



Nuorten alkoholin käyttö vuosina 2010–2020

Kirjallisuuskatsaus

Onni Hytönen

Julia Ilonen

OPINNÄYTETYÖ
Lokakuu 2021

Hoitotyön koulutusohjelma

TIIVISTELMÄ

Tampereen ammattikorkeakoulu
Hoitotyön koulutusohjelma
Sairaanhoitajakoulutus

HYTÖNEN ONNI, ILONEN JULIA
Nuorten alkoholinkäyttö vuosina 2010–2020
kuvaileva kirjallisuuskatsaus

Opinnäytetyö 40 sivua, joista liitteitä 9 sivua
Lokakuu 2021

Suomalaisten alkoholinkäyttöä on tutkittu vuosikymmenien ajan. Myös nuorten alkoholinkäyttöä on seurattu muun muassa kouluterveyskyselyillä, joita on tehty 90-luvulta lähtien. Opinnäytetyön tarkoituksena oli tarkastella 12–18-vuotiaiden nuorten alkoholinkäytön yleisyyttä ja asteita vuosina 2010–2020 sekä syitä alkoholinkäytölle.

Opinnäytetyön tavoitteena oli tutustua nuorten alkoholinkäyttötapoihin ja löytää sellaista tietoa, jota voisi hyödyntää sairaanhoitajan työssä. Opinnäytetyö on kuvaileva kirjallisuuskatsaus. Tieto opinnäytetyöhön kerättiin artikkeleista, kirjoista ja julkaisuista.

Opinnäytetyön tuloksissa ilmenee, että nuorten alkoholinkäyttö on ollut laskusuunnassa niin tytöillä ja pojilla lähes koko katsauksen tarkastelujakson aikana. Kuitenkin ikään ja sukupuoliin liittyviä eroavaisuuksia alkoholinkäytössä on ollut, sekä ajanjaksoja, jolloin käyttö on lähtenyt myös nousuun.

ABSTRACT

Tampereen ammattikorkeakoulu
Tampere University of Applied Sciences
Degree Program in Nursing and Health Care

HYTÖNEN ONNI, ILONEN JULIA
Adolescent Alcohol Consumption in 2010-2020
A Literature Review

Bachelor's thesis 40 pages, appendices 9 pages
October 2021

The alcohol consumption of Finns has been studied for decades. Alcohol use among young people has also been monitored, for example, through school health surveys conducted since the 1990s. The purpose of the thesis was to examine the prevalence and degrees of alcohol use among young people aged 12–18 in 2010–2020.

The aim of the thesis was to get acquainted with the drinking habits of youth and to find information that could be utilized in the work of a nurse. The thesis is a descriptive literature review. Information for the thesis was collected from articles, books and publications.

The results of the thesis show that the alcohol consumption of young people in both girls and boys has been declining for almost the entire period under review. However, there have been age- and gender-related differences in alcohol use, as well as periods when use has also started to rise.

Key words: Alcohol consumption, alcohol, adolescent

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	5
2	TEOREETTISET LÄHTÖKOHDAT	7
	2.1. Alkoholit	7
	2.2. Alkoholin käyttö	7
	2.3. Alkoholin vaikutukset.....	8
	2.4. Nuorten alkoholinkäyttö.....	9
	2.5. Alkoholinkäytön historiaa Suomessa.....	10
	2.5.1. Alkoholin haitat ja kustannukset yhteiskunnassa.....	10
3.	OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS, TEHTÄVÄ JA TAVOITE	12
4.	MENETELMÄLLISET LÄHTÖKOHDAT	13
	4.1. Kirjallisuuskatsaus	13
	4.2. Kuvaileva kirjallisuuskatsaus	13
	4.3. Aineiston keruu	14
	4.4. Aineiston analysointi	16
5.	TULOKSET	19
	5.1. Nuorten juomatavat.....	19
	5.1.1. alkoholinkäytön yleisyys.....	19
	5.2 Alkoholinkäytön syyt ja riskitekijät.....	21
	5.2.1. Ympäristötekijät	21
6.	POHDINTA	25
	LÄHTEET.....	28
	LIITTEET	Virhe. Kirjanmerkkiä ei ole määritetty.

1 JOHDANTO

Suomalaisnuorten päihteiden käyttöä tutkitaan säännöllisesti Nuorten terveystapatutkimuksilla (NTTT) ja Kouluterveyskyselyillä. Kansainvälisesti tietoja voidaan vertailla eurooppalaisen ESPAD-tutkimusten (European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs) sekä Maailman terveysjärjestön tutkimusten avulla. Tutkimuksista käy ilmi, miten nuorten raittius on lisääntynyt ja alkoholin käyttö sekä humalajuominen vähentyneet, mutta 18-vuotiaat käyttävät alkoholia yhä yleisesti. 15-16-vuotiaista pojista 58 prosenttia ja tytöistä 60 prosenttia on joskus elinaikanaan ollut humalassa. Vähintään viikoittain noin joka kymmenes nuori juo itsensä humalaan. Kun verrataan nuorten alkoholinkulutusta kansainvälisesti, voidaan huomata suomalaisnuorten juovan kerralla isompia määriä alkoholia, kuin mitä muut ESPAD-tutkimukseen osallistuvien maiden nuoret juovat. Suomalaisilla nuorilla määrä on 7,5 cl, kun muilla se on 5,1 cl.

Nuorten päihteidenkäyttö on vähentynyt vuosien aikana. Syynä tähän katsotaan olevan mm. tiukennukset alkoholin myyntiin ja mainontaan liittyen, vanhempien tiukentuneet asenteet alkoholikokeiluja kohtaan sekä sosiaalisen median ja pelien myötä muuttuneet yhdessäolon muodot. (THL 2018.) Alkoholinkäyttö on vähentynyt tasaisesti vuosituhannen vaihteesta lähtien ja etenkin raittiiden osuus nuorista on lisääntynyt. Vuonna 1999 nuorista raittiita oli yhdeksän prosenttia, kun vastaavasti vuonna 2019 se oli 31 prosenttia. Tämä positiivinen kehitys on kuitenkin pysähtynyt. Vuonna 2019 suomalaisista yhdeksäsluokkalaisista 22 prosenttia oli juonut itsensä humalaan 30 viime päivän aikana, ja se vastaa tuloksia viimeiseltä neljältä vuodelta. (THL 2020.)

Useat nuoret kokeilevat jo alaikäisenä päihteitä ja päihdekokeilut mielletään tavallisiksi. Päihteistä tupakan lisäksi alkoholi on suomalaisnuorten yleisimmin käyttämä. Arvioiden mukaan nuorista noin viidellä prosentilla on diagnoosittainen päihdehäiriö, mutta eritasoista päihteiden ongelmakäyttöä esiintyy huomattavasti enemmän.

tavasti useammalla nuorella. Päihdehäiriöt liittyvät tavallisimmin alkoholin käyttöön. (THL 2019) Nuori saattaa käyttää alkoholia turruttaakseen negatiivisia tunteita, kuten ahdistusta tai surua. Alkoholi saattaa auttaa hetkellisesti rentoutumaan tai unohtamaan elämän haasteet sekä vähentää estoja. Se tekee kuitenkin nuoren turvattomaksi, ja humalassa riskit kasvavat. (Mielenterveystalo 2021)

Kirjallisuuskatsauksen aiheeksi valitsimme nuorten päihteidenkäytön. Katsauksen tarkoitus on tutkia nuorten alkoholin käytön yleisyyttä kymmenen vuoden ajalta. Määrälliset tutkimukset voivat antaa viitteitä tulevaisuuden trendejä sekä toimia apuna ehkäisevässä päihdetyössä. Päädyimme tähän aiheeseen, koska molemmat suuntaudumme opinnoissamme mielenterveys- ja päihdepuolelle sekä olemme kiinnostuneet tarkastelemaan aihetta etenkin nuorten näkökulmasta. Aihe on meille tärkeä, koska tulemme todennäköisesti tulevaisuuden ammatissamme kohtaamaan paljon nuoria potilaita, jotka käyttävät päihteitä. Työelämätahona kirjallisuuskatsauksessamme on TAMK.

Rajasimme vielä aihetta koskemaan nuorten alkoholinkäyttöä, koska päihteidenkäyttö yleisesti aiheena olisi liian laaja alue. Pohdimme aiheena myös muita päihteitä, mutta päädyimme alkoholiin, koska se lienee päihteistä edelleen yleisin sekä sen käyttöä tutkitaan ja kartoitetaan laajasti Suomessa esimerkiksi koulu-terveyskyselyillä.

