kerran kokeilleista nuorista, muttei ollut päässyt sinne. 1–2 kertaa terveydenhoitajan luona oli käynyt 32,8% ja 3–5 kertaa oli käynyt 8,2%. Vastaavasti yli 5 kertaa oli käynyt 7,5%.

Jotain huumaavaa ainetta viimeisen 30 päivän aikana käyttäneistä nuorista 48,5% ei ollut käynyt terveydenhoitajan vastaanotolla. 5,4% oli yrittänyt päästä terveydenhoitajan luo, muttei ollut päässyt. 1–2 kertaa vastaanotolla muuten kuin terveystarkastuksessa oli käynyt 26,5%. 3–5 kertaa oli käynyt 7,1% ja yli 5 kertaa 12,5%.

TAULUKKO 3. Huumaavat aineet ja käynnit kouluterveydenhoitajalla (THL: Kouluterveyskysely 2019)

| KYSYMYS | HUUMAAVAT AINEET | | |
|---|------------------|--|---|
| | Ei käytä (%) | Kokeillut huumaavia aineita ainakin kerran (%) | Käyttänyt jotain huumaavaa ainetta viimeisen 30 päivän aikana (%) |
| Oletko käynyt tämän lukuvuoden aikana koulusi terveydenhoitajan luona? Muuten kuin terveystarkastuksessa. | | | |
| En, ei ole ollut tarvetta | 62,3 | 49 | 48,5 |
| En, yritin enkä päässyt | 1,7 | 2,5 | 5,4 |
| Kyllä, 1–2 kertaa | 28,1 | 32,8 | 26,5 |
| Kyllä, 3–5 kertaa | 5,1 | 8,2 | 7,1 |
| Kyllä, yli 5 kertaa | 2,7 | 7,5 | 12,5 |
| Yhteensä (%) | 100 | 100 | 100 |

11.2 Avun ja tuen saaminen kouluterveydenhoitajalta

Myös avun ja tuen saannin sekä päihteidenkäytön yhteyttä selvitämme ristiintaulukoinnin avulla. Ristiintaulukoon olemme sijoittaneet pystysarakkeisiin eri päihitteet jo aiemmin mainitun jaottelun mukaisesti, eli alkoholi: ei käytä / raitis, käyttää alkoholia (viikoittain, kuukausittain tai harvemmin), käyttää alkoholia viikoittain; tupakkatuotteet: ei käytä, käyttänyt jotain tupakkatuotetta vähintään kerran, käyttää jotain tupakkatuotetta päivittäin; huumaavat aineet: ei käytä, kokeillut huumaavia aineita ainakin kerran, käyttänyt jotain huumaavaa ainetta viimeisen 30 päivän aikana. Taulukoihin 4, 5 ja 6 on riveittäin sijoitettu nuoren kokemus tämän lukuvuoden aikana kouluterveydenhoitajalta hyvinvointiin saadusta avusta ja tuesta. Omilla riveillään ovat kaikki kyseisen kysymyksen vaihtoehdot Kouluterveyskyselystä 2019: kyllä, paljon; kyllä, jonkin verran; en, mutta olisin tarvinnut; en ole tarvinnut apua. Tulokset on ilmoitettu prosentteina.

Ensimmäisenä nuorten kokemaan avunsaantiin liittyen on ristiintaulukko nuorten alkoholin käytöstä ja koetusta avunsaannista (Taulukko 4). Raittiista vastanesta, eli ne nuoret, jotka eivät käytä alkoholia, paljon apua ja tukea koki saaneensa 8,4% ja jonkin verran 18,6%. Apua ja tukea koki tarvinneensa 2,6%, mutta ei ollut sitä jostain syystä saanut. Apua ei koe tarvinneensa 70,4% raittiista nuorista.

TAULUKKO 4. Alkoholit ja koettu avunsaanti (THL: Kouluterveyskysely 2019)

| KYSYMYS | ALKOHOLI | | |
|---|-----------------------|-----------------------|-----------------------------------|
| | Ei käytä / raitis (%) | Käyttää alkoholia (%) | Käyttää alkoholia viikoittain (%) |
| Oletko saanut apua ja tukea hyvinvointiasi terveydenhoitajalta tämän lukuvuoden aikana? | | | |
| Kyllä, paljon | 8,4 | 10,4 | 16,7 |
| Kyllä, jonkin verran | 18,6 | 21,1 | 17 |
| En, mutta olisin tarvinnut | 2,6 | 5,3 | 10,2 |
| En ole tarvinnut apua | 70,4 | 63,2 | 56,1 |
| Yhteensä (%) | 100 | 100 | 100 |

Alkoholia käyttävistä paljon koki saaneensa apua ja tukea 10,4%. Jonkin verran edellä mainitusti alkoholia käyttävistä vastaajista 21,1% koki saaneensa apua ja tukea. 5,3% ei kokenut saaneensa apua, mutta olisi sitä tarvinnut. Avulle ja tuelle ei ollut kokenut tarvetta 63,2% pari kertaa kuukaudessa, noin kerran kuukaudessa tai harvemmin alkoholia käyttävistä nuorista.

Alkoholia viikoittain käyttävistä paljon apua ja tukea koki kouluterveydenhoitajalta saaneensa 16,7% ja vastaavasti jonkin verran tukea koki saaneensa 17%. 10,2% koki, että olisi tarvinnut apua ja tukea, mutta jostain syystä ei ollut sitä saanut. 56,1% vastaajista koki, ettei ole tarvinnut apua tai tukea. Nämä tulokset on kuvattu taulukossa (Taulukko 4).

TAULUKKO 5. Tupakkatuotteet ja koettu avunsaanti (THL: Kouluterveyskysely 2019)

| KYSYMYS | TUPAKKATUOTTEET | | |
|---|-----------------|---|---|
| | Ei käytä (%) | Käyttänyt jotain tupakkatuotetta vähintään kerran (%) | Käyttää jotain tupakkatuotetta päivittäin (%) |
| Oletko saanut apua ja tukea hyvinvointiisi terveydenhoitajalta tämän lukuvuoden aikana? | | | |
| Kyllä, paljon | 8 | 10,9 | 15 |
| Kyllä, jonkin verran | 18,9 | 20,6 | 19,2 |
| En, mutta olisin tarvinnut | 2,6 | 5,1 | 8 |
| En ole tarvinnut apua | 70,5 | 63,5 | 57,8 |
| Yhteensä (%) | 100 | 100 | 100 |

Yllä olevasta taulukosta voi tarkastella tupakkatuotteiden käytön ja koetun avunsaannin välistä yhteyttä (Taulukko 5). Niistä nuorista, jotka ilmoittavat kyselyssä, etteivät käytä tupakkatuotteita, 8% koki saaneensa paljon apua ja tukea koulu-terveydenhoitajalta. 18,9% edellä mainituista nuorista koki saaneensa jonkin verran apua ja tukea. 2,6% tupakkatuotteita käyttämättömistä nuorista ei koe saaneensa apua ja tukea, vaikka olisi sitä tarvinnut. Vastaavasti 70,5% ei koe apua tarvinneensa.

Kuten taulukosta 5 näemme, jotain tupakkatuotetta vähintään kerran käyttäneistä paljon apua ja tukea koki saaneensa 10,9% vastanneista nuorista. Jonkin verran apua ja tukea koki saaneensa 20,6%. Vähintään kerran jotain tupakkatuotetta käyttäneistä tukea ja apua ei koe saaneensa 5,1% vastanneista, vaikka olisi sitä tarvinnut. Apua ja tukea ei koe tarvinneensa 63,5% niistä vastanneista, jotka olivat vähintään kerran käyttäneet jotain tupakkatuotetta.

Jotain tupakkatuotetta päivittäin käyttävistä paljon apua ja tukea hyvinvointiin koki kouluterveydenhoitajalta saaneensa 15%. Vastaavasti jonkin verran apua ja tukea koki saaneensa 19,2%. Sen sijaan tukea ja apua koki tarvitseensa 8%, mutta ei ollut sitä saanut. 57,8% jotain tupakkatuotetta päivittäin käyttävistä ei ollut tarvinnut apua.

TAULUKKO 6. Huumaavat aineet ja koettu avunsaanti (THL: Kouluterveyskysely 2019)

| KYSYMYS | HUUMAAVAT AINEET | | |
|---|------------------|--|---|
| | Ei käytä (%) | Kokeillut huumaavia aineita ainakin kerran (%) | Käyttänyt jotain huumaavaa ainetta viimeisen 30 päivän aikana (%) |
| Oletko saanut apua ja tukea hyvinvointiisi terveydenhoitajalta tämän lukuvuoden aikana? | | | |
| Kyllä, paljon | 8,6 | 10,6 | 15,2 |
| Kyllä, jonkin verran | 19,1 | 23,3 | 19 |
| En, mutta olisin tarvinnut | 2,7 | 6,3 | 12 |
| En ole tarvinnut apua | 69,6 | 59,8 | 53,8 |
| Yhteensä (%) | 100 | 100 | 100 |

Huumaavien aineiden ja koetun avunsaannin yhteyttä voidaan tarkastella omasta taulukostaan (Taulukko 6). Niistä, jotka ovat ilmoittaneet, etteivät käytä huumaavia aineita, apua ja tukea hyvinvointiinsa paljon koki saaneensa 8,6% ja jonkin verran 19,1%. Apua ja tukea ei koe saaneensa, vaikka olisi apua tarvinnut, 2,7% vastanneista nuorista, jotka eivät käytä huumaavia aineita. Vastaavasti näistä nuorista, jotka eivät käytä huumaavia aineita, 69,6% ei koe tarvitseensa apua ja tukea hyvinvointiin.

Huumaavia aineita ainakin kerran kokeilleista apua ja tukea paljon koki saaneensa 10,6% ja jonkin verran 23,3%, kuten näemme taulukossa 6. Apua ei koe saaneensa, vaikka olisi sitä tarvinnut, 6,3% vastanneista. Apua ja tukea ei koe tarvitseensa 59,8% niistä vastanneista, jotka olivat ilmoittaneet ainakin kerran kokeilleensa huumaavia aineita.

Jotain huumaavaa ainetta viimeisen 30 päivän aikana käyttäneistä nuorista paljon apua ja tukea hyvinvointiin kouluterveydenhoitajalta koki saaneensa 15,2% ja jonkin verran 19%. 12% jotain huumaavaa ainetta viimeisen 30 päivän aikana käyttäneistä vastaajista ilmoitti, että ei ole saanut apua, vaikka olisi sitä tarvinnut. 53,8% sen sijaan ilmoitti, ettei ole apua tarvinnut.

12 JOHTOPÄÄTOKSET

Kouluterveyskyselyn 2019 vastausten perusteella voimme todeta, että päihteenkäyttö yläasteikäisten keskuudessa ei ole harvinaista. Melkein puolet 8.–9.-luokkalaisista on kokeillut jotain päihdettä ainakin kerran. Esimerkiksi jotain tupakkatuotetta oli pojista käyttänyt 49,2% ja tytöistä 35,7%. Alkoholista vastasi käyttävänsä 40% pojista ja 38,5% tytöistä. Jotain laiton huumausainetta oli pojista kokeillut noin joka kymmenes (10,6%) ja tytöistä 7,3%. Säännöllisessä käytössä suosituin päihde oli poikien keskuudessa nuuska, 7,6%. Tyttöjen keskuudessa käytettiin eniten tupakkaa. Tupakkaa poltti päivittäin 5,1% kyselyyn vastanneista tytöistä. Yleisesti ottaen päihteenkäyttö näyttää olevan yleisempää poikien keskuudessa kuin tyttöjen.

Nuorten mielenterveystalon ja Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen verkkosivuilla kerrotaan, että tupakka ja alkoholi ovat yleisimmin käytettyjä päihteitä nuorten keskuudessa (Nuorten mielenterveystalo. Häiriöt ja ongelmat. Päihdeongelmat; Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Nuorten päihteen käyttö ja päihdehäiriöt). Kouluterveyskyselyn 2019 vastaukset näyttäisivät tukevan tätä, alkoholi on kuitenkin selvästi käytetyin päihde. 39,3% vastanneista on joskus käyttänyt alkoholia. Tupakkaa oli vähintään kerran käyttänyt 23,4%. Näyttäisi kuitenkin siltä, että jos kaikki tupakkatuotteet (nuuska, tupakka ja sähkökupakka) lasketaan yhteen, ovat ne yleisimmin käytettyjä. Vastanneista 42,4% oli käyttänyt jotain tupakkatuotetta ainakin kerran. Päivittäin tupakkatuotteita käyttäviä oli 9%, verrattuna alkoholia viikoittain käyttäviin 4,4%:iin. Vuoden 2019 Kouluterveyskyselyn perusteella näyttäisi, että kannabis on yleisin ja kokeilluin yläasteikäisten keskuudessa käytössä oleva huumausaine, mikä tuli jo teoriaosuudessa esille monien lähteiden kautta.

Aalto (2015, 12) kirjoittaa, että alkoholin käyttö on lisääntynyt Suomessa vuosikymmenten saatossa. Nuorten keskuudessa alkoholin käyttö kuitenkin on vähentymässä (Storvik-Sydänmaa ym. 2019, 238). Kouluterveyskyselystä 2019 voidaan huomata, että 8.–9.-luokkalaisten alkoholin käyttö on vähentynyt edelliseen, vuonna 2017 tehtyyn, Kouluterveyskyselyyn verrattuna.

Tupakan käyttöä on Suomessa pyritty vähentämään erilaisilla lailla ja säädöksillä, ja tupakointi onkin ollut laskusuuntaista (Savuton Suomi 2030. Askel askeleelta savuttomaksi). Kouluterveyskyselyjen 2015, 2017 ja 2019 perusteella näyttäisi, että myös yläasteikäisten tupakointi on laskusuuntaista, kuin myös sähkötupakan käyttö. Nuuskaaminen sen sijaan on selvästi noususuunnassa.

