

Jonna Jäntti

NUORTEN PÄIHDETYÖHÖN TEHDYT INTERVENTIOT

Kuvaileva kirjallisuuskatsaus

Opinnäytetyö

Sosiaali- ja terveysalan ammattikorkeakoulututkinto

Sairaanhoidajakoulutus

2023



**Kaakkois-Suomen
ammattikorkeakoulu**

Tutkintonimike	Sairaanhoitaja (AMK)
Tekijä/Tekijät	Jonna Jäntti
Työn nimi	Nuorten päihdetyöhön tehdyt interventiot
Toimeksiantaja	Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulu
Vuosi	2023
Sivut	34 sivua, liitteitä 3 sivua
Työn ohjaaja(t)	Sari Laanterä & Maria Koski

TIIVISTELMÄ

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on kuvata nuorten päihdetyössä tehtyjä interventioita. Opinnäytetyössä tarkastellaan eri interventiomuotoja ja niiden vaikutuksia nuorten päihdetyössä. Opinnäytetyön tavoitteena on etsiä tietoa eri interventiomuodoista ja selvittää kuinka interventioita voidaan hyödyntää hoitotyössä.

Opinnäytetyön menetelmäksi valikoitui kuvaileva kirjallisuuskatsaus. Opinnäytetyön aineistoa etsittiin Finna ja EBSCO-tietokannoista. EBSCO-tietokannan sisäisiä tietokantoja rajattiin aineistoa haettaessa tutkimustulosten määrän rajoituksen vuoksi. EBSCON sisäisistä tietokannoista opinnäytetyöhön valikoituivat Academic Search Elite, APA PsycArticles, APA PsycInfo, CINAHL ja MEDLINE. Kirjallisuuskatsauksessa on käytetty sekä Suomessa että ulkomailla tuotettuja tutkimuksia vuosien 2016–2023 väliseltä ajalta. Yhdeksän opinnäytetyössä käytetyistä tutkimuksesta on englanninkielisiä ja yksi suomenkielinen. Aineiston valintaan vaikuttivat tutkimuskysymykset. Hakutuloksia karsittiin hakuprosessissa ensin otsikkotasolla, jonka jälkeen abstraktin ja lopputulosten avulla. Opinnäytetyöhön valittu aineisto on käsitelty induktiivisen sisällönanalyysin avulla. Tutkimustulokset on jäsennelty ylä- ja alakategorioihin.

Tässä opinnäytetyössä on käsitelty nuoria aina varhaisnuoruudesta nuoriin aikuisiin. Tutkimuksissa esiintyneet nuoret olivat 10–34-vuotiaita. Tutkimustulosten perusteella nuorten päihdetyössä on käytetty monia eri interventiomuotoja. Opinnäytetyössä interventiomuodot jaoteltiin verkkopohjaisiin interventioihin, koulupohjaisiin interventioihin, terveydenhuollon interventioihin, vanhempia osallistaviin interventioihin ja fyysisiin interventioihin. Tehdyt interventiot vaikuttivat muun muassa nuorten tietoisuutta lisäävästi ja nuorten päihteiden käyttöä alentavasti. Opinnäytetyön tulosten perusteella voitiin todeta, että interventiomuodolla oli vaikutusta intervention aikaan saamiin tuloksiin ja että interventiomuodoista tehokkaimmaksi osoittautuivat terveydenhuollon interventiot. Tehokkuudesta on muodostettu johtopäätökset tutkimustulosten pohjalta, kuinka pitkäkestoisia vaikutukset ovat olleet tai kuinka suuri muutos on ollut alkutilanteeseen.

Asiasanat: nuoret, päihteet, interventio

Degree title	Bachelor of Health Care
Author (authors)	Jonna Jäntti
Thesis title	Interventions made in the field of substance abuse treatment for adolescents
Commissioned by	South-Eastern Finland University of Applied Sciences
Time	2023
Pages	34 pages, 3 pages of appendices
Supervisors	Sari Laanterä & Maria Koski

ABSTRACT

The aim of this thesis is the interventions made in the field of substance abuse treatment for adolescents. The purpose of the thesis was to collect information about interventions which are used in substance abuse treatments for adolescents. The thesis examined different forms of interventions and how they have affected adolescents' substance use. There were two research questions in the thesis: What kind of interventions have been used in adolescent substance abuse treatment and how have the interventions affected adolescent substance abuse?

The method of the thesis is descriptive literature review. The material for the thesis was searched in Finna and EBSCO databases. From internal databases of EBSCO five databases were selected which are Academic Search Elite, APA PsycArticles, APA PsycInfo, CINAHL and MEDLINE. Research from Finland and abroad from the period 2016–2023 is used in this descriptive literature review. Nine of the research had been written in English and one in Finnish. Research questions influenced the selection of research materials. The search results were pruned in the search process at the title level first and then by the abstract and results level. The selected material has been processed through content analysis. The research results are structured into top and subcategories.

This thesis has covered young people from early adolescence to young adults. The adolescents included in the studies were between 10 and 14 years old. Based on research findings, there are many different forms of intervention which have been used in adolescent substance abuse treatment. In the thesis, the forms of intervention were divided into web-based interventions, school-based interventions, health care interventions, parental-involvement interventions, and physical interventions. Among other things, the interventions that were carried out had an impact on raising young people's awareness and reducing their use of substance. Based on the results of the thesis, it could be concluded that the form of intervention had an impact on the effectiveness of the intervention. Health care intervention proved to be the most effective of the forms of intervention.

Keywords: adolescent, substance use, intervention

SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	5
2	TOIMEKSIANTAJAN KUVAUS.....	6
3	NUORTEN PÄIHTEIDEN KÄYTTÖ, PÄIHDEONGELMAN TUNNISTAMINEN JA PÄIHDETYÖ.....	6
3.1	Nuori.....	7
3.2	Nuorten päihteiden käyttö.....	7
3.3	Päihdeongelmat.....	8
3.4	Päihdeongelman tunnistaminen.....	9
3.5	Interventio.....	10
3.6	Päihdetyö.....	10
4	OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET	12
5	OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS.....	12
5.1	Kuvaileva kirjallisuuskatsaus	12
5.2	Tiedonhaku ja aineiston valinta.....	14
6	AINEISTON KUVAUS JA ANALYYSI	16
7	TULOKSET.....	18
7.1	Nuorten päihdetyössä käytetyt interventiot	19
7.1.1	Verkkopohjaiset interventiot.....	19
7.1.2	Koulupohjaiset interventiot.....	21
7.1.3	Terveydenhuollon interventiot.....	21
7.1.4	Vanhempia osallistavat interventiot	22
7.1.5	Fyysiset interventiot	23
7.2	Interventioiden vaikutukset nuorten päihteiden käyttöön	23
8	POHDINTA	26
8.1	Tulosten tarkastelu	26
8.2	Luotettavuus ja eettisyys	29
8.3	Johtopäätökset ja jatkokehitysehdotukset	30
	LÄHTEET.....	31
	LIITTEET	

1 JOHDANTO

Nuorten päihteiden käytön trendi ja heidän omat mielipiteensä päihteiden käytöstä ovat muuttuneet viimeisten vuosikymmenten aikana. Esimerkiksi alkoholin käyttö nuorten keskuudessa on vähentynyt viimeisten vuosikymmenten aikana ja raittius lisääntynyt. Huumeiden käytön puolestaan on kuitenkin katsottu lisääntyneen ja nuorten mielipiteet huumeiden käyttöön on katsottu muodostuneen sallivammaksi. (Kivijärvi 2023, 85–86.)

Nuorten päihdekokeilut alkavat usein alkoholikokeiluilla noin 10–15 vuoden iässä. Usein päihdekokeilut jäävät yksittäisiin kertoihin: vain pienestä osasta kokeilijoista tulee päihteiden ongelmakäyttäjiä. Mitä nuorempana päihdekokeilut aloitetaan, sitä suurempi riski on riippuvuuden kehittymiseen ja ongelmakäyttöön myöhemmällä iällä. (Marttunen & Kaltiala 2021, 787.) Nuorten keskuudessa on arvioitu olevan noin 5 %:lla diagnosoitu päihdehäiriö, mutta eriasteisia päihdeongelmia on yhä useammalla. Päihteistä alkoholi aiheuttaa tavallisimmin nuorille ongelmia. (THL 2022.)

Päihdehäiriöksi luokitellaan päihteiden käyttö, joka hallitsee käyttäjän elämää jollakin tapaa. Päihdehäiriöitä voidaan hoitaa monella eri tapaa. Hoitokeinoja lääkehoidon ja laitoshoidon lisäksi ovat esimerkiksi avohoito, motivoiva keskustelu, päihteiden käytön seuranta, voimavarojen tunnistaminen ja puheeksi otto. Usein lääke- ja laitoshoitoon turvaudutaan vain vakavissa päihdehäiriöissä. Nuorten keskuudessa varhainen tunnistaminen on ensisijaisen tärkeää, sillä ongelmiin voidaan näin ollen helpommin vaikuttaa. Päihdehäiriöistä kärsivien nuorten keskuudessa moniongelmaisuus on tyypillistä. (THL 2022.)

Säännöllisellä päihteiden käytöllä on yhteys myös mielenterveysongelmiin. Masennus ja ahdistus ovat yleisiä päihdehäiriöisillä, mutta myös muita häiriöitä kuten käytöshäiriöitä ja sosiaalista pelkoa voi ilmaantua. Aina ei ole helppo tunnistaa kumpi johtaa kumpaan, sillä mielenterveyshäiriöt altistavat myös päihdehäiriöille. (Mielenterveystalo s.a.)

Tämän opinnäytetyön aiheena on nuorten päihdetyössä tehdyt interventiot, minkä valikoitumiseen vaikutti kirjoittajan oma henkilökohtainen kiinnostus

mielenterveys- ja päihdetyötä kohtaan. Interventiolla tarkoitetaan hoitotyöntoimintaa, jolla pyritään vaikuttamaan asiakkaan toimintaan sairauden parantamiseksi (Duodecim 2016). Opinnäytetyön aihe on rajattu koskemaan pelkäämään nuorten päihdetyötä, sillä aihe olisi turhan laaja, mikäli opinnäyte koskisi myös mielenterveystyötä. Päihdetyön keinoista opinnäytteeseen on rajattu hoitotyössä käytetyt interventiot. Mielestäni nuorten mielenterveys- ja päihdeongelmat ovat ajankohtainen ja puhuttava aihe yhteiskunnallisesti ja siten soveltuva opinnäytetyön aiheeksi.

2 TOIMEKSIANTAJAN KUVAUS

Opinnäytetyön toimeksiantajana toimii Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulu Xamk. Xamkilla on Mikkelissä, Savonlinnassa, Kotkassa ja Kouvolassa omat kampukset, joissa opiskelee noin 11 500 opiskelijaa. Kattavan koulutustarjonnan lisäksi Xamk tarjoaa asiantuntijapalveluita esimerkiksi yrityksille ja yhteisöille. Yritykset ja yhteisöt voivat toimia yhteistyössä Xamkin kanssa esimerkiksi harjoittelun, projektin, opinnäytetyön tai TKI-toiminnan muodossa. Lisäksi Xamk tuottaa monialaista asiantuntijatieta eri tutkimusyksiköissä. (Tietoa Xamista.)

Toimeksiantaja voi hyödyntää opinnäytetyöstä saatavaa tietoa opetuksessa. Opinnäytetyötä voidaan hyödyntää esimerkiksi sairaanhoitaja-, terveydenhoitaja- ja ensihoitajakoulutuksissa, sillä sairaanhoitajan, terveydenhoitajan ja ensihoitajan ammateissa voidaan kohdata nuoria päihteidenkäyttäjiä. Opinnäytetyötä voidaan hyödyntää esimerkiksi mielenterveys-, päihde- ja kriisityön opintojaksolla, nuorten mielenterveys- ja päihdetyön opintojaksolla sekä hoidollinen yhteistyösuhde mielenterveys- ja päihdetyössä, yhteistyösuhdeessa vaikuttavat ja hoitavat asiat -opintojaksolla. (Opinto-opas s.a.) Toimeksi antaja voi hyödyntää opinnäytetyössä saatavaa tietoa myös esimerkiksi simulaatio- ja laborointituntien suunnittelussa. Opinnäytetyön aihe-ehdotus tuli opiskelijan taholta.

