

HENNA HARAVUORI

LT, nuorisopsykiatrian
erikoislääkäri
THL, Mielenterveysyksikkö ja
HUS/HYKS Nuorisopsykiatrian linja
henna.haravuori@hus.fi

KIRSIMARJA RAITASALO

YTT, erikoistutkija
THL, Päihteet ja riippuvuudet
-yksikkö

LIITEAINEISTO
pdf-versiossa
www.laakarilehti.fi

Sisällysluettelot
SLL 34/2017

Nuorison päihteidenkäytön trendit 2000-luvulla

- Suomalaisnuorten tupakkakokeilut ja säännöllinen tupakointi ovat vähentyneet, mutta poikien nuuskan käyttö on lisääntynyt.
- Raittiiden nuorten osuus on kasvanut ja humalaan juovien osuus pienentynyt.
- Muiden huumeiden kuin kannabiksen käyttö on harvinaista. Kannabiskokeilut eivät ole lisääntyneet, vaikka nuorten asenteet ovat muuttuneet sallivammiksi ja nuorten aikuisten ryhmässä kannabista käyttävien osuudet ovat kasvaneet.
- Lääkkeiden sekakäyttö alkoholin kanssa päihtymistarkoituksessa on vähentynyt, mutta lääkkeiden väärinkäyttö ei.

Nuoruus on erilaisten terveystottumusten vakiintumisen aikaa. Päihdekokeiluihin ja päihteiden varhaiseen ja myöhempään riskikäyttöön vaikuttavat mm. nuoren kotiympäristö eli esimerkiksi vanhempien kontrolli, sosiaalinen ympäristö eli kaveripiiri sekä päihteiden saatavuus (1,2). Tutkimusten mukaan päihteiden käytön varhainen aloitusikä liittyy myöhempään runsaaseen päihteiden käyttöön, päihderiippuvuuteen, päihteiden aiheuttamiin haittoihin sekä erilaisiin mielenterveyshäiriöihin (3–6). Toisaalta nuoruuden runsas päihteiden käyttö voi myös vähentyä aikuisuudessa eli yksilöllisiä kehityskulkuja voidaan havaita (7).

Nuorten voimakkaasti kehittyvät ja kypsyvät aivot ovat erityisen alttiit päihteiden haitallisille vaikutuksille. Sekä alkoholin että kannabiksen käytön on havaittu vaikuttavan nuorten aivojen

Terveys 2000 -tutkimuksessa 18–29-vuotiaista 6 %:lla todettiin jokin päihdehäiriö edeltävän kuukauden aikana ja koko elinaikana päihdehäiriöitä oli esiintynyt 14 %:lla, miehillä useammin kuin naisilla (16). Päihdehäiriöisistä nuorista noin 60–80 %:lla on jokin muu samanaikainen psyykinen häiriö (17). Yleisimpiä samanaikaisia häiriöitä ovat käytös- ja uhmakkuushäiriöt, masennus ja ahdistuneisuushäiriöt sekä ADHD (17). Näistä muut paitsi ahdistuneisuushäiriöt ovat myös päihdehäiriöiden kehittymisen riskitekijöitä nuorilla (2,18).

Terveyspoliittisten toimien ja ehkäisevän päihdetyön tavoitteena on lykätä päihteiden käytön aloittamista ja vähentää uusien käyttäjien ilmaantumista (11). Lisäksi tavoitteena on puuttua päihdekokeiluihin ja säännöllistyvään käyttöön, tunnistaa voimavaroja ja suojaavia tekijöitä sekä hoitaa varsinaisia päihdehäiriöitä (11,19). Päihteiden saatavuuteen voidaan vaikuttaa esimerkiksi hintojen ja ikärajojen kautta sekä säätämällä markkinointia. Tehokkaimmin nuorison päihteiden käyttöä ja päihdeongelmia voidaan ehkäistä vanhempien vanhemmuustaitoja lisäävillä interventioilla sekä hoitamalla tehokkaasti lapsuuden mielenterveyshäiriöitä, kuten käytöshäiriötä ja ADHD:ta (2,11). Vuorovaikutus- ja kieltäytymistaitojen harjoittelua sisältävät interventiot esimerkiksi koulussa toimivat paremmin kuin pelkkä päihdevalistus (11).

Poliittisen päätöksenteon, ehkäisevän päihdetyön ja muiden päihdeinterventioiden tueksi on jo pitkään kerätty tietoa nuorison päihteiden käytöstä ja sen muutoksista. Tässä katsauksessa tarkastellaan suomalaisnuorten päihdekokeilujen ja käytön trendejä 2000- ja 2010-luvuilla

Päihteitä runsaasti käytävillä nuorilla on usein laaja-alaisia ongelmia.

rakenteeseen ja toimintaan sekä kognitiivisiin toimintoihin ja emootioiden säätelyyn (8,9,10). Päihteitä runsaasti käytävillä nuorilla onkin usein laaja-alaisia ongelmia (11). Päihteiden haitat näkyvät nuorilla harvemmin somaattisessa terveydessä, ja tavallisempia ovat ongelmat sosiaalisissa suhteissa sekä koulunkäynnissä tai opiskelussa. Päihtyneenä on myös suurempi riski joutua tappeluihin ja tapaturmiin (12,13). Tarkkaa tietoa päihdehäiriöiden eli haitallisen käytön ja riippuvuuden esiintyvyydestä nuorilla ei Suomessa ole, mutta länsimaisissa aineistoissa arviot liikkuvat 5 ja 10 %:n välillä (14,15).



