

Yläkoululaisten tupakka- tuotteiden käyttö sekä nuorten asenteet ja ajatukset käyttöön liittyvistä terveyshaitoista

Lähtökohdat

Nuuskaaminen on aiempaa yleisempää nuorten keskuudessa. Tutkimuksessa selvitettiin 7.-luokkalaisten nuuskaus- ja tupakointitottumuksia maaseudulla ja kaupungissa, eroja tyttöjen ja poikien välillä, tupakka-
tuotteiden hankkimisen helppoutta, tiedonsaantia tupakkatuotteista sekä nuorten ajatuksia niiden terveyshaitoista.

Menetelmät

Kyselytutkimus toteutettiin Muhoksen maaseutukunnassa (n = 143) ja Oulun kaupungin yhdessä yläkoulussa (n = 129) 2018–2019. Taustatietoina kerättiin ikä ja sukupuoli. Aineistoa kuvattiin tilastollisesti frekvenssein ja jakaumin, ja eroja ryhmien välillä verrattiin khiin nelio-
-testillä. Tupakan ja nuuskan hankkimisen helppoutta analysoitiin parametrittomalla Mann–Whitneyn testillä. Avoimet kysymykset analysoitiin laadullisen tutkimuksen keinoin.

Tulokset

Nuorten tupakkatuotteiden käyttö oli harvinaista, mutta tupakka- ja nuuskakokeilut tavallisia, etenkin maaseudulla. Tupakkatuotteiden hankkiminen koettiin maaseudulla helpommaksi. Nuoret olivat melko hyvin tietoisia tuotteiden terveyshaitoista, mutta riippuvuuden mainitsi vain 6 %. Eniten he saivat tietoa sosiaalisesta mediasta, internetistä, televisioista/radiosta sekä kavereilta.

Johtopäätökset

Tupakkatuotteiden kokeilu on tavallista ja tämän tutkimuksen mukaan jopa yleisempää maalla kuin kaupungissa, joten kohdejoukot/-yksilöt ja terveysohjauksen ajankohta tulisi arvioida huolellisesti. Nuorten tietoisuutta tupakkatuotteiden aiheuttamasta riippuvuudesta on syytä lisätä.



Yläkoululaiset ja tupakkatuotteet

Kirjoittajat: Kaijalainen J, Harjula H, Anttonen V, Tanner T

Suomalaisten nuorten tupakkatuotteiden käyttötottumukset ovat muuttuneet kuluneina vuosikymmeninä. Tupakan suosion laskiessa on nuuskan käyttö yleistynyt erityisesti poikien keskuudessa (1, 2). Toisaalta tupakkakokeilut ovat selkeästi laskevasta trendistä huolimatta edelleen tavallisia nuorten keskuudessa. Vuoden 2019 terveystapatutkimuksen mukaan 14-vuotiaista pojista 17 % ja tytöistä 15 % oli kokeillut tupakkaa. Vastaavasti nuuskaa kokeilleita 14-vuotiaita poikia oli 13 % ja tyttöjä 7 %. Samassa ikäryhmässä pojista 1 % tupakoi ja 3,3 % nuuskasi säännöllisesti, kun vastaavat osuudet tyttöjen keskuudessa olivat 2 % ja 2,9 % (1).

Suuntaus suomalaisten nuorten tupakkatuotteiden kokeiluissa on nähtävillä nuorten terveystapatutkimuksissa, joita on tehty joka toinen vuosi vuodesta 1977 lähtien (1). Nuuskan käyttöä on selvitetty vuodesta 1981 lähtien. Tutkimuksen mukaan tyttöjen nuuskakokeilujen määrä on

ollut selkeästi vähäisempää kuin pojilla koko tutkimusjakson ajan. 12-vuotiailla tytöillä nuuskakokeiluja ei juurikaan ole esiintynyt, ja 14-vuotiaista tytöistä 3–7 % on kokeillut nuuskaa tutkimusjakson aikana. Tyttöjen keskuudessa nuuskakokeilujen lisääntyminen näkyy selkeästi vanhemmissa ikäluokissa (16–18-vuotiaat), joissa myös nuuskan säännöllinen käyttö yleistyy. Vuonna 1981 nuuskaa kokeilleita oli 16- ja 18-vuotiaiden keskuudessa 7 % ja 5 %, kun vastaavat luvut vuonna 2019 olivat 17 % ja 24 %.

12-vuotiailla pojilla nuuskakokeilut ovat vaihdelleet tutkimusjakson aikana 0–6 %. 14-vuotiailla pojilla nuuskakokeilut ovat jo yleisempiä, mutta nuuskakokeilujen esiintyminen vaihtelee paljon tutkimusvuosien välillä (7–21 %). Vuonna 2019 nuuskaa oli kokeillut 14-vuotiaista pojista 13 %. Samoin kuin tytöillä, myös poikien nuuskakokeilut ovat lisääntyneet tutkimusjakson aikana vanhemmissa ikäluokissa. Vuonna 1981 nuuskaa oli kokeillut 16- ja 18-vuo-

tiaista pojista 21 ja 22 %, kun vastaavat osuudet vuonna 2019 olivat 38 ja 48 % (1). Suomessa nuuskan myynti kiellettiin vuonna 1995 EU:n suositusten mukaisesti. Yli 18-vuotiaat saavat tuoda nuuskaa Suomeen omaa käyttöä varten. Myyntikiellon astuminen voimaan ei nuorten terveystapatutkimuksen mukaan vähentänyt nuorten nuuskankäyttöä Suomessa (1).

Kouluterveyskyselyn mukaan vuonna 2017 ammattioppilaitoksessa opiskelevista pojista käytti päivittäin nuuskaa 20,3 % ja/tai tupakoi 16,7 %, kun taas lukion 1. ja 2. vuoden oppilailla vastaavat luvut olivat 7,2 ja 2,3 % (3). Nuuskan käytössä nähdään myös alueellisia eroja. Lapissa asuvista 8.- ja 9.-luokkalaisista pojista 14,1% nuuskasi päivittäin, kun vastaava osuus koko maan peruskoulun 8.- ja 9.-luokkalaisista oli 7,6 % (3).

