

Opinnäytetyö (AMK)

Sairaanhoitaja

2020

Sofia Palin, Henna Paukku, Iida Pitkänen

SÄKIT SUUSSA?

– 5.-9.-luokkalaisten ajatuksia nuuskasta

Sofia Palin, Henna Pauku, Iida Pitkänen

SÄKIT SUUSSA?

– 5.-9.-luokkalaisten ajatuksia nuuskasta

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli kartoittaa gallupin muodossa 5.-9.luokkalaisten ajatuksia, käsityksiä ja asenteita nuuskasta. Tavoitteena oli saada laadukas ja riittävä kooste nuorison nuuskan käytöstä, jotta tuloksia voitaisiin käyttää Lounais-Suomen syöpäyhdistyksen (jatkossa LSSY) NIKO-projektissa myöhemmin. Työn aihe valikoitui mielenkiinnosta nuoria kohtaan ja heidän käyttökokemuksistaan päihteitä kohtaan.

Opinnäytetyö toteutettiin kvalitatiivisena haastatteluna gallupin muodossa. Työn teoreettinen tietoperusta koostui kahdesta pääkohdasta: gallup ja niistä saatu tieto sekä teoreettinen osuus. Gallup koostui kyselylomakkeesta, jonka avulla haastateltiin nuoria heidän ajatuksistaan, käsityksistään ja asenteistaan nuuskaa kohtaan. Gallup toteutettiin yhdessä Varsinais-suomalaisessa yhtenäiskoulussa yhden päivän aikana. Vastaaajia oli yli odotusten, mutta toiveena olisi ollut suurempi joukkueurheilijoiden osuus. Tähän vaikutti negatiivisesti se, että koulut sulki ovensa COVID-19-pandemian vuoksi, eikä opinnäytetyötä pystytty jatkamaan suunnitellusti.

Opinnäytetyön tulosten mukaan, yleisesti ottaen nuoret pitivät nuuskaa negatiivisena asiana. Suurin osa vastaajista oli kuitenkin sitä mieltä, että sen käyttö on jokaisen oma asia. Lähes jokainen vastaajista oli sitä mieltä, että nuuska ja urheilu eivät kuulu yhteen sekä tiesivät nuuskan vaikuttavan negatiivisesti terveyteen ja urheilusuoritukseen.

Mielenkiintoisen ja ajankohtaisen aiheen lisäksi projekti lisäsi ammatillista tietämystä nuorten fysiologisesta kehityksestä, sekä nikotiiniuotteiden vaikutuksesta ihmiskehoon. Tutkimusta tehtäessä sen ei koettu tulevan ainoastaan vain tilaajan käyttöön. Tutkimukselle oli tarvetta koko yhteiskunnan mittakaavassa nuuskankäytön yleistyessä yhä nuorempien lasten ja aikuisten keskuudessa. Avoin keskustelu tuloksista muokkasi haastattelijoiden näkemyksiä asiassa ja antoi haastattelijoille lisää valmiuksia toimia työssään sairaanhoitajina.

ASIASANAT:

joukkueurheilu, kvalitatiivinen menetelmä, nikotiini, nuoret, nuuska

BACHELOR'S THESIS | ABSTRACT

TURKU UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Nursing Degree

2020 | 30 pages, 10 pages in appendices

Sofia Palin, Henna Paukku, Iida Pitkänen

SACKS IN THE MOUTH?

- 5th -9th grade students thoughts towards snuff

Purpose of this thesis was to survey thoughts, understanding and attitude towards snuff products on 5th -9th grade students. Objective was to gather enough high-quality and adequate information, so that it could be used later, on South West Finland Cancer Association's NIKO project. The topic of the work was selected for interest in young people and their experience in the use of these substances. Goal of this thesis was to have useful information, that it could be applied and carried over to any further study on the matter.

Thesis was conducted in a qualitative interview in the form of a poll. The theoretical knowledge base was built on two factors: poll answers from subjects and theoretical part. Polls consisted of a questionnaire to interview students about their thoughts, understanding and attitude towards snus. Poll and interviews took place in one selected Finnish elementary school, over one day. Number of people who took part in the poll exceeded expectation, but the number of team athletes participation could have been higher. Poll results were affected by the impact of COVID-19 pandemic that forced the schools to close their doors, denying access to other elementary schools.

According to these results, in general, young people considered snus to be a bad thing. Most of the interviewees thought that using snus is person's own decision. Almost everyone who took part in the poll, felt that snus and sports did not belong together and knew that snus had a negative impact on health and sports performance.

In addition to an interesting and timely topic, the project increased professional knowledge of the physiological development of young people, as well as the impact of nicotine products on the human body. When doing the research, it didn't feel it was only for the subscriber. Research was needed on a society-wide scale as snus is becoming more common among younger children and adults. An open debate on the results shaped views on the matter and gave more capacity to act as nurses.

KEYWORDS:

team sports, qualitative method, nicotine, the young, snuff

SISÄLTÖ

1 JOHDANTO	6
2 NUORUUSIKÄ	7
2.1 Määritelmä	7
2.2 Nuoret ja nuuska	8
2.3 Vanhempien tupakkatuotteiden käytön vaikutus nuoreen	8
3 NUUSKA	10
3.1 Mitä on nuuska?	10
3.2 Lainsäädäntö	10
3.3 Nuuskan terveysvaikutukset	11
3.3.1 Nikotiini	11
3.3.2 Suun limakalvovauriot	11
3.3.3 Syöpä	12
3.3.4 Raskaus ja imetys	12
3.3.5 Sydän- ja verisuonitaudit	12
3.3.6 Diabetes	12
3.3.7 Mielenterveys	13
3.3.8 Immuunijärjestelmä	13
3.4 Nuuska- ja nikotiiniriippuvuus	13
3.5 Nuuska ja urheilu	14
3.6 Nuuskan käytön vähentäminen ja ehkäisy	15
4 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS, TAVOITE JA MENETELMÄ	16
4.1 Toiminnallinen opinnäytetyö	16
4.2 Toimeksiantaja	16
5 GALLUPIN TOTEUTUS	18
5.1 Tiedonhaku	18
5.2 Kysymysten valinta	18
5.3 Opinnäytetyön toteutus	19
5.3.1 Tutkimusotos	19
5.3.2 Aineiston keruu	19
5.3.3 Koronaviruspandemian vaikutus opinnäytetyön toteutukseen	19
6 OPINNÄYTETYÖN LUOTETTAVUUS JA EETTISYYS	21

6.1 Kvalitatiivinen tutkimus	21
6.2 Tutkimusetiikka	21
7 OPINNÄYTETYÖN TULOKSET	22
8 POHDINTA JA JOHTOPÄÄTÖKSET	24
8.1 Tulosten tarkastelu	24
8.2 Prosessin arviointi	24
8.3 Johtopäätökset	25
LÄHTEET	27

LIITTEET

- Liite 1. Aikataululomake
- Liite 2. Wilma-viesti
- Liite 3. Kyselylomake
- Liite 4. Otteita oppilaiden vastauksista
- Liite 5. Tiedonhakulomake

TAULUKOT

- Taulukko 1. Vastaajien sukupuolijakauma
- Taulukko 2. Vastaajien ikäjakauma

KUVIOT

- Kuvio 1. Joukkueurheilijoiden prosentuaalinen osuus

1 JOHDANTO

Nuuskan käyttö nuorten keskuudessa on lisääntynyt räjähdysmäisesti viimeisen kymmenen vuoden aikana (Nuoret ja Nuuska). Tiedetään myös, että urheilupiireissä sitä käytetään yleisemmin (Päihdelinkki 2016, Hymyä Huuleen 2018), vaikka urheilujärjestöt usein kieltävät sen käytön. Nuorten tietoutta nuuskan haitoista tulisi lisätä ja sitä kautta pyrkiä ennaltaehkäisemään nikotiinituotteiden käyttöä. Näillä keinoilla pitäisi pyrkiä terveyden edistämiseen. (Nuuska ja nuoret, 2018)

Suomen tupakkalaissa on säädetty seuraavasti:

”Tässä laissa säädetään toimenpiteistä, joilla ehkäistään tupakkatuotteiden käytön aloitamista, edistetään niiden käytön lopettamista ja suojellaan väestöä tupakansavulle altistumiselta. Lain tavoitteena on ihmisille myrkyllisiä aineita sisältävien ja riippuvuutta aiheuttavien tupakkatuotteiden käytön loppuminen.” (Tupakkalaki 549/2016).

Opinnäytetyö toteutettiin osana Lounais-Suomen Syöpäyhdistyksen NIKO-projektia. Tämän työn tarkoituksena oli kartoittaa gallupin muodossa 5.-9.luokkalaisten ajatuksia, käsityksiä ja asenteita nuuskasta. Tavoitteena oli saada laadukas ja riittävä kooste nuorison nuuskan käytöstä, jotta tuloksia voidaan käyttää NIKO-projektissa.

Tulevina sosiaali- ja terveysalan ammattilaisina lisääntynyt nuuskan käyttö huolestuttaa. Tämän opinnäytetyön avulla haluttiin lisätä haastattelijoiden omaa ymmärrystä nuorten nuuskan käytöstä sekä saada lisätietoa, mikä ajaa urheilevia nuoria nuuskan käyttöön.

Opinnäytetyö toteutettiin kvalitatiivisena haastatteluna, jossa kohdejoukko oli tarkoitus valita osasta varsinaissuomalaisia ylä- ja yhtenäiskouluja. Haastateltavat valittiin satunnaisotoksena. Haastattelumetodi valittiin tässä työssä sen vuoksi, että kohdejoukon näkökulma tuli siten parhaiten esiin (Hirsjärvi, S. ym. 2009).

