



Laadittu:	15.5.2015	Laatija(t):
Päivitetty	13.2.2020	Huovinen-Tervo Marjo
Yhteistyö- toimikunta	12.8.2020	Pikkarainen Saara
Yhtymä- hallitus	16.9.2020	

Savuton Kainuun sote 2020

Toimintaohje savuttomuuden edistämiseksi Kainuun sosiaali- ja terveydenhuollon kuntayhtymässä (Kainuun sote). Tässä ohjeessa savuttomuudella tarkoitetaan kaikkien tupakkatuotteiden kuten esimerkiksi savukkeiden, sikarin, piipputupakan, vesipiipun (tupakka) ja nuuskan käytön sekä tupakkatuotteeksi rinnastettavan sähkösavukkeen käytön välttämistä.



Savuton Kainuun sote -toimintaohjeen tavoitteena on, että kuntayhtymän

- työpaikat ovat savuttomia
- auttaa tupakoivia potilaita ja asiakkaita sekä henkilökuntaa lopettamaan tupakointi
- potilaiden ja asiakkaiden tupakointitottumukset selvitetään ja kirjataan sekä nikotiinikorvaushoitojen ja vieroituslääkkeiden käyttöä edistetään
- työntekijöiden tupakasta vieroitusta tehostetaan
- tupakka- ja nikotiiniriippuvuuden hoito ja tupakasta vieroitus toteutuvat Käypä hoito – suosituksen mukaisesti

Savuton Kainuun sote -toimintaohje sisältää liitteet: 1) Tupakkariippuvuus ja tupakasta vieroitus, Käypä hoito -suositus, 2) Potilas/asiakasohje, tupakointi avohoidon käynneillä ja osastohoidon aikana ja 3) Suositus asiakkaille ja heidän omaisille, kotona tehtävä työ, 4) Henkilöstöhallinnon ohje esimiehille ja 5) Palvelusta ja/tai hoidosta tupakalle poistuminen omalla vastuulla.

1. Mitä Savuton Kainuun sote tarkoittaa?

Kainuun soten työpaikat ovat savuttomia. Henkilöstön, opiskelijoiden, asiakkaiden ja potilaiden savuttomuutta halutaan edistää sekä tukea tupakoinnin lopettamista. Kainuun soten savuttomuudesta tiedotetaan myös yhteistyötahoille, esim. eri alojen sopimusosapuolet ja ostopalveluiden tuottajat, ja heiltä edellytetään savuttomuuden noudattamista työskennellessään kuntayhtymän sisä- ja ulkotiloissa.

Työpaikka on savuton, kun

- henkilökunta, johto ja työntekijät, sekä potilaat, asiakkaat ja vierailijat sitoutuvat
 - savuttomuuteen
- tupakointi on kiellettyä työaikana ja työnantajan hankkimissa suojavaatteissa
- tupakoivaa henkilökuntaa tuetaan tupakoinnin lopettamisessa
- työnhakuilmoituksessa kerrotaan työpaikan olevan savuton ja perehdytyksessä käydään läpi Savuton Kainuun sote – toimintaohje liitteineen ja toimintakäytännöt
- tupakointi on kielletty kaikkialla työpaikan sisätiloissa ja parvekkeilla sekä vähintään 10 metrin etäisyydellä ulko-ovista, ikkunoista ja ilmanottolaitteista

Postiosoite:

Kainuun sosiaali- ja
terveydenhuollon
kuntayhtymä,
PL 400
87070 Kainuu

Laskutusosoite:

Kainuun sosiaali- ja
terveydenhuollon
kuntayhtymä,
Ostolaskut
PL 401
87070 Kainuu

Sähköposti:

etunimi.sukunimi@kainuu.fi

Y-tunnus

2496986-0

Pankki:

Iban:
FI08 8119 9710 0089 72
BIC: DABAFIHH
OVT-tunnus
0037249698602000

Internet

www.kainuu.fi



Laadittu:	15.5.2015	Laatija(t):
Päivitetty	13.2.2020	Huovinen-Tervo Marjo
Yhteistyö- toimikunta	12.8.2020	Pikkarainen Saara
Yhtymä- hallitus	16.9.2020	

- tupakointikatokset on sijoitettu riittävän kauaksi rakennuksista siten, ettei tupakansavu pääse kulkeutumaan ulkoa savuttomiin sisätiloihin
- ulkona tupakoivien käyttämiä roska-astioita (tuhkakuppeja) ei sijoiteta työpaikkojen ulko-ovien läheisyyteen
- työpaikan edustus- ja muut tilat ovat savuttomia
- tupakkatuotteita ei myydä työpaikoilla
- ilmoitus työpaikan savuttomuudesta on ilmoitettu asianmukaisin kyltein

2. Miten Kainuun sote tukee savuttomuutta?

Esimiesten tehtävänä on informoida henkilöstöä ja opiskelijoita työpaikan savuttomuudesta ja ohjeistuksesta sekä työnjohto-oikeutensa nojalla edistää ja valvoa Savuton Kainuun sote -toimintaohjeen toteutumista. Esimies huolehtii siitä, että potilaiden ja asiakkaiden hoitoon osallistuvalla henkilökunnalla on riittävät tiedot ja taidot neuvoa ja hoitaa tupakka- ja nikotiiniriippuvuutta. Kainuun soten työntekijöillä on oikeus ja velvollisuus ohjata potilaita/asiakkaita ja vierailijoita noudattamaan tupakointia koskevia ohjeita. Esimiehiä ja henkilöstöä kannustetaan keskustelemaan työpaikan savuttomuudesta ja sen terveyttä edistävästä vaikutuksista.

Työntekijöillä on mahdollisuus saada nikotiiniriippuvuuden hoitoon 3 kk:n ajalle maksuton tupakoinnin lopettamiseen suunnattu ohjaus ja neuvonta sekä vieroittavia valmisteita työterveyshoitajan/- lääkäriin kautta maksusitoumuksella, mikäli tupakoinnin lopettaminen epäonnistuu, uusi hoitojakso voidaan toteuttaa työnantajan kustantamana aikaisintaan kahden (2) vuoden kuluttua. (Kainuunmeren Työterveys Oy:n toimintasuunnitelma 2020).

3. Miten Kainuun sote tukee savuttomuutta koulutuksen avulla?

Kainuun sote järjestää täydennyskoulutusta savuttomuudesta ja tupakasta vieroituksesta. Henkilöstö perehdytetään Kainuun soten [Tupakasta vieroituksen toimintamalliin](#). Järjestetään Tupakasta vieroituskouluttajia -koulutusta ja täydennyskoulutusta aikaisemmin koulutuksen saaneille hoitajille.

4. Miten potilaiden ja asiakkaiden tupakointitottumusten selvittäminen ja korvaushoito toteutuu Kainuun soten palveluissa?

Savuttomasta Kainuun sotesta tiedotetaan kutsukirjeessä (Savuton Kainuun sote logo) ja hoidon tai käynnin yhteydessä. Asiakkaan/potilaan tupakointiin puututaan mahdollisimman varhaisessa vaiheessa. Häntä informoidaan esim. savuttomana leikkaukseen toimintamallista ennen kiireettömään leikkaukseen tuloa. Terveystieteiden henkilöstön tehtävänä on tunnistaa potilaan/asiakkaan tupakointi ja nikotiiniriippuvuus, kehottaa häntä lopettamaan, sekä auttaa ja kannustaa häntä vieroitushoidossa (Käypähoito -suositus 2018). Potilaiden/asiakkaiden tullessa hoitoon heidän tupakointitottumuksensa selvitetään (Fagerströmin nikotiiniriippuvuus testi) ja kehoitetaan tupakoimattomuuteen.

