



VAASAN AMMATTIKORKEAKOULU  
UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Hanna Ranta

# NUORTEN LÄHIHOITAJAOPISKELIJOIDEN PÄIHTEIDENKÄYTTÖ VAMIALLA

Sosiaali- ja terveysala 2024



## TIIVISTELMÄ

Tekijä	Ranta, Hanna
Opinnäytetyön nimi	Nuorten lähihoitajaopiskelijoiden päihteiden käyttö
Vuosi	2024
Kieli	Suomi
Sivumäärä	47+1 liitettä
Ohjaaja	Ahti Nyman

---

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli tutkia nuorten Vamian lähihoitajaopiskelijoiden päihteiden käyttöä. SORA-lainsäädännöllä on merkittävä vaikutus lähihoitajakoulutukseen, ja nuorten kanssa työskennellessä kuulee usein heidän keskusteluistaan, joissa päihteiden käyttö vapaa-ajalla nousee esiin.

Tietoa etsittiin nuorten yleisestä päihteiden käytöstä, joka on ollut viime vuosina positiivisessa laskusuunnassa. Tavoitteena oli tarjota nuorille anonyymi ja helppo tapa vastata aihetta koskeviin kysymyksiin sekä samalla tarjota päihdekasvatusta. Kysely toteutettiin Webropol-alustalla, ja opettajat jakoivat luokille QR-koodin, joka vei suoraan kyselyyn.

Kyselyn tulokset toivat esiin nuorten päihteiden käyttöä sekä huolta ystävän päihteiden käytöstä. Alle puolet vastaajista ilmoitti käyttävänsä päihteitä. Positiivisena löydöksenä nousi esiin se, että nuoret tietävät, kenen puoleen kääntyä päihteisiin liittyvissä asioissa. Eniten mainintoja saivat ystävät, perhe sekä Vamian kouluterveydenhoitaja.

VAASAN AMMATTIKORKEAKOULU  
UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES  
Sosiaaliala

## ABSTRACT

Author	Hanna Ranta
Title	Substance Use Among Young Practical Nurse Students
Year	2024
Language	Finnish
Pages	47 + 1 Appendix
Name of Supervisor	Ahti Nyman

---

The purpose of this bachelor's thesis was to investigate the substance use of young practical nurse students at Vamia. SORA-legislation has a significant impact on the practical nurse training program, and when working with young people, one hears a lot about their discussions, in which substance use during free time often comes up.

Information was searched on the general substance use among young people, in which there has been on a positive downward trend in recent years. The aim was to offer young people an anonymous and easy way to answer questions on the topic and provide substance use education simultaneously. A survey was created using the Webropol platform, and teachers distributed a QR code to the classes, which led directly to the survey.

The survey highlighted young people's substance use and concerns about a friend's substance use. Less than half of the respondents reported using substances. A positive finding was the guidance on whom to talk to about substance use and most often the respondents mentioned friends, the family, and the school nurse in Vamia.

---

Keywords                      adolescents, Vamia, substances, substance use

# SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ

ABSTRACT

1. JOHDANTO .....	7
2. VAMIAN ESITTELY.....	8
3. NUORET JA PÄIHTEET .....	10
3.1 Nikotiinituotteet .....	13
3.2 Alkoholi .....	13
3.3 Lääkkeiden väärinkäyttö.....	17
3.4 Huumeet .....	18
3.5 Varhainen puuttuminen .....	19
4. PÄIHDEKÄYTÖN TERVEYSHAITAT .....	21
4.1 Alkoholi .....	21
4.2 Huumeet .....	21
4.3 Vieroitus.....	22
4.4 Tupakka.....	24
4.5 Päihdehoito .....	24
5. TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN .....	28
6. AINEISTON ANALYYSI .....	31
6.1 Taustatiedot.....	31
6.2 Vastaajien päihdekäyttö .....	33
6.3 Huoli omasta päihteiden käytöstä.....	35
6.4 Huoli kaverin päihteiden käytöstä.....	36
6.5 Huolta herättävät asiat ystävän päihteiden käytössä .....	36
6.5 Mihin ohjaisit kaverin juttelemaan .....	38
7. JOHTOPÄÄTÖKSET.....	40

8. POHDINTAA.....	42
LÄHTEET .....	44
LIITTEET .....	47
KUVIOLUETTELO.....	49

## 1. JOHDANTO

Tässä opinnäytetyössä tutkin nuorten lähihoitajaopiskelijoiden päihteiden käyttöä. Usein nuoret lähtevät kokeilemaan päihteiden käyttöä viimeistään ammattikouluikäisenä. Nuoret avoimesti keskustelivat minun läsnä ollessani vapaa ajastaan ja mitä tekivät esimerkiksi viikonloppuisin. Mielestäni tämä oli myös osoitus luottamuksesta minua kohtaan turvallisena aikuisena, kun nuoret avoimesti keskustelivat asioistaan minun ollessa paikalla. Nuoret myös ottivat hyvin minun mielipiteeni ja palautteeni vastaan päihteistä ja välillä saimme hyviä keskusteluja aikaiseksi. Työn ohella on mielestäni tärkeää antaa nuorille päihdevalistusta ja käydä avoimia keskusteluja nuorten kanssa. Nuorten kanssa työskentely on todella antoisaa ja ammattilaisena sekä vanhempana on mahdollisuus lisätä tietoa nuorille päihteistä ja niiden haitoista.

Työskentelin itse ammatillisena ohjaajana Vamialla, työalueeni oli työskennellä lähihoitajaopiskelijoiden parissa. Mielenkiinto tutkimuksen aiheeseen heräsi nuorten keskusteluja kuunnellessa. Usein keskustelujen aiheina on päihteet ja niiden käyttö vapaa-ajalla, yksin tai kavereiden kanssa. Tässä tutkimuksessa halusin selvittää, että mikä on todellisuus Vamialla nuorten lähihoitajaopiskelijoiden päihteiden käytöstä tällä hetkellä. Koko opintojeni ajan on tämä ajatus opinnäytetyöhön ollut mielessä, ja sen myös pääsin toteuttamaan Vamialla.

Tutkimuksen kysely toteutettiin opiskelijoille anonyymisti verkkokyselylomakkeella. Nuoret saivat vastata kyselyyn rastittamalla oikean vastausvaihtoehdon ja muutamalla avoimella vastauksella. Kysely lähetettiin koulutuspäällikkö Toni Borinille, joka jakoi kyselyn opettajille, jotka jakoivat sen oppilaille.

## 2. VAMIAN ESITTELY

**”Vamia on monialainen ammatillisen koulutuksen organisaatio, jossa opiskelee vuosittain noin 5000 opiskelijaa. Oppilaitos tarjoaa ammatillista koulutusta nuorille, aikuisille sekä työ- ja yritys-elämälle – kolmella kielellä.”** (Vamia, 2024).

Vamia hyödyntää erilaisia oppimisympäristöjä. Koulutilojen lisäksi oppilaat käyvät usein tutustumassa lähihoitajaopiskelijoiden kanssa eri työpaikoilla, joissa työskentelee lähihoitajia. Koululta löytyy myös paljon erilaisia apuvälineitä, joten oppilaat saavat jo monipuolista ja hyvää käytännön harjoitusta erilaisista apuvälineistä, joita työkentillä on käytössä. Koululla on käytössä esimerkiksi VamiaEasy. VamiaEasy on esteettömän asunnon simuloitu ympäristö, jossa opitaan hyvinvointiteknologian käyttöä ja kotiautomaatin ratkaisuja, joiden tarkoitus on helpottaa arkea, lisätä turvallisuutta ja mahdollistaa kotona asuminen mahdollisimman pitkään. VamiaEasy toimii myös simulaatio-oppimisympäristönä opiskelijoille. Tiloihin on asennettu simulaatiotekniikkaa ja simulaatiopedagogiikkaan koulutettuja opettajia, jotka vastuullisesti opettavat oppilaille tiloissa esimerkiksi erilaisia käytännön tilanteita työelämässä (Vamia, VamiaEasy, 2024).

Vamian opiskelijat käyvät opettajan kanssa myös Präntöön helmessä pitämässä Seniorikerho Helmen Hetkeä. Kerho on tarkoitettu kotonaan asuville iäkkäille ihmisille ja omaishoidettaville. Kerho on osallistujille täysin ilmainen. Kerhon ajatuksena on tarjota arkeen mielekäästä tekemistä. Jokainen osallistuja huomioidaan kerhossa yksilöllisesti, ja toimintaa kehitetään ja rakennetaan osallistujien toiveiden mukaan. Kerhossa voi ulkoilla, jumpata, askarella ja pelata erilaisia pelejä. Seniorikerhon tiloista löytyy hoitola ja kuntoiluhuone. Asiakkailta on myös mahdollisuus ruokailla ja juoda kahvit maksua vastaan. Seniorikerhon toiminnasta vastaavat Vamian lähihoitajapuolen opettajat sekä oppilaat. Opiskelijat saavat hyvää harjoitusta vuorovaikutustaitoihin, asiakkaan kohtaamiseen, ryhmän ohjaamiseen ja

yhteisöllisyyteen. Helmen hetki sijaitsee Palosaarella Präntöön helmessä. (Vamia, Seniorikerho Helmen Hetki, 2024).

Kaikille opiskelijoille tehdään **HOKS**, joka on henkilökohtainen osaamisen kehittämissuunnitelma. Suunnitelma tehdään jokaiselle oppilaalle henkilökohtaisesti opintojen alussa. Hoksissa määritellään kaikki ne asiat, mitä opiskelijat tulevat opiskelujen aikana tekemään ja tarvitsemaan Vamialla (Vamia, Ammatillinen perustutkinto, 2024). Nuoria lähihoitajia opiskeli Vamialla lokakuussa 2024, 139 oli 17-vuotiaita tai alle, 17–24 vuotiaita oli 170.

SORA- lainsäädäntö (Opetushallitus, SORA-ratkaisuja opiskeluun soveltumattomuuteen, 2024). vaikuttaa opiskelija valintaan ja soveltuvuuteen alalle. Sora on lyhenne kirjattuja säädöksiä eri lakeihin ja niillä etsitään ratkaisuja opiskelijoiden soveltumattomuuteen. SORA-lainsäädännön tavoitteena on ennaltaehkäistä mahdollisten päihdeongelmien syntyä (Super, ammatillinen koulutus, opiskelijaksi ottaminen, 2024). SORA-lainsäädäntö koskettaa sosiaali- ja terveysalan opiskelijoita ammattikouluissa sekä ammattikorkeakouluissa. Se on tehty turvaamaan opiskeluympäristöä sekä työelämän ympäristöä (Opetushallitus, SORA-ratkaisuja opiskeluun soveltumattomuuteen, 2024).