2 TEOREETTISET LÄHTÖKOHDAT

2.1 Alkoholi

Alkoholijuoma määritellään Suomen alkoholilain mukaan alkoholipitoiseksi aineeksi, joka on tarkoitettu juotavaksi ja sisältää enintään 80 % etyylialkoholia. Miedolla alkoholijuomalla tarkoitetaan juomaa, joka sisältää enintään 22% etyylialkoholia, ja väkevällä enemmän kuin 22 % etyylialkoholia sisältävää juomaa. (Finlex 2017). Alkoholijuomat jaetaan mietoihin alkoholijuomiin (esimerkiksi siiderit, oluet ja viinit) ja väkeviin alkoholijuomiin (esim. viskit, rommit ja viinat). Alkoholi on Suomessa laillinen päihde. Alle 18-vuotiaille alkoholin myynti ja välitys on kielletty. Alle 20-vuotiaat eivät voi ostaa väkeviä alkoholijuomia. Alkoholin kulutusta, myyntiä ja mainontaa säädelään, jotta alkoholin aiheuttamia haittoja pystyttäisiin hillitsemään. (Päihdelinkki 2021.)

2.2 Alkoholin käyttö

Suomessa alkoholin käyttö on yleistä. 15 vuotta täyttäneitä väestöä kohti vuosittainen kokonaiskulutus on noin kymmenen litraa, jos kulutus mitataan 100 % alkoholina. Euroopan muihin maihin verrattuna suomalainen kulutus on keskitasoa. Suosituin alkoholijuoma Suomessa on olut, mutta siiderit ja viinit ovat myös suosiossa. (Päihdelinkki 2021)

Alkoholinkäyttö voidaan jakaa eri luokkiin, joita on kuvattu tarkemmin alla esitetyssä taulukossa (taulukko 1). Juomatapa ei välttämättä ole sama elämän jokaisessa vaiheessa, vaan voi muuttua useastikin. (Päihdelinkki 2021)

TAULUKKO 1. Alkoholinkäytön asteet.

Luokka	Määritelmä
Täydellinen kieltäytyminen alkoholista (absolutismi)	Henkilö ei käytä lainkaan alkoholia
Kohtuukäyttö	Alkoholin käyttömäärät ja -tapa ovat sellaisia, että haittojen todennäköisyys on pieni
Riskikäyttö	Riskikäytön rajat ylittyvät, mutta haittoja ei merkittävästi ole, ei myöskään riippuvuutta
Haitallinen käyttö	Henkilöllä on selviä fyysisiä tai psyykkisiä haittoja muttei riippuvuutta
Alkoholiriippuvuus	Tietyt diagnostiset kriteerit täyttävä juomistapa (mm. pakonomainen tarve juoda)

Suomalaisessa juomatapatutkimuksessa tarkastellaan suomalaisen alkoholinkäytön tavanomaisia piirteitä. Tyypillisimmin suomalaiset käyttävät alkoholia kotiympäristössä kumppaninsa kanssa, viikonloppuna perjantain ja sunnuntain välillä ja ilta-aikaan noin kello 20-21. Suomessa tehdyssä juomatapatutkimuksessa on arvioitu, että suomalaisista vähintään 13 prosenttia käyttää alkoholia niin runsaasti, että heillä on kohonnut riski saada pitkäaikaisia terveyshaittoja. Lukumäärä on noin 560 000 suomalaista. (THL 2021.) Suomessa on siis yleistä käyttää alkoholia ongelmataisesti. Vuositasolla alkoholin käytöstä syntyy yhteiskunnallisia haittakustannuksia noin miljardi euroa. (Päihdelinkki 2021.)

2.3 Alkoholin vaikutukset

Alkoholi vaikuttaa pääosin keskushermostoa lamaavasti, sillä se vaikuttaa erityisesti GABA:ksi ja glutamaatiksi kutsuttujen välittäjäaineiden toimintaan. Etanoli imeytyy suurimmaksi osaksi ohutsuolen alkuosasta. Tämän vuoksi humalatilaa

voi vaikuttaa, jos alkoholia nauttii ruokailun yhteydessä. Tällöin alkoholin vaikutukset alkavat hitaammin ja voivat olla kevyempiä. Alkoholin nauttimisen jälkeen kuluu noin 30-60 minuuttia, kunnes alkoholin määrä veressä on huipussaan. (Päihdelinkki 2021)

Alkoholi vaikuttaa jokaiseen yksilöllisesti. Erilaiset tekijät, kuten esimerkiksi sukupuoli, ruumiinpaino, ikä ja hormonaaliset tekijät vaikuttavat esimerkiksi siihen, miten nopeasti alkoholi vaikuttaa. Osaan ihmisistä alkoholi vaikuttaa herkemmin kuin toisiin. Alkoholia pieniä määriä käyttäessä alkoholin vaikutukset koetaan usein positiivisena, esimerkiksi virkistymisenä, rentoutumisena, ahdistuksen lieventymisenä sekä lisääntyneenä sosiaalisuutena. Aivotoimintaa lamaavat vaikutukset alkavat korostua, mitä enemmän alkoholia on nautittu. Kun käytetty alkoholimäärä on suuri, voi aiheutua esimerkiksi mielialojen vaihtelua tai arvaamattomuutta, sammaltavaa puhetta, tasapainon menetystä sekä vaikeutta arvioida tekojensa seurauksia ja impulssikontrollin puutetta. Myös muistikatkoksia voi esiintyä. Ihmiselle vaarallinen humala on noin 3–5 promillea, ellei alkoholiin ei ole kehittynyt suurta toleranssia esimerkiksi pitkäaikaisen alkoholinkäytön yhteydessä. (Päihdelinkki 2021)

Humalatilaa on arvioitu olevan alkoholin vaikutuksilta haitallisinta, sillä humalassa ollessa tapaturmien ja muiden negatiivisten vaikutusten riski nousee huomattavasti. Useat alkoholia käyttävät ihmiset kuitenkin haluavat käyttää alkoholia juuri humalatilaa vuoksi. (Päihdelinkki 2021)

2.4 Nuorten alkoholinkäyttö

Nuorten alkoholinkäyttöä tutkitaan ja seurataan Suomessa mm. Kouluterveyskeskelyillä ja European School Survey Project on Alcohol and other Drugs- projektin tuottamilla tutkimuksilla. (THL 2020). Säännöllinen päihteidenkäyttö nuoruusikässä lisää riskiä myöhemmille päihde- ja mielenterveysongelmille sekä syrjäytymiselle. Ensimmäiset päihdekokeilut tehdään nykyään usein alkoholilla, koska nuorten tupakointi on vähentynyt. Toistuva ja runsas alkoholinkäyttö on nuorelle haitallista aivojen kehityksen kannalta. Sen on tutkittu aiheuttavan rakenteellisia

ja toiminnallisia muutoksia aivoissa varhaisessa iässä. Käypä hoito -suositus määrittelee alle 18-vuotiaiden alkoholinkäytön aina riskikäytöksi. (Kosola, Niemelä & Niemelä 2018.) YK määrittelee nuoruuden tai nuoret 15–24-vuotiaaksi (United Nations). Suomen nuorisolain määritelmän mukaan nuoriksi lasketaan kaikki alle 29-vuotiaat (Finlex 2016).

2.5 Alkoholinkäytön historiaa Suomessa

Kunnat saivat kieltää alkoholinkäytön alueellaan vuodesta 1890 alkaen. Alkoholien myynti olikin sallittua vain kymmenessä kunnassa vuonna 1900. Vuonna 1907 eduskunta hyväksyi yksimielisesti kieltolain. Laki astui voimaan kuitenkin vasta 1919, mutta sitä ennen alkoholinkäytön Suomessa romahdutti ensimmäistä maailmansotaa laaditut säädökset. Vuosina 1906–1910 sataprosenttista alkoholia kulutettiin 1,5 litraa asukasta kohden, joka oli pienin määrä vertailussa muuhun maailmaan. Kieltolakia edeltävänä aikana alkoholien kulutus oli suurimmillaan vuosina 1881–1885. Tuolloin sataprosenttista alkoholia arviottiin kulutettavan 2,95 litraa henkilöä kohden. Vasta keskioluen tuonti kauppoihin nosti kulutuksen yli näiden vuosien kulutuksen. (Kaartinen, A. 2012)

Alkoholinkäyttö on lisääntynyt runsaasti sitten 1960-luvun. Alkoholien kulutuksen nousuun on vaikuttanut monet yhteiskunnalliset tapahtumat, talouden nousu sekä alkoholien saatavuuteen ja hinnoitteluun tehdyt muutokset. Vuonna 1969 keskiolut vapautettiin myytäväksi päivittäistavarakauppoihin, joista tuli heti merkittävä myyntikanava alkoholijuomille. Kuitenkin vasta vuonna 2008 niiden myynti ylitti Alkon myynnin. Vuosikymmeniä sitten alkoholinkäyttö kuului lähinnä aikuisten miesten maailmaan, eikä vielä 1960-luvullakaan naiset juuri käyneet keskenään ravintoloissa. Myöhemmin kuitenkin naiset, nuoret ja ikäihmiset omaksuivat erilaisia alkoholinkäyttötapoja. (Mäkelä ym. 2018)

2.6 Alkoholien haitat ja kustannukset yhteiskunnassa

Ihmiset käyttävät alkoholia, koska siitä saadaan iloa ja hyötyä ja koska sen käytön koetaan olevan merkittävä osa monissa sosiaalisissa tapahtumissa. Alkoholi on kulutustuote, jonka valmistuksella ja myynnillä on oma roolinsa kansantaloudessa sekä elinkeinoelämässä. Yhteiskunta kuitenkin joutuu myös säätelemään ja rajoittamaan alkoholinkäyttöä ja -elinkeinoja, siitä aiheutuvista kansanterveydellisistä haittavaikutuksista sekä yhteiskunnallisista kustannuksista johtuen.

Pohjoismaissa alkoholinkäyttö on yleisesti riskialttiimpaa kuin esimerkiksi Keski- ja etelä-Euroopassa. Tämä näkyi mm. alkoholiin liittyvien kuolemien runsaalla lisääntymisellä, kun alkoholin keskikulutus nousi litralla vuodessa. Muuallakin Euroopassa vastaava tilanne nosti kuolemia, mutta ei yhtä runsaasti kuin Pohjoismaissa. Myös pahoinpitelyt seuraavat tilastollisesti samassa linjassa alkoholinkäyttöä. (Karlsson, Kotovirta, Tigerstedt, Warpenius. 2013)

Vuonna 2017 alkoholiin liittyvät kuolemat olivat työkäisillä kolmanneksi yleisin kuolinsyy. Alkoholisairauksia ja -myrkytyksiä esiintyy Suomessa 3–4 kertaa enemmän kuin Norjassa ja Ruotsissa. Alkoholin aiheuttamat haitat ylipäättään työllistävät Suomessa terveydenhuoltoa runsaasti mm. sen aiheuttamien sairauksien ja tapaturmien vuoksi. Vuonna 2017 Suomessa kirjattiin 22 900 hoitojaksoa, jonka yhtenä syynä oli alkoholisairaus. (Mäkelä. 2019)

Alkoholinkäyttö aiheuttaa yhteiskunnalle välittömiä ja välillisiä kustannuksia. Välittömiä kustannuksia voivat olla esimerkiksi eri terveydenhuollon palvelut, sosiaalihuolto tai järjestyksenpito. Välillisiä kustannuksia voivat taas olla mm. alkoholiin liittyvät kuolemat, työkyvyttömyyseläkkeet sekä sairauspoissaolot töistä. Välillisiä kustannuksia on arvioitu vuonna 2012 syntyneen vähintään runsaat kaksi miljardia euroa. Välittömiä kustannuksia vuonna 2016 kertyi noin 870 miljoonaa euroa, josta julkisen sektorin osuus oli noin 664 miljoonaa euroa. (THL. 2020)

3 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS, TEHTÄVÄ JA TAVOITE

Opinnäytetyön tarkoituksena on tehdä kirjallisuuskatsaus, joka kuvaa nuorten alkoholinkäyttöä vuosina 2010–2020 sekä syitä ja riskitekijöitä, joita alkoholinkäytölle voi olla.

Opinnäytetyön tavoitteena on lisätä tietoisuutta alkoholinkäytön yleisyydestä nuorten keskuudessa, jonka myötä voidaan pohtia sen syitä sekä ehkäisevän päihdehoitotyön keinoja sairaanhoitajan työssä.

Opinnäytetyö vastaa kysymyksiin:

- Kuinka yleistä alkoholinkäyttö on nuorten keskuudessa
- Mitä syitä ja riskitekijöitä nuoren alkoholinkäytön taustalla voi olla.

4 MENETELMÄLLISET LÄHTÖKOHDAT

4.1 Kirjallisuuskatsaus

Kirjallisuuskatsaus on yleensä artikkeli tai tutkimus. Sillä tutkitaan yleensä tekijän omaan valittuun aihepiiriin liittyviä kokonaisuuksia perustuen tutkimuksiin ja artikkeleihin. Aiempia tutkimuksia ja artikkeleita tarvitaan, koska ne ovat perustana ja lähtökohtana uusille tutkimuksille. Katsauksessa arvioidaan, vertaillaan ja kommentoidaan aiempia tutkimuksia. Näin osoitetaan, miten tehtävä työ liittyy aiempiin tutkimuksiin. (Koppa, 2020.)

4.2 Kuvaileva kirjallisuuskatsaus

Kuvaileva kirjallisuuskatsaus on hyvin yleinen kirjallisuuskatsauksen tyyppilaji. Kirjallisuuskatsaus antaa yleiskatsauksen valittuun aiheeseen, jossa ei ole tarkkoja tai tiukkoja säännöksiä. Aineistot voivat olla laajamittaisia ja aineiston valintaa ei rajata metodisilla säännöillä. Tutkittavaa asiaa kuvataan laajamittaisesti ja voidaan myös luokitella tutkittavaa asiaa ominaisuuksiltaan. (Salminen, 2011).

Kuvailevan kirjallisuuskatsauksen vaiheet etenevät järjestyksessä. Muodostetaan tutkimuskysymyksiä, valitaan aineisto, rakennetaan kertomus ja lopuksi tarkastellaan tuloksia. Ensiksi valitaan tutkimuskysymys joka ohjaa koko prosessia. Kerätään aineistoa, jossa on tieteellisiä tutkimuksia ja muuta kirjallisuutta, jota tarvitaan asetetulle kysymykselle perusteluksi. Valittua aineistoa yhdistellään, verrataan ja syntetisoidaan, jotta saataisiin vastauksia kysymykselle. Myöhemässä vaiheessa tarkastellaan tuloksia. Kokoamalla keskeisiä tuloksia tarkastellaan suhteessa laajempaan kontekstiin, sekä menetelmiä ja vaiheiden luotettavuutta ja eettisyyttä. (Kangasniemi, Utriainen, Ahonen, Pietilä, Jääskeläinen & Liikanen 2013.)

Narratiivinen kirjallisuuskatsaus auttaa ajantasaistamaan tutkimustietoa, antaa laajan kuvan käsiteltävästä aiheesta tai kuvailemaan käsiteltävän aiheen historiaa ja kehityskulkua. Siitä erotetaan joskus kolme toteuttamistapaa: toimituksellinen, kommentoiva ja yleiskatsaus. (Salminen, 2011.) Opinnäytetyössämme meille oli tärkeää tiivistää ajantasaisia tietoja yhteen, jonka takia valitsimme narratiivisen yleiskatsauksen.

4.3 Aineiston keruu

Aineiston hankinta voidaan jakaa kahteen osaan teoriataustan aineisto, ts. kirjallisuuden kartoittaminen sekä tutkimusaineisto, ts. analysoitavan tutkimusaineiston kerääminen. (Hiltunen, 2021.) Kirjallisuuskatsaukseen kerätään laajasti aineistoa valitusta aiheesta. Aineisto kerättiin tieteellisistä ja tutkituista julkaisuista, raporteista ja tutkimuksista, jotta opinnäytetyöstä syntyi luotettava. Tieto etsittiin määrällisistä tutkimuksista.

Etsimme tieteellisiä artikkeleita strukturoidulla tiedonhaulla. Hakusanoina käytimme sanoja ”Alkoholi, nuoret, alkoholin käyttö, alkoholin käyttö Suomessa, kouluterveyskyselyt, alcohol, adolescent, youth, alcohol use”. Aineisto kerättiin CINAHL, Google Scholar, Medic, Terveysportti Pubmed ja Medline - tietokannoista. Sisäänottokriteereinä toimivat tutkimuksen valmistumisvuosi 2010–2020, hakusanojen täsmävyys sekä tutkimuksen kustannukseton saatavuus. Alla esitettyinä taulukko aineiston hakuprosessista (taulukko 2).

TAULUKKO 2. hakuprosessi

Tietokanta	rajaukset	hakusanat	osumat	valitut
Cinahl	full text, abstract, 2011–2021	alcohol consumption, adolescent	797	2
Cinahl	full text, abstract, 2015–2021	alcohol drinking, adolescent	732	2

Cinahl	full text, abstract, 2012–2021	alcohol exposure, adolescent	146	1
Medline	full text, abstract, 2010–2021	alcohol expect*, drinking, adolescent	161	1
Medic	-	nuorten alkoholinkäyttö	81	2

Taulukon hakujen lisäksi haimme THL:n nettisivujen ja googlen vapaan haun kautta kouluterveyskyselyjen tuloksia Suomesta. Katsaukseen valikoidut tutkimukset on kuvattu tarkemmin aineistotaulukossa (LIITE 1).

Katsauksen sisäänottokriteeriksi asetettiin

- 1) Tutkimuksessa on tutkittu nuorten alkoholinkäyttöä
- 2) Tutkimukseen ovat osallistuneet nuoret
- 3) Tutkimus tarkastelee alkoholin juomisen tottumuksia vuosien 2010–2020 välillä
- 4) Hakusanojen täsmävyys
- 5) Tutkimuksen julkaisukieli on englanti tai suomi.

Katsauksen poissulkukriteereiksi asetettiin

- 1) Tutkimukseen on osallistuneet ovat yli 18-vuotiaita

2) Tutkimus ei tarkastele alkoholin juomisen tottumuksia vuosien 2010–2020 välillä

3) Tutkimuksen tarkastelu on maksullista

4.4 Aineiston analysointi

Tässä opinnäytetyössä kirjallisuuskatsauksen aineisto analysoitiin sisällönanalyysillä (LIITE 2). Sisällönanalyysillä pystytään tarkastelemaan asioiden ja tapahtumien merkityksiä, seurauksia ja yhteyksiä. Sen avulla saadaan eroteltua tutkimusaineistosta samanlaisuudet ja erilaisuudet. Aineistolähtöisessä sisällönanalyysissä valitaan analyysiyksikkö, tutustutaan aineistoon, aineisto pelkistetään, aineisto luokitellaan, tulkitaan sekä arvioidaan analyysin luotettavuutta. Näin pystytään muodostamaan alustavia malleja havaitusta seikoista ja voidaan koota tutkimusten havainnot yhteen. Lopussa havainnoista laaditaan tutkimusraportti. (Koppa 2010.)

Tässä opinnäytetyössä aineisto tiivistettiin ja järjesteltiin litteroinnin avulla. Litterointi toteutettiin taulukkona. Taulukoon ryhmitelty Tutkimusten tekijät, julkaisuvuosi ja -maa, tutkimuksen nimi, tutkimusmenetelmät ja keskeiset tulokset (liite 1). Alla esimerkki litteroinnista (taulukko 3).

TAULUKKO 3. Esimerkki litteroinnista.

Tutkimuksen tekijät, julkaisuvuosi ja -maa	Tutkimuksen nimi	Tutkimusmenetelmä	Keskeiset tulokset
1) Raitasalo, K., Härkönen, J. 2019. Suomi	Nuorten päihteiden käyttö ja rahapelaaminen – ESPAD-tutkimus 2019	Kyselytutkimus	Suomalaisten nuorten alkoholin käyttö ollut pääosin laskusuuntaista
6) McClure, Auden C.; Gabrielli,	Internet Alcohol Marketing Recall and Drinking in	Kyselytutkimus. 202 12–17-vuotiaasta	Alkoholin mainonnalla on yhteys

Joy; Cukier, Samantha; Jackson, Kristina M.; Brennan, Zoe L.B.; Tanski, Susanne E. 2020. USA	Underage Adolescents		nuorten alkoholin- käyttöön
--	----------------------	--	--------------------------------

Pelkistyksen jälkeen aineiston ilmaisut, joissa oli samankaltaisuuksia, ryhmiteltiin alaluokkiin. Lopulta alaluokkia muodostettiin kolme. Esimerkki alaluokkien muodostamisesta on esitetty alla (taulukko 4). Tämän jälkeen alaluokat vielä ryhmiteltiin yläluokkiin, joita tuli kaksi. Esimerkki yläluokkiin ryhmittelystä alla (taulukko 5).

TAULUKKO 4. Esimerkki aineiston ryhmittelystä alaluokkiin.

Pelkistys	Alaluokka
Suunnilleen viikoittain (vähintään kolme kertaa 30 viime päivän aikana) vähintään kuusi annosta kerralla juovien poikien osuus oli seitsemään prosenttia vuonna 2019. Vastaava luku tytöillä oli viisi prosenttia (1)	Alkoholinkäytön yleisyys
Sosiaalisen median mainonta vaikuttaa nuoren alkoholin- käyttöön. (5)	
Nuorten raittius lisääntyi vuosina 2000–2015, jonka jälkeen se pysähtyi. (2)	
Lapsen odotukset, temperamentti ja persoonallisuus vaikuttavat alkoholinkäyttöön. (3)	
Nuorten raittius lisääntyi vuosina 2000–2015, jonka jälkeen se pysähtyi. (2)	

--	--

TAULUKKO 5. Esimerkki alaluokkien ryhmittelystä yläluokkiin.

Alaluokka	Yläluokka
Ympäristötekijät	Alkoholinkäytön syyt ja riskitekijät
Perinnöllisyys	

5 TULOKSET

5.1 Nuorten juomatavat

5.1.1 alkoholinkäytön yleisyys

Raittiiden osuus peruskoulun yhdeksäsluokkalaisista on lisääntynyt kahdessa-kymmenessä vuodessa noin kymmenesosasta lähes kolmannekseen. Runsas kertajuominen on vähentynyt 2000-luvulta asti poikien keskuudessa. Tyttöillään kertajuomisten lasku jatkui aina vuoteen 2015 asti, mutta tämän jälkeen pysähtyi. Kun tarkastellaan yhdeksänluokkalaisten alkoholin käyttöä viimeisen 30 päivän ajalta, jolloin alkoholia on juotu vähintään kuusi annosta kerralla, vuonna 1999 noin puolet nuorista oli tehnyt näin. Vastaava luku samanikäisistä nuorista vuonna 2019 oli laskenut 22 prosenttiin. Tulokset käyvät ilmi vuonna 2019 toteutetusta eurooppalaisesta koululaisitutkimuksesta (European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs, ESPAD).

Vuonna 2015 nuoret joivat harvemmin kuin vastaavan ikäiset nuoret aikaisemalla mittauskerralla 2011. Kolmannes nuorista oli juonut alkoholia kyselyä edeltävän kuukauden aikana. Ennen 2000-lukua vastaava luku oli ollut noin 60 prosenttia. Suunnilleen viikoittain (vähintään kolme kertaa viimeisen kuukauden aikana) juovien nuorten osuus oli aikaisemmalla mittauskerralla noin 20 prosenttia, josta osuus laski alle puoleen vuoteen 2015 mennessä. Itsensä humalaan juominen useaan kertaan viikossa viimeisen 30 päivän aikana oli vuonna 2015 melko harvinaista. Näin oli tehnyt vain noin 2% nuorista, kun vastaava osuus vuonna 2003 oli 7%. (Huhtanen ym. 2016)

Vuonna 2019 15–16-vuotiasta nuorista 31 prosenttia ei ollut koskaan juonut mitään alkoholijuomia ja viimeisen 12 kuukauden aikana nuorista oli ollut raittiina noin 40 prosenttia. Alkoholia viimeisen kuukauden aikana juoneiden nuorten osuus väheni myös voimakkaasti vuoteen 2015 asti, mutta tästä eteenpäin lasku ei ole enää jatkunut. Vuonna 2019 noin 30% nuorista oli juonut alkoholia kyselyä edeltävän kuukauden aikana. Suunnilleen kerran viikkoon alkoholia käyttävien

nuorten osuus laski myös huomattavasti. 2000-luvulla joka viides 15-16 vuotias käytti alkoholia viikoittain, kun taas vuonna 2019 vastaava luku oli alle 5 prosenttia. (European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs, ESPAD).

Vähintään kuusi annosta alkoholia viikoittain käyttäneiden poikien osuus oli vuonna 2019 noin seitsemän prosenttia. Vastaava luku tytöillä oli noin viisi prosenttia. (Raitasalo, K. & Härkönen, J. 2019).

Sosiaali- ja terveysministeriön nuorten terveystapatutkimukseen perustuvan raportin mukaan raittiiden osuus jatkoi kasvuaan kaikissa ikäryhmissä vuosina 2000–2015. Tämän jälkeen raittiiden lisääntyminen on kuitenkin pysähtynyt tai lähtenyt laskuun. Vuonna 2019 12-vuotiaista nuorista suurin osa (97 %) ilmoitti olevansa raittiita. Raittiiden osuus laski sitä mukaan, kun tutkittiin vanhemman ikäryhmän nuoria. 14-vuotiaista pojista enää 77 % ilmoitti, ettei käytä alkoholia lainkaan. Saman ikäryhmän tytöillä vastaava luku oli 74 %. 18-vuotiaista vain 16 % pojista ja 12 % tytöistä ilmoitti olevansa raittiita. Raittiiden osuus on pienentynyt vuosien 2017–2019 välillä nuorten keskuudessa, lukuun ottamatta 18-vuotiaita poikia, sillä ikäryhmässä raittiiden osuus nousi 13 %:sta 16 %:iin. (Kinnunen ym. 2019)

Vuonna 2019 18-vuotiaista pojista 60 % ja tytöistä 61 % ilmoittivat käyttävänsä alkoholia vähintään kuukausittain. Alaikäisillä juomistiheys oli kuitenkin matalampi, sillä 16-vuotiaista pojista vähintään kerran kuussa alkoholia käyttäviä oli 26 % ja tytöistä 28 %. Vastaavasti 14-vuotiaista pojat 5 % ja tytöt 6 %. 12-vuotiaista kukaan ei ilmoittanut käyttävänsä alkoholia vähintään kerran kuukaudessa. Alkoholin kuukausittaisen käytön lasku jatkui vuosituhannen vaihteesta 18-vuotiailla, mutta 16-vuotiailla se osuus lähti uudestaan kasvuun vuonna 2015. (Kinnunen ym. 2019)

Vuodesta 2000 eteenpäin on laskenut myös niiden 12–16-vuotiaiden osuus, jotka käyttävät alkoholia vähintään kerran viikossa. Vuoden 2017 kyselyssä 14–18-vuotiaiden viikoittaisessa käytössä näkyi kasvua, mutta sen jälkeen vuonna 2019 viikoittain alkoholia käyttävien osuus laski 16-vuotiailla pojilla taas 6 %:sta 4 %:iin ja tytöillä 5 %:sta 3 %:iin. (Kinnunen ym. 2019)

Vuonna 2019 14-vuotiaista nuorista ilmoitti vain 1 % pojista ja 2 % tytöistä olevansa kerran kuukaudessa humalassa. 12-vuotiailla humalanhakuinen juominen on aina ollut hyvin harvinaista aikana, jolloin terveystapatutkimuksia on tehty. 16-vuotiailla kerran kuukauteen humalanhakuinen juominen on kuitenkin jo yleisempää. 16-vuotiaista pojista 8 % ja tytöistä 6 % ilmoitti tämän juomatavakseen. Humalanhakuinen juominen vähentyi huomattavasti suhteellisen lyhyessä ajassa, sillä vuoden 2009 ja 2015 välillä se laski 21 %:sta 11 %:iin. Lasku jatkui vielä vuoteen 2017 asti, jolloin se tasaantui, mutta jatkoi taas laskuaan vuodelle 2019. (Kinnunen ym. 2019)

Vuosituhanne vaihteen jälkeen nuorten alkoholinkäyttö on vähentynyt myös kansainvälisesti ja on havaittavissa lähes kaikissa länsimaissa. Suomi on seurannut tätä myönteistä kehitystä. Vuoden 2015 ESPAD-kyselyn mukaan suomalaisnuoret ovat raittiimpia kuin eurooppalaiset nuoret keskimäärin. (Kinnunen ym. 2019)

Tarkastellulla aikajaksolla pojat käyttivät eniten olutta. 27 prosenttia pojista kertoi juoneensa olutta viimeisen kuukauden aikana. Siiderit, long drink- ja väkevät juomat ovat pysyneet tyttöjen suosikkeina tällä vuosikymmenellä. Niin sanottujen lonkeroiden suosio nousi tyttöjen keskuudessa entisestään vuonna 2019. Neljännes vastanneista oli juonut niitä viimeisen kuukauden aikana. (Raitasalo, K. & Härkönen, J. 2019).

Alkoholinkäytön vähenemiselle katsotaan olevan ainakin kolme merkittävää syytä: alkoholin hankkimisesta on tullut hankalampaa, alkoholia ei enää liitetä niin usein ajanviettoon kavereiden kanssa ja vanhempien aikaisempaa tiukemmat asenteet. (Raitasalo 2018)

5.2 Alkoholinkäytön syyt ja riskitekijät

5.2.1 Ympäristötekijät

Nuoruus elämänvaiheena liitetään erilaisiin riskitekijöihin, jolloin riskien ottaminen voidaan nähdä keskeiseksi osaksi nuoruutta, johon voi kuulua myös alkoholin kokeileminen. Kuitenkin huumekekeilut ja runsas alkoholinkäyttö varhaisnuoruudessa indikoivat huono-osaisuutta ja ovat yhteydessä sosiaalisiin ja terveydellisiin haittoihin aikuisuudessa. Psykososiaalisesta näkökulmasta katsottuna nuorten riskinotto kuuluu tietyn ikävaiheen ominaiseen käyttäytymiseen. Riskinotto pohjautuu toisaalta riskinottoon kannustaviin nuorisokulttuurisiin tekijöihin, mutta myös murrosiässä tapahtuviin fysiologisiin muutoksiin, jotka altistavat riskikäyttäytymiselle. (Lehto ym. 2012) Alkoholia käyttävät todennäköisemmin nuoret, jotka ovat erityisen elämishakuisia ja valmiita riskinottoon. (Samposalo 2013)

Nuoret, jotka mieltävät alkoholinkäytön miellyttäväksi jo varhain, ovat alttiimpia sen käytölle kuin alkoholiin kielteisemmin suhtautuvat nuoret. Kyselytutkimus nuorille, jotka eivät vielä olleet käyttäneet alkoholia, osoitti että käsitys alkoholin saatavuudesta, positiiviset odotukset alkoholinkäytöstä ja näiden odotusten myönteinen arvio yhdessä vahvistivat halua juoda alkoholia. Vastaavasti nuoret, joilla oli negatiivisia odotuksia alkoholinkäyttöön, käyttivät sitä vähemmän. (Zamboanga ym. 2011)

Huomioitava asiana on myös sosiaalisen median käyttö, joka ollut kasvusuunnassa sen ilmestymisen jälkeen. Sosiaalisen median vaikutukset ulottuvat laajalle monien nuorten elämään ja siellä esiintyvällä markkinoinnilla voidaan vaikuttaa ihmisten päätöksiin. Kyselytutkimuksessa, jossa tutkittiin nuorten sosiaalisessa mediassa näkemän alkoholimainonnan yhteyttä alkoholin juomiseen, nähtiin syy-yhteys alkoholin online-markkinoinnin ja alkoholinkäytön välillä. Tutkimuksessa osallistuneista nuorista 94 % kertoi käyttävänsä säännöllisesti sosiaalisen median palveluita ja 53 % usean kerran päivässä. Nuorista 87 % oli nähnyt alkoholimainontaa. (McClure, 2020)

5.2.2 Perinnöllisyys

Yksilön persoonallisuuden ja temperamentin sekä aiemmin ilmenneiden käyttöhäiriöiden on todettu lisäävän riskiä ongelmia alkoholin käytössä. Lapsuusajan käyttöhäiriöt ennustavat alkoholin käyttöä sekä alkoholiongelmia nuoruudessa, ja ylipäänsä yksilön alttius ongelmakäyttäytymiselle on yhteydessä myöhempään alkoholin käytön runsauteen. (Samposalo 2013)

Yksilön perhetaustalla sekä geneettisillä tekijöillä on vaikutus siihen, miten alkoholia käyttää. Jos vanhemmat käyttävät runsaasti alkoholia, on todennäköisempää, että lapsi käyttää myös runsaasti alkoholia. Varhain alkoholinkäytön aloittaneiden ja alkoholia paljon juovien vanhempien lapset ilmoittavat kyselyissä useimmin juovansa runsaasti. Näin voidaan todeta, että vanhempien juomistiheyden ja lasten alkoholinkäytön aloitusiän välillä selvä yhteys. (Samposalo 2013)

Sama todettiin myös tutkimuksessa, jossa tarkasteltiin alkoholin käyttöä 68 eri maassa. Kaikkien 68 maan välillä havaittiin tilastollisesti merkittävä korrelaatio. Maiden, joissa aikuisten alkoholin kulutus henkeä kohti on suurta, myös nuorten kohdalla alkoholinkäyttö sekä tupakointi olivat korkeammalla kuin maissa, missä alkoholinkäyttö aikuisilla oli vähäisempää. (Fuhr, Gmel. 2011)

Espanjassa toteutetussa kyselytutkimuksessa esiin nousi myös perheen sisäisten tekijöiden yhteys nuorten alkoholinkäyttöön. Tutkimuksessa todettiin etenkin lapsen huonon suhteen isään olevan yhteydessä suurempaan alkoholin käytön riskiin. Huono suhde äitiin oli kuitenkin riskitekijänä vain tytöille. Lisäksi tutkimuksessa havaittiin vaikutusta olevan sillä, jos vanhemmilla oli alhainen koulutustaso sekä lapsella oli huono suhde sisaruksiin tai vanhempiinsa. Alkoholin käytön riski korostui perheen toiseksi syntyneillä lapsilla. (Moñino-García ym. 2019)

Geneettinen tausta voi myös muovata nuoren juomistapoja. Niiden perheiden lapsilla, joissa käytettiin paljon alkoholia, on havaittu pieniä eroavuuksia aivoissa, ja nämä eroavaisuudet saattavat olla merkkejä myöhemmin kehittyvistä alkoholi-ongelmista. Kuitenkin myös ympäristötekijät voivat myötävaikuttaa geneettisten ominaisuuksien ilmenemiseen. Varhaiset muistot elinympäristöstä, kasvatuksesta ja vanhempien alkoholinkäytöstä kulkevat mukana lapsuudesta, mitä voidaan pitää yhtenä selityksenä lapsen myöhemmälle alkoholin ongelmakäytölle. Lapsuudessa koetut stressaavat tapahtumat, väkivalta sekä heikko sosiaalinen tuki yhdistettynä geneettiseen alttiuteen lisäävät riskiä käyttää runsaasti alkoholia. (Samposalo 2013)

Ympäristön ja geneettisten tekijöiden vaikutusta nuorten alkoholinkäyttöön selvitettiin myös amerikkalaisessa, miespuolisille kaksosille tehtävässä tutkimuksessa. Tutkimuksen mukaan yksi piilevä geneettinen tekijä muodosti merkittävän

osan alkoholinkäytön perinnöllisyydestä murrosiän puolivälistä alkaen. Sen vaikutus kuitenkin hiljalleen heikkeni murrosiän loppua kohden, jolloin esiin astui toinen geneettinen tekijä, jonka vaikutus näkyi varhaisaikuisuuteen asti. Kaksosten yhteisillä ympäristötekijöillä katsottiin olevan merkitystä alkoholinkäytön suhteen. Ympäristötekijöiden vaikutus laski hiljalleen ajan myötä, mutta pysyi kuitenkin melko tasaisena aikuisikään asti. (Edwards, Kendler. 2013)

Vaikuttavia tekijöitä nuoren alkoholinkäytön jatkumiseen aikaisesta kokeilusta katsottiin olevan raskaudenaikainen alkoholinkäyttö, joka sisälsi yhden tai useamman juoman per päivä, löyhät kasvatustavat, lasten aikainen itsenäistyminen sekä valkoihoisuus. Kuitenkaan monilla psykologisilla tai ympäristöllisillä tekijöillä, kuten lapsen käytöshäiriöillä, psykologisilla ongelmilla tai asuinympäristöllä ei katsottu olevan merkitystä alkoholinkäytön jatkuvuuteen. Lieviä altistavia tekijöitä olivat miessukupuoli, äidin masennus sekä nuori ikä synnyttäessä. (Cornelius, Goldschmidt, Day. 2016)

6 POHDINTA

6.1 Tulosten tarkastelu

Nuorten kanssa tehtävällä ehkäisevällä päihdetyöllä pyritään vaikuttamaan päih- teiden kysyntään ja saatavuuteen ja sitä kautta päih- teiden käyttöön. (THL 2020) Ehkäisevän päihdetyön on aina perustuttava tutkittuun tietoon ja tieteelliseen näyttöön päih- teiden käytöstä ja siitä aiheutuvista haitoista, joten osaltaan päih- teiden käyttöä kartoittavat tutkimukset ovat tärkeässä roolissa, ja aiheeseen on syytä kiinnittää huomiota.

Päih- teidenkäyttö alkaa keskimäärin 12-13-vuoden iässä, josta mahdollisesti ke- hittyvä päih- dehäiriö alkaa 2-3 vuotta myöhemmin. Päih- dehäiriötä sairastava nuori käyttää usein muitakin päih- teitä alkoholin lisäksi, muun muassa tupakkaa, huumeita ja lääkkeitä. Päih- dehäiriöt uusiutuvat helposti, ovat pitkäkestoisia sekä vaikeita hoitaa. Huume- kokeiluja on hyvin harvoin sellaisilla nuorilla, jotka eivät tupakoi tai käytä alkoholia. Nuorilla ensimmäiset alkoholin käytön kokeilut voivat olla huomattavankin rajuja, kun kokemusta tai toleranssia alkoholin käytöstä ei vielä ole. Tavoite kuitenkin on, ettei alkoholin käytöstä tulisi tapaa, jotta alkoholiin ei kehity riippuvuutta. Päih- teidenkäyttö lisää myös muita haitallisia seurauksia, esimerkiksi aggressiivista käytöstä sekä turhaa riskinottoa, ja nuori voi joutua ne- gatiivisina koettuihin tilanteisiin. (Marttunen ym. 2013)

Päih- teidenkäytöllä on vaikutuksia mielenterveyteen myös nuorten kohdalla. To- dennäköisyys sille, että nuori kärsii myös muista mielenterveyden häiriöistä tai oireilee muuten psyykkisesti, on suhteessa siihen, miten aikaisin päih- teiden- käyttö on aloitettu, tai miten runsasta käyttö on ollut. Runsas päih- teiden käyttö ja mielenterveyden häiriöt kulkevat usein käsi kädessä. Yleisimpänä mainittakoon tarkkaavaisuus- ja käytöshäiriöt, ahdistuneisuus ja mielialahäiriöt. Kyseisiin häi-

riöihin liittyen nuorilla nähdään usein vakavaakin oireilua. Päihdeongelmiin liitetään nuorilla myös huomattavaa itsemurhariskiä, joka lisääntyy muiden samanaikaisten mielenterveyshäiriöiden esiintyessä. ADHD, masennus ja käytöshäiriöt liittyvät usein nuorten runsaaseen päihteiden käyttöön, joko edeltävästi, seurauksena tai alkaen yhtä aikaa päihteiden käytön kanssa. (Marttunen ym. 2013)

Mielenkiintoista oli huomata, miten alkoholin käyttö oli vähentynyt nuorten keskuudessa, mutta kuitenkin joissain ryhmissä positiivinen kehitys oli pysähtynyt, esimerkiksi tytöillä runsas kertajuomisen väheneminen on pysähtynyt vuonna 2015. (ESPAD 2019) Lisäksi kiinnostavana huomiona oli sosiaalisen median käytön yleisyys ja siellä tapahtuvan alkoholimainonnan olevan yhteydessä nuorten alkoholin käyttöön. Tästä voidaan päätellä olevan hyödyllistä lailla säädellä alkoholimainontaa.

6.2 Eettisyys ja luotettavuus

Opinnäytetyötä tehdessämme noudatimme hyviä tieteellisiä käytäntöjä, alan ammattieettisiä ohjeita sekä Tutkimuseettisen neuvottelukunnan laatimia tutkimusten teon eettisiä sääntöjä (Arene 2020). Opinnäytetyön tarkoituksena on tuottaa mahdollisimman luotettavaa tietoa, joten kirjallisuuskatsaukseen valitut tutkimukset otettiin eettisesti hyväksyttävistä ja luotettavista lähteistä. Aineisto koostuu tieteellisistä ja tutkituista julkaisuista, raporteista ja tutkimuksista.

Opinnäytetyön aihe on valittu ja rajattu tarkasti. Kirjallisuuskatsauksessa käytetyt tutkimukset koottiin ja käsiteltiin asianmukaisesti, tuloksia muuntelematta. Lähteet kerättiin luotettavista sivustoilta ja kerättyä aineistoa voitiin vertailla toisiinsa. Tekstissä käytetään lähdeviitteitä ja lähdeluetteloita niin, että tieto on helposti tarkastettavissa.

6.3 Lopuksi

Nuorten alkoholinkäyttöä tutkitaan laajasti ja säännöllisesti Suomessa. Useissa tutkimuksissa huomasimme, miten nuorten kannabiksen käyttö oli kasvussa, ja

usein ne nuoret, jotka käyttivät kannabista, käyttivät myös alkoholia. Tulevissa tutkimuksissa voitaisiinkin keskittyä lisäksi nuorten useiden aineiden samanaikaiseen käyttöön sekä kanaviin, mitä kautta nuoret hankkivat päihteitä. Ehkäisevän päihdetyön näkökulmasta syytä olisi myös syytä keskittyä laajemmin syihin, mitä löytyy nuorten päihteiden käytön taustalla.

Lähteet

Arene, 2020. Ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden eettiset suositukset. <https://www.arene.fi/julkaisut/raportit/opinnaytetoiden-eettiset-suositukset/>

Cornelius, M. D., Goldschmidt, L., Day, N. L. 2016. Gestational Alcohol Exposure and Other Factors Associated With Continued Teenage Drinking. *Health Education & Behavior* 2016, Vol. 43(4) 428–433. Luettu 29.9.2021. <https://journals-sagepub-com.libproxy.tuni.fi/doi/10.1177/1090198115602673>

D.C. Fuhr, G. Gmel, What Is Alcohol per Capita Consumption of Adults Telling us about Drinking and Smoking among Adolescents? A Population-Based Study across 68 Countries, *Alcohol and Alcoholism*, Volume 46, Issue 1, January-February 2011, Pages 88–92, <https://doi.org/10.1093/alcalc/agg071>

Edwards, A. C., Kendler, K. S. 2013. Alcohol consumption in men is influenced by qualitatively different genetic factors in adolescence and adulthood. *Psychol Med.* <https://pubmed-ncbi-nlm-nih-gov.libproxy.tuni.fi/23282961/>

Finlex. Alkoholilaki. 28.12.2017/1102. 2018.

Finlex. Nuorisolaki. 1285/2016. 2016.

Huhtanen, P., Miekkala, M. & Raitasalo, K. 2016. Nuorten päihteiden käyttö Suomessa 1995–2015. *Espad-tutkimusten tulokset.* https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/129809/URN_ISBN_978-952-302-572-1.pdf?sequence=1

Jyväskylän yliopisto, Koppa. 2020. Kirjallisuuskatsaus. <https://koppa.jyu.fi/avoimet/kirjasto/kirjastotuutori/aihehaku-tutkimusprosessissa/aihe-avainkasitteiksi/kirjallisuuskatsaus>

Jyväskylän yliopisto, Koppa. 2010. Tutkimuksen toteuttaminen. <https://koppa.jyu.fi/avoimet/hum/menetelmapolkuja/tutkimusprosessi/tutkimuksen-toteuttaminen>

Kaartinen, A. 2012. Kieltolaki ei kuivattanut Suomea. *Duodecim*. 2012;127(23):2445–52. Luettu 16.2021. <https://www.duodecimlehti.fi/duo10667>

Karlsson, T., Kotovirta, E., Tigerstedt, C., Warpenius, K. 2013. Alkoholi Suomessa – Kulutus, haitat ja politiikkatoimet. Luettu 2.9.2021. https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/104455/URN_ISBN_978-952-245-896-4.pdf?sequence=1

Kangasniemi M, Utriainen K, Ahonen S-M, Pietilä A-M, Jääskeläinen P & Liikainen E. 2013. Kuvaileva kirjallisuuskatsaus: Eteneminen tutkimuskysymyksestä jäsennettyyn tietoon. *Hoitotiede* 25(4), 291–301.

Kinnunen, J., Pere, L., Raisamo, S., Katainen, A., Myöhänen, A., Lahti, L., Ahtinen, S., Ollila, H., Lindfors, P., Rimpelä, A. 2019. Nuorten tupakkatuotteiden ja päihteiden käyttö sekä rahapelaaminen. *Nuorten terveystapatutkimus*. Luettu

26.8.2021 https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/161741/STM_2019_56_Nuorten_terveystapatutkimus_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Kosola, S., Niemelä, E. & Niemelä, S. Päihdekokeilut - normaalia nuoruutta vai alkava häiriö? Aikakauskirja Duodecim. 2018. <https://www.duodecimlehti.fi/duo14288>

Lehto, Anna-Sofia, Katainen, Anu & Maunu, Antti (2012): Riskinä toisten tahto? Laadullinen analyysi yhdeksäsluokkalaisten alkoholiin liittyvistä riskiyhdistä. Yhteiskuntapolitiikka 77 (2012): 6, 656–669.

<https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/104456/lehto.pdf?sequence=1>

McClure, Auden C.; Gabrielli, Joy; Cukier, Samantha; Jackson, Kristina M.; Brennan, Zoe L.B.; Tanski, Susanne E. Internet Alcohol Marketing Recall and Drinking in Underage Adolescents. 2020. <http://lib-proxy.tuni.fi/login?url=https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&AuthType=cookie,ip,uid&db=ccm&AN=140333915&site=ehost-live&scope=site>

Marttunen Mauri, Huurre Taina, Strandholm Thea, Viialainen Riitta (toim.) 2013 Nuorten mielenterveyshäiriöt – Opas nuorten parissa työskenteleville aikuisille. Opas:25 THL/2013.

Mielenterveystalo. Päihdeongelmat. Luettu 20.8.2021. https://www.mielenterveystalo.fi/nuoret/tietoa_mielenterveydesta/nuorten_mielenterveysongelmat/Pages/paihdeongelmat.aspx

Moñino-García, M., Adoamnei, E. Gadea-Nicolás, A., Arenal-Gonzalo, J., López-Espín, J., Torres-Cantero, A. Family environmental factors associated with underage drinking. Journal of Substance Use, 2019; 24(1): 110–116. 2019.

Mäkelä, P., Härkönen, J., Lintonen, T., Tigerstedt, C., Warpenius, K. 2018. Suomalaisien muuttuvat alkoholinkäyttötavat. Näin Suomi juo. Luettu 18.8.2021. https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/136800/THL_TEE029_2018.pdf?sequence=1%26isAllowed=y

Päihdelinkki. 2021. Alkoholi. Luettu 16.5.2021. <https://paihdelinkki.fi/fi/tietopankki/pikatieto/alkoholi>

Päihdelinkki. 2021. Juomisen riskirajat. Luettu 31.5.2021. <https://paihdelinkki.fi/fi/tietopankki/tietoisuus/alkoholi/juomisen-riskirajat>

Raitasalo, K. & Härkönen, J. Nuorten päihteiden käyttö ja rahapelaaminen -ESPAD-tutkimus 2019. https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/138792/ESPAD_tilastoraportti2019.pdf?sequence=6&isAllowed=y

Salminen, Ari. Mikä kirjallisuuskatsaus? Vaasan yliopisto. 2011.

<https://osuva.uwasa.fi/handle/10024/7961>

THL. Ehkäisevä päihdetyö. 2020. <https://thl.fi/fi/web/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/ehkaiseva-paihde-tyo>

THL. Näin Suomi juo. 2021. <https://thl.fi/fi/web/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/alkoholi/nain-suomi-juo>

THL. Nuorten päihteiden käyttö ja päihdehäiriöt. 2019. Luettu 29.6.2021 <https://thl.fi/fi/web/mielenterveys/mielenterveyshairiot/nuorten-mielenterveyshairiot/nuorten-paihteiden-kaytto-ja-kaytoshairiot>

THL. Nuorten alkoholinkäyttö vähenee edelleen – juomisen tilalle on löytynyt parempaa tekemistä. 2018. Luettu 4.7.2021. <https://thl.fi/fi/-/nuorten-alkoholin-kaytto-vahenee-edelleen-juomisen-tilalle-on-loytynyt-parempaa-tekemista>

Zamboanga, B., Ham, L., Tyne, K. & Pole, N. Alcohol Expectancies Among Adolescent Nondrinkers: They May Not Be Drinking Now, But They're "thinkin bout it". 2011. https://www.academia.edu/48404025/Alcohol_Expectancies_Among_Adolescent_Nondrinkers_They_May_Not_Be_Drinking_Now_But_Theyre_thinkin_bout_it

LIITTEET

Liite 1. aineistotaulukko.

Tutkimuksen tekijät, julkaisuvuosi ja -maa	Tutkimuksen nimi	Tutkimusmenetelmä	Keskeiset tulokset
1) Raitasalo, K., Härkönen, J. 2019. Suomi	Nuorten päihteiden käyttö ja rahapelaaminen – ESPAD-tutkimus 2019	Kyselytutkimus	Suomalaisten nuorten alkoholin käyttö ollut pääosin laskusuuntaista
2) Kinnunen, J., Pere, L., Raisamo, S., Kattainen, A., Myöhänen, A., Lahti, L., Ahtinen, S., Ollila, H., Lindfors, P., Rimpelä, A. 2019. Suomi	Nuorten terveystapatutkimus 2019	Kyselytutkimus	Nuorten raittius lisääntyi vuosina 2000–2015, jonka jälkeen se pysähtyi.
3) Lehto A-S, Kattainen A & Maunu A (2012). Suomi	Riskinä toisen tahto? Laadullinen analyysi yhdeksäsluokkalaisten alkoholiin liittyvistä riskinymärryksistä	9. luokkalaisten ryhmähaastattelu, yhteensä 89 oppilasta, jaettuna 18 ryhmään	Riskien ottaminen voidaan nähdä keskeiseksi osaksi nuoruutta

4) D.C Fuhr, G.Gmel. 2010.	What is alcohol per capita consumption of adults telling us about drinking and smoking among adolescents? A population-based study across 68 countries		Vanhempien alkoholinkäyttö on lineaarinen nuorten alkoholinkäyttöön
5) Hanna Sampalo. 2013. Suomi	Juomatapojen yhteys alkoholihaittoihin ja riskikäyttäytymiseen 14–16-vuotiailla nuorilla	Kouluterveyskyselyt sekä Nuorisorikollisuuskysely	Nuoren alkoholinkäyttöön vaikuttavat perhetausta, yksilön ominaisuudet ja persoonallisuuden piirteet sekä sosiaalinen ympäristö
6) McClure, Auden C.; Gabrielli, Joy; Cukier, Samantha; Jackson, Kristina M.; Brennan, Zoe L.B.; Tanski, Susanne E. 2020. USA	Internet Alcohol Marketing Recall and Drinking in Underage Adolescents	Kyselytutkimus. 202 12–17-vuotiaasta	Alkoholien mainonnalla on yhteys nuorten alkoholinkäyttöön

7) Edwards, A. C., Kendler, K. S. 2013. Yhdysvallat.	Alcohol consumption in men is influenced by qualitatively different genetic factors in adolescence and adulthood	miespuolisten kaksosten alkoholikäyttöä seurattiin varhaisesta nuoruudesta aikuisuuteen. Geneettisiä ja ympäristövaikutuksia alkoholin kulutukseen tutkittiin kaksosmallinnusmenetelmän avulla.	Yhden geneettisen tekijän katsottiin olevan pääosin syynä periytyvään alkoholin käyttöön nuoruuden alkupuolella, jonka jälkeen toinen tekijä astui esiin.
8) Moñino-García, M., Adoamnei, E. Gadea-Nicolás, A., Arense-Gonzalo., López-Espín, J., Torres-Cantero, A. 2019. Espanja	Family environmental factors associated with underage drinking	Kyselytutkimus, johon osallistui 2290 12–16-vuotiaasta oppilasta	Alkoholin käyttämisen riskiä nosti, jos on perheen toisena syntynyt lapsi, vanhemmillä on matala koulutustaso tai on huonot välit vanhempiin ja/tai sisaruksiin
9) Zamboanga, B., Ham, L., Tyne, K. & Pole, N. 2011. USA	Alcohol Expectancies Among Adolescent Non-drinkers: They May Not Be Drinking Now, But They're "thinkin bout it"	Kyselytutkimus, johon osallistui 157 nuorta, jotka eivät olleet kokeilleet alkolia	Alkoholin käyttämisen riskiä nosti positiiviset odotukset alkoholin käyttöön sekä saatavuuteen