KIRJALLISUUTTA

- 1 Huurre T, Lintonen T, Kaprio J, Pelkonen M, Marttunen M, Aro H. Adolescent risk factors for excessive alcohol use at age 32 years. A 16-year prospective follow-up study. *Soc Psychiat Epidemiol* 2010;45:125–34.
- 2 Marttunen M, von der Pahlen B. Päihdehäiriöiden kehittymistä voidaan ehkäistä. *Duodecim* 2013;129:2051–6.
- 3 Pitkänen T, Lyyra A-L, Pulkkinen L. Age of onset of drinking and the use of alcohol in adulthood: a follow-up study from age 8–42 for females and males. *Addiction* 2005;100:652–61.
- 4 Masten AS, Faden VB, Zucker RA, Spear LP. Underage drinking: A developmental framework. *Pediatrics* 2008;121 suppl 4:S235–51.
- 5 Winters KC, Lee C-Y. Likelihood of developing an alcohol and cannabis use disorder during youth: Association with recent use and age. *Drug Alcohol Depend* 2008;92:239–47.
- 6 Rose RJ, Winter T, Viken RJ, Kaprio J. Adolescent alcohol abuse and adverse adult outcomes: Evaluating confounds with drinking-discordant twins. *Alcohol Clin Exp Res* 2014;38:2314–21.
- 7 Berg N, Kiviruusu O, Karvonen Sym. 26-year follow-up study of heavy drinking trajectories from adolescence to mid-adulthood and adult disadvantage. *Alcohol* 2013;48:452–7.
- 8 Kekkonen V, Kivimäki P, Laukkanen E. Vaikuttaako alkoholi nuorten aivojen kehitykseen? *Suom Lääkäril* 2014;69:549–54.
- 9 Hyytiä P. Päihteiden vaikutus kasvavan lapsen ja nuoren aivoihin. *Duodecim* 2015;131:933–9.
- 10 Kaarre O, Kalliomäki E, Könönen M ym. Heavy alcohol use in adolescence is associated with altered cortical activity: a combined TMS-EEG study. *Addict Biol* 2016;1–13. doi:10.1111/adb.12486
- 11 Niemelä S. Nuorten päihdehäiriöiden hoito ja päihdepalveluiden kehittäminen. Nuorten hyvin- ja pahoinvointi. Konsensuskokous 2010. Suomalainen Lääkäriseura Duodecim, Suomen Akatemia 2010;110–118.
- 12 Hingson RW, Zha W. Age of drinking onset, alcohol use disorders, frequent heavy drinking, and unintentionally injuring oneself and other after drinking. *Pediatrics* 2009;123:1477–84.
- 13 Karjalainen K-M, Nurmi-Lütjhe I, Karjalainen K, Lütjhe P. Alkoholi usein osallisena päivystykseen tulevien nuorten tapaturmissa. *Suom Lääkäril* 2013;68:731–6.

sekä nuorten asenteita päihteitä kohtaan hyödyntäen pääosin kahta nuorisoiäisten väestökohorteissa toistettavaa tutkimusta, Kouluterveyskyselyä ja ESPAD-tutkimusta (the European School Survey Project on Alcohol and other Drugs).

Suomalaisia nuoria käsittelevät aineistot

Kouluterveyskysely (20) on toteutettu ensimmäisen kerran vuonna 1995. Kysely tehdään joka toinen vuosi opettajan ohjaamana nimettömänä luokkakyselynä peruskoulun 8. ja 9. luokan oppilaille sekä lukion ja ammatillisten oppilaitosten 1. ja 2. vuoden opiskelijoille. Vertailukelpoisia tietoja on käytettävissä peruskoulun yläluokkalaisista vuodesta 1996 ja lukiolaisista vuodesta 1999. Ammatilliset oppilaitokset ovat olleet mukana tutkimuksessa vuodesta 2008 alkaen. Vuonna 2015 THL:n toteuttamaan kyselyyn vastasi 120 400 koululaista ja opiskelijaa, peruskoululaisista 64 % ja lukiolaisista 43 %. Tietoja voidaan pitää kansallisesti yleistettävänä.

Eurooppalainen koululaistutkimus nuorten päihteiden käytöstä (ESPAD) on toteutettu vuodesta 1995 alkaen neljän vuoden välein 23–36 maassa (21). Aineisto on kerätty nimettömänä luokkakyselynä osittettuna ryväotantana peruskoulun yhdeksäsluokkalaisilla eli tutkittavat ovat 15–16-vuotiaita. Rehtori tai yhteyshenkilö on päättänyt luokan, jonka aikatauluihin osallistuminen on sopinut parhaiten. Tutkimuksen otoskoko on suurentunut vuosien mittaan, ja vuonna 2015 Suomessa vastanneita oli reilu 4 000. Vastausprosentit ovat tyypillisesti luokkakyselyissä hyviä (noin 90 %), ja tuloksia voidaan pitää tähän ikäryhmään yleistettävänä.

Lisäksi käytettävissä ovat muun muassa Nuorten terveystapatutkimus (22), tamperelaisilla yhdeksäsluokkalaisilla toistettu kyselytutkimus (23) ja Korkeakouluopiskelijoiden terveystutkimus (24).