Yhdysvalloissa sen sijaan sähkötupakan käyttö on reilusti nousussa. Nuorten riskikäyttäytymiskyselyn 2019 vastausten mukaan yhdysvaltalaisnuorista 50,1% oli joskus käyttänyt sähkötupakkatuotteita. (Creamer ym. 2020, 56–63.) Kouluterveyskyselyssä 2019 sähkötupakasta oli kysytty erikseen niiden sisältämien eri nesteiden mukaan. Sähkötupakkaa nikotiinia sisältävällä nesteellä oli ainakin kerran polttanut 18,8% ja muilla makuaineilla (esimerkiksi hedelmä) 23%. Joku on saattanut vastata käyttäneensä useita eri makuaineita, joten emme pysty suoraan sanomaan, kuinka moni on käyttänyt sähkötupakkaa vähintään kerran. Näitä kahta makuainetta vastanneiden perusteella voisimme ajatella, että Suomessa sähkötupakan käyttö ei ole nuorten keskuudessa yhtä suuri haaste kuin Yhdysvalloissa.

Päihteiden helppo hankittavuus on yksi päihteidenkäytölle altistava riskitekijä (Niemelä 2015, 151). Huumeiden hankkiminen onkin nykyään aiempaa helpompaa (Niemelä 2018, 250). Kouluterveyskyselyyn 2019 vastanneistakin oli lähes puolet (48,1%) sitä mieltä, että huumeiden hankkiminen omalla paikkakunnalla on erittäin helppoa tai melko helppoa.

Yhdysvaltain tautikeskuksen (CDC) Nuorten riskikäyttäytymiskyselyn 2019 mukaan viimeisen 30 päivän aikana kannabista oli käyttänyt 21,7%, ja kannabista vähintään kerran kokeilleita oli 36,8% (Jones ym. 2020, 38–46). Nämä ovat aika isoja lukuja verrattuna Suomen Kouluterveyskyselyn 2019 tuloksiin. 8,6% Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitoksen kyselyyn vastanneista oli kokeillut kannabista vähintään kerran ja 4,4% oli käyttänyt sitä viimeisen 30 päivän aikana. Kannabiksen käyttö näyttäisi olevan kuitenkin selvästi nousussa 2017 vuoden Kouluterveyskyselyyn verrattuna.

Marttusen ja Kaltiala-Heinon (2015, 673) mukaan viimeisen kymmenen vuoden aikana nuorten päihdekokeilut ja suhtautuminen päihteisiin on muuttunut kielteisempään suuntaan. Kuitenkin Kouluterveyskyselyn 2019 mukaan vastaajista vielä neljännes hyväksyy ikäisillään alkoholin juomisen humalaan saakka ja hieman yli puolet hyväksyy alkoholin juomisen vähäisissä määrin. Myös hieman reilu neljännes vastaajista hyväksyi ikäisillään tupakoinnin ja nuuskaamisen. Sähkötupakan käyttö oli vastaajien mielestä vielä hyväksyttävämpää. 34,7% vastasi sen olevan hyväksyttävää. Kannabiksen käytön ajatteli ikäisillään olevan hyväksyttävää 12,4% vastaajista.

Saaristo (2006) huomasi pro gradu -tutkielmassaan, että terveydenhoitajakäyn-teihin vaikuttivat muun muassa tupakan ja alkoholin käyttö. Voimme myös Kouluterveyskyselyn 2019 vastausten perusteella huomata, että kaikki päihteitä käyttävät nuoret ovat käyneet terveydenhoitajalla useammin, kuin raittiit ja päihteitä käyttämättömät nuoret. Samaan aikaan kun käynnit ovat lisääntyneet, ovat päihteitä käyttävät nuoret myös kokeneet saaneensa enemmän apua terveydenhoitajalta kuin päihteitä käyttämättömät.

Tutkimuksemme perusteella alkoholia, tupakkatuotteita ja huumaavia aineita käyttävät nuoret ovat käyneet useammin kouluterveydenhoitajan luona kuin ne nuoret, jotka eivät päihteitä käytä. Ne nuoret, jotka päihteitä eivät käytä, ovat kokeneet alkoholia käyttäneitä hieman useammin, ettei heillä ole ollut tarvetta käydä kouluterveydenhoitajan luona. Kaikkien päihderyhmien kohdalla on havaittavissa samanlaisia tuloksia, eli päihteitä käyttävät nuoret käyvät useammin kouluterveydenhoitajan luona. Ne, jotka ovat vastanneet käyttävänsä päihteitä useammin (alkoholia viikoittain, tupakkatuotteita päivittäin tai huumausaineita viimeisen 30 päivän aikana) ovat käyneet kouluterveydenhoitajalla kaikkein useimmin.

Niin alkoholin, tupakkatuotteiden kuin huumaavien aineidenkin kohdalla on tulostemme perusteella havaittavissa sama asia. Päihteettömät nuoret kokivat päihteitä käyttäviä nuoria useammin, etteivät ole tarvinneet apua ja tukea hyvinvointiin. Päihteitä käyttävät nuoret kokivat päihteettömiä useammin, että olisivat tarvinneet apua ja tukea, mutta eivät olleet sitä saaneet. Päihteitä käyttävät nuoret kokivat myös hieman päihteettömiä useammin saaneensa apua

kouluterveydenhoitajalta. Voimme miettiä, onko tähän vaikuttanut se, että he myös useammin käyvät terveydenhoitajalla, ja ovat siksi saaneet enemmän apua. Samalla pitää muistaa, että apua on voinut saada terveydenhoitajalta myös vastaanottojen ulkopuolella, kuten esimerkiksi terveydenhoitajan oppitunnilla pitämältä luennolta.

Kivimäen ym. (2018) tutkimuksen mukaan terveydenhoitajalle pääsyn kokivat hankalaksi nuoret, joilla havaittiin esimerkiksi haasteita terveydessä ja hyvinvoinnissa. Tätä samaa ilmiötä voimme huomata terveydenhoitajan käynti- ja avunsaantivastauksissa. Nuoret, jotka ilmoittivat käyttävänsä jotain päihdettä, vastasivat reilusti useammin, että olivat yrittäneet päästä terveydenhoitajan vastaanotolle, mutta eivät päässeet tai olisivat tarvinneet apua terveydenhoitajalta, mutta eivät olleet saaneet.

On hienoa nähdä, että nuoret uskaltavat hakeutua terveydenhoitajan vastaanotolle ja kokevat myös saavansa terveydenhoitajalta apua. Päihteidenkäyttö ei myöskään näyttäisi olevan terveydenhoitajan vastaanotolle hakeutumista estävä tekijä. Emme kuitenkaan näiden vastausten perusteella pysty erottelemaan, liittyikö vastaanotolle hakeutuminen ja avunsaanti suoraan päihteidenkäyttöön.

13 POHDINTA

Opinnäytetyössämme haimme vastausta tutkimuskysymyksiin ”Millaista 8.–9.-luokkalaisten päihteidenkäyttö on Kouluterveyskyselyn 2019 perusteella?”, ”Miten päihteitä käyttävien nuorten käyntimäärät kouluterveydenhoitajan luona eroavat päihteettömien nuorten käyntimääriin verrattuna?” ja ”Miten päihteitä käyttävien nuorten kokemukset avunsaannista kouluterveydenhoitajalta eroaa päihteettömien nuorten kokemuksista?”.

Tarkoituksemme oli alkuun kartoittaa ja kuvata 8.–9.-luokkalaisten nuorten Kouluterveyskyselystä 2019 ilmenevää päihteidenkäyttöä. Perehdyimme Tilastokuntio-palvelun avulla varsin kattavasti nuorten päihteidenkäyttöön, eli esimerkiksi mitä päihteitä he käyttävät, kuinka paljon, mistä he hankkivat käyttämänsä päihteet ja mitä mieltä he ovat päihteidenkäytöstä. Lisäksi tutustuimme siihen, mitä muutoksia päihteidenkäytössä on tapahtunut muutaman viime vuoden aikana. Nuorten päihteidenkäytön tarkastelun avulla osaltaan tutustuimme käsittelemäämme aiheeseen ja ilmiöön, ja se auttoi meitä ymmärtämään, millaisia nuoria sisältyy käynnit ja avunsaanti osiossa luokkaan ”päihteitä käyttävä”. Opinnäytetyössämme tietoisesti paneuduimme nuorten vastauksiin koko Suomen tasolla, koska tavoitteena oli saada käsitys kaikkien Suomessa asuvien 8.–9.-luokkalaisten nuorten päihteidenkäytöstä sen sijaan, että olisimme keskittyneet johonkin tiettyyn alueeseen.

Terveystieteiden ja avunsaannin kokemuksiin liittyvän tutkimuksemme tavoitteena oli selvittää, miten päihteitä käyttävien nuorten käyntimäärät kouluterveydenhoitajan luona eroavat päihteettömien nuorten käyntimääriin verrattuna ja miten päihteitä käyttävien nuorten kokemukset avunsaannista kouluterveydenhoitajalta eroaa päihteettömien nuorten kokemuksista. Onnistuimme koostamaan ristiintaulukoinnit, jotka sopivat hyvin tutkimuskysymystemme vastausten tulkinnan avuksi. Myös SPSS-ohjelma oli otollinen valinta näin suuren vastausmäärän tarkasteluun ja saimme valittujen menetelmien avulla mielenkiintoisia tuloksia tutkimuskysymyksiimme. Keskeisimpinä tuloksina halusimme nostaa esille käynnteihin ja kokemuksiin liittyviä tuloksia. Saamiemme tulosten

perusteella päihteitä käyttävät käyvät terveydenhoitajan luona päihteettömiä useammin ja päihteettömät nuoret ovat kokeneet harvemmin tarvetta käydä terveydenhoitajan vastaanotolla. Päihteitä käyttävät nuoret olivat päihteettömiä useammin kokeneet saaneensa apua terveydenhoitajan vastaanotolla ja he olivat myös muita vastaajia useammin kokeneet tarvitseensa apua ja tukea, mutta eivät olleet sitä saaneet.

Koska monet ihmiset käyttävät päihteitä, on päihteidenkäyttöön syytä kaikkialla hoitotyössä kiinnittää huomiota. Terveydenhoitajien velvollisuuksiin kuuluu myös päihteidenkäytöstä puhuminen asiakkaan kanssa ja päihteettömään elämään tukeminen ja kannustaminen (Pirskanen 2010). Meidän opinnäytetyömme tarkastelee päihteidenkäyttöä nuorten ja kouluterveydenhuollon osalta ja tuo hyödyllistä tietoa, jota kouluterveydenhuollossa voitaisiin hyödyntää. Terveydenhoitajan on koulussakin tärkeää tunnistaa päihteidenkäyttö ja olla tarvittaessa tukena nuorelle myös näissä tilanteissa, ja ohjata nuoria päihteettömyyteen (Terho 2002b, 371–372). Mikäli työskentelisimme tulevaisuudessa kouluterveydenhuollossa, tulisi omaa työtä tarkasteltua eri tavalla kuin ennen tähän aiheeseen paneutumista. Mietimme, miten tunnistaisimme päihteitä käyttävät nuoret ja kuinka osaisimme tarjota sellaista apua, joka tukee heidän elämäänsä ja mahdollisuuksien mukaan myös päihteettömyyttä. Toivoisimme myös, että opinnäytetyömme saisi muitakin miettimään näitä asioita.

13.1 Eettisyys ja luotettavuus

Opinnäytetyöprosessi aloitettiin tutustumalla hyvin tutkittuun teoretietoon opinnäytetyön aiheista ja tutustuimme myös tutkimuseettisiin ohjeisiin. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos noudattaa toiminnassaan voimassa olevia lakeja. Se myös käsittelee kerättyjä aineistoja lupaehtojen ja tutkimussuunnitelmien mukaisesti. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Tutkimusetiikka.) Me olemme toimineet opinnäytetyömme tutkimussuunnitelman mukaisesti ja noudattaneet yhteisesti sovit-
tuja asioita.

Hyvän tutkimuskäytännön mukaan tutkittavilta tulee saada lupa (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006). Kouluterveyskyselyyn vastaaminen on vapaaehtoista ja tämä tulee kaikille vastaajille kertoa ennen kyselyn täyttöö. Tutkimukseen osallistujan tulee myös saada riittävästi tietoa osallistumis päätöksensä tueksi (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006). Terveyden ja hyvinvoinnin laitos on huolehtinut aineiston keräämisen yhteydessä eettisestä toiminnasta ja antanut kyselyn toteuttaville tahoille eli kouluille ohjeet kyselyn toteuttamiseen. Tutkimukseen liittyvien tietojen käsittelyyn kuuluu myös anonymiteetin säilytys ja luottamuksellisuus eikä tutkittavien henkilöllisyys näin ollen saa paljastua (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006). Kouluterveyskyselyyn vastataan nimettömästi eikä opinnäytetyöstämmeäkään voida tunnistaa henkilöitä tai paikkoja. Käsittelimme luottamuksella meille annettuja tietoja eikä niitä näytetty ulkopuolisille. Ylimääräiset tiedostot ja aineistot poistetaan opinnäytetyön julkaisun myötä.

Koska Kouluterveyskyselyyn vastaajia on paljon ja vastaukset on kerätty ympäri Suomea kaikissa kouluissa, voidaan tulosten ajatella kertovan koko Suomen tilanteesta. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos myös seuraa ajankohtaisia ilmiöitä ja asioita ja havaintojen perusteella asiantuntijat päivittävät lomaketta. Näin ollen myös me opinnäytetyön tekijät voimme olettaa, että tietoa kerätään juuri kyselyhetkellä ajankohtaisista asioista.

Tulosten luotettavuuteen vaikuttaa osaltaan esimerkiksi aineiston keräystapa (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2012). Näin ollen myös opinnäytetyömme luotettavuuteen on vaikutusta sillä, että aineisto on kerätty annettuja ohjeita noudattaen. Toisaalta tuloksiin vaikuttaa myös mahdolliset pilailuvastaukset. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos on arvioinut, että kyselyyn liittyy aina pilailuvastausten mahdollisuus, eli vastaaja ei välttämättä ole vastannut totuudenmukaisesti. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos on kuitenkin testannut vastauksia etsimällä mahdottomia vastausvaihtoehtoja. Näiden perusteella pilailuvastausten vaikuttavuus on arvioitu pieneksi. (Ikonen & Helakorpi 2019.) On myös mahdollista, että vastaaja on ajatellut kysymyksen jotenkin eri tavalla, mitä kysymyksen laatijat ovat ajatelleet. Näin ollen vastaus ei välttämättä ole kysymyksen ajatuksen mukainen. Esimerkkinä tällaisesta voisi mainita kysymyksen, jossa kartoitetaan

kouluterveydenhoitajalta saatua apua. Vastaaja on saattanut epähuomiossa ajatella, että kysymyksellä tarkoitetaan myös esimerkiksi terveysasemalta saatua hoitajan apua.