### 3. NUORET JA PÄIHTEET

Nuorten päihteiden käytön tutkiminen on eettisesti perusteltua ja tärkeää. Tieto nuorten päihteiden käytöstä edistää hyvinvointia, tukee oikeudenmukaista kohtelua, lisää yleistä tietoisuutta ja auttaa kehittämään eettisiä käytäntöjä terveydenhuollossa. Tämä tutkimus on keskeinen osa pyrkimystä tarjota nuorille turvallinen ja terve elinympäristö, jossa he voivat kasvaa ja kehittyä parhaalla mahdollisella tavalla.

Tuntemalla nuorten päihteidenkäyttöön liittyviä riskejä ja seurauksia, voidaan tarjota varhaista tukea ja puuttumista, joiden avulla voidaan estää vakavien terveysongelmien syntyä. Usein nuoret lähtevät kokeilemaan päihteitä uteliaisuudesta, kavereiden mallista tai painostuksesta. Päihteiden käyttö voi olla myös opittu tapakotoa ja lähipiiristä. THL:n sivuilta löytyy arvio, jonka mukaan noin viidellä prosentilla nuorista on diagnoositasoinen päihdehäiriö, useimmiten alkoholin käyttöön liittyen. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 2023).

Keskusteluissa nuorten kanssa nousee esille, että nykyään nuorten alkoholin käyttö olisi laskusuunnassa, mutta muita päihteitä tulee lisääntyvästi alkoholin tilalle. Kosola, Niemelä, Niemelä verkkoartikkelin mukaan humalanhakuinen juominen on kaikilla kouluasteilla vähentynyt, mutta joukossa on myös nuoria, joiden viikoittainen alkoholinkäyttö on lisääntynyt. (Kosola, ja muut, 2018).

Alkoholin käyttö tuntuu olevan syvällä suomalaisessa kulttuurissa. Usein sosiaaliin tapahtumiin, kuten erilaisiin juhliin sekä illanistujaisiin alkoholi liittyy vahvasti. Ihmiset ovat päihtyneenä sosiaalisempia, uskaltavat aloittaa keskusteluja ja tuntevat itsensä rohkeammaksi. Nuorilla juominen yleensä liittyy sosiaaliseen kanssakäymiseen. Sosiaalisen paineen vuoksi alkoholin käyttö vahvistaa nuorten yhteenkuuluvuuden tunnetta. Usein nuoret tuntevat olonsa itsevarmemmaksi, kun ovat

juoneet alkoholia. Niin hyvässä kuin pahassa, päihteiden käyttö voi tuoda yhteenkuuluvuuden tunnetta nuorille. On helpompi kuulua porukkaan, kun nauttii päihteitä yhdessä muiden kanssa. Juomiseen liittyy paljon luotuja mielikuvia, mikä saa nuoren juomaan uudestaan ja uudestaan. Tämä koskee myös muita ikäryhmiä (Nuortenlinkki, Juomisen sosiaalinen paine, 2016).

Nuorten päihteiden käyttö tuo mukanaan sosiaalisia ongelmia. Ongelmat lisääntyvät ja syvenevät, mitä kauemmin nuori käyttää päihteitä. Kun elimistö tottuu päihteiden käyttöön, ne eivät tuo enää riemua ja iloa alkoholin käytön ensimmäisiin kertoihin verrattuna. Usein apua päihdeongelmiin haetaan vasta sitten, kun tilanne alkaa olemaan sellainen, ettei nuori enää pärjää yksin ja epätoivottomuus on vallannut mielen. Päihteiden käyttö tuo ongelmia ja haasteita opiskeluun ja ihmissuhteisiin. Kun kyse on alaikäisen päihteidenkäytöstä, mukaan tulee jossain vaiheessa lastensuojelu. Päihteiden pitkäaikainen käyttö voi ajaa siihen, että nuori jää ulos yhteiskunnasta ja syrjäytyy. Päihteiden käyttö lisää erilaisia haasteita omaan elämäntilanteeseen ja itsestään huolehtimiseen. Huumeiden käyttö vaikuttaa vahvasti nuoren lähisuhteisiin. Läheisten ja vanhempien kanssa voi tulla riitailanteita, kun nuoren käytös voi huumeiden vaikutuksesta muuttua radikaalisti ja nopeasti. Myös aikaisemmin solmitut ystävyysuhteet voivat jäädä, ja tilalle voi tulla sellaisia ystävyysuhteita, jotka vievät ikäviin tilanteisiin (Nuortenlinkki, Huumeiden käytön sosiaaliset vaikutukset, 2022).

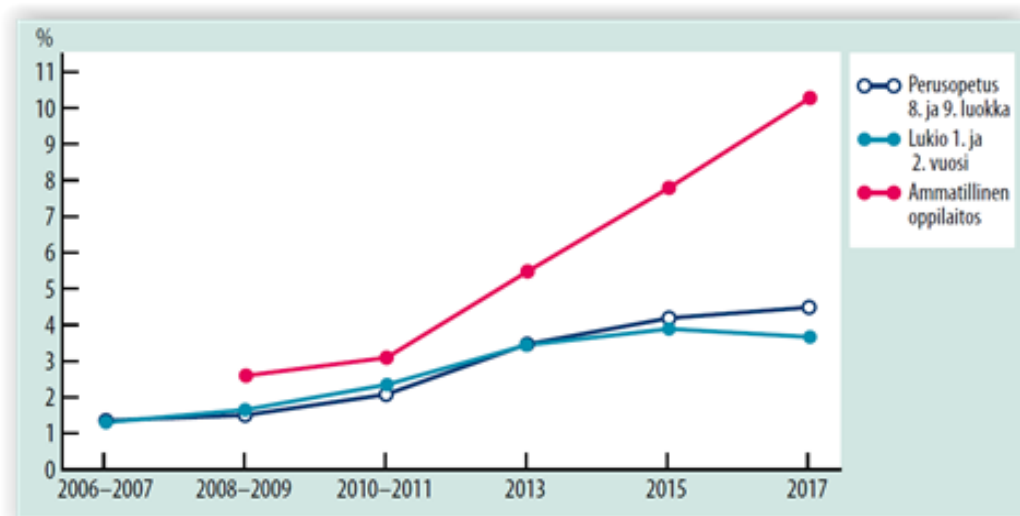
Mielenterveystalon sivujen mukaan nuoret käyttävät eniten alkoholia, nikotiini- ja kanna-aineita ja kannabista. Näihin aineisiin liittyy suurin osa nuorten päihteiden käytön ongelmista. Osalle päihdyttävät aineet tuovat mukanaan kokeilua ja kokemuksia, mutta osalle se on alku riippuvuuteen ja ongelmakäyttöön. Mitä nuorempana on ensi kokeilut päihteitä, niin sitä suurempi riski nuorella on myöhemmin ongelmakäyttöön. Yleisimmät nuorten käyttämät nikotiini- ja kanna-aineet ovat tupakka, sähkö-

tupakka ja nuuska. Myös nikotiinipussit ovat vahvassa suosiossa. Alkoholialaan yleensä ensimmäisen kerran, kun nuori on yläasteella. Kannabis on nuorten keskuudessa laittomista päihteistä yleisin. Nuorten säännöllinen päihteiden käyttö on selvästi yhteydessä erilaisiin mielenterveysongelmiin (Mielenterveystalo, Nuorten päihteiden käyttö, 2024).

Nuorten ensimmäiset päihdekokeilut tapahtuvat yleensä 10–15 vuoden iässä. Päihteiden käyttö ja kokeilut lisääntyvät, kun ikää tulee lisää. Yleensä ensimmäiset päihdekokeilut tapahtuvat nikotiinituotteilla, näistä yleisimpinä tupakka ja nykyään lisääntyy myös nuuska, sähkötupakka, nikotiinipussit ja vesipiippu. Nuorten tupakointi on vähentynyt, ja yhä enemmän ensimmäiset päihdekokeilut tehdään alkoholilla. Käypä hoito -suositukset määrittelevät aina alle 18-vuotiaiden alkoholinkäytön riskikäytöksi. Kannabiskokeilut ovat lisääntyneet 2000-luvun alkupuolella, mutta näyttävät tasaantuneen 2010-luvulla. Kannabiskokeilujen määrä vaihtelee Suomessa alueittain. Myös nuorten asenteet ovat muuttuneet sallivammaksi kannabista kohtaan. Amfetamiinin, opioidien ja muuntohuumeiden kokeileminen tapahtuu yleensä lähempänä täysi-ikäisyyttä, mutta on otettava huomioon myös alaikäisten nuorten kohdalla mahdollisuus muiden huumeiden käyttöön. Viimeisen parinkymmen vuoden aikana tupakkatuotteiden kokeilut ja säännöllisesti tupakoivien nuorien osuus on vähentynyt huomattavasti. Säännöllisesti tupakoivien nuorten ja viikoittain humalaan juovien nuorten osuudet ovat pienentyneet, joten kehitys ei ole kuitenkaan tapahtunut pelkästään hyvään suuntaan (Kosola, Niemelä, Niemelä 2018).

### 3.1 Nikotiinituotteet

Kun nuorten tupakkakokeilut ja päivittäinen tupakointi on vähentynyt, sähkötu-pakka on laskenut kynnystä nuorilla kokeilla nikotiinituotteita. Yleensä pojat käyt-tävät useammin nuuskaa peruskoulun yläluokilla ja ammatillisessa koulutuksessa (Kuvio 1.).

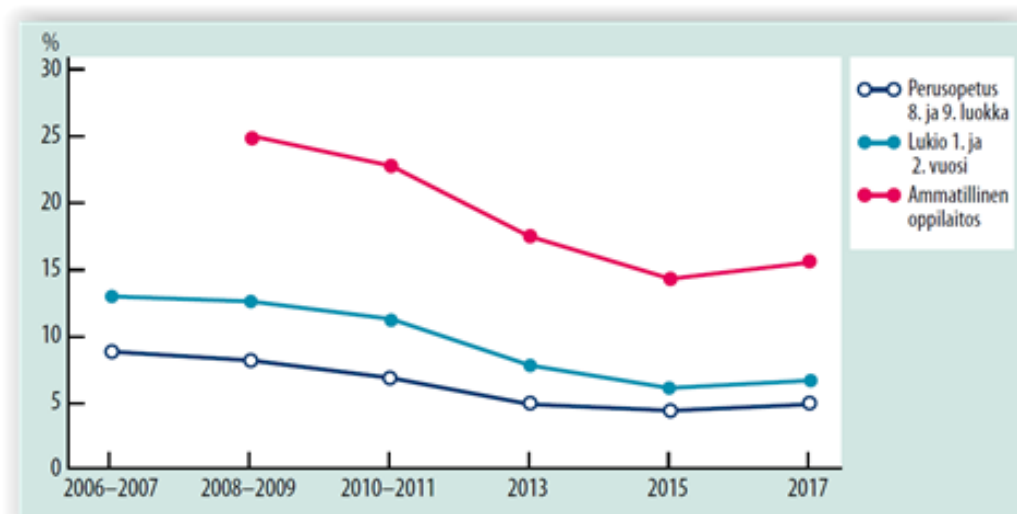


Kuvio 1. Käyttää nuuskaa päivittäin (Kosola, Niemelä & Niemelä, 2018)

Yleensä pojat käyttävät entistä enemmän nuuskaa peruskoulun yläluokilla ja am-matillisessa koulussa. Ammatillisessa oppilaitoksessa suunta selkeästi nousussa nuuskan käytössä. Perusopetuksessa on hieman nousussa ja lukiossa lähtenyt lie-västi laskuun.

### 3.2 Alkoholi

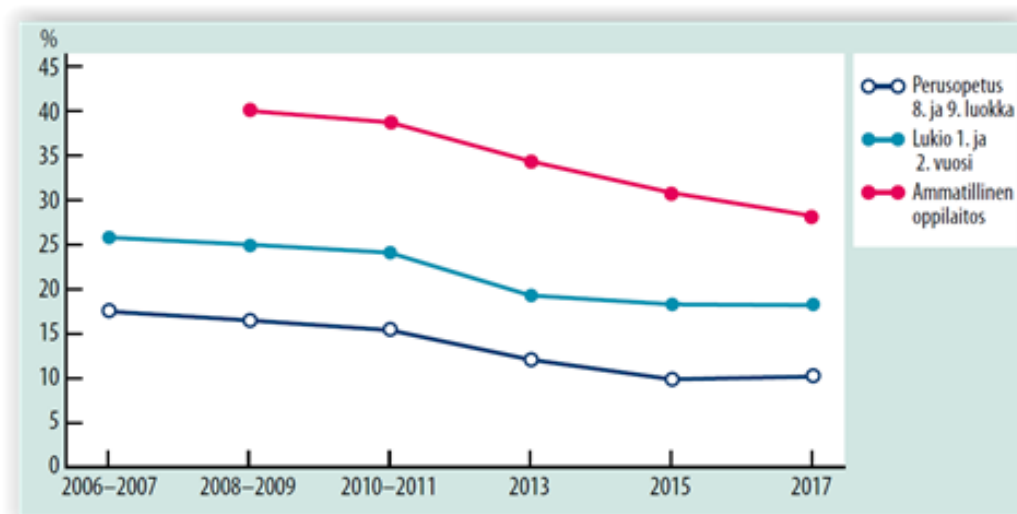
Eroavaisuuksia löytyy ammatillisessa koulussa ja lukiossa olevilla nuorilla, ja tämä ero on kasvanut entisestään. Humalaan juominen on vähentynyt kaikilla koulutus-asteilla, kuitenkin viikoittain alkoholia käyttävien nuorten määrä on kasvanut en-tisestään usean vuoden ajan. (Kuvio 2.).



Kuvio 2. Todella humalassa vähintään kerran kuukaudessa (Kosola, Niemelä & Niemelä, 2018)

Humalanhakuinen juominen on vähentynyt nuorilla kaikilla koulutusasteilla. Ammattioppilaitoksessa kuitenkin lievässä nousussa ja käyttöä on enemmän kuin perusopetuksessa tai lukiossa.

Kannabiskokeilut ovat yleisimpiä runsaasti alkoholia käyttävien nuorten keskuudessa. Nuorten terveystapatutkimuksen mukaan yleisellä tasolla nuorten humalanhakuinen juominen on vähentynyt, mutta se on kuitenkin lisääntynyt nuorilla, joilla on masennusta ja joiden vanhemmat ovat työttömiä ja vähän koulutettuja. (Kuvio 3 .) (Kosola, Niemelä & Niemelä, 2018).



Kuvio 3. Käyttää alkoholia viikoittain (Kosola, Niemelä & Niemelä, 2018)

Nuorilla viikoittainen alkoholin käyttö on aika tasaista perusopetuksen ja lukion välissä. Ammatillisessa oppilaitoksessa viikoittainen käyttö on kuitenkin hieman laskusuunnassa.

Olisi suotavaa ja rohkeaa, että nuoret uskaltaisivat kertoa päihteiden käytöstä läheisilleen, perheelle, ystäville tai sukulaisille. On varmasti vaikein askel kertoa asiasta jollekin. Usein nuori miettii pitkään kertomista jollekin läheiselleen, se vie aikaa ja vaatii rohkeutta. Kun nuori kertoo kaverilleen päihteiden käytöstä, olisi tärkeää, että tämä nuori kertoisi siitä jollekin turvalliselle aikuiselle. Nuori, joka on päihderiippuvainen, tarvitsee aikuisen tukea, ohjausta ja neuvontaa asian suhteen. On tärkeää tuoda esille se, että tarkoitus ei ole tuomita, vaan auttaa nuorta, joka on päihteissä kiinni tai käyttö on lähtenyt hallinnasta. Varhainen puuttuminen on tärkeässä asemassa. Jos asiaan ei puututa, voi riippuvuus mennä todella pitkälle ja syväälle, jolloin päihteetön elämä on haastavan matkan päässä. Jos nuori ei uskalla puhua kenellekään kasvotusten, on mahdollista jutella esimerkiksi anonyymisti chatin kautta. Tästä esimerkkinä sekaisin-chat, johon nuori voi anonyymisti

ottaa yhteyttä. Sekaisin-chatissa tavattavissa on aikuinen, joka etsii tarvittaessa nuorelle tietoa tahosta, johon ottaa yhteyttä päihdeasioissa.

Sekaisin-chat on tarkoitettu nuorille, iältään 12–29-vuotiaille. Keskusteluun on varattu yleensä aikaa noin 45 minuuttia. Keskustelun pituus vaihtelee nuoren tarpeen mukaan. (Sekasin, 2024)

Suomessa eniten käytetty päihde on alkoholi. Suurin osa suomalaisista käyttää ainakin joissain määrin alkoholia. Alkoholi aiheuttaa taloudellisia ja sosiaalisia haittoja sekä on terveydelle haitallista. Näiden edellä mainittujen syiden vuoksi alkoholin saatavuutta säännellään lainsäädännöllä. Alkoholiuomissa on etanolia, joka toimii keskushermostoa lamaavana päihteenä. Alkoholi aiheuttaa fyysistä ja psyykkistä riippuvuutta. Alkoholin haitat koskevat itse käyttäjää, sekä hänen läheisiään (Ehkäisevä päihdetyö EHYT Ry, Alkoholi, 2024).

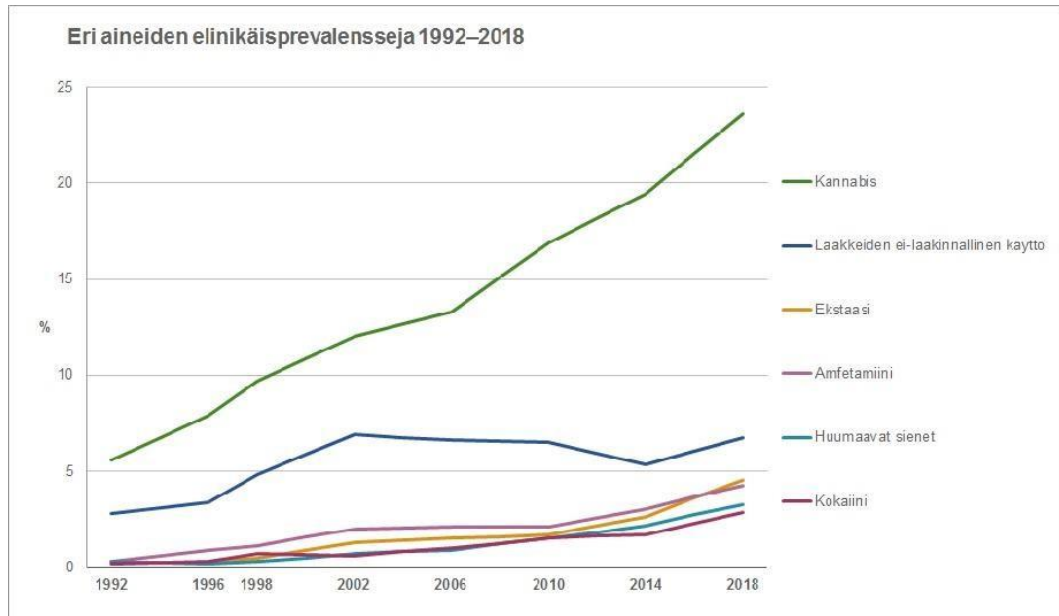
Suomessa yleisimmin käytetty laiton päihde on kannabis. Kannabiksen käyttö on lisääntynyt parin viimeisen vuosikymmenten aikana suomalaisten käytössä. Kannabista käytetään yleisimmin polttamalla. Eri käyttötarkoituksiin hampukasvia on viljelty jo tuhansien vuosien aikana eri puolilla maailmaa. Hampu jaetaan kahden eri kategoriaan, hyötyhampulajikkeisiin ja päihdehampulajikkeisiin. Päihdytymiseen tarkoitettut hampulajikkeet sisältävät THC, joka on psykoaktiivista tetrahydrokannabinolia. Tästä valmistetuista tuotteista käytetään yleisnimitystä kannabis (Ehkäisevä päihdetyö EHYT Ry, Kannabis, 2024).

Nikotiinituote on tupakkakasvista kokonaan tai osittain koostuva tuote tai muuta nikotiinia sisältävä tuote. Nikotiinipussit ja sähkösavukkeet eivät sisällä tupakkaa, mutta näitä kuitenkin säädellään tupakkalaissa (Ehkäisevä päihdetyö EHYT Ry, Nikotiinituotteet, 2024). Usein nikotiinituotteet aiheuttavat riippuvuutta ja etenkin nuoret ovat alttiita nikotiinituotteiden riippuvuudelle (Ehkäisevä päihdetyö EHYT Ry, Nikotiinituotteiden käytön ehkäisy ja lopetus, 2024).

### 3.3 Lääkkeiden väärinkäyttö

Joskus nuoret myös käyttävät lääkkeitä väärin. Lääkkeiden väärinkäyttö on lisääntynyt Suomessa nuorilla aikuisilla. Päihteet ja lääkkeet eivät ole kovin kaukana toisistaan ja niiden yhteiskäyttö on ongelmallista. On uutisoitu, että voimakas rauhoittava lääke on levinnyt nuorten keskuudessa. Bentsodiatsepiini-riippuvuus on nostanut päätään nuorten keskuudessa. Lääkkeiden väärinkäyttö on usein seurausta jostain muusta ongelmasta nuoren elämässä. Päihtyminen voi olla käyttötarkoituksena lääkkeiden väärinkäytössä (Ehkäisevän päihdetyön järjestöverkosto, 2024).

Usein lääkkeiden väärinkäytöllä tarkoitetaan rauhoittavien, unilääkkeiden ja vahvojen kipulääkkeiden ei-lääkinnällistä käyttöä. Käytännössä tämä tarkoittaa sitä, että reseptillä määrättyjä lääkkeitä käytetään ilman lääkärin määräystä, käytetään eri tarkoitukseen mihin lääkkeet ovat määrätty ja suurempina annoksina. 2018 lääkkeiden väärinkäytön yleisyys nousi ja seitsemän prosenttia 15-vuotiaista suomalaisista raportoi, että on käyttänyt lääkkeitä väärin jossain vaiheessa elämää. Väärinkäyttö lääkkeissä on yleistynyt 1990-luvulla, mutta 2000-luvulla tämä näyttäisi tasaantuneen. Huomattavia eroja on kuitenkin ikäryhmittäin ja käyttö on lisääntynyt nuorten aikuisten ikäryhmässä koko 2000-luvun ajan (Kuvio 4 ).



Kuvio 4. Eri aineiden elinikäisprevalensseja 1992-2018 (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 2023)

### 3.4 Huumeet

Huumeetilanne Suomessa muuttui huomattavasti 1990-luvulla. Silloin huumeiden käyttö lähti huomattavasti kasvuun. Edellisen kerran on ollut vastaavanlainen muutos 1960- ja 1970-luvun vaihteessa. Vuoden 1970 alun jälkeen huumeiden käyttö oli vähentynyt ja huumeetilanne pysyi pitkään muuttumattomana. Kun toinen huumeaalto tuli 1990-luvun myötä, huumeiden käyttö ja siihen liittyvät haitat nousivat aivan uudelle tasolle. Huumeiden käyttö tuplaantui ja nuorten juhlimiskulttuuriin levisi gamman ja ekstaasin kaltaisia aineita, sekä amfetamiinin ja opioidien ongelmakäyttäjien määrä moninkertaistui, aiempaan verrattuna. Huumeiden lisääntyessä näkyivät sen tuomat vaikutukset rikollisuuden lisääntymisessä ja sairastuvuuden kasvussa, tartuntatautien vaikeutumisenä ja huumekuolemien lisääntymisenä. Vuoden 2000 alussa tilanne näytti tasaantuvan, mutta käyttö on

lisääntynyt myöhemmin. Kannabiskokeilut ja kannabiksen käyttö on lisääntynyt. Kannabiksen kasvatusta kotona on lisääntynyt Suomessa voimakkaasti, joten että marihuana on ollut pidemmän aikaa hasista suositumpi kannabistuote. Opioidista buprenorfiini ja muut lääkeopioidit, kuten fentanyyli, tramadoli ja oksikodini ovat yleistyneet. Myös erilaisia muuntohuumeita on tullut käyttäjien pariin. Yleistyneet huumerattijuopumukset ja huumausainerikoksien lisääntyminen kertovat karua totuutta huumeiden käytön lisääntymisestä. Huumekyselyn tuottaman tutkimuksen mukaan huumeiden käyttö on miehillä hieman yleisempää kuin naisilla. Kyselyn perusteella yleisimmin käytetty huume on kannabis (Päihdelinkki, Huumeiden käyttö Suomessa, 2024).

### **3.5 Varhainen puuttuminen**

Nuorten kohdalla varhainen puuttuminen on tärkeässä asemassa päihdeongelmien hoitamiseen. Tutkimusten mukaan parasta ennaltaehkäisyä lasten- ja nuorten päihdeongelmiin on vanhemmuuden tukeminen, sosiaalisten taitojen opettaminen ja tarvitsemien tietojen tarjoaminen. Tärkeää on, että lähipiiri ja vanhemmat saavat tukea itse ja auttavat nuorta oikeaan suuntaan. Vaikuttavalla puuttumisella keskitytään nuoren itsetunnon lisäämiseen, päihdetietoisuuteen sekä ongelmaratkaisu- ja kieltäytymistaitojen harjoittamiseen. Näitä taitoja harjoitellaan ja opetellaan, koska taidot ehkäisevät nuorten ongelmajuomista, kannabiksen käyttöä ja tupakointia. Terveystieteiden ammattilaisen käyttämä alkoholinkäytön mini-interventio sopii käytettäväksi esimerkiksi opiskeluterveydenhuollossa. Se on todettu hyödylliseksi varhaisen tuen tukimuodoksi. Myös erityisvaikeuksien ja mahdollisesti neuropsykiatristen haasteiden diagnosointi sekä hoito ehkäisee päihdekokeiluja ja myöhemmin mahdollisesti päihdehäiriöiden syntyä. Kun toteutetaan ehkäisevää päihdetyötä, pyritään vaikuttamaan nuorten asenteisiin päihdeitä kohtaan tarjoamalla heille tietoa päihdeiden käytöstä tuleviin haittoihin ja riskeihin, sekä työskentelyvälineitä kohdata erilaisia ja haastavia elämäntilanteita

ilman haitallista päihteidenkäyttöä (Terveystieteiden tutkimuskeskus, Lasten ja nuorten päihdeongelmiin puuttuminen, 2023).

## **4. PÄIHDEKÄYTÖN TERVEYSHAITAT**

Päihteet aiheuttavat erilaisia terveysongelmia ihmisille ja jotka ovat avattuna tarkemmin millaisia haittoja mikäkin voi aiheuttaa. Tärkeänä asiana on myös päih-teistä eroon pääseminen, joten tietoa löytyy myös vieroituksesta sekä päihdehoi-dosta.

### **4.1 Alkoholi**

Alkoholin käyttöön voi liittyä erilaisia terveydellisiä haittoja. Terveyshaittoja hoi-detaan ensisijaisesti omassa terveyskeskuksessa tai kouluterveydenhuollossa. Runsaan alkoholin käytön seurauksena on yleensä juomisen keston pituudesta ai-heutuva krapula tai vakavampi vieroitustila. Jo yli promillen humalatila lisää mer-kittävästi tapaturmariskiä. Isot määrät alkoholia kerralla voivat aiheuttaa alkoho-limyrkytyksen, joka on nuorille ja lapsille hengenvaarallinen tila. Runsas käyttö voi aiheuttaa aivojen verenkiertohäiriöitä, sydämen rytmihäiriöitä ja äkillisen haima-tulehduksen. Terveysongelmia ja niiden yhteyttä alkoholin käyttöön voi lähteä sel-vittämään kouluterveydenhuoltoon ja omalle terveysasemalle. Myös yksityiselle lääkäriille voi varata ajan. Jos alkoholia käytetään ahdistukseen, kriisin hoitoon tai masennukseen, mielenterveystoimisto voi olla hyvä paikka ottaa yhteyttä (Päih-delinkki, Alkoholin terveyshaittojen hoito, 2011). Nuori voi Vaasassa asuessaan ot-taa yhteyttä esimerkiksi nuorisoasema Klaaraan.

### **4.2 Huumeet**

Huumeriippuvaisten hoitojärjestelmän perusrakenne on samantyylinen, kuin mui-denkin päihderiippuvuuksien. Keskeinen järjestämisvastuu on hyvinvointialueen sosiaali- ja terveystoimella. Nuori voi ottaa yhteyttä oman koulunsa terveydenhoi-toon tai varata ajan omalle terveysasemalle. Hoitoverkosto toimii useista eri toi-

mijoista. Ensimmäisenä on oman koulun terveydenhuolto tai oman terveystieteiden terveydenhuolto. Sen jälkeen, jos tarve vaatii, nuori saa apua esimerkiksi päihde- ja mielenterveyspalveluista, nuorisoseiniltä ja A-klinikoilta. Jos nämä tahot eivät ole riittävä hoitomuoto nuoren tarpeisiin, on mahdollisuutena huumeongelmien hoitoon erikoistuneet yksiköt, joiden palvelut on suunnattu erityisesti huumeongelmallisille tai vain tietynlaisia huumehoitoa tarvitsevalle. Perusterveydenhuollossa, erikoissairaanhoidon eri yksiköistä ja sosiaalitoimistoista voi saada huumeriippuvuuteen liittyvää ohjausta ja neuvontaa. Apua voi saada myös samanaikaisten somaattisten ja psyykkisten vaivojen hoitoon, huumeriippuvuuden hoidon käynnistämiseksi sekä ohjausta erityispalveluihin. Varhainen puuttuminen ja ongelmien toteaminen olisi asiakkaiden ja hoitojärjestelmän edun mukaista (Päihdelinkki, Huumeriippuvuuden hoito, 2015).

### **4.3 Vieroitus**

Mahdollisuus lääkkeettömään päihdevieroitukseen tarkoittaa sitä, että keskitytään hoitamaan vieroituksessa olevan henkilön fyysistä puolta. Kirjaimellisesti lääkkeetön päihdevieroitus on sitä, että päihteestä vieroittaudutaan ilman päihdyttäviä ja keskushermostoon vaikuttavia lääkkeitä tai muita aineita. Perinteisesti lääkkeillä helpotetaan päihteen käytön lopettamiseen liittyviä vieroitusoireita. Riippuvuus päihteisiin on monella eri tapaa koukuttava. Päihteistä haetaan helpotusta haastavien ja epämieluisien tunteiden käsittelyyn, usein on tunne, ettei itsellä ole voimavaroja tai kykyä käsitellä näitä tunteita. Kun päihteenkäytöstä tulee pidempiaikaista, riippuvuuden tasot muuttuvat. Päihteenkäyttäjä olettaa päihteen olevan osa hänen toimintakykyään fyysisen, psykologisen, henkisen ja sosiaalisen kiintymyksen kautta. Useimmat päihteenkäyttäjät ovat tottuneet manipuloimaan tunnetilojaan päihteitä käyttämällä, ja toleranssi sietää vastoinkäymisiä ilman päihteen tuomaa helpotuksen tunnetta on matala ja heikko. Kun

