



SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU
SEINÄJOKI UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Tämä on alkuperäisen artikkelin rinnakkaistallenne (kustantajan pdf).

Viite:

Hoffrén-Mikkola, M., Kimpimäki, T. & Kuhalampi, K. 2020. 7-luokkalaiset luottavat omaan kykyihinsä kieltäytyä nikotiinituotteista - kysely Seinäjoen kouluterveydenhuollossa. *Terveystieteiden tutkimus* 53 (2), 36 - 37.



MERJA HOFFRÉN-MIKKOLA
LitT, yliopettaja
Seinäjoen ammattikorkeakoulu,
Sosiaali- ja terveysala

TERHI KIMPIMÄKI
TtM, terveydenhoitaja,
projektikoordinaattori
Seinäjoen kaupunki,
Sosiaali- ja terveystoimiala

KATRIINA KUHALAMPI
THM, lehtori
Seinäjoen ammattikorkeakoulu,
Sosiaali- ja terveysala



7.-luokkalaiset luottavat omiin kykyihinsä kieltäytyä nikotiinituotteista – kysely Seinäjoen kouluterveydenhuollossa

Seinäjoen ammattikorkeakoulun (SeAMK) Sosiaali- ja terveysalan yksikkö ja Seinäjoen terveyskeskus ovat olleet syksystä 2017 lähtien mukana kansainvälisessä EU:n Itämeren alueen -ohjelman (Interreg Baltic Sea Region) rahoittamassa BaltCityPrevention-hankkeessa (BCP-hanke), joka jatkuu syksyyn 2020 saakka. Hankkeessa etsitään työkaluja elintapasairauksien ehkäisyyn.

Hankkeen tavoitteena on kehittää ja kokeilla uusia lähestymistapoja terveyden edistämiseen, hyödyntäen siinä terveysteknologian sovelluksia sekä edistää yhteistyötä terveydenhuollon ammattilaisten ja terveysteknologiayritysten välillä. Interventioiden kohderyhmänä ovat 11–17-vuotiaat nuoret. Hankkeessa on toimijoita kuudesta maasta: Saksa, Latvia, Liettua, Puola, Suomi ja Viro. Seinäjoen toimijoiden lisäksi Suomesta on mukana Turun kaupunki.

Tähän mennessä BCP-hankkeessa on työstyetty terveyden edistämiseen liittyvä interventiomalli, etsitty tutkimustiedon ja hankemaissa tehtyjen asiantuntijoiden haastattelujen kautta toimivia terveyden edistämisen työkaluja sekä pilotoitu eri aiheisiin liittyviä terveyden edistämisen interventioita. Interventioiden aihepiirejä ovat olleet liikunnan lisääminen, ylipainon ehkäisy sekä alkoholinkäytön ja tupakkatuotteiden käytön vähentäminen. Kaikissa interventioissa on joko hyödyn-

netty jo olemassa olevia tai kehitetty uusia terveysteknologisia sovelluksia.

Terveyden edistämiseen liittyvien digitaalisten ratkaisujen kehittyminen tulee edellyttämään yksilöiltä entistä aktiivisempaa toimintaa omasta terveydestä huolehtimisessa. Terveydenhuollon ammattilaisten rooli tulee muuttumaan kohti digitaalisen, asiakasta koskevan tiedon hyödyntämistä ja asiakkaiden ohjaamista sen tiedon avulla. Digitaalisten menetelmien vaikuttavuudesta on tehty jonkin verran tutkimuksia, mutta sitä kaivataan lisää, jotta digitaalisten palvelujen käyttöönottoa voitaisiin vauhdittaa tutkimustiedon avulla. Tehtyjen tutkimusten avulla on voitu osoittaa, että digitaaliset menetelmät ovat yleisesti hyväksytyjä ja ne motivoivat asiakkaita ottamaan vastuuta omasta hoidosta ja terveydestä. (Perälä-Heape 2019.)