Olemme pyrkineet kuvaamaan opinnäytetyömme vaiheet, toteutuksen ja tulosten analysoinnin mahdollisimman hyvin. Myös päihteisiin liittyvän kartoituksen osalta olemme tavoitelleet selkeää ja jäsenneilyä kokonaisuutta. Myös nämä tekijät lisäävät luotettavuutta ja mahdollistavat lukijalle eettisen tarkastelun (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006).

Tavoitteemme on ollut tarkastaa kaikki opinnäytetyössämme ilmoitetut luvut mahdollisen näppäilyvirheen minimoimiseksi. Luotettavuutta lisää myös se, että tiedot SPSS-ohjelmaan on syöttänyt paljon ohjelmaa käyttänyt henkilö. Opinnäytetyön tulosten luotettavuutta lisää osaltaan vastaajien suuri määrä, eli saadaan aiheesta tietoa koko Suomen tasolla lukuisilta nuorilta. SPSS-ohjelma mahdollistaa myös suuren vastausmäärän mahdollisimman luotettavan ja laajan tarkastelun. Virheiden mahdollisuutta on pyritty osaltaan vähentämään opinnäytetyöntekijöiden palaverilla, joissa on käyty kaikki vaiheet yhdessä läpi.

Olemme opinnäytetyössämme käsitelleet kouluterveydenhoitajalta saatua koetua apua ja tukea. Näin ollen opinnäytetyömme vastaa siihen, kuinka nuoret ovat kokeneet saaneensa apua kouluterveydenhoitajalta. On kuitenkin tärkeää ottaa huomioon, että nuori on voinut kokea saaneensa apua ja tukea myös joltain muulta koulun aikuiselta, ei vain kouluterveydenhoitajalta. Voi myös olla, ettei nuori ole saanut lainkaan tukea kouluterveydenhoitajalta, vaikka olisi sitä yrittänyt saada, tai nuori ei ole edes yrittänyt saada tukea kouluterveydenhoitajalta. Nuorella voikin olla hyvä suhde johonkin toiseen koulun aikuiseen, kuten Kouluterveyskyselylläkin kartoitettuihin koululääkäriin, kuraattoriin, psykologiin tai opettajaan.

13.2 Ammatillinen kasvu

Opinnäytetyön tekeminen on yhteistyötä eri toimijoiden kanssa. Opinnäytetyö vaatii esimerkiksi suunnitelmallisuutta, kärsivällisyyttä, jatkuvaa ajan tasalla pysymistä ja kehittymistä. Se on niin ikään jatkuvaa oman toiminnan arviointia ja kehittämistä sekä näyttöön perustuvaan tietoon tutustumista, sen hyödyntämistä ja kriittistä arviointia. Osana opinnäytetyötä on lisäksi päätöksenteon taito ja kokonaisuuksien hallitseminen ja toisaalta myös asiakaslähtöisyys. Nämä kaikki ovat tärkeä osa myös hoitotyötä ja sekä sairaanhoitajan että terveydenhoitajan osaamisvaatimuksia (Eriksson ym. 2015; Diak. Opiskelu. Opiskelijan polku. Opin-tojen suorittaminen. Arviointi. Osaamisvaatimukset: Terveydenhoitaja (AMK)). Oppimamme teorian tieto päihteistä tulee varmasti auttamaan meitä, kun teemme tulevaisuudessa töitä päihteitä käyttävien asiakkaiden kanssa ja tuke-maan päätösten teossa. Teorian osaaminen auttaa myös asiakkaan opetus- ja ohjaustilanteissa.

Opinnäytetyömme paneutuu terveyden ja hyvinvoinnin edistämisen yhteen osa-alueeseen, sen terveyden edistämisen menetelmiin ja terveystieteen tunnistami-seen. Opinnäytetyötä tehdessämme olemme oppineet ja löytäneet hyviä työka-luja päihteidenkäytön kartoittamiseen ja päihteettömyyden tukemiseen, joita voimme hyödyntää käytännössä työelämässä. Suomessa päihteet tulevatkin ko-kemuksemme mukaan usein esiin terveydenhuollon toimintaympäristöissä ja niistä puhuminen ja niiden käyttöön puuttuminen on iso osa terveydenedistämis-työtä. Sairaanhoitajan ja terveydenhoitajan osaamisalueisiin kuuluu myös päihdetyö ja terveydenhoitajille lisäksi kouluterveydenhuolto (Opetusministeriö 2006, 64, 85–88). Tämän opinnäytetyöprosessin aikana olemme oppineet erityi-sen paljon kouluterveydenhoitajan työstä ja kentästä teoriassa. Hoitajan työ on asiakkaiden voimavarojen ja terveystietouden vahvistamista sekä terveyttä uh-kaavien tekijöiden tunnistamista ja niihin puuttumista. Opinnäytetyömme taval-laan yhdistää niin sairaanhoitajan kuin terveydenhoitajan osaamisalueita ja antaa meille osaamista kumpaankin.

13.3 Jatkotutkimusehdotukset

Alkuperäisesti meillä oli tavoitteena myös selvittää, miten kouluterveydenhoitajat tunnistavat päihteidenkäytön ja puuttuvat siihen. Emme koronatilanteesta johtuen voineet suunnittelemaamme haastatteluja kuitenkaan tehdä ja jatkotutkimusehdotuksemme onkin kouluterveydenhoitajien haastatteleminen. Jatkossa voisi selvittää, miten terveydenhoitajat tunnistavat päihteitä käyttävät nuoret kouluterveydenhuollossa, ja kuinka terveydenhoitajat puuttuvat nuorten päihteidenkäyttöön. Voisi myös esimerkiksi haastatteluiden avulla kartoittaa, ovatko kouluterveydenhoitajat huomanneet, että päihteitä käyttävät nuoret käyvät useammin heidän vastaanotollaan päihteettömään nuoreen verrattuna. Mietimme myös, millaista apua terveydenhoitajat antavat päihteitä käyttäville nuorille. Mielenkiintoista olisi myös tietää, miten kouluterveydenhoitajat hyödyntävät Kouluterveyskyselyn tuloksia työssään päihteidenkäytön osalta.

Opinnäytetyömme vastaukset herättivät myös uusia kysymyksiä. Emme Kouluterveyskyselyn 2019 vastausten perusteella voi tietää, miksi päihteitä käyttävä nuori käy terveydenhoitajan luona useammin. Mitkä ovat asioita, joihin he tarvitsevat terveydenhoitajalta apua ja liittyvätkö käynnit päihteisiin tai päihteidenkäyttöön? Millaista apua päihteitä käyttävä nuori kokisi tarvitsevansa? Miten voisimme auttaa päihteitä käyttäviä nuoria, jotka haluaisivat päästä terveydenhoitajan luokse, mutta eivät ole päässeet? Näitä kysymyksiä voisi tutkia esimerkiksi yläasteikäisten haastattelulla tai kyselyllä, ja tämä onkin toinen jatkotutkimusehdotuksemme.

Saimme opinnäytetyössämme mielenkiintoisia tuloksia tutkimuskysymyksiimme. Nuorten päihteidenkäyttö on lisäksi aiheena ajankohtainen. Tavoitteemme olikin, että jos opinnäytetyömme herättää hyviä jatkotutkimusehdotuksia, jatkaisimme itse aiheen parissa viimeisen lukukauden kehittämistehtävässä. Aiommekin siis kirjoittaa artikkelin opinnäytetyössä nousseista keskeisistä tuloksista. Ajattelimme, että tulosten jakaminen kouluterveydenhoitajille voisi olla hyvä keino herättää ajatuksia aiheen tiimoilta.

LÄHTEET

- Aalto, M. & Mäki, P. (2017). AUDIT-kysely. Teoksessa: P. Mäki, K. Wikström, T. Hakulinen & T. Laatikainen (toim.), *Terveystarkastukset lastenneuvolassa ja kouluterveydenhuollossa*. (s. 169–172). Helsinki: Terveyden ja Hyvinvoinnin laitos.
- Aalto, M. (2015). Alkoholien ongelmakäyttö. Teoksessa Aalto, M., Alho, H., Kiianmaa, K. & Lindroos, L. (toim.), *Alkoholiriippuvuus* (s. 7–16). Helsinki: Duodecim.
- Aalto-Setälä, T., Marttunen, M. & Pelkonen, M. (2003). Nuorten päihdehäiriöiden varhaistunnistaminen. Tietoa nuorten kanssa työskenteleville aikuisille. Saatavilla 28.10.2019 <http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/78216/paihdehairiot.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Creamer, M., Everett Jones, S., Gentzke, A., Jamal, A. & King, B. (2020). Tobacco Product Use Among High School Students — Youth Risk Behavior Survey. US Department of Health and Human Services/Centers for Disease Control and Prevention. *MMWR* 69(1), 56–63. Saatavilla 28.10.2020 <https://www.cdc.gov/mmwr/volumes/69/su/pdfs/su6901a7-H.pdf>
- Darnell, T., Hager, K. & Loprinzi, P. (2018). The Impact of School Nurses in Kentucky Public High Schools. *The Journal of School Nursing*, 35(6), 434–441.
- Diak. Opiskelu. Opiskelijan polku. Opintojen suorittaminen. Arviointi. Osaamisvaatimukset: Terveystarkastaja (AMK). Saatavilla 28.11.2020 <https://www.diak.fi/opiskelu/opiskelijan-polku/opintojen-suorittaminen/arviointi/osaamisvaatimukset-terveydenhoitaja-amk/#3efe4c8e>
- Duodecim. Terveyskirjasto. Lääketieteen sanasto. Saatavilla 21.2.2020 https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=Ilt02516
- Duodecim. Terveyskirjasto. Passiivinen tupakointi vahingollista lapsen sydämelle ja verisuonille (2016). Saatavilla 21.2.2020 <https://www.duodecim.fi/2016/11/03/passiivinen-tupakointi-vahingollista-lapsen-sydämelle-ja-verisuonille/>

- Eriksson, E., Korhonen, T., Merasto, M. & Moisio E-L. (2015). Sairaanhoidajan ammatillinen osaaminen. Sairaanhoidajakoulutuksen tulevaisuus-hanke. Saatavilla 28.11.2020 <https://www.epressi.com/media/user-files/15014/1442254031/loppuraportti-sairaanhoidajan-ammattillinen-osaaminen.pdf>
- Haarala, P. & Mellin, O-K. (2015). Kansanterveystyö ja terveyden edistäminen. Teoksessa: P. Haarala, H. Honkanen, O-K. Mellin & T. Tervaskanto-Mäentausta (toim.), *Terveydenhoitajan osaaminen*. (s. 26–45). Edita.
- Haarala, P. & Tervaskanto-Mäentausta, T. (2015). Terveydenhoitaja ammattina. Teoksessa: P. Haarala, H. Honkanen, O-K. Mellin & T. Tervaskanto-Mäentausta (toim.), *Terveydenhoitajan osaaminen*. (s. 7–24). Edita.
- Haravuori, H., Muinonen, E., Kanste, O. & Marttunen, M. (2016). Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Mielenterveys- ja päihdetyön menetelmät. Opas arviointiin, hoitoon ja käytäntöihin. Saatavilla 28.10.2019 http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/131873/URN_ISBN_978-952-302-722-0.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Heikkilä, T. (2010). *Tilastollinen tutkimus*. Helsinki: Edita.
- Heikkilä, T. (2014). *Tilastollinen tutkimus*. Helsinki: Edita.
- Hengityslitto. Lapsuuden passiivinen tupakointi vaikuttaa vielä aikuisenakin (2018). Saatavilla 21.2.2020 <https://www.hengityslitto.fi/fi/uutiset/lapsuuden-passiivinen-tupakointi-vaikuttaa-viela-aikuisenakin>
- Hietanen-Peltola, M. & Korpilahti, U. (toim.), (2015). Terveellinen, turvallinen ja hyvinvoiva oppilaitos. Opas ympäristön ja yhteisön monialaiseen tarkastamiseen. Tampere: Terveyden ja Hyvinvoinnin laitos.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. (2012). *Tutki ja kirjoita*. Helsinki: Tammi.
- Holmberg, J., Partanen, A. & Koskelo, J. (2015a). Päihteet ja niiden käyttö. Teoksessa Partanen, A., Holmberg, J., Inkinen, M., Kurki, M. & Salo-Chydenius, S. (toim.), *Päihdehoitotyö* (s. 61–104). Helsinki: Sanoma Pro.
- Holmberg, J., Salo-Chydenius, S., Kurki, M. & Hämäläinen, R. (2015b). Päihdehoitotyö ja ihmisen elämänselämä. Teoksessa Partanen, A.,

- Holmberg, J., Inkinen, M., Kurki, M. & Salo-Chydenius, S. (toim.), *Päihdehoitotyö* (s. 357–415). Helsinki: Sanoma Pro.
- Ikonen, R. & Helakorpi, S. (2019). Lasten ja nuorten hyvinvointi – Kouluterveyskysely 2019. Tilastoraportti 33/2019. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Saatavilla 24.10.2020 https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/138562/Tilastoraportti_33_Kouluterveyskysely.pdf?sequence=2&isAllowed=y
- Jones, C., Clayton, H., Deputy, N., Roehler, D., Ko, J., Esser, M., Brookmeyer, K. & Feldman Hertz, M. (2020). Prescription Opioid Misuse and Use of Alcohol and Other Substances Among High School Students — Youth Risk Behavior Survey, United States, 2019. US Department of Health and Human Services/Centers for Disease Control and Prevention. *MMWR* 69(1), 38–46. Saatavilla 28.10.2020 <https://www.cdc.gov/mmwr/volumes/69/su/pdfs/su6901a5-H.pdf>
- Järvinen, M. (2014). Motivoiva haastattelu. Duodecim: Käypä Hoito. Saatavilla 10.11.2019 <https://www.kaypahoito.fi/nix02109>
- Kettunen, R. (2014). Tupakoinnin lopettaminen. Duodecim. Saatavilla 8.11.2019 https://www.ebm-guidelines.com/dtk/syd/avaa?p_artikkeli=syd00050
- Kiianmaa, K. (2015). Alkoholien aineenvaihdunta ja vaikutustavat. Teoksessa Aalto, M., Alho, H., Kiianmaa, K. & Lindroos, L. (toim.), *Alkoholiriippuvuus* (s. 17–31). Helsinki: Duodecim.
- Kivimäki, H., Saaristo, V., Wiss, K., Frantsi-Lankia, M., Ståhl, T. & Rimpelä, A. (2018). Access to a school health nurse and adolescent health needs in the universal school health service in Finland. *Scandinavian Journal of Caring Sciences* 2018. Saatavilla 29.10.2020 <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.1111/scs.12617>
- Kuoppasalmi, K., Heinälä, P. & Lönnqvist, J. (2017). Päihdehäiriöt. Teoksessa Lönnqvist, J., Henriksson, M., Marttunen, M. & Partonen, T. (toim.) *Psykiatria* (s. 491–559). Helsinki: Duodecim.
- KvantiMOTV. Ristiintaulukointi. Saatavilla 15.11.2020 <https://www.fsd.tuni.fi/metelmaopetus/ristiintaulukointi/ristiintaulukointi.html>
- Käypä hoito. Alkoholiongelman hoito. Saatavilla 19.11.2019 <https://www.kaypahoito.fi/hoi50028#readmore>

