

## Helsingin yliopisto - Helsingfors universitet - University of Helsinki ID 2000-165

Tiedekunta-Fakultet-Faculty Valtiotieteellinen tiedekunta		Laitos-Institution-Department Sosiaalipsykologian laitos	
Tekijä-Författare-Author Nikkilä, Riku Tapani			
Työn nimi-Arbetets titel-Title Tupakoinnin lopettaminen vieroitusryhmissä: 12 kuukauden seurantatutkimus			
Oppiaine-Läroämne-Subject Sosiaalipsykologia			
Työn laji-Arbetets art-Level Pro gradu		Aika-Datum-Month and year 2000-03-07	Sivumäärä-Sidantal-Number of pages 70 sivua, 11 liitettä
<p>Tiivistelmä-Referat-Abstract</p> <p>Tutkimuksen aineisto koostuu terveystieteiden tai työterveyshuollon puitteissa järjestetyistä tupakasta vieroitusryhmästä, joissa käytettiin lopettamisen apukeinoina mm. kognitiivis-behavioraalista tekniikkaa, yksilöllistä ohjausta sekä nikotiinikorvaushoitoa. Tupakasta vieroitusryhmää voidaan pitää yhtenä käyttäytymisen muuttamiseen tähtäävän terveystieteiden keinona. Asenteiden ja käyttäytymisen muutosta on selitetty erilaisilla malleilla, joita ovat mm. sosiaalisen oppimisen teoria, perustellun toiminnan ja suunnitellun käyttäytymisen teorian, kommunikaatio-suostuttelu-malli sekä käyttäytymisen muutosvaihemalli.</p> <p>Tutkimuksessa tarkastellaan kurseille osallistuvien henkilöiden onnistumista tupakoinnin lopettamisessa. Lopettamistulosta ja siihen vaikuttavia tekijöitä arvioidaan sekä kurssien päätyttyä että 12 kuukauden seurannan jälkeen. Tulosta pyritään selittämään kurseille osallistujien taustaan, tupakointitottumuksiin ja lopettamisprosessiin liittyvillä tekijöillä sekä kurssien kollektiivisia ominaisuuksia kuvaavilla asioilla.</p> <p>Tutkimuksessa sovelletaan kontekstuaalianalyysiä, jolla tutkitaan yhteisötason muuttujien vaikutusta yksilömuuttujiin. Tilastollisena menetelmänä käytetään logistista regressioanalyysiä, jonka avulla on mahdollista kontrolloida useiden muuttujien vaikutuksia samanaikaisesti. Tupakoinnin lopettamisessa onnistuneiden osuus oli kurssin päätyttyä 70 % ja vuosiseurannassa 29 %, kun kriteerinä käytettiin alle 10 savukkeen polttamista lopettamisen jälkeen. Kurssin päätyttyä onnistumista selittivät miessukupuoli, naimisissa/avoliitossa olo, vähäinen nikotiiniriippuvuus, nikotiinilaastarin käyttö, lievät vieroitusoireet, sekä osallistuminen keskimääräistä suurimmille ja lyhytkestoisimmille kurseille. Onnistumista vuosiseurannassa selittivät miessukupuoli, asuinkumppanin tupakoimattomuus, alle 10 vuoden tai 11-20 vuoden tupakointihistoria, nikotiinipurukumin käyttämättömyys sekä osallistuminen keskimääräistä suuremmille kurseille työterveyshuollon puitteissa. Lopettaneiden osuudet olivat samansuuruisia kuin aikaisemmissa suomalaisissa ja kansainvälisissä ryhmävieroitusta koskevissa tutkimuksissa ja Quit &amp; Win - lopettamiskilpailuissa. Tulokset olivat myös parempia kuin itsenäisesti lopettamista yrittävillä normaaliväestössä. Kurssilaiset olivat keskimääräistä piintyneempiä tupakkoijia, mutta heidän lopettamismotivaationsa lienee ollut suurempi kuin keskivertotupakkoijilla. Vieroitusryhmät ovat suhteellisen tehokas lopettamismenetelmä, erityisesti työterveyshuollon puitteisiin sovellettuina.</p> <p>Tärkeimpiä lähteitä olivat artikkelit mm. seuraavissa aikakauslehdissä: Journal of Consulting and Clinical Psychology, Preventive Medicine, JAMA, Journal of Behavioral Medicine, Tobacco Control ja Suomen Lääkärilehti.</p> <p>Muita keskeisiä lähteitä olivat mm. Stead, L.F. &amp; Lancaster T. Group behaviour therapy programmes for smoking cessation (Cochrane Review). The Cochrane Library, Issue 3, 1998. Oxford: Update Software. Fiore, M.C. - Bailey, W.C. - Cohen, S.J. ym. Smoking Cessation. Clinical Practice Guideline No 18. Rockville, MD: USDHHS, Agency for Health Care Policy and Research. AHCPR Publication 96-0692. April 1996.</p>			
Avainsanat-Nyckelord-Keywords tupakointi - lopetus seuranta - vieroitus - tupakka terveyskasvatus - pienryhmät			
Säilytyspaikka-Förvaringsställe-Where deposited			
Muita tietoja-Övriga uppgifter-Additional information			