Suomessa nuorten tupakkatuotteiden käytön vähentämiseksi ja ehkäisemiseksi on tehty kovasti työtä ja tulokset ovat alkaneet näkyä: Sekä nuorten että aikuisten tupakointi on vähentynyt merkittävästi. Vuodesta 1980 lähtien nuorten tyttöjen tupakointi lisääntyi hiljalleen vuoteen 2001 saakka, mutta tämän jälkeen kasvu pysähtyi ja tupakoinnin yleisyys on kääntynyt laskuun. Poikien keskuudessa laskusuhdanne alkoi jo 1990-luvun alussa ja on jatkunut yhä 2000-luvullakin (1). Myös asenteet tupakointia kohtaan ovat muuttuneet kielteisemmiksi nuorten keskuudessa. Tupakoimattomuus on asia, jota ehkä arvostetaan enemmän kuin aiemmin (2).

Ensimmäisen kerran tupakkatuotteita kokeillaan 12–14 vuoden iässä (1). Tutkimusten perusteella nuoruudessa aloitettu tupakkatuotteiden käyttö voi johtaa käytön jatkumiseen aikuisiällä (4). Aikuisten salliva ja välinpitämätön suhtautuminen nuuskan käyttöä kohtaan antaa nuorille viestin siitä, että nuuskan käyttö on hyväksyttävämpää kuin tupakointi (5).

Nikotiiniriippuvuus on terveyshaitta, joka voi kehittyä nuorelle jo lyhyen käytön jälkeen (6). Nuorten kehittyvät ja nopeasti muovautuvat hermoverkot ovat alttiita nikotiinialtistukselle, mikä voi edesauttaa nikotiiniriippuvuuden syntyä (7). Pysyvät muutokset tarkkaavaisuutta ja toiminnan ohjausta säätelevillä aivo-

alueilla voivat niin ikään ylläpitää nikotiiniriippuvuutta (8).

Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää maaseudun ja kaupungin 7.-luokkalaisten nuuskaus- ja tupakointitottumuksia. Lisäksi tavoitteena oli kartoittaa, kuinka helpoksi koululaiset kokevat nuuska- ja tupakkatuotteiden hankkimisen omalla paikkakunnallaan. Lisäksi selvitettiin, mistä vastaajat ovat saaneet tietoa nuuskan ja tupakan terveyshaitoista sekä mitä terveyshaittoja he tietävät tupakalla ja nuuskalla olevan.

Tutkimusaineisto ja -menetelmät

Kyselytutkimus tehtiin 7.-luokkalaisille Muhoksen maaseutukunnassa syksyllä 2018 ja Oulun kaupungissa keväällä 2019. Tutkimusjoukkona olivat Muhoksen maaseutukunnan kaikki 7.-luokkalaiset (n = 144) ja Oulun kaupungin yhden yläkoulun 7.-luokkalaiset (n = 150). Maaseutukunnassa kyselyn vastausprosentti oli 99,3 (n = 143) ja kaupungissa 86,0 (n = 129). Vastaaajista tyttöjä oli 135 ja poikia 134. Yhteensä kolme henkilöä ei ilmoittanut sukupuoltaan. Tutkimus liittyi 7.-luokkalaisille suunnattuun, yhden kirjoittajan (TT) pitämään ”Nuuska ja tupakka” -oppituntiin, jonka alussa nuoret vastasivat nimettöminä 12 kysymystä sisältävään kyselyyn. Taustatietoina vastaaajista kerättiin ikä ja sukupuoli. Kyselylomake täytettiin manuaalisesti, ja oppilaat saivat vastata haluamiinsa kysymyksiin. Tämän takia vastaajien lukumäärä (n) vaihtelee hieman kysymysten välillä.

Kyselylomakkeessa kysyttiin seuraavat asiat: 1. Sukupuoli 2. Ikä 3.a Oletko kokeillut nuuskaa? (Kyllä/Ei) 3.b Minkä ikäisenä kokeilit nuuskaa ensimmäisen kerran? (Ikä vuosina) 4.a Nuuskaatko nykyisin? (En / Kyllä, silloin tällöin / Kyllä, päivittäin) 4.b Minkä ikäisenä aloitit säännöllisen nuuskauksen? (Ikä vuosina) 4.c Kuinka monta annosta nuuskaa käytät päivässä niinä päivinä, kun käytät nuuskaa? (Kpl) 4.d Kuinka kauan nuuskakiekkosinulla kestää? (Vrk) 4.e Mitä nuuskaa tavallisimmin käytät? (Avoim)

Tupakka-
tuotteet
ja suu

5. Asteikolla 1–10, kuinka helppoa nuuskan hankkimisen arvelisit sinulle olevan (1 = erittäin helppoa, 10 = erittäin vaikeaa)? 6. Tunnetko jonkun, joka nuuskaa? (Kyllä/Ei) 7.a Oletko kokeillut tupakkaa? (Kyllä/Ei) 7.b Minkä ikäisenä kokeilit tupakkaa ensimmäisen kerran? 8.a Tupakoitko nykyisin? (En/Kyllä, silloin tällöin/Kyllä, päivittäin) 8.b Minkä ikäisenä aloitit säännöllisen tupakan polton? (Ikä vuosina) 8.c Kuinka monta tupakkaa poltat päivässä niinä päivinä kuin poltat? 8.d Kuinka kauan aski tupakkaa sinulla kestää? (Vrk) 9. Asteikolla 1–10, kuinka helppoa tupakan hankkimisen arvelisit sinulle olevan (1 = erittäin helppoa, 10 = erittäin vaikeaa)? 10. Tunnetko jonkun, joka tupakoi? (Kyllä/Ei) 11.a Oletko kuulut nuuskan ja tupakan terveyshaitoista? (Kyllä/En) 11.b Mistä olet kuullut nuuskan ja tupakan terveyshaittoista? (TV ja/tai radio, Internet, sosiaalinen media, kaverit, vanhemmat, koulu, terveydenhoitaja, jostain muualta) 11.c Minkälaisia terveyshaittoja tiedät tai arvelet nuuskalla olevan? (Avoim) 11.d Minkälaisia terveyshaittoja tiedät tai arvelet tupakalla olevan? (Avoim) 12. Käytätkö jotain muuta tupakkatuotetta/nikotiinivalmistetta? (Kyllä/Ei) Mitä?