- L 1102/2017. Alkoholilaki. Saatavilla 28.10.2019 <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2017/20171102>
- L 1287/2013. Oppilas- ja opiskelijahuoltolaki. Saatavilla 29.10.2020 <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2013/20131287#Pidp446323520>
- L 1326/2010. Terveystarkastuslaki. Saatavilla 29.10.2019 <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2010/20101326#L2P16>
- L 373/2008 Huumausainelaki. Saatavilla 25.1.2021 <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2008/20080373>
- L 41/1986. Päihdehuoltolaki. Saatavilla <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1986/19860041>
- L 549/2016. Tupakkalaki. Saatavilla 28.10.2019 <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2016/20160549>
- Mamia, T. (2005). SPSS-alkeisopas. Tampereen Yliopisto. Saatavilla 15.11.2019 http://groups.jyu.fi/sporticus/lahteet/LAHDE24_spss.pdf
- Marttunen, M. & Kaltiala-Heino, R. (2017). Nuorisopsykiatria. Teoksessa Lönnqvist, J., Henriksson, M., Marttunen, M. & Partonen, T. (toim.) *Psykiatria* (s. 652–687). Helsinki: Duodecim.
- Merianos, A., Rosen, B., Montgomery, L., Barry, A. & Lee Smith, M. (2017). Impact of Perceived Risk and Friend Influence in Alcohol and Marijuana Use Among Students. *The Journal of School Nursing*, 33(6), 446–455.
- Mäki, P. (2017). Lastenneuvolan ja kouluterveydenhuollon terveystarkastukset. Teoksessa: P. Mäki, K. Wikström, T. Hakulinen & T. Laatikainen (toim.), *Terveystarkastukset lastenneuvolassa ja kouluterveydenhuollossa*. (s. 13–15). Helsinki: Terveystarkastuslaitos.
- Niemelä, S. (2015). Nuorten alkoholin käyttö. Teoksessa Aalto, M., Alho, H., Klänmaa, K. & Lindroos, L. (toim.), *Alkoholiriippuvuus*. (s. 139–152). Helsinki: Duodecim.
- Niemelä, S. (2018). Nuoret ja huumeet. Teoksessa Aalto, M., Alho, H. & Niemelä, S. (toim.), *Huume- ja lääkeriippuvuudet* (s. 249–270). Helsinki: Duodecim.
- Nuorten mielenterveystalo. Häiriöt ja ongelmat. Päihdeongelmat. Saatavilla 28.10.2019

https://www.mielenterveystalo.fi/nuoret/tietoa_mielenterveydesta/nuorten_mielenterveysongelmat/Pages/paihdeongelmat.aspx

Nuortennetti. Päihteet (2018). Saatavilla 21.2.2020 <https://www.nuortennetti.fi/mieli-ja-keho/paihteet/>

Nurmi, J-E., Ahonen, T., Lyytinen, H., Lyytinen, P., Pulkkinen, L. & Ruoppila, I. (2014). *Ihmisen psykologinen kehitys*. Juva: Bookwell

Ollila, H. & Heloma, A. (2017). Tupakointi. Teoksessa: P. Mäki, K. Wikström, T. Hakulinen & T. Laatikainen (toim.), *Terveystarkastukset lastenneuvolassa ja kouluterveydenhuollossa*. (s. 177–182). Helsinki: Terveyden ja Hyvinvoinnin laitos.

Opetusministeriö (2006). Ammattikorkeakoulusta terveydenhuoltoon. Koulutuksesta valmistuvien ammatillinen osaaminen, keskeiset opinnot ja vähimmäisopintopisteet. Saatavilla 28.11.2020 <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/80112/tr24.pdf>

Partanen, A. (2015). Yhteiskunta, päihteet ja riippuvuus. Teoksessa Partanen, A., Holmberg, J., Inkinen, M., Kurki, M. & Salo-Chydenius, S. (toim.), *Päihdehoitotyö* (s. 451–492). Helsinki: Sanoma Pro.

Peda. Opetussuunnitelmat. Jyväskylän perusopetuksen opetussuunnitelma. Vuosiluokat 7–9. Oppiaineet vuosiluokilla 7–9. Terveystieto. Saatavilla 10.12.2020 https://peda.net/opetussuunnitelma/ksops/jyvaskyla/luku15/15-4_oppiaineet/15-4-9_terveystieto

Pirkanen, M. (2010). Varhaisen puuttumisen malli nuorten päihteettömyyden edistämiseksi - toimintaohjeita 2010. Saatavilla 10.11.2019 https://thl.fi/documents/605877/3316838/adsume_kayttoohjeet.pdf/9dec081b-85a9-413a-9d55-03017b82d595

Pirkanen, M. (2017). Nuorten päihdemittarit, ADSUME. Teoksessa: P. Mäki, K. Wikström, T. Hakulinen & T. Laatikainen (toim.), *Terveystarkastukset lastenneuvolassa ja kouluterveydenhuollossa*. (s. 173–176). Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.

Päihdelinkki.fi. Asiaa nuorten päihteiden käytöstä. Saatavilla 28.10.2019 <https://paihdelinkki.fi/fi/tietopankki/vanhemmille/kun-kotona-puhutaan-paihteista/asiaa-nuorten-paihteidenkaytosta>

Päihdelinkki.fi. Info. Saatavilla 26.2.2020 <https://paihdelinkki.fi/fi/info>

- Päihdelinkki.fi. Testit ja laskurit. Alkoholi. Alkoholin käytön riskit – AUDIT. Saatavilla 8.11.2019 <https://paihdelinkki.fi/fi/testit-ja-laskurit/alkoholi/alkoholin-kayton-riskit-audit>
- Saaranen-Kauppinen, A. & Puusniekka, A. (2006). KvaliMOTV. Hyvä tutkimuskäytäntö. Tampere: yhteiskuntatieteellinen tietoaarkisto. Saatavilla 29.10.2020 https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus/kvali/L3_1_2.html
- Saaristo, V. (2006). *Vastaanottokäyntien määrän selittäminen kouluterveydenhuollossa*. Tilastotieteen Pro Gradu -tutkielma. Tampere: Tampereen yliopisto. Saatavilla 29.10.2020 <https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/94072/gradu01491.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Salo-Chydenius, S., Holmberg, J. & Partanen, A. (2015). Riippuvuuskäyttäytyminen. Teoksessa Partanen, A., Holmberg, J., Inkinen, M., Kurki, M. & Salo-Chydenius, S. (toim.), *Päihdehoitotyö* (s. 105–130). Helsinki: Sanoma Pro.
- Savuton Suomi 2030. Askel askeleelta savuttomaksi. Saatavilla 21.2.2020 <https://savutonsuomi.fi/kohti-savutonta-suomea/aikajana/>
- Seppä, K. (2013). Lyhytneuvonta (Mini-interventio). Päihdelinkki.fi. Saatavilla 10.11.2019 <https://paihdelinkki.fi/fi/tietopankki/tietoiskut/paihdeytonmenetelmat-ja-koulutus/lyhytneuvonta-mini-interventio>
- Sinkkonen, J. (2012). *Nuoruusikä. Miten lapsesta tulee nuori aikuinen?* Helsinki: WSOY.
- Sosiaali- ja Terveysministeriö. Vastuualueet. Sosiaali- ja terveystalvet. Terveystalvet. Kouluterveydenhuolto. Saatavilla 10.11.2019 <https://stm.fi/kouluterveydenhoito>
- Storvik-Sydänmaa, S., Tervajärvi, L. & Hammar, A.-M. (2019). *Lapsen ja perheen hoitotyö*. Helsinki: Sanoma Pro.
- Terho, P. (2002a). Terveystarkastukset yläasteella (luokat 7–9). Teoksessa: P. Terho, E-L. Ala-Laurila, J. Laakso, H. Krogius & M. Pietikäinen (toim.), *Kouluterveydenhuolto*. (s. 146–151). Helsinki: Duodecim.
- Terho, P. (2002b). Nuorten päihteidenkäyttö ja käytön ehkäisy. Teoksessa: P. Terho, E-L. Ala-Laurila, J. Laakso, H. Krogius & M. Pietikäinen (toim.), *Kouluterveydenhuolto*. (s. 266–374). Helsinki: Duodecim.

- Tervaskanto-Mäentausta, T. (2015). Kouluikäinen ja nuori. Teoksessa: P. Haara, H. Honkanen, O-K. Mellin & T. Tervaskanto-Mäentausta (toim.), *Terveystenhoitajan osaaminen*. (s. 280–318). Edita.
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Historia. Saatavilla 29.10.2019
<https://thl.fi/fi/thl/mika-on-thl/historia>
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Kouluterveyskysely. Saatavilla 20.10.2019
<https://thl.fi/fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/kouluterveyskysely>
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Kouluterveyskyselyn toteuttaminen. Saatavilla 31.12.2020
<https://thl.fi/fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/kouluterveyskysely/kouluterveyskyselyn-toteuttaminen>
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Kyselylomakkeet. Kouluterveyskysely 2019. Perusopetuksen 8.–9. lk lomake. Saatavilla 6.3.2020
https://thl.fi/documents/605877/4438922/Perusopetuksen_8-9_lk+lomake_FI_mallikappale.pdf/5985f12e-9d0b-452f-be26-c5944f3e998a
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Lapset, nuoret ja perheet. Peruspalvelut. Opiskeluhoito. Kouluterveydenhoito. Toimijat. Terveystenhoitaja. Saatavilla 10.12.2020
<https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/peruspalvelut/opiskeluhoito/kouluterveydenhoito/toimijat/terveydenhoitaja>
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Lastensuojeluilmoitus. Saatavilla 22.1.2021
<https://thl.fi/fi/web/lastensuojelun-kasikirja/tyoprosessi/lastensuojeluilmoitus-ja-lastensuojeluasian-vireilletulo/lastensuojeluilmoitus#kuka%20voi%20tehdä%20ilmoituksen>
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Mikä on THL? Saatavilla 20.10.2019
<https://thl.fi/fi/thl/mika-on-thl>
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Nuorten päihteiden käyttö ja päihdehäiriöt. Saatavilla 28.10.2019
<https://thl.fi/fi/web/mielenterveys/mielenterveys-hairiot/nuorten-mielenterveys-hairiot/nuorten-paihteiden-kaytto-ja-kaytoshairiot>
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Sähkösavuke. Saatavilla 26.2.2020
<https://thl.fi/fi/web/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/tupakka/tupakkatuotteet-ja-sahkosavuke/sahkosavuke>

- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Tilastokuutio. Raportit. Saatavilla 20.5.2020
<https://sampo.thl.fi/pivot/prod/fi/ktk>
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Tulosten hyödyntäminen. Saatavilla
20.10.2019 <https://thl.fi/fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/kouluterveyskysely/tulosten-hyodyntaminen>
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Tutkimusetiikka. Saatavilla 29.10.2020
<https://thl.fi/fi/thl/tutkimusetiikka>
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Vesipiippu. Saatavilla 26.2.2020
<https://thl.fi/fi/web/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/tupakka/tupak-katuotteet-ja-sahkosavuke/vesipiippu>
- Terveydenhoitajaliitto. Ammatti. Terveydenhoitajan ammatti. Saatavilla
10.11.2019 https://www.terveydenhoitajaliitto.fi/ammatti/terveydenhoitajan_ammatti
- Tuomisto, J. (2014). Tuleeko tupakansavussa olemisesta keuhkosyöpä? Duodecim. Terveyskirjasto. Saatavilla https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=asy00409#s2
- Varuhin, E. (2017). *Oireilun yhteys 8.–9.-luokkalaisten opiskeluhoollon palveluiden käyttöön*. Yhteiskuntatieteiden tiedekunta Pro Gradu -tutkielma. Tampere: Tampereen yliopisto. Saatavilla
<https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/102458/1512133277.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

LIITE 1. Kouluterveyskysely 2019 -lomake

Perusopetuksen 8.-9. lk lomake

TAUSTATIEDOT

1. Mikä on virallinen sukupuolesi?

- Poika
 Tyttö

2. Koetko olevasi

- Poika
 Tyttö
 Molempia
 En kumpaakaan
 Kokemukseni vaihtelee

3. Minä vuonna olet syntynyt?

- 2000 tai aiemmin
 2001
 2002
 2003
 2004
 2005
 2006 tai myöhemmin

4. Missä kuussa olet syntynyt?

- Tammikuu
 Helmikuu
 Maaliskuu
 Huhtikuu
 Toukokuu
 Kesäkuu
 Heinäkuu
 Elokuu
 Syyskuu
 Lokakuu
 Marraskuu
 Joulukuu

5. Millä luokalla olet?

8. luokalla
 9. luokalla

KOULUNKÄYNTI

1. Mitä pidät koulunkäynnistä tällä hetkellä? Pidän koulunkäynnistä

- Hyvin paljon
 Melko paljon
 Melko vähän
 En lainkaan

2. Mitä mieltä olet luokastasi?

| | Täysin samaa mieltä | Samaa mieltä | Eri mieltä | Täysin eri mieltä |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Luokassani on hyvä työrauha | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Luokan ilmapiiri on sellainen, että uskallan vapaasti ilmaista mielipiteeni | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Luokkani oppilaat viihtyvät hyvin yhdessä | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