2 NUORUUSIKÄ

2.1 Määritelmä

Nuoruusikäisellä lapsella tarkoitetaan 10-25-vuotiasta nuorta, joka näiden ikävuosien aikana kasvaa nuoresta aikuiseksi. Nuoruusikä voidaan jakaa kolmeen eri kehitysvaiheeseen. Nuoruusiässä nuori pyrkii itsenäistymään ja kaverit ovat tärkeä osa elämää. Aikuisiän kynnyksellä nuori alkaa hyväksymään kompromisseja ja pystyy niitä tekemään, vaikka maailma on vielä kovin mustavalkoinen ja idealistinen. (Muurinen T, ym. 2001; Makkonen, K. 2016)

Varhaisnuoruudella tarkoitetaan 10-14-vuotiasta nuorta, jonka aikana keho kokee suurimmat fyysiset, psyykkiset ja sosiaaliset muutokset. Varhaisnuoruus katsotaan samalla olevan myös puberteetin alkamisajankohta. Nuori hakee riskejä mielihyvän saamiseksi eikä välttämättä välitä tekojensa seurauksista. Nuori etsii omia rajojaan kiistelemällä vanhempiensa kanssa. Tämän ikäisenä ystävien painostus esimerkiksi alkoholin ja nuuskan kokeiluun on suuri. Varhaisnuoruudessa myös yksityisyyden tarve kasvaa ja tunteet voivat olla hyvin vaihtelevia. Nuori tarvitsee tukea ja ymmärrystä tunteilleen, sillä hän ei välttämättä osaa tai uskalla pukea niitä sanoiksi. (Siimes, M, ym. 2019, Storvik-Sydänmaa, S. ym. 2015, Marttunen, M. ym. 2013)

Varsinainen nuoruusikä on katsottu olevan 15-19-vuotiaat nuoret. Tämän ikäisenä nuori ei ole niin paljon ystäviensä painostuksen alaisena, vaan uskaltaa erottautua joukosta muutaman ystävän turvin. Ystävien merkitys tulee nuorelle myös entistä tärkeämmäksi. Suurimmat tunnekuohut ja impulssit ovat ohittuneet. Nuori kykenee itsenäisesti tutkimaan omaa tunne-elämäänsä sekä toimintaansa. Seksuaalinen kehitys ja muutokset nuorelle tärkeissä ihmissuhteissa ovat keskeistä kyseiselle kehitysvaiheelle. (Marttunen, M. ym. 2013)

Myöhäisnuoruudessa kiinnostus omaa ympäristöä ja yhteiskuntaa kohtaa herää ja nuori onkin kiinnostunut siitä aiempaa aktiivisemmin. Myöhäisnuoruuden tarkoituksena on, että nuori oppii tekemään itsenäisesti päätöksiä, jotka vaikuttavat hänen tulevaisuutensa kauaskantoisesti. Nuoren luonteenpiirteet alkavat vakiintua ja vähitellen nuori kasvaa aikuisuuteen ja saa omat persoonalliset piirteensä. (Marttunen, M. ym. 2013)

2.2 Nuoret ja nuuska

Nuoruusiässä kokeilunhalu on normaalia. Tähän kuuluvat mm. alkoholin, tupakkatuotteiden ja muiden päihteiden käytön kokeilut. Nuoret ovat asioista hyvin valveutuneita ja heillä on usein tuotteista parempi tieto kuin vanhemmilla. Nuoret myös tietävät, mistä näitä päihteitä voi hankkia. Päihteet antavat nuorelle kaikkivoipaisuuden ja hyvän olon tunteen ja näin ollen moni nuori voi kuvitella päihteiden auttavan myös eteenpäin elämässä. (Muurinen, T. ym. 2001)

Sosiaali- ja terveysministeriö tarkkailee nuorten tupakan- ja alkoholin käyttöä, sekä rahapelaamista joka toinen vuosi teettämässään Nuorten terveystapatutkimuksessa. Vuonna 2015 tehdyssä tutkimuksessa käy ilmi, että 2000-luvulla nuorten tupakkakokeilut, sekä tupakan poltto on selkeästi vähentynyt ja kokeilun ja käytön aloittamisikä siirtynyt myöhemmäksi. Samalla muiden nikotiinituotteiden käyttö on lisääntynyt ja tupakkatuotteiden rinnakkaiskäyttö, esim. tupakka, nuuska ja sähkösavuke, on yleistynyt. Tämä tarkoittaa myös sitä, että nuuskaa on nuorten keskuudessa helposti saatavilla sen myynnin ja alaikäiselle välittämisen laittomuudesta huolimatta. Mainittakoon myös, että alkoholin käyttö, sekä humalanhakuinen juominen on nuorten keskuudessa vähentynyt ja täysin raittiiden nuorten osuus lisääntynyt. Aikaisemmin tytöt ovat käyttäneet nuuskaa huomattavasti poikia vähemmän, mutta 2000 – luvulla nuuskan suosio on ollut nousussa. Myös tytöt kokeilevat ja käyttävät nuuskaa useammin, kuitenkin vielä poikia vähemmän. (Kinnunen, J. ym. 2015)

Vuonna 2019 tehdyssä Nuorten terveystapatutkimuksessa havaittiin tupakkatuotteiden käytön vähenemisen pysähtyneen vuosien 2017-2019 aikana ja sähkösavukkeiden käytön lisääntyneen. Nuuskan käyttö on lisääntynyt 2010 – luvulla sekä tytöillä että pojilla, erityisesti 14-16 – vuotiailla tytöillä. Tytöt käyttävät edelleen kuitenkin selvästi harvemmin kuin pojat. Yli kolmasosa nuorista kertoi myös uskovansa, ettei Suomessa lähes kukaan enää tupakoi vuonna 2030. (Kinnunen, J. ym. 2019)

2.3 Vanhempien tupakkatuotteiden käytön vaikutus nuoreen

Tupakoivien vanhempien lapset aloittavat tupakoinnin tupakoimattomien vanhempien lapsia useammin, sillä tupakointitottumukset periytyvät sukupolvelta toiselle. Myös isovanhempien tupakointi lisää lapsen riskiä aloittaa tupakointi. 2000 – luvulla tupakoivien vanhempien osuus on vähentynyt ja yhä useammat lapset ja nuoret kertovatkin, ettei

heidän vanhempansa tupakoi, eikä tupakointi ole sallittua kotona, eikä autossa. Kun kotona ja autossa tupakointia ei ole, lapsi välttyy sekä fyysiseltä että sosiaaliselta tupakoinnille altistumiselta. Lapset ja nuoret saavat aikaisempaa vähemmän tupakoinnin mallia kotoa, joka edesauttaa nuorten tupakoinnin vähenemistä. (Kinnunen, J. ym. 2015)

Vaikka nuorilla nikotiinituotteiden käyttöön vaikuttaa voimakkaasti ympäristötekijät, myös geneettiset tekijät saattavat vaikuttaa nikotiiniriippuvuuden syntyyn. Geenit eivät kuitenkaan yksin määrää, tuleeko ihmisestä riippuvainen, vaiko ei. Sosiaalinen paine, muiden nuorten, sekä perheen nikotiinituotteiden käyttö vaikuttavat merkittävästi nuorten nikotiinituotteiden kokeiluun, sekä niiden jatkuvaan käyttöön. Nuoren aivot kehittyvät nopeasti ja alle 16-vuotiaana aloitettu nikotiinituotteiden käyttö muokkaa aivoja edistäen riippuvuuden kehittymistä geneettisesti alttiilla nuorilla enemmän, kuin henkilöillä, jotka aloittavat nikotiinituotteiden kokeilun myöhemmällä iällä. (Heloma, A. ym. 2017)

3 NUUSKA

3.1 Mitä on nuuska?

Tupakkatuotteita ovat esim. poltettavat savukkeet, sikarit, piippu ja vesipiippu, sekä erilaiset nuuskat. Kaikki tupakkatuotteet ovat terveydelle haitallisia, riippumatta siitä, miten sitä käytetään. Tupakointi on vähentynyt, mutta vastaavasti nuuskan käyttö lisääntynyt. (Kinnunen, J. ym. 2019) Nuuska on nikotiiniriippuvuutta aiheuttava tupakkatuote. Nuuskaa ei saa ostaa Suomesta ja sen myynti on kielletty Euroopan Unionin jäsenmaissa, Ruotsia lukuun ottamatta, jolla on erivapaus sen myymiseen. Nuuskaa kuitenkin käytetään, erityisesti nuorten keskuudessa (Duodecim, 2015) ja sitä ostetaan yleisimmin kavereilta tai esimerkiksi sosiaalisen median kautta. (Kinnunen, J. ym. 2015)

Suomessa nuuskan kaltaisia savuttomia nikotiinituotteita on markkinoilla useita. Kuitenkin yleisintä on niin sanottu ruotsalaistyyppinen kostea nuuska. Sitä käytetään suussa, ikenen ja ylähuulen välissä joko irtonuuskana tai annospussissa. Nuuska yleisesti koostuu jauhetusta tupakasta, johon on lisätty esimerkiksi suolaa, vettä, makuaineita ja joitakin säilöntäaineita. Nuuska sisältää myös syöpää aiheuttavia aineita eli karsinogeenisiä aineita. (Suomen ASH ry, 2019)

3.2 Lainsäädäntö

Suomessa on vuonna 1976 säädetty tupakkalaki, joka antaa kehykset Suomen tupakkapolitiikalle. Tupakkalakia päivitetään säännöllisin väliajoin. Merkittäviä muutoksia on tehty vuosina 1994, 1999, 2010 ja 2016. (Danielson, P. ym. 2012)

Uusi tupakkalaki astui voimaan Suomessa elokuussa 2016. Lain isoimpana tavoitteena on tupakka- ja nikotiinituotteiden käytön loppuminen vuoteen 2030 mennessä.

Suomen tupakkalaissa on myös säädelty nuuskan käyttöä ja sen maahantuontia. Lain mukaan yksityishenkilö voi tuoda maahan omaan henkilökohtaiseen käyttöönsä enintään 1000 grammaa savuttomia tupakkatuotteita vuorokaudessa. Nuuskaa ei saisi tuoda toisen henkilön käyttöön riippumatta siitä, maksaako tämä nuuskasta vai ei. Kiellettyä on siis myös ottaa nuuska vastaan, mikäli joku sitä tarjoaa. Lisäksi tupakkalaissa on määrätty tupakkakielloista. Nuuskan osalta yleisissä tupakointikielloissa on laissa sanottu seuraavasti (Tupakkalaki 549/2016):

”Savutonta tupakkatuotetta ei saa käyttää päiväkotien taikka esi- tai perusopetusta, ammatillista koulutusta tai lukio-opetusta antavien oppilaitosten sisä- tai ulkotiloissa.” (Tupakkalaki 549/2016).

Ahvenanmaalla on oma tupakkalakinsa. Lain mukaan nuuskan myynti on kielletty Ahvenanmaan alueella sekä Suomen aluevesillä. Ruotsin aluevesillä nuuskaa saa myydä. Kuitenkin Ahvenanmaan kautta liikennöivillä laivoilla esimerkiksi isot risteilyalukset Viking Line ja Silja Line, nuuskaa voidaan myydä verottomana (Laki Ahvenanmaan maakuntaa koskevista poikkeuksista arvonlisävero- ja valmisteverolainsäädäntöön 1266/1996). Suomessa laissa säädettyjen maahantuontikieltojen ja -rajoitusten noudattamista valvova viranomaisena on tulli.

3.3 Nuuskan terveysvaikutukset

3.3.1 Nikotiini

Nuuskan nikotiinipitoisuus on erittäin suuri ja se aiheuttaa voimakasta riippuvuutta. Nuuskasta elimistöön liukenee enemmän nikotiinia, kuin tupakasta. Veren nikotiinipitoisuuden huippu tulee hitaammin, mutta säilyy pidempään. (THL, 2020) Lisäksi nuuska aiheuttaa nikotiiniriippuvuutta vielä enemmän kuin tupakka, sillä sen nikotiinimäärä on jopa 3-5 kertainen tupakkaan verrattuna. (Duodecim 2015, Heloma, A. ym. 2017) Nikotiini myös supistaa verisuonia, nostaa sykettä ja verenpainetta, sekä vähentää lihasten hapensaantia. (Wickholm, S. ym. 2012, Heloma, A. ym. 2017)

3.3.2 Suun limakalvovauriot

Nuuska aiheuttaa suun limakalvovaurioita eli nuuskaleesioita, joka ilmenee limakalvon paksuuntumisena. Nuuskaleesio häviää ajan kanssa, kun nuuskan käytön lopettaa. (Wickholm, S. ym. 2012) Nuuskan käyttö aiheuttaa myös ikenien vetäytymistä, jolloin hampaiden kaulat paljastuvat. Tämä lisää ientulehdusten riskiä ja altistaa hampaita reikiintymiselle helpommin. (Heikkinen A. ym. 2015, Heloma, A. ym. 2017) Lisäksi nuuska aiheuttaa hampaiden ja ikenien alta paljastuneiden juurien värjäytymistä, sekä pahan hajuista hengitystä. Pahan hajuinen hengitys johtuu bakteereista, joita on nuuskan aiheuttamissa limakalvojen haavaumissa sekä poimuissa. (Heloma, A. ym.2017)

3.3.3 Syöpä

Nuuskan nikotiinipitoisuus on erittäin suuri ja se sisältää tuhansia erilaisia kemikaaleja. Näistä kemikaaleista lähes 30 luokitellaan karsinogeeneiksi. (Duodecim 2015, Heloma, A. ym. 2017) Nuuskan vaikutuksista erilaisien syöpien kehittymiseen ei vielä täysin tunneta. Eläinkokeissa on huomattu nuuskan sisältämien tupakkaspesifien nitrosamiidien altistavan syövän kehittymiselle. Nuuskan käyttö todennäköisesti lisää ruokatorven- ja haimasyövän riskiä, sekä mahdollisesti mahalaukun- ja peräsuolisyövän riskiä. Joissain tutkimuksissa on havaittu nuuskan lisäävän suun- ja nielun alueen syöpiä, sekä syövän jälkeistä kuolleisuutta, eritoten miehillä eturauhassyövässä, mutta mahdollisesti myös muissa syöpäsairauksissa. (NIPH, 2019) Syöpien lisääntymiseen näyttäisi kuitenkin vaikuttavan enemmän tupakan ja nuuskan yhteiskäyttö. (Duodecim 2015, Heloma, A. ym. 2017)

3.3.4 Raskaus ja imetys

Nuuskan käyttö raskauden aikana aiheuttaa merkittäviä riskejä sikiön kehitykselle ja raskauden kululle. Se lisää alhaisen syntymäpainon-, hengityskatkosten-, ennenaikaisen synnytyksen-, sekä kohtukuolemien riskiä. Lisäksi sillä on vaikutuksia lapsen sydämeen, verisuoniin, sekä verenpaineeseen. (Nordenstam, 2019)

3.3.5 Sydän- ja verisuonitaudit

Nuuska vaikuttaa sydämeen ja verenkiertoon supistamalla verisuonia, nostamalla verenpainetta ja lisäämällä sydämen lyöntitiheyttä. Sydän joutuu siis työskentelemään kovemmin pitääkseen pumppaustehonsa. Se lisää sydän- ja verisuonisairauksien, sekä verisuonitukosten riskiä. Lisäksi nuuskaajalla suurempi riski menehtyä sydän- ja aivoinfarktin seurauksesta. (NIPH, 2019)

3.3.6 Diabetes

Nuuskan ja muiden tupakkatuotteiden on huomattu lisäävän riskiä sairastua tyyppin II diabetekseen vähentämällä insuliiniherkkyyttä. Nuuskan käyttö vaikuttaa aineenvaihduntaan ja näin lisää riskiä myös metaboliseen oireyhtymään. (Wickholm, S. ym. 2012, Heloma, A. ym. 2017, THL, 2020)

3.3.7 Mielenterveys

Eläin- ja ihmistutkimuksissa on ilmennyt, että nuuskan sisältämä nikotiini saattaa aiheuttaa muutoksia kognitiivisissa toiminnoissa. Erityisesti, mikäli nikotiinia käytetään aivojen kehitysvaiheissa, jolloin ne ovat haavoittuvimmillaan. Eli raskauden-, lapsuuden- ja murrosiän aikana. Nikotiini voi myös olla riskitekijä mielenterveydelle, sillä se vaikuttaa samoihin mekanismeihin, jotka ovat mielenterveysongelmien taustalla. (NIPH, 2019)

3.3.8 Immuunijärjestelmä

Nikotiinilla on vaikutusta myös ihmisen immuunijärjestelmään: sitä stimuloivia, sekä tukahduttavia. Siihen vaikuttaa todennäköisesti mahdolliset muut sairaudet ja niiden oireet, ikä, sukupuoli, nikotiinin käytön määrä ja kesto, sekä muut immuniteetin vaikuttavat mekanismit. (NIPH, 2019)

3.4 Nuuska- ja nikotiiniriippuvuus

Nuuska aiheuttaa riippuvuutta, joita voi olla esim. sosiaalinen-, tapa-, tunne-, ja nikotiiniriippuvuus. Nikotiiniriippuvuus luokitellaan krooniseksi sairaudeksi ja sille löytyy oma koodinsa kansainvälisesti käytössä olevasta ICD-10- tautiluokituksesta. Riippuvuus johtuu tupakka- ja nikotiinituotteiden käytöstä. Nuuskasta elimistöön vapautuva nikotiini vaikuttaa keskushermostoon piristämällä, tuottamalla mielihyvää ja vaikuttamalla mieli-alaan. (Heloma, A. ym. 2017) Se stimuloi kolinergisiä nikotiinireseptoreita lisäämällä erilaisten signaalimolekyylien vapautumista keskushermostossa ja sen ulkopuolella. Reseptorit aktivoivat solujen signalointireittejä, mitkä taas osallistuvat fysiologisiin toimintoihin. (NIPH, 2019)

Riippuvuus nikotiiniin kehittyy nopeasti. Kun elimistö on tottunut nikotiiniin ja tullut siitä fyysisesti riippuvaiseksi, tarvitsee se nikotiinia normaalisti toimiakseen. Nikotiinin poistussa elimistöstä seuraa ikäviä vieroitusoireita, joita ovat mm. ärtyneisyys, alakuloisuus, heikentynyt keskittymiskyky ja lisääntyvä ruokahalu. Nikotiinikoukusta pois pääseminen on haastavaa, usein lopettamiseen tarvitaan terveydenhuollon tukea. Riippuvuutta voidaan hoitaa mm. motivoimalla, sekä lääkehoidolla. (Heloma, A. ym. 2017)

3.5 Nuuska ja urheilu

Nuuskan käyttö on urheilua harrastavien nuorien keskuudessa muita nuoria yleisempää. Käyttöä on havaittu runsaasti joukkueurheilijoiden, erityisesti jääkiekkoilevien nuorten keskuudessa. (Hymyä huuleen, 2018) Tutkimuksissa on havaittu joukkueurheilun olevan toistaiseksi ainut selvästi erottuva riskitekijä nuuskaamisen aloittamiselle. (Heloma, A. ym.2017)

Jo vuonna 2005 toteutetussa valtakunnallisessa jääkiekkojunioreille kohdennetussa kyselytutkimuksessa ilmenee, että nuuskaaminen on seurapiireissä huomattavasti tupakointia ja alkoholin nauttimista yleisempää, mutta toisaalta kiekkojunnut käyttävät muita päihteitä ikätovereitaan harvemmin. Tutkimuksen mukaan runsaasti ja tavoitteellisesti urheilevat nuoret eivät kuitenkaan kuulu ongelmallisimpiin päihteiden käyttäjiin. Suuremmassa riskiryhmässä ovat nuoret, joilla harrastuksia ei ole. (Pitkänen, S. 2006)

Urheilijat näyttäisivät virheellisesti kuvittelevansa, ettei nuuska olisi elimistölle yhtä haitallinen kuin tupakka. Saatetaan jopa ajatella sen parantavan suorituskykyä. Todellisuudessa sen sisältämä nikotiini supistaa verisuonia, nostaa sykettä ja verenpainetta, sekä vähentää lihasten hapensaantia ja näin heikentää urheilusuoritusta ja hidastaa palautumista. Mikäli nikotiinilla olisi urheiluun suotuisimmat vaikutukset, luokiteltaisiin sen doping-aineeksi, sattuneesta syystä näin ei kuitenkaan ole. (Syöpäjärjestöt, 2017) Nuuskaavilla urheilijoilla onkin sen sijaan havaittu olevan nuuskaamattomia enemmän selkäkipuja, sekä lihasten- ja nivelten rasitusvammoja (Heloma, A. ym.2017). Nuuskaavaan urheilijan keho on jatkuvassa stressi- ja rasitustilassa. Suorituskyvyn haittojen lisäksi nuuskaaminen hidastaa vammoista parantumista, sekä vaarantaa urheilijan terveyden. Näin nuuskaava nuori antaa vastustajalleen etumatkaa. (Suomen Olympiakomitea, 2020)

Urheiluseurojen päätoiminta on urheilu ja urheilutoiminnan järjestäminen, mutta terveyden edistämisen näkökulmasta kasvattaa ja auttaa omaksumaan terveellinen ja liikunnallinen elämäntapa. Nuorten ohjaajilla ja valmentajilla on merkittävä rooli ja vastuu, sekä mahdollisuus toimia nuorten terveyden edistäjinä. Esimerkiksi Suomen jääkiekkoiliitto on osoittanut jo vuonna 2008 terveyden edistämisen olevan tärkeä osa sen toimintaa aloittamalla tuolloin ohjelman terveyden edistämiseksi. (Kokko, S. 2008) Myös Suomen Olympiakomitea tiedostaa seurojen keskeisen aseman nuorten terveyden edistäjänä, sekä kasvavan nuuskaamisongelman. Olympiakomiteassa kannustetaan selkeisiin sääntöihin ja aikuisten vastuuseen, sillä aikuisten esimerkillä on merkittävä vaikutus

nuorten asenteisiin. Esimerkiksi huippu-urheilija, jota nuoret pitävät esikuvanaan viestii omalla käytöllään nuuskaaminen olevan hyväksyttävää, eikä valmentaja ole uskottava kieltäessään nuuskaamista, mikäli hänen tiedetään itse käyttävän. (Himanka, S. 2020)

3.6 Nuuskan käytön vähentäminen ja ehkäisy

Sosiaali- ja terveysministeriö julkaisi vuonna 2014 Tie savuttomaan Suomeen – Tupakkapoliittisen toimenpideohjelman. Sen tavoitteena on, että vuonna 2040 enintään 2 prosenttia suomalaisista 15–64-vuotiaista käyttää tupakkatuotteita. Siinä on neljä toimintakokonaisuutta. Ensimmäisenä tupakkatuotteiden aloittamisen ehkäisy mm. vähentämällä tupakkatuotteiden saatavuutta, houkuttavuutta ja kiristämällä tupakkaveroa. Toisena tupakkatuotteiden käytön lopettaminen mm. kehittämällä tupakkariippuvuuden hoitoa ja terveydenhuoltohenkilöstön osaamista, sekä tarjoamalla vieroitushoitoa kaikille. Kolmantena savuton elinympäristö mm. yrittämällä rajoittamaa sallittuja tupakointipaikkoja ja kieltää tupakointi lasten välittömässä läheisyydessä. Neljäntenä estää uusien tupakkatuotteiden ja niihin rinnastettavien tuotteiden markkinoille pääsy kieltämällä uusien tupakkatuotteiden maahantuonti, sekä myynti. Toimenpideohjelmasta on määrä raportoida, arvioida, sekä päivittää viiden vuoden välein. (STM, 2014)

Jotta nuorten nuuskan käyttöä saataisiin vähennettyä, tulisi maahantuontia ja rajoituksia kiristää tehokkaasti. Yksi tällainen keino olisi pienentää sallitun maahantuontimäärän pienentämistä. STM: tupakka- ja nikotiinipolitiikan kehittämisen työryhmä onkin ehdottanut reilua pienentämistä niin, että jatkossa nuuskaa saisi maahantuoda vain 100g vuorokaudessa nykyisen 1000g sijaan. (Kinnunen, J. ym. 2019)

4 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS, TAVOITE JA MENETELMÄ

4.1 Toiminnallinen opinnäytetyö

Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää nuorten ajatuksia, käsityksiä ja asenteita nuuskan käytöstä. Tavoitteena oli saada laadukas ja riittävä kooste nuorison nuuskan käytöstä, jotta tuloksia voidaan käyttää Lounais-Suomen syöpäyhdistyksen NIKO-projektissa.