vieroitetaan päihteistä, on tärkeää huomioida riippuvuuden ulottuvuudet ja tarjottava mahdollisuus muutokseen selkein ja konkreettisin keinoin. Ylivoimaisin hoitomuoto on yhteisöllisyys, kun riippuvuutta hoidetaan kokonaisvaltaisesti. Verstaistikiryhmä, vuorovaikutus, keskustelufoorumit ja muut yhteiset kokoontumiset muutosprosessin ylläpitämiseksi mahdollistavat riippuvuuden hoidon henkisen, sosiaalisen, fyysisen ja psykologisen puolen. Fyysisiä vieroitusoireita voidaan lievittää erilaisilla hieronnoilla, akupunktiolla, aroma- ja vyöhyketerapian avulla. Monipuolisella ruokavaliolla ja hyvällä hygienian hoidolla on myös tärkeä osuus fyysisessä vieroituksessa. Omien tunteiden tunteminen ja niihin tutustuminen, voimavarojen löytäminen ja niiden hyödyntäminen sekä asioiden tärkeysjärjestykseen laittaminen ovat psykologisessa vieroituksessa tärkeitä asioita. Työntekijällä on tärkeä rooli rohkaista, tukea ja neuvoa asiakasta. Vieroituksen tulee vastata lisäksi henkiseen ja sosiaaliseen riippuvuuteen niin, että se haastaa asiakasta kohtaamaan itseään ja harjoittelemaan eri taitoja, joiden puute on ylläpitänyt päihteiden käyttöä. Lääkkeettömässä päihdevieroituksessa pyritään katkaisemaan kemiallinen riippuvuus, jotta mahdollisimman nopeasti saadaan asiakkaassa aikaan oma muutosprosessi. Tavoitteena on löytää asiakkaan selviytymiskeinoja ja voimavaroja, ja harjoitella niiden ottamista käyttöön. Lääkkeettömällä vieroituksella on tarkoitus tukea asiakkaan omaa halua irtautua riippuvuudesta ja kemiallisesta mielihyvän hakemisesta, jotta asiakas voi opetella kohtaamaan elämässä hankalia tunteita ilman tarvetta lähteä pakoon. Vieroitusoireet ovat aina yksilöllisiä ja riippuvat myös siitä, kauanko asiakas on käyttänyt ja mitä. Usein ensimmäinen viikko on pahin fyysisten oireiden kohdalla, muu toipuminen vie pidemmän aikaa. Lääkkeettömällä päihdevieroituksella ja kuntoutuksella mahdollistetaan asiakkaan toipuminen normaalielämään, kun hän oppii hoitamaan riippuvuuttaan ja muuttamaan omaa identiteettiään kroonisesta päihteidenkäyttäjäksi toipuvaksi. Moni, joka on käynyt lääkkeitä käyttävän katkaisun ja selvinnyt lääkkeitä käyttäen vieroituksesta, tuo esille, että kun on kärsinyt vieroitusoireista, niin tuntuu, että on tehnyt

jotakin todellista päästääkseen aineista irti. Samalla kynnyks aloittaa käyttö uudelleen on isompi. Onnistumisen kokemukset muuttavat negatiivisia kokemuksia itsestä positiivisemmiksi. (Päihdelinkki, Lääkkeetön päihdevieroitus, 2015).

#### **4.4 Tupakka**

Tupakasta eroon pääseminen vie aikaa. Tupakoinnin lopetukseen on hyvä valmistua ja valmistautuminen tukee mahdollisuutta saavuttaa savuttomuus. Jokaisella oma motivaatio lopettamiseen on tärkein asia. Rutiineja muuttamalla voi asteittain tehdä muutoksia kohti lopettamista. Esimerkkeinä sytkärin vaihto tulitikkuihin tai polttamalla vähemmän. Jo tupakoinnin vähentäminen on terveydelle parempi vaihtoehto, kuin polttaa entiseen tapaan. Tällöin vaarallisten aineiden ja hädäkuormituksen määrä vähenevät. On hyvä miettiä tupakoinnin etuja ja haittoja, sekä sitä, missä tilanteissa tupakoi eniten. Näin voi oppia tunnistamaan tilanteet, joissa usein polttaa, ja tehdä jotain muuta, kuin sytyttää tupakan. Vertaistuen merkitys on noussut esille myös keinoissa lopettaa tupakointi. Voi myös käyttää tietoisesti sosiaalista painetta hyväksi, kun kertoo lopettamisesta läheisille. Terveydenhuollon ammattilaisilta ja apteekkeista saa tietoa tupakoinnin lopettamisesta ja lisätietoa eri nikotiinikorvausvalmisteista ja tupakan vieroitukseen tarkoitetuista reseptilääkkeistä. Kannattaa sopia itsensä kanssa päivämäärä, koska tupakointi loppuu ja selkeät tavoitteet lopettamiselle. Ei kuitenkaan kannata suunnitella lopettamista pitkälle tulevaisuuteen, vaan lähelle nykyhetkeä. Vieroitusoireita voi tulla, mutta ne kestävät yksilöllisesti jokaisella tietyn ajan. Kiusauksia tulee, mutta niiden varalle voi kuitenkin miettiä jotain muuta vaihtoehtoa tupakoimisen tilalle, esimerkiksi purukumin syönti (Päihdelinkki, Tupakoinnin lopettaminen, 2020).

#### **4.5 Päihdehoito**

Parhaimmat tulokset nuorten päihdehoidossa saadaan, kun avun piiriin päästään mahdollisimman aikaisin. Ei tule seurata nuoren päihdeongelman vaikeutumista

tai vakiintumista, vaan siihen pitää puuttua heti, kun se huomataan. Hoidossa keskitytään suojaavien tekijöiden vahvistamiseen ja päihdekäytölle altistavien tekijöiden vähentämiseen. Jotta taataan nuorelle hyvä päihdehoito, yhteistyötä tehdään eri toimijoiden, kuten päihdehuollon, lastensuojelun, opiskelijaterveydenhuollon ja nuorisopsykiatrian kesken. Yhteistyö on äärimmäisen tärkeää, jotta pystytään ehkäisemään nuorten päihteidenkäytön aiheuttamia haittoja, puuttumaan käyttöön ajoissa ja tunnistamaan ongelmakäyttöä. Nuoren ymmärtäminen voi auttaa löytämään oikeita keinoja auttaa nuorta yksilöllisesti (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos, Lasten ja nuorten päihdeongelmiin puuttuminen, 2023).





## 5. TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

Eettisyys mukana tutkimuksen toteuttamisessa ja kysymykset on rakennettu niin, että vastaajat saavat olla anonyymejä henkilöitä. Kysely on ollut vapaaehtoinen osallistujille ja ovat saaneet rauhassa vastailta kyselyyn. Kyselyn tarkoitus on ollut kerätä tietoa nuorten päihteiden käytöstä ja mikä on todellisuus kyselyyn vastanneiden osalta. Eettisyys on myös vahvasti läsnä lähihoitajaopiskelijoilla, koska lähihoitajien toimintaa jo kenties opintojen aikana ohjaa lähihoitajien eettiset ohjeet. Kuitenkin viimeistään valmistumisen jälkeen opiskelijoita ohjaa työssään lähihoitajan eettiset periaatteet, joita ovat ihmisarvon ja itsemääräämisoikeuden kunnioittaminen, tasa-arvo, oikeudenmukaisuus, yhteisöllisyys ja vastuullisuus. (Superliitto, lähihoitajan eettiset ohjeet, 2019.).

Sosiaali- ja terveydenhuollon eettisten periaatteiden mukaisesti tärkein tavoite on yksilöiden hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen. Nuorten päihteiden käytön tutkiminen tarjoaa arvokasta tietoa päihteiden käytön riskeistä ja seurauksista, mikä mahdollistaa varhaisen puuttumisen ja ennaltaehkäisevän työn. Tämä puolestaan auttaa vähentämään päihteiden käytön aiheuttamia haittoja ja parantamaan nuorten terveyttä ja elämänlaatua. (Sosiaali- ja terveysministeriö, ETENE, Sosiaali- ja terveysalan eettinen perusta, 2011).

Tutkimuksen johtopäätökset on tehty kerätyn aineiston pohjalta. Saatujen vastauksien perusteella on tehty tätä lopputyötä ja mitä aineistoon on vastattu. Tähän ei voi yleistää kaikki oppilaita, vaan tutkimukseen vastanneiden kesken kerättyyn aineistoon vedoten on tehty tutkimuksen tulokset. Kysely saavutti oikeanlaisen kohderyhmän ja vastauksia saatiin kerättyä tarpeeksi. Validiutta huomioitiin, että vastaajat saivat vapaaehtoisesti vastata kyselyyn ja kyselyssä oppilaat saivat anonyymien turvan. Heidän henkilötietojaan ei kysely tai kerätty mihinkään. Ennen

kuin kysely meni Vamialle, kyselyyn vastasi harjoitusmielessä tutkimuksen kohde-ryhmään kuuluva.

Kysely luotiin Wepropol -ohjelmalla, joka takaa vastaajille anonyymien turvan vastatessa kysymyksiin. Kysymyksiä luotiin yhteensä 10 kappaletta ja lopuksi lisättiin koulun toiveesta kuraattorin ja terveydenhoitajan yhteystiedot kyselyyn. Kysymyksiä pohdittiin opettajien, tutkimuksen tekijän lähipiirin sekä Vamian koulutuspäällikön Toni Borenin kanssa. Kyselyn loppuun laitettiin kuraattorin ja terveydenhoitajan yhteystiedot. Tämän avulla oppilaat tiedostavat, kehen olla yhteydessä, jos huoli omasta tai kaverin päihteiden käytöstä herää. Kysely luotiin 15.10.2024, muokattiin 23.10.2024 ja laitettiin koulutuspäällikkö Toni Borenille, jotta hän pystyi välittämään kyselyn opettajille ja opettajat jakoivat kyselyn kohderyhmälle.

On tärkeää, että oppilailla on tieto mistä saada apua, jos päihteiden käyttö sitä vaatii. Voi olla todella haastavaa kertoa siitä jollekin aikuiselle koululla. Kyselyyn oli tietty aika vastausten keräämiseen ja tulokset käytiin rauhassa läpi kyselyn sulkeuduttua. Kyselyn vastausten perusteella tehtiin analyysi ja lisättiin nuorten jättämät kommentit aineistoon.

Wepropol kysely oli avoinna noin 2 viikkoa. Tavoite oli saada vastauksia noin 50 oppilaalta, mutta lopulta opiskelijoista vastasi 67 kappaletta. Kysely sai hyvää palautetta ja palautteessa mainittiin, että kysely oli selkeä ja siihen oli helppo vastata, taulukoissa kyselyn vastaukset.