TERVEYDENHOITAJILLA HUOLI NUUSKAN KÄYTÖN LISÄÄNTYMISESTÄ | Seinäjoen interventioiden aihepiiriksi valikoitui tupakkatuotteiden (tupakka, sähkösavuke ja

nuuska) käytön vähentäminen tai niiden käytön aloittamisen ehkäisy. Taustalla oli Seinäjoen kouluterveydenhoitajien huoli ammatillisten oppilaitosten opiskelijoiden runsaasta tupakkatuotteiden käytöstä sekä yläkouluilaisten nuuskan käytön lisääntymisestä.

Myös Kouluterveyskyselyn (2017) tulokset todentavat tupakkatuotteiden runsaan käytön ja polarisoitumisen nuorison keskuudessa. Päivittäin nuuskaavien poikien osuus oli yläkouluissa 11,4 prosenttia ja ammatillisissa oppilaitoksissa 16,1 prosenttia. Luvut ovat huomattavasti suuremmat kuin vielä muutama vuosi sitten. Vuonna 2017 yläkouluun oppilaista tupakoi päivittäin 6,7 prosenttia ja sähkösavuketta käytti 4,3 prosenttia oppilaista. Ammatillisissa oppilaitoksissa luvut olivat huomattavan suuret, sillä siellä päivittäin tupakoivia opiskelijoita oli jopa 27,1 prosenttia ja sähkösavuketta käytti 7,6 prosenttia opiskelijoista.

Koska tupakkatuotteiden kokeilu ja säännöllinen käyttö yleistyvät yläkoulun aikana ja siirryttäessä ammatillisiin

oppilaitoksiin, ennaltaehkäisy on kohdistettava yhä nuorempiin ikäryhmiin. Lapsilla ja nuorilla ei ole tietoa siitä, miten voimakas riippuvuutta aiheuttava aine nikotiini on tai miten nopeasti ja vähäisellä altistuksella riippuvuus voi kehittyä. Seinäjoen koulu- ja opiskeluterveydenhuollossa toteutettiin nikotiini- ja pilottointi kahdella koululla: yläkoululla ja ammatillisessa oppilaitoksessa. Seuraavissa luvuissa keskitytään kuvaamaan Seinäjoen yläkoulupilottia ja sen tuloksia.

MINÄPYSTYVYYSKYSELYLLÄ NUORTEN KOKEMUKSET NÄKYVIKSI | Osana BCP-hankkeen yläkoulupilottia Seinäjoella selvitettiin keväällä 2019 yläkoulun 7.-luokkalaisten luottamusta omiin kykyihinsä kieltäytyä tupakkatuotteiden käytöstä (minäpystyvyys). Selvitys toteutettiin yhdessä Seinäjoen yläkoulussa, josta tutkimukseen osallistui viisi luokkaa, yhteensä 89 oppilasta, mikä oli 93,6 prosenttia kyseisten luokkien oppilaista.

7.-luokkalaisten suomalaisten nuorten minäpystyvyys vastustaa tupakointia ja nuuskaamista on korkealla tasolla.

Minäpystyvyyttä tarkasteltiin mittarilla, joka on kehitetty taiwanilaisessa tutkimuksessa (Chen et al. 2015) ja suomennettu Turun yliopiston väitöskirjassa (Parisod 2018). Mittari koostuu 15 kysymyksestä, joista muodostetaan kolme faktoria kysymysluokittain. Kyselyllä selvitetään nuorten luottamusta omiin kykyihin käyttää strategioita tupakoinnista kieltäytymiseen, vastustaa sosiaalista painetta tupakoida (= kieltäytyä tupakoinnista suoraan) sekä tuoda ilmi laitonta tupakointia. Nuoret vastasivat ehdotettuihin väittämiin nelipotaisella asteikolla sen mukaan, miten todennäköisesti he näkivät itsensä toimimassa ehdotetulla tavalla. Lisäksi kyselyssä selvitettiin BCP-hankeessa luoduilla kysymyksillä nuorten käsityksiä ja tietämystä nuuskasta sekä minäpystyvyyttä vastustaa nuuskaamista.