Aineistoa kuvattiin tilastollisesti frekvenssein ja jakaumin ja eroja sukupuolten sekä maaseudun, ja kaupungin nuorten välillä verrattiin khiin neliö -testillä. Tupakan ja nuuskan hankkimisen helpoutta analysoitiin parametrittomalla Mann-Whitneyn testillä. P:n arvo < 0,05 katsottiin tilastollisesti merkitseväksi. Lisäksi vastaukset avoimiin kysymyksiin analysoitiin induktiivisen sisältöanalyysin eli laadullisen tutkimuksen keinoin (9). Analyysit suoritettiin käyttäen SPSS (IMB SPSS Statistics version 25, Chicago, Illinois, USA) -ohjelmaa. Kuva tehtiin Excel-ohjelmalla.

Tutkimuksen eettisyys

Tupakka ja nuuska -oppitunnit pidettiin kouluissa rehtorien luvalla. Kyselylomakkeeseen vastaaminen oli vapaaehtoista ja tapahtui oppitunnin alussa. Oppilaita informoitiin kyselyn täyttämisestä ja heillä

Taulukko 1. Tupakkatuotteiden kokeilu- ja käyttötottumuksien osuudet sukupuolen ja asuinpaikan mukaan.

	Tytöt	Pojat	P:n arvo	Maaseutu	Kaupunki	P:n arvo	Yhteensä
	n (%)						
Oletko kokeillut nuuskaa?							
Kyllä	8 (5,9)	16 (12,2)	0,074	18 (12,8)	6 (4,7)	0,020*	24 (8,9)
Nuuskaatko nykyisin?							
En	132 (98,5)	129 (96,3)	0,030*	136 (95,1)	128 (100,0)	0,040*	264 (97,4)
Kyllä, silloin tällöin	0	5 (3,7)		5 (3,5)	0,0		5 (1,8)
Kyllä, päivittäin	2 (1,5)	0		2 (1,4)	0,0		2 (0,7)
Oletko kokeillut tupakkaa?							
Kyllä	(20) 14,9	21 (16,0)	0,804	31 (22,0)	10 (7,9)	0,001*	41 (15,3)
Tupakoitko nykyisin?							
En	122 (92,4)	127 (95,5)	0,538	127 (90,7)	125 (97,7)	0,048*	252(94,0)
Kyllä, silloin tällöin	9 (6,8)	5 (3,8)		11 (7,9)	3 (2,3)		14 (5,2)
Kyllä, päivittäin	1 (0,8)	1 (0,8)		2 (1,4)	0		2 (0,7)

* Tilastollisesti merkitsevä ero.

oli mahdollisuus kieltäytyä siitä. Kyselylomakkeeseen vastaaminen katsottiin suostumukseksi osallistua tutkimukseen. Kyselylomakkeessa ei käsitelty henkilöiden tunnistetietoja, vaan lomakkeesta kävi ilmi ainoastaan vastaajan sukupuoli ja ikä, jolloin yksittäistä vastauslomaketta ei pysytty yhdistämään yksittäiseen vastaajaan.

Tulokset

Nuuskan kokeilemisessä oli eroa sekä tyttöjen (5,9 %; n = 8) ja poikien (12,2 %; n = 16) että maaseudun ja kaupungin välillä. Tyttöjen joukossa kokeilijoita oli yli puolet vähemmän kuin poikien. Maaseudulla kokeilijoita oli 12,8 % (n = 18) ja kaupungissa 4,7 % (n = 6). Tupakan kohdalla ero tyttöjen ja poikien välillä oli pieni, mutta maaseudun ja kaupungin välillä isompi: Tytöistä 14,9 % (n = 20) ja pojista 16,0 % (n = 21) oli kokeillut tupakkaa, kun taas kaupungissa kokeilijoita oli 7,9 % (n = 10) ja maaseudulla 22,0 % (n = 31). Satunnainen tai päivittäinen tupakointi oli tytöillä (7,6 %; n = 10) yleisempää kuin pojilla (4,6 %; n = 6) (taulukko 1). Tupakkaa kokeilleet oppilaat olivat kokeilleet tupakkaa ensimmäisen kerran keskimäärin 11,8-vuotiaana (7–14 v, n= 35) ja vastaavasti nuuskaa kokeilleet oppilaat 12,2-vuotiaana (10–13 v, n = 21).

Taulukko 2. Koululaisten arviot nuuskan tai tupakan hankkimisen helppoudesta maaseudulla ja kaupungissa (asteikolla 1–10). Tilastollisesti merkitsevää eroa on tutkittu parametrittomalla Mann–Whitneyn testillä.

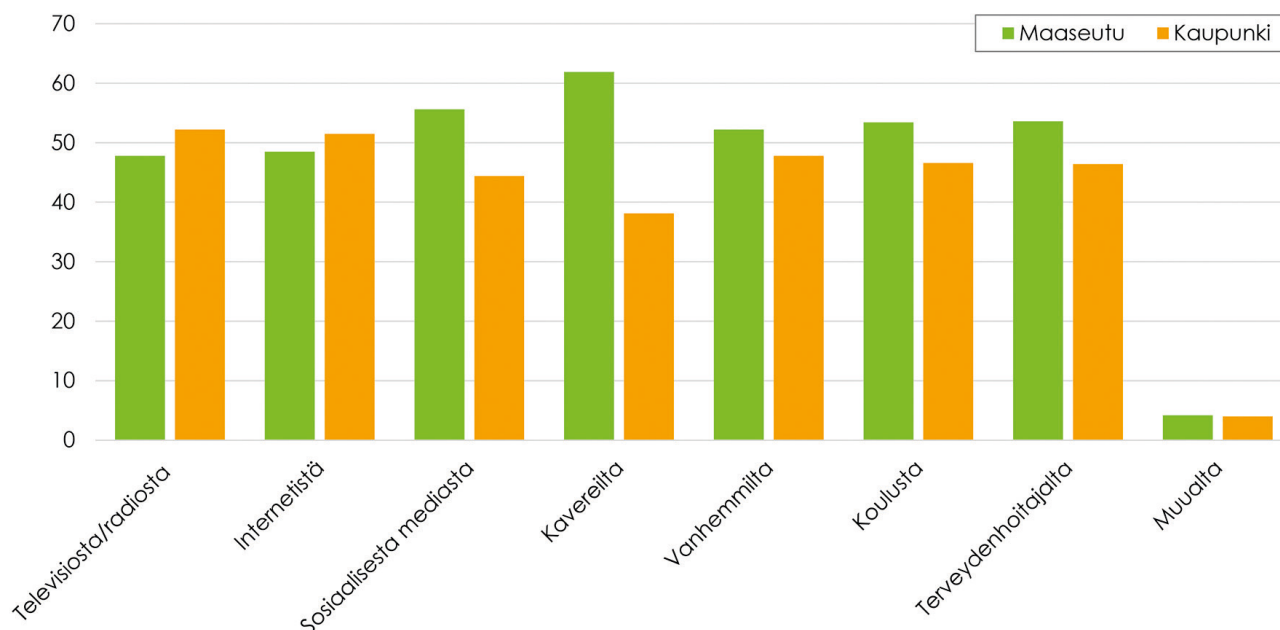
	Mediaani arvosta asteikolla 1–10 ¹		
	Maaseutu (n = 143)	Kaupunki (n = 129)	p
Kuinka helppoa nuuskan hankkimisen arvelisit sinulle olevan?	5	7	0,09
Kuinka helppoa tupakan hankkimisen arvelisit sinulle olevan?	6	8	< 0,001

¹ 1 erittäin helppoa – 10 erittäin vaikeaa

Oppilaat arvioivat tupakan ja nuuskan hankkimisen helppoutta asteikolla 1–10, ja tulokset on ilmoitettu taulukossa 2. Maaseudulla koettiin sekä nuuskan että tupakan hankkiminen helpommaksi kuin kaupungissa. Tupakan kohdalla ero oli tilastollisesti merkitsevä (p < 0,001).

Maaseutukunnan nuorten vastausprosentit olivat nuuskaa ja tupakkaa koskeviin avoimiin kysymyksiin 79,0 ja 86,7. Vastaavat prosentit kaupungissa olivat 79,0 ja 88,3 (taulukko 3). Kaikista vastaajista 35,9 % arvioi nuuskan vaikuttavan huuliin ja limakalvoihin, 26 % vastasi vaikutuksen ilmenevän hampaissa ja suuhygieniassa. Useat nuoret mainitsivat nuuskan aiheuttavan huulten syöpymistä sekä syöpymisen aiheuttavan reiän muodostumisen ylähuuleen. Myös parodontaalii-

sairaudet esiintyivät vastauksissa ilman tarkempaa erittelyä. Hampaistossa sekä suuhygieniassa ilmeneviä terveyshaittoja kommentoi useammin kaupunkilaisnuori. Kommenteista esimerkkinä mainitaan ”hampaiden reikiintyminen/kellastuminen/mätäneminen, hampaiden kiilteen pilaantuminen, pahanhajuinen hengitys sekä hammassairaudet”. Nuuskan yleisterveydellisistä terveyshaitoista 15,1 % mainitsi syövän, yleisimpänä suusyövän. Riippuvuutta nuuskan arvioi aiheuttavan 8,4 % vastaajista, useammin kaupungissa kuin maaseudulla. Lisäksi mielentilan heikkeneminen, makuaistin muutokset, kasvun hidastuminen sekä vaikutukset keskushermostoon olivat poimintoja nuorten arvioimista nuuskaan liittyvistä yleisterveydellisistä terveyshaitoista.



Kuvio 1. 7.-luokkalaisten nuorten kokemat tietolähteet koskien tupakan ja nuuskan terveyshaittoja ja sairauksia.

Taulukko 3. Nuorten arvioita tupakan ja nuuskan aiheuttamista terveyshaitoista ja sairauksista.

Vaikutuskohde	Arvioidut terveyshaitat ja sairaudet	Maaseutu- kaupunki	Terveyshaitat ja sairaudet, n (%)	
			Nuuska	Tupakka
Yleisterveys (n = 353, 66,2 %)	Aiheuttaa syöpää	Kaupunki Maaseutu Yhteensä	20 (19,6) 16 (14,2) 36 (15,1)	35 (30,7) 33 (26,6) 68 (28,6)
	Sydän- ja verisuonihaitat	Kaupunki Maaseutu Yhteensä	3 (2,9) 5 (4,4) 8 (3,7)	2 (1,8) 4 (3,2) 6 (2,5)
	Vaikutukset keuhkoihin, muu kuin syöpä	Kaupunki Maaseutu Yhteensä	4 (3,9) 4 (3,5) 8 (3,7)	84 (73,7) 57 (46,0) 141 (59,2)
	Kunnon heikkeneminen	Kaupunki Maaseutu Yhteensä	9 (8,8) 4 (3,5) 13 (6,0)	6 (5,2) 6 (4,8) 12 (5,0)
	Eliniän lyheneminen	Kaupunki Maaseutu Yhteensä	1 (1,0) 4 (3,5) 5 (2,3)	1 (0,9) 9 (7,3) 10 (4,2)
	Muut	Kaupunki Maaseutu Yhteensä	8 (7,8) 16 (14,2) 24 (11,2)	16 (14,0) 6 (4,8) 22 (9,2)
Suunterveys (n = 150, 28,1 %)	Vaikutukset hampaisiin suuhygieniaan	Kaupunki Maaseutu Yhteensä	44 (36,3) 12 (10,6) 56 (26,0)	14 (12,3) 2 (1,6) 16 (6,7)
	Vaikutukset huuliin/limakalvoihin	Kaupunki Maaseutu Yhteensä	37 (36,3) 40 (35,4) 77 (35,8)	0 (0,0) 1 (0,8) 1 (0,4)
Riippuvuus (n = 30, 5,6 %)	Riippuvuus	Kaupunki	13 (12,7)	8 (7,0)
		Maaseutu Yhteensä	5 (4,4) 18 (8,4)	4 (3,2) 12 (5,0)

Tupakan aiheuttamaksi terveyshaitaksi yli puolet nuorista (59,2 %) mainitsi erilaiset vaikutukset keuhkoihin (muu kuin syöpä). Yleisimpiä lueteltuja haittoja olivat esimerkiksi tervan kertyminen keuhkoihin, keuhkokuume, tupakkasyöpä sekä erilaiset keuhkojen ”tilan muutokset”: tummuminen, surkastuminen ja ”saastuminen”. Myös tupakoinnin aiheuttama syöpäriskin kasvu mainittiin yhteensä 28,6 %:ssa vastauksista. Keuhkosityövän lisäksi nuoret arvioivat tupakoinnin vaikuttavan myös suu- ja kielisyövän esiintymiseen.

Kaupunkilaisnuoret raportoivat maaseudulla asuvia ikätovereitaan useammin tupakan vaikuttavan hampaisiin sekä suuhygieniaan, kun taas maaseudun nuorten arvion mukaan tupakoinnilla oli yhteys odotettavissa olevan eliniän lyhenemiseen. Myös ulkonäköön liittyvät asiat näkyivät kyselyyn annetuissa vastauksissa. Tupakoinnin terveyshaittoina raportoitiin ihon kalpeus, vaikutukset ihoon ja kynsiin sekä kasvun hidastuminen. Tupakan aiheuttaman riippuvuuden mainitsi 5 % vastaajista.

Maaseudulla tupakan ja nuuskan terveyshaitoista nuoret olivat saaneet eniten

tietoa kavereilta (61,9 %) sekä sosiaalisesta mediasta (55,6 %). Kaupungissa puolestaan nuoret kokivat saaneensa tietoa parhaiten televisiosta/radiosta (52,2 %) sekä internetistä (51,5 %). Sarakkeeseen ”muualta” sisältyi esimerkiksi seuraavia lähteitä: apteekki, hammaslääkäri, lääketieteellisistä lähteistä itse opittu tieto sekä lehdet, kuraattori, isovanhemmat ja muut sukulaiset, valmentaja, tupakkapakkauset (kuvio 1).

Pohdinta

Tämän tutkimuksen perusteella 7.-luokkalaisten säännöllinen tupakkatuotteiden käyttö oli harvinaista, mutta tupakka- ja nuuskakokeilut tavallisia varsinkin maaseudulla, missä tupakkatuotteita raportoitui saatavan helpommin kuin kaupungissa. Yläkoululaiset olivat melko hyvin perillä tupakkatuotteiden haitoista, ja niistä oli saatu tietoa useista eri lähteistä. Maaseudun nuoret raportoivat useammin saavansa tietoa myös kavereilta.

Nuuskan käyttö on yleisesti lisääntynyt koko maassa, ja tämän tutkimuksen mukaan erityisesti maaseudulla kokeilut ovat yleisempiä kuin kaupungissa. Nuorten terveystapatutkimuksen mukaan vuonna 2019 nuuskaa oli kokeillut 14-vuotiaista pojista 13,0 % ja tytöistä 7,0 % (1), mikä on lähes saman verran kuin tässä tutkimuksessa.

Nuorten antamien vastauksien perusteella säännöllinen nuuskaaminen (silloin tällöin tai päivittäin) oli harvinaista, maaseudulla ja poikien keskuudessa hieman tavallisempaa kuin kaupungissa tai tyttöjen keskuudessa (taulukko 1). Tutkimukset ovat osoittaneet jo vuosikymmenten ajan nuuskaamisen olevan yleisempää pojilla (1, 8, 9). Tätä voisi selittää nuuskankäytön mieltäminen myönteiseksi etenkin urheilijoille pojille (2).

Vaikka tutkimuksemme mukaan tytöt kokeilevat nuuskaa poikia vähemmän ja suurin osa heistä ei käytä nuuskaa päivittäin tai edes silloin tällöin, nuuska on saavuttanut suosiotaan jo tyttöjenkin joukossa (5). Poikien nuuskaaminen voi heijastua myös tyttöihin; esimerkiksi poikakaverilta nuuskaa voi saada helposti, jolloin kokeilemisen kynnyks laskee (2). Tä-

män tutkimuksen perusteella tupakkaa ja nuuskaa oli kokeiltu ensimmäisen kerran keskimäärin 12-vuotiaana. Terveystietoisuutta tulisi aloittaa entistä aiemmin, ja nuuskaa tulisi käsitellä niin poikien kuin tyttöjenkin päihteenä. Lisäksi mahdollisuus nikotiiniriippuvuuden kehittymiseen tulee tuoda varhaisessa vaiheessa nuorten tietoon.

Yksi syy nuuskan käytön lisääntymiselle voi olla asenteiden muuttuminen suopeammiksi nuuskaa kohtaan. Sitä ei ehkä mielletä terveydelle yhtä haitalliseksi kuin tupakkaa. Lisäksi nuuskan käyttöä pidetään helppona ja kiinnijäämisen riskiä pienenä (5). Nuuskan käytön yleistymiseen voinee vaikuttaa myös tupakkalaki, jonka suojelun kohteena ovat erityisesti lapset ja nuoret (10). Tupakkalain myötä tupakointi on kielletty muun muassa julkisissa tiloissa ja kulkuneuvoissa, työpaikoilla sekä päiväkotien ja koulujen lähellä (10).

7.-luokkalaisten nuuskakokeilut olivat tässä tutkimuksessa samaa luokkaa kuin vastaavassa ikäluokassa viimeisimmän Nuorten terveystapatutkimuksen mukaan (1). Nuuskakokeilut olivat lähes yhtä tavallisia tyttöjen ja poikien keskuudessa. Ruotsalaisen tutkimuksen perusteella tupakointia ennustavia tekijöitä ovat naisukupuoli, matalahko itsetuottamus, vähemmän negatiivinen asenne tupakointia kohtaan sekä nuuskan kokeileminen (4). Tutkimustulostemme mukaan päivittäin tai silloin tällöin tupakoivia tyttöjä on enemmän kuin poikia, ja tämä yllättävä löydös on nähtävissä myös norjalaisessa tutkimuksessa (11). Nuuskakokeilut olivat maaseudulla huomattavasti yleisempiä kuin kaupungissa, ja syitä tähän merkitsevään eroon voidaan pohtia. Tupakoinnille altistavia tekijöitä ei kuitenkaan tutkittu tässä tutkimuksessa.

