

**NUORTEN SALIBANDYPELAAJIEN NUUSKAN KÄYTTÖ JA SIIHEN
YHTEYDESSÄ OLEVAT TEKIJÄT**

Roosa Peltö-Arvo

Liikuntapedagogiikan pro gradu-tutkielma
Liikuntatieteellinen tiedekunta
Jyväskylän yliopisto
Syksy 2017

TIIVISTELMÄ

Pelto-Arvo, R. 2017. Nuorten salibandypelaajien nuuskan käyttö ja siihen yhteydessä olevat tekijät. Liikuntatieteellinen tiedekunta, Jyväskylän yliopisto, liikuntapedagogiikan pro gradu-tutkielma. 56 s., 1 liite.

Suomalaisten nuorten tupakointi on vähentynyt, kun taas nuuskakokeilut ja nuuskan käyttö ovat lisääntyneet. Aiempien tutkimusten mukaan nuuskan käyttö on yleistä myös urheilijoiden keskuudessa. Tässä tutkimuksessa tarkasteltiin nuorten salibandypelaajien nuuskakokeiluja ja nuuskan käyttöä sekä siihen yhteydessä olevia tekijöitä.

Tutkimusaineisto kerättiin sähköisellä kyselylomakkeella joulukuun 2016 ja tammikuun 2017 välisellä ajalla. Kyselyyn vastasi 449 pelaajaa (poikia 302, tyttöjä 147, keski-ikä 16,7 vuotta). Aineiston analysoinnissa hyödynnettiin ristiintaulukointeja ja khiin neliö-testiä sekä logistista regressioanalyysia.

Salibandya pelaavista 13–20-vuotiaista nuorista 39 prosenttia oli kokeillut nuuskaa. Poikien nuuskakokeilut (52 %) olivat selvästi yleisempiä kuin tyttöjen (13 %). Myös nuuskan säännöllinen käyttö oli yleisempää pojilla (21 %) kuin tytöillä, joissa säännöllisiä käyttäjiä ei ollut lainkaan. Nuuskaa kokeilleista pojista yli 40 prosenttia oli päätenyt säännölliseksi käyttäjäksi eli käytti nuuskaa vähintään viikoittain tutkimushetkellä. Kokeilun halu ja joukkuekaverien nuuskatarjoukset olivat yleisimmät syyt nuuskakokeiluihin, kun taas käytön syyksi mainittiin useimmin halu rentoutua. Pelaajista 45 prosenttia kertoi, ettei nuuskan käytöstä ole sovittu joukkueen tapahtumissa ja vain 14 prosentille valmentajat tai joukkueen huoltajat olivat kertoneet nuuskan haitoista. Pelaajat, joiden joukkueissa nuuskan käyttöä ei ollut kielletty, olivat kokeilleet nuuskaa vajaat kaksi kertaa todennäköisemmin (OR: 1,60; CI:1,06–2,40) kuin pelaajat, joiden valmentajat tai huoltajat olivat kieltäneet käytön.

Nuuskakokeilujen ja käytön yleisyys salibandyn juniori-ikäisillä pelaajilla, erityisesti pojilla osoittaa, että asiaan on syytä kiinnittää enemmän huomiota niin seuroissa kuin Salibandylitissa. Valmentajien tulisi keskustella pelaajien kanssa nuuskan käyttöön liittyvistä haitoista sekä linjata joukkueille selvät ja johdonmukaiset säännöt, jotka velvoittaisivat pelaajia nuuskattomuuteen salibandyn seuratoiminnassa.

Asiasanat: nuoret, nuuska, salibandy, urheilijat

ABSTRACT

Pelto-Arvo, R. 2017. The use of snus among Finnish junior floorball players and the factors associated with snuffing habits. Faculty of Sport and Health Sciences, University of Jyväskylä, Master's Thesis of Sport Pedagogy. 56 pp., 1 appendix.

There has been a rise in the popularity of snus among Finnish adolescents, while the prevalence of smoking has declined. Previous studies have also shown that the use of snus is common among athletes. The purpose of this study was to investigate the prevalence of snus use among Finnish junior floorball players and the factors that are associated with snuffing habits.

The data were collected using an electronic questionnaire that the participants answered in December 2016 and January 2017. The study sample included 449 floorball players (302 boys; 147 girls; mean age 16.7 years). Data were analyzed using cross tabulations, the chi-square test and logistic regression.