Opinnäytetyön tekeminen aloitettiin teoreettisen tietoperustan hakemisella ja lähteiden etsimisellä, jonka jälkeen syksyllä 2019 lähestyttiin muutamaa ylä- ja yhtenäiskoulua sähköpostitse. Tämän tarkoituksena oli alustavasti kartoittaa, voiko kyseisiin kouluihin tulla maaliskuussa 2020 toteuttamaan haastattelua. Opinnäytetyön suunnitelma esiteltiin suunnitteluseminaarissa to 19.12.2019. Tutkimuslupa haettiin toimeksiantajalta suunnitelman hyväksymisen jälkeen, jolloin myös yhteydenpitoa kouluihin jatkettiin. Valituksi tulleen koulun valinnan jälkeen koulun oppilaille, sekä heidän vanhemmilleen lähetettiin opettajien kautta tiedotus Wilma-viestillä (Liite 2), jossa kerrottiin opinnäytetyöstä ja sen tarkoituksesta. Koko opinnäytetyö tuloksineen julkaistiin kokonaisuudessaan keväällä 2020 (Liite 1).

4.2 Toimeksiantaja

Opinnäytetyö toteutettiin osana Lounais-Suomen Syöpäyhdistyksen NIKO-projektia. Suomen Syöpäyhdistys on yksi suurimmista Suomessa toimivista kansanterveysjärjestöistä. Sen tavoitteena on ”*turvata suomalaisille hyvä elämänlaatu ilman syöpää ja syövästä huolimatta*” (Syöpäjärjestöt, 2020). Lounais-Suomen syöpäyhdistys on aloittanut toimintansa vuonna 1951 Suomen syöpäyhdistyksen Turun osastona. Yhdistyksen tarkoituksena on luoda uusia toimintamalleja ja innovaatioita sekä julkiselle että yksityiselle sektorille. (LSSY, 2019)

Lounais-Suomen syöpäyhdistys toteuttaa toimintaansa sekä vapaaehtoisvoimin että ammattilaisten avulla tarjoten syöpäneuvontaa, vertaistukea ja sopeutumisvalmennuskursseja. Se neuvoo, tukee ja auttaa syöpään sairastuneita ja heidän läheisiään. Yhdistys tekee paljon myös ennaltaehkäisevää työtä. (Lounais-Suomen syöpäyhdistys, 2019)

NIKO-projekti on Lounais-Suomen syöpäyhdistyksen ylläpitämä kehittämishanke, jonka tarkoituksena on kehittää nuorten keskuuteen erilaisia terveyden edistämisen malleja, joilla nikotiinituotteiden käyttöä saataisiin ennaltaehkäistyä, sekä vähentämään ja loppumaan. ”NIKO-projektin tarpeen muodostavat tieto ja huoli nuorten ja nuorten aikuisten (12–20-vuotiaat) nikotiinituotteiden lisääntyneestä ja monipuolistuneesta käytöstä, sekä syövän ennaltaehkäisyn mallien kehittämisen tarve”. Nikotiiniriippuvuuden aiheuttamille haitoille altistutaan yhä nuorempina, joko passiivisina, tai aktiivisina käyttäjinä. Projektia toteutetaan yhdessä nuorten, sekä heidän perheidensä, koulujensa ja harrastuksiensa kanssa. (Hymyä huuleen) Lounais-Suomen syöpäyhdistyksen NIKO-projektin yhteishenkilönä opinnäytetyössä toimi Turun Ammattikorkeakoulun opettaja Minna Salakari.

5 GALLUPIN TOTEUTUS

5.1 Tiedonhaku

Tiedonhaku aloitettiin hakusanojen valinnalla. Tiedonhakuja tehtiin muun muassa hakusanoilla: nuuska, tupakka, kouluterveyskysely ja snuff (Liite 5). Tiedon haussa käytettiin hakukoneina Mediciä ja Cinahlia. Aluksi tulokset rajattiin alle viisi vuotta vanhoihin lähteisiin, pois lukien kouluterveyskysely, mutta lopulta käytettiin myös vanhempaa tuotantoa.

Suomenkielisiä tutkimuksia nuuskasta ja urheilusta ei löytynyt, vaikka on todettu sen lisääntyneen erittäin paljon nuorten keskuudessa. Kansainvälisiä tutkimuksia kyseisestä aiheesta löytyi paljon ja näissä oli tutkittu myös suomalaisten nuuskan käyttöä. Ruotsissa tehdyt tutkimukset rajattiin hakuvaiheessa pois, sillä Ruotsin tupakkalainsäädäntö eroaa merkittävästi Suomen tupakkalaista.

5.2 Kysymysten valinta

Kvalitatiivisen tutkimuksen haastattelukysymyksiä valittaessa pyrittiin siihen, että toimeksiantaja saisi mahdollisimman laadukkaita, totuudenmukaisia ja monipuolisia vastauksia NIKO-projektin jatkoa varten. Tutkimukset, tieto sekä tilastot osoittavat nuorten nuuskan käytön lisääntyneen räjähdysmäisesti. Kysymykset laadittiin aikaisempaan tietoon pohjautuen (Kinnunen, J. ym. 2015, Kinnunen, J. ym. 2019, Pitkänen, S. 2006, Piispa, M, 2018).

Kysymyksiä valittaessa pyrittiin ottamaan huomioon kohderyhmä ja heidän ikätasonsa. Haastattelijoiden tuli miettiä kysymysten asettelua myös eettiseltä kannalta huomioon ottaen nuorten alaikäisyys ja yksityisyyden suoja. Koska tutkimukseen osallistuneet nuoret olivat eri nuoruuden kehitysvaiheissa (vrt. 11-15-vuotias), haastattelutilanteessa piti myös ottaa huomioon, että gallupkysymykset olivat soveltuvia kaikille ikäluokille. Kysymysten tarkoituksena ei ollut kartoittaa nuorten nuuskan käyttöä, vaan kysymysten tuli tarkentaa nuorten ajatuksia, näkemyksiä ja mielipiteitä nuuskasta ja näin olla tarkoituksen mukaisia.

Kysymyksillä oli tarkoitus korostaa nuorille sitä, että kiinnostuksen kohteena on juuri heidän henkilökohtaiset ajatuksensa. Tämän vuoksi nuorille esitettiin yksittäisiä kysymyksiä, joihin nuorten on helppo vastata. Kysymyksiä kysyttäessä pyrittiin siihen, että johdattelevia tai arkaluontoisia kysymyksiä ei esitetty. Galluutilanne oli vapaamuotoinen,

joten kysymysten esitestausta ei koettu tarpeelliseksi, eikä täten myöskään ollut tarpeen muokata niitä. (Menetelmätietovaranto, 2020)

5.3 Opinnäytetyön toteutus

5.3.1 Tutkimusotos

Opinnäytetyö toteutettiin kvalitatiivisena haastatteluna gallupin muodossa ja haastattelutavat valittiin satunnaisotoksena. Haastattelun alustavan otoskoon (N) piti olla 422, mutta vallitsevan COVID19-karanteenitilanteen vuoksi, otoskoko jäi 205:aan. Tarkoituksena oli jalkautua nuorten pariin muutamassa Varsinais-suomalaisessa koulussa ja tavoitteena oli saada osallistumaan n. 80 nuorta, jotta otos (n) olisi riittävä ja saataisiin hyvä kuva nuorten asenteista ja ajatuksista. Valitettavasti COVID-19 –pandemian ja siitä seuranneiden rajoitusten vuoksi gallup toteutettiin vain yhden koulun oppilaille. Nuoret olivat rohkeita ja innokkaita vastaajia, joten kaikkien halukkaiden päätettiin antaa vastata, niin kauan kuin kiinnostusta asiaan riitti, vaikka vastauksissa havaittiin saturoitumista. Lopullinen otoskoko oli 119 oppilasta.

5.3.2 Aineiston keruu

Kouluun muodostettiin haastattelupiste, johon nuoret saivat välitunnilla omalla ajallaan tulla vastaamaan gallup- kysymyksiin. Kaikkia kysymyksiä ei kysytty jokaiselta nuorelta, vaan satunnaisia kysymyksiä kysyttiin satunnaisesti valituilta nuorilta, n. 2-3kpl/nuori (Liite 3). Haastattelumetodi valittiin tässä työssä sen vuoksi, että kohdejoukon näkökulma tuli siten parhaiten esiin (Hirsjärvi, S. ym. 2009).

Gallup-vastaukset kirjattiin haastattelijoiden toimesta käsin haastattelun yhteydessä, jotta vastaukset ovat tarvittaessa jäljitettävissä. Suunnitelmana oli nauhoittaa osa vastauksista, mutta oppilaiden nopea vaihtuvuus ja sykleittäin paikalle saapuminen ei antanut tähän mahdollisuutta. Haastattelulomakkeet luovutettiin Lounais-Suomen syöpäyhdistykselle mahdollista myöhempää käyttö varten. Vastauksen lisäksi kirjattiin ylös myös vastaajan ikä, sukupuoli, sekä mahdollinen harrastus. Vastaajien identiteettisuojan vuoksi heistä ei kirjattu minkäänlaisia henkilötietoja.

5.3.3 Koronaviruspandemian vaikutus opinnäytetyön toteutukseen

“Kiinassa todettiin joulukuussa 2019 keuhkokuumeetapauksia, joiden aiheuttajaksi on todettu uusi, aiemmin tuntematon koronavirus, SARS-CoV-2 (WHO, 2020; THL, 2020).

Uusi koronavirus on nimetty sen sukulaisviruksen, SARS-koronaviruksen mukaisesti. Uuden koronaviruksen aiheuttamaa tautia kutsutaan nimellä COVID-19, joka tulee sanoista corona, virus, disease.” (WHO, 2020; THL, 2020)

Pandemian etenemisen ehkäisemiseksi Suomen hallitus päätti valmiuslaista, jonka nojalla muun muassa koulut sulkivat ovensa ja opetuksessa siirryttiin pääsääntöisesti etäopetukseen 18.3.2020 alkaen (Valtioneuvosto, 2020). Näin ollen myös opinnäytetyön toiminnallinen osuus jäi vajaaksi toisen gallupiin kuuluneen koulun osalta, eikä tutkimusta pystytty jatkamaan loppuun.

6 OPINNÄYTETYÖN LUOTETTAVUUS JA EETTISYYS

6.1 Kvalitatiivinen tutkimus

Kvalitatiivisessa eli laadullisessa tutkimuksessa tarkoituksena on kuvata kohdetta mahdollisimman kokonaisvaltaisesti ja kuvata todellista elämää. ”Kvalitatiivisessa tutkimuksessa on pyrkimyksenä pikemmin löytää tai paljastaa tosiasioita kuin todentaa jo olemassa olevia (totuus)väittämiä”. (Hirsjärvi, S. ym. 2009).