Oppilaista 75 prosenttia vastasi ehdottomasti pystyvänsä kieltäytymään tupakoinnista eli vastustamaan sosiaalista painetta, jos hyvä ystävä, perheenjäsen tai idoli tarjoaa tupakkaa. Vaikeinta kieltäytyminen oli, jos tupakan tarjoaja oli perheenjäsen. He kokivat pystyvänsä merkittävästi helpommin kieltäytymään tupakoinnista suoraan kuin käyttämään erilaisia annettuja strategioita (tekosyitä) tupakoinnista kieltäytymiseen. Vaikka nuoret kokivat voivansa vaikuttaa omaan tupakointiinsa, he eivät kokeneet voivansa vaikuttaa muiden tupakointiin tai estää laitonta tupakointia. Vain kolme prosenttia oppilaista vastasi ehdottomasti pystyvänsä pyytämään toista henkilöä olemaan tupakointialueella, jossa se on kiellettyä tai tekemään ilmoituksen tupakkaa alaikäisille myyvistä kaupasta. Näistä kahdesta vaikeampaa oli pyytää toista henkilöä olemaan tupakointialueella.

Myös nuuskasta oppilaat kokivat pystyvänsä helpommin kieltäytymään suoraan kuin käyttämään annettuja tekosyitä. Minäpystyvyys vastustaa nuuskaamista ei eronnut merkittävästi minäpystyvyydestä vastustaa tupakointia. Samoin kuin tupakoinnin kohdalla, minäpystyvyys vastustaa nuuskaamista oli yleisesti korkealla tasolla. Kuusi prosenttia oppilaista oli kuitenkin epävarmempia kyvyissään vastustaa nuuskaamista kuin vastustaa tupakkaa, jos hyvä ystävä tarjoaa tuotetta.

Lähes kaikki oppilaat (97 %) tiesivät nuuskan negatiivisesta vaikutuksesta suorituskykyyn sekä sen, että nuuska värjää hampaat (94 %). Kyselyn perusteella jäi epävarmaksi, onko lähes puolella nuorista (42 %) luulo, että nuuskalla ei ole samoja haittavaikutuksia kuin tupakalla. Siten kouluterveydenhuollossa nuorille tulee vielä korostaa riippuvuuden syntymistä nuuskaan sekä sen myynnin laittomuutta Suomessa, sillä niistä nuoret eivät kyseilymme mukaan tiedä tarpeeksi.

13–14-vuotiaiden eteläpohjalaisten nuorten minäpystyvyys vastustaa tupakointia on samalla tasolla kuin 10–13-vuotiailla lounaissaomalaisilla nuorilla (Parisod ym. 2018). Taiwanilaisiin samanikäisiin nuoriin verrattuna (Chen et al. 2015) nähdään selvästi erilaisen kulttuurin vaikutus tuloksiin. Taiwanilaisiin nuoriin verrattuna suomalaiset nuoret kokevat helpommin voivansa kieltäytyä tupakoinnista suoraan. Taiwanilaiset nuoret taas käyttävät suomalaisia enemmän tekosyitä kieltäytymiseen. Suomalaiset nuoret kokevat myös voivansa selvästi heikommin vaikuttaa muiden tupakointiin ja kertoa laittomasta tupakoinnista.



7.-luokkalaisten suomalaisten nuorten minäpystyvyys vastustaa tupakointia ja nuuskaamista on korkealla tasolla. Nuoret kokevat kuitenkin voivansa heikosti vaikuttaa muiden nikotiini- ja tupakointituotteiden käyttöön ja eivät mielellään tuo ilmi laitonta tupakointia. Tämä suomalainen ajattelutapa saattaa lisätä eriarvoisuutta, kun jokainen huolehtii vain itsestään. Kaikilla ei kuitenkaan voida olettaa olevan samanlaisia valmiuksia siihen. Kenties yhteiskunnallisessa keskustelussa tulisi korostaa enemmän yhteisöllisyyttä, jotta eriarvoisuus ei lisääntyisi.

Lähdeluettelon voi pyytää toimituksesta.

Kevään 2020 aikana BCP-hankkeessa kehitetään hankkeessa luotuun interventiomalliin sekä toimiviin työkaluihin liittyvä verkkokurssi ja ohjekirja, jotka tullaan viemään hankkeessa kehitettyyn portaaliin eli BetterPrevention-sivulle (<https://betterprevention.eu/>) kaikkien terveydenhuollon ammattihenkilöiden hyödynnettäväksi.