The results indicate that 39 percent of the floorball players, who were aged from 13 to 20 years, had tried snus. More boys reported that they had tried using snus (52 %) than girls (13 %). The boys were also far more likely to use snus regularly (21 %) than the girls, none of whom used snus regularly. Over 40 percent of the boys who had tried snus reported that they continued using the substance and ended up becoming regular users, which means that they used snus at least once a week. The desire to try the substance and offers they received from teammates were the major reasons for the first use, while continued use was mostly explained by the relaxing effect of the snus. A full 45 percent of the players reported that there was no agreement of the use of snus during the team's events, and only 14 percent reported that their coaches or team staff members had informed them of the dangers of snus use. Players whose coaches or team staff members had not forbidden them to use snus were almost twice as likely to have tried it (OR: 1.60; CI: 1.06–2.40) than players whose coaches or team staff members had forbidden the use of it.

The results of this study suggest that the frequency of snus use among Finnish junior floorball players, especially among boys, requires more attention from the floorball clubs and the Finnish Floorball Federation. Team coaches should be instructed to inform the players of the dangers of this substance, and there should be clear and consistent rules that make it mandatory for players to refrain from using snus while they are engaged in team activities.

Key words: adolescents, athletes, floorball, smokeless tobacco, snus

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ

| | |
|---|----|
| 1 JOHDANTO..... | 1 |
| 2 NUUSKAN VAIKUTUKSET TERVEYTEEN JA SUORITUSKYKYYN | 3 |
| 2.1 Nuuskan terveyshaitat..... | 3 |
| 2.2 Nuuskan vaikutukset suorituskykyyn | 5 |
| 3 NUUSKAN KÄYTÖN YLEISYYS | 7 |
| 3.1 Nuuskakokeilujen ja käytön yleisyys suomalaisilla nuorilla..... | 7 |
| 3.2 Nuuskan käytön yleisyys urheilijoilla | 9 |
| 3.3 Urheilulajin yhteys nuuskan käytön yleisyyteen | 10 |
| 4 NUUSKAN KÄYTTÖÖN YHTEYDESSÄ OLEVAT TEKIJÄT | 12 |
| 4.1 Nuuskakokeilujen ja nuuskan käytön syyt | 12 |
| 4.2 Nuuskan käyttöön yhteydessä olevat taustatekijät | 13 |
| 4.3 Nuuskan käyttötilanteet ja saatavuus..... | 15 |
| 5 NUUSKATTOMUUDEN EDISTÄMINEN URHEILUSEURATOIMINNASSA..... | 17 |
| 5.1 Terveyskasvatus suomalaisessa urheiluseuratoiminnassa | 17 |
| 5.2 Nuuskan käytön ehkäisy urheiluseuratoiminnassa | 18 |
| 5.2.1 Valmentajien suhtautuminen nuuskan käyttöön..... | 21 |
| LÄHTEET | 23 |
| LIITTEET | 29 |
| I TIETEELLINEN KÄSIKIRJOITUS..... | 36 |

1 JOHDANTO

Salibandyn harrastajamäärät ovat jatkuvasti kasvaneet Suomessa (Suomen Salibandyliitto ry 2016a). Kaudella 2012–2013 lisenssin lunastaneita poikajunioreita oli 23 438 ja tyttöjunioreita 3798, kun kaudella 2016–2017 juniorisarjoissa pelasi jo 27 897 poikaa ja 5190 tyttöä (Suomen Salibandyliiton jäsenrekisteri 24.3.2017, julkaisematon). Yhä useampi nuori liikkuu siis salibandyn parissa ja saa myös vaikutteita niistä terveystavoista, joita lajikulttuuri ja seuratoiminta välittävät. Suomalaisten salibandyn junioripelaajien nuuskan käyttöä on syytä tutkia, koska aiheesta ei ole aiempaa tutkimustietoa. Aiheen tutkiminen on tärkeää, koska aiemmissa tutkimuksissa on osoitettu nuuskan käytön olevan yleistä joukkuelajien edustajilla ja sen on todettu kuuluvan tiiviisti erityisesti jääkiekkokulttuuriin, mutta myös muihin joukkuepalloilulajeihin (Kokko, Villberg & Kannas 2011a; Martinsen & Sundgot-Borgen 2014; Mattila ym. 2012; Uosukainen 2000). Ruotsissa tehdyn tutkimuksen mukaan naisurheilijoista nuuskaa eniten olivat kokeilleet juuri salibandypelaajat (Rolandsson, Wagnsson & Hugoson 2014).