Nuorten kyselytutkimuksissa on erilaisia mahdollisia virhelähteitä. Esimerkiksi oppilaitoksissa tehdyt kyselyt jättävät opinnot keskeyttäneet ja mahdollisesti paljonkin päihteitä käyttävät nuoret ulkopuolelle. Lisäksi nuoret voivat liioitella päihteiden käyttöä toisin kuin aikuiset, jolloin esiintyvyyssluvut saattavat olla yliarvioita (25). Nuorilla ei aina ole tarkkaa käsitystä, mitä huumausainetta he ovat käyttäneet. Nyt käytetyistä aineistoista on pyritty poistamaan ns. pi-

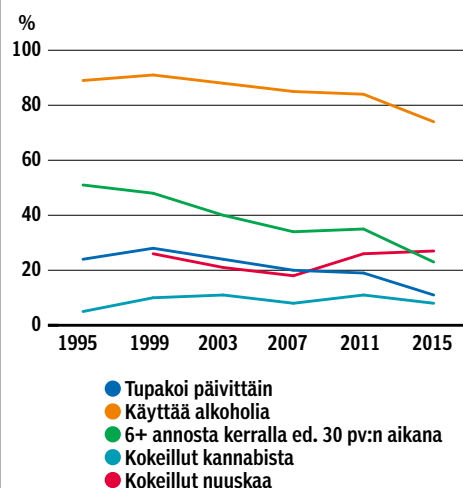
lavastauksia, ja esimerkiksi ESPAD-aineistossa on korjattu eri huumausaineita koskevia vastauksia mahdollisuuksien mukaan.

Tupakointi ja nuuska

Nuorten tupakointikokeilut ja päivittäinen tupakointi ovat vähentyneet. Pojilla väheneminen alkoi jo 1990-luvun lopulla, tytöillä 2000-luvun alkupuolella. Lasku on ollut huomattavaa etenkin viime vuosina. Esimerkiksi yhdeksäsluokkalaisista pojista 12 % ja tytöistä 10 % oli vuonna 2015 tupakoinut päivittäin viimeisen kuukauden aikana, kun vastaavat osuudet vuonna 1999 olivat 30 % ja 25 % (21). Vuonna 2015 vastanneista yhdeksäsluokkalaisista vajaa puolet oli tupakoinut joskus. Tulokset ovat samansuuntaiset kaikissa nuoria koskevissa seurantatutkimuksissa (Liitetaulukko 1 artikkelin pdf-versiossa, www.laakarilehti.fi > Sisällysluettelot 34/2017) (kuvio 1). Yli kaksi kolmasosaa nuorista pitää säännöllistä tupakointia haitallisena terveydelle, mutta satunnaisesti polttamiseen nuoret eivät yhdistä yhtä paljon riskejä (21). Ammatillisessa peruskoulutuksessa opiskelevat tupakoivat huomattavasti useammin kuin samanikäiset lukiassa

KUVIO 1.

Suomalaisten 15–16-vuotiaiden nuorten päihteidenkäyttö 1995–2015 ESPAD-tutkimuksissa (21).



- 14 Costello EJ, Armstrong TD, Erkanli A. Report on the developmental epidemiology of comorbid psychiatric and substance use disorders. Presented to the National Institute on Drug Abuse, April 2000. https://archives.drugabuse.gov/meetings/childhood/Commissioned/Costello_Armstrong_Erkanli/Costello_Armstrong_Erkanli.pdf
- 15 Merikangas KR, McClair VL. Epidemiology of substance use disorders. *Hum Genet* 2012; 131:779–89.
- 16 Suvisaari J, Aalto-Setälä T, Tuulio-Henriksson A ym. Mental disorders in young adulthood. *Psychol Med* 2009;39:287–99.
- 17 Armstrong TD, Costello EJ. Community studies on adolescent substance use, abuse, or dependence and psychiatric comorbidity. *J Consult Clin Psychol* 2002;70:1224–39.

opiskelevat, mutta tupakointi on vähentynyt kummassakin ryhmässä (20).

Päivittäinen nuuskaaminen ja nuuskan keileminen ovat huolestuttavasti lisääntyneet viime vuosina erityisesti poikien keskuudessa (20,21). Yhdeksäsluokkalaisista pojista 42 % ja tytöistä 13 % on joskus kokeillut nuuskaa, ja päivittäin nuuskaa käyttää pojista 5 % ja tytöistä 1 % (21). Kouluterveyskyselyssä tulokset ovat samansuuntaiset (Liitetaulukko 1). Nuorten terveystapatutkimuksessa havaittiin nuuskaamisen vähentyneen 2000-luvun alkuvuosien jälkeen, mutta sittemmin se jälleen lisääntyi (26).

Sähkötupakka ja vesipiippu ovat uusia ilmiöitä, ja niistä on kysytty vasta aivan viime vuosina. Niissä voidaan käyttää myös muita kuin nikotiini-

noin 60 % (21). Viikoittain juovien osuudet ovat myös olleet laskussa kaikissa kolmessa tutkimuksessa (taulukko 1).

Suuriin kerta-annoksiin ja humalahakuiseen juomiseen liittyy erityisiä riskejä terveydelle (28). Huomattavan suurten kerta-annosten (yli 10 annosta) käytössä oli yhdeksäsluokkalaisilla nousujohteiselta näyttävä trendi, joka kääntyi 2015 tutkimuksessa laskuun sekä tytöillä että pojilla (21). Tutkimuksissa on tarkasteltu lisäksi kuuden alkoholiannoksen juomista kerralla. Vuonna 2015 edellisellä käyttökerralla vähintään kuusi annosta oli juonut yhdeksäsluokkalaisista pojista 33 % ja tytöistä 24 % (21). ESPAD-tutkimuksessa suomalaisten tyttöjen ja poikien väliset erot humalajuomisessa ovat kaventuneet tai lähes kadonneet (21). Kouluterveyskyselyssä ja Nuorten terveystapatutkimuksessa on myös havaittavissa vähintään kerran kuussa humalaan juovien nuorten osuuksien vähentyminen ja tyttöjen ja poikien välisen eron kaventuminen (taulukko 1). Muissakin suomalaisia nuoria koskeissa tutkimuksissa on todettu nuorten raittiuden lisääntyneen ja humalaan juovien osuuden vähentyneen (23,29)