Opinnäytetyöhön valittiin kvalitatiivinen tutkimusmenetelmä, sillä tutkimuksen tarkoituksena oli kartoittaa nuorten aitoja ajatuksia ja löytää uusia näkökulmia. Haastattelua käytetään kvalitatiivisessa tutkimuksessa yhtenä päämenetelmistä, sillä aineistoa ja haastattelujärjestystä on helppo säädellä. (Hirsjärvi, S. ym. 2009, Gerrish, K. ym. 2013).

6.2 Tutkimusetiikka

Opinnäytetyössä noudatettiin hyvää tutkimusetiikkaa, jonka perusteella aineisto kerättiin. Aineisto käsiteltiin luottamuksellisesti ja anonymisti, salassapitovelvollisuus huomioiden. Lähdeviittaukset ja -merkinnät tehtiin johdonmukaisesti ja oikeaoppisesti. Lähteiden luotettavuutta lisäsi se, että työssä pyrittiin käyttämään alle viisi vuotta vanhoja tutkimuksia, pois lukien kouluterveyskyselyn tulokset, jotka ovat muodostettu pitkällä aikavälillä. (Hirsjärvi ym. 2009). Tulosten tulisi olla yhdenvertaisia ja paikkansapitäviä muiden aiempien projektista tehtyjen töiden kanssa (Holloway, I. ym. 2010, Gerrish, K. ym. 2013)

Työn eettisyyteen vaikutti haastateltavien alaikäisyys ja tupakkalaki (Tupakkalaki 1 549/2016), sillä nuuskan käyttö on laitonta alle 18-vuotiailta, kuten myös sen myyminen Suomessa. Oppilaat osallistuivat haastatteluun vapaaehtoisesti ja halutessaan sen sai keskeyttää koska vaan. Haastateltaville kerrottiin, että aineisto kerätään nimettömästi, mihin aineistoa käytetään ja että sitä ei luovuteta kenellekään ulkopuoliselle, eikä sen takia tule minkäänlaisia seuraamuksia. Haastateltavilla henkilöillä oli halutessaan oikeus saada tietoa sekä NIKO-projektista että tekeillä olevasta opinnäytetyöstä ja sen toteutuksesta. (Korhonen, I. ym. 2019). Informaatio haastattelusta annettiin etukäteen kouluille kirjallisesti ja haastattelutilanteessa suullisesti.

7 OPINNÄYTETYÖN TULOKSET

Opinnäytetyön tulokset saatiin kerättyä vain yhdestä Varsinais-suomalaisesta yhtenäiskoulusta. Lopullinen otoskoko (n) oli 119. Vastaaajista poikia oli 52% (62kpl) ja tyttöjä 48% (57kpl). (Taulukko 1). Eniten vastaajia oli 12-14-vuotiaissa, jotka muodostivat 63%:n osuuden vastaajista (Taulukko 2). Nuoret olivat aktiivisia vastaajia alun jännityksen jälkeen. Koska vastaajat olivat iältään alkaen 11-vuotiaita, huomattiin, että nuuskan käyttö ei vielä yltänyt nuorimpiin osallistujiin.

Gallupiin vastanneista nuorista 45% (54kpl) harrasti jotakin urheilua, sekä niistä joukkueurheilijoita oli 54% (29kpl). Joukkueurheilijoiden määrä koko otannasta oli 24% (Kuvio 1). Lähes jokainen vastaajista oli sitä mieltä, että nuuska ja urheilu eivät sovi yhteen, mutta sen käyttö myös urheillessa koettiin olevan jokaisen oma asia. Nuoret tiesivät nuuskan vaikuttavan negatiivisesti urheilusuoritukseen. Tarkoituksena oli, että joukkueurheilijoiden osuus vastauksista olisi ollut suurempi, mutta COVID19- johtuen koulut suljettiin, eikä urheilupainotteiseen kouluun enää päästy gallupia toteuttamaan.

”Haittaa, ei saa parempia suorituksia. Se on myytti”. – Poika 16v.

”Ei urheilija voi käyttää, se vaikuttaa urheilusuoritukseen. Se heikentää hapenotokkyä, koska se supistaa verisuonia.” – Poika 15v, uinti

Nuuskan käyttöä ei pidetty erityisen hienona tai ”coolina”. Nuorten vastauksista kävi muun muassa ilmi, etteivät he haluaisi seurustella nuuskaa käyttävän henkilön kanssa, eikä varsinkaan pussailua nuuskaavan henkilön kanssa pidetty houkuttelevana. Suurin osa nuorista oli sitä mieltä, että nuuskan käytön koettiin olevan jokaisen oma asia. Moni nuori tiesi, mistä nuuskaa halutessaan saa hankittua.

”Joo, tiedän keneltä saa. Kiekko maksaa 5€”. – Poika 11v, jääkiekko.

”EN! En edes seurustelisi sellaisen kanssa. Mut jos tykkäisin jostain, joka käyttää, pyytäisin sitä lopettamaan.” – Poika 15v, uinti.

” En ikinä koskiskaan sellaiseen tyttöön, joka käyttää. Ei pysty!” – Poika 15v.

Nuorten mielestä nuuskan käyttöön tulisi puuttua jonkun aikuisen taholta, mutta eivät osanneet nimetä, kuka tämä aikuinen voisi olla. Nuorten mielestä koulussa tulisi olla tiukemmat säännöt nuuskan käytöstä.

”On. Mut ei se oo mitenkään hienoa”. – Tyttö 14v.

”Opet kiinnittäis huomioon ja saisi rangaistuksen”. – Tyttö 13v, tanssi.

”Oon kokeillut tupakkaa ja nuuskaa, muttei kumpikaan ollut mun juttu. Nuuska on koulussa suosittua, mutta tupakkaa ei monikaan käytä.” – Poika 15v, uinti.

Kyseisessä koulussa on kuluneen vuoden aikana ollut tukioppilaiden toimesta nuuskatapahtuma 6.-9.luokkalaisille, jossa myös NIKO-hanke on ollut mukana. Oppilaat kertoivat, että koulussa ja tunneilla on keskusteltu nuuskasta ja sen aiheuttamista haitoista. Nuoret tuntuivat olevan tietoisia nuuskan haittavaikutuksista ja ettei se ole hyödyllistä terveydelle.

”Ikenet menee piloille ja hampaat putoaa”. – Kaksi poikaa, 12v.

Koulun rehtorin ja kouluterveydenhoitajan keskusteltiin myös kanssa heidän näkemyksistään nuorten nuuskatottumuksista. Rehtori kertoo, että tupakan käyttö koulussa on vähentynyt huomattavasti, mutta sen sijaan nuuskan käyttö on yleistynyt. Nuuskan käyttöä on rehtorin mukaan vaikeampi valvoa kuin tupakan.

”Yleisen käytännön mukaan, oppilaille pitäisi antaa nuuskan käytöstä jälki-istuntoa, mutta tämä käytäntö todettu hyödyttömäksi. Sen sijaan hyödylliseksi on koettu kasvatuskeskustelut sekä oppilaan itse soittamaan puhelu huoltajalle.” – Rehtori.

Terveydenhoitaja kertoo, että nuuska ei heidän koulussaan ole ongelma, sillä 8.-luokalla teetetyt kouluterveyskyselyt eivät anna viitteitä nuuskan käytöstä. Nuorten vastauksista kuitenkin kävi ilmi, että koulussa liikkuu runsaasti nuuskaa ja lähes jokainen, jolta asiasta kysyttiin, tiesi, mistä/keneltä nuuskaa halutessaan saa. Terveydenhoitajalta kysyttiin myös oppilaiden mahdollisuudesta saada nikotiininkorvaustuotteita. Hänen mukaansa oppilaan on mahdollisuus saada resepti, mutta varsinainen korvaustuote tuote täytyy ostaa itse. Terveydenhoitaja kertoo myös, että erityisluokan oppilailla on ”lupa” käyttää nikotiinituotteita kouluaikana, sillä se helpottaa koulupäivän kulkua ja sen kieltäminen aiheuttaisi koulupäivään turhaa levottomuutta.

Molemmat olivat sitä mieltä, että kyseisessä koulussa nuuskan käyttöä on enemmän lukioikäisillä.

Otteita nuorten vastauksista (Liite 4.)

8 POHDINTA JA JOHTOPÄÄTÖKSET

8.1 Tulosten tarkastelu

Opinnäytetyössä saadut tulokset kuvasivat hyvin aikaisempaa tutkimusten osoittamaa tietoa nuorten tämän hetkisestä nuuskan käytöstä. Nuoret eivät pitäneet nuuskaamista mitenkään siistinä, mutta silti lähes jokainen nuori tiesi, mistä halutessaan nuuskaa sai hankittua. (vrt. Kouluterveyskysely 2015).

Nuoret olivat hyvin tietoisia nuuskasta ja sen aiheuttamista terveyshaitoista. Sitä ei pidetty hienona ja sen tiedettiin vaikuttavan negatiivisesti sekä terveyteen että urheilusuoritukseen. Kuitenkin nuuskaa esiintyy paljon joukkueurheilupiireissä ja tämän nuoretkin toivat ilmi vastauksissaan (vrt. Kokko, 2008 ja Suomen Olympiakomitea 2020). Osaltaan nuorten tietoisuuteen nuuskan haittavaikutuksista saattoi vaikuttaa se, että kyseisessä koulussa oli aiemmin samana lukuvuonna järjestetty NIKO-projektiin liittyvä tapahtuma.

Positiivinen yllätys opinnäytetyön tuloksissa oli se, kuinka hyvin nuoret tiesivät ja muistivat nuuskan haittavaikutuksia. Tuloksissa kuitenkin kävi ilmi myös, että koulun henkilökunta ei ole niin hyvin tietoisia nuuskan todellisista käyttömääristä peruskoulun puolella, kuin ehkä luulivat olevansa.

Työtä voisi jatkossa hyödyntää NIKO-projektin lisäksi myös koulut, kouluterveydenhoitajat, urheiluseurat, nuorisotyöntekijät sekä muut nuorten kanssa toimijat. Työ voisi toimia tiedon lisääjänä ja asenteiden muokkaajana ei-terveydenhuollon ammattilaisten keskuudessa sekä keskustelun/valistuksen pohjana nuorten kanssa.

8.2 Prosessin arviointi

Opinnäytetyön aihe lähti kehittymään halusta toteuttaa projektiluontoinen opinnäytetyö. Lounais-Suomen syöpäyhdistys oli antanut Turun Ammattikorkeakoululle valmiita projekteja, joista oli mahdollisuus valita mieluisen aihe. Aihe koettiin tärkeäksi haastattelijoiden mielestä, koska tiedostaminen lisääntyvästä nuuskan käytöstä on nykypäivänä kansanterveydellinen haaste ja aihe on hyödyllinen terveydenedistämisen näkökulmasta. Opinnäytetyölle haluttiin nimeksi sellainen, joka herättäisi nuorten mielenkiinnon työtä kohtaan ja puhuttelisi heitä.

Opinnäytetyö aloitettiin teoreettisen tietoperustan hakemisella ja lähteiden etsimisellä. Niiden pohjalta alettiin myös valmistella kyselylomaketta, jota käytettiin haastattelutilanteissa. Kysymykset valikoituivat sen mukaan, että ne vastasivat opinnäytetyön toimeksiantajan tarpeita.

Teoriaosuuden kirjoittaminen sekä auttoi ja jäsensi koko opinnäytetyöprosessia, että Gallupin suunnittelua ja toteutusta. Hyvä teoriapohja ja avoimuus auttoi luomaan lyhyessä ajassa luottamuksellisen ja ammatillisen vuorovaikutussuhteen nuoriin. Lähdeluettelosta saatiin monipuolinen, relevantti ja sisällöltään tuoretta teorian tietoa.

Haastattelutilanteissa haastavimmaksi koettiin yksittäisten kysymysten osoittaminen oikealle ikä- ja kohderyhmälle. Kyselylomake olisi kannattanut muotoilla sen mukaan, että olisi ollut niin sanonut valmiit ”kysymysparit”, joka olisi tehnyt selkeyttänyt haastattelutilannetta. Kyselytulosten laajuus joukkueurheilijoiden osalta ei yltänyt oletettuihin määriin.

Mielenkiintoisen ja ajankohtaisen aiheen lisäksi opinnäytetyö lisäsi ammatillista tietämystä nuorten fysiologisesta kehityksestä, sekä nikotiinituotteiden vaikutuksesta ihmiskehoon. Tutkimusta tehtäessä sen ei koettu tulevan ainoastaan vain tilaajan käyttöön. Tutkimukselle oli tarvetta koko yhteiskunnan mittakaavassa nuuskankäytön yleistyessä yhä nuorempien lasten ja aikuisten keskuudessa. Toiveena oli, että opinnäytetyötä voisi hyödyntää ja jakaa alueen urheiluseuroille, kouluterveydenhoitajille, sekä muille kolmannen sektorin toimijoille, jotka tekevät työtä nuorten parissa. Avoin keskustelu tuloksista muokkasi haastattelijoiden näkemyksiä asiassa ja antoi haastatteliijoille lisää valmiuksia toimia työssään sairaanhoitajina. Kokonaistilanne huomioon ottaen koettiin, että opinnäytetyössä onnistuttiin kokonaisvaltaisesti.

Yhteistyö muiden tahojen kanssa sujui mutkattomasti ja sekä nuoret että aikuiset suhtautuivat tutkimukseen avoimin mielin. Työ oli kokonaisuudessaan erittäin mielekäs toteuttaa. Se opetti eettistä pohdintaa, kehitti tiimityöskentelytaitoja, teorian tiedon hallintaa, kykyä toteuttaa käytännön tutkimusta, sekä ajantasaisen ja näyttöön perustuvan tiedon tärkeyttä. Työ lisäsi asiantuntemusta aihetta kohtaan ja muokkasi ajattelukykyä kriittisemmäksi.

8.3 Johtopäätökset

Nuoret kertoivat avoimesti ajatuksiaan. Heidän vastauksensa vahvistivat aikaisempaa tutkimuksiin perustuvaa tietoa (vrt. Himanka 2020) siitä, että nuuskaa todella liikkuu nuorten- ja erityisesti jääkiekkoilijoiden keskuudessa muita nuoria useammin. Nuuskaa

on helposti saatavilla sen laittomuudesta huolimatta. Aikuisilta toivottiin ankarampaa puuttumista nuuskan käyttöön.

Kävi myös ilmi, että nuorilla on hyvät tiedot nuuskasta ja sekä nuoret että aikuiset tiedostavat ongelman, mutta aikuisten ja nuorten ajatukset nuuskan käytön yleisyydestä saattavat toisinaan erota oleellisesti toisistaan. Tämä saattaa tuoda koulun henkilökunnalle ja vanhemmille väärää turvallisuuden tunnetta, johon pitäisi puuttua.

LÄHTEET

Ahonen, S.; Saari, S.; Syrjälä, L. Syrjäläinen, E. 1994, Laadullisen tutkimuksen työtapoja, Rauma, Kirjayhtymä, 1.-2.painos

Danielson, P.; Sandström, P.; Heloma, A.; Ollilla, H.; Vakkuri, J. 2012 Kohti savutonta Suomea, Tampere, https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/90868/URN_ISBN_978-952-245-640-3.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Gerrish, K.; Lacey, A., 2013, The Research Process in Nursing, Wiley-Blackwell <https://www.dawsonera.com/abstract/9781118682104>

Haukkala, A.; Vartiainen, E.; de Vries, H., 2005, Progression of oral snuff use among Finnish 13-16-year-old students and its relation to smoking behaviour, Viitattu 6.11.2019 <http://web.a.ebsco-host.com.ezproxy.turkuamk.fi/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=23&sid=7b1e10c4-1209-4c6d-8c82-8e3603d1c6b8%40sdc-v-sessmgr01>

Heikkinen, A.; Meurman, J.; Sorsa, T. 2015 Tupakka, nuuska ja suun terveys, Katsaus, , Viitattu 6.11.2019 <https://www-terveysportti-fi.ezproxy.turkuamk.fi/xmedia/duo/duo12513.pdf>

Heloma, A.; Kiiänmaa, K.; Korhonen, T; Winell, K. 2017, Tupakka ja nikotiiniriippuvuus, Tallinna, Duodecim, 1.painos

Himanka, S., 2020 EHYT Ry, Suomen olympiakomitea www-sivut, Seuratoiminta, vastuullisuus,. Viitattu 24.4.2020. <https://www.olympiakomitea.fi/2020/01/28/mopo-on-karannut-kasista-seuroilla-tarkea-rooli-nuuskankayton-kitkemisessa/>

Hirsjärvi, S.; Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. 15. uud. p. Helsinki: Tammi.

Holloway, I.; Wheeler, S. 2010 Qualitative Research in Nursing and Healthcare, John Wiley & Sons, Incorporated <https://ebookcentral.proquest.com/lib/turkuamk-ebooks/reader.action?docID=707888>

Ivanoff, P.; Kitinoja, H.; Rahko, R.; Risku, A.; Vuori, A. 2001, Hoidatko minua, Helsinki, WSOY, 1.painos

Keskinen, H. Heikkinen, A-M., 2015 Terveyskirjasto, Tupakka ja Nuuska, Terve suu, viitattu 6.10.2019 https://www.terveyskirjasto.fi/kotisivut/tk.koti?p_artikkeli=trv00075

King, N.; Horrocks, C.; Brooks, J. 2019, Interviews in qualitative research, Sage, 2.painos https://books.google.fi/books?hl=fi&lr=&id=ZdB2DwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=qualitative+interviews&ots=hvYx3itC4W&sig=klwsywrgGsODxy2uqW2KwC-Bryk&redir_esc=y#v=onepage&q=qualitative%20interviews&f=false

Kinnunen, J. M.; Pere, L.; Raisamo, S.; Katainen, A.; Myöhänen, A.; Lahti, A.; Ahtinen, S.; Ollila, H.; Lindfors, P.; Rimpelä, A. 2019. Nuorten terveystapatutkimus 2019, Nuorten tupakkatuotteiden käyttö ja päihteiden käyttö sekä rahapelaaminen. Viitattu 22.4.2020 ja 24.4.2020. http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/161741/STM_2019_56_Nuorten_terveystapatutkimus_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Kinnunen, J. M.; Pere, L.; Lindfors, P.; Ollila, H.; Rimpelä, A. 2015, Nuorten terveystapatutkimus 2015, NUORTEN TUPAKKATUOTTEIDEN JA PÄIHITEIDEN KÄYTTÖ 1977–2015, Sosiaali ja terveysministeriö, Helsinki. https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/74544/URN_ISBN_978-952-00-3592-1.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Kokko, S. 2008, Operaatio urheilullinen elämäntapa – Suomen jääkiekkoliiton terveyden edistämishjelma, Suomen jääkiekkoliitto, Viitattu 25.4.2020. <https://www.ky-80juniorit.fi/materiaalipankki/?download=10917>

Korhonen, I.; Kuula-Luumi, A.; Spoofo, S-K., 2019, Tutkimuseettinen neuvottelukunta, Viitattu 3.10.2019 https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/lhmistieteiden_eettisen_ennakkoarviointin_ohje_2019.pdf

Laki Ahvenanmaan maakuntaa koskevista poikkeuksista arvonlisävero- ja valmisteverolainsäädäntöön 1266/1996

Lounais-Suomen syöpäyhdistys, 2019, Viitattu 3.10.2019 <https://www.lounais-suomensyopayhdistys.fi/>

Lounais-Suomen syöpäyhdistys, NIKO-projekti, Hymyä Huuleen, 2018, Viitattu 3.10.2019 ja 6.10.2019 <https://www.hymyahuuleen.fi/fakta-1>

Makkonen, K., 2016, Lääkäriin käsikirja, Helsinki, Duodecim

Marttunen, M.; Huurre, T.; Strandholm, T.; Viialainen, R.; 2013, Nuorten mielenterveyshäiriöt, Helsinki, THL

Menetelmätietovaranto, KvantiMotv, Viitattu 10.4.2020 <https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus/kyselylomake/laatiminen.html>

Muurinen, E.; Surakka, T.; 2001, Lasten ja nuorten hoitotyö, Helsinki, Tammi

NIPH, 2019 Norwegian Institute of Public Health,. Viitattu 26.4.2020.
<https://www.fhi.no/en/publ/2019/health-risks-from-snus-use2/>

Nordenstam, F., 2019, PERINATAL SNUS EXPOSURE AND CARDIOVASCULAR FUNCTION IN THE CHILD, Karolinska Institutet,. Viitattu 20.4.2020. https://openarchive.ki.se/xmlui/bitstream/handle/10616/46674/Thesis_Felicia_Nordenstam.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Ollila, H. Päihdelinkki, Nuuska-suussa käytettävä tupakka. Viitattu 3.10.2019 <https://paihdelinkki.fi/fi/tietopankki/tietoiskut/tupakka-ja-muut-nikotiinituotteet/nuuska-suussa-kayttava-tupakka>

Piispa, M. 2017, Sammuuko savuke, nouseeko nuuska?, Nuorisotutkimusverkosto, Helsinki, Uni-grafia

Piispa, M. Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry 2018. Nuuska ja Nuoret, laadullinen selvitys nuorten nuuskan käytöstä ja hankintatavoista, Viitattu 3.10.2019 http://www.ehyt.fi/sites/default/files/tiedostot/nuuska_ja_nuoret_0.pdf

Pitkänen, S. 2006. Huvin ja urheiluhengen vuoksi? Suomen jääkiekkoliiton valtakunnallinen juniorikiekkoilijoiden päihdekysely. Sosiaalikehitys Oy, Viitattu 24.4.2020.
<https://docplayer.fi/4782359-Huvin-ja-urheiluhengen-vuoksi.html>

Siimes, M.; Aalberg, V., 2019, Yleissairaalapsykiatria, Helsinki, Duodecim

Storvik-Sydänmaa, S. ym. 2015, Lapsen ja nuoren hoitotyö, SanomaPro, Helsinki, 1.-3.painos

Suomen ASH ry (Action on Smoking and Health), Nuuska, 2019, viitattu 6.10.2019 <https://suomenash.fi/faktaa-tupakasta/nuuska/>

Suomen syöpäjärjestöt, 2020, Viitattu 29.1.2020 <https://www.syopajarjestot.fi/jarjesto/suomen-syopayhdistys/>

Syöpäjärjestöt, 2017, Nuuskaaminen heikentää urheilusuoritusta, viitattu 4.10.2019
<https://www.syopajarjestot.fi/ajankohtaista/tiedotteet/nuuskaaminen-heikentaa-urheilusuoritusta/>

Terveystieteiden tutkimuskeskus, 2020, Alkoholi, tupakka ja riippuvuudet, Viitattu 24.4.2020.
<https://thl.fi/fi/web/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/tupakka/tupakkatuotteet-ja-sahkosavuke/nuuska>

Terveyden- ja hyvinvoinninlaitos, 2020, Viitattu 28.3.2020 <https://thl.fi/fi/web/infektiotaudit-ja-rokotukset/taudit-ja-torjunta/taudit-ja-taudinaiheuttajat-a-o/koronavirus-covid-19>

Tie savuttomaan suomeen, Tupakkapoliittinen toimenpideohjelma, Sosiaali- ja terveysministeriö, 2014. Viitattu 26.4.2020. http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/70287/STM_2014_10_savuton_web.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Tupakkalaki. 2016. 29.6.2016/549 muutoksineen

Valtioneuvosto, 2020, Viitattu 28.3.2020, <https://valtioneuvosto.fi/tietoa-koronaviruksesta>

Wickholm, S.; Lahtinen, A.; Ainamo, A.; Rautalahti, M. 2012, Nuuskan terveyshaitat, lääketieteellinen aikakauslehti Duodecim, Terveysportti, Viitattu 24.10.2019 <https://www.duodecimlehti.fi/duo10270>

World health organization, 2020, Viitattu 28.3.2020 <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>

Liite 1. Aikataulukaaavio

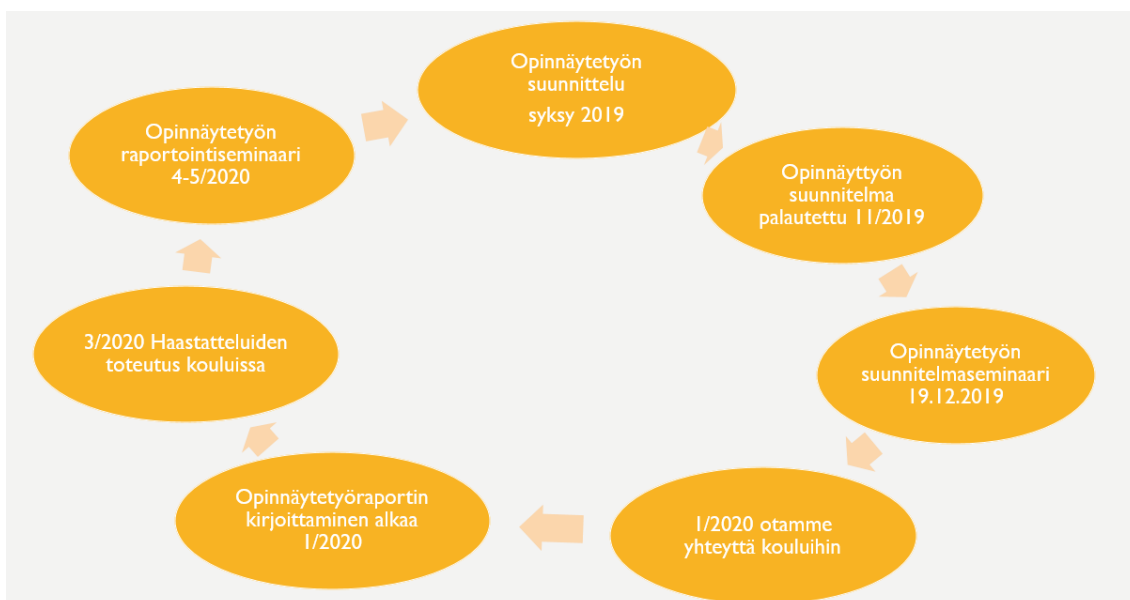
Vaihe 1: Opinnäytetyön suunnitelman aloitus syksy 2019 → toteutunut suunnitelman mukaan

Vaihe 2: Suunnitelma palautettu ensimmäisen kerran 11/19 ja esitetty opinnäytetyön suunnitelmaseminaarissa → muutokset tehty ja työn palautus 24.2.2020

Vaihe 3: Otamme yhteyttä kouluihin ja sovimme lopulliset haastattelupäivät vko 9

Vaihe 4: Opinnäytetyön raportointi seminaari 30.4.2020 ja tämän jälkeen kypsyysnäyte

Koko kevään ajan opinnäytetyön virallisen raportin kirjoittamista taustalla.



Hyvät 5.-9.luokkalaisten nuorten huoltajat!

Niko

Olemme 3 sairaanhoitajaopiskelijaa Turun AMK:sta ja teemme opinnäytetyömme osana Lounais-Suomen syöpäyhdistyksen NIKO-projektia.

Tulemme **ma 9.3.** kartoittamaan gallupin muodossa nuorten ajatuksia, käsityksiä ja asenteita nuuskan käytöstä. Tavoitteena on saada laadukas ja riittävä kooste nuorison nuuskan käytöstä, jotta tuloksia voidaan käyttää NIKO-projektista.

Aineisto tullaan käsittelemään luottamuksellisesti ja anonyymisti, salassapitovelvollisuus huomioiden. Oppilaat osallistuvat haastatteluun vapaaehtoisesti ja halutessaan sen voi keskeyttää koska vaan. Haastateltaville kerrotaan, että aineisto kerätään nimettömästi, mihin aineistoa käytetään ja että sitä ei luovuteta kenellekään ulkopuoliselle, eikä sen takia tule minkäänlaisia seuraamuksia.



Lisätietoa projektista: www.hymyahuuleen.fi

Lounais-Suomen syöpäyhdistyksen yhteyshenkilönä toimii tuntiopettaja ja projektipäällikkö Minna Salakari (minna.salakari@turkuamk.fi) ja Turun AMK:n ohjaavana opettaja TtM, lehtori Satu Haapalainen (satu.haapalainen@turkuamk.fi)

Ystävällisin terveisin Sofia Palin, Henna Paukku ja Iida Pitkänen
(sähköpostiosoite muotoa: etunimi.sukunimi@edu.turkuamk.fi)

Liite 3. Kyselylomake

- 1) Mitä mieltä olet nuuskasta?
- 2) Mitä ajatuksia nuuska herättää?
- 3) Tiedätkö, mitä haittaa nuuskan käytöstä on?
- 4) Ajatteletko nuuskasta olevan jotakin hyötyä?
- 5) Oletko kokeillut tai käytätkö nuuskaa?
- 6) Onko nuuskaa mielestäsi helposti saatavilla?
- 7) Onko nuuska mielestäsi in?
- 8) Pitäisikö nuuska laillistaa?
- 9) Pitäisikö nuuskan käyttöön puuttua jotenkin?
- 10) Miten nuuskan käyttöön tulisi puuttua?
- 11) Mitä mieltä olet nuuskan välittämisestä?
- 12) Mitä mieltä nuuskan käytöstä urheillessa?
- 13) Pussaisitko jotakuta, kenellä on säkki suussa?

© Palin, Paukku, Pitkänen

Liite 4.

Otteita nuorten vastauksista1) Mitä mieltä nuuskasta?

"En tiedä, en tuu kokeilee koskaan". – Poika 12v.

"Turhaa". – Poika 14v.

"Ei kannata käyttää". – Poika 13v, judo.

"Vähän ällöttävää ehkä". – Tyttö 11v, cheerleading.

"Kaikkien oma asia". – Poika 16v, salibandy.

"Hyi ihan saakelin ällöttävää! Koulussa ja jäähallilla roikkuu säkkejä seinissä ja pisuaarissa, sit niistä valuu litkuu ja ne haisee ihan hirveelle". – Poika 14v.

"Ällöttävää". – Tyttö 13v, ringette.

"Yök". – Tyttö 13v, lentopallo.

2) Mitä ajatuksia nuuska herättää?

"En mä tiedä. Hallilla sitä on ihan sikana, lähes kaikki edaritkin käyttää! Ja yläkoululaiset!". – Poika 12v, jääkiekko.

"Ei oo hyvä juttu". – Tyttö 13v, ringette.

"Aika ällöttävää ja epämiellyttävää". – Tyttö 14v.

"Se on tosi tyhmää, en käyttäisi itse". – Tyttö 11v, salibandy.

"Ällöttävää". – Tyttö 15v, partio.

"Se on ällöttävää, polttaa ikenet". – Poika 13v, jalkapallo.

"Ei kannata käyttää, voi tulla syöpää". – Poika 13v, judo.

"Ei ole terveellistä, tungetaan pulpettiin". – Tyttö 13v, lentopallo.

"Ällöttävää". – Tyttö 12v.

3) Tiedätkö, mitä haittaa nuuskan käytöstä on?

"Tulee syöpää ja ikenet menee". – Poika 12v.

"Ikenet menee piloille ja hampaat putoaa". – Kaksi poikaa, 12v.

"Joo, valistusta on riittävästi". – Poika 16v, salibandy.

"Joo, menee hampaat, suu ja ikenet. Tulee syöpää". – Poika 14v.

"Ikenet menee huonoksi ja vaikuttaa terveyteen". – Tyttö 13v, ringette.

"Syöpä. Oon nähnyt kuvia, suu menee rikki". – Tyttö 15v, partio.

"Se tekee limakalvoille jotain". – Poika 14v.

"Suu menee pilalle". – Tyttö 12v.

4) Ajatteletko nuuskasta olevan jotain hyötyä?

"Ei ole". – Poika 13v, jalkapallo.

"Ei oo mitään hyötyä". – Poika 15v jääkiekko.

"En, paitsi masentuneet saa mielihyvää". – Poika 13v.

"Ei". – Poika 13v, judo.

"Ei oo hyötyä". – Tyttö 14v, palokunta.

"Ei ole". – Tyttö 15v.

"On hyötyä, mutta en osaa sanoa mitä". – Poika 14v.

5) Oletko kokeillut, tai käytätkö nuuskaa?

"Oon kokeillut tupakkaa ja nuuskaa, muttei kumpikaan ollut mun juttu. Nuuska on koulussa suosittua, mutta tupakkaa ei monikaan käytä." – Poika 15v, uinti.

"En". – Poika 14v.

"Oon kokeillut, ei ollut mun juttu." – Tyttö 15v.

"Oon kokeillut, ei ole mun juttu". – Poika 14v, Sali.

6) Onko nuuskaa mielestäsi helposti saatavilla?

"On". – Tyttö 15v.

"Joo" – Poika 14v, ralli.

"En tiedä". – Poika 14v, Sali.

"En tiedä". – Tyttö 12v, jalkapallo.

"On, saa jos haluaa". – Poika 15v.

"Kyllä". – Tyttö 15v, taekwondo.

"Ruotsista". – Tyttö 14v, yleisurheilu.

"Joo". – Poika 15v, jääkiekko.

"En tiedä". – Tyttö 14v.

"Koulussa liikkuu paljon". – Poika 11v.

"Joo, tiedän keneltä saa. Kiekko maksaa 5€". – Poika 11v, jääkiekko.

"On, koska kaikilla sitä on" – Poika 13v.

"On sitä aika helppo saada, jos uskaltaa kysyä joltain, kellä sitä on". – Tyttö 15v.

7) Onko nuuska mielestäsi in?

"Ei". – Poika 13v.

"Joo". – Tyttö 12v, jalkapallo.

"Joo". – Poika 14v, kuntosali.

"Joidenkin keskuudessa". – Tyttö 14v.

"Ehkä vähän". – Tyttö 12v, suunnistus.

"Joidenkin mielestä on". – Kaksi tyttöä, 14v.

"On. Mut ei se oo mitenkään hienoa". – Tyttö 14v.

"Ei ole". – Poika 13v.

"Ei" – Tyttö 15v.

8) Pitäisikö nuuska laillistaa?

"Joo". – Poika 13v.

"Ei". – Tyttö 12v, jalkapallo.

"En tiedä, samalla tavalla käytetään kuitenkin". – Tyttö 14v.

"Ei". – Tyttö 13v, tanssi.

"Joo, että voi ostaa Suomesta". – Poika 14v, kuntosali.

"Joo". – Tyttö 11v.

"Ei, enemmän haittaa kuin tupakasta". – Poika 14v.

"Ei". – Poika 13v.

9) Pitäisikö nuuskan käyttöön puuttua jotenkin?

- "En tiedä, enkä tiedä miten". – Tyttö 15v, VPK.*
"Joo ja ei, se on jokaisen oma asia". – Tyttö 14v, salibandy.
"Joo, mut en tiedä miten". – Poika 14v, ralli.
"Ei". – Poika 16v.
"Joo, ei myytäisi". – Tyttö 11v, yleisurheilu.
"En tiedä. Jokaisen oma asia". – Tyttö 14v, salibandy.
"Pitäisi puutta jotenki enemmän, valtion ja vanhempien". – Tyttö 14v.
"Joo. Ei sais käyttää koulussa, se on kielletty, mut porukka käyttää silti". – Poika 12v, salibandy ja jalkapallo.

10) Miten nuuskan käyttöön tulisi puuttua?

- "Ei liikuta mua, niin ei kiinnosta". – Poika 13v.*
"Ei ostettaisi alaikäisille". – Tyttö 11v, cheerleading.
"Vahtimalla enemmän ja tiukemmat rajat". – Poika 12v.
"Opet kiinnittäis huomioon ja saisi rangaistuksen". – Tyttö 13v, tanssi.
"Joo, vanhempien ja jonkun aikuisen koulussa". – Kaksi 15v tyttöä.
"Mun mielestä siitä pitäis puhua enemmän". – Tyttö 14v.

11) Mitä mieltä olet nuuskan välittämisestä?

- "Ei ole hyvä ja eiks se oo laitonta?" – Poika 13v.*
"Järjetöntä!" – Tyttö 13v, nyrkkeily.
"Saa hyvin, tulee ovista ja ikkunoista". – Poika 16v.
"Laitonta". – Poika 15v, jalkapallo.
"En oikein tiedä. Kai se on väärin, mut jokaisen oma asia". – Tyttö 14v.
"Huono, se on rikos ja laitonta". – Poika 12v, salibandy ja jalkapallo.

12) Mitä mieltä nuuskan käytöstä urheillessa?

- "Ei auta, on, on haittaa". – Poika 13v, Jujutsu.*
"Ei urheilija voi käyttää, se vaikuttaa urheilusuoritukseen. Se heikentää hapenottokykyä, koska se supistaa verisuonia." – Poika 15v, uinti
"Vaikuttaa lihaksiin ja ei paranna suorituskykyä". – Tyttö 13v, nyrkkeily.
"Ei voi käyttää". – Tyttö 14v.
"Ei voi mitään järkeä". – Poika 15v, jalkapallo.
"Jokaisen oma asia, siitä on haittaa". – Poika 14v, jääkiekko ja salibandy.
"Ei oikein hyvä juttu". – Tyttö 14v, salibandy.
"Kaikkien oma asia, haittaa..." – Poika 15v, jääkiekko.
"Ei mielipidettä, ne käyttää, ketä haluaa". – Tyttö 13v, ratsastus.
"Ei ainakaan suositella, hengenvaarallista!" – Poika 11v, jalkapallo.
"Ei ainakaan paranna..." – Poika 12v, koripallo.
"Mun mielestä se on väärin, ne ei ymmärrä mitä se tekee". – Tyttö 14v.
"Haittaa, ei saa parempia suorituksia. Se on myytti". – Poika 16v.

13) Pussaisitko jotakuta, jolla on säkki suussa?

"EN! En edes seurustelisi sellaisen kanssa. Mut jos tykkäisin jostain, joka käyttää, pyytäisin sitä lopettamaan." – Poika 15v, uinti.

"En todellakaan!" – Tyttö 13v, nyrkkeily.

"En". – Poika 13v, Jujutsu.

"En". – Tyttö 14v, salibandy.

"En, tyttö joka käyttää, on ällöttävä. Ottaisin pois". – Poika 15v, jääkiekko.

"En pussaisi". – Tyttö 14v.

"En, hyi", - Tytöt 11v, telinevoimistelu.

"En ikinä". – Tyttö 14v.

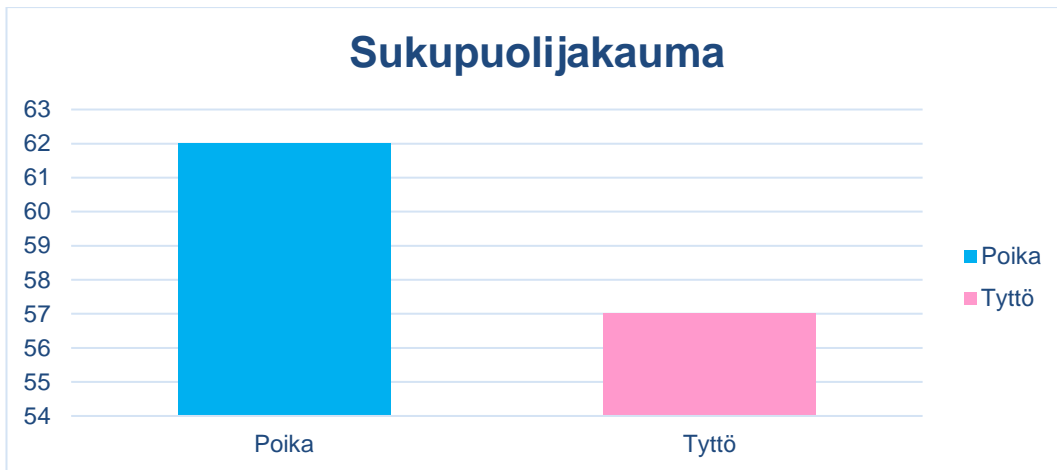
"En ikinä koskiskaan sellaiseen tyttöön, joka käyttää. Ei pysty!" – Poika 15v.

"Riippuu ulkonäöstä, vähän haittaa". – Poika 15v, kuntosali.

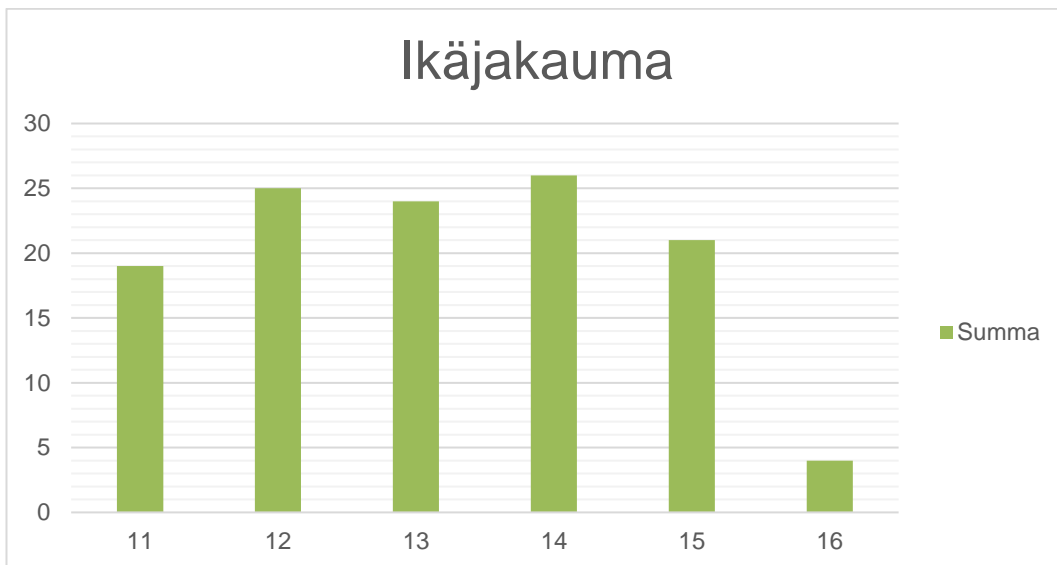
"En mä silloin suostuis pussaamaan, jos sil olis se nuuska sillä hetkellä suussa, mut jos se käyttäis, niin ei se mua haittais". – Tyttö 15v

TAULUKOT

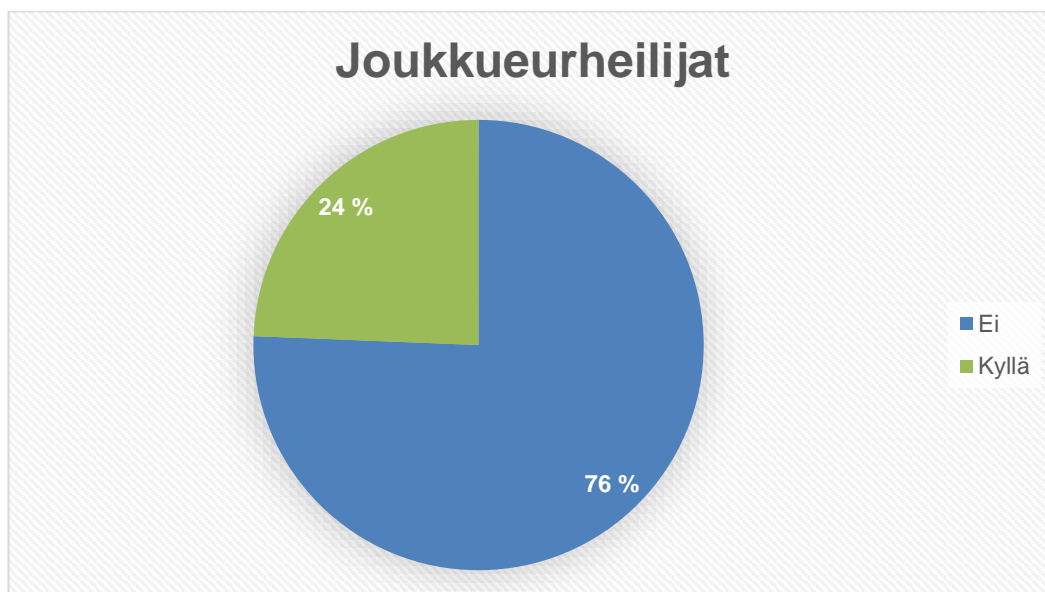
Taulukko 1. Vastaajien sukupuolijakauma



Taulukko 2. Vastaajien ikäjakauma



KUVIOT



Kuvio 1. Joukkueurheilujoiden prosentuaalinen osuus