Postiosoite:

Kainuun sosiaali- ja
terveydenhuollon
kuntayhtymä,
PL 400
87070 Kainuu

Laskutusosoite:

Kainuun sosiaali- ja
terveydenhuollon
kuntayhtymä,
Ostolaskut
PL 401
87070 Kainuu

Sähköposti:

etunimi.sukunimi@kainuu.fi

Y-tunnus

2496986-0

Pankki:

Iban:
FI08 8119 9710 0089 72
BIC: DABAFIHH
OVT-tunnus
0037249698602000

Internet

www.kainuu.fi



Laadittu:	15.5.2015	Laatija(t):
Päivitetty	13.2.2020	Huovinen-Tervo Marjo
Yhteistyö- toimikunta	12.8.2020	Pikkarainen Saara
Yhtymä- hallitus	16.9.2020	

Tupakointitottumukset, nikotiiniriippuvuus ja vieroitushoitosuunnitelma kirjataan potilaskertomukseen. Potilasta/asiakasta tuetaan tupakoinnin lopettamisessa ohjauksen ja neuvonnan keinoin sekä tarjotaan mahdollisuus maksuttomaan nikotiinikorvaushoitoon tai vieroituslääkehoitoon tupakoinnin vaihtoehdoksi osastohoidon aikana. Osastoille tilataan nikotiinikorvaustuotteita ja vieroituslääkkeitä sairaala-apteekista. Tupakasta vieroitus etenee edellä mainitun Tupakasta vieroituksen toimintamallin mukaisesti.

Hoidosta vastaava lääkäri voi kieltää potilaan tupakoinnin ja/tai nikotiinikorvaustuotteiden käytön sairaalahoidon aikana, jos voidaan arvioida sairauden pahentuvan tupakoinnista tai paranemisen estyvän tai hidastuvan tupakoinnista tai nikotiinikorvaustuotteiden käytöstä johtuen. Ohjeita tupakasta vieroituksesta ja menetelmistä on potilaiden ja asiakkaiden saatavilla osastoilla ja vastaanotoilla.

Asiakkaan kotona tehtävän työn osalta työntekijä ottaa puheeksi asiakkaan kanssa savuttoman työskentelyn mahdollistumisen, ohjeistaa tupakoimattomuuteen ja tekee tästä kirjauksen asiakkaan hoito- ja palvelusuunnitelmaan. Kaikilla Kainuun soten työntekijöillä on oikeus savuttomaan työympäristöön.

5. Miten tiedotetaan Savuton Kainuun sotesta?

Savuton Kainuun sote -toimintaohjeesta tiedotetaan sekä sisäisesti että ulkoisesti. Viestinnässä käytetään Savuton Kainuun sote -logoa. Asiakkaat ja potilaat tietävät hoitoon tullessaan, että tupakointi sairaalan sisätiloissa, parvekkeilla ja ulko-ovien läheisyydessä on kielletty. Hoidossa olevien potilaiden ja omaisten toivotaan sitoutuvan savuttomuuteen. Mahdollinen tupakointi on sallittua vain ulkona sijaitsevilla tupakkakatoksissa.

6. Mitä kansainvälisiä ja kansallisia ohjelmia ja säädöksiä on Kainuun soten savuttomuuden taustalla?

Kainuun sotessa noudatetaan WHO:n Health Promoting ja Health Promoting Hospitals and Health Services (HPH) tavoitteita sekä Terveys 2015 kansanterveysohjelman, Terve Kunta -verkoston ja Suomen terveyttä edistävät sairaalat ja organisaatiot -verkoston linjauksia sekä Terveiden edistämisen laatusuosituksia.

Savuton Kainuun sote -toimintamallissa on huomioitu kansainväliset ja kansalliset säädökset, mm. WHO tupakkapuitesopimus (2005), Euroopan Unionin tupakkatuotedirektiivi (2024/40/EU), Euroopan Unionin tupakkamainontadirektiivi (2003/33/EU) sekä laki toimenpiteistä tupakoinnin vähentämiseksi (693/1976), laki toimenpiteistä tupakoinnin vähentämiseksi lain muuttamisesta (698/2010), työturvallisuuslaki (738/2002), terveydensuojelulaki (763/1994) ja työterveyshuoltolaki (1383/2001).

Suomen Tupakkapoliittinen toimenpideohjelma Tie savuttomaan Suomeen (2014) linjaa keskeiset tavoitteet ja toimenpiteet, joilla päästään asteittain tupakkatuotteiden käytön loppumiseen Suomessa vuoteen 2030 mennessä. Kansallisina tavoitteina esitetään: a) luoda ympäristö, jossa lapset ja nuoret

Postiosoite:

Kainuun sosiaali- ja
terveydenhuollon
kuntayhtymä,
PL 400
87070 Kainuu

Laskutusosoite:

Kainuun sosiaali- ja
terveydenhuollon
kuntayhtymä,
Ostolaskut
PL 401
87070 Kainuu

Sähköposti:

etunimi.sukunimi@kainuu.fi

Y-tunnus

2496986-0

Pankki:

Iban:
FI08 8119 9710 0089 72
BIC: DABAFIHH
OVT-tunnus
0037249698602000

Internet

www.kainuu.fi



Laadittu:	15.5.2015	Laatija(t):
Päivitetty	13.2.2020	Huovinen-Tervo Marjo
Yhteistyö- toimikunta	12.8.2020	Pikkarainen Saara
Yhtymä- hallitus	16.9.2020	

eivät käytä tupakkatuotteita, b) tukea sitä, että yhä useampi lopettaa tupakkatuotteiden käytön, c) laajentaa savuttomia elinympäristöjä niin, ettei kukaan altistu tupakansavulle ja d) estää uusien tupakkatuotteiden ja niihin rinnastettavien tuotteiden markkinoille pääsy.

Uuden tupakkalain (549/2016) tavoitteena on tupakka- ja nikotiinituotteiden käytön loppuminen Suomessa vuoteen 2030 menneessä. Käytännössä se tarkoittaa sitä, että enintään viisi prosenttia väestöstä käyttää tupakka- tai nikotiinituotteita päivittäin vuonna 2030 (<https://thl.fi/fi/web/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/tupakka>). Tupakkalain (549/ 2016) keskeisenä lähtökohtana on, ettei kukaan vastoin tahtoaan joudu altistumaan syöpävaaralliseksi aineeksi luokitellulle tupakansavulle.

Tupakkalain tavoitteena on ihmisille myrkyllisiä aineita sisältävien ja riippuvuutta aiheuttavien tupakkatuotteiden ja muiden nikotiinipitoisten tuotteiden käytön loppuminen. Tupakkalaissa säädetään toimenpiteistä, joilla ehkäistään tupakkatuotteiden käytön aloittamista ja nikotiiniriippuvuuden syntymistä, edistetään tupakkatuotteiden ja vastaavien tuotteiden käytön lopettamista ja suojellaan väestöä altistumiselta tupakkatuotteiden ja vastaavien tuotteiden savulle.

Terveystieteiden henkilöstön tehtävänä on tunnistaa potilaan tupakointi ja nikotiiniriippuvuus, kehottaa häntä lopettamaan tupakkatuotteiden käyttö sekä auttaa ja kannustaa häntä vieroituksessa. Lääkärin kannustavat viestit ovat erityisen tärkeitä.

7. Kuka valvoo savuttomuutta?

Esimiehen tulee valvoa, että Savuton Kainuun sote toimintaohjetta noudatetaan ja asiaan puututaan, jos toimitaan ohjeiden vastaisesti.

Suomessa tupakkatuotteita, sähkösavukkeita ja sähkösavukkeissa käytettäviä nesteitä säädellään tupakkalaissa (549/2016). Myös poltettavaksi tarkoitettut kasviperäiset tuotteet, kuten esimerkiksi yrttisavukkeet ja tupakointivälineet kuuluvat tupakkalain sääntelyn piiriin. Lisäksi tupakkalaissa on säännöksiä, jotka koskevat tupakan vastikkeita (esimerkiksi energianuuskaa) ja tupakkajäljitelmiä (esimerkiksi tupakkatuotteiden ulkonäköä jäljittelevät makeiset).

Tupakkalakia valvovia ja ohjaavia viranomaisia ovat kunta, aluehallintovirastot, Valvira, työsuojeluviranomaiset, poliisi ja Tulli. Kunta valvoo tupakkalain ja sen nojalla annettujen säännösten toteutumista alueellaan. Kuntien tehtävät sisältävät muun muassa tupakkatuotteiden ja nikotiininesteiden vähittäismyyntilupien sekä tukkumyynti-ilmoitusten käsittelyn. Aluehallintovirastot ohjaavat kuntia niille tupakkalain perusteella kuuluvien tehtävien hoitamisessa. Kainuun sotessa tupakkalain noudattamista valvovat ympäristöterveydenhuollon terveystarkastajat omissa valvontakohteissaan (<http://sote.kainuu.fi/tupakkavalvonta>).

Postiosoite:

Kainuun sosiaali- ja
terveydenhuollon
kuntayhtymä,
PL 400
87070 Kainuu

Laskutusosoite:

Kainuun sosiaali- ja
terveydenhuollon
kuntayhtymä,
Ostolaskut
PL 401
87070 Kainuu

Sähköposti:

etunimi.sukunimi@kainuu.fi

Y-tunnus

2496986-0

Pankki:

Iban:
FI08 8119 9710 0089 72
BIC: DABAFIHH
OVT-tunnus
0037249698602000

Internet

www.kainuu.fi



Laadittu:	15.5.2015	Laatija(t):
Päivitetty	13.2.2020	Huovinen-Tervo Marjo
Yhteistyö- toimikunta	12.8.2020	Pikkarainen Saara
Yhtymä- hallitus	16.9.2020	

Valvira valvoo tupakkalaissa säänneltyjen tuotteiden markkinointikiellon noudattamista yhdessä kuntien kanssa ja antaa tarvittaessa tulkintaohjeita yleisten toimintaperiaatteiden ja yhtenäisen valvontakäytännön aikaansaamiseksi koko maassa. Valviran tehtäviin kuuluu myös tupakkalaissa mainittujen tuotteiden myynnin valvonta mm. niiltä osin kuin se koskee tupakkatuotteiden koostumusta, laadunvalvontaa ja pakkausmerkintöjä. Lisäksi Valvira ohjaa aluehallintovirastoja ja kuntia niille tupakkalain perusteella kuuluvien tehtävien hoitamisessa.

Valvira on valmistellut valtakunnallisen tupakkalain valvontaohjelman vuosille 2020–2024 <https://www.valvira.fi/tupakka/valvontaohjelma>. Valvontaohjelmassa huomioidaan ympäristöterveydenhuollon yhteinen valtakunnallinen valvontaohjelma. Valvontaohjelmalla ohjataan muun muassa kuntien suunnitelmallista valvontaa. Ohjelman tavoitteena on yhtenäistää valvontakäytäntöjä valtakunnallisesti sekä edistää tupakkalain tavoitteiden toteutumista.

Työsuojeluviranomainen valvoo tupakkalain noudattamista työpaikoilla ja poliisi julkisissa yleisötilaisuuksissa. Tulli valvoo puolestaan tupakkatuotteiden maahantuontia.

8. Terveellisen työympäristön ja väestön terveyden edistäminen

Kainuun sote tukee eri tavoin terveyden ja hyvinvoinnin edistämistä ja savuttomuutta toiminta-alueellaan. Tupakointi on merkittävin ehkäistävissä oleva ennenaikaisen kuolleisuuden aiheuttaja Suomessa. Tupakointi aiheuttaa vaikeaa riippuvuutta ja huomattavia kustannuksia suomalaiselle terveydenhuollolle. Tupakkatuotteet luokitellaan syöpävaaralliseksi aineeksi, koska ne sisältävät palamis- ja aineenvaihduntatuotteita. Tutkimusten mukaan ne on todettu farmakologisesti aktiivisiksi ja myrkyllisiksi aiheuttaen elimistössä solu- ja perimämuutoksia, kudosvaurioita ja lukuisia sairauksia, kuten syöpää. Jokaisella ihmisellä on oikeus savuttomaan elinympäristöön.

9. Tupakoinnin lopettamisen hyödyt

Tupakoinnin lopettaminen on yksi merkittävimmistä terveyttä edistävästä päätöksistä. Tupakoinnin vähentyminen väestötasolla näkyy tupakointiin liittyvien sairauksien kuten sydäninfarktin, keuhkoputken tulehdusten ja keuhkosyövän vähenemisenä. Tupakoinnin lopettaminen ennen leikkausta on todettu vähentävän kaikkia komplikaatioita 30–40% tupakointia jatkaneisiin verrattuna (Tupakka- ja nikotiiniriippuvuuden ehkäisy ja hoito Käypä hoito – suositus 2018).

Ensimmäisten päivien aikana tupakoinnin lopettamisen jälkeen veren hiilimonoksiditaso laskee normaaliksi, nikotiini häviää elimistöstä sekä haju- ja makuaiisti paranevat huomattavasti. Jo kahden viikon tupakoimattomuuden jälkeen verenkiertoelinten ja keuhkojen toiminta sekä fyysinen suorituskyky paranevat. Sepelvaltimotaudin riski vähenee merkittävästi ja on 50 % tupakoitsijan riskistä vuoden kuluttua lopettamisesta. (THL 2015.)

Postiosoite:

Kainuun sosiaali- ja
terveydenhuollon
kuntayhtymä,
PL 400
87070 Kainuu

Laskutusosoite:

Kainuun sosiaali- ja
terveydenhuollon
kuntayhtymä,
Ostolaskut
PL 401
87070 Kainuu

Sähköposti:

etunimi.sukunimi@kainuu.fi

Y-tunnus

2496986-0

Pankki:

Iban:
FI08 8119 9710 0089 72
BIC: DABAFIHH
OVT-tunnus
0037249698602000

Internet

www.kainuu.fi



Laadittu:	15.5.2015	Laatija(t):
Päivitetty	13.2.2020	Huovinen-Tervo Marjo
Yhteistyö- toimikunta	12.8.2020	Pikkarainen Saara
Yhtymä- hallitus	16.9.2020	

Savuton Kainuun sote -toimintaohjeen liitteet:

- Liite 1. Tupakka- ja nikotiiniriippuvuuden ehkäisy ja hoito
- Liite 2. Potilas/asiakasohje, tupakointi avohoidon käynneillä ja osastohoidon aikana
- Liite 3. Suositus asiakkaille ja heidän omaisille, kotona tehtävä työ
- Liite 4. Henkilöstöhallinnon ohje esimiehille ja henkilöstölle
- Liite 5. Palvelusta ja/tai hoidosta omalla vastuulla tupakalle poistuminen

Postiosoite:

Kainuun sosiaali- ja
terveydenhuollon
kuntayhtymä,
PL 400
87070 Kainuu

Laskutusosoite:

Kainuun sosiaali- ja
terveydenhuollon
kuntayhtymä,
Ostolaskut
PL 401
87070 Kainuu

Sähköposti:

etunimi.sukunimi@kainuu.fi

Y-tunnus

2496986-0

Pankki:

Iban:
FI08 8119 9710 0089 72
BIC: DABAFIHH
OVT-tunnus
0037249698602000

Internet

www.kainuu.fi