Nuuskan käytön suosiota joukkueurheilijoiden keskuudessa on selitetty esimerkiksi joukkueen jäsenten välisellä yhteisöllisyydellä (Rolandsson 2014). Useissa aiemmissa tutkimuksissa on havaittu kavereilla tai joukkuekavereilla olevan suuri merkitys nuuskan käytön aloittamiseen (Hugoson ym. 2014; Rolandsson & Hugoson 2001; Rolandsson ym. 2014; Salomäki & Tuisku 2013, 50–51). Lisäksi tieto nuuskan terveyshaitoista ja vaikutuksista suorituskykyyn vaikuttaa olevan vähäistä (Salomäki & Tuisku 2013; Uosukainen 2000). Nuuskan käytön ja kokeilujen lisääntymisen vuoksi on tärkeää tutkia sen taustalla olevia syitä sekä siihen yhteydessä olevia tekijöitä, jotta voitaisiin ymmärtää paremmin, mistä käytön lisääntyminen johtuu ja millä keinoin siihen voidaan vaikuttaa. Tieto nuuskan käytön syistä, käyttötilanteista ja nuuskaan suhtautumisesta urheiluseuratoiminnassa auttaa ymmärtämään nuorten urheilijoiden nuuskakulttuuria.

Salibandyliitto on kieltänyt kilpailusäännöissään nuuskan käytön liiton alaisissa ottelutapahtumissa. Lisäksi seuroja velvoitetaan huolehtimaan siitä, ettei urheiluun liittyvissä tilanteissa nuorisolle välitetä myönteistä kuvaa tupakkatuotteiden käytöstä tai niiden liittymisestä urheiluun. (Suomen Salibandyliitto ry 2016b.) Salibandyliiton ennaltaehkäisevän antidopingtyön ja terveystavoitusten toteuttamisen tarpeellisuuden sekä niiden suuntaamisen arvioimiseksi on tärkeää

saada tutkimustietoa paitsi nuuskaamisen yleisyydestä, mutta myös pelaajien kokemuksista salibandyvalmentajien ja -huoltajien nuuskaan suhtautumisesta. Aiemman tutkimustiedon mukaan nuuskan käyttöön suhtautuminen, säännöt nuuskaamista koskien ja nuuskattomuuden edistämistä koskevat käsitykset vaihtelevat eri valmentajien välillä (Kekki & Palmi 2008; Salomäki & Tuisku 2013, 52–55).

Tämän pro gradu-tutkielman tarkoituksena oli tutkia nuorten suomalaisten A- ja B-ikäisten (13–20 vuotta) salibandyliigapelaajien nuuskakokeilujen ja nuuskan käytön yleisyyttä. Lisäksi tutkimuksessa vertailtiin eroavatko poikien ja tyttöjen sekä A- ja B-junioreiden nuuskakokeilujen sekä nuuskan käytön yleisyys toisistaan. Tutkielman tarkoituksena oli myös tutkia nuuskan käyttöön yhteydessä olevia tekijöitä, kuten nuuskan käytön syitä, käyttötilanteita sekä tarkastella nuuskan käytön lopettamiseen kannustavia tekijöitä. Tutkimuksessa selvitettiin pelaajien kokemuksia salibandyjoukkueiden valmentajien ja huoltajien nuuskaan suhtautumisesta sekä sen yhteyttä nuorten nuuskaamiseen.

Tutkimuksen toteuttamisesta on sovittu yhteistyössä Suomen Salibandyliiton kanssa. Nuuskakäsitteellä tarkoitetaan tässä tutkimuksessa Suomessa yleisimmin käytettyä ruotsalaista kosteaa nuuskaa (*snus*). Tämä pro gradu-tutkielma koostuu teoriaosasta, joka käsittelee nuuskan vaikutuksia terveyteen ja suorituskykyyn, nuuskan käytön yleisyyttä ja siihen yhteydessä olevia tekijöitä, sekä nuuskattomuuden edistämistä urheiluseuratoiminnassa. Lisäksi tutkielma sisältää artikkelikäsitelmän, jossa on raportoitu tutkimuksen toteutus, empiiriset tutkimustulokset sekä johtopäätökset. Tutkimuksessa käytetyn sähköisen kyselylomakkeen kysymykset vastausvaihtoehtoineen ilmenevät liitteestä 1.

2 NUUSKAN VAIKUTUKSET TERVEYTEEN JA SUORITUSKYKYYN

2.1 Nuuskan terveyshaitat

Nuuska on kostutettu seos, joka koostuu jauhetusta tupakasta ja makuaineista (Wickholm, Lahinen, Ainamo, & Rautalahti 2012). Suomessa yleisimmin käytetty nuuska on ruotsalainen kostea nuuska (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2017), joka on tavallisesti pakattu 25–50 gramman rasioihin irtonuuskana tai annospusseissa (Wickholm ym. 2012). Nuuskaa pidetään yleensä ylähuulen alla noin 30 minuutin ajan (Foulds, Ramstrom, Burke & Fagerström 2003).

Nuuskan fysiologiset vaikutukset johtuvat sen sisältämästä nikotiinista, joka imeytyy suun limakalvojen läpi aiheuttaen elimistön stimuloitumista sekä rauhoittumista nostamalla tilapäisesti verenpainetta ja sydämen sykettä (Wickholm ym. 2012). Tupakointiin verrattuna nikotiini imeytyy nuuskasta hitaammin, mutta veren nikotiinipitoisuus pysyy koholla kauemmin nuuskan käyttämisen jälkeen (Foulds ym. 2003).