Nuoret pitävät säännöllistä ja pienten alkoholimäärien käyttöä vähemmän terveyshaittoja tai muuta riskiä aiheuttavana kuin säännöllistä tupakointia (21). Lisäksi niiden osuus, jotka pitävät pienten alkoholimäärien käyttöä haitallisena, on vähentynyt (21). Sen sijaan humalajuomista kohtaan asenteiden on havaittu kiristyneen (21). Vaikka alkoholin saatavuuden on koettu heikentyneen, noin kaksi kolmesta nuoresta kokee oluen, siiderin ja long drink -juomien saannin melko tai hyvin helpoksi ja rajoitetumpien viinien ja väkevien juomien saantia pitää alle puolet helppona (21). Alkoholimainontaa on havainnut kaksi kolmasosaa nuorista, ja keskeisiä medioita tässä ovat televisio ja internet (22).

Kannabis

Kannabis on tavallisin nuorten käyttämä huume. Sen laillistamistoiveet ovat olleet paljon julkisuudessa, samoin kotona kasvattaminen ja saatavuuden lisääntyminen (30). Aikuisväestön kannabiksen käytön tiedetään lisääntyneen 1990-luvulla, ja sen jälkeen käyttö väheni mutta lisääntyi uudestaan. Vuonna 2010 tehdyn väestökyselyn mukaan kannabista oli kokeillut 15–24-vuotiaista 21 %, 25–34-vuotiaista 36 % ja

Yhdeksäsluokkalaisista pojista 42 % on joskus kokeillut nuuskaa.

- 18 Sihvola E, Rose RJ, Dick DM, Pulkkinen L, Marttunen M, Kaprio J. Early-onset depressive disorders predict the use of addictive substances in adolescence: a prospective study of adolescent Finnish twins: Early-onset depressive disorders and substance use. *Addiction* 2008;103:2045–53.
- 19 Pirkkanen M. Varhaisen puuttumisen malli nuorten päihitteetömyyden edistämiseksi – toimintaohjeita 2011. https://www.thl.fi/documents/605877/747474/varh_puutt_malli_toimintaohj_ADSUME.pdf
- 20 THL Kouluterveyskysely. <https://www.thl.fi/fi/tutkimus-ja-asiantuntijatyo/vaestotutkimukset/kouluterveyskysely>
- 21 Raitasalo K, Huhtanen P, Miekkala M. Nuorten päihteiden käyttö 1995–2015. ESPAD-tutkimusten tulokset. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, Raportti 19/2015. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-302-572-1>
- 22 Kinnunen JM, Pere L, Lindfors P, Ollila H, Rimpelä A. Nuorten terveystapatutkimus 2015. Nuorten tupakkatuotteiden ja päihteiden käyttö - 1977-2015. Sosiaali- ja terveysministeriö, Raportteja ja muistioita 2015:31. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-00-3592-1>

nipitoisia tuotteita, esimerkiksi makuaineita, yrttiseoksia tai kannabista. Sähkösavukkeissa käytettävät nikotiiniainemisteet tulivat vuoden 2017 alusta tupakkalain sääntelyn piiriin. ESPAD-tutkimuksen yhdeksäsluokkalaisista sähkötupakkaa oli kokeillut puolet pojista ja kolmannes tytöistä, vesipiippua joka viides (21). Päivittäin sähkösavukkeita tai vesipiippua käyttävien osuudet olivat pienet (3 % ja 0 %). Sähkösavukkeiden käytön aloittaminen kiinnostaa tupakoimattomia nuoria enemmän kuin savukkeiden polttaminen tai nuuskaaminen (27). Sähkösavukkeiden rinnalla käytetään lisäksi savukkeita ja nuuskaa.

Alkoholinkäyttö

Nuorten raittiisuus eli se, ettei ole koskaan juonut mitään alkoholijuomaa, on yleistynyt ja humalahakuinen juominen vähentynyt 2000-luvulla. Vuonna 1999 yhdeksäsluokkalaisista 9 % ei ollut koskaan juonut mitään alkoholijuomaa, mutta vuonna 2015 raittiiden poikien osuus oli 25 % ja raittiiden tyttöjen 28 % (21). Raittiiden osuudet ovat kasvaneet myös Kouluterveyskyselyn ja Nuorten terveystapatutkimuksen mukaan (taulukko 1). Nuoret myös juovat aiempaa harvemmin. Edeltäneen kuukauden aikana alkoholia oli käyttänyt yhdeksäsluokkalaisista vastaajista 32 %, kun 16 vuotta aiemmin vastaava osuus oli

- 23 Kaltiala-Heino R, Welling J, Fröjd S. Tamperelaisten 9.-luokkalaisten mielenterveys lukuvuosina 2002-3 ja 2012-13. Pirkanmaan sairaanhoitopiirin julkaisusarjan julkaisut 1/2014. <http://www.tays.fi/download/noname/%7B922ECCAE-B3B9-4950-AF2F-235AF8864B8F%7D/35625>
- 24 Kunttu K, Pesonen T, Saari J. Korkeakouluopiskelijoiden terveystutkimus 2016. Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiön tutkimuksia 48. http://www.yths.fi/filebank/4155-terveystutkimus_KOTT_1016_yths_final_uusi_web.pdf
- 25 Robinson-Cimpian J-P. Inaccurate estimation of disparities due to mischievous responders: Several suggestions to assess conclusions. Educ Res 2014;43:171-85
- 26 Jääskeläinen M, Viljanen S. Tupakkatilasto 2015. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, Tilastoraportti 15/2016. <http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe2016092224113>

35–44-vuotiaista 22 % (31), ja osuudet kasvoivat 2–3 prosenttiyksikköä vuoteen 2014 mennessä (32). Kannabista käyttäneiden osuudet ovat kasvaneet erityisesti 25–34-vuotiailla miehillä. Nuorimmassa 15–24-vuotiaiden ikäryhmässä naisten ja miesten kokeilut ovat lähes tasoissa, mutta muissa ikäluokissa miehillä käyttö on yleisempää kuin naisilla (32).