3. Mitä mieltä olet opettajistasi?

| | Täysin samaa mieltä | Samaa mieltä | Eri mieltä | Täysin eri mieltä |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Opettajat rohkaisevat minua ilmaisemaan oman mielipiteeni oppitunneilla | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Opettajat ovat kiinnostuneita siitä, mitä minulle kuuluu | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Opettajat kohtelevat meitä oppilaita oikeudenmukaisesti | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

4. Millainen mahdollisuus sinulla on ollut vaikuttaa seuraaviin asioihin koulussasi tämän lukuvuoden aikana?

| | Erittäin hyvä | Melko hyvä | Ei hyvä eikä huono | Melko huono | Erittäin huono |
|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Oppituntien järjestelyt (esim. työskentelytavat) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Koulutyön suunnittelu (mm. oppituntien sijoittelu, koulupäivän alkamisajankohta, koejärjestelyt) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Välituntien tai taukojen suunnittelu tai toteutus | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Koulun yhteisten sääntöjen laatiminen | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Koulutilojen suunnittelu tai siistiminen | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Kouluruokailu (mm. ruokalistat, tilojen viihtyvyys) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Koulun teemapäivien, juhlien, retkien ja leirikoulun järjestäminen | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

5. Koen olevani tärkeä osa

| | Täysin samaa mieltä | Samaa mieltä | Ei samaa eikä eri mieltä | Eri mieltä | Täysin eri mieltä |
|----------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Luokkayhteisöä | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Kouluyhteisöä | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

6. Mitä mieltä olet välitunneista?

| | Täysin samaa mieltä | Samaa mieltä | Ei samaa eikä eri mieltä | Eri mieltä | Täysin eri mieltä |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Välitunnit tai niille siirtyminen pelottavat minua | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Tunnen välitunneilla olevani yksinäinen | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Toivoisin välitunneille enemmän järjestettyä ohjelmaa | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

7. Onko sinulla vaikeuksia seuraavissa koulunkäyntiin liittyvissä asioissa?

| | Ei lainkaan | Melko vähän | Melko paljon | Erittäin paljon |
|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

8. Ovatko seuraavat asiat häirinneet sinua koulussa tämän lukuvuoden aikana?

| | Ei ollenkaan | Jonkin verran | Paljon |
|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Liian kuuma sisällä | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Liian kylmä sisällä | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Tunkkainen (huono) ilma | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Epämiellyttävä haju | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Luokahuoneen ahtaus | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Melu | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Liian kirkas tai hämärä valaistus | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Epämukavat työtuolit, työpöydät tai muut kalusteet | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Huonot WC:t, pukeutumistilat ja peseytymistilat | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

9. Kuinka usein sinulla on ollut tämän lukuvuoden aikana

| | Ei lainkaan | Muutaman kerran vuodessa | Kuukausittain | Viikoittain | Päivittäin tai lähes päivittäin |
|-------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|---------------------------------|
| Myöhästymisiä | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Luvattomia poissaoloja, lintsamista | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Poissaoloja sairauden vuoksi | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

10. Oletko kokenut seuraavanlaisia tunteita koulutyöhösi liittyen?

| | En juuri koskaan | Muutaman kerran kuukaudessa | Muutamana päivänä viikossa | Lähes päivittäin |
|--|--------------------------|-----------------------------|----------------------------|--------------------------|
| Tunnen hukkuvani koulutyöhön | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Tuntuu, ettei opinnoillani ole enää merkitystä | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Minulla on riittämättömyyden tunteita opinnoissani | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

11. Mihin aiot ensisijaisesti hakea opiskelemaan peruskoulun jälkeen? Valitse yksi vaihtoehto.

- Lukioon tai ammatilliseen koulutukseen
- Lisäopetukseen (kymppiluokalle)
- Ammatilliseen koulutukseen tai lukioon valmistavaan koulutukseen (VALMA, LUYVA)
- En aio jatkaa enää opintoja
- En tiedä

KIUSAAMINEN

Kiusaamisella tarkoitetaan tässä sitä, kun toinen oppilas tai ryhmä oppilaita sanoo tai tekee epämiellyttäviä asioita jollekin oppilaalle. Kiusaamista on myös se, kun oppilasta kiusoitellaan **toistuvasti** tavalla, josta hän ei pidä. Kiusaamista ei ole se, kun kaksi suunnilleen **samanvahvuista** oppilasta riitelevät.

12. Kuinka usein sinua on kiusattu koulussa tämän lukukauden aikana?

- Useita kertoja viikossa
- Noin kerran viikossa
- Harvemmin
- Ei lainkaan

13. Kuinka usein sinä olet osallistunut muiden oppilaiden kiusaamiseen tämän lukukauden aikana?

- Useita kertoja viikossa
- Noin kerran viikossa
- Harvemmin
- En lainkaan

Jos sinua ei ole kiusattu tai et ole itse osallistunut kiusaamiseen koulussa tämän lukukauden aikana, siirry kysymykseen 21.

14. Oletko kertonut jollekin koulun aikuiselle tämän lukukauden aikana koulussa tapahtuneesta kiusaamisesta?

- Kyllä
- En (siirry kysymykseen 21)

15. Mitä on tapahtunut sen jälkeen, kun olet kertonut kiusaamisesta?

- Kiusaaminen on loppunut
- Kiusaaminen on vähentynyt
- Kiusaaminen on jatkunut kuten ennenkin
- Kiusaaminen on pahentunut
- En tiedä

TERVEYS

16. Mitä mieltä olet terveydentilastasi?

- Erittäin hyvä
- Melko hyvä
- Keskinertainen
- Melko tai erittäin huono

17. Pituus ja paino (merkitse kokonaislukuina)

Pituus _____ cm

Paino _____ kg

18. Onko sinulla viimeksi kuluneen puolen vuoden aikana ollut jotakin seuraavista oireista ja kuinka usein?

| | Harvoin tai ei lainkaan | Noin kerran kuu- kaudessa | Noin kerran viikossa | Lähes joka päivä |
|--|--------------------------|------------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Niska- tai hartiakipu | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Selän alaosan kipuja | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Vatsakipu | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Vaikeuksia päästä uneen tai heräilemistä öisin | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Päänsärkyä | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Väsymystä tai heikotusta | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

19. Onko sinulla jokin lääkärin toteama pitkäaikainen sairaus tai terveysongelma?

- Ei
 Kyllä

20. Mitkä asiat ovat sinulle helppoja tai vaikeita?

| | Ei vaikeuksia | Vähän vaikeuksia | Paljon vaikeuksia | Ei onnistu lainkaan |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Onko sinun vaikea nähdä (jos käytät silmälaseja tai piilolinssejä, arvioi näkökykyäsi niiden kanssa)? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Onko sinun vaikea kuulla puhetta (jos käytät kuulolaitetta, arvioi kuuloasi sen kanssa)? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Onko sinun vaikea kävellä noin puoli kilometriä, esimerkiksi urheilukentän ympäri? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Onko sinun vaikea huolehtia itsestäsi eli onko sinulla vaikeuksia esimerkiksi syömisessä tai kenkien pukemisessa? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Onko sinun vaikea puhua niin, että muut ihmiset kuin perheesi ymmärtävät sinua? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

21. Mitkä asiat ovat sinulle helppoja tai vaikeita?

| | Ei vaikeuksia | Vähän vaikeuksia | Paljon vaikeuksia | Ei onnistu lainkaan |
|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Onko sinun vaikea oppia asioita? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Onko sinun vaikea muistaa asioita? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Onko sinun vaikea keskittyä, vaikka tehtävä olisi mielestäsi kiva? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Onko sinun vaikea hyväksyä muutoksia omiin rutiineihisi? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Onko sinun vaikea hallita omaa käytöstäsi? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Onko sinun vaikea saada ystäviä? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

MIELIALA

22. Kuinka usein seuraavat ongelmat ovat vaivanneet sinua lomakkeen täyttöä edeltäneen kahden viikon aikana?

| | Ei lainkaan | Useana päivänä | Suurimpana osana päivistä | Lähes joka päivä |
|--|--------------------------|--------------------------|---------------------------|--------------------------|
| Hermostuneisuuden, ahdistuneisuuden tai kireyden tunne | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| En ole voinut lopettaa tai hallita huolestumistani | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Liiallinen huolestuneisuus erilaisista asioista | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Vaikeus rentoutua | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Niin levoton olo, että on vaikea pysyä aloillaan | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Taipumus harmistua tai ärsyntyä helposti | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Pelko siitä, että jotakin kauheaa saattaisi tapahtua | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Vain vähäinen mielenkiinto tai mielihyvä erilaisten asioiden tekemisestä | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Alakuloisuus, masentuneisuus, toivottomuus | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

23. Alla on joukko väittämiä, jotka käsittelevät mielialan erilaisia piirteitä. Valitse jokaisesta lauserymästä yksi vaihtoehto, joka parhaiten kuvaa sitä, millaiseksi tunnet itsesi tällä hetkellä.

- En ole surullinen.
- Olen surullinen.
- Olen aina alakuloinen ja surullinen, enkä pääse tästä mielialasta eroon.
- Olen niin onneton, että en enää kestä.
- Tulevaisuus ei erityisesti pelota minua.
- Tulevaisuus pelottaa minua.
- Tunnen, että tulevaisuudella ei ole minulle mitään tarjottavana.
- Tunnen, että tulevaisuus on toivoton, enkä usko asioiden tästä paranevan.
- Asiat tuottavat minulle tyydytystä kuten ennenkin.
- En osaa nauttia asioista samalla tavalla kuin ennen.
- En saa todellista tyydytystä enää mistään.
- Olen tyytymätön ja kyllästynyt kaikkeen.
- Minulla ei ole erityisiä syyllisyyden tunteita.
- Minulla on usein syyllinen olo.
- Tunnen melkoista syyllisyyttä suurimman osan ajasta.
- Tunnen jatkuvasti syyllisyyttä.
- En ole pettynyt itseäni.
- Olen pettynyt itseäni.
- Inhoan itseäni.
- Vihaan itseäni.
- Pystyn tekemään päätöksiä kuten aina ennenkin.
- Lykkään päätöksen tekoa useammin kuin ennen.
- Minun on hyvin vaikea tehdä päätöksiä.
- En pysty enää lainkaan tekemään päätöksiä.

24. Oletko sinä ollut huolissasi mielialastasi viimeksi kuluneen 12 kuukauden aikana?

- En (siirry kysymykseen 31)
- Kyllä, olen kertonut asiasta jollekin
- Kyllä, mutta en ole kertonut asiasta kenellekään

25. Oletko saanut tukea ja apua mielialaasi liittyviin asioihin viimeksi kuluneen 12 kuukauden aikana?

| | Kyllä, paljon | Kyllä, jonkin verran | En, mutta olis tarvinnut | En ole tarvinnut apua |
|--|--------------------------|----------------------------|--------------------------------|-----------------------------|
| Koulun aikuisilta (opettaja, terveydenhoitaja, lääkäri, psykologi, kuraattori) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Palveluista koulun ulkopuolella (esim. terveyskeskus, mielenterveyspalvelut, nuorisotoimen palvelut) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Omilta vanhemmilta | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ystäviltä ja muilta läheisiltä | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

YSTÄVÄT

26. Onko sinulla tällä hetkellä todella läheistä ystävää, jonka kanssa voit keskustella luottamuksellisesti lähes kaikista omista asioistasi?

- Ei ole läheisiä ystäviä
- On yksi läheinen ystävä
- On kaksi läheistä ystävää
- On useampia läheisiä ystäviä

27. Tunnetko itsesi yksinäiseksi?

- En koskaan
- Hyvin harvoin
- Joskus
- Melko usein
- Jatkuvasti

SEURUSTELU JA SEKSUAALITERVEYS

28. Mikä seuraavista kuvaa parhaiten seksuaalista suuntautumistasi tällä hetkellä?

- Hetero
- Bi- tai panseksuaali
- Homo tai lesbo
- Mikään edellä olevista ei sovi kuvaamaan minua
- En osaa sanoa

29. Seurusteletko tällä hetkellä?

- En (siirry kysymykseen 36)
- Kyllä

30. Miten seuraavat asiat kuvaavat tämän hetkistä seurusteluasi?

| | Täysin samaa mieltä | Samaa mieltä | Ei samaa eikä eri mieltä | Eri mieltä | Täysin eri mieltä |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Seurustelusuhteessani voin olla täysin oma itseni | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Olen tyytyväinen omaan kehooni | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Seurustelukumppanini arvostaa minun kehoani | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Voin täysin luottaa seurustelukumppaniini | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Puhumme kunnioittavasti toisillemme | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Seurustelusuhhteessa voimme ilmaista toisillemme läheisyyttä ja rakkautta | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

31. Oletko koskaan ollut yhdynnässä (emätin- tai peräaukkoyhdyntä)?

- En ole (siirry kysymykseen 38)
- Olen

32. Mitä ehkäisymenetelmää käytitte viimeisimmässä yhdynnässä? Voit valita useita vaihtoehtoja.

- Kondomia
- E-pillereitä, ehkäisyrengasta tai -laastaria
- Kierukkaa
- Jälkiehkäisyä yhdynnän jälkeen
- Jotain muuta menetelmää
- Ei mitään
- En tiedä

33. Oletko harrastanut muuta seksiä kuin yhdyntää (emätin- tai peräaukkoyhdyntä)?

- En ole (siirry kysymykseen 40)
- Olen

34. Montako seksikumppania sinulla on ollut elämäsi aikana? _____

35. Tarvitsetko jotain seuraavista?

| | Kyllä | En | En tiedä |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Mahdollisuutta keskustella jonkun kanssa ihmissuhteista ja seksuaalisuudesta | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Enemmän tietoa kehosta | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Enemmän tietoa mahdollisuudesta tulla raskaaksi | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ilmaisia kondomeja | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Halvempia ehkäisymenetelmiä | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Enemmän tietoa seksitaudeista | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Lisätietoa, kuinka voin tilata klamydiatestin | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Viikonloppuisin tai iltaisin avoimena olevia vastaanottoja testauksia ja neuvontaa varten | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

36. Onko sinulla kokemuksia seksuaalisesta lähentelystä tai kanssakäymisestä aikuisen tai tapahtumahetkellä vähintään 5 vuotta itseäsi vanhemman ihmisen kanssa?