10) Cornelius, M. D., Goldschmidt, L., Day, N. L. 2016.	Gestational Alcohol Exposure and Other Factors Associated With Continued Teenage Drinking	Tutkimukseen osallistui 1176 raskaana olevaa naista ja tutkittiin heidän lasten alkoholinkäyttöä 16-vuoden ikään asti.	Raskausajan alkoholinkäytöllä, vapaammalla kasvatustavalla, ja valkoihoisuudella katsottiin olevan merkitystä alkoholinkäytön jatkumiseen.
---	---	--	--

Liite 2. Aineiston pelkistys

Alkuperäisilmaus	Pelkistys
<p>Perusopetuksen 9. vuosiluokan oppilaiden alkoholinkäyttö on vähentynyt vuosituhannen vaihteesta lähtien. Keväällä 2019 kerätty European School Survey Project on Alcohol and other Drugs (ESPAD) aineisto osoittaa, että yhä useampi nuori ei käytä lainkaan alkoholia. Kun vuonna 1999 raittiiden nuorten osuus oli yhdeksän prosenttia, oli vuonna 2019 vastaava osuus 31 prosenttia. (1)</p>	<p>Suomalaisten nuorten alkoholinkäyttö ollut pääosin laskusuuntaista.</p>
<p>Raittiiden nuorten osuus kasvoi kaikissa ikäryhmissä vuosituhannen vaihteesta vuoteen 2015, jonka jälkeen raittiiden osuuden kasvu on joko tasaantunut tai lähtenyt lievään laskuun. (2)</p>	<p>Nuorten raittius lisääntyi vuosina 2000–2015, jonka jälkeen se pysähtyi.</p>
<p>Psykososiaalisesta näkökulmasta nuorten riskinotossa on kyse ikävaiheeseen kuuluvasta käyttäytymisestä, joka pohjautuu toisaalta riskinottoon kannustaviin nuorisokulttuurisiin tekijöihin ja toisaalta taas murrosiässä tapahtuviin, riskikäyttäytymiselle altistaviin fysiologisiin muutoksiin. (3)</p>	<p>Riskien ottaminen voidaan nähdä osaksi nuoruutta.</p>

<p>The majority of countries which are high in recorded alcohol adult per capita consumption tended to show higher rates of current drinking and higher rates of current smoking among adolescents. (4)</p>	<p>Aikuisten runsas alkoholinkäyttö lisää myös nuorten alkoholinkäyttöä.</p>
<p>Vanhempien runsaan päihteiden käytön tiedetään olevan yhteydessä lapsen runsaaseen alkoholinkäyttöön. Molempien vanhempien muodostama ydinperhe näytti puolestaan suojaavan nuoria alkoholinkäyttötilanteisiin liittyviltä laittomuuksilta. Yksilöön liittyvistä tekijöistä positiivisten alkoholiodotusten tiedetään olevan yhteydessä etenkin nuorten juomatapojen muovautumiseen. Runsaasti alkoholia käyttävien nuorten ystävät juovat niin ikään runsaasti alkoholia. (5)</p>	<p>Vanhempien päihteiden käyttö vaikuttaa lasten alkoholinkäyttöön.</p> <p>Perheen sisäiset tekijät vaikuttavat lasten alkoholinkäyttöön.</p> <p>Lapsen odotukset, temperamentti ja persoonallisuus vaikuttavat alkoholinkäyttöön.</p> <p>Lapsen sosiaalinen ympäristö vaikuttaa alkoholinkäyttöön.</p>
<p>Subjects reporting the highest composite score of specific ad type recall (3 or more types of exposure) had the highest prevalence of ever drinking at 53.8 %. (6)</p>	<p>Sosiaalisen median mainonta vaikuttaa nuoren alkoholinkäyttöön.</p>
<p>One latent genetic factor accounted for the majority of the heritability in alcohol consumption during mid-to late adolescence, but its influence declined thereafter ; from young adulthood forward, heritability was largely attributable to a second genetic factor. (7)</p>	<p>Yhden geneettisen tekijän katsottiin olevan pääosin syynä periytyvään alkoholinkäyttöön nuoruuden alkupuolella, jonka jälkeen toinen tekijä astui esiin.</p>

<p>Being a second child, mother with low educational level or working outside home, and having a bad relationship with parents or siblings were associated with higher risk of alcohol consumption. (8)</p>	<p>Perheen sisäiset tekijät vaikuttavat lasten alkoholinkäyttöön.</p>
<p>Young people who reported the intention to try substances were subsequently more likely to do so. (9)</p>	<p>Nuoret, jotka suhtautuivat positiivisemmin alkoholin käyttöön, kokeilivat sitä todennäköisemmin.</p>
<p>(10) Previous studies have demonstrated that measures from multiple psychological and environmental domains are related to general adolescent alcohol use. However, many of these considered measures (e.g., child externalizing behavior, psychological problems, home environment) did not predict continuation or discontinuation of drinking among early alcohol users. Variables that predicted persistent drinking included exposure to prenatal alcohol at one or more drinks per day, less parental strict.</p>	<p>Raskausajan alkoholinkäytöllä, vapaamalla kasvatustavalla, ja valkoihoisuudella katsottiin olevan merkitystä alkoholinkäytön jatkumiseen.</p>

Pelkistys	Alaluokka	Yläluokka
Aikuisten runsas alkoholinkäyttö lisää myös nuorten alkoholinkäyttöä. (4)	Ympäristötekijät	Alkoholinkäytön syyt ja riskitekijät
Vaikuttavia tekijöitä nuoren alkoholinkäytön jatkumiseen aikaisesta kokeilusta katsottiin olevan raskaudenaikainen alkoholinkäyttö, joka sisälsi yhden tai useamman juoman per päivä, löyhät kasvatustavat, lasten aikainen itsenäistyminen sekä valkoihoisuus. (10)		
Perheen sisäiset tekijät vaikuttavat lasten alkoholinkäyttöön. (4)		
Vaikuttavia tekijöitä nuoren alkoholinkäytön jatkumiseen aikaisesta kokeilusta katsottiin olevan raskaudenaikainen alkoholinkäyttö, joka sisälsi yhden tai useamman juoman per päivä, löyhät kasvatustavat, lasten aikainen itsenäistyminen sekä valkoihoisuus. (10)		
Riskien ottaminen voidaan nähdä osaksi nuoruutta. (3)		
Riskien ottaminen voidaan nähdä osaksi nuoruutta. (3)		

<p>Vaikuttavia tekijöitä nuoren alkoholinkäytön jatkumiseen aikaisesta kokeilusta katsottiin olevan raskaudenaikainen alkoholinkäyttö, joka sisälsi yhden tai useamman juoman per päivä, löyhät kasvatustavat, lasten aikainen itsenäistyminen sekä valkoihoisuus. (10)</p>
<p>Nuoret, jotka suhtautuivat positiivisemmin alkoholin käyttöön, kokeilivat sitä todennäköisemmin. (3)</p>
<p>Lapsen sosiaalinen ympäristö vaikuttaa alkoholinkäyttöön. (5)</p>
<p>Sosiaalisen median mainonta vaikuttaa nuoren alkoholinkäyttöön. (5)</p>
<p>Alkoholien mainonnalla on yhteys nuorten alkoholinkäyttöön (6)</p>

Yksi piilevä geneettinen tekijä muodosti merkittävän osan alkoholinkäytön perinnöllisyydestä. (7)	Perinnöllisyys	
Vanhempien päihteidenkäyttö vaikuttaa lasten alkoholinkäyttöön. (4)		
Perheen sisäiset tekijät vaikuttavat lasten alkoholinkäyttöön. (8)		
Yksilön alkoholinkäyttöön perhetaustalla ja geneettisillä tekijöillä on huomattavan suuri vaikutus. (5)		
Suunnilleen viikoittain (vähintään kolme kertaa 30 viime päivän aikana) vähintään kuusi annosta kerralla juovien poikien osuus oli seitsemään prosenttia vuonna 2019. Vastaava luku tytöillä oli viisi prosenttia (1)	Alkoholinkäytön yleisyys	Nuorten juomatavat
Sosiaalisen median mainonta vaikuttaa nuoren alkoholinkäyttöön. (5)		
Nuorten raittius lisääntyi vuosina 2000–2015, jonka jälkeen se pysähtyi. (2)		
Lapsen odotukset, temperamentti ja persoonallisuus vaikuttavat alkoholinkäyttöön. (3)		
Nuorten raittius lisääntyi vuosina 2000–2015, jonka jälkeen se pysähtyi. (2)		