



Päihteiden ja rahapelaamisen puheeksiotto ja mini-interventio eli lyhytneuvonta

Sosiaali- ja terveydenhuollon tehtävänä on tunnistaa ja hoitaa potilaita, joiden terveyden ja toimintakyvyn päihteet saattavat vaarantaa. Mitä varhaisemmin alkoholin riskikäyttöön, tupakkatuotteiden tai huumeaineiden käyttöön tai haitalliseen rahapelaamiseen pystytään puuttumaan, sitä pienemmiksi jäävät vakavien ongelmien ja haittojen riskit.

Mini-interventio eli lyhytneuvonta toimii parhaiten tilanteessa, jossa merkittäviä haittoja ei vielä ole ehtinyt muodostua. Lyhytneuvonta sisältää päihteiden kulutuksen tai rahapelaamisen kartoittamisen, neuvonnan ja mahdollisesti muutaman seurantakäynnin. Jos riippuvuus on jo kehittynyt pitkälle, tarvitaan usein laajempia tuki- ja hoitomuotoja.

Puheeksiotto

Lähes jokainen terveyskeskukseen hakeutuva potilas suhtautuu positiivisesti tai neutraalisti keskusteluun päihteidenkäytöstä. Kuitenkin vain harva potilaista tekee itse aloitteen keskustella päihteidenkäytöstään tai rahapelaamisesta. Aloite on siten ammattilaisten vastuulla. Esimerkiksi alkoholia käyttää suomalaisista noin yhdeksän kymmenestä, joista todennäköisesti kaksi tai kolme käyttää alkoholia itselleen vahingollisesti. Juomatottumuksillaan terveytensä riskeeraavia on arvioitu olevan terveydenhuollon asiakkaina olevista naisista 10 ja miehistä 20 prosenttia. Lisäksi väestökyselyiden ja jätevesitutkimusten mukaan huumeiden käyttö on lisääntymässä Suomessa. Sen sijaan tupakointi on vähentynyt, mutta rinnalle ovat tulleet muut nikotiinituotteet. Osalle rahapelejä pelaavista pelaaminen aiheuttaa vakavia haittoja. Näissä joukoissa on ihmisiä kaikista ammateista ja sosiaaliluokista. **Terveydenhuollon ja sosiaalihuollon toimipisteissä on tärkeää tiedostaa ilmiöiden yleisyys ja ottaa asia puheeksi.**

Tutkitusti tehokasta

Vahvin tutkimusnäyttö mini-intervention tehosta on saatu alkoholin riskikäyttäjistä terveydenhuollossa. On arvioitu, että ainakin joka kymmenes neuvontaa saaneista riskikäyttäjistä tai alkoholia haitallisesti käyttävistä siirtyy lyhytneuvonnan jälkeen kohtuukäyttöön tai lopettaa käytön kokonaan. Mini-intervention tehon arvioidaan säilyvän 1–2 vuotta. Asiaan kannattaa siis palata aika ajoin saman asiakkaan kanssa.

Mini-interventio on todettu myös kustannustehokkaaksi keinoksi vähentää päihteistä aiheutuvien vakavampien haittojen riskiä, sekä esimerkiksi alkoholi-riippuvuuden hoidon tarvetta: Suomessa alkoholinkäytön mini-intervention yksikkökustannukseksi on arvioitu 84–240 euroa riippuen kuinka kattavasti alkoholin käyttöä seulotaan. Alkoholin ongelmakäyttäjien sosiaali- ja terveyspalveluiden tarpeiden vuosikustannukset sen sijaan nousevat tuhansiin euroihin.

Tuoreen tutkimuksen mukaan alkoholihaitat aiheuttavat Suomessa vuosittain noin 1,6 miljardin euron välittömät kustannukset (Stockwell ym. 2019). Alkoholinkulutuksen lasku on pysähtynyt ja

etenkin kannabiksen käyttö lisääntynyt. Sekä alkoholikuolemat (+6,5%) että huumeakuolemat (+12,6 %) ovat lisääntyneet (Lähde: THL 2019).

Kansanterveydellisesti ja -taloudellisesti puheeksiotolle on edelleen voimakas tarve, jotta ihmiset tavoitettaisiin ajoissa tiedostamaan riskit ja muuttamaan päihteidenkäyttötapojaan. Myös ikääntyvän väestön päihdehaittoja kannattaa vähentää puheeksioton ja neuvonnan keinoin.

Päihteiden käytön ja rahapelaamisen puheeksi otossa ja mini-interventioaktiivisuudessa on parannettavaa

Kunnan terveydenedistämisen aktiivisuutta kuvaavan TEAviisarin 2018 mukaan alkoholinkäytön varhainen tunnistaminen Pohjois-Pohjanmaan ja Kainuun terveysasemilla toteutuu hyvin. Koululaisten ja opiskelijoiden tupakoinnin ja tupakkatuotteiden käytön selvittämisessä ja kirjaamisessa on parannettavaa. Esimerkiksi nuuskan käytön riskejä ei riittävästi tiedosteta.

Perusterveydenhuollon avohoidon hoitoilmoituksen (AvoHilmo) mukaan päihteisiin/riskikäyttäytymiseen liittyviä ohjaustoimenpiteitä kirjattiin vuonna 2019 Kainuussa 618 kappaletta (asiakkaita 309) ja Pohjois-Pohjanmaalla 1394 (asiakkaita 553). Kun vertaa lukuja muihin ehkäisevän toiminnan ja terveystieteiden kirjaamisiin, päihteiden ja rahapelaamisen puheeksioton ja mini-interventioita kirjauksissa on parannettavaa.

Suomessa on arviolta 124 000 henkilöä, joilla on jonkinasteinen rahapeliongelma. Se kuormittaa myös läheisten elämää. Peliriippuvuus on toiminnallinen riippuvuus, jonka diagnostisena kriteerinä käytetään Suomessa ICD-10 järjestelmää (WHO). Ongelmapelaamista on vaikea tunnistaa, koska sitä pyritään salaamaan. Puheeksiotto ja varhainen tuki ovat tärkeitä, joten ammattilaisen kannattaa perehtyä tuoreeseen oppaaseen ja työkaluihin.

Koulutusta

Puheeksioton osaamista kannattaa kehittää. A-klinikkasäätiö on tuottanut sote-ammattilaisille oman verkkokurssin alkoholin puheeksiotosta. Myös työpaikkojen esimiehille on tuotettu verkkokurssi päihteistä oman henkilöstön työhyvinvoinnin edistämiseen. Molemmat verkkokurssit ovat ilmaisia ja kurssitus toteutetaan organisaatioyhteistyönä. Lisätietoja osoitteessa

<https://otapuheeksi.fi/>

+65-vuotiaille suunnattu sähköinen Selvästi hyvä ikä -opas toimii hyvin päihteiden puheeksioton tukena yhdessä keskustellen tai oma-apuna. Opas sisältää riskikartoituksen.

<https://paihdelinkki.fi/fi/oma-apu/alkoholi/selvasti-hyva-ika>

Linkkejä

Päihdehaitat: <https://thl.fi/web/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/paihdehoito/paihdehaitat-kayttajalle-laheisille-ja-yhteiskunnalle> ja

<https://thl.fi/fi/-/paihteiden-kaytosta-johtuvat-haitat-eivat-ena-vahentyneet-vuonna-2018>

Nuuska-tietoa: <https://nuortenlinkki.fi/tietopiste/pikatieto/nuuska-ja>

<https://paihdelinkki.fi/fi/tietopankki/tietoiskut/tupakka-ja-muut-nikotiinituotteet/nuuska-suussa-kaytettava-tupakka>

Ongelmallinen rahapelaaminen -opas:

<https://pelituki.fi/wpcontent/uploads/2020/01/Rahapelaaminen.pdf>

THL:n ja Peliklinikan opas, jossa linkitys mm. rahapelipäiväkirjaan:

<http://www.julkari.fi/handle/10024/137628>

Päihdelinkin peliriippuvuus tietoisuus:

<https://paihdelinkki.fi/fi/tietopankki/tietoiskut/pelaaminen/peliriippuvuus>

Huomioitavaa

Parhailaan haussa olevaan Tulevaisuuden sote -valtionavustushakemuksiin on hyvä sisällyttää päihteiden (ml. rahapelien) puheeksiotto.

**Hanna Toiviainen**

johtaja

Pohjois-Suomen aluehallintovirasto

Peruspalvelut, oikeusturva ja luvat -vastuualue

**Raija Fors**

ylitarkastaja

Pohjois-Suomen aluehallintovirasto

Peruspalvelut, oikeusturva ja luvat -vastuualue

Lisätietoja asiassa antaa:

Pohjois-Suomen aluehallintovirasto, ylitarkastaja Raija Fors, p. 0295 017 559,
etunimi.sukunimi@avi.fi

JAKELU: Kunnat
Sosiaali- ja terveydenhuollon kuntayhtymät

POHJOIS-SUOMEN ALUEHALLINTOVIRASTO

puh. 0295 017 500
kirjaamo.pohjois@avi.fi
www.avi.fi/pohjois

Linnankatu 1-3
PL 293
90101 Oulu