Tässä tutkimuksessa maaseudun korkeammat käyttö- ja kokeilumäärät koskien tupakkatuotteita voisivat selittyä myös sillä, että maaseudulla nuoret kokivat sekä nuuskan että tupakan hankkimisen helpommaksi kuin kaupungissa. Yhdysvaltalaisessa tutkimuksessa todettiin nuuskan käytön lisääntyneen etenkin maaseudulla. Siitä ilmeni myös, että nuorten ensikokei-

lut mahdollistuvat usein perheenjäsenten avulla. Nuuskaa saadaan joko vanhemmilta veljiltä tai isältä (12). Myös suomalaisen tutkimuksen mukaan nuoret saavat nuuskaa perheenjäseniltään (2). Tätä asiaa ei selvitetty tässä tutkimuksessa.

Kyselyyn annettujen vastauksien perusteella sekä kaupungin että maaseudun 7.-luokkalaisten olivat melko hyvin tietoisia nuuskan sekä tupakan aiheuttamista terveyshaitoista, mutta riippuvuuden synnystä mainitsi vain harva vastaajista. Vastausten perusteella nuoret olivat selvillä tupakkatuotteiden tavallisimmista vaikutuksista niin hampaistossa kuin koko elimistössä. Toisaalta vaikka eri terveyshaittoja ja sairauksia kuvattiin melko kattavasti, osassa vastaajien lukumäärä oli pieni.

Opetusta tupakkatuotteiden vaikutuksista terveyteen tarvitaan. Tutkimusten perusteella runsas nuuskan käyttö on yhteydessä ikenien vetäytymiseen ja hammaskaulojen paljastumiseen (13) sekä syöpäriskin lisääntymiseen (14). Lisäksi pitkäaikaisen nuuskan käytön on todettu olevan yhteydessä tyypin 2 diabetekseen ja sydän- ja verenkiertoelimistön sairauksiin (15–18). Raskaudenaikainen nuuskan käyttö voi olla yhteydessä raskaudenaikaisiin komplikaatioihin (19–21). Nuuskan yhteys syövän kehittymiseen on epäselvä (14, 22–26). Tupakan todettuja terveyshaittoja ovat muun muassa sydämen ja verenkiertoelinten sairaudet, keuhkoastma ja COPD sekä syöpäsairaudet, yleisimpänä keuhkosityöpä (27). Suusyövän sekä parodontiitin riski on myös suurempi tupakoivilla (28).

Tupakkatuotteiden käytön terveyshaittana on nikotiiniriippuvuus (27), joka on myös hoitoa vaativa sairaus (6). Nuoret ovat erityisen alttiita nikotiiniriippuvuuden kehittymiselle, ja nikotiini voi aiheuttaa pysyviä muutoksia kehittyvässä hermostossa (7). Nämä muutokset voivat ylläpitää syntynyttä nikotiiniriippuvuutta (8). Syntynyt nikotiiniriippuvuus voi johtaa useiden tupakkatuotteiden rinnakkaiseen käyttöön.

Varusmiestutkimusten perusteella tupakkatuotteiden yhteiskäyttö on tavallista (29, 30). Vuonna 2019 julkaistun varusmiestutkimuksen mukaan 40 % suoma-

laisista varusmiehistä tupakoi ja 34 % nuuskasi säännöllisesti (silloin tällöin tai päivittäin). Viidenes varusmiehistä sekä tupakoi että käytti nuuskaa. Kolmannes varusmiehistä, jotka aiemmin olivat polttaneet tupakkaa, käytti tutkimushetkellä nuuskaa päivittäin. Vastaavasti 40 % aiemmin nuuskanneista varusmiehistä poltti tutkimushetkellä tupakkaa päivittäin (30).

Sosiaalisessa mediassa ja internetissä vastaan tuleva tieto kiinnostaa nuoria, mikä ilmeni sekä maaseudun että kaupungin nuorten vastauksista. Sosiaalisen median kanavia voisikin hyödyntää terveysohjauksessa nykyistä tehokkaammin. Sen sijaan esimerkiksi terveystiedon tunneilta sekä oppikirjoista saatu tieto koetaan vanhanaikaiseksi sekä ”yliampuvaksi”. Terveyshaittojen ja sairauksien ilmaantumisen uskotaan olevan vasta vuosikymmenten aktiivisen nuuskan käytön seurauksena, jolloin samaistuminen tilanteeseen on vaikeaa. Jo varhaisessa vaiheessa tupakkatuotteiden käytön seurauksena voi syntyä nikotiiniriippuvuus, jota tässä tutkimuksessa vain harva nosti esille tupakan tai nuuskan käytön terveyshaittana. Nikotiiniriippuvuus on sairaus, joka koskettaa myös nuoria.

Eri koulujen suhtautuminen nuorten nuuskan käyttöön vaihtelee; yleisesti se ei kuitenkaan ehkä ole yhtä kielteistä tupakointiin verrattuna. (5). Nuorten mielestä nuuskaan verrattuna tupakoinnin terveyshaittoja tuodaan esille paljon enemmän ja monilta eri tahoilta. Samoin kuin nuuskan kohdalla, koulusta saatu ”virallinen” informaatio tupakan vaikutuksista koetaan usein liioittelevaksi, mikä tekee valistuksesta epäuskottavaa (5). Mielenkiintoista on, miten tässä tutkimuksessa maaseudulla asuvat nuoret kokivat saaneensa kaverilta suurimman osan tiedosta nuuskan terveyshaittoista ja sairauksista, mikä ei näkynyt kaupunkilaisnuorten vastauksista.

Valmentajilta tullut tieto nuuskasta sekä omaan urheilulajiin liittyvät esimerkit jäävät hyvin nuorten mieleen, mutta valmentajien käsitykset nuuskasta ja sen haitallisuudesta vaihtelevat (5). Syitä tähän voivat olla puutteet tietämyksessä sekä välinpitämättömyys. Myös valmentajan oman nuuskan käytön voi ajatel-

la lisäävän myönteistä asennoitumista nuuskan käyttöön. Vuonna 2018 tehdyn tutkimuksen mukaan 62,4 % kyselyyn vastanneista jääkiekkoilijanuorista tiesi valmentajansa käyttävän nuuskaa (31).