Nuortenkin kannabiskokeilut lisääntyivät 1990-luvulla, mutta sen jälkeen ei ole ollut havaittavissa vastaavaa kokeilujen lisääntymistä kuin nuorilla aikuisilla. Vuoden 1999 ESPAD-tutkimuksen mukaan yhdeksäsluokkalaista pojista 10 % ja tytöistä 9 % oli kokeillut vähintään kerran kannabista. Vuoden 2015 tutkimuksessa kannabista oli kokeillut pojista 10 % ja tytöistä 7 % (21), ja yli viisi kertaa kannabista elinaikanaan käyttäneitä oli pojista 3 % ja tytöistä 2 %. Kouluterveyskyselyn mukaan yläkouluikäisten kannabiksen käyttö on samansuuruisista kuin ESPAD-tutkimuksessa (Liitetaulukko 2). Ammattikoululaisista suurempi osuus on ko-

keillut kannabista kuin lukiolaisista. Korkeakouluopiskelijoiden terveystutkimuksessa miehistä neljäsosa ja naisista vajaa viidesosa oli vuonna 2016 käyttänyt kannabista. Yleisintä kannabiksen käyttöä oli 25–29-vuotiaiden opiskelijoiden joukossa ja vähäisintä alle 22-vuotiailla (24).

Kannabiksen esitetään usein olevan vaihtoehto muille päihteille. Tämä ei kuitenkaan tilastojen valossa pidä paikkaansa. Esimerkiksi yhdeksäsluokkalaista pojista 6 % ja tytöistä 5 % oli käyttänyt kannabista samanaikaisesti alkoholin kanssa ainakin kerran (21). Tamperelaisia yhdeksäsluokkalaista nuoria koskevassa tutkimuksessa viikoittain alkoholia käyttävät tai viikoittain humalaan juovat olivat käyttäneet kannabista huomattavasti useammin kuin raittiita tai harvemmin humalaan juovat (23). Esimerkiksi vuoden 2012–13 kyselyssä 7 % raittiista tai harvemmin kuin viikoittain itsensä humalaan juovista nuorista oli kokeillut kannabista, mutta viikoittain itsensä humalaan juovista 45 % (23).

TAULUKKO 1.

Nuorten alkoholinkäytön muutokset 2000-luvulla (20,21,22).

AOL = ammattioppilaitos

	Raittiita, %		Käyttää alkoholia viikoittain, %		Juo itsensä tosi humalaan vähintään kerran kuussa, %	
	2000/2001 ¹	2015	2000/2001 ¹	2015	2000/2001 ¹	2015
KOULUTERVEYSKYSELY						
Peruskoulu pojat	26	58	18	6	21	11
Peruskoulu tytöt	24	59	12	3	18	9
Lukio pojat	14	32	23	8	28	20
Lukio tytöt	12	30	13	5	18	17
AOL pojat	15	26	28	16	43	32
AOL tytöt	14	20	21	12	37	29
ESPAD	1999	2015	1999	2015	2007	2015
Pojat 15–16 v	9	25	24	10	19	13
Tytöt 15–16 v	9	28	20	8	23	13
NUORTEN TERVEYSTAPUTUTKIMUS	2001	2015	2001	2015	2001	2015
Pojat 14 v	42	79	8	1	8	1
Tytöt 14 v	34	77	9	1	13	2
Pojat 16 v	18	47	21	4	27	8
Tytöt 16 v	13	37	18	4	21	8
Pojat 18 v	8	15	41	25	38	24
Tytöt 18 v	7	11	31	18	27	25

¹ AOL 2008/2009

- 27 Puupponen M, Ruokolainen O, Ollila H, Seppänen J. Savukkeiden, nuuskan ja sähkösavukkeiden aloittamisalttius, käyttö ja hankinta sekä suhtautuminen tekstivaroituksiin nuorilla keväällä 2016. Tutkimuksesta tiiviisti 1, tammikuu 2017. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos, Helsinki. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-302-801-2>
- 28 Miller JW, Naimi TS, Brewer RD, Jones SE. Binge drinking and associated health risk behaviors among high school students. *Pediatrics* 2007;119:76–85.

Nuorten asenteet kannabista kohtaan ovat lieventyneet.

- 29 Sourander A, Koskelainen M, Niemelä S, Rihko M, Ristkari T, Lindroos J. Changes in adolescents mental health and use of alcohol and tobacco: a 10-year time-trend study of Finnish adolescents. *Eur Child Adolesc Psychiatry* 2012;21:665–71.
- 30 Hakkarainen P, Karjalainen K, Pilvee, pilvee. Kannabiksen käyttötavat, käyttäjät ja poliittiset mielipiteet. *Yhteiskuntapolitiikka* 2017;82:19–32.
- 31 Varjonen V. Huumetilanne Suomessa 2014. Kansallinen huumevuosiraportti EMCDDA:lle. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos, Raportti 1/2015. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-302-123-5>
- 32 Karjalainen K, Savonen J, Hakkarainen P. Suomalaisten huumeiden käyttö ja huumeasenteet – Huumeaiheiset väestökyselyt Suomessa 1992–2014. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos, Raportti 2/2016. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-302-632-2>
- 33 Hakkarainen P, Karjalainen K, Raitasalo K, Sorvala V-M. School's in! Predicting teen cannabis use by conventionality, cultural disposition and social context. *Drug-Educ Prev Polic* 2015;22:344–51.
- 34 Lintonen T, Karlsson T, Nevalainen J, Konu A. Alcohol policy changes and trends in adolescent drinking in Finland from 1981 to 2011. *Alcohol Alcohol* 2013;48:620–6.
- 35 Raitasalo K, Simonen J, Tigerstedt C. What is going on in underage drinking in Finland? Reflections based on ESPAD data 1999–2015. *Drug Alcohol Rev*, painossa.
- 36 Raitasalo K, Holmila M. Alkoholien käyttötapojen periytyminen ja vanhempien kasvatuskäytännöt. Kirjassa: Lammi-Taskula J, Karvonen S, toim. Lapsiperheiden hyvinvointi 2014. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos, Teema 21. Helsinki 2014:196–206.

Suomalaisessa aikuisten väestöotoksessa nousee myös vahvasti esille kannabiksen käytön yhteys humalajuomiseen ja alkoholin riskikulutukseen (30).

Vaikka nuorten kannabiskokeilut eivät kahdenkymmenen viime vuoden aikana ole lisääntyneet, nuorten asenteet ovat lieventyneet. Lähes puolet yhdeksäsluokkalaisista nuorista piti kannabiskokeiluja riskittöminä tai riskejä vähäisinä vuonna 2015, kun vastaava osuus vuonna

1999 oli reilu neljäsosa (21). Vastaavasti kannabiksen säännöllistä käyttöä piti vuonna 2015 riskittömänä tai riskejä vähäisenä 8 %, ja vuonna 1999 vastaava osuus oli 3 % (21). Kouluterveyskyselyssä on kartoitettu kannabiksen (marihuanan polttamisen) satunnaisen ja säännöllisen käytön hyväksyttävyyttä. Satunnaista käyttöä piti hyväksyttävänä yläluokkalaisista 29 %, lukiolaisista 37 % ja ammattikoululaisista 39 %, ja säännöllisen käytön hyväksyi 10–14 % (20). Ympäristön – kuten koulun ja luokan – rooli kannabistietoisuuden ja kokeilukiinnostuksen välittäjänä näyttää olevan merkittävä, ja tämä on syytä ottaa huomioon käytön ehkäisyyn pyritäessä (33).

Muut huumeet, oppaaminen ja lääkkeiden väärinkäyttö

Muiden huumeiden kuin kannabiksen käyttö on harvinaista nuorten keskuudessa. Lähes kaikki jotain huumetta käyttäneistä yhdeksäsluokkalaisista oli käyttänyt ainoastaan kannabista tai kannabiksen rinnalla muuta huumetta (21), ja Kouluterveyskyselyssä kannabista tai ylipäätään huumeita kokeilleiden osuuden ovat yhtä suuret (Liitetaulukko 2). Vuonna 2015 yhdeksäsluokkalaisista nuorista 3 % oli kokeillut jotain muuta huumetta kuin kannabista (21); kysymyksissä oli erikseen mainittu amfetamiini, metamfetamiini, LSD, kokaiini, ekstaasi, heroini, huumaavat sienet, GHB eli gammahydroksivoihappo ja buprenorfiini ilman lääkärin määräästä, ja näitä oli kokeillut 0–1 % oppilaisista. Muuntohuumeita oli pojista kokeillut 2 % ja tytöistä 1 % (21). Vuoden 2015 Kouluterveys-

kyselyn perusteella ekstaasia tai amfetamiinia oli käyttänyt 4 % yläkoulun pojista ja 1 % tytöistä, lukiolaisista vastaavasti 2 % ja 0 % ja ammattikoululaisista 5 % ja 3 % (20).

Uni- ja rauhoittavia lääkkeitä käytetään lääkärin määrääminä, mutta myös ilman lääkärin määräästä: yhdeksäsluokkalaisista pojista niitä oli käyttänyt 4 % ja tytöistä 8 %, eikä osuuksissa ole tapahtunut merkittäviä muutoksia 2000-luvulla (20,21). Kipulääkkeitä päihtymistarkoituksessa oli vuonna 2015 käyttänyt 2 % yhdeksäsluokkalaisista pojista ja 7 % tytöistä (21). Kouluterveyskyselyssä on kysytty uni-, rauhoittavat ja kipulääkkeistä yhtenä ryhmänä. Alkoholin ja lääkkeiden samanaikainen käyttö päihtymistarkoituksessa on vähentynyt (Liitetaulukko 2), vuosien 1999–2015 välillä yhdeksäsluokkalaisten poikien keskuudessa 7 %:sta 3 %:iin ja tyttöjen keskuudessa 19 %:sta 7 %:iin (21).

Oppaamisen eli liimojen, liuottimien tms. haistelun päihtymistarkoituksessa yleisyyden on pysynyt samana tai siinä on tapahtunut hienoisia nousua (Liitetaulukko 2). Yhdeksäsluokkalaisista pojista 5 % ilmoitti vuonna 1999 impanneensa ainakin kerran ja 7 % vuonna 2015, ja tytöistä vastaavat osuudet olivat 6 % ja 8 % (21).

Muihin huumeisiin kuin kannabikseen nuoret asennoituvat kriittisemmin, vaikka asenteet niitäkin kohtaan ovat lieventyneet (21). Esimerkiksi noin neljäsosa nuorista piti ekstaasin kokeiluun liittyviä riskejä suurina, mutta samanaikaisesti neljäsosa ei nähnyt siinä riskejä tai piti riskejä vähäisinä. Tytöt pitävät huumeiden säännölliseen käyttöön liittyviä riskejä suurina useammin kuin pojat, joskin muiden kuin kannabiksen riskejä tytöt arvioivat suuriksi harvemmin kuin pojat (21).

Myös korkeakouluopiskelijoiden yleisimmin käyttämä huume on kannabis, mutta opiskelijat raportoivat muidenkin huumeiden käyttöä. Huumeiden käytön ja kokeilujen havaittiin lisääntyneen yliopisto-opiskelijoilla vuosina 2000–2008, mutta sen jälkeen ne palautuivat lähtötasolle (24).

Lopuksi

Tupakointia koskevan lainsäädännön tavoitteena on savuton Suomi. Nuorten tupakointi onkin ilahduttavasti vähentynyt. Kuitenkin muita ilmiöitä, kuten nuuskaaminen, on tullut tilalle erityisesti pojilla. Sähkösavukkeet kiinnostavat myös tupakoimattomia nuoria, ja jää nähtäväk-

- 37 The ESPAD Group. ESPAD Report 2015. Results from the European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs. 2016. http://www.espad.org/sites/espad.org/files/ESPAD_report_2015.pdf
- 38 Torikka A, Kältiala-Heino R, Luukkaala T, Rimpelä A. Trends in alcohol use among adolescents from 2000 to 2011: The role of socioeconomic status and depression. *Alcohol Alcohol* 2016;1-8. doi: 10.1093/alc/al/agw048
- 39 The health inequalities and ill-health of children in the UK. Editorial. *Lancet* 2017;389:477.
- 40 State of Child Health. 2017. <http://www.rpcph.ac.uk/state-of-child-health>
- 41 Morgenstern M, Li Z, Li Z, Sargent JD. The party effect: prediction of future alcohol use based on exposure to specific alcohol advertising content. *Addiction* 2016;112:63-70.

si, mille tasolle niiden käyttö tulevaisuudessa kipuaa.

Mikä sitten selittää suomalaisten nuorten alkoholinkäytön vähentymistä? Alkoholipolitiikan muutokset eivät näytä vaikuttaneen nuorten alkoholinkäyttöön samalla tavoin kuin esimerkiksi vuoden 2004 veronalennus aikuisilla (34). Vahvimmin muutosta näyttää selittävän nuorten kokemus alkoholin saatavuuden vaikeutumisesta ja käyttövarojen vähenemisestä (35). Lisäksi vanhempien lisääntynyt kontrolli sekä nuorten asenneilmapiiri ja lisääntynyt ”kunnollisuus” lienevät yhteydessä muutokseen (35,36).

ESPAD-tutkimukseen osallistuneissa eurooppalaisissa maissa erot 15–16-vuotiaiden nuorten päihteidenkäytössä ovat suuria (37). Päivittäin tupakoivien ja tupakkaa kokeilleiden nuorten osuudet ovat laskeneet 2000-luvulla suurim-

yleisempää kuin Suomessa, ja suomalaisnuorten humalajuominen on vähentynyt nopeammin kuin eurooppalaisten keskimäärin. Raittiuden lisääntymisestä ja humalajuomisen vähentymisestä huolimatta nuorten kerralla juomat alkoholimäärät ovat Suomessa selvästi Euroopan keskiarvoa suuremmat. Yleisimmin käytetty huume kaikkialla Euroopassa on kannabis, ja sen ja muiden huumeiden käyttö on Suomessa harvinaisempaa kuin Euroopassa keskimäärin.

Vaikka nuorten tupakointi ja alkoholinkäyttö ovat vähentyneet koko väestössä, niissä on havaittavissa huolestuttavaa polarisoitumista tai ongelmien kasautumista osalle nuorista. Koulu-terveyskyselyaineiston perusteella tiheä ja humalahakuinen juominen on lisääntynyt vuosien 2000 ja 2011 välillä nuorilla, joilla on masennusoireita tai joiden vanhemmilla on matalampi koulutustaso tai työttömyyttä (38). Lukio-laisten ja ammattioppilaitoksissa opiskelevien välillä on myös huomattavia eroja päihdekäytössä. Nuorten päihteidenkäytön, erityisesti tupakoinnin, ja muiden terveyserojen huolestuttavaan polarisoitumiseen sosioekonomisen aseman mukaan on kiinnitetty huomiota myös esimerkiksi Britanniassa (39,40). Edellä mainitun perusteella voidaan esittää, että yhteiskunnan epätasa-arvoa vähentävät ja yleistä sosioekonomista hyvinvointia lisäävät toimet voivat vähentää nuorten päihteidenkäyttöä. Lisäksi alkoholilainsäädäntöä laadittaessa on tärkeä huomioida, että nuoret ovat alttiita alkoholin mainonnalle (41). ●

Nuorten päihteidenkäytön polarisoitumiseen on kiinnitetty huomiota muullakin.

massa osassa tutkimukseen osallistuneissa maissa. Raittiiden nuorten osuus on lisääntynyt Suomessa ja lähes koko Euroopassa. Suomessa nuoret ovat raittiimpia kuin Euroopassa keskimäärin. Tanskaa lukuun ottamatta muissa Pohjoismaissa raittiiden nuorten osuus on kuitenkin kasvanut voimakkaammin ja on suurempi kuin Suomessa. 15–16-vuotiaiden nuorten humalajuominen on Euroopassa keskimäärin

English summary | www.laakarilehti.fi | in english
Trends in adolescents' substance use in Finland in the 2000s

SIDONNAISUUDET

Henna Haravuori: Luontopalkkio (Abbvie Oy, Pelastakaa Lapset ry, useat julkiset tahot), kokouksen majoituskulut (Orion Oyj).
Kirsimarja Raitasalo:
Ei sidonnaisuuksia.

**HENNA HARAVUORI,
KIRSIMARJA RAITASALO**

HENNA HARAVUORI
M.D., Ph.D., Specialist in
Adolescent Psychiatry
The Mental Health Unit, National
Institute for Health and Welfare
Adolescent Psychiatry, Hospital
District of Helsinki and Uusimaa,
Helsinki University Hospital

Trends in adolescents' substance use in Finland in the 2000s

This review is mainly based on two nationwide cohort studies and additionally on other studies with young persons in the 2000s. The School Health Promotion (SHP) study carried out every second year monitors the health and well-being of 14–20-year-old adolescents (comprehensive school, upper secondary school and vocational school). In the European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs (ESPAD) data is collected every fourth year to compare substance use among 15–16-year-old students with the aim of monitoring trends within and between countries. The proportion of adolescents smoking cigarettes ever and on a daily basis has decreased. However, the use of snus has been increasing especially among boys. A positive trend in alcohol use has been observed. The proportion of adolescents that have never drunk alcohol has been increasing while the proportion of drinking to drunkenness has been decreasing steadily. Cannabis use has not become more common among adolescents although their attitudes toward cannabis have become more tolerant. There has been an increase in cannabis use among young adults. Use of other drugs than cannabis is rare. Abuse of medications (tranquillisers, sedatives or painkillers) without a doctor's prescription has remained at the same level but using alcohol simultaneously with medicines in order to get high has decreased. There are differences in substance use by sex, schooling type (upper secondary school vs. vocational school) and most worrisomely by socioeconomic status.

LIITETAULUKKO 1.
Nuorison tupakkatuotteiden ja tupakan kaltaisten tuotteiden käytön muutokset 2000-luvulla (20,21,22).

AOL = ammattioppilaitos

KOULUTERVEYSKYSELY	Tupakoi päivittäin, %		Nuuskaa päivittäin, %		Nuuskaa satunnaisesti tai päivittäin, %	Nikotiinia sisältävä sähkösavuke päivittäin, %	Nikotiinia sisältävä sähkösavuke satunnaisesti tai päivittäin, %
	2000/2001 ¹	2015	2000/2001 ¹	2015	2015	2015	2015
Peruskoulu pojat	24	10	3	8	20	4	11
Peruskoulu tytöt	22	8	0	1	4	1	6
Lukio pojat	17	5	3	9	23	2	7
Lukio tytöt	19	6	0	0	3	1	4
AOL pojat	38	28	4	13	35	7	20
AOL tytöt	39	33	0	1	7	3	13

NUORTEN TERVEYS-TAPATUTKIMUS					Nuuskaa satunnaisesti tai päivittäin, %	Sähkösavuke päivittäin, %	Sähkösavuke vähintään viikoittain, %
	2001	2015	2001	2015	2015	2015	2015
Pojat 14 v	13	2	0,7	0,5	4	0,5	1
Tytöt 14 v	15	3	-	-	0,7	0,1	0,8
Pojat 16 v	29	11	3	3	12	1	3
Tytöt 16 v	31	11	-	-	3	0,4	1
Pojat 18 v	33	18	3	6	17	4	4
Tytöt 18 v	31	15	-	-	5	0,6	2

ESPAD			Nuuskaa edellisten 30 päivän aikana, %	Sähkösavuke päivittäin, %	Sähkösavuke edellisten 30 päivän aikana, %
	1999	2015	2015	2015	2015
Pojat 15-16 v	31	12	24	5	22
Tytöt 15-16 v	26	10	5	1	10

¹ AOL 2008/2009

LIITETAULUKKO 2.
Nuorison huumeiden käytön, imppaamisen ja lääkkeiden väärinkäytön muutokset 2000-luvulla (20,21).

AOL = ammattioppilaitos

KOULUTERVEYSKYSELY	Kokeillut jotakin huumetta, %		Kokeillut kannabista, %		Käyttänyt kannabista vähintään 5/6 kertaa, %	
	2000/2001 ¹	2015	2000/2001 ¹	2015	2000/2001 ¹	2015
Peruskoulu pojat	10	10	10	10	3	5
Peruskoulu tytöt	9	6	8	6	2	2
Lukio pojat	16	15	15	15	5	5
Lukio tytöt	14	10	14	10	4	3
AOL pojat	17	22	16	21	6	9
AOL tytöt	17	22	16	21	5	7
ESPAD	1999	2015	1999	2015	1999	2015
Pojat 15–16 v	11	11	10	10	4	3
Tytöt 15–16 v	10	8	9	7	2	2
KOULUTERVEYSKYSELY	Käyttänyt lääkkeitä päihtyäkseen, % ²		Käyttänyt alkoholia ja lääkkeitä yhdessä päihtyäkseen, %		Haistellut jotain huumaavaa ainetta, %	
	2000/2001 ¹	2015	2000/2001 ¹	2015	2000/2001 ¹	2015
Peruskoulu pojat	4	6	8	6	8	9
Peruskoulu tytöt	7	7	20	6	6	7
Lukio pojat	2	3	5	3	3	4
Lukio tytöt	3	4	15	5	2	3
AOL pojat	5	6	8	8	8	7
AOL tytöt	8	9	16	14	8	6
ESPAD	1999	2015	1999	2015	1999	2015
Pojat 15–16 v	3	4	7	3	5	7
Tytöt 15–16 v	8	8	19	7	6	8

¹ AOL 2008/2009

² Kouluterveyskyselyssä uni-, rauhoittavat ja kipulääkkeet, ESPAD uni- ja rauhoittavat lääkkeet