



ÄLÄ VÄLITÄ

alkoholia alaikäisille

10 syytä pitää kiinni nuoren päihteettömyydestä

1. Jos mahdolliset alkoholikokeilut siirtyvät muutamalla vuodella, suojelee se nuoren kehittyviä aivoja – jos käytön aloitus lykkääntyy 18. ikävuoteen, ongelmakäytön riski pienenee oleellisesti.
2. Alttius riippuvuuteen on geneeissä, emme tiedä kenellä nuorista se on. Alkoholilla on Suomessa työikäisten ihmisten yleisin kuolinsyy ja sen käyttö aiheuttaa paljon ongelmia. Alkoholilla, samoin kuin lääkkeillä, pelillä tai huumeilla, aiheuttavat alaikäisillä **viisi kertaa** todennäköisemmin riippuvuutta kuin aikuisilla.
3. Mitä nuorempana nuori aloittaa alkoholin käytön, sitä todennäköisemmin hän käyttää aikuisena alkoholia usein ja paljon kerrallaan.
4. Nuoret itse sanovat, että vanhemmat ovat tärkein taho, joka voi puuttua nuoren päihteiden käyttöön.
5. Nuoret hakevat alkoholista positiivisia ja yhteisöllisiä elämyksiä. Mahdollista nuorellesi päihteetöntä yhteistä aikaa, olemista ja tekemistä.
6. Päihteiden ja tupakan välittäminen ja ostaminen nuorelle on Suomessa rikos. Myös huumeainesten käyttö ja hallussapito on rikos.
7. Päihtynyt nuori altistuu vaarallisille tilanteille: Tapaturmat, onnettomuudet, väkivalta, hyväksikäyttö.
8. Päihteisiin kuluu paljon rahaa – mitä yhteistä kivaa voisi sopia tehtäväksi, jos rahaa ei kuluisi päihteisiin nuoruudessa?
9. Alkoholilla on yhteys yli 60 sairauteen. Päihteet vaikuttavat mielenterveyteen. Alkoholilla ja masennuksella on selkeä yhteys. Kannabiksen käyttö altistaa psykooseille. Ja niin edelleen.
10. **Lisätietoa - ja lisää syitä!** <http://www.a-klinikka.fi/viestinta/media/paihdetietoa-internetissa>

Lähteitä:

- Alkoholilaki, erityisesti § 16, § 31 ja § 34; Tupakkalainsäädäntö ja Huumausainelaki
- Arseneault ym. 2002: Cannabis use in adolescence and risk for adult psychosis: longitudinal prospective study.
- Bovasso 2001: Cannabis abuse as a risk factor for depressive symptoms.
- Brook 2002: Drug use and the risk of major depressive disorder, alcohol dependence, and substance use disorders.
- Chun 2002: Reducing Underage Drinking Through Coalitions.
- Ehyt ry 2012: Mielipiteet alkoholin käytöstä ja alkoholimainonnasta. Frojd, Kaltiala-Heino, Ranta, von der Pahlen & Marttunen 2009: Nuorten ahdistuneisuus ja alkoholin käyttö – tietoa vanhemmille ja nuorten kanssa työskenteleville.
- Grant 1998: Effects of Moderate Alcohol Consumption on the Central Nervous System.
- Maunu 2012: Ryyppäämällä ryhmäksi.
- Pulkkinen&Pitkänen 2003: Nuorten alkoholinkäyttö aikuisiän alkoholiongelmien ennustajana.
- Raitasalo, Huhtanen, Miekkala & Ahlström 2012: Nuorten päihteiden käyttö Suomessa 1995–2011. ESPAD-tutkimusten tulokset.



PAKKA
Paikallista alkoholipolitiikkaa