On erittäin tärkeä ymmärtää nuorten näkemyksiä ja maailmaa, kun suunnitellaan keinoja tupakkatuotteiden käytön vähentämiseen (5). On tärkeä ymmärtää tupakkatuotteiden käyttöön johtaneita syitä, alueellisia eroja tupakkatuotteiden käytössä sekä nuorten toimintatapoja ylipäätään, jotta ehkäisy pystytään kohdistamaan oikeisiin asioihin mahdollisimman tehokkaasti (2). Tupakkatuotteiden käyttöön nuorten keskuudessa tulee puuttua mahdollisimman varhaisessa vaiheessa, sillä iso osa aikuisista tupakkatuotteiden käyttäjistä on aloittanut käytön lapsena tai nuorena (32). Tutkimusten mukaan suun terveydenhuollossa annettu tupakkavalistus on tehokasta (33) ja tupakkatuotteiden käytöstä tulisi systemaattisesti kysyä jo nuorilta (6). Nikotiiniriippuvuus on sairaus, jota tulisiikin tuoda selkeästi esille nuorille suunnatuissa opetuksissa. Tupakkattomien nuuskatuotteiden yleistessä nikotiinin terveyshaittojen esille tuominen korostuu entisestään.

Vaikka tutkimuksestamme saatiin arvokasta tietoa nuorten tupakkatuotteiden käytöstä, tutkimusjoukko on kuitenkin pieni, joten tulosten voidaan katsoa olevan suuntaa-antavia. Tieto tupakkatuotteiden käytöstä oli nuorten itsensä raportoimaa, jolloin on mahdotonta olla täysin varma tulosten luotettavuudesta. On mahdollista, että tupakkatuotteiden käyttöä on aliarvioitu.

Johtopäätökset

Tulosten perusteella kattavaa tupakkaa ja nuuskavalistusta tulisi kohdistaa sekä maaseudulla että kaupungeissa asuviin nuoriin entistään aiemmin, jotta kokeilumäärät saataisiin kuriin. Vaikka säännöllinen tupakkatuotteiden käyttö oli tutkimusjoukossa harvinaista, on se kuitenkin yleistä joukossa, joka ei lain mukaan saa hankkia tupakkatuotteita lainkaan.

Nuoret olivat melko hyvin tietoisia tupakkatuotteiden terveyshaittoista, mutta nikotiiniriippuvuuden mainitsi vain harva

vastaajista. Internetin sekä sosiaalisen median potentiaalia tulisi valistustoiminnassa korostaa. Kun tietoisuus nuorten oletuksista, tottumuksista ja asenteista lisääntyy, voidaan ehkäisyä toteuttaa mahdollisesti kohdennetummin. ■

The use of tobacco products among adolescents and their awareness of the health effects

This survey was targeted at seventh graders living in both the countryside and the city. Our aim was to find out the snuffing and smoking habits of young people and how easy it is for schoolchildren to buy snuff and cigarettes in their community. Furthermore, the aim was to study from where the responders had received information about the health effects of tobacco products and what they considered these health effects might be.

The questionnaire survey was performed in the rural municipality of Muhos and one upper comprehensive school in the city of Oulu in 2018–2019. The survey was answered by 143 seventh graders living in the countryside and 129 living in the city. As background information, age and gender were collected from the respondents. The data were described through frequencies and distributions, differences between the groups were compared using a chi square test. The obtaining of tobacco and snuff products was analyzed by the Mann-Whitney nonparametric test. The open questions were analyzed by means of qualitative research.

Regular use of tobacco products by the seventh graders was rare, but experiments with these were common. Young people from the countryside had tried snuff and cigarettes more often than the ones in the city. The obtaining of tobacco products was also reported to be easier in the countryside than the city. All respondents were quite aware of the health effects of tobacco products, whereas only 6% of the respondents mentioned nicotine addiction. They had received most of the information from social media, the Internet, television/radio and from friends.

In conclusion, because first-time experiments with tobacco products are common, and even more common-

ly in the countryside than in the city, the target population/individuals and the time of education should be care-

fully evaluated. Awareness of nicotine addiction should be increased among adolescents. ■