Nuuskan sisältämä runsas nikotiinin määrä ja pitkä altistusaika aiheuttavat voimakasta riippuvuutta (Cnattingius ym. 2005, 10; WHO 2007, 277–78; Wickholm ym. 2012). Nikotiiniriippuvuudella tarkoitetaan keskushermostossa tapahtuvaa rakenteellista muutosta, joka syntyy nikotiinituotteiden käytön seurauksena ja jonka myötä käytön lopettaminen johtaa vieroitusoireisiin (Korhonen & Broms 2011). Vieroitusoireet ovat samantyyppisiä kuin tupakoitsijoilla. Nikotiinituotteen käytön lopettaminen voi aiheuttaa vieroitusoireina masentuneisuutta, ärtyneisyyttä, aggressiivisuutta, univaikeuksia, sydämen sykkeen alenemista tai ruokahalun muutoksia. (European Commission 2008.)

Nuuska vaikuttaa haitallisesti suunterveyteen. Nuuskaaminen aiheuttaa limakalvojen ärsytystä ja vaurioitumista (Andersson & Warfvinge 2003). Nuuskan pitopaikan kohdalla oleva limakalvo muuttuu vähitellen vaaleaksi ja ryppyiseksi nuuskaleesioksi. Myöhemmässä vaiheessa vauriokohta muuttuu punaiseksi ja haavaiseksi aiheuttaen suusyöpäriskin. Ienrajat saattavat käytön myötä syöpyä pysyvästi, mistä seuraa usein hampaiden juurten vihloimista. Hampaiden kiinnityskudokset löystyvät nuuskaamisen vuoksi, josta seurauksena voi olla hampaiden kiin-

nityskudossairaus eli parodontiitti. Nuuskan käyttö myös värjää hampaita pysyvästi sekä altistaa kariekselle nuuskan sisältämän sokerin vuoksi. Lisäksi nuuskan sisältämät hiekanjyvät kulluttavat hampaita. Suussa olevat bakteerit pesiytyvät helpommin vaurioituneisiin limakalvo-poimuihin aiheuttaen pahanhajuista hengitystä. (Suomen Hammaslääkäriliitto 2015; Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2017.)

Nuuska sisältää kansainvälisen syöväntutkimuslaitoksen IARC:n mukaan 28 karsinogeeniä, jotka voivat aiheuttaa syöpää (WHO 2007, 57). Näitä karsinogeeniä ovat esimerkiksi nuuskan sisältämät nitrosamiinit, polysykliset hiilivedyt, aldehydit, raskasmetallit sekä radioaktiivinen polonium-210 (Cnattingius ym. 2005, 10). Lisäksi nuuska sisältää tupakkakasvin viljelystä peräisin olevia torjunta-aineita (Wickholm ym. 2010). Tutkimusten mukaan nuuskan käyttö lisää riskiä sairastua suusyöpään (Roosaar ym. 2008) sekä maha- ja suolistosyöpään (Zendeudel ym. 2008). Toisaalta Fouldsin ym. (2003) systemaattisessa katsauksessa todettiin, että Ruotsissa nuuskan käyttäjillä ei ole havaittu syövän lisääntymistä. On myös viitteitä siitä, että äidin raskauden aikainen nuuskan käyttö lisää ennen aikaisen synnytyksen riskiä (Wikström ym. 2010a) sekä lapsen riskiä syntyä kuolleena (Wikström ym. 2010b). Lisäksi tutkimusten mukaan nuuskan käytöllä saattaa olla haitallisia vaikutuksia sydän- ja verenkiertoelimistön toimintaan suurentamalla aivoverenkiertohäiriöiden (Hergens ym. 2008) sekä sydämen vajaatoiminnan riskiä (Arefalk ym. 2011).

Nuuskan terveyshaittoja on tutkittu niukasti verrattuna tupakointiin. Nuorena aloitetun nuuskaamisen vaikutuksista ei ole toistaiseksi tietoa, koska pitkäaikaiset seurantatutkimukset puuttuvat. Nuuskan mahdolliset kansanterveydelliset vaikutukset saatetaan havaita vasta vuosikymmenien päästä. (Wickholm ym. 2012.) Nuuskan ja tupakan aiheuttamia terveyshaittoja vertaillessa systemaattisessa katsauksessa havaittiin tupakoinnin olevan yhteydessä useampiin terveyshaittoihin kuin nuuskan käyttö (Roth, Roth & Liu 2005). Fouldsin ym. (2003) systemaattisen katsauksen mukaan nuuskan käyttäjillä oli tupakoitsijoita pienