

# Päihnteiden käyttö Keski-Uudellamaalla vuonna 2022

[keusote.fi](https://keusote.fi)

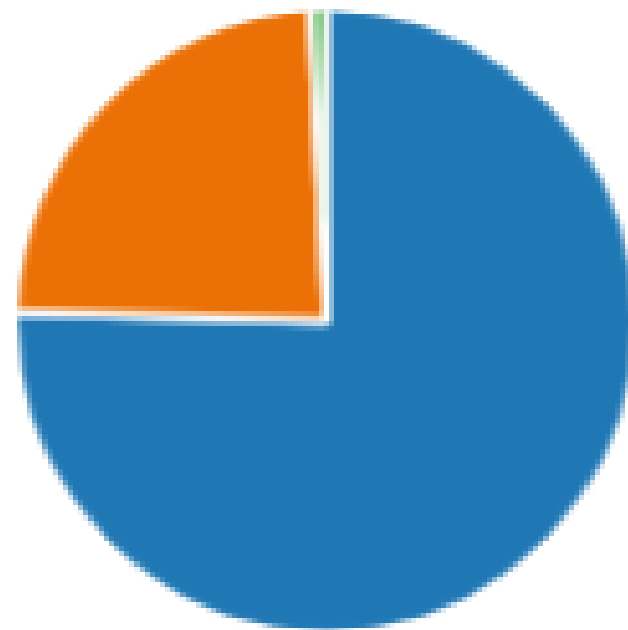
HYVINKÄÄ | JÄRVENPÄÄ | MÄNTSÄLÄ | NURMIJÄRVI | PORNAINEN | TUUSULA

# Kysely auki ajalla 7.11.- 31.12.2022

- Nettikysely
- Keusoten ja kuntien nettisivuilla, järjestöjen kuukausiviestin kautta, seurakuntien yhdyshenkilöiden ja kuntien hyte-henkilöiden kautta
- Vastauksia yhteensä 265

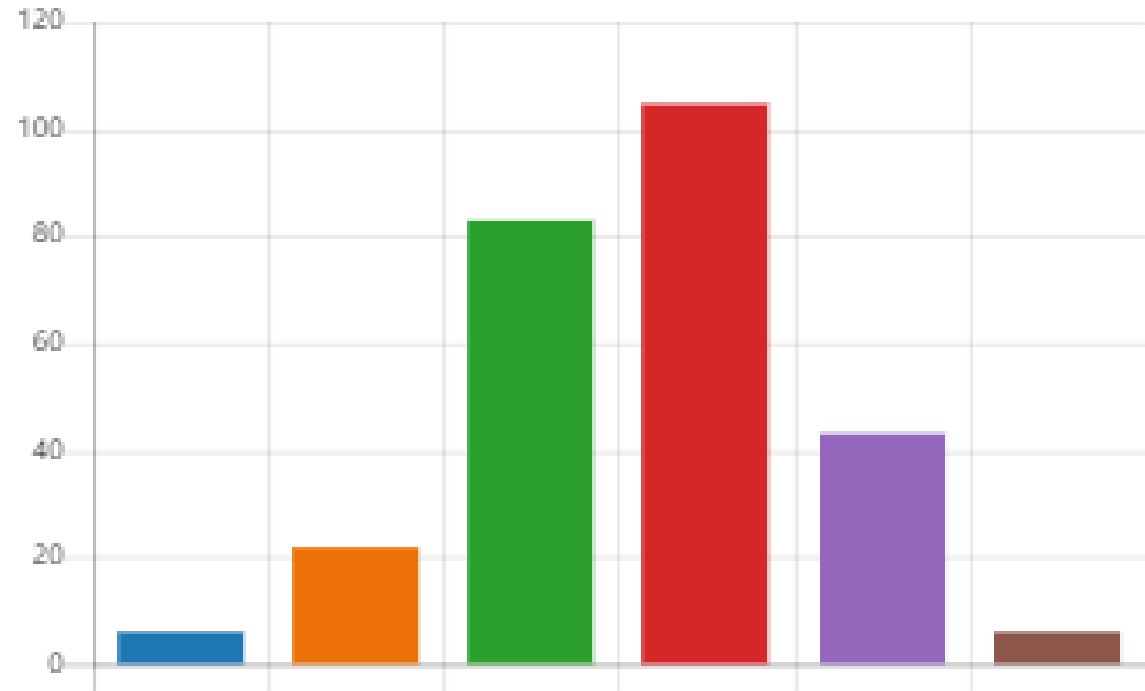
# Vastanneiden sukupuoli

 nainen	75%	200
 mies	24%	63
 muu	1%	2










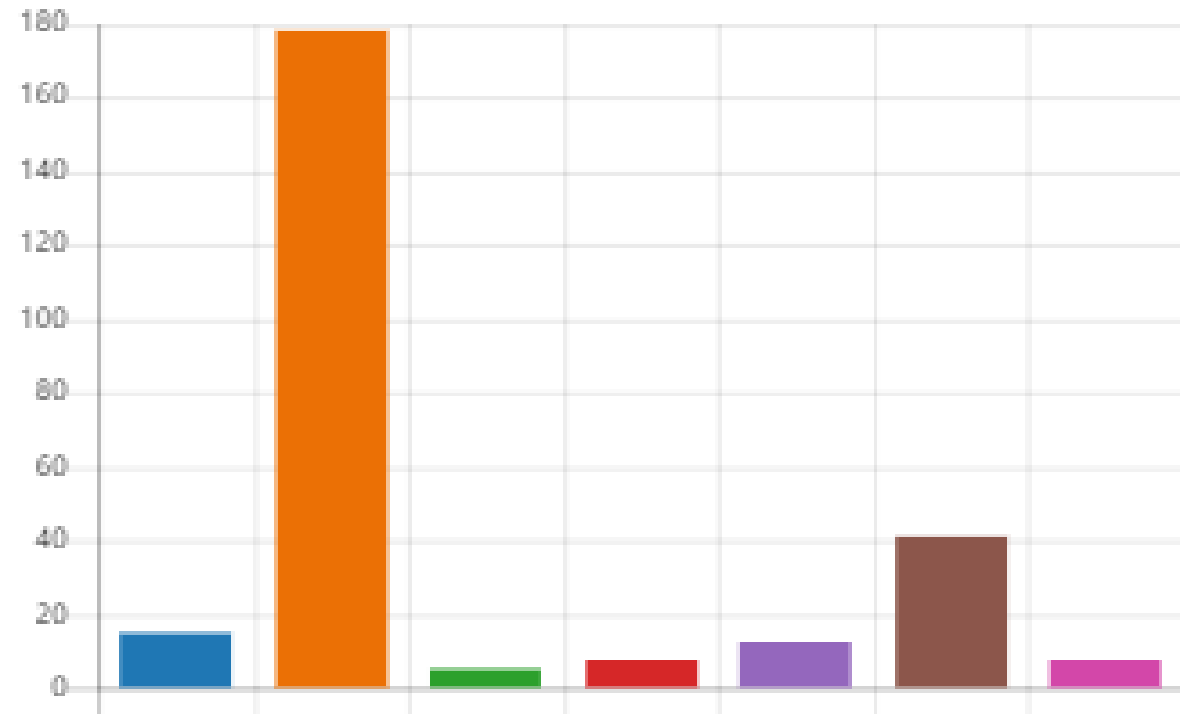
# Ikäryhmä

● alle 18	2%	6
● 18-30 vuotta	8%	22
● 31-45 vuotta	32%	83
● 46-60 vuotta	40%	105
● 61-75 vuotta	16%	43
● yli 75 vuotta	2%	6



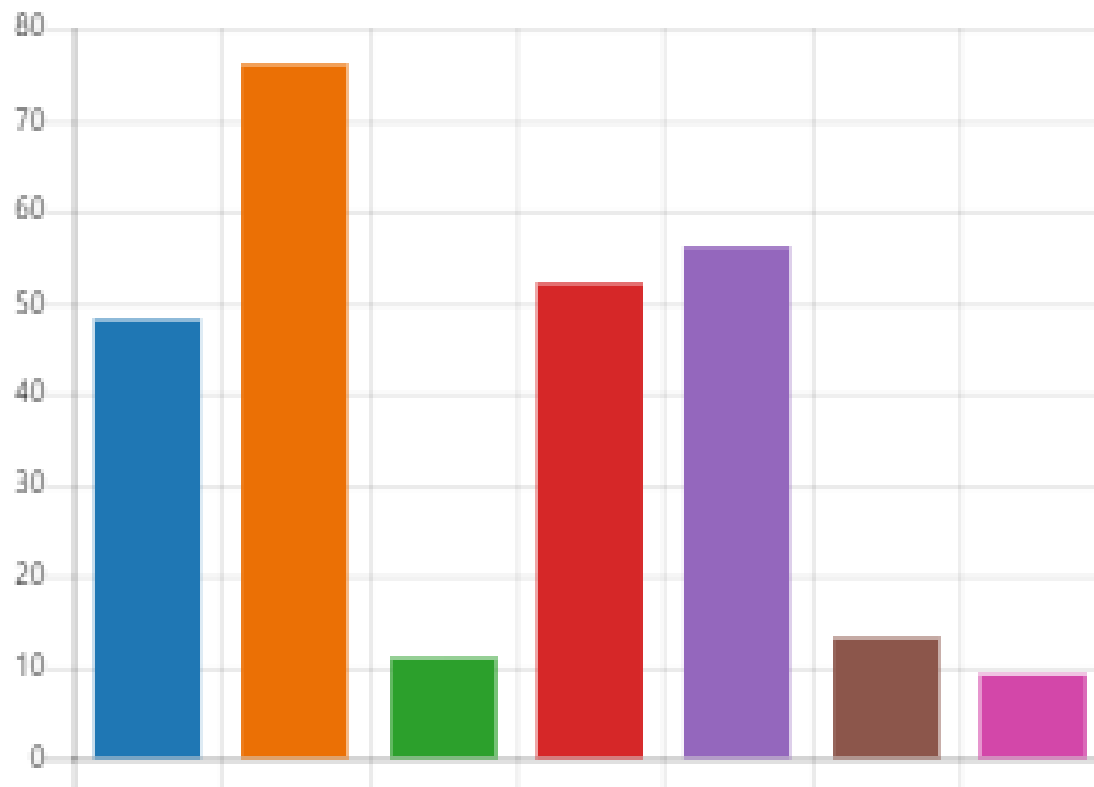
# Ensisijaisesti

	koululainen tai opiskelija	15	6%
	palkkatyössä	178	67%
	yrittäjä	5	2%
	työtön	7	3%
	työelämän ulkopuolella (esim. ...	12	4%
	eläkkeellä	41	15%
	en halua vastata	7	3%








# Asuinkunta

● Hyvinkää	18%	48
● Järvenpää	29%	76
● Mäntsälä	4%	11
● Nurmijärvi	20%	52
● Tuusula	21%	56
● Pornainen	5%	13
● Muu	3%	9



# Oletteko havainneet kunnassanne viimeisen 12 kuukauden aikana alaikäisille ?

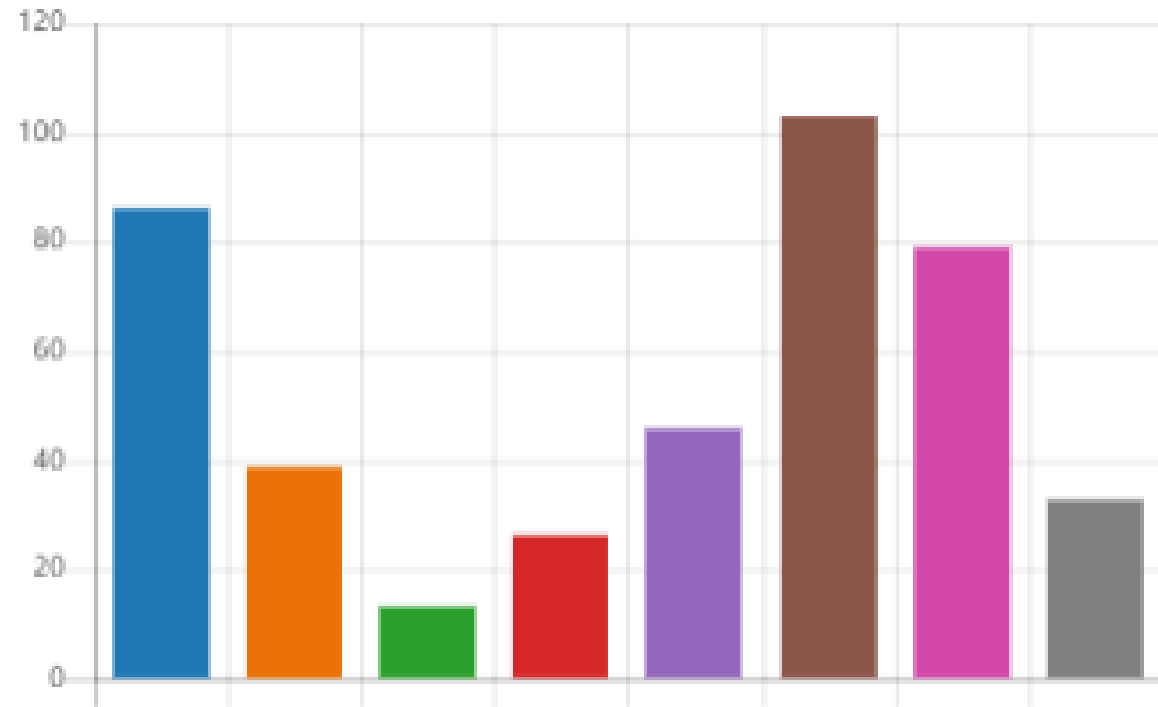
(Voit valita useamman vaihtoehdon)

	alkoholin välittämistä	68	19%	↓
	tupakkatuotteiden välittämistä	66	18%	↓
	huumausaineiden välittämistä	71	19%	↑
	en ole havainnut	131	36%	↑
	en osaa sanoa	30	8%	








# Oletteko havainneet kunnassa viimeisen 12 kuukauden aikana ikääntyneiden lisääntyntä ? (Voit valita useamman vaihtoehdon)

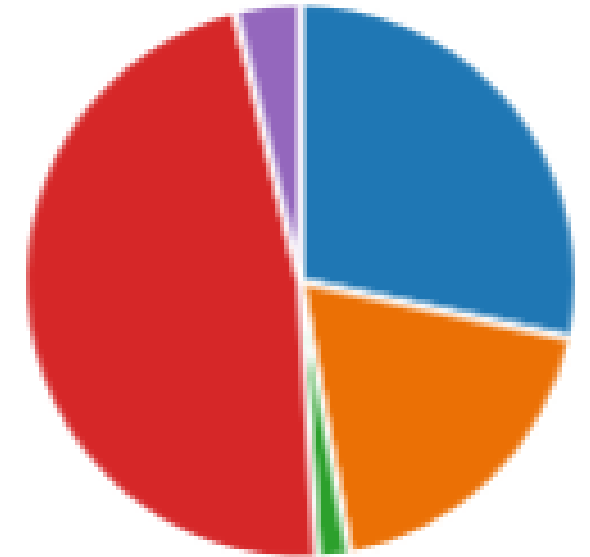
alkoholin käyttöä	86
tupakointia	39
nuuskaamista	13
huumausaineiden käyttöä	26
rahapelaamista	46
yksinäisyyttä	103
en ole havainnut	79
en osaa sanoa	33









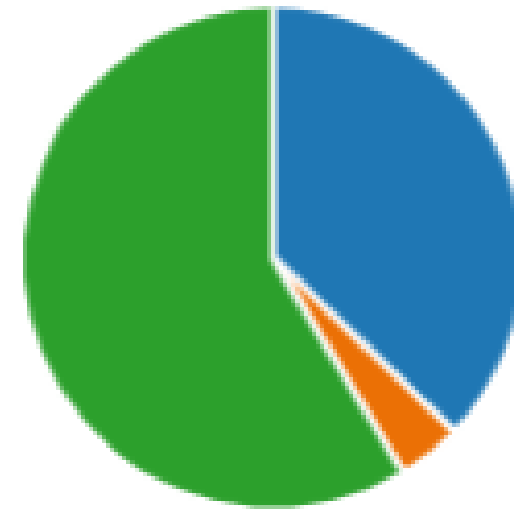
# Oletteko viimeisen 12 kk:n aikana pelännyt kadulla tai muulla julkisella paikalla kohtaamianne päihtyneitä?

 kyllä, enemmän kuin aikaisem... 75 28% ↑
 kyllä, saman verran kuin aikais... 50 19% ↓
 vähemmän kuin aikaisemmin 5 2%
 en ole pelännyt 125 47% ↓
 en osaa sanoa 10 4%



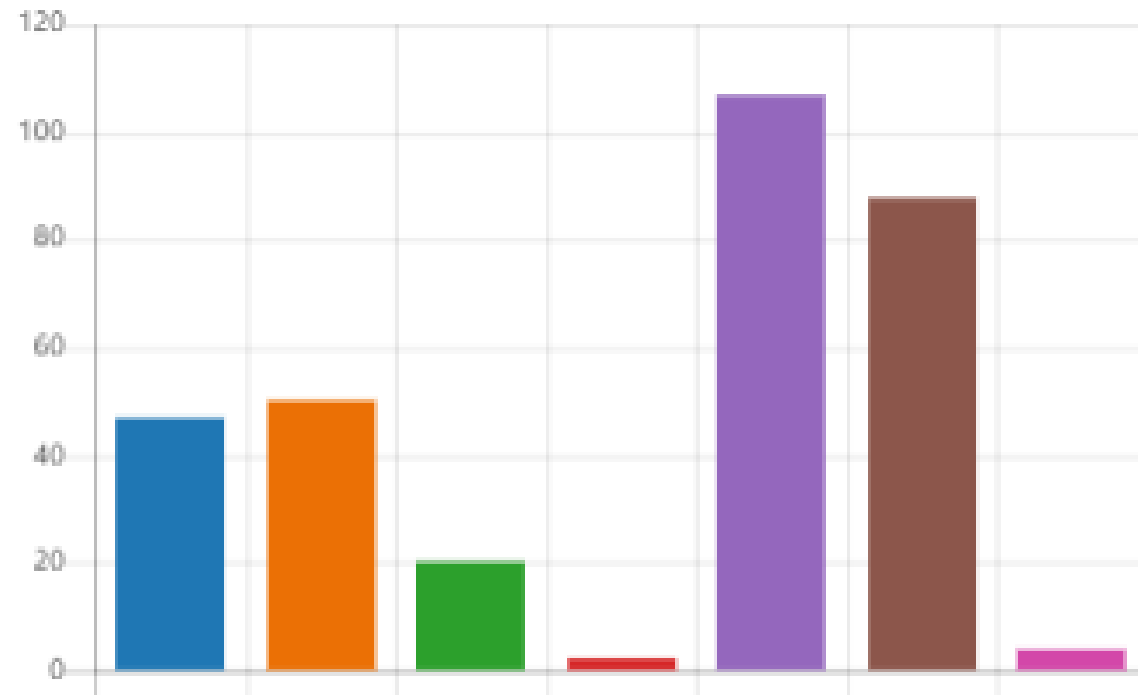
# Oletteko viimeisen 12 kk:n aikana ollut huolissanne läheisenne alkoholinkäytöstä ?

 kyllä	98	37%
 en osaa sanoa	11	4%
 en	155	59% 







# Onko teiltä edellisen 12 kuukauden aikana kysytty terveydenhoitohenkilöstön vastaanotolla? (vastauksia 318)

● alkoholin käytöstä ja annettu t...	47
● tupakoinnista ja annettu tarvit...	50
● huumausaineiden käytöstä ja ...	20
● rahapeli riippuvuudesta ja ann...	2
● olen käynyt, mutta ei ole kysyt...	107
● en ole käynyt vastaanotolla	88
● en osaa sanoa	4







# Saako Keusotesta mielestäsi helposti tukea alkoholinkäytön lopettamiseen?

 saa	8	3%
 jonkin verran	24	9%
 ei saa	90	34%
 en osaa sanoa	143	54%







# Saako Keusotesta mielestäsi helposti tukea tupakoinnin lopettamiseen?

 saa	10	4%
 jonkin verran	23	9%
 ei saa	67	25% ↑
 en osaa sanoa	165	62%






# Saako Keusotesta mielestäsi helposti tukea huumausaineiden käytön lopettamiseen?

 saa	6	2%	
 jonkin verran	21	8%	↑
 ei saa	89	34%	↑
 en osaa sanoa	149	56%	










# Saako Keusotesta mielestäsi helposti tukea rahapeliriippuvuudesta irti pääsemiseen?

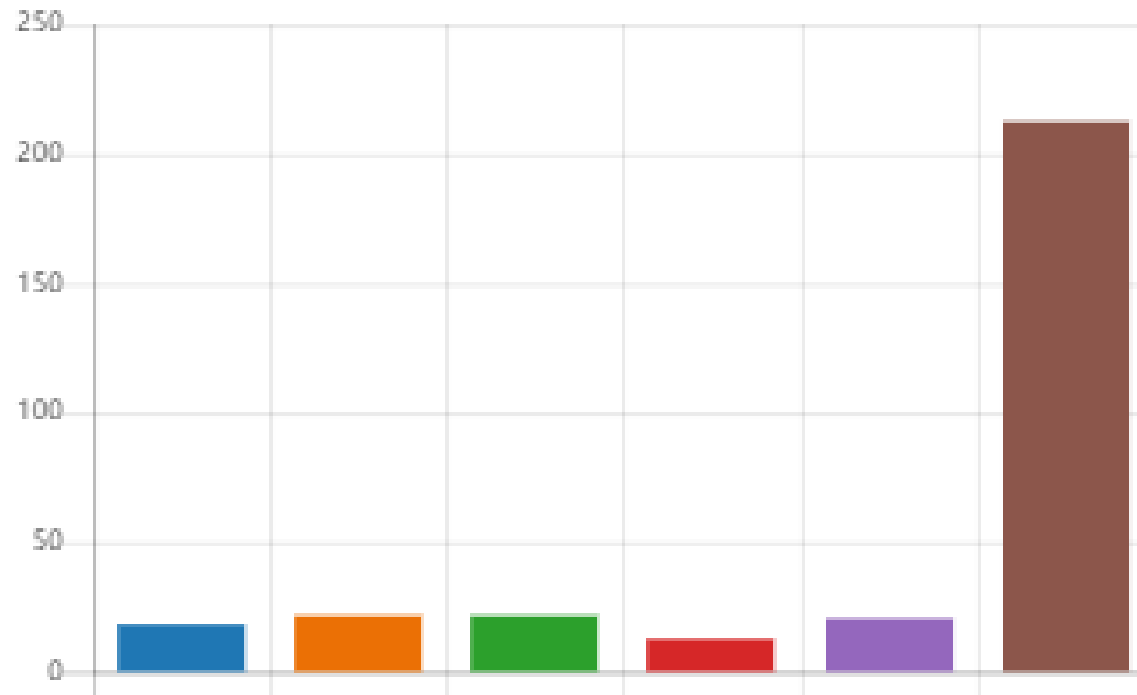
 saa	2	1%	
 jonkin verran	17	6%	↑
 ei saa	67	25%	↑
 en osaa sanoa	179	68%	



# Oletko nähnyt kuntasi ja/tai Keusoten toimesta tiedotettavan?

(Voit valita useamman vaihtoehdon)

	tupakoinnin lopettamisen tuki...	18
	alkoholinkäytön lopettamisen ...	22
	huumaussaineiden käytön lope...	22 
	rahapeliriippuvuudesta irtautu...	12
	en osaa sanoa	20
	en ole nähnyt tiedotteita näihi...	212





**Millaisia toimenpiteitä Keusoten alueella/kunnassanne pitäisi mielestäsi tehdä, jotta alueellamme voidaan vähentää alkoholin, tupakkatuotteiden ja huumeusaineiden käyttöä sekä rahapelaamista? (180)**



**KEUSOTE**  
Keski-Uudenmaan hyvinvointialue

Haasteita 2022	Toiveita Keusotelle	Sähköiset palvelut	Viestintä, valistus	Yhteistyö	Ikä huomiot
Henkilökuntavaje – mipä palvelut	Matalan kynnykset palvelut – walk in – kaikissa kunnissa	Hyviä osana koko muuta hoitoa	Tietoiskuja	Koulut – koti yhteistyö (infot – työpajat - tunnekasvatus)	Lasten ja nuorten valistus varhaisessa vaiheessa
Paneudutaan juurisyihin, ei vain näkyvään osaan	Lähipalvelut (kaikkiin kuntiin – helppo saavutettavuus)	Nettisivuilla selkeästi miten saa apua – tukipalvelut = palveluiden näkyvyys	Materiaalia kotiin / helposti saataville	Poliisi	Varhaisnuorten ja nuorten syrjäytymisen ehkäisy
Unohdetut yhteydenotot (huoli-ilmoitus)	Fyysiset kontaktit	Anonyymi mahdollisuus	Esitelmiä - opetusta	Peliautomaatit pois kaupoista - valvontaan	Lasten ja nuorten hyvinvoinnin tukeminen
Peruutetut terapiat	Hoito tiivistä ja henkilökohtaista	Haastavia vielä joillekin toimijoille	Paikallislehdet	Päiväkodit	Jalkautuminen eri ikäryhmien pariin - viikonloput
Masennuksen hoito samanaikaisesti/heti	Omalääkäri/ vastaava hoitaja - tuki		Kampanjat eri ikäryhmille	Tiloja / vapaa-ajanviettopaikkoja – yökahvila, joissa ammattilaisia	Ikääntyneiden yksinäisyys
Päihdeavohuollon puute	Nopea reagointi – helppo ja välitön pääsy hoitoihin		Valistusta kannabiksen käytön tunnistamisesta vanhemmille	Perheet/ läheiset	
Henkilökunnan päihderiippuvuuden-osaamisen parantaminen (päihdelääkäri)	Kriisipäivystys ilman lähetettä, mahdollisimman myöhään			3. Sektori - Ehkäisevää toimintaa (harrastukset)	
Ennaltaehkäisevien palveluiden puute	Palvelut sinne missä asiakkaat ovat			Tupakointikielto – sähkötupakka (koulujen tiukemmat säännöt)	
Mistään ei saa mipä-palveluita – avun saaminen vaikeaa	Terapiat etulinjaan (ei arvio)			Kaupat (pakka-toimina)	
Wärtsilänkatu 10 – päihteiden välitys	Huumetestit ja huumeidenkäyttöhuoneet				
Palvelut on viety kauas	Kokemusasiantuntijat ja vertaistuki takaisin palveluihin				
Stigma	Laitoskuntoutus myös pelaamiseen				
Kannabiksen ja nuuskan laillistaminen?	”Vinkkipuhelin”, mihin voi jättää tietoa havainnoista				

1. Kunnan eri toiminnoissa (mm. nuorisotyö, koulut ja oppilaitokset) pitää olla moniammatillisesti suunnitellut, selkeät ja koko henkilöstölle perehdytetyt toimintaohjeet nuorten päihdeiden käyttöön ja pelaamiseen puuttumiseen sekä puheeksiottoon.
2. Kouluissa ja oppilaitoksissa tulee olla moniammatillisesti suunnitellut ja tavoitteelliset ehkäisevän päihdetyön suunnitelmat.
3. Kouluissa ja oppilaitoksissa pitää toteuttaa suunnitelmallisesti ja säännönmukaisesti kaikille ikäluokille tutkitusti vaikuttavia ehkäisevän päihdetyön oppituntisisältöjä tasapuolisesti eri päihdeistä, ei vain mediassa esiin nousevista ilmiöistä. Eivätkä nämä oppitunnit saa syrjäyttää terveystiedon oppitunteja.
4. Ehkäisevän päihdetyön lain mukaisesti kunnissa tulee olla toimielin, joka vastaa siitä, että kunnan eri toiminnoissa on kyseiseen toimialaan liittyen riittävä osaaminen ehkäisevän päihdetyön toimenpiteistä. Ehkäisevän päihdetyön yhdyshenkilö toimii yhteistyössä toimielimen kanssa ja mikäli hänen työnkuvastaan vain osa on ept-yhdyshenkilötoimintaa, hänellä on kuitenkin oltava riittävästi resurssia, että hän kykenee tukemaan kunnan eri toimialoja tarvittavan ehkäisevän päihdetyön koulutuksen hankkimiseksi kyseisen toimialan henkilöstölle.
5. Päihde- ja mielenterveyspalveluissa asiakkaat tulee kohdata ihmisinä, eikä vain päihdeidenkäyttäjinä, ja asiakkaiden tulisi saada palvelua "yhden luukun" -periaatteella. Lisäksi asiakkaiden haasteita tulisi käsitellä kokonaisuutena, eikä vain päihde- tai mielenterveysongelmana.

Ehkäisevä päihdetyö ei ole vain nuoriin kohdistuvaa toimintaa, vaan kohdentuu koko väestöön. Tämän vuoksi kuntien tulee tehdä tiiviisti yhteistyötä myös kunnan alueella toimivien alkoholi- ja nikotiini tuotteita myyvien yritysten kanssa, jotta myös yritykset ymmärtävät roolinsa osana ehkäisevää päihdetyötä

Toimenpiteitä tulisi tehdä monella eri tasolla ja monentasoisesti ongelman asteesta ja luonteesta riippuen. Palvelumahdollisuudet ja niiden sisältö tulee tehdä helposti näkyväksi ja selkeiksi, jotta palvelut löydetään. Lisäksi palvelut tuli saada toimimaan myös matalalla kynnyksellä. Asiaan liittyy paljon leimautumisen pelkoa, joten tämä olisi hyvä myös huomioida palvelujen järjestämisessä. Sähköiset järjestelmät ja palvelut eivät missään muotoa korvaa ja saa korvata ihmiskontaktia, mutta sähköinen yhteydenottomahdollisuus muun rinnalla on suotavaa, sillä se voi joissain tapauksissa helpottaa kynnystä ottaa ensimmäistä kertaa yhteyttä avun saamiseksi. Toki monen kuntalaisen, kuten vanhusten kohdalla tämä ei välttämättä onnistu. Palveluiden saatavuus ja oikea-aikaisuus on tärkeää, sillä monessa riippuvuusongelmassa aikajänne on lyhyt: kun ihmisellä syntyy halu lähteä hoitamaan itseään, tulisi siihen vastata mahdollisimman pian ja tehdä hoitopolun vaiheet saumattomiksi. Tämä hoitopolun saumattomuus ajallisesti tulisi huomioida myös esim. katkaisuhoidon ja laitoshoidon välillä.

Sen lisäksi, että kunnassa työskentelee päihdetyön työntekijöitä, tulisi muidenkin sosiaali- ja terveysalan työntekijöiden koulutuksesta asiaan liittyen pitää jatkuvaa huolta, jotta he osaavat tunnistaa näitä asioita ja luontevasti ottaa asioita keskusteluun. Koska riippuvuudet yleisesti ottaen kytkeytyvät tiukasti tunne-elämän tekijöihin, tarvitaan fysiologisen ymmärryksen lisäksi paljon osaamista vastata tähän kokonaisuuteen ja kykyä ymmärtää juurisyitä. Ilman juurisyyn hoitamista ja huomioimista riippuvuusongelma käytännössä jatkuu, sillä se on usein ilmentymä tunne-elämän ja elämänhallinnan haasteista. Tämä vaatii usein riittävän pitkää hoitosuhdetta, jotta turvan kokemus ja luottamus saavutetaan kipeiden asioiden kohtaamiseksi. Riippuvuusongelmaa ei ole mahdollista mielestäni hoitaa muutamalla käyntikerralla, sillä ongelmat ovat paljon syvemmällä. Usein ihmisellä itsellään on paljon suurempi ymmärrys niistä haitoista, joita riippuvuusikäyttäytyminen aiheuttaa ja harvoin hän tarvitsee muutokseen niinkään valistusta, vaan syvempää muutosta. Usein päihde tai pelaaminen toimivat "lääkkeenä", jollekin ja tämä jokin tulisi tavoittaa. Toki tunne-elämän hoitamisen lisäksi tarvitaan kokonaisvaltaista otetta, palveluohjauksellista työtä, sillä monesti huomiota saattaa vaatia moni muikin asia elämässä, kuten raha-asiat, asuminen, fyysinen terveys jne. Kuten kaikessa muissakin sosiaali- ja terveysalan palveluissa, myös tässä, tärkeäksi nousevat turvan kokemuksen, nähdyn ja kuullun tuleminen kokemuksen toteutumisen tärkeys. Pelkän sähköisen asiointin takaa tai lomakkeilla tämä ei valitettavasti toteudu. Liikaksi ihmistä tarkastellaan osina, kun todellisuudessa ihminen on kokonaisuus. Tuloksellisuus jää uupumaan, jos ihminen "pilkotaan" osiin. Eri erikoistumisalojen pitäisi jo vihdoin sairaanhoidossakin osata alkaa tekemään yhteistyötä.

Palveluiden lisäksi työmuodot ovat hyvä olla moninaisia, niin yksilötapaamisia kuin ryhmätapaamisia. AA ja NA-ryhmät palvelevat kyllä osaa, mutta mielestäni myös muun tyyppisille terapeuttisille ryhmille olisi tarvetta. Monille ryhmään meno on suuri kynnys ja siitä on monen vaikea aloittaa. Mutta myöhemmin osana omaa hoitoa voi toimia hyvin, sillä lopulta on vaikea parantua vain oman pään sisällä, vaan paraneminen lopulta tapahtuu suhteissa, suhteissa muuhun maailmaan ja muihin ihmisiin. Tämä voi toimia myös hyvänä alustana uusien ystävien löytämiselle ja riippuvuusvapaalle toiminnalle. Erityisen tärkeäksi näkisin myös koulutettujen kokemusasiantuntijoiden mukaan oton palveluiden kehittämiseen ja niiden toteuttamiseen esim. ryhmän ohjaajana ammattilaisen kanssa ja kokemusasiantuntijan oman vastaanoton pitämisen, kuten Vantaalla on ollut. Monessa kohtaa voitaisiin hyötyä myös dialogisesta työmallista, jossa läheiset otetaan mukaan.

# Muita huomioita/ palautetta (82)



**KEUSOTE**  
Keski-Uudenmaan hyvinvointialue

- Nepsy-oireisen tuki
- Sähköisten palveluiden käytön haasteet
- Kouluissa päihteiden välittämistä julkisesti
- Lääkkeiden saatavuushaaste – tupakoinnin lopettamiseen
- Tutustukaa Porvoon malliin, jossa jonot lyhentyneet.
- Juna-aseman ruiskuongelma
- Kohtaaminen siellä, missä asukas on
- Vanhemmille infotilaisuus päihteiden saatavuudesta

- Kuulluksi tuleminen!
- Kiire pois – asiakkaita kunnioittava työote
- Miten Keusoten säästöt vaikuttavat jatkossa?
- Palveluiden saannissa liikaa vaihtelua! Osa joutuu odottamaan palveluita liian pitkään. Alueelliset eroavaisuudet
- Yhteyden saaminen terveystalouteen on haastavaa
- Takaisinsoitto kestää jopa 10 päivää?
- Monien diagnoosien samanaikainen hoito
- Keusoten palvelut näkyviksi
- Matalan palvelut takaisin
- Päihdekuntoutujille päivätoimintaa – ilman lähetettä
- Huonosti voivien perheiden tuki - Turvataan lapsen kasvu
- Keusote voisi vähän tsempata!
- Keusoten päihdekoordinaattorille suuri kiitos!
- Ammattilaisille oma kysely
- Keusoten päihdepalvelut ovat järjestelmälähtöiset
- Lähineuvontapiste – kiertävänä mm. kunnantalon yhteydessä



# Kiitos

[marjut.suo@keusote.fi](mailto:marjut.suo@keusote.fi)



**KEUSOTE**  
Keski-Uudenmaan hyvinvointialue