3 NUORTEN PÄIHTEIDEN KÄYTTÖ, PÄIHDEONGELMAN TUNNISTAMINEN JA PÄIHDETYÖ

Päihteiksi luokitellaan aineet, jotka vaikuttavat ihmisen mielihyvakeskukseen ja siten psyykkisiin toimintoihin ja keskushermostoon. Vaikutukset voivat olla

piristäviä, lamaannuttavia tai hallusinogeenisiä. Päihteiksi katsotaan esimerkiksi alkoholi, tupakka, nikotiinituotteet, huumeet ja lääkkeet, joita käytetään päihtymistarkoitukseen niiden lääkinnällisen tarkoituksen sijaan. (MLL s.a.) Opinnäytetyössä tarkastellaan nuorten alkoholin, tupakkatuotteiden ja huumeiden, kuten kannabiksen, käyttöä.

3.1 Nuori

Nuoren määritelmä ei ole yksioikoinen, eikä sitä voida kuvata pelkällä ikähaarukalla, sillä nuoruus voidaan määritellä paitsi biologialla myös kulttuurin kautta. Yhden YK:n määritelmän mukaan nuoreksi luokitellaan 15–24-vuotiaat, kun taas toisen määritelmän mukaan nuoreksi luokitellaan 18–29-vuotiaat. (Huttunen 2016). Nuorisolain (1285/2016) mukaan nuori tarkoittaa alle 29-vuotiasta henkilöä.

Nuoruuden voidaan katsoa jakautuvan kolmeen vaiheeseen: varhaisnuoruuteen, keskinuoruuteen ja myöhäisnuoruuteen. Nuoruusikä voidaan tavallisesti ajoittaa ikävuosiin 12–22, ja sen katsotaan alkavan puberteetista. Nuoruusikään liittyvät biologisen kasvun ja sukukypsyiden saavuttamisen lisäksi keskushermoston kehittyminen sekä aikuisuuteen johtavat kognitiiviset, psykologiset ja sosiaaliset kehitykset. Nuoruuden tärkeimmät kehitystehtävät ovat sukukypsyys ja sen tuomien kehon muutosten hyväksyminen, lapsuuden riippuvuussuhteesta irrottautuminen ja uudenlaisen suhteen muodostaminen vanhempiin, oman identiteetin ja aikuisen minäkuvan muodostaminen, eheä persoonallisuus sekä kyky tasavertaiseen parisuhteeseen. (Marttunen & Kaltiala 2021, 768–771.)

3.2 Nuorten päihteiden käyttö

Ensimmäiset päihdekokeilut ajoittuvat yleensä 10–15 ikävuoden väliin ja päihteiden käyttö usein lisääntyä iän myötä (STM 2023, 42). Päihdekokeilut painottuvat usein juhlapyhiin, kouluvuoden päättymiseen tai viikonloppuihin. Suurin osa päihteitä kokeilleista nuorista ei kuitenkaan päädy ongelmakäyttöön. Alle 18-vuotiaiden kohdalla päihteiden käyttö luokitellaan kuitenkin aina riskikäytöksi. Koska nuorten aivot vielä kehittyvät, vaikuttavat päihteet nuoriin aikuisia enemmän ja sen vuoksi päihteiden runsas tai jatkuva käyttö luokitellaan riskikäytöksi. (Kosola ym. 2018.)

Usein nuorten päihdekokeilut alkavat tupakkatuotteilla, kuten tupakalla, sähkö-
tupakalla tai nikotiinikorvaustuotteilla tai alkoholilla. Laittomista huumausai-
neista kannabis on yleisin nuorten päihdekokeiluissa. Kannabiskokeilut alka-
vat usein 15 vuoden iässä. Muiden laittomien huumausaineiden, kuten opioi-
dien, amfetamiinin ja muuntohuumeiden, kokeilut alkavat usein vasta täysi-
ikäisyyden kynnyksellä. (Kosola ym. 2018.)

Nuorten päihteiden käytön taustalla vaikuttavat muun muassa biologiset ja
kasvuympäristöön liittyvät tekijät. Koska nuorten aivot ovat vielä kehittymässä,
heidän impulsiivisuutensa ja harkintakyvyn puute voi johtaa päihteiden kokei-
luun. Kasvuympäristöön liittyviä tekijöitä, jotka altistavat päihteiden käytölle,
ovat esimerkiksi henkisen ja fyysisen väkivallan kokeminen, vanhempien päih-
teiden käyttö, perheen sosioekonominen asema ja vanhemman ja lapsen väli-
nen suhde. (STM 2023, 42–43.)

3.3 Päihdeongelmat

Nuorten päihdeongelmat voidaan jaotella kahteen ryhmään. Ensimmäiseen
ryhmään kuuluvat ne nuoret, joiden ongelmana on humalahakuinen juominen
ja mahdolliset huumeekokeilut ilman muuta psyykkistä oireilua. Toiseen ryh-
mään kuuluvat puolestaan ne nuoret, joilla päihdeongelman katsotaan liittyvän
osaksi laajempaa psykososiaaliseen ongelmaan, joka on usein alkanut jo var-
haislapsuudessa. (Kosola ym. 2018.)

Ongelmakäyttäytymisen muodostumiseen vaikuttavat monet eri asiat kuten
päihteen luonne ja päihteiden käyttäjän ikä. Huumeiden ja nikotiinituotteiden
ongelmakäyttö vie vähemmän aikaa kehittyä kuin alkoholin. Ongelmakäytön
muodostumiseen vaikuttaa kokeilujen aloitusikä: Riski ongelmakäyttöön kas-
vaa sen mukaan, mitä nuorempana kokeilut aloitetaan. (Kosola ym. 2018.)

Päihdeongelma tarkoittaa sitä, että päihteiden käyttöön liittyy terveystarpeita tai
sitä, että käyttö täyttää diagnostisen kategorian vaatimukset, kuten ICD-10
mukaisen haitallisen käytön tai DSM-5 mukaisen päihteiden käyttöhäiriön.
Riskikäyttö tarkoittaa päihteiden käyttöä, joka altistaa päihteiden käytöstä joh-
tuille terveyshaitoille. Haitallinen käyttö luokitellaan sellaiseksi päihteiden

käytöksi, joka tuottaa joko psyykkisiä ja/tai fyysisiä haittoja, mutta joka ei vielä luokitella riippuvuudeksi. Päihderiippuvuudesta puhutaan silloin, kun päihteyden käytön koetaan olevan pakonomaista, se tuottaa vierotusoireita ja sietokyky päihteille on kasvanut. Päihteen käyttöhäiriö puolestaan tarkoittaa oireyhtymää, jossa päihteelle ollaan riippuvaisia ja johon yhdistyy päihteyden haitallinen käyttö. (Levola ym. 2021.)

Nuorten kohdalla noudatetaan samoja päihdehäiriöiden kriteeristöjä, kun aikuisilla, sillä nuorille ei ole suunnattu omia kriteeristöjä. Ennen diagnosointia tulee suorittaa laaja-alainen päihteyden käytön anamneesi. Anamneesissa selvitetään päihteyden käyttöä: käytetäänkö päihteitä kokeiluasteella, satunnaisesti, säännöllisesti vai onko käyttö jo haitallista ja riippuvuuden piirteet omaavaa. Lisäksi käydään läpi, mitä eri päihteitä käytetään: käytetäänkö samanaikaisesti useampaa päihdettä vai suuntautuuko käyttö pelkästään yhteen päihteeseen. (Häkkinen ym. 2022.)

3.4 Päihdeongelman tunnistaminen

Päihdeongelman tunnistamisessa tulee ottaa huomioon nuoren elämäntilanne kokonaisvaltaisesti. Kokonaistilanteen kartoittamisessa voidaan käyttää erilaisia haastattelumalleja ja kyselyitä. Näitä ovat esimerkiksi HEADS-malli, R-BDI eli lyhyt masennustesti ja ADSUME-päihdemittari. Kyselyitä on hyvä täydentää haastattelulla, sillä nuorten kirjalliset vastaukset eivät välttämättä ole aina totuudenmukaisia. Alkoholin päihdeongelman tunnistamisessa laboratoriokokeet eivät nuorten kohdalla ole soveltuvaisia, mutta huumeeseulat voivat hyödyttää diagnosointia. (Kosola ym. 2018.)

Sosiaalisten suhteiden ongelmat, velvoitteista suoriutumisen heikkeneminen, riskikäyttäytyminen ja päihteyden käytön hallinnan ongelmat ovat oireita päihteyden ongelmakäytöstä. Velvoitteita ovat esimerkiksi koulu ja kotityöt. (THL 2022.) Päihdeongelmaisella poissaolot koulusta voivat lisääntyä ja koulumenestys voi heikentyä. Sosiaaliset suhteet voivat myös kärsiä päihteyden käytöstä, joka ilmenee esimerkiksi riitoina kavereiden kanssa tai kotona. Päihdeongelmasta voi kieliä myös kaveripiirin äkillinen vaihtuminen, vuorokausirytmien muuttuminen, rahan käytön lisääntyminen ja nuoren käytöksen muuttuminen salailevaiseksi. (Kosola ym. 2018.)

Päihteiden hallinnan ongelmia ovat esimerkiksi vaikeus lopettaa päihteiden käyttöä sen käytöstä ilmenneistä haitoista huolimatta. Päihdeongelmallisella sietokyky päihteisiin kasvaa, jolloin päihdyttävää ainetta tarvitaan enenemiä määriä. Päihteiden käytöstä on usein tullut myös elämän keskeinen sisältö ja se ohjaa toimintaa kaikissa tilanteissa. Ongelmakäyttäjällä esiintyy myös vieroitusoireita käytön vähentämisen tai lopettamisen yhteydessä. (THL 2022.)

Päihteet lisäävät usein myös riskikäyttäytymistä. Päihteiden käyttäjät ajautuvat herkemmin rikoksiin ja päihteitä käytetään myös vaarallisissa tilanteissa. (THL 2022.) Riskikäyttäytymistä on myös suojavaaton seksi ja useat seksisuhteet, jotka voivat aiheuttaa katumusta. Päihteitä käyttävät nuoret ajautuvat ensimmäiseen yhdyntään raittiita nuoria aikaisemmin. (Kosola ym. 2018.)

Yksittäin esiintyvät ilmiöt, kuten satunnaiset arvosanojen huononeminen, riidat vanhempien kanssa tai satunnaiset kokeilut ovat normaaleja ilmiöitä, mutta ongelmat elämän usealla eri osa-alueella samanaikaisesti tarvitsevat puuttamista asioihin. (Kosola ym. 2018.)

3.5 Interventio

Duodecim (2016) määrittelee intervention hoitotyön toimenpiteeksi, jolla pyritään muuttamaan yksilön tai ryhmän käyttäytymistä sekä vaikuttamaan niiden terveydentilaan. Interventio tarkoittaa siis eräänlaista väliintuloa. Päihdetyössä mini-interventio on yksi hoitotyön keinoista. Mini-interventiossa lähtökohtana on päihdeongelman tunnistamisen ja riskikäyttäjien varhainen hoito. Mini-interventiota käytetään usein ennen kuin ongelmakäyttäytymistä päihteiden osalta ilmenee. Mini-intervention tavoitteena on selvittää potilaan päihdekäyttäytymistä sekä tiedottaa päihteiden käytön haittavaikutuksista. Mini-interventiossa potilas pyritään motivoimaan päihteiden käytön vähentämiseen ja lopettamiseen. (Alkoholiongelmat 2018.)