- Kyllä
 Ei (siirry kysymykseen 45)

Kysymme seuraavaksi tarkentavia kysymyksiä kokemuksestasi. Jos sinulla on seksuaalisia kokemuksia useamman vähintään 5 vuotta vanhemman kanssa, vastaa kysymyksiin sen osalta, mitä tapahtui ensimmäisen henkilön kanssa.

37. Mitä tapahtui? Voit valita useita vaihtoehtoja.

- Pyyntö tai ehdotus tehdä jotain seksuaalista
 Hyväily
 Sukuelinten näyttäminen
 Sukuelinten koskettelu
 Yhdyntä tai yhdynnän jäljittely tai yhdyntä

38. Kuinka vanha sinä olit tapauksen sattuessa tai tapahtumasarjan alkaessa?

Olin noin _____ vuotta

39. Kuinka vanha tuo toinen henkilö oli tapauksen sattuessa tai tapahtumasarjan alkaessa?

Hän oli noin _____ vuotta

HAMPAIDEN HARJAUS

40. Kuinka usein harjaat hampaasi?

- En koskaan
 Harvemmin kuin kerran viikossa
 Vähintään kerran viikossa, mutta en päivittäin
 Kerran päivässä
 Useammin kuin kerran päivässä

RUOKAILU

41. Kuinka usein syöt seuraavia aterioita kouluviikonaikana?

| | Viitenä päivänä | 3–4 päivänä | 1–2 päivänä | En kertaakaan |
|-------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Aamupala | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Koululounas | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

NUKKUMINEN

42. Mihin aikaan tavallisesti menet nukkumaan? Vastaa molempiin kohtiin.

| | Arkisin | Viikonloppuisin |
|----------------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Noin kello 19:00 tai aikaisemmin | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Noin kello 19:30 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Noin kello 20:00 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Noin kello 20:30 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Noin kello 21:00 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Noin kello 21:30 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Noin kello 22:00 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Noin kello 22:30 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Noin kello 23:00 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Noin kello 23:30 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Noin kello 24:00 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Noin kello 00:30 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Noin kello 01:00 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Noin kello 01:30 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Noin kello 02:00 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Noin kello 02:30 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Noin kello 03:00 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Noin kello 03:30 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Noin kello 04:00 tai myöhemmin | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

43. Mihin aikaan tavallisesti heräät? Vastaa molempiin kohtiin.

| | Arkisin | Viikonloppuisin |
|----------------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Noin kello 05:00 tai aikaisemmin | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Noin kello 05:30 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Noin kello 06:00 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Noin kello 06:30 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Noin kello 07:00 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Noin kello 07:30 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Noin kello 08:00 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Noin kello 08:30 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Noin kello 09:00 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Noin kello 09:30 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Noin kello 10:00 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Noin kello 10:30 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Noin kello 11:00 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Noin kello 11:30 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Noin kello 12:00 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Noin kello 12:30 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Noin kello 13:00 tai myöhemmin | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

LIIKUNTA

44. Kuinka monta tuntia viikossa tavallisesti harrastat liikuntaa vapaa-aikanasi niin, että hengästyt ja hikoilet?

- En yhtään
- Noin ½ tuntia
- Noin 1 tunnin
- Noin 2–3 tuntia
- Noin 4–6 tuntia
- Noin 7 tuntia tai enemmän

45. Kuinka usein harrastat liikuntaa tai urheilut ohjatusti tai omatoimisesti vapaa-ajalla?

| | Lähes päivittäin | Joka viikko | Joka kuukausi | Harvemmin | En koskaan |
|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Ohjatusti seuran tai järjestön tunneilla, harjoituksissa tai kilpailuissa/otteluissa | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Omatoimisesti | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Liikunnalla tarkoitetaan tässä kaikkea sellaista toimintaa, joka nostaa sydämen sykettä ja saa sinut hetkeksi hengästymään esimerkiksi urheillessa, ystävien kanssa pelatessa, koulumatkalla, välitunnilla tai koulun liikuntatunneilla. Liikuntaa on esimerkiksi ripeä kävely, juokseminen ja pyöräily.

46. Mieti kaikkea liikkumistasi viimeksi kuluneen 7 päivän aikana. Kuinka monena päivänä olet liikkunut ainakin tunnin päivässä?

- 0 päivänä
- 1 päivänä
- 2 päivänä
- 3 päivänä
- 4 päivänä
- 5 päivänä
- 6 päivänä
- 7 päivänä

TUPAKOINTI JA PÄIHTEET

47. Jos joku parhaista kavereistasi tarjoaisi sinulle jotakin näistä, käyttäisitkö sitä? Vastaa joka riville.

| | | | | |
|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

59. Mistä hankit viimeisen 30 päivän aikana käyttämäsi sähkö tupakat tai sähkö tupakkatarvikkeet?

Vastaa kaikkiin kohtiin.

| | | | |
|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

60. Mitä mieltä olet viimeisen puolen vuoden aikana näkemiesi tupakka-askien varoitusmerkinnöistä?

- En ole nähnyt tupakka-askia
- En ole huomannut varoitusmerkintöjä
- Ne saivat minut ajattelemaan tupakoinnin lopettamista
- Ne saivat minut ajattelemaan tupakoimattomana pysymistä
- En ajatellut niistä juuri mitään

61. Ovatko vanhempasi tupakoineet sinun elinaikanasi?

| | Äiti | Isä | Muu vanhempi |
|---------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Ei ole tupakoinut | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| On tupakoinut, mutta lopettanut | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Tupakoi nykyisin | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| En tiedä | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

62. Kuinka usein kaiken kaikkiaan käytät alkoholia, esimerkiksi puoli tölkkiä olutta tai enemmän?

- Kerran viikossa tai useammin
- Pari kertaa kuukaudessa
- Noin kerran kuukaudessa
- Harvemmin
- En käytä alkoholijuomia (siirry kysymykseen 65)

63. Kuinka usein käytät alkoholia tosi humalaan asti?

- Kerran viikossa tai useammin
- Noin 1–2 kertaa kuukaudessa
- Harvemmin
- En koskaan

64. Miten hankit viime käyttökerralla nauttimasi alkoholijuomat?

| | Kyllä | Ei |
|---|--------------------------|--------------------------|
| Ostin itse Alkosta | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ostin itse kaupasta | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ostin itse kioskista tai huoltoasemalta | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ostin itse ravintolasta tai baarista | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ostin itse laivalta tai ulkomailta | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Isä tai äiti haki tai tarjosi | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Vanhemmat sisarukset hakivat tai tarjosivat | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Otin kotoa ilman lupaa | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Kaverini hakivat tai tarjosivat | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Joku muu aikuinen tai tuntematon henkilö haki tai tarjosi | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

65. Käyttääkö joku vanhemmistasi mielestäsi liikaa alkoholia?

- Ei (siirry kysymykseen 67)
 Kyllä

66. Onko siitä aiheutunut sinulle haittaa?

- Ei
 Kyllä

67. Oletko koskaan kokeillut tai käyttänyt seuraavia aineita?

| | En koskaan | Kerran | 2–4 kertaa | 5 kertaa tai useammin |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Marihuanaa tai hasista (kannabista) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Haistellut jotain huumaavaa ainetta (liimaa, butaania tms.) päihtyäksesi | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Lääkkeitä (rauhottavia, uni- tai särkylääkkeitä) tai alkoholia ja lääkkeitä yhdessä päihtyäksesi | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ekstaasia, amfetamiinia, Subutexia, heroiniä, kokaiinia, LSD:tä, gammaa tai muita vastaavia huumaavia aineita | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Huumaavaa ainetta, josta et tiennyt, mitä se oli | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

68. Muistele viimeksi kuluneita 30 päivää. Kuinka monta kertaa olet tuona aikana käyttänyt edellisessä kysymyksessä mainittuja huumaavia aineita?

| | En lainkaan | Kerran | 2–4 kertaa | 5 kertaa tai useammin |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Marihuanaa tai hasista (kannabista) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Jotain muuta edellisessä kysymyksessä mainittua huumaavaa ainetta | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

69. Millaisiksi arvioit ikäistesi mahdollisuudet hankkia huumeita, esimerkiksi marihuanaa tai hasista (kannabista), omalla paikkakunnallasi?

- Erittäin helppoa
 Melko helppoa
 Melko vaikeaa
 Erittäin vaikeaa
 En tiedä

70. Ihmisillä on erilaisia käsityksiä siitä, mikä on hyväksyttävää ja mikä ei. Hyväksytkö sinä ikäsi seuraavat asiat?

| | Kyllä | En | En osaa sanoa |
|--------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Tupakointi | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Nuuskaaminen | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Sähkötupakan käyttö | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Alkoholin juominen vähäisessä määrin | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Alkoholin juominen humalaan asti | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Marihuanan (kannabiksen) polttaminen | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

TAPATURMAT

71. Onko sinulle tämän lukuvuoden aikana tapahtunut koulussa tai koulumatkalla tapaturma, jonka vuoksi olet käynyt lääkärillä, terveydenhoitajalla tai sairaanhoitajalla?

| | Ei kertaakaan | Kerran | Kaksi kertaa tai useammin |
|---------------------------|--------------------------|--------------------------|---------------------------|
| Välitunnilla | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Liikuntatunnilla | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Muulla tunnilla | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Työelämään tutustumisessa | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Koulumatkalla | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

72. Onko sinulle tämän lukuvuoden aikana tapahtunut muulloin kuin koulupäivän aikana tai koulumatkalla onnettomuus tai tapaturma, jonka vuoksi olet käynyt lääkärillä, terveydenhoitajalla tai sairaanhoitajalla?

| | Ei kertaakaan | Kerran | Kaksi kertaa tai useammin |
|---|--------------------------|--------------------------|---------------------------|
| Moottoriajoneuvon matkustajana tai kuljettajana | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Pyöräillessä | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Kävellessä (esim. auton töytäisy tai alle jääminen) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Urheiluseuran tai vapaa-ajan liikunnan yhteydessä | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Kotona tai kotipihalla | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Työssä tai työpaikalla | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Muulloin vapaa-ajalla | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

73. Onko sinulle tämän lukuvuoden aikana tapahtunut päihtyneenä tapaturma, jonka vuoksi olet käynyt lääkärillä, terveydenhoitajalla tai sairaanhoitajalla?

- Ei kertaakaan
 Kerran
 Kaksi kertaa tai useammin

HÄIRINTÄ JA VÄKIVALTA

Fyysinen väkivalta

74. Onko sinulle viimeksi kuluneen 12 kuukauden aikana tehty seuraavia asioita?

| | Kyllä | Ei |
|---|--------------------------|--------------------------|
| Varastettu tai yritetty varastaa jotain käyttämällä väkivaltaa tai uhkaamalla sillä | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Muuten varastettu jotain | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Uhattu vahingoittaa fyysisesti | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Käyty fyysisesti kimppuusi kuten lyöty, potkittu tai käytetty jotain asetta | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Seksuaalinen häirintä ja väkivalta

Sinulla on oikeus päättää, millä tavalla sinua kosketetaan. Jos joku on koskettanut sinua hämmäntävällä tai ikävällä tavalla, tai pakottanut sinut koskemaan itseään, on tärkeää, että kerrot siitä aikuiselle, johon luotat. Voit kertoa asiasta esimerkiksi opettajalle tai kouluterveydenhoitajalle.

75. Oletko kokenut häiritsevää seksuaalista ehdottelua tai ahdistelua viimeksi kuluneen 12 kuukauden aikana?

| | Kyllä | En |
|---|--------------------------|--------------------------|
| Puhelimessa tai internetissä | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Koulussa | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Harrastuksissa | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Kadulla, kauppakeskuksessa tai muualla julkisessa tilassa | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Sinun tai jonkun toisen henkilön kotona tai muussa yksityisessä tilassa | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Jos vastasit edellisessä kysymyksessä kaikkiin kohtiin ei, voit siirtyä kysymykseen 77.

76. Kuka on tehnyt sinulle edellisessä kysymyksessä kuvattua seksuaalista häirintää viimeksi kuluneen 12 kuukauden aikana? Voit valita useita henkilöitä.

- Ystävä tai joku muu tuttu nuori tai lapsi
- Perheen aikuinen (äiti, äitipuoli, isä, isäpuoli, vanhemman seurustelukumppani)
- Sijaisperheen äiti tai isä
- Sisarus (sisko, veli, siskopuoli, velipuoli)
- Muu sukulainen (isovanhempi, täti, setä, eno, serkku)
- Perhekodin tai lastensuojelulaitoksen ohjaaja tai hoitaja
- Opettaja tai muu koulun aikuinen
- Harrastuksen ohjaaja, valmentaja tai muu vastaava
- Tuntematon henkilö
- Muu henkilö

77. Oletko kokenut jotakin seuraavista viimeksi kuluneen 12 kuukauden aikana?

| | Kyllä | En |
|---|--------------------------|--------------------------|
| Pakottamista riisuuntumaan | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Kehon intiimien alueiden koskettelua vasten tahtoasi | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Yhdyntään tai muunlaiseen seksiin painostamista tai pakottamista | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Rahan, tavarain tai päihteiden tarjoamista sinulle vastineeksi seksistä | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Jos vastasit edellisessä kysymyksessä kaikkiin kohtiin ei, voit siirtyä kysymykseen 79.

78. Kuka on tehnyt sinulle edellisessä kysymyksessä kuvattua seksuaalista väkivaltaa viimeksi kuluneen 12 kuukauden aikana? Voit valita useita henkilöitä.

- Ystävä tai joku muu tuttu nuori tai lapsi
- Perheen aikuinen (äiti, äitipuoli, isä, isäpuoli, vanhemman seurustelukumppani)
- Sijaisperheen äiti tai isä
- Sisarus (sisko, veli, siskopuoli, velipuoli)
- Muu sukulainen (isovanhempi, täti, setä, eno, serkku)
- Perhekodin tai lastensuojelulaitoksen ohjaaja tai hoitaja
- Opettaja tai muu koulun aikuinen
- Harrastuksen ohjaaja, valmentaja tai muu vastaava
- Tuntematon henkilö
- Muu henkilö

79. Oletko kertonut viimeksi kuluneen 12 kuukauden aikana kokemastasi seksuaalisesta häirinnästä tai väkivallasta jollekin aikuiselle, johon luotat?