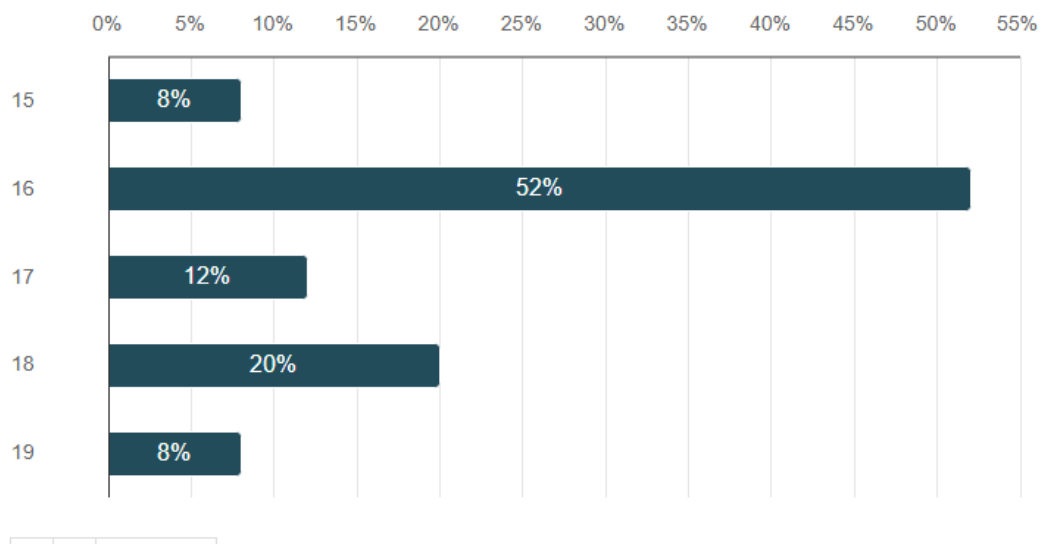


## 6. AINEISTON ANALYYSI

Kysely laitettiin jakoon opettajille, joiden ryhmissä nuoria lähihoitajaopiskelijoita ja kyselyyn vastasi 67 oppilasta.

### 6.1 Taustatiedot

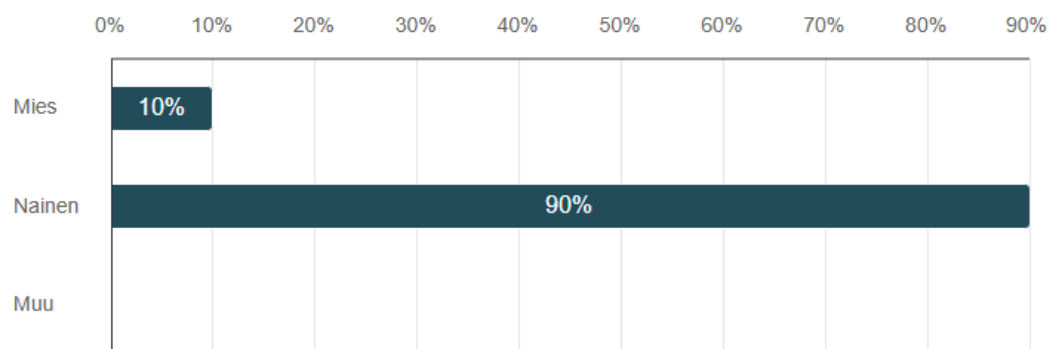
Vastaajien ikäjakauma. (Kuvio 5)



Kuvio 5. Vastaajien ikä ( vastaajat)

Valtaosa vastaajista oli alaikäisiä.

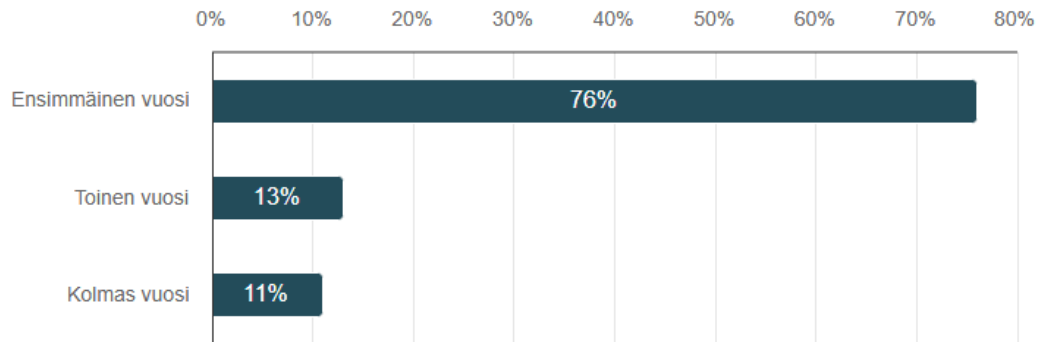
Vastaajien sukupuolijakauma. Kysymykseen vastasi 67 oppilasta ( Kuvio 6 )



Kuvio 6. Sukupuolijakauma. ( vastaajat)

Vastaajista suurin osa oli naisia.

Vastaajien vuosiluokka. Vuosiluokkakyselyyn vastasi 67 oppilasta ( Kuvio 7 )

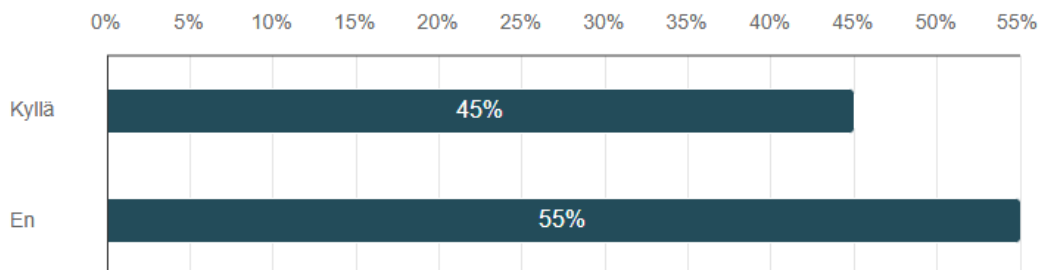


Kuvio 7. Vastaajien vuosiluokka (Vastaajat)

Suurin osa vastaajista oli ensimmäisen vuoden lähihoitajaopiskelijoita.

## 6.2 Vastaajien päihdekäyttö

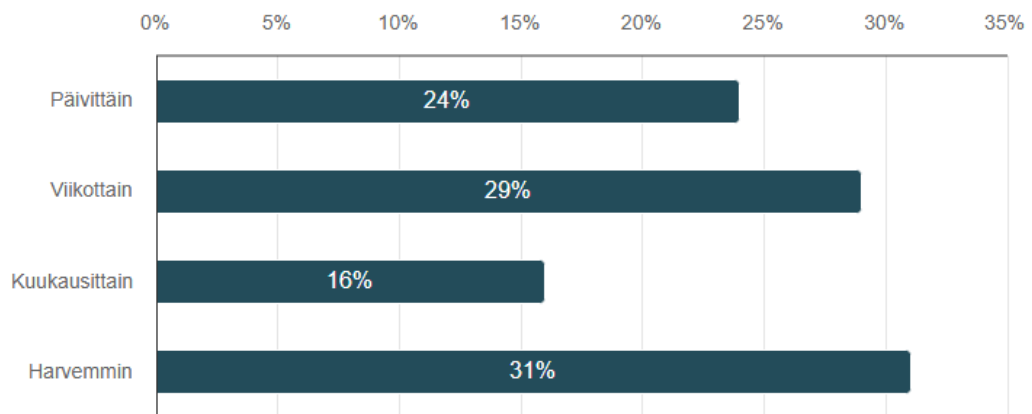
Vastaajilta kysyttiin heidän päihdekäyttöään. Kyselyyn vastasi 64 opiskelijaa. (Kuvio 8)



Kuvio 8. Päihdekäyttö (Vastaajat)

Yli puolet ilmoitti, ettei käytä päihteitä.

Vastaajilta kysyttiin, kuinka usein he käyttävät päihteitä. Kyselyyn vastasi 38 oppilasta (Kuvio 9)

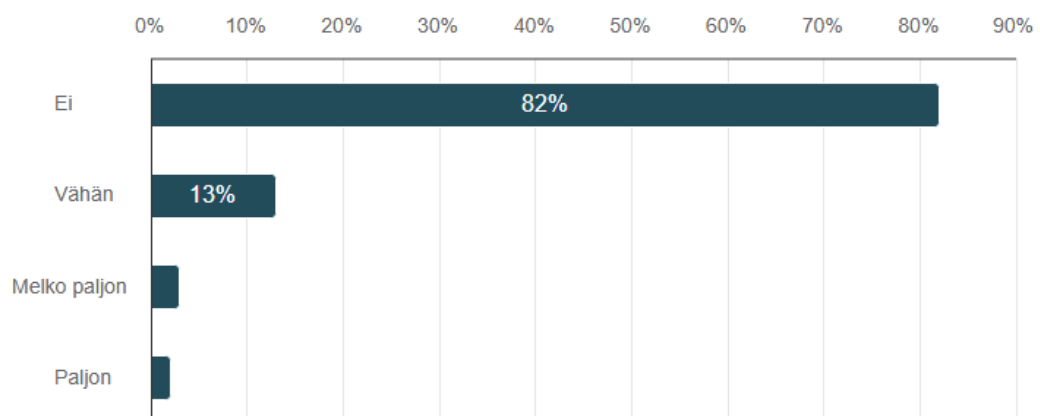


Kuvio 9. Päihdekäytön tiheys (Vastaajat)

Valtaosa käytti harvemmin kuin kuukausittain, neljäsosa käytti päivittäin. ( ks. luku 3.2)

### 6.3 Huoli omasta päihteiden käytöstä

Vastaajilta kysyttiin, herääkö huoli omasta päihteiden käytöstä. Kysymykseen vastasi 60 opiskelijaa. (Kuvio 10)

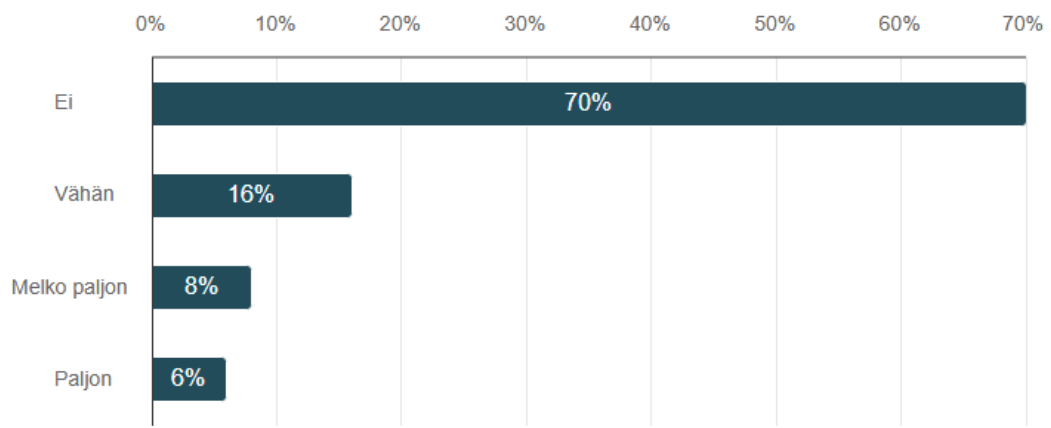


Kuvio 10. Huoli omasta päihteiden käytöstä. (Vastaajat)

Suurin osa vastasi, että ei ole huolta omasta päihdekäytöstä.