3.6 Päihdetyö

Päihdetyön tarkoituksena on terveyden, turvallisuuden ja hyvinvoinnin turvaaminen päihteisiin liittyvien vaaratekijöiden vähentämisellä ja poistamisella.

Päihdetyöhön kuuluvat ehkäisevä päihdetyö, sosiaalihuollon päihde- ja riippuvuustyö sekä ja terveydenhuollon päihde- ja riippuvuushoito. Päihdetyön tavoitteena on riippuvuudesta eroon pääseminen päihteettömyyden tukemisen kautta. Päihdetyön avulla päihteiden käyttäjälle annetaan ohjausta ja neuvontaa. Päihdetyöhön kuuluvat lisäksi vieroitushoito sekä päihdehäiriöiden ja muiden riippuvuushäiriöiden ennaltaehkäiseminen ja tutkiminen sekä päihderiippuvaisen hoito ja kuntouttaminen. (STM s.a.)

Päihdetyö lähtee potilaan ja hänen läheistensä tuen tarpeesta. Potilaan hoidon perustana on kokonaisvaltainen terveyden- ja sairaanhoidon kokonaisuus. Potilas voi tarvita samanaikaisesti eri sosiaali- ja terveydenhuollon palveluita, jolloin on tärkeätä turvata hoidon jatkuvuus ja sujuvuus eri tahojen välillä. Palveluita tuottavat niin hyvinvointialueet, kunnat kuin yksityiset sektorit. (STM s.a.)

Ehkäisevä päihdetyö nimensä mukaisesti ehkäisee ja vähentää päihdehäiriöitä ja peliriippuvuuksia terveyttä, turvallisuutta ja hyvinvointia tukemalla. Ehkäisevä päihdetyön tavoitteena on erityisesti lasten ja nuorten päihde- ja rahapelikokeiluiden lykkääminen kysynnän vähentämisellä, saatavuuden rajoittamisella ja suojaikärajojen avulla. Lisäksi ehkäisevä päihdetyö antaa tietoa ongelmista ja niiden hallinnasta. Lapsille ja nuorille suunnatuista ehkäisevän päihdetyön muodoista tunnetuin on koulussa annettava päihdekasvatus. (EHYT ry s.a.)

Ehkäisevä päihdetyö kouluympäristössä näkyy esimerkiksi opetussuunnitelmiin sisältyvässä päihdekasvatuksessa, koulujen toimintakäytännöissä ja säännöissä, opintojen tukemisessa, terveitä elämäntapoja tukevissa toimintatavoissa ja säännöissä sekä varhaisen tuen tarpeen tunnistamisessa ja ohjaamisessa tuen piiriin. Vanhempien vanhemmuuden tukemisella on myös ehkäiseviä vaikutuksia nuorten päihteiden käyttöön. (Opetushallitus 2023.)

Päihdekasvatuksessa tulisi tietoa antaa päihteistä, niiden käytön vaikutuksista ja riskeistä, keinoista suojautua päihteiden ongelmatilanteista, avun hakemisesta ja päihteitä koskevista arvoista ja normeista. Päihteiden käytön ennaltaehkäisemisessä nuorten asenteiden vaikuttamisella on enemmän positiivisia vaikutuksia kuin riskitiedottamisella. (Opetushallitus 2023.)

Nuorten päihdetyössä nuoren lisäksi hoitoon osallistutetaan hänen perheensä. Hoidon lähtökohdana on huolellinen tutkiminen kokonaisvaltaisesti, mikä sisältää hoidon tarpeen arvion ja nuorisopsykiatrisen arvion. Usein nuoren päihdeongelmaan liittyy samanaikaisesti mielenterveydellisiä häiriöitä, jonka vuoksi hoidossa tulee huomioida myös psykiatristen ongelmien hoito. On tutkittu, että yhdistelmähoitot, joissa käytetään sekä perhekeskeisiä että yksilöllisiä interventioita, ovat tehokkaimpia nuorten päihdeongelmien hoidossa. (Marttunen & von der Pahlen 2013.)

Päihteiden käytön uudelleen aloittaminen on tutkimusten mukaan melko yleistä nuorten keskuudessa, vaikkakin hoitomuodot yleensä tähtäävät päihteiden käytön lopettamiseen. Tutkimusten mukaan käyttäytymis- ja perhepohjaisten interventioiden tehokkuus paranee, mikäli ne yhdistetään muihin nuorten ongelmien hoitoon. Interventiomuodoista perheinterventiot sekä käyttäytymiseen liittyvät ja psykososiaaliseen muutokseen tähtäävät interventiot ovat todettu tehokkaiksi. (STM 2023, 44–45.)

4 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on kuvata nuorten päihdetyössä tehtyjä interventioita. Opinnäytetyössä tarkastellaan eri interventiomuotoja ja niiden vaikutuksia nuorten päihdetyössä. Opinnäytetyön tavoitteena on etsiä tietoa eri interventiomuodoista ja selvittää kuinka interventioita voidaan hyödyntää hoitotyössä.

Opinnäytetyön tutkimuskysymykset ovat:

1. Mitä interventioita nuorten päihdetyössä on käytetty?
2. Miten interventiot ovat vaikuttaneet nuorten päihteiden käyttöön?

5 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

5.1 Kuvaileva kirjallisuuskatsaus

Kirjallisuuskatsauksella tarkoitetaan tutkimusmenetelmää, jossa luodaan uutta tietoa tutkimalla jo olemassa olevia tutkimuksia yhdistelemällä tutkimustulok-

sia toisiinsa. Kirjallisuuskatsauksen tarkoituksena on siis tiivistää eri tutkimuksissa saadut olennaiset tiedot yhdeksi kokonaisuudeksi tutkimuskysymyksiin pohjautuen. Monimenetelmällisessä kirjallisuuskatsauksessa hyödynnetään sekä määrällisiä että laadullisia alkuperäistutkimuksia. (Vilkkä 2023, luku 1.1.1: Tutkimuskohteena tutkimukset.)

Kirjallisuuskatsauksen piirteisiin kuuluvat monimenetelmällisyys ja analyttisyys. Metodi koostuu järjestelmällisestä ennakkoon suunnitellusta hakuprosessista, tutkimusten valikoimisesta hakutuloksista, tutkimusten kriittisestä arvioinnista, muistiinpanojen tekemisestä, tutkimusten analysoimisesta ja yhdistelemisestä sekä uuden tiedon tuottamisesta. (Vilkkä 2023, luku 1.1.2: Kurinalaisuus, kriittisyys ja systemaattisuus.)

Kirjallisuuskatsausprosessiin liittyvät kurinalaisuus, läpinäkyvyys, luova ajattelu ja kriittisyys. Kurinalaisuutta on hakuprosessin järjestelmällisyys, jossa tietoa etsitään rajatusti ja johdonmukaisesti, jotta saadaan luotettavaa ja pätevää tietoa, ja jota voidaan yleistää. Läpinäkyvyyttä puolestaan ovat tutkijan tekemät valinnat tiedon haussa ja niiden esille tuomista työssä. Kirjallisuuskatsauksessa tuodaan esille tutkijan käyttämät avainsanat, haku- ja valintakriteerit, käytetyt tietokannat sekä hakutulosten kriittinen arviointi. Tutkija tarvitsee työssään myös luovaa ajattelua, jotta uusia oivalluksia ja sitä kautta uutta tietoa saataisiin aikaiseksi. Kriittisyys ilmenee prosessissa tutkijan omana reflektointina toiminnassaan suhteessa saatuun tietoon. Kriittisyys esiintyy myös esimerkiksi aineiston hyväksymisenä tai hylkäämisenä. Ratkaisut tulee työssä esittää aina perustellusti. (Vilkkä 2023, luku 1.1.2: Kurinalaisuus, kriittisyys ja systemaattisuus.)

Kirjallisuuskatsaus voidaan jakaa neljään muotoon, joita ovat narratiivinen kirjallisuuskatsaus, integratiivinen kirjallisuuskatsaus, systemaattinen kirjallisuuskatsaus ja meta-analyysi (Vilkkä 2023, luku 1.2: Kirjallisuuskatsauksen tavat). Narratiivinen eli kuvaileva kirjallisuuskatsaus on metodi, jossa tarkoituksena on etsiä tutkimusten perusteella, mitä tutkittavasta aiheesta tiedetään, mitkä ovat tutkittavan aiheen keskeiset käsitteet ja käsitteiden väliset keskinäiset suhteet ilmiön yleisyyden sijasta. Narratiivisen katsauksen avulla voidaan ti-

vistä äikaisempaa tutkimustietoa ja tehdä uusia kokonaisnäkemystsiä järjestämällä epäyhtenäistä tietoa johdonmukaiseksi kokonaisuudeksi. (Vilka 2023, luku 1.2.1: Narratiivinen kirjallisuuskatsaus.)

Kuvailevan kirjallisuuskatsauksen tavoitteena on tutkittavan asian ymmärtäminen sekä ymmärtämisen esiintuominen argumentaation avulla johdonmukaisesti ja vakuuttavasti. Kuvaileva kirjallisuuskatsaus auttaa tutkijaa syventämään tietämystään tutkittavasta asiasta prosessin edetessä sekä aineistoa analysoimalla, ja näin ollen tutkittavasta asiasta voidaan muodostaa teoriaa. (Vilka 2023, luku 1.2.1: Narratiivinen kirjallisuuskatsaus.)

5.2 Tiedonhaku ja aineiston valinta

Kirjallisuuskatsauksen hakuprosessin tulee olla jäsenneiltyä, läpinäkyvää ja tutkimuskysymyksen mukaista. Tavoitteena on, että tiedonhakuprosessi pysytään toistamaan. Tiedonhaun perustana on hyvä ennakkosuunnittelu, joka mahdollistaa olennaisen aineiston valitsemisen. Tiedonhakuprosessiin kuuluvat tutkimuskysymysten määrittely, avainsanojen tunnistaminen, sisäänotto- ja poissulkukriteerien rajaaminen ja laventaminen sekä hakutekniikan käyttäminen. Hakuprosessissa tiedon hakeminen ja seulominen ovat koko ajan yhteydessä toisiinsa. Aineiston haku syventyy ja tarkentuu prosessin edetessä. (Vilka 2023, luku 2.1.2: Hakuprosessi, avainsanat ja asiasanat.) Alla olevassa taulukossa (taulukko 1) on kuvattu opinnäytetyössä käytetyt aineistojen sisäänotto- ja poissulkukriteerit.

Taulukko 1. Opinnäytetyön aineiston sisäänotto- ja poissulkukriteerit

Sisäänottokriteerit	Poissulkukriteerit
tieteellinen artikkeli tai tutkimusjulkaisu	amk-opinnäytetyö, muu julkaisutyyppi tieteellisessä lehdessä, ammattilehden artikkeli
julkaisuvuosi 2016–2023	julkaistu ennen vuotta 2016
koko teksti saatavana	saatavana vain abstrakti
julkaisukieli suomi tai englanti	julkaistu muulla kuin suomen tai englannin kielellä
tutkimus vastaa tutkimuskysymykseen	tutkimus ei vastaa tutkimuskysymykseen

Tiedonhakuprosessia lähdettiin toteuttamaan hakusanojen jäsentelyn avulla ja tietokantojen valitsemisella. Tietokannoista opinnäytetyöhön valikoituivat Finna ja EBSCO. Aluksi tarkoituksena oli käyttää myös Medic -tietokantaa,

mutta hakutulosten vähäisyyden vuoksi tämä karsiutui pois. Suomenkielisinä hakusanoina käytettiin (nuor* OR nuoret) AND (päihdeongelma OR päihteet) AND interventio ja englanninkielisinä hakusanoina käytettiin (adolescents OR teenagers OR young adults OR teen OR youth) AND intervention AND (substance abuse OR substance use OR drug abuse OR drug addiction OR drug use). Seuraavassa taulukossa (taulukko 2) on esitetty mitä hakusanoja missäkin tietokannassa on käytetty, kuinka monta hakutulosta hakusanoilla on saatu ja kuinka monta julkaisua on hyväksytty mukaan opinnäytetyöhön.