- Kyllä
- En
- En ole kokenut häirintää tai väkivaltaa (siirry kysymykseen 81)

80. Oletko saanut tukea ja apua kokemaasi seksuaaliseen häirintään tai väkivaltaan viimeksi kuluneen 12 kuukauden aikana?

| | Kyllä, paljon | Kyllä, jonkin verran | En, mutta olisin tarvinnut | En ole tarvinnut apua |
|--|--------------------------|----------------------------|----------------------------------|-----------------------------|
| Koulun aikuisilta (opettaja, terveydenhoitaja, lääkäri, psykologi, kuraattori) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Palveluista koulun ulkopuolella (esim. terveyskeskus, poliisi, lastensuojelu) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Omilta vanhemmiltasi | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ystäviltä ja muilta läheisiltä | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Perheessä koettu väkivalta

Vanhemmilla tarkoitetaan näissä kysymyksissä esimerkiksi äitiä tai äitipuolta, isää tai isäpuolta, adoptiovanhempia, sijaisperheen vanhempia tai lastensuojelulaitoksen ohjaajia.

81. Onko vanhempasi jättänyt sinut pitkäksi aikaa ilman ruokaa tai juomista, puhtaita vaatteita tai puhdasta, lämmintä paikkaa asua?

- Ei koskaan
 Kerran tai kaksi elämäni aikana
 Useasti elämäni aikana

82. Onko vanhempasi haukkunut, loukannut, nöyryyttänyt tai uhannut sinua tai saanut sinut tuntemaan itsesi ei-toivotuksi?

- Ei koskaan
 Kerran tai kaksi elämäni aikana
 Useasti elämäni aikana

83. Onko vanhempasi tehnyt sinulle seuraavia asioita viimeksi kuluneen 12 kuukauden aikana?

| | Ei | 1–2 kertaa | 3 kertaa tai useammin | On tehnyt, mutta en muista montako kertaa |
|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|---|
| Kieltäytynyt puhumasta sinulle pitkän aikaa | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Loukannut sanallisesti, esimerkiksi haukkunut sinua | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Nöyryyttänyt tai nolannut sinua | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Uhannut hylätä tai jättää sinut yksin | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Heittänyt, lyönyt tai potkinut esineitä (esim. paiskonut ovia) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Lukinnut sinut johonkin paikkaan | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Uhannut sinua väkivallalla | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Jos vastasit edellisessä kysymyksessä kaikkiin kohtiin ei, voit siirtyä kysymykseen 85.

84. Kuka on tehnyt sinulle edellisessä kysymyksessä kuvattuja asioita viimeksi kuluneen 12 kuukauden aikana? Voit valita useita henkilöitä.

- Äiti tai äitipuoli
 Isä tai isäpuoli
 Sijaisperheen äiti
 Sijaisperheen isä
 Perhekodin tai lastensuojelulaitoksen ohjaaja tai hoitaja
 Muu vanhempi tai huoltaja

85. Entä oletko itse nähnyt tai kuullut, että joku perheestäsi on tehnyt toiselle perheenjäsenellesi seuraavia asioita viimeksi kuluneen 12 kuukauden aikana?

| | Kyllä | En |
|--|--------------------------|--------------------------|
| Kieltäytynyt puhumasta hänelle pitkän aikaa | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Loukannut sanallisesti, esimerkiksi haukkunut häntä | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Nöyryyttänyt tai nolannut häntä | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Uhannut hylätä tai jättää hänet yksin | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Heittänyt, lyönyt tai potkinut esineitä (esim. paiskonut ovia) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Lukinnut hänet johonkin paikkaan | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Uhannut häntä väkivallalla | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Vanhemmilla tarkoitetaan näissä kysymyksissä esimerkiksi äitiä tai äitipuolta, isää tai isäpuolta, adoptiovanhempia, sijaisperheen vanhempia tai lastensuojelulaitoksen ohjaajia.

86. Onko vanhempasi lyönyt, hakannut, potkinut tai fyysisesti yrittänyt satuttaa sinua jollakin tavalla?

- Ei koskaan
 Kerran tai kaksi elämäni aikana
 Useasti elämäni aikana

87. Onko vanhempasi tehnyt sinulle seuraavia asioita viimeksi kuluneen 12 kuukauden aikana?

| | Ei | 1–2 kertaa | 3 kertaa tai useammin | On tehnyt, mutta en muista montako kertaa |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|---|
| Tarttunut sinuun niin, että sinuun sattui | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Töninyt tai ravistellut sinua vihaisesti | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Tukistanut sinua | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Läimäyttänyt sinua | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Lyönyt sinua nyrkillä tai esineellä | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Potkaissut sinua | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Satuttanut sinua muuten fyysisesti | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Jos vastasit edellisessä kysymyksessä kaikkiin kohtiin ei, voit siirtyä kysymykseen 89.

88. Kuka on tehnyt sinulle edellisessä kysymyksessä kuvattuja asioita viimeksi kuluneen 12 kuukauden aikana?

Voit valita useita henkilöitä.

- Äiti tai äitipuoli
 Isä tai isäpuoli
 Sijaisperheen äiti
 Sijaisperheen isä
 Perhekodin tai lastensuojelulaitoksen ohjaaja tai hoitaja
 Muu vanhempi tai huoltaja

89. Entä oletko itse nähnyt tai kuullut, että joku perheestäsi on tehnyt toiselle perheenjäsenellesi seuraavia asioita viimeksi kuluneen 12 kuukauden aikana?

| | | |
|--|--------------------------|--------------------------|
| | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

90. Oletko kertonut viimeksi kuluneen 12 kuukauden aikana perheessä kokemastasi henkisestä tai fyysisestä väkivallasta jollekin aikuiselle, johon luostat?

- Kyllä
 En
 En ole kokenut väkivaltaa perheessä (siirry kysymykseen 92)

91. Oletko saanut tukea ja apua viimeksi kuluneen 12 kuukauden aikana perheessä kokemaasi väkivaltaan?

| | Kyllä, paljon | Kyllä, jonkin verran | En, mutta olisin tarvinnut | En ole tarvinnut apua |
|--|--------------------------|----------------------------|----------------------------------|-----------------------------|
| Koulun aikuisilta (opettaja, terveydenhoitaja, lääkäri, psykologi, kuraattori) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Palveluista koulun ulkopuolella (esim. terveyskeskus, poliisi, lastensuojelu) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Omita vanhemmiltasi | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ystäviltä ja muilta läheisiltä | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Jos olet kokenut häirintää tai väkivaltaa, on erittäin tärkeää kertoa siitä aikuiselle. Voit puhua esimerkiksi opettajalle tai kouluterveydenhoitajalle. Voit myös soittaa MLL:n Lasten ja nuorten puhelimeen tai Rikosuhripäivystykseen.

AVUN SAANTI JA PALVELUT

Terveydenhoitaja ja lääkäri tekevät kaikille oppilaille terveystarkastuksia säännöllisesti. Tavallisesti terveydenhoitaja kutsuu tai antaa ajan terveystarkastukseen. Lisäksi oppilaat voivat käydä terveydenhoitajan tai lääkärin vastaanotolla tarpeen mukaan.

92. Oletko käynyt tämän lukuvuoden aikana koulusi terveydenhoitajan, lääkärin, kuraattorin tai psykologin luona?

| | En, ei ole ollut tarvetta | En, yritin enkä päässyt | Kyllä, 1–2 kertaa | Kyllä, 3–5 kertaa | Kyllä, yli 5 kertaa |
|---|---------------------------------|-------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Terveydenhoitajalla muuten kuin terveystarkastuksessa | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Lääkärillä muuten kuin terveystarkastuksessa | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Kuraattorilla | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Psykologilla | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

93. Kuinka helppoa sinun on ollut päästä koulusi terveydenhoitajan, lääkärin, kuraattorin tai psykologin vastaanotolle tämän lukuvuoden aikana?

| | Erittäin helppoa | Melko helppoa | Ei helppoa eikä vaikeaa | Melko vaikeaa | Erittäin vaikeaa |
|--|--------------------------|--------------------------|-------------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Terveydenhoitajalle muuhun kuin terveystarkastukseen | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Lääkärille muuhun kuin terveystarkastukseen | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Kuraattorille | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Psykologille | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

94. Milloin sinä olet viimeksi käynyt kouluterveydenhuollon terveystarkastuksessa?

Valitse yksi vaihtoehto sekä terveydenhoitajan että lääkärin osalta.

| | Perus- koulun alaluokilla | 7. luokalla | 8. luokalla | 9. luokalla | En tiedä |
|--------------------------|---------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Kouluterveydenhoitajalla | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Koululääkärillä | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

95. Miten seuraavat asiat toteutuivat tämän lukuvuoden aikana tehdyssä terveystarkastuksessa?

| | Täysin samaa mieltä | Samaa mieltä | Ei samaa eikä eri mieltä | Eri mieltä | Täysin eri mieltä |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Puhuttiin minulle tärkeistä asioista | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Mielipidettäni kuunneltiin | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Puhuttiin kotiasioistani | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Uskalsin kertoa asioistani rehellisesti | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

96. Onko koulussasi joku aikuinen, jonka kanssa voit tarvittaessa keskustella mieltäsi painavista asioista?

- Ei
 Kyllä
 En tiedä

97. Oletko saanut tukea ja apua hyvinvointiisi seuraavilta koulun aikuisilta tämän lukuvuoden aikana?

| | Kyllä, paljon | Kyllä, jonkin verran | En, mutta olisin tarvinnut | En ole tarvinnut apua |
|------------------------------------|--------------------------|--------------------------|----------------------------|--------------------------|
| Terveydenhoitajalta | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Lääkäriltä | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Psykologilta | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Kuraattorilta | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Opettajalta | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Joltain muulta aikuiselta koulussa | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

PERHE JA ASUMINEN

98. Missä asut? Valitse vaihtoehto, joka parhaiten kuvaa tilannettasi.

- Vanhempieni kanssa yhteisessä kodissa (siirry kysymykseen 100)
 Asun suunnilleen yhtä paljon kummankin vanhempani kanssa esimerkiksi vuoroviikoin, he eivät asu yhdessä (siirry kysymykseen 100)
 Asun pääasiassa toisen vanhempani kanssa ja olen toisen vanhempani luona silloin tällöin, esimerkiksi viikonloppuina (siirry kysymykseen 100)
 Yhden vanhempani kanssa (siirry kysymykseen 100)
 Isovanhempien tai muiden sukulaisten kanssa ilman vanhempieni
 Sijaisperheessä (siirry kysymykseen 100)
 Lastenkodissa, nuorisokodissa tai koulukodissa (siirry kysymykseen 100)
 Ammatillisessa perhekodeissa (siirry kysymykseen 100)
 Asuntolassa (siirry kysymykseen 100)
 Muulla tavoin (siirry kysymykseen 100)

99. Miksi asut isovanhempien tai muiden sukulaisten kanssa?

- Sosiaalityöntekijä (sossu) on sanonut missä asun
 Muista syistä
 En osaa sanoa

100. Mitkä seuraavista kuvaavat perhettäsi? Voit valita useamman vaihtoehdon.

- Minulla on yksi vanhempi
 Minulla on kaksi vanhempaa
 Minulla on useampi kuin kaksi vanhempaa
 Minulla ei ole vanhempia tai en ole yhteydessä heihin
 Vanhempani ovat eronneet
 Elän uusperheessä
 Elän sateenkaariperheessä
 Perheessäni on kaksoset, kolmoset tai neloset
 Minut on adoptoitu

101. Autatko tai hoidatko perheenjäseniä tai muuta läheistä ihmistä, jolla on esimerkiksi vakava sairaus, vamma tai joka on hyvin vanha?

- Perheessäni ei ole tällaista tilannetta tai avuntarvetta
- Muutaman kerran vuodessa
- Kuukausittain
- Viikoittain
- Päivittäin tai lähes päivittäin

102. Mikä on korkein koulutus, jonka vanhempi ovat suorittaneet?

| | Äiti | Isä | Muu vanhempi |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Peruskoulu tai vastaava | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Lukio tai ammatillinen oppilaitos | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Lukion tai ammatillisen oppilaitoksen lisäksi ammatillisia opintoja | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Yliopisto, ammattikorkeakoulu tai muu korkeakoulu | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

103. Millaiseksi arvioit perheesi taloudellisen tilanteen?

- Erittäin hyväksi
- Melko hyväksi
- Kohtalaiseksi
- Melko huonoksi
- Erittäin huonoksi

104. Missä maassa sinä ja vanhempi olette syntyneet? Vastaa kaikkien osalta.

| | Sinä | Äiti | Isä |
|-----------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Suomi | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ruotsi | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Viro | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Venäjä tai entinen Neuvostoliitto | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Entinen Jugoslavia | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Jokin muu Euroopan maa | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Somalia | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Irak | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Iran | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Afganistan | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Kiina | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Thaimaa | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Vietnam | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Jokin muu maa | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

105. Kuinka kauan olet asunut Suomessa?

- Koko ikäni
- Yli 10 vuotta, mutta en aina
- 5–10 vuotta
- 1–4 vuotta
- Alle vuoden

106. Pystytkö keskustelemaan vanhempiesi kanssa omista asioistasi?

- En juuri koskaan
- Silloin tällöin
- Melko usein
- Usein

TYTYTYVÄISYYS ELÄMÄÄN

107. Oletko elämäsi tällä hetkellä

- Erittäin tyytyväinen
- Melko tyytyväinen
- En tyytyväinen enkä tyytymätön
- Melko tyytymätön
- Erittäin tyytymätön

108. Missä määrin olet samaa tai eri mieltä seuraavien väittämien kanssa? Merkitse jokaisen väittämän kohdalla se vaihtoehto, joka kuvaa parhaiten omaa kokemustasi.

| | Täysin samaa mieltä | Samaa mieltä | Ei samaa eikä eri mieltä | Eri mieltä | Täysin eri mieltä |
|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Tunnen, että päivittäiset tekemiseni ovat merkityksellisiä | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Saan myönteistä palautetta tekemisistäni | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Kuulun itselleni tärkeään ryhmään tai yhteisöön | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Olen tarpeellinen muille ihmisille | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Pystyn vaikuttamaan oman elämäni kulkuun | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Tunnen, että elämälläni on tarkoitus | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Pystyn tavoittelemaan minulle tärkeitä asioita | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Saan itse apua silloin, kun sitä todella tarvitsen | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Koen, että minuun luotetaan | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Pystyn vaikuttamaan joihinkin elinympäristöni asioihin | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

VAPAA-AIKA

Seuraavassa kysymyksessä netillä tarkoitetaan erilaisilla laitteilla kuten kännykkä, tabletti, tietokone, televisio) käytettäviä sovelluksia, pelejä, elokuvia tai ohjelmia. Netin käyttöä ovat myös sosiaalinen media ja verkkopalvelut.