#### 6.4 Huoli kaverin päihteiden käytöstä

Vastaajilta kysyttiin, onko huolissaan kaverin päihteiden käytöstä. Kysymykseen vastasi 64 opiskelijaa. (Kuvio 11)

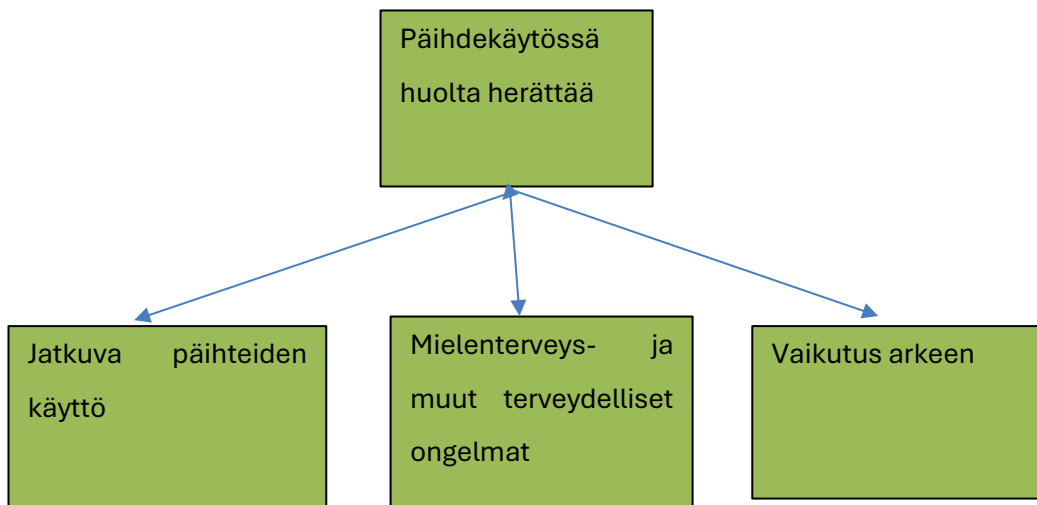


Kuvio 11. Huoli kaverin päihteiden käytöstä. (Vastaajat)

Suurimmalla osalla ei ole huolta kaverin päihteidenkäytöstä.

#### 6.5 Huolta herättävät asiat ystävän päihteiden käytössä

Mikä saisi sinut huolestumaan ystävän/luokkakaverin päihteiden käytöstä. Avoin kysymykseen vastauksia tuli oppilailta 39 kappaletta. (Kuvio 12)



Kuvio 12. Päihdekäytössä huolta herättävät asiat (Vastaajat)

*Jatkuva päihteiden käyttö.* Eniten ilmaisuja tuli teemaan jatkuva päihteiden käyttö

*”Jos vaikka käyttäis alkoholia joka päivä”*

*” Addiktio”*

*”Jos/kun Hän juoo joka viikko alkoholia, ja jos hänen elämänsä (koulu, fyysinenkunto, mielenterveys) ja ihmissuhteet alkavat hajota päihteiden takia.”*

*Mielenterveys- ja muut terveydelliset ongelmat.* Toiseksi eniten huolta herättäisivät mielenterveyteen ja terveyteen liittyvä ongelmat.

*”Itsetuhoiset puheet”*

*” Jos hän alkaisi voimaan todella huonosti.”*

*” Liika käyttö, käyttää vain sentakia että muut käyttää”*

*Vaikutus arkeen. Kolmanneksi eniten huolta herättäisi negatiivinen vaikutus arkeen.*

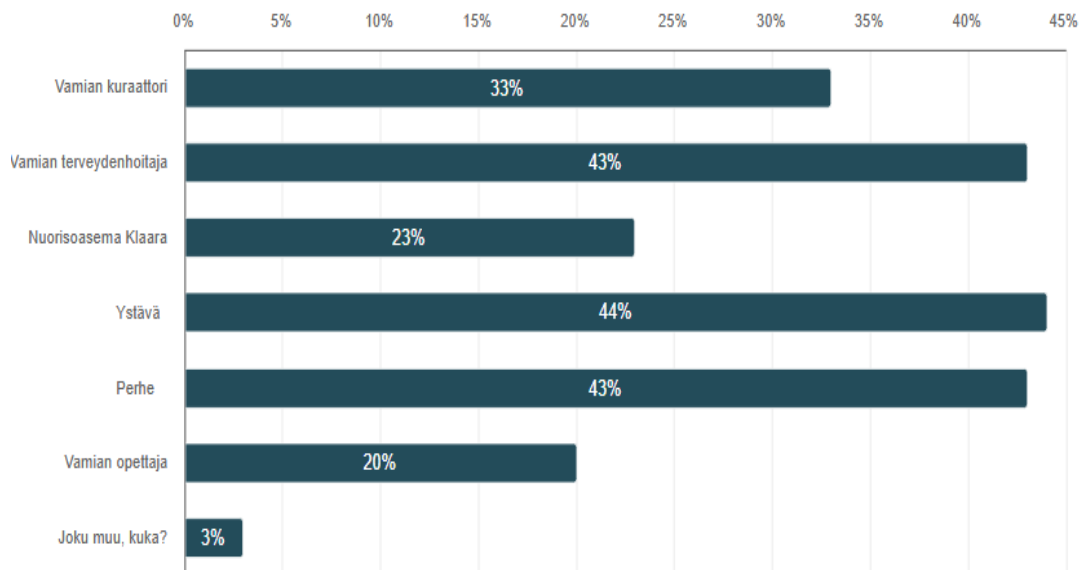
*”Jatkuva kännissä oleminen tai huono vointisuus”*

*”Se jos ei pysty käymään koulua sen takia”*

*”jos se käyttö on koko aikaista eikä pysty olla ollenkaan ilman”*

## **6.5 Mihin ohjaisit kaverin juttelemaan**

Mihin oppilaat ohjaisivat päihteitä käyttävän kaverin juttelemaan. Vastauksia tähän tuli 61 oppilaalta. (Kuvio 13)



Kuvio 13. Oppilaat ohjaisivat kaverin juttelemaan (Vastaajat)

Eniten vastauksia saivat Vamian kuraattori, perhe ja ystävät. Muutama vastasi, että hän itse keskustelisi kaverin kanssa. (ks. Luku 3.5)

## 7. JOHTOPÄÄTÖKSET

Opinnäytetyö on toteutettu saatujen vastausten perusteella mitä aineistoon on vastattu. Vastanneiden henkilötietoja ei kyselyssä kysytty, anonymiteetti säilyi koko tutkimuksen ajan. Vastausten perusteella voidaan arvioida, että nuoret vastasivat rehellisesti kyselyyn ja toivat esille päihteiden käyttöä ja mikä huolta herättää päihteiden käyttöön liittyen. Esiin nousi hyviä asioita, mutta myös sellaisia asioita, että nuoret ovat huolissaan kaverin päihteiden käytöstä. Tässä tutkimuksessa on hyvä muistaa, että ei voi yleistää kaikkia oppilaita tutkimustuloksiin. Tulokset on tehty kerätyn aineiston perusteella.

Nuorten päihteiden käytön tutkiminen nousee tärkeäksi eettisten ja terveydenhuollon käytännön näkökulmasta. Tämän tutkimuksen ytimessä on pyrkimys ymmärtää ja käsitellä nuorten päihteiden käyttöön liittyviä haasteita kokonaisvaltaisesti ja vastuullisesti. Tutkimus auttaa kehittämään eettisiä standardeja ja käytäntöjä terveydenhuollossa ja tutkimuksessa. Tämä varmistaa, että tutkimus toteutetaan osallistujien oikeuksia ja hyvinvointia kunnioittaen sekä tutkimistuloksia käytetään vastuullisesti päätöksenteon tukena.

Tutkimus auttaa ymmärtämään päihteiden käytön taustalla vaikuttavia kulttuurisia, sosiaalisia ja yksilöllisiä tekijöitä. Nuorten päihteiden käytön syyt voivat vaihdella merkittävästi eri yksilöiden ja yhteisöjen välillä ja tämän ymmärtäminen on olennaista kohdennettujen ja tehokkaiden interventioiden suunnittelussa. Lisäksi tutkimus auttaa tunnistamaan ne nuoret, jotka ovat erityisen haavoittuvassa asemassa päihteiden käytön suhteen mikä edistää oikeudenmukaisuutta ja syrjimätöntä hoitoa ja tukea.

Päihteiden käytön tutkimus lisää yleistä tietoisuutta aiheesta ja edistää avointa ja myötätuntoista keskustelua päihteiden käytöstä ja sen vaikutuksesta. Tämä voi vähentää stigmaa ja ennakkoluuloja päihteiden käyttäjiä kohtaan sekä rohkaista nuoria hakemaan apua ja tukea tarvittaessa.

## 8. POHDINTAA

Itselleni on tärkeä aihe nuorten päihteiden käyttö ja siihen puuttuminen. Olen itse ensimmäiseltä ammatiltani lähihoitaja ja erikoistunut mielenterveys- ja päihdetyöhön. Olen myös työn ohella suorittanut mielenterveys- ja päihdetyön erikoisammattitutkinnon sekä muita koulutuksia, jotka tukevat ammatillisuuttani. Minulla on vuosien työkokemus työskentelystä mielenterveys- ja päihdepuolelta niin nuorten kuin vanhempienkin asiakkaiden kanssa. Valmistun pian sosionomiksi ja aion jatkaa uraa ja itseni kehittämistä mielenkiintoisten aiheiden parissa, jotka ovat minulle tärkeitä.

Nuorten päihteiden käyttö on ja tulee olemaan osa nuorten elämää ja halu kokeilla päihteitä nousee esille jossain vaiheessa. Tietoisuus päihteiden käytön riskeistä on hyvä saada nuorten ja läheisten tietoisuuteen. Toivon, että tätä lukiessa vanhempien tietoisuus aiheesta lisääntyy ja saavat myös rohkeutta ottaa päihdekeskusteluja kotona esille nuorten kanssa.