Kirjallisuus

- Kinnunen JM, Pere L, Raisamo S, Katainen A, Myöhänen A, Lahti L. ym. Nuorten terveystapatutkimus 2019: Nuorten tupakkatuotteiden ja päihteiden käyttö sekä rahapelaaminen; 2019. [http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/161741/STM_2019_56_Nuorten_terveystapatutkimus_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y]. Haettu 18.4.2020.
- Piispa M. Nuuska ja nuoret; 2018. [http://www.ehyt.fi/sites/default/files/tiedostot/nuuska_ja_nuoret_0.pdf]. Haettu 17.1.2020.
- THL. Elintavat – Lapset, nuoret ja perheet. [<http://thl.fi:8080/fi/web/lapset-nuoret-japerheet/tutkimustuloksia/elintavat>]. Haettu 17.1.2020.
- Joffer J, Burell G, Bergström E, Stenlund H, Sjörs L, Jerdén L. Predictors of smoking among Swedish adolescents. BMC Public Health 2014; 14: 1296.
- Salomäki S, Tuisku J, Sorvari M, Laivisto V, Pylkkänen L. Nuuska nuorten maailmassa: nuorten käsityksiä ja kokemuksia nuuskasta ja nuuskan käytöstä. Helsinki: Suomen Syöpäyhdistys; 2013. [<https://s3-eu-west-1.amazonaws.com/frantic/syopa-jarjestot/Nuuska-nuorten-maailmassa.pdf>]. Haettu 17.1.2020.
- Suomalaisen Lääkäriseuran Duodecimin ja Suomen Yleislääketieteen yhdistyksen asettama työryhmä. Tupakka- ja nikotiiniriippuvuuden ehkäisy ja hoito (19.6.2018). [<https://www.kaypahoito.fi/hoi40020>]. Haettu 17.1.2020.
- Siqueira LM. Committee on substance use and prevention. Nicotine and tobacco as substances of abuse in children and adolescents. Pediatrics 2017; 139(1): e20163436.
- Lydon DM, Wilson SJ, Child A. ym. Adolescent brain maturation and smoking: what we know and where we're headed. Neurosci Biobehav Rev 2014; 45: 323–42.
- Elo S, Kyngäs H. The qualitative content analysis process. Journal of Advanced Nursing 2008; 62(1): 107–15.
- Tupakkalaki. [<https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2016/20160549?search%5Btype%5D=pika&search%5Bpika%5D=tupakkalaki>]. Haettu 16.9.2020.
- Grotvedt L, Stigum H, Hovengen R, Graff-Iversen S. Social differences in smoking and snuff use among Norwegian adolescents: a population based survey. BMC Public Health 2008; 22; 8: 322.
- Couch ET, Darius E, Walsh MM, Chaffee BW. Smokeless tobacco decision-making among rural adolescent males in California. J Community Health 2017; 42(3): 544–50.
- Andersson G, Warfvinge G. The influence of pH and nicotine concentration in oral moist snuff on mucosal changes and salivary pH in Swedish snuff users. Swed Dent J 2003; 27(2): 67–75.
- Zendehelel K, Nyren O, Luo J, Dickman PW, Boffetta P, Englund A. ym. Risk of gastroesophageal cancer among smokers and users of Scandinavian moist snuff. Int J Cancer 2008; 122(5): 1095–9.
- Arefalk G, Hergens MP, Ingelsson E, Arnlov J, Michaelsson K, Lind L. ym. Smokeless tobacco (snus) and risk of heart failure: results from two Swedish cohorts. 2012; 19: 1120–7.
- Hergens MP, Alfredsson L, Bolinder G, Lambe M, Pershagen G, Ye W. Long-term use of Swedish moist snuff and the risk of myocardial infarction amongst men. J Intern Med 2007; 262(3): 351–9.
- Hergens MP, Lambe M, Pershagen G, Terent A, Ye W. Smokeless tobacco and the risk of stroke. Epidemiology 2008; 19(6): 794–9.
- Lanza GA, Careri G, Crea F. Mechanisms of coronary artery spasm. Circulation 2011; 124(16): 1774–82.
- Wikström A, Cnattingius S, Stephansson O. Maternal use of Swedish snuff (snus) and risk of stillbirth. Epidemiology 2010; 21(6): 772–8.
- Wikström A, Cnattingius S, Galanti MR, Kiehl H, Stephansson O. Effect of Swedish snuff (snus) on preterm birth. BJOG 2010; 117(8): 1005–10.
- Wikström A, Stephansson O, Cnattingius S. Tobacco use during pregnancy and preeclampsia risk: effects of cigarette smoking and snuff. Hypertension 2010; 55(5): 1254–9.
- Araghi M, Rosaria Galanti M, Lundberg M, Lager A, Engstrom G, Alfredsson L. ym. Use of moist oral snuff (snus) and pancreatic cancer: pooled analysis of nine prospective observational studies. Int J Cancer 2017; 141(4): 687–93.
- Lewin F, Norell SE, Johansson H, Gustavsson P, Wennerberg J, Björklund A. ym. Smoking tobacco, oral snuff, and alcohol in the etiology of squamous cell carcinoma of the head and neck: a population-based case-referent study in Sweden. Cancer 1998; 82(7): 1367–75.
- Luo J, Ye W, Zendehelel K, Adami J, Adami HO, Boffetta P. ym. Oral use of Swedish moist snuff (snus) and risk for cancer of the mouth, lung, and pancreas in male construction workers: a retrospective cohort study. Lancet 2007; 369(9578): 2015–20.
- Roosaar A, Johansson AL, Sandborgh-Englund G, Nyren O, Axell T. A long-term follow-up study on the natural course of snus-induced lesions among Swedish snus users. Int J Cancer 2006; 119(2): 392–7.
- Roosaar A, Johansson AL, Sandborgh-Englund G, Axell T, Nyren O. Cancer and mortality among users and nonusers of snus. Int J Cancer 2008; 123(1): 168–73.
- Vähänen M. Tupakoinnin yhteiskunnalliset kustannukset ja niiden arviointimenetelmät. Helsinki: Terveystieteiden tutkimuskeskus; 2015. [http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/126796/URN_ISBN_978-952-302-503-5.pdf]. Haettu 17.1.2020.
- Heikkinen, Meurman, Sorsa. Tupakka, nuuska ja suun terveyst. Duodecim 2015; 131(21): 1975–80.
- Tanner T, Kämppi A, Pääkkilä J, Järvelin M-R, Patinen P, Tjäderhane L, Anttonen V. Association of smoking and snuffing with dental caries occurrence in a young male population in Finland: a cross-sectional study. Acta Odontol Scand 2014; 72: 1017–24.
- Danielsson M, Lammi A, Siitonen S, Ollgren J, Pylkkänen L, Vasankari T. Alarming development of dual snus and cigarette usage among young Finnish males. BMC Public Health 2019; 19: 1249.
- Korhonen Jemina ja Luntinen Emma. Alle 18-vuotiaiden jääkiekkoliigajoiden nuuskan käyttö pääkaupunkiseudulla. Laurea-ammattikorkeakoulu; 2018. [https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/149670/Korhonen_Jemina_ja_Luntinen_Emma.pdf?sequence=1]. Haettu 17.1.2020.
- U.S. Department of Health and Human Services. Preventing tobacco use among youth and young adults: A report of the surgeon general. National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion (US) Office on Smoking and Health. Centers for Disease Control and Prevention (US) 2012.
- Carr AB, Ebbert J. Interventions for tobacco cessation in the dental setting. Cochrane Database Syst Rev 2012; 2012(6): CD005084.

Kirjoittajat

Jutta Kaijalainen, HLK
Oulun yliopisto

Hanna Harjula, HLK
Oulun yliopisto

Vuokko Anttonen, professori, emerita
Oulun yliopisto

Tarja Tanner, HLT, EVHL
Oulun yliopisto ja OYS
tarja.tanner@oulu.fi

Artikkeli on osa Jutta Kaijalaisen ja Hanna Harjulan syventävien opintojen tutkielmaa.