109. Kuinka usein olet kokenut seuraavia asioita?

| | Hyvin usein | Melko usein | En kovin usein | En koskaan |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Olen yrittänyt viettää vähemmän aikaa netissä, mutta en ole onnistunut | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Minun pitäisi viettää enemmän aikaa perheen, ystävien tai läksyjen parissa, mutta kaikki aika kuluu netissä | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Olen huomannut olevani netissä vaikka minua ei ole oikeastaan edes huvittanut | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Olen tuntenut oloni hermostuneeksi kun en ole päässyt nettiin | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| En ole syönyt tai nukkunut netin takia | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Rahapelillä tarkoitetaan pelaamista, jossa **voitto tai tappio on rahaa**. Rahapelejä ovat mm. vedonlyöntipelit, rahapeliautomaatit, raaputusarvat, internetissä pelattavat rahapelit (kuten nettipokeri) sekä yksityiset korttipelit rahapanoksien.

110. Kuinka usein pelaat rahapelejä?

- 6–7 päivänä viikossa
- 3–5 päivänä viikossa
- 1–2 päivänä viikossa
- Harvemmin kuin kerran viikossa
- Harvemmin kuin kerran kuukaudessa
- En ole pelannut viimeisen vuoden aikana

111. Kuinka usein teet seuraavia asioita kouluajan ulkopuolella?

| | Lähes päivittäin | Joka viikko | Joka kuukausi | Harvemmin | En koskaan |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Harrastan liikuntaa tai urheilun | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Harrastan laulamista, soittamista tai säveltämistä | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Harrastan näyttelemistä, sirkusta tai tanssia | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Harrastan piirtämistä, maalaamista tai valokuvaamista | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Luen kirjoja omaksi ilokseni | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Kirjoitan runoja tai kertomuksia | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Käyn elokuvissa, teatterissa, konsertissa tai näyttelyissä | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Teen käsi- tai puutöitä, askartelen, rakennan tai korjaan koneita tai laitteita | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Koodaan tai ohjelmoin | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Harrastan pelaamista kännykällä, tabletilla, tietokoneella tai muulla vastaavalla | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Teen animaatioita, videoita tai elokuvia | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Julkaisen mediasisältöä esimerkiksi bloggaamalla, vloggaamalla tai tubettamalla | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Hoidan lemmikkiä tai kotieläintä | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Osallistun jonkin seuran, yhdistyksen tai järjestön toimintaan, esim. partio, 4H-kerho, vapaapalokunta, vapaaehtoistoiminta, seurakunta | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Harrastan säännöllisesti jotain muuta | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Taiteen ja kulttuurin harrastaminen on esimerkiksi piirtämistä, kirjoittamista, koodaamista tai teatterissa, festareilla, sirkuksessa tai museossa käymistä. Myös musiikin kuuntelu, kirjojen lukeminen, valokuvaaminen ja videoiden tekeminen tai elokuvien katselu on taiteen ja kulttuurin harrastamista.

112. Kuinka usein harrastat taidetta tai kulttuuria ohjatusti tai omatoimisesti vapaa-ajalla?

| | Lähes päivittäin | Joka viikko | Joka kuukausi | Harvemmin | En koskaan |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Ohjatusti tunneilla, esimerkiksi taideoppilaitoksessa tai koulun kerhossa | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Omatoimisesti | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

113. Mieti kaikkea taiteen ja kulttuurin harrastamistasi viimeksi kuluneen 7 päivän aikana. Kuinka monena päivänä olet harrastanut taidetta ja kulttuuria ainakin tunnin päivässä?

- 0 päivänä
- 1 päivänä
- 2 päivänä
- 3 päivänä
- 4 päivänä
- 5 päivänä
- 6 päivänä
- 7 päivänä

114. Merkitse vaihtoehto, joka parhaiten kuvaa omaa mielipidettäsi. Asuinalueella tarkoitetaan omaa kaupunginosaasi tai pienemmillä paikkakunnilla esimerkiksi kuntaa tai taajamaa.

| | Täysin samaa mieltä | Samaa mieltä | Ei samaa eikä eri mieltä | Eri mieltä | Täysin eri mieltä |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Asuinalueellani järjestetään kiinnostavaa vapaa-ajan toimintaa nuorille | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Asuinalueellani on tarpeeksi oleskelutiloja nuorille | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Tiedän asuinalueeni harrastusmahdollisuuksista | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Minulle sopivat harrastuspaikat sijaitsevat liian kaukana | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Minua kiinnostavat harrastukset ovat liian kalliita | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Vastaa loppuihin kysymyksiin, jos asut sukulaisten luona, sijaisperheessä, perhekodissa tai lastensuojelulaitoksessa.

115. Montako vuotta olit, kun muutit ensimmäisen kerran sukulaistesi luokse, sijaisperheeseen, perhekotiin tai lastenkotiin?

- | | | |
|--------------------------------------|------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Alle vuoden | <input type="checkbox"/> 7 vuotta | <input type="checkbox"/> 14 vuotta |
| <input type="checkbox"/> 1 vuotta | <input type="checkbox"/> 8 vuotta | <input type="checkbox"/> 15 vuotta |
| <input type="checkbox"/> 2 vuotta | <input type="checkbox"/> 9 vuotta | <input type="checkbox"/> 16 vuotta |
| <input type="checkbox"/> 3 vuotta | <input type="checkbox"/> 10 vuotta | <input type="checkbox"/> 17 vuotta |
| <input type="checkbox"/> 4 vuotta | <input type="checkbox"/> 11 vuotta | <input type="checkbox"/> En tiedä tai muista |
| <input type="checkbox"/> 5 vuotta | <input type="checkbox"/> 12 vuotta | |
| <input type="checkbox"/> 6 vuotta | <input type="checkbox"/> 13 vuotta | |

116. Joskus eri syistä lapset ja nuoret vaihtavat asuinpaikkaa. Kuinka monessa eri sijaisperheessä tai laitoksessa olet asunut elämäsi aikana? Laske mukaan myös se paikka, jossa nyt asut.

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6 tai useammassa
- En osaa sanoa

117. Kuinka monta vuotta olet asunut siinä sijaisperheessä tai laitoksessa, jossa asut nyt?

- Alle vuoden
- 1–3 vuotta
- 4–6 vuotta
- Seitsemän vuotta tai enemmän
- En osaa sanoa

Asiakassuunnitelmanneuvottelussa (asu, assu) sovitaan sinua koskevista asioista yhdessä sosiaalityöntekijäsi (sossusi) ja sinusta huolehtivien aikuisten kanssa.

118. Oletko osallistunut asiakassuunnitelmanneuvotteluun viimeksi kuluneen 12 kuukauden aikana?

- Kyllä
 En, minulla ei ole ollut sellaista (siirry kysymykseen 120)
 En, en ole halunnut osallistua (siirry kysymykseen 120)
 En tiedä, mikä se on (siirry kysymykseen 120)

119. Mieti viimeisintä asiakassuunnitelmanneuvottelua. Miten seuraavat asiat toteutuivat kohdallasi?

| | Täysin samaa mieltä | Samaa mieltä | Ei samaa eikä eri mieltä | Eri mieltä | Täysin eri mieltä |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Puhuttiin minulle tärkeistä asioista | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Mielipidettäni kuunneltiin | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Puhuttiin kotiasioistani | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Uskalsin kertoa asioistani rehellisesti | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Oma lastensuojelun sosiaalityöntekijäsi (sossu) huolehtii sijoitukseesi liittyvistä asioistasi. Hän valmistelee tai tekee sijoitukseesi liittyvät päätökset (esim. asiakassuunnitelmat). Hän ei ole omaohjaajasi.

120. Tiedätkö, kuka on oma sosiaalityöntekijäsi tällä hetkellä?

- Kyllä
 En

121. Oletko tavannut oman sosiaalityöntekijäsi viimeksi kuluneen 12 kuukauden aikana?

- Kyllä
 En
 En ole halunnut tavata
 Minulla ei ole sosiaalityöntekijää

122. Oletko tavannut oman sosiaalityöntekijäsi kahden kesken viimeksi kuluneen 12 kuukauden aikana?

- Kyllä
 En
 En ole halunnut tavata
 Minulla ei ole sosiaalityöntekijää

123. Oletko kokenut seuraavaa nykyisessä sijaisperheessäsi tai laitoksessa viimeksi kuluneen 12 kuukauden aikana?

| | Kyllä | En |
|---|--------------------------|--------------------------|
| Yhteydenpidon rajoittaminen (YPR) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Kiinnipitäminen | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Liikkumisvapauden rajoittaminen (LVR) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Jätetty ilman ruokaa rangaistuksena jostain | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Joukkorangaistus (kaikkia rangaistaan, kun yksi tai muutama on rikkonut sääntöjä) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Rangaistus, josta et tiennyt, mistä se johtui | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

124. Joskus lapset tai nuoret kokevat, että heitä kohdellaan erityisen huonosti tai epäoikeudenmukaisesti. Tiedätkö, kuka voisi auttaa sinua, jos sinua kohdeltaisiin näin?

- Kyllä
 En

125. Mitä mieltä olet asumisestasi nykyisessä sijaisperheessä tai laitoksessa?

| | Täysin samaa mieltä | Samaa mieltä | Ei samaa eikä eri mieltä | Eri mieltä | Täysin eri mieltä |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Minulla on turvallinen olo | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Tämä tuntuu minulle hyvältä paikalta asua | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Minua kohdellaan reilusti | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Voin noudattaa minulle tärkeitä arvoja (esim. kulttuuri, uskonto, elämäntätö) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

126. Millainen mahdollisuus sinulla on ollut vaikuttaa seuraaviin asioihin nykyisessä sijaisperheessä tai laitoksessa viimeksi kuluneen 12 kuukauden aikana?

| | Erittäin hyvä | Melko hyvä | Ei hyvä eikä huono | Melko huono | Erittäin huono |
|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Asuinpaikan yhteisten sääntöjen laatiminen | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Asuinpaikan arki, kuten ruokailu, vapaa-aika | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

127. Onko nykyisessä sijaisperheessä tai laitoksessa muita lapsia tai nuoria?

- Kyllä
 Ei (siirry kysymykseen 131)

128. Onko toinen nykyisessä sijaisperheessä tai laitoksessa asuva lapsi tai nuori tehnyt sinulle seuraavia asioita viimeksi kuluneen 12 kuukauden aikana?

| | Ei lainkaan | Muutaman kerran vuodessa | Kuukausittain | Viikoittain | Päivittäin tai lähes päivittäin |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|---------------------------------|
| Nimitellyt ilkeästi, tehnyt naurunalaiseksi tai kiusoitellut loukkaavasti | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Härnännyt tai ärsyttänyt tahallaan | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Jättänyt huomiotta tai kaveriporukan ulkopuolelle | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Levittänyt valheita toisille lapsille tai nuorille loukkaamistarkoituksessa | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Vienyt rahaa tai tavaroita tai rikkonut tavaroita | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Uhkaillut tai pakottanut tekemään asioita vastentahtoisesti | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Sulkenut tai lukinnut sinut väkisin johonkin tilaan | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Lyönyt, potkinut tai töninyt | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Tehnyt jotakin muuta ikävää | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Jos vastasit edellisessä kysymyksessä kaikkiin kohtiin ei, voit siirtyä kysymykseen 131.

129. Oletko kertonut viimeksi kuluneen 12 kuukauden aikana kokemastasi toisen lapsen tai nuoren tekemästä kiusaamisesta tai väkivallasta jollekin aikuiselle, johon luotat?

- Kyllä
 En (siirry kysymykseen 131)

130. Mitä on tapahtunut sen jälkeen, kun olet kertonut toisen lapsen tai nuoren tekemästä kiusaamisesta tai väkivallasta?

- Kiusaaminen tai väkivalta on loppunut
 Kiusaaminen tai väkivalta on vähentynyt
 Kiusaaminen tai väkivalta on jatkunut kuten ennenkin
 Kiusaaminen tai väkivalta on pahentunut
 En tiedä

131. Oletko yhteydessä seuraaviin henkilöihin tapaamalla heitä? Kysymyksessä tarkoitetaan sellaisia henkilöitä, joiden luona et juuri nyt asu.

| | Kyllä, liian usein | Kyllä, sopivasti | Kyllä, mutta liian harvoin | En lainkaan, koska en halua tavata | En lainkaan muista syistä | Minulla ei ole |
|--|--------------------------|--------------------------|----------------------------|------------------------------------|---------------------------|--------------------------|
| Äiti | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Isä | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Sinulle läheisin sisko tai veli | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Muu sinulle läheinen sukulainen, esimerkiksi isovanhempi tai kummi | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Sinulle läheisin ystävä tai kaveri | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

132. Oletko yhteydessä seuraaviin henkilöihin muuten kuin tapaamalla heitä, esimerkiksi soittamalla tai viesteillä? Kysymyksessä tarkoitetaan sellaisia henkilöitä, joiden luona et juuri nyt asu.

| | Kyllä, liian usein | Kyllä, sopivasti | Kyllä, mutta liian harvoin | En lainkaan, koska en halua olla yhteydessä | En lainkaan muista syistä | Minulla ei ole |
|--|--------------------------|--------------------------|----------------------------|---|---------------------------|--------------------------|
| Äiti | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Isä | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Sinulle läheisin sisko tai veli | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Muu sinulle läheinen sukulainen, esimerkiksi isovanhempi tai kummi | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Sinulle läheisin ystävä tai kaveri | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

KIITOS VASTAUKSISTASI!

Jos kyselyn asiat mietityttävät sinua, keskustelethan niistä vanhempiesi tai muun tutun aikuisen kanssa. Voit myös ottaa yhteyttä opettajaasi, koulusi terveydenhoitajaan, psykologiin tai kuraattoriin.