Tämä tutkimus voi myös herätellä nuoria miettimään omaa suhtautumistaan päihteiden käyttöön ja lisäämään tietoisuutta päihteistä. Jos joku nuori kokee jo päihteiden olevan hänelle ongelma, niin toivon että hän uskaltaa hakea lopettamiseen tukea ja apua. Tai jos joku nuori ei ole vielä kokeillut päihteitä, niin ehkä tämä tutkimus hieman siirtäisi mahdollista kokeilua eteenpäin myöhäisempään ajankohtaan.

Päihteet voivat vaikuttaa todella kauaksi eteenpäin nuoren elämään ja tuo erilaisia fyysisiä, psyykkisiä ja sosiaalisia haasteita itse nuorelle ja hänen läheisilleen. Aina ei nuori tule ajatelleeksi mitä seurauksia jo pelkällä kokeilemisella voi olla. Kokeilu voi olla tie säännölliselle päihteiden käytölle. Ennalta ehkäisevää päihdevalistusta on hyvä antaa ajoissa lapsille ja nuorille. Myös perheille on hyvä kertoa päihteistä

ja niiden tuomista haitoista. On mielestäni tärkeää kertoa mitä muutoksia päihteet saavat ihmisessä aikaa ulkoisesti ja sisäisesti. Kuvien ja videoiden näyttäminen puheen tukena on varmasti tehokasta ja vakuuttavaa kerrontaa. Päihteiden käytöllä on negatiivia terveyshaittoja.

Sain hyvää palautetta opettajilta sekä oppilailta kyselystä, kysely oli selkeä ja vastaaminen helppoa.

## LÄHTEET

Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry. (2024). **Alkoholi**. Haettu 26.9.2024 osoitteesta <https://ehyt.fi/paihde-peli-info/alkoholi/>

Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry. (2024). **Huumeet: Kannabis**. Haettu 26.9.2024 osoitteesta <https://ehyt.fi/paihde-peli-info/huumeet/kannabis/>

Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry. (2024). **Lääkkeiden väärinkäyttö on lisääntynyt nuorilla aikuisilla**. Haettu 15.10.2024 osoitteesta <https://www.ept-verkosto.fi/tiedote-laakkeiden-vaarinkaytto-on-lisaantynyt-nuorilla-aikuisilla-ehkai-sevan-paihdeyon-viikolla-otetaan-laakkeet-puheeksi/>

ETENE. (2011). **Sosiaali- ja terveysalan eettinen perusta**. Haettu osoitteesta <https://etene.fi/documents/1429646/1559058/ETENE-julkaisu+32+Sosiaali-+ja+terveysalan+eettinen+perusta.pdf>

Kosola, S., Niemelä, E., & Niemelä, S. (2018). **Päihdekokeilut – normaalia nuoruutta vai alkava häiriö?** *Lääketieteellinen Aikakauskirja Duodecim*, 134(8), 865–872. Haettu 6.5.2024 osoitteesta <https://www.duodecimlehti.fi/duo14288#s2>

Mielenterveystalo. (2024). **Nuorten päihteiden käyttö**. Haettu 6.5.2024 osoitteesta <https://www.mielenterveystalo.fi/fi/paihteet/nuorten-paihteiden-kaytto>

Nevala, S., Perez, J., & Lehtinen, M. (2019). **Lähihoitajan eettiset periaatteet**. Super Ry, 7–8. Haettu 6.5.2024 osoitteesta <https://www.superliitto.fi/site/assets/files/4599/superliitto-lahihoitajan-eettiset-ohjeet-2019.pdf>

Nuortenlinkki. (2016). **Juomisen sosiaalinen paine**. Haettu 6.5.2024 osoitteesta <https://nuortenlinkki.fi/tietopiste/tietoartikkelit/alkoholi/juomisen-sosiaalinen-paine/>

Opetushallitus. (2024). **SORA – ratkaisuja soveltumattomuuteen**. Haettu 6.9.2024 osoitteesta <https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/sora-ratkaisuja-soveltumattomuuteen>

Pohjanmaan hyvinvointialue. (n.d.). **Nuorisoasema Klaara**. Haettu 5.3.2025 osoitteesta <https://pohjanmaanhyvinvointi.fi/palvelumme/psykososiaaliset-palvelut/lasten-ja-nuorten-mielenterveys-ja-paihdepalvelut/nuorisoasemat/#Nuorisoasema-Klaara>

Päihdelinkki. (2011). **Alkoholin terveyshaittojen hoito**. Haettu 15.10.2024 osoitteesta <https://paihdelinkki.fi/tietopankki/tietoiskut/paihdeongelmien-hoito/alkoholin-terveyshaittojen-hoito/>

Päihdelinkki. (2024). **Huumeiden käyttö Suomessa**. Haettu 15.10.2024 osoitteesta <https://paihdelinkki.fi/tietopankki/tietoiskut/huumeet-ja-muut-paihdyttavat-aineet/huumeiden-kaytto-suomessa/>

Päihdelinkki. (2015). **Huumeriippuvuuden hoito**. Haettu 15.10.2024 osoitteesta <https://paihdelinkki.fi/tietopankki/tietoiskut/paihdeongelmien-hoito/huumeriippuvuuden-hoito/>

Päihdelinkki. (2015). **Lääkkeetön päihdevieroitus**. Haettu 15.10.2024 osoitteesta <https://paihdelinkki.fi/tietopankki/tietoiskut/paihdeongelmien-hoito/laakkeeton-paihdevieroitus/>

Sekasin-chat. (2024). **Apua ja tukea nuorille**. Haettu 17.10.2024 osoitteesta <https://sekasin.fi/>

Suomen lähi- ja perushoitajien liitto Super. (2024). **SORA-säännökset**. Haettu 6.5.2024 osoitteesta <https://www.superliitto.fi/tyoelamassa/ammattillinen-koulutus/opiskelijaksi-ottaminen/>

Terveyden- ja hyvinvoinnin laitos. (2023). **Nuorten päihteidenkäyttö ja päihdehäiriöt**. Haettu 6.5.2024 osoitteesta <https://thl.fi/aiheet/mielenterveys/mielenterveyshairiot/nuorten-mielenterveyshairiot/nuorten-paihteiden-kaytto-ja-kaytos-hairiot>

Terveyden- ja hyvinvoinnin laitos. (2023). **Lasten ja nuorten päihdeongelmiin puuttuminen**. Haettu 17.10.2024 osoitteesta <https://thl.fi/julkaisut/kasikirjat/las-tensuojelun-kasikirja/tyoprosessi/sijaishuolto/paihde-tyo-sijaishuollossa/lasten-ja-nuorten-paihdeongelmiin-puuttuminen>

Terveyden- ja hyvinvoinnin laitos. (2023). **Päihdetutkimus: Tuloksia**. Haettu 15.10.2024 osoitteesta <https://thl.fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/paihdetutkimus/tutkimustuloksia/laakkeiden-vaarinkaytto>

Vamia. (2024). **Ammatillinen perustutkinto**. Haettu 9.10.2024 osoitteesta <https://vamia.fi/koulutukset/ammattillinen-perustutkinto/>

Vamia. (2024). **Opiskeluterveydenhuolto**. Haettu 16.9.2024 osoitteesta <https://vamia.fi/yhteystiedot/opiskeluterveydenhuolto/>

Webropol. (2024). **Create surveys easily**. Haettu osoitteesta <https://new.webropol-surveys.com/?cancellationToken=System.Threading.Cancellation-Token>

## LIITTEET

### LIITE 1

#### Wepropol-kysely

Kysymykset ovat seuraavanlaiset:

1. Tämä on opiskelijakysely, jolla kerään aineistoa opinnäytetyöhöni. Opiskelen sosionomiksi Vaasan ammattikorkeakoulussa (VAMK). Aineisto julkaistaan opinnäytetyössäni niin, että siitä ei voida tunnistaa yksittäisiä vastaajia. Olen saanut riittävästi tietoa tästä kyselystä ja sen käyttötarkoituksesta. Suostun vastaamaan kyselyyn. \*
2. Ikäsi?
3. Sukupuolesi?
4. Vuosiluokkasi lähihoitajaopinnoissasi?
5. Käytätkö päihteitä? Tiesitkö, että päihteitä ovat esimerkiksi nikotiinituotteet, alkoholi ja kannabis.
6. Jos käytät päihteitä, niin kuinka usein?
7. Herääkö sinulla huoli omasta päihteiden käytöstä?
8. Oletko huolissasi ystävän tai luokkakaverin päihteiden käytöstä?
9. Mikä saisi sinut huolestumaan ystävän/luokkakaverin päihteiden käytöstä?  
Tämä on avoin kysymys.
10. Jos kaverilla on päihteiden kanssa ongelmia, niin mihin ohjaisit kaverin juttelemaan?



## KUVIOLUETTELO

Kuvio 1. Käyttää nuuskaa päivittäin, %.

Kuvio 2. Käyttää alkoholia viikottain, %.

Kuvio 3. Todella humalassa vähintään kerran kuukaudessa, %.

Kuvio 4. Eri aineiden elinikäisprevalensseja 1992-2018.

Kuvio 5. Ikäkyselyssä vastaajia oli 64 oppilasta.

Kuvio 6. Sukupuolikyselyyn vastasi 67 oppilasta, joista suurin osa naisia.

Kuvio 7. Vuosiluokkakyselyyn vastasi 67 oppilasta, suurin osa heistä on ensimmäisen vuoden lähihoitajaopiskelijoita.

Kuvio 8. Käytätkö päihteitä kyselyyn vastasi 64 oppilasta. Yli puolet vastasi kieltävästi.

Kuvio 9. Kuinka usein käytät päihteitä kyselyyn vastasi 38 oppilasta. Osa käyttää päihteitä päivittäin.

Kuvio 10. Herääkö huoli omasta päihteidenkäytöstä kysymykseen vastasi 60 opiskelijaa. Isoin osa sitä mieltä, ettei ei herää huolta.

Kuvio 11. Kysyttäessä oletko huolissasi luokkakaverin tai ystävän päihteiden käytöstä, niin kysymykseen vastasi 64 oppilasta. Suurimmalla osalla ei ole huolta kaverin päihteidenkäytöstä.

Kuvio 12. Avoimia vastauksia tuli oppilailta 39 kappaletta, joista tein alla olevan koosteen. Nämä aiheet nousivat esille.

Kuvio 13. Kyselyyn mihin ohjaisit kaverin juttelemaan niin opiskelijoista 61 kappaletta. Ystävä, perhe ja Vamian kuraattori nousivat esille.