Taulukko 2. Tiedonhakutaulukko

Tietokanta	Hakusanat	Hakutulokset	Hyväksytyt julkaisut
Finna	nuor* OR nuoret AND päihdeongelma OR päihteet AND interventio.	159	2
EBSCO	adolescents OR teenagers OR young adults OR teen OR youth AND intervention AND substance abuse OR substance use OR drug abuse OR drug addiction OR drug use	178	8
Yhteensä			10

Finnasta hakusanojen perusteella hakutuloksiksi tuli 159. Tämän jälkeen hakutulosten määrää rajattiin ensin vuosiluvun mukaan, jolloin hakutulosten määrä laski 40. Näistä 29 olivat opinnäytetöitä, 3 artikkeleita ja loput määritlemättömiä. Opinnäytetöistä rajattiin pois ammattikorkeakoulutasoiset ja kandidatasoiset työt, jolloin hakutuloksiksi jäi 12. Tämän jälkeen hakutuloksia rajattiin otsikkotasolla, jolloin hakutuloksia jäi 2, joista molemmat valittiin mukaan opinnäytetyöhön.

Koska EBSCO itsessään sisältää monta eri tietokantaa, rajattiin ensin tietokantoja, joista hakuja suoritetaan. Tietokannoiksi valikoitui Academic Search Elite, APA PsycArticles, APA PsycInfo, CINAHL ja MEDLINE. APA PsycArti-

cles ja APA PsycInfo valikoituivat mukaan, sillä päihdeongelmat voidaan luokitella psyykkisiksi ongelmiksi tai ne usein liittyvät osana mielenterveydellisiin häiriöihin. MEDLINE puolestaan valikoitui sillä perusteella, että se käsittelee lääketiedettä.

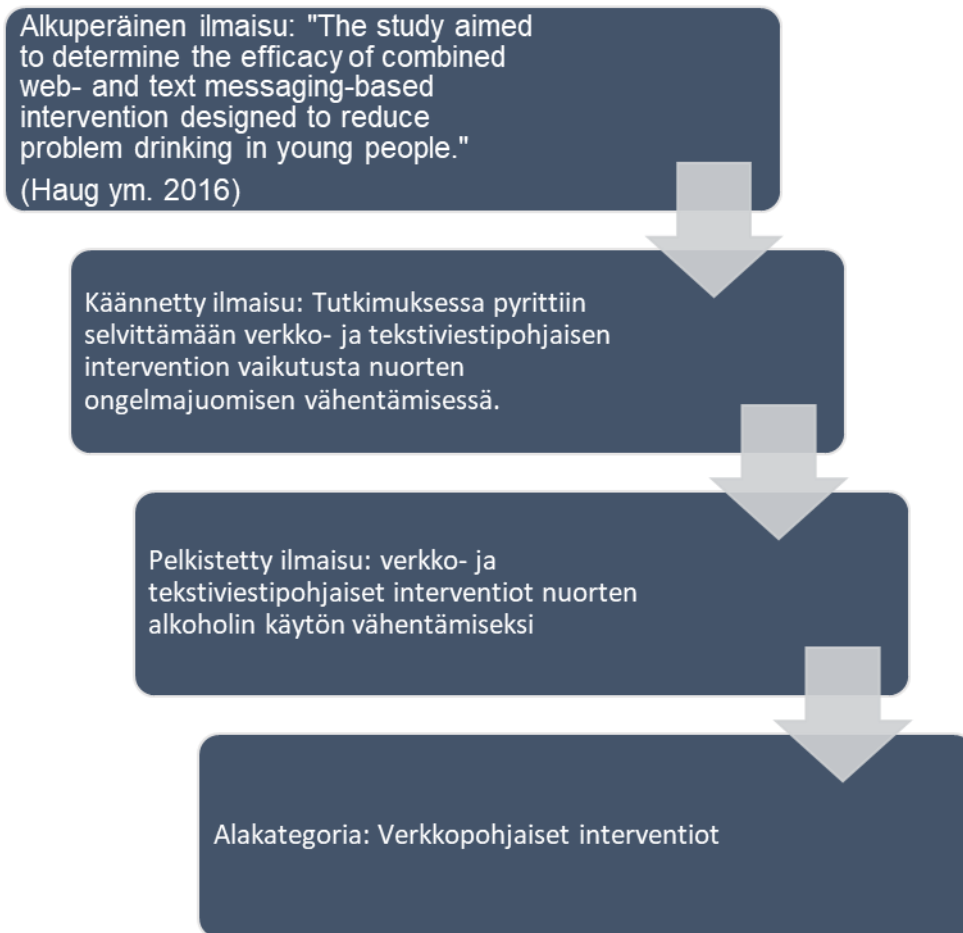
EBSCO:sta haettaessa rajasin hakua ensin vuosiluvun mukaan. Rajaus tehtiin koskemaan vuosina 2016–2024 tehtyjä tutkimuksia. Samalla rajasin haun koskevan vertaisarvioituja tutkimuksia. Näiden rajausten perusteella sain 25 596 hakutulosta. Tämän jälkeen lähdin rajaamaan hakua tutkimuksen pääpainon mukaan, jonka valitsin koskevan interventioita. Näin ollen sain 536 hakutulosta. Tämän jälkeen rajasin tuloksia kielen mukaan ja hakutulokset vähenivät 528:aan. Lopuksi rajasin hakua vielä tekstin saatavuuden mukaan, jolloin lopulliseksi hakutulosten määräksi sain 178. Tämän jälkeen hakutuloksia lähdettiin rajaamaan otsikkotasolla, jonka jälkeen abstraktin ja lopputulosten perusteella. Lopputuloksena EBSCO:sta valikoitui 8 tutkimusta.

6 AINEISTON KUVAUS JA ANALYYSI

Aineisto käsiteltiin induktiivisella sisällönanalyysillä, mikä tarkoittaa aineistolähtöistä analyysia. Sisällönanalyysi sisältää kolme vaihetta, jotka ovat valmistelu-, analysointi- ja raportointivaiheet. Valmisteluvaiheessa valitaan analyysiyksikkö, perehdytään valittuun aineistoon ja litteroidaan mahdollinen aineisto. Induktiivisessä sisällönanalyysissä analysointivaiheessa aineisto ryhmitellään ennen sen analysoimista. Raportointivaiheessa puolestaan kuvataan tutkimuksesta saatuja tuloksia. Lopuksi saatuja tutkimustuloksia peilataan aikaisempien tutkimuksien tuloksiin. (Elo ym. 2022.) Tässä luvussa perehdytään sisällönanalyysin valmistelu- ja analysoimisvaiheisiin. Raportointivaihe eli tutkimuksen tulokset käsitellään jäljempänä omana lukunaan.

Tässä opinnäytetyössä aineistoon on perehdytty ensin lukemalla tutkimukset läpi useaan kertaan. Tutkimukset ja niiden keskeisimmät tulokset ovat esitelty liitteessä 1. Samalla aineistosta on tehty muistiinpanoja. Muistiinpanojen pohjalta aineistoa lähdettiin seuraavaksi luokittelemaan ylä- ja alakategorioihin. Luokittelussa aineistoista tehdyt muistiinpanot pelkistettiin ensin, jotta ne olivat helpompi jakaa eri kategorioihin. Seuraavassa kuvassa (kuva 1) on esimerkki siitä, kuinka alkuperäinen teksti on ensin käännetty suomeksi, jonka jälkeen

siitä on tehty pelkistetty ilmaus. Pelkistetty ilmaus on tämän jälkeen luokiteltu alakategoriaan.



Kuva 1. Esimerkki ilmaisujen pelkistyksestä ja luokittelusta.

Yläkategoriat pohjautuvat tutkimuskysymyksiin ja alakategoriat tutkimuskysymysten vastauksiin. Alla olevissa taulukoissa nähdään tutkimustulosten luokittelu (taulukko 3 ja taulukko 4.)

Taulukko 3. Aineiston luokittelu ensimmäisessä tutkimuskysymyksessä

Alakategoria	Yläkategoria
Verkkopohjaiset interventiot	Käytetyt interventiot
Koulupohjaiset interventiot	
Terveystuhoon interventiot	
Vanhempia osallistavat interventiot	
Fyysiset interventiot	

Taulukko 4. Aineiston luokittelu toisessa tutkimuskysymyksessä

Alakategoria	Yläkategoria
Ei tietoa vaikutuksesta	Intervention vaikutukset
Ei vaikutusta sähkö tupakoinnin aloittamisen ennaltaehkäisemisessä	
Alkoholin esiintyvyyden kasvun hidastuminen	
Alkoholin käytön väheneminen	
Alkoholin kerralla juotujen suurten määrien epätodennäköisyys	
Humalahakuisen juomisen väheneminen	
Kannabiksen käytön vähentäminen ja/tai lopettaminen	
Lyhytaikaiset vaikutukset päihteiden käyttöön	
Todennäköisyyden pieneneminen päihdehäiriön kehittymiseen	
Tiedon/ tietoisuuden lisääntyminen	

Yläkategorioiksi muodostuivat näin ollen käytetyt interventiot ja interventioiden vaikutukset. Ensimmäisen tutkimuskysymyksen alakategorioiksi muodostuivat verkkopohjaiset interventiot, koulupohjaiset interventiot, terveydenhuollon tekemät interventiot, vanhempia osallistavat interventiot ja fyysiset interventiot. Toisen tutkimuskysymyksen alakategorioita puolestaan ovat, ettei vaikutuksesta ole tietoa tai ettei interventiolla ollut vaikutusta sähkö tupakoinnin aloittamisen ennaltaehkäisemisessä, alkoholin käytön väheneminen, alkoholin esiintyvyyden kasvun hidastuminen, alkoholin kerralla juotujen suurten määrien epätodennäköisyys, humalahakuisen juomisen väheneminen, kannabiksen käytön väheneminen ja/tai lopettaminen, lyhytaikaiset vaikutukset päihteiden käyttöön, päihdehäiriön kehittymisen todennäköisyyden pieneneminen ja tietoisuuden lisääntyminen. Tutkimuskysymyksiin lähdettiin vastaamaan kysymys kerrallaan.

7 TULOKSET

Opinnäytetyöhön valikoitui yhteensä kymmenen tutkimusta, joista kaksi on toteutettu Suomessa (Parisod 2018; Rahi 2021), yksi Norjassa (Vederhus ym. 2022), yksi Hawajilla (Nigg ym. 2019), yksi Kanadassa (Mylocopos ym. 2023), yksi Sveitsissä (Haug ym. 2016) ja neljä Yhdysvalloissa (Kogan ym. 2019; LaBrie ym. 2016; Simonton ym. 2018; Sterling ym. 2021). Tutkimuksista yksi

(Rahi 2021) on suomenkielinen ja loput yhdeksän englannin kielistä. Tutkimukset olivat toteutettu vuosien 2016–2023 välisenä aikana.

Tutkimusten kohderyhmät vaihtelivat varhaisnuorista nuoriin aikuisiin. Parisodin (2018) ja Koganin ym. (2019) tutkimusten kohderyhmänä olivat varhaisnuoret. Parisodin (2018) tutkimukseen osallistui 10–13-vuotiaat ja Koganin ym. (2019) 10–12-vuotiaat. Nigg ym. (2019) tutkimuksen kohderyhmää olivat 15–16-vuotiaat. Sterling ym. (2021) tutkivat puolestaan 12–18-vuotiaita. Simontonin ym. (2018) tutkimuksen kohderyhmää olivat nuoret alle 18-vuotiaat ja Mylocoposin ym. (2023) alle 21-vuotiaat. Haug ym. (2016) tutkivat toisen asteen oppilaitoksen oppilaita ja LaBrie ym. (2016) 1. vuoden yliopisto-opiskelijoita. Vederhusin ym. (2022) tutkimuksen kohderyhmää olivat 15–34-vuotiaat. Rahin (2021) tutkimus oli suunnattu 6.-luokkalaisten vanhemmille.

Kaksi tutkimuksista oli kirjallisuuskatsauksia (Mylocopos ym. 2023; Simonton ym. 2018), kahden tutkimuksen tuloksena syntyi jokin konkreettinen tuotos ja niissä oli hyödynnetty eri tutkimusmenetelmiä (Parisod 2018; Rahi 2021) ja loput kuusi olivat kliinisiä tai kontrolloituja tutkimuksia. Tutkimusten otoskoot ovat kuvattuna liitteessä 1.

7.1 Nuorten päihdetyössä käytetyt interventiot

Tässä luvussa on vastattu ensimmäiseen tutkimuskysymykseen eli kysymykseen: mitä interventioita nuorten päihdetyössä on käytetty? Luku on jaettu alalukuihin interventiotyyppien mukaisesti.

7.1.1 Verkkopohjaiset interventiot

Verkkopohjaisia interventioita on käytetty nuorten päihdetyössä muun muassa ennaltaehkäisemään ja vähentämään päihteiden käyttöä. Parisod (2018) käsittelee tutkimuksessaan terveystieteen vaikutuksia varhaisnuorten tupakointiin tietoa lisäävänä ja terveydenlukupolun tukevana interventiomuotona. Parisodin (2018) tutkimus pohjautui aikaisempaan tutkimustietoon nuorten terveyden edistämisestä videopelien avulla. Videopelien katsotaan tarjoavan käyttäjilleen stimuloivan, älyllisesti haastavan ja yksilöllisen pelikokemuksen, jonka tavoitteena on tukea tupakoimattomuutta positiivisen kokemuksen kautta

nuorten näkökulmasta. Pelin tarkoituksena on tukea vaikutelmaa tupakoinnista huonona valintana riittävän tehokkaasti mieleenpainuvalla tavalla. (Pari-sod 2018.)

Mylocopos ym. (2023) puolestaan tutkivat eri interventiomuotojen vaikutuksia nuorten sähkötupakointiin. Monet näistä interventiomuodoista käsittelevät verkkopohjaisia interventioita nuorten sähkötupakoinnin ennaltaehkäisemiseksi. Tutkimuksessa on nostettu verkkopohjaisista interventiomuodoista muun muassa videopelit, tekstiviestit ja kuvaviestit sekä sosiaalisen median ja massamedian kampanjat. (Mylocopos ym. 2023). Verkkopohjaiset interventiot voidaan jakaa yksilölle suunnattuihin ja yhteisöille suunnattuihin interventioihin. Yksilölle suunnattuja verkkopohjaisia interventiomuotoja ovat esimerkiksi videopelit sekä teksti- ja kuvaviestit. Yhteisöille suunnattuja verkkopohjaisia interventiomuotoja puolestaan ovat sosiaalisen median kampanjat ja massamediakampanjat. Verkkopohjaisten interventioiden tarkoituksena on lisätä tietoa ja vahvistaa sähkötupakoimattomuuden asennetta. (Mylocopos ym. 2023.)

Nigg ym. (2019) puolestaan käsittelevät tutkimuksessaan Havaijilaisten nuorten päihteiden käytön ennaltaehkäisemistä verkkosivustojen avulla. Tutkimusprojektissa kehitettiin Weebly:n kanssa yhteistyössä verkkosivustot, joiden kautta nuorille annetaan tietoa päihteistä ja niiden vaikutuksista. Lisäksi verkkosivustot antavat tietoa ennalta ehkäisemisestä ja hoidoista sekä tietoa, kuinka päihteistä pysytään erossa. Tutkimuksen aikana osallistujista kerättiin tietoa muun muassa siinä, kuinka kauan osallistuja vieraili päivittäin sivustoilla ja mitä osallistajat oppivat sivustoilta. (Nigg ym. 2019.)

Haug ym. (2016) käsittelevät tutkimuksessaan verkkopohjaisia ja tekstiviestipohjaisia interventioita nuorten alkoholi-ongelmien hoidossa. Tutkimus toteutettiin kuuden kuukauden seurantatutkimuksena ja siinä hyödynnettiin vertaisryhmää. Tutkimuksessa nuorille lähetettiin yksilöityjä viestejä. Tutkimuksessa vastattiin ensin kyselyyn, jonka avulla selvitettiin osallistujien juomistottumuksia. Tämän jälkeen viestit räätälöitiin vastausten perusteella yksilöllisesti. (Haug ym. 2016.)

7.1.2 Koulupohjaiset interventiot

Koulupohjaisia interventioita on käytetty muun muassa sähkösavukkeiden käytön ennaltaehkäisemiseksi. Koulupohjaisiin interventioihin voidaan katsoa kuuluvat koulun politiikka ja säännöt. Lisäksi koulupohjaisia tutkimuksia ovat muun muassa esitelmät, vertaisjohtoiset ryhmät, sähkötupakointia ennaltaehkäisevät ohjelmat, sosiaalisia ja emotionaalisiin taitoihin pohjautuvat opetussuunnitelmat ja mini-interventiot. Kouluissa on järjestetty myös esimerkiksi teemaviikkoja ja kampanjoita. (Mylocopos ym. 2023.)

Koulupohjaisissa interventioissa on hyödynnetty eri ennaltaehkäisyohjelmia ja -menetelmiä sekä kampanjoita. Näitä ovat esimerkiksi Stanfordin tupakointia ennaltaehkäisevä työkalupakki (Stanford Tobacco Prevention Toolkit TPT), Texasin tupakointia ennaltaehkäisevä ohjelma (the Texas Tobacco Prevention program) ja kanadalaisten koulujen ennaltaehkäisyohjelmat (Canadian school prevention programs). Kampanjoita, joita interventioissa on hyödynnetty, ovat esimerkiksi Clearing the Vapor, CATCH My Breath, Youth Engaged Strategies for Changing Adolescent Norms! (YES-CAN!) ja Above the Influence of Vaping (ATI-V). (Mylocopos ym. 2023.)

7.1.3 Terveysthuollon interventiot

Terveysthuollon interventioita ovat muun muassa kognitiivinen terapia, motiivoiva haastattelu, psykoedukaatio ja mini-interventio. (Vederhus ym. 2022; Sterling ym. 2021.) Vederhusin ym. (2022) tutkimus on toteutettu Norjassa ja sen kohderyhmänä ovat olleet nuoret aikuiset kannabiksen käyttäjät. Tutkimuksessa osallistujien hoito koostui viidestätoista yksilöllisestä avohoito tapaamisesta, jotka jakautuivat kolmeen osa-alueeseen: lääketieteelliseen, psykologiseen ja sosiaaliseen vaiheeseen. Tapaamisissa osallistujat refleктоivat ajatus- ja käyttäytymismallejaan, joita he olivat kehittäneet kannabiksen käytön aikana itselleen. Reflektion avulla käyttäytymismalleja lähdettiin muuttamaan niin, että ne tukivat osallistujien sosiaalisia ja psykologisia selviytymistaitoja kannabiksen käytön lopettamiseksi. Nuorimpien osallistujien kohdalla (alle 20-vuotiaiden) yksi tapaamiskerta sisälsi perhekokouksen. (Vederhus ym. 2022.)

Tutkimukseen osallistuminen oli vapaaehtoista ja maksutonta. Osa osallistujista tulivat tutkimukseen mukaan kaupunkien tukipalveluiden, kuten sosiaali-

ja terveystalveluiden, lastensuojelupalveluiden ja kouluterveydenhuollon kautta, kun taas osa otti itse yhteyttä tutkimusta suorittaviin keskuksiin saatuun tietoa tästä kavereidensa, muiden käyttäjien tai internetin kautta. Interventiot toteuttivat terapeutit, kuten psykologit, sairaanhoitajat ja sosiaalityöntekijät, jotka olivat perehtyneet käytettyihin metodeihin. (Vederhus ym. 2022.)

Sterlingin ym. (2021) tutkimuksen kohderyhmänä olivat 12–18-vuotiaat nuoret ja tutkimuksen kohteena oli SBIRT-interventiomallin hyödyntäminen pediatriassa perusterveydenhuollossa. SBIRT-malli koostuu seulonnasta (S=Screening), mini-interventiosta (BI=Brief intervention) ja läheteestä hoitoon (RT=Referral to treatment). SBIRT-mallin tavoitteena on puuttua varhaisessa vaiheessa ongelmakäyttäytymiseen ja ennaltaehkäistä tulevia haittoja. SBIRT-mallia hyödynnetään nuorten päihde- ja mielenterveysongelmien ehkäisemisessä. (Sterling ym. 2021.)

7.1.4 Vanhempia osallistavat interventiot

Vanhempia osallistavia interventioita on käytetty muun muassa nuorten alkoholin käytön ennaltaehkäisemiseksi. Kogan ym. (2019) tutkimuksessa vanhemmat osallistutettiin varhaisnuorten alkoholin käytön ennaltaehkäisemiseksi interventioihin. Vanhemmat osallistuivat nuorten kanssa vähintään viidestä seitsemään istuntoon. Interventiomallissa korostettiin vanhemmuuden käytäntöjä, kuten osallistuvan vanhemman roolia ja selkeää kommunikointia sekä nuorten itsesäätelyprosessia suojaamaan alkoholin käytön aloittamista ennen kuin varsinaiset alkoholikokeilut alkavat keskikoulun aikana. (Kogan ym. 2019.)

Vanhempia osallistavia interventioita on käytetty myös yliopisto-opiskelijoiden alkoholin käytön ennaltaehkäisemisessä. LaBrien ym. (2016) tutkimuksessa vanhempia motivoitiin muuttamaan alkoholiin liittyvää kommunikointiaan korjaamalla normatiivisia väärinkäsityksiä livesynteettisellä tiedolla. Vanhemmat osallistuivat ensimmäistä vuotta yliopistossa aloittavien kouluvuoden alussa orientaatiopäiviin, joissa vanhemmille annettiin vinkkejä juomisesta keskustelemiseen. (LaBrie ym. 2016.)

Rahin (2021) tutkimus oli suunnattu 6. -luokkalaisten vanhemmille. Tutkimuksessa nuorten päihteiden käytön ja päihdeongelmien ennaltaehkäisyssä hyödynnettiin vanhemmuustaitoja lisäävää interventiota. Vanhempien vanhemmuustaitoja nuorten päihteiden käytön ennaltaehkäisemisessä pyrittiin tutkimuksessa lisäämään videoiden avulla. Videot olivat kestoltaan kolmesta minuutista yhteentoista minuuttiin ja ne käsittelivät aihetta eri näkökulmista. (Rahi 2021.)

7.1.5 Fyysiset interventiot

Fyysiseksi aktiivisuudeksi voidaan määritellä työ, urheilu, kuntoilu, kotityöt tai muu aktiivinen toiminta, joka on jäsenneltyä ja toistuvaa. Fyysisen aktiivisuuden voidaan katsoa vähentävän päihteiden käyttöä kolmella eri tavalla. Ensinnäkin fyysinen aktiivisuus voi korvata epäterveelliset tavat, kuten päihteiden käytön. Lisäksi fyysinen aktiivisuus voidaan nähdä tukevan terveellisiä elämäntapoja, joka on ristiriidassa päihteiden käytön kanssa. Toisekseen fyysinen aktiivisuus voi vähentää päihteiden käyttöä psykologisten vaikutusten kautta. Fyysinen aktiivisuus voi parantaa itseluottamusta ja emotionaalista hyvinvointia ja näin ollen antaa yksilölle työkaluja, joiden avulla pystytään vastustamaan mielihaluja. Kolmanneksi fyysinen aktiivisuus voi aktivoida samoja aivojen palkitsemisjärjestelmiä, joita päihteet palkitsevat. (Simonton ym. 2018.)

Fyysisiä interventioita on toteutettu muun muassa kouluympäristössä sairaanhoitajien tai muiden terveydenhuollon asiantuntijoiden toimesta. Interventiot olivat sekä ryhmä- että yksilömuotoisia. (Simonton ym. 2018.)

7.2 Interventioiden vaikutukset nuorten päihteiden käyttöön

Tässä luvussa on vastattu toiseen tutkimuskysymykseen: Miten interventiot ovat vaikuttaneet nuorten päihteiden käyttöön? Kappaletta ei ole jaettu alalukuihin. Luku etenee edellisen luvun mukaisessa järjestyksessä. Ensin käsitellään verkkopohjaisten interventioiden vaikutuksia, sitten koulupohjaisten interventioiden vaikutuksia, sitten terveydenhuollon interventioiden vaikutuksia, sitten vanhempia osallistavien interventioiden vaikutuksia ja lopuksi fyysisten interventioiden vaikutuksia nuorten päihteiden käyttöön.

Parisodin (2018) tutkimuksen mukaan pelielementtien sisällyttäminen interventioon motivoivat intervention käyttöön paremmin eli toisin sanoen pelielementtien avulla kiinnostus interventiota kohtaan kasvoi ja interventiota käytettiin enemmän. Tutkimus vahvisti näkemystä siitä, että pelien avulla voidaan saada myönteisiä vaikutuksia terveyteen liittyvissä asioissa. Tutkimus osoitti myös sen, että mobiiliterveyspeli voi toimia varhaisnuorten kohdalla hyvänä terveystieteidenkasvatustena ja se voi tukea terveydenhoitajia tai muiden terveydenhuollon ammattilaisten antamaa terveystieteidenkasvatusta. (Parisod 2018.)

Mylocoposin ym. (2023) tutkimuksessa saatu tieto verkkopohjaisten interventioiden vaikutuksista sähkö tupakointiin oli puutteellinen. Tutkimuksessa todettiin, että verkkopohjaiset interventiot voivat parantaa nuorten terveystietoisuutta. Videopelien katsottiin lisäävän tietoa sähkö tupakoinnista ja sen haitoista sekä vahvistavan asenteita tupakoimattomuuteen lyhyellä aikavälillä. Viestipohjaisten interventioiden katsottiin helppokäyttöiseksi tavaksi toteuttaa ennakoivaa interventiota, mutta niiden vaikutukset käyttäytymisen muuttamiseksi olivat vähäiset. Toisaalta sosiaalisen median ja massamedian kampanjoista näytti olevan hyötyä tupakoinnin vähentämiseen. Tutkimuksessa todetaan, että sosiaalisen median kampanja voi kannustaa nuoria levittämään tietoa ikätovereiden keskuudessa ja näin ollen vahvistamaan terveystietoisuutta. (Mylocopos ym. 2023.)

Nigg ym. (2019) totesivat tutkimuksessaan, että nuorten päihdetietoisuus kasvoi tutkimuksen aikana huomattavasti. Tutkimus tulos saatiin selville päihetietoisuuteen liittyvien kyselyiden avulla. Kyselyiden oikeiden vastausten määrä kasvoivat verkkosivustojen käytön jälkeen. (Nigg ym. 2019.)

Haugin ym. (2016) tutkimus osoitti, että verkko- ja tekstiviestipohjaiset tutkimukset ovat hyvä keino saavuttaa suuri määrä osallistujia: jopa 3/4 osallistui tutkimukseen. Tutkimukseen osallistujien humalahakuinen juominen väheni verrokiryhmään verrattuna. Lisäksi korkean riskin käyttäjille, joille humalahakuinen juominen oli ominaista, hyötyivät interventiosta. (Haug ym. 2016.)

Koulupohjaisista interventioista koulun sisäinen politiikka ja säännöt eivät näyttäneet vaikuttavan sähkö tupakoinnin aloittamisen ennaltaehkäisyyn. Tutkimuksen mukaan koulupohjaisista interventioista opetussuunnitelmilla oli

suurin vaikutus pitkäaikaisessa tupakoinnin ennaltaehkäisemisessä ja vertaisjohtotoiminnalla nähtiin myönteisiä vaikutuksia sähkötupakoinnin ennaltaehkäisyyn. Näistä kuitenkin oli saatavilla vähän todisteita. (Mylocopos ym. 2023.)

Vederhusin ym. (2022) tutkimuksessa osallistujat osallistuivat kannabiksen käytön lopettamisohjelmaan. Ohjelman suoritti loppuun noin 75 %:ia osallistujista. Tutkimuksessa huomattiin, että usein nuorimmat osallistujat lopettivat ohjelman kesken, minkä katsottiin johtuvan siitä, että osallistuminen oli nuoremmissa lähtöisin ulkoisista paineista, jolloin heillä oli vähemmän sisäistä motivaatiota kannabiksen käytön lopettamiseen. Ohjelman suorittaneiden kannabiksen käyttö väheni tai se lopetettiin kokonaan. Kannabista ei usein korvattu myöskään muilla päihteillä, kuten alkoholilla tai muilla huumeilla. (Vederhus ym. 2022.)

Sterlingin ym. (2021) tutkimus oli ensimmäinen pitkänaikavälin tutkimus, jossa hyödynnettiin SBRIT-mallia. Tutkimus osoitti, että SBRIT-ryhmään kuuluville nuorille oli vähemmän todennäköistä kehittyä päihdehäiriöitä 7 vuoden seurantajakson aikana ensimmäisestä seulonnasta alkaen. Lisäksi nämä nuoret tarvitsivat vähemmän sairaalahoitoa. Tutkimuksen mukaan lähete erikoishoitoon voi auttaa hoitoon sitoutumista sitä tarvitsevalle. (Sterling 2021.)

Vanhempien osallistuminen istuntoihin hidasti alkoholin käytön esiintyvyyttä ja kasvua 34 kuukauden ajanjakson aikana. Vaikutuksen varhaisnuorten alkoholin käytön ennaltaehkäisemiseen olivat pieniä, mutta pitkäkestoisia. Suurin vaikutus alkoholin käytön vähenemiseen oli niillä nuorilla, jotka vanhempiansa kanssa osallistuivat kaikkiin seitsemään istuntoon. Alkoholin käyttö väheni oleellisesti myös niiltä, jotka osallistuivat 5–6 istuntoon, mutta väheneminen oli vähäisempää kuin 7 istuntoon osallistuneilla. (Kogan ym. 2019.)

Yliopisto-opiskelijoiden viikoittainen juominen oli vähäisempää niiden keskuudessa, joiden vanhemmat osallistuivat interventioon. Näillä opiskelijoilla oli myös epätodennäköisempää juoda kerralla suuria määriä alkoholia verrokki-ryhmään verrattuna. Tutkimuksessa todettiin, että vanhempien hyväksynnällä oli suurempi vaikutus alkoholin vähenemiseen kuin vanhempien lisääntyneellä kommunikoinnilla. Alkoholin vähentämisen taustalla vaikutti nuorten käsitykset määristä, joiden he ajattelivat vanhempiansa hyväksyvän. (LaBrie ym. 2016.)

Rahin (2021) tutkimuksesta ei selviä, kuinka tutkimuksessa laadittu opetusvideo on vaikuttanut nuorten päihteiden käyttöön. Opetusvideon laadinnan pohjalla on hyödynnetty aikaisempaa tutkimustietoa, joka on osoittanut, että videot toimivat vanhemmuutta tukevana interventiomuotona. Aikaisempi tutkimustieto osoitti myös, että vanhempien asenteilla päihteiden käyttöön, vanhempien antamalla tuella, päihteiden käytön rajoittamisella sekä nuorten ystäväpiirin ja toiminnan tuntemisella on vaikutuksia nuorten päihteiden käyttöön. (Rahi 2021.)

Fyysisellä interventiolla voi olla lyhytaikaisia vaikutuksia nuorten alkoholin käyttöön ja tupakointiin intervention aikana. Seuranta-ajan pidentyessä näiden interventioiden positiiviset vaikutukset eivät kuitenkaan säilyneet. Tutkimuksen mukaan fyysiset interventiot voivat vaikuttaa nuorten asenteisiin ja terveyskäyttäytymiseen, mutta nämä muutokset koskivat fyysistä aktiivisuutta eikä niiden yhteyttä päihteiden käyttöön. (Simonton ym. 2018.)

8 POHDINTA

Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää, mitä interventioita nuorten päihdetyössä on käytetty. Opinnäytetyön tulosten perusteella havaittiin, että nuorten päihdetyössä on hyödynnetty verkkopohjaisia interventioita (Parisod 2018; Mylocopos ym. 2023; Nigg ym. 2019; Haug ym. 2016), koulupohjaisia interventioita (Molocopos ym. 2023), terveydenhuollon interventioita (Vederhus ym. 2022; Sterling ym. 2021), vanhempia osalistavia interventioita (Kogan ym. 2019, LaBrie ym. 2016; Rahi 2021) sekä fyysisiä interventioita (Simonton ym. 2018.) Lisäksi opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää, minkälaisia vaikutuksia interventioilla on ollut. Interventiot autoivat nuoria vähentämään päihteiden käyttöä ja lisäämään sekä vanhempien että nuorten tietoisuutta päihteisiin liittyvistä asioista.

8.1 Tulosten tarkastelu

Nuorten päihdekokeilut alkavat usein varhaisnuoruudessa tupakka- ja alkoholiuotteilla (Kosola ym. 2018; Mylocopos ym. 2023; Parisod 2018; Rahi 2021; Simonton ym. 2018) ja nuorille tyypillistä on humalahakuinen juominen (Haug

ym. 2016; Kosola ym. 2018; Rahi 2021). Tupakointi on vähentynyt suomalais-ten nuorten keskuudessa, mutta sen ovat korvanneet muut tupakkatuotteet, kuten nuuska ja sähkötupakka (Parisod 2018; Rahi 2021). Nuorten keskuudessa huumeista yleisin on kannabis (Kosola ym. 2018; Rahi 2021; Simonton ym. 2018; Vederhus ym. 2022). Nuorten päihdekokeilujen ikähaarukka ja nuorten suosimat päihdemuodot ovat tutkimusten mukaan samankaltaisia. Eroa on siinä, kuinka suureksi ongelmaksi nuorten päihteiden käyttö katsotaan. Nuorten päihteiden käyttö katsotaan epideemiseksi ja globaaliksi ongelmaksi (Mylocopos ym. 2023; Nigg ym. 2019; Simonton ym. 2018).

Tutkimuksissa nostetaan esille samoja vaikuttavia tekijöitä, jotka katsotaan liittyvät nuorten päihteiden käytön aloittamiseen. Nuorten päihteiden käytön aloittamiseen vaikuttaa muun muassa sosioekonominen asema (STM 2023; Nigg ym. 2019; Parisod 2018). Myös nuoren taustat voivat kasvattaa riskiä päihteiden käytön aloittamiselle (STM 2023; Nigg ym. 2019): Nuoret, jotka ovat kokeneet läheisväkivaltaa, seksuaalista hyväksikäyttöä tai joiden jollakin perheenjäsenellä on päihdeongelmia, ovat herkempiä päihdeongelmille. (Nigg ym. 2019.) Nuorten päihteiden käytön aloittamiseen vaikuttaa usein myös ympäristö, kuten kaveriporukan sisällä tapahtuva päihteiden käyttö ja halu kuulua ryhmään (Nigg ym. 2019; Parisod 2018). Rajojen rikkominen, itsenäisyyden tavoittelu ja irtaantuminen vanhemmista altistaa myös päihteiden käytölle (Kosola ym. 2018; Parisod 2018).

Samankaltaisuuksia löytyi myös haittavaikutuksista, joita nuorten päihteiden käyttö voi aiheuttaa. Nuorten päihteiden käyttöön liittyy usein riskikäyttäytymistä ja sosiaalisten suhteiden ongelmia, kuten riitoja vanhempien ja ystävien kanssa (Haug ym. 2016; Kosola ym. 2018; THL 2022; Simonton ym. 2018). Riskikäyttäytymistä ovat esimerkiksi suojaamaton seksi, suunnittelematon seksuaalinen kanssakäyminen ja useat seksisuhteet (Haug ym. 2016; Kosola ym. 2018; Simonton ym. 2018). Riskikäyttäytymistä ovat myös onnettomuudet ja lain rikkominen (Haug ym. 2016; Simonton ym. 2018; THL 2022). Päihteiden käytöllä voi olla myös terveydellisiä haittoja kuten itsetuhoisuus ja riski sairastua kroonisiin sairauksiin, kuten sydän- ja maksasairauksiin ja alkoholismiin (Haug ym. 2016). Päihdeongelmiin liittyy usein myös mielenterveydelliset ongelmat (Kosola ym. 2018; Nigg ym. 2019; Simonton ym. 2018.) Tupakoivilla

nuorilla on myös riski nikotiiniriippuvuuden kehittymiseen (Rahi 2021; Mylocopos ym. 2023), keuhkosairauksien kehittymiselle ja riski alkaa käyttämään muita päihteitä (Mylocopos ym. 2023.) Haug ym. (2016.) nostivat tutkimuksessa esille myös myöhemmät vaikutukset, kuten krooniset sairaudet, kun taas Mylocopos ym. (2023) toivat esille tupakoinnin tuomat haittavaikutukset.

Päihdetyön tarkoituksena on terveyden, turvallisuuden ja hyvinvoinnin turvaaminen ja tukeminen. Päihdetyössä päihteiden käyttäjälle annetaan tietoa, ohjausta ja neuvontaa päihteisiin liittyen. (STM s.a.) Yksi päihdetyön osa-alueista on ehkäiseväpäihdetyö (EHYT ry s.a.; Opetushallitus 2023). Opetushallituksen (2023) mukaan koulun säännöt ja toimintatavat ja opintoihin sisällytetty päihdekasvatus toimivat keinoina vaikuttaa nuorten päihdekäyttäytymiseen. Asiaa on tutkinut myös Mylocopos ym. (2023).

Nuorten kohdalla päihdetyössä osallistetaan nuorten lisäksi usein myös vanhemmat tai läheiset (Kogan ym. 2019; LaBrie ym. 2016; Marttunen & Von Pahler 2013; Mylocopos ym. 2023; Rahi 2021; STM 2023; Vederhus ym. 2022). Interventioissa vanhemmat osallistuivat hoitoistuntoihin (Kogan ym. 2019; Marttunen & Von Pahler 2013; Vederhus ym. 2022) ja heidän tietotaitoaan kartoitettiin päihteisiin liittyen (LaBrie ym. 2016; Mycolopos ym. 2023; Rahi 2021). Tietotaidon lisäämisen tarkoituksena oli vanhemmuuden vahvistaminen ja sitä kautta nuorten päihteiden käytön vähentäminen. (LaBrie ym. 2016; Rahi 2021; STM 2023). Tutkimustulokset vanhempien osallistamisesta olivat samankaltaisia: vanhemmuuden tukeminen ja tietotaidon kartoittaminen katsottiin hyödylliseksi nuorten päihdetyössä.

STM:n (2023) mukaan käyttäytymiseen ja psykososiaaliseen muutokseen pohjautuvat interventiot katsotaan olevan tehokkaita. Vederhusin ym. (2023) ja Sterlingin ym. (2021) tutkimuksen tulokset tukevat tätä teoriaa. Opinnäytetyön tutkimustulosten perusteella voidaan myös todeta, että interventiomuodolla on merkitystä siihen, kuinka pitkäkestoisia ja kuinka tehokkaita vaikutukseltaan intervention tulokset ovat. Vaikutuksien tehokkuutta voidaan opinnäytetyössä tarkastella interventioiden vaikutuksien kestolla ja esimerkiksi sillä, oliko interventiolla päihteiden käyttöä vähentävää vaikutusta.

Opinnäytetyön tutkimustulosten pohjalta voidaan todeta, että nuorten päihdeidenkäyttö on maailmanlaajuinen ongelma (Mylocopos ym. 2023; Nigg ym. 2019; Simonton ym. 2018). Tulosten pohjalta voidaan myös todeta, että nuorten taustat vaikuttavat päihdeiden käytön aloittamiseen. (STM 2023; Nigg ym. 2019; Parisod 2018). Päihdeiden ongelmakäytön voidaan katsoa tuottavan myös muita ongelmia, kuten sosiaalisia ja terveydellisiä ongelmia (Haug ym. 2016; Kosola ym. 2018; Mylocopos ym. 2023; THL 2022; Simonton ym. 2018). Interventioissa on käytetty paljon ennaltaehkäisevää päihdetyötä, jotta nuorten tietämystä päihdeiden haitoista saataisiin lisättyä ja myöhemmin esiintyviä päihdeongelmia saataisiin kuriin.

8.2 Luotettavuus ja eettisyys

Opinnäytetyön luotettavuuteen vaikuttavat tutkimuksessa käytetyt lähteet. Lisäksi se kuinka paljon lähteitä opinnäytetyössä on käytetty ja millä perusteella lähteet ovat vallittu, vaikuttavat luotettavuuteen. Luotettavuuteen vaikuttavia tekijöitä ovat esimerkiksi tutkimustilanne ja -ympäristö, resurssien saatavuus, opinnäytetyön tekijän vaikutus, aineiston määrä, analyysimenetelmien valinta ja tutkijan johtopäätökset. (Bister 2019, 61–62.)

Opinnäytetyö on laadittu niin, että sen luotettavuuteen on pyritty kiinnittämään huomiota jokaisessa opinnäytetyön vaiheessa. Hakusanat ovat kuvattuna tekstissä ja hakuprosessia on pyritty avaamaan sanallisesti, jotta ulkopuolinen lukija pystyisi selvittämään, miten opinnäytetyöhön valitut tutkimukset ovat valikoituneet hakutuloksista.

Opinnäytetyössä on pyritty käyttämään mahdollisimman uusia tutkimuksia, jotta tutkimus olisi mahdollisimman ajankohtainen. Opinnäytetyössä on käytetty kymmentä vertaisarvioitua tutkimusta. Aineiston määrä lisää opinnäytetyön luotettavuutta. Opinnäytetyön lähteinä on käytetty pääosin ulkomaalaisia tutkimuksia suomalaisten tutkimusten puutteellisuuden vuoksi. Luotettavuuteen voi näin ollen vaikuttaa opinnäytetyön laatijan alkuperäistutkimusten kääntäminen suomeksi.

Tutkimuksen eettisyys tarkoittaa tutkimuksen toteuttamista vastuullisesti noudattamalla oikeita toimintatapoja. Tutkimus tulee toteuttaa niin, ettei se loukkaa tiedettä ja eikä tutkimus ole epärehellinen. Tutkimuksen eettisyyteen kuuluvat epärehellisyyksien ja loukkaamisen tunnistaminen, ennaltaehkäisy ja torjuminen. (TENK 2019.) Tutkijan tulee olla koko tutkimuksen ajan rehellinen, avoin ja huolellinen. Lisäksi tutkijan tulee tuoda työssään esille sen läpinäkyvyys. (Tuomi & Sarajärvi 2018.) Tässä opinnäytetyössä on pyritty noudattamaan tutkimuksen eettisiä ohjeita. Opinnäytetyössä on pyritty läpinäkyvyyteen esimerkiksi hakuprosessin kuvaamisella mahdollisimman tarkasti.

8.3 Johtopäätökset ja jatkokehitysehdotukset

Tulososion perusteella tämän opinnäytetyön johtopäätökset muodostuivat seuraavanlaisesti:

1. Nuorten päihdetyön interventiot voidaan jakaa verkkopohjaisiin, koulu-pohjaisiin, vanhempia osallistaviin ja fyysisiin interventioihin.
2. Interventioiden vaikutuksia ovat päihteiden käytön väheneminen ja tietoisuuden lisääminen.
3. Interventioiden vaikutuksiin vaikuttaa käytetty interventiomuoto.
4. Terveystieteiden toteuttamat interventiot ovat vaikutukseltaan tehokkaimpia.

Opinnäytetyön perusteella jatkokehitysehdotuksia voisivat olla:

1. Mitkä interventiomuodot nuoret itse kokevat hyödyllisimmiksi päihdetyön keinoista?
2. Nuorten kokemukset tietoisuuden lisäämisen vaikutuksista päihteiden käyttöön. Esimerkiksi kyselytutkimuksen avulla voitaisiin selvittää, onko tietoisuutta lisäävällä interventiomuodolla ollut ennaltaehkäisevää vaikutusta päihteiden käytön aloittamiseen tai onko tietoisuutta lisäävä interventio vähentänyt nuoren omaa päihteiden käyttöä.
3. Nuorten interventioihin sitoutumiseen liittyvät osatekijät. Jatkotutkimuksessa voitaisiin selvittää, mitkä osatekijät vahvistavat nuoren motivaatiota interventioon sitoutumiseen esimerkiksi kuvailevan kirjallisuuskatsauksen ja/tai kyselytutkimuksen avulla.
4. Terveystieteiden ammattilaisten kokemukset eri interventioiden vaikutuksista. Mielestäni olisi mielenkiintoista selvittää ammattilaisen näkökulmasta, kuinka hyödyllisiksi eri interventiot koetaan hoitotyössä ja mitä vaikutuksia terveystieteiden ammattilaiset ovat havainneet eri interventiomuodoista.

LÄHTEET

- Alkoholiongelmat. 2018. Käypä hoito -suositus. Suomalaisen Lääkäriseuran Duodecimin ja Suomen Päihdelääketieteen yhdistyksen asettama työryhmä. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.kaypahoito.fi/hoi50028#s9> [viitattu 14.9.2023].
- Bister, T. 2019. Tietojenkäsittelyn opinnäytetyö: viittoja ja karttoja tutkimisen ja kehittämisen teille. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu. E-kirja. Saatavissa: <https://www-booky-fi.ezproxy.xamk.fi/lainaa/1274> [viitattu 15.9.2023].
- Lääketieteellinen sanasto: interventio. 2016. Duodecim Terveyskirjasto. WWW-dokumentti. Päivitetty 18.10.2016. Saatavissa: <https://www.terveyskirjasto.fi/ltt01376> [viitattu 4.9.2023].
- EHYT ry s.a. Mitä on ehkäisevä päihdetyö. Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://ehyt.fi/paihde-peli-info/mita-on-ehkai-seva-paihdeyto/> [viitattu 4.9.2023].
- Elo, S., Kajula, O., Tohmola, A. & Kääriäinen, A. 2022. Laadullisen sisällön analyysin vaiheet ja eteneminen. *Hoitotiede* 4, 215–225.
- Haug, S., Castro, R., Kowatsch, T., Filler, A., Dey, M. & Schaub, M. 2016. Efficacy of a Web- and Text Messaging-Based Intervention to Reduce Problem Drinking in Adolescents: Results of a Cluster-Randomized Controlled Trial. *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 2, 147–159. Verkkolehti. Saatavissa: <http://dx.doi.org/10.1037/ccp0000138> [viitattu 10.11.2023].
- Huttunen, S. 2016. Ihmisoikeudet kuuluvat jokaiseen elämänvaiheeseen. Suomen YK-liitto. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.ykliitto.fi/uutiset-media/yk-blogi/blogi-ihmisoikeudet-kuuluvat-jokaiseen-elamanvaiheeseen> [viitattu 2.10.2023].
- Häkkinen, M., Niemelä, E. & Väänänen, P. 2022. Päihteitä käyttävä nuori. *Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim* 2022 8, 181–186. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.duodecimlehti.fi/duo16657> [viitattu 15.9.2023].
- Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulu s.a. Opinto-opas. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://opinto-opas.xamk.fi/30/fi/54> [viitattu 19.11.2023].
- Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulu s.a. Tietoa Xamkista. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.xamk.fi/xamk/> [viitattu 1.10.2023].
- Kivijärvi, A (toim.). 2023. Läpi kriisien. Nuorisobarometri 2022. Helsinki: Valtion nuorisoneuvosto, Nuorisotutkimusseura/Nuorisotutkimusverkosto, Opetus- ja kulttuuriministeriö. E-kirja. Saatavissa: <https://tietoanuorista.fi/wp-content/uploads/2023/03/nuorisobarometri-2022-web.pdf> [viitattu 1.8.2023].
- Kogan, S., Bae, D., Lei, M-K., & Brody, G. 2019. Family-Centered Alcohol Use Prevention for African American Adolescents: A Randomized Clinical Trial. *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 12, 1085–1092. Verkkolehti. Saatavissa: <http://dx.doi.org/10.1037/ccp0000448> [viitattu 13.11.2023].

Kosola, S., Niemelä, E. & Niemelä, S. 2018. Päihdekokeilut – normaalia nuoruutta vai alkava häiriö? *Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim* 8, 865–872. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.duodecimlehti.fi/duo14288> [viitattu 4.9.2023].

LaBrie, J., Earle, A., Boyle, S., Hummer, J., Montes, K., Turrisi, R. & Napper, L. 2016. A Parent-Based Intervention Reduces Heavy Episodic Drinking Among First-Year College Students. *Psychology of Addictive Behaviors* 5, 523–535. WWW-dokumentti. Saatavissa: <http://dx.doi.org/10.1037/adb0000187> [viitattu 13.11.2023].

Levola, J., Lönnqvist, J. & Niemelä, S. 2021. Päihdehäiriöt. Teoksessa Lönnqvist, J., Henriksson, M., Marttunen, M. & Partonen, T. (toim.) *Psykiatria*. Helsinki: Duodecim 2021, 571–638.

Marttunen, M. & Kaltiala, R. 2021. Nuorten keskeisimmät mielenterveyshäiriöt. Teoksessa Lönnqvist, J., Henriksson, M., Marttunen, M. & Partonen, T. (toim.) *Psykiatria*. Helsinki: Duodecim 2021, 768–807.

Marttunen, M. & Von Pahler. 2013. Päihdehäiriöiden kehittymistä voidaan ehkäistä. *Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim*. 19, 2051–2056. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://www.duodecimlehti.fi/duo11263> [viitattu 4.9.2023]

Mielenterveystalo s.a. Nuorten päihteiden käyttö. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.mielenterveystalo.fi/fi/paihteet/nuorten-paihteiden-kaytto> [viitattu 4.9.2023].

MLL s.a. Päihteet. Mannerheimin Lastensuojeluliitto. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.nuortennetti.fi/mieli-ja-keho/paihteet/> [viitattu 9.9.2023].

Mylocopos, G., Wennberg, E., Reiter, A., Hébert-Losier, A., Fillion, K., Windle, S., Gore, G., O’Loughlin, J., Grad, R. & Eisenberg, M. 2023. Interventions for Preventing E-Cigarette Use Among Children and Youth: A Systematic Review. *American Journal of Preventive Medicine* 5, 1-20. Verkkolehti. Saatavissa: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0749379723003896> [viitattu 13.11.2023].

Nigg, C., Phu, T. & Mnich, C. 2019. Strategies to prevent (STOP) substance use: a website for adolescents in Hawaii. *Journal of Substance Use* 1, 88–94. Verkkolehti. Saatavissa: <https://doi.org/10.1080/14659891.2019.1664659> [viitattu 13.11.2023].

Nuorisolaki 21.12.2016/1285

Opetushallitus. 2023. Päihteet, tupakkatuotteet ja rahapelaaminen terveystiedon opetuksessa. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.oph.fi/fi/koulu-tus-ja-tutkinnot/paihteet-tupakkatuotteet-ja-rahapelaaminen-terveystiedon-opetuksessa> [viitattu 23.11.2023]

Parisod, H. 2018. A Health game as an intervention to support tobacco-related health literacy among early adolescents. Turun yliopisto. Lääketieteellinen tiedekunta. Väitöskirja. Turun yliopiston julkaisuja – Annales Universatis Turku-

ensis sarja- ser, D osa – Tom. 1357. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://urn.fi/URN:ISBN:978-951-29-7257-9> [viitattu 10.11.2023].

Rahi, M. 2021. Huipputyypiksi ilman päihteitä! opetusvideo nuorten päihteiden käytön vähentämiseksi vanhemmuutta tukemalla. Turun ammattikorkeakoulu. Sosiaali- ja terveystieteiden kehittäminen ja johtaminen. Ylempi amk-opinnäyte. Saatavissa: <https://www.theseus.fi/handle/10024/502501> [viitattu 18.11.2023].

Sterling, S., Parthasarathy, S., Jones, S., Weisner, C., Metz, V., Hartman, L., Saba, K. & Kline-Simon, A. 2021. Young Adult Substance Use and Healthcare Use Associated With Screening, Brief Intervention and Referral to Treatment in Pediatric Primary Care. *Journal of Adolescent Health* 4, S15–S23. Verkkojulkaisu. Saatavissa: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1054139X21006790> [viitattu 14.11.2023].

Simonton, A., Young, C. & Johnson, K. 2018. Physical Activity Interventions to Decrease Substance Use in Youth: A Review of the Literature. *Substance use and misuse* 12, 2052–2068. Verkkojulkaisu. Saatavissa: <https://web-s-ebshost-com.ezproxy.xamk.fi/ehost/detail/detail?vid=4&sid=238d15de-99c2-4ebb-846b-fa81346ba829%40redis&bdata=JnN-pdGU9ZWwhvc3QtbGl2ZQ%3d%3d#AN=130902438&db=s3h> [viitattu 15.11.2023].

STM s.a. Päihde- ja riippuvuushoito. Sosiaali- ja terveysministeriö. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://stm.fi/paihde-ja-riippuvuushoito> [viitattu 14.9.2023].

STM. 2023. Välitä, sitoudu, suojele: Toimintasuunnitelma päihteillä oireilevien lasten ja nuorten tukemiseksi. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2023:4. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö. E-kirja. Saatavissa: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-00-7154-7> [viitattu 23.11.2023]

THL. 2022. Nuorten päihteiden käyttö ja päihdehäiriöt. Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitos. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://thl.fi/fi/web/mielenterveys/mielenterveyshairiot/nuorten-mielenterveyshairiot/nuorten-paihteiden-kaytto-ja-kaytoshairiot> [viitattu 1.9.2023].

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Uudistettu painos. Helsinki: Tammi. E-kirja. Saatavissa: www.bookbeat.fi [viitattu 13.9.2023].

TENK. 2019. Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet ja ihmistieteiden ennakoarvointi Suomessa. Tutkimuseettinen neuvottelukunta 3/2019. Tutkimuseettinen neuvottelukunta. PDF-dokumentti. Saatavissa: https://tenk.fi/sites/default/files/2021-01/Ihmistieteiden_eettisen_ennakoarvioinnin_ohje_2020.pdf [viitattu 14.9.2023].

Vederhus, J-K., Rørendal, M., Skårdal, M., Otterstad Næss, M., Clausen, T. & Kristensen, Ø. 2022. Successful outcomes with low-threshold intervention for cannabis use disorders in Norway - an observational study. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://web-s-ebshost-com.ezproxy.xamk.fi/ehost/de>

[tail/detail?vid=3&sid=bd8866a9-8404-4630-aa7c-677d8424d9dc%40re-dis&bdata=JnNpdGU9ZWwhvc3QtbGl2ZQ%3d%3d#AN=157495040&db=afh](https://www.elibrary.com/detail?vid=3&sid=bd8866a9-8404-4630-aa7c-677d8424d9dc%40re-dis&bdata=JnNpdGU9ZWwhvc3QtbGl2ZQ%3d%3d#AN=157495040&db=afh)
[viitattu 14.11.2023].

Vilka, H. 2023. Kirjallisuuskatsaus metodina, opinnäytetyön osana ja tekstilajina. Helsinki: Art House. E-kirja. Saatavissa: <https://www.elibrary.com/book/9789518849448> [viitattu 31.7.2023].

Tutkimustaulukko

Tutkimuksen tekijä, vuosiluku	Tutkimuksen nimi	Tutkimuksen tarkoitus	Otoskoko	Keskeiset tulokset opinäytetyön kannalta
Haug ym., 2016	Efficacy of a Web- and Text Messaging-Based Intervention to Reduce Problem Drinking in Adolescents: Results of a Cluster-Randomized Controlled Trial	Verkko- ja tekstiviestipohjaisten interventioiden allistaminen nuorten alkoholin käytön vähentämisessä	1355 opiskelijaa	Humalahakuinen juominen väheni tutkimukseen osallistuneiden nuorien keskuudessa.
Kogan ym., 2019	Family-Centered Alcohol Use Prevention for African American Adolescents: A Randomized Clinical Trial	SAAF (Strong African American Families) -ennaltaehkäisyohjelman vaikutusten selvittäminen nuorten alkoholin käyttöön	472 afrikan-amerikkalaista nuorta perheineen	Osallistujien osallistuminen 5–7 istuntoon vähensi huomattavasti nuorten alkoholin käyttöä.
LaBrie ym., 2016	A Parent-Based Intervention Reduces Heavy Episodic Drinking Among First-Year College Students	FITSTART-intervention testaaminen	50–100 opiskelijan vanhemmat	Opiskelijoiden, joiden vanhemmat osallistuivat ohjelmaan, alkoholin käyttö oli vähäisempää verrokkiryhmään verrattuna. Lisäksi kerralla nautittujen alkoholi-juomien määrä oli näillä opiskelijoilla pienempi.

Mylocopos ym., 2023	Interventions for Preventing E-Cigarette Use Among Children and Youth: A Systematic Review	Ennaltaehkäisevien interventtioiden vaikutusten selvittäminen nuorten sähkötu-pakointiin	39 tutkimusta	Verkkopohjaiset interventiot voivat parantaa nuorten terveystietoisuutta ja lisätä tietoisuutta päihteistä.
Nigg ym., 2019	Strategies to prevent (STOP) substance use: a website for adolescents in Hawaii	Verkkosivustojen vaikutusten selvittäminen nuorten päihteiden käyttöön ennaltaehkäisevänä interventiona	63 oppilasta	Tutkimukseen osallistuneiden nuorten päihdeymmärrys parani huomattavasti.
Parisod, 2018	A Health game as an intervention to support tobacco-related health literacy among early adolescents	Terveyspelin kehittäminen terveydenlukutaitoa tukeväksi interventioksi	151 varhaisnuorta	Terveyspeliä avulla voidaan saada myönteisiä vaikutuksia terveydellisiin asioihin ja ne voivat toimia hyvinä terveyskasvatusinterventioina.
Rahi, 2021	Huipputyypiksi ilman päihteitä!: opetusvideo nuorten päihteiden käytön vähentämiseksi vanhemmuutta tukemalla	Nuorten päihteiden käytön ja päihdeongelmien ennaltaehkäiseminen vanhemmuustaitoja lisäävän intervention avulla	-	Vanhempien tietotaidon kartuttaminen vaikuttaa nuorten päihteiden käyttöön.
Simonton ym., 2018	Physical Activity Interventions to Decrease Substance Use in Youth: A Review of the Literature	Fyysisten interventioiden vaikutusten selvittäminen nuorten päihteiden käytön vähentämisessä	17 tutkimusta	Koulupohjaiset interventiot voivat tarjota tavan vähentää nuorten päihteiden käyttöä.

Sterling ym., 2021	Young Adult Substance Use and Healthcare Use Associated With Screening, Brief Intervention and Referral to Treatment in Pediatric Primary Care	SBRIT-mallin käyttämisen vaikutukset nuorten päihteiden käyttöön	1871 nuorta	SBRIT-mallin käyttäminen voi hyödyttää aikuisuuteen asti päihteiden käytön ongelmien ennaltaehkäisyssä.
Vederhus ym., 2022	Successful outcomes with low-threshold intervention for cannabis use disorders in Norway - an observational study	CCP (The Cannabis Cessation Program) -ohjelman vaikuttavuus Norjassa	102 osallistujaa	75 %:ia osallistujista suoritti 8 viikon ohjelman, jonka seurauksena suurin osa vähensi kannabiksen käyttöä tai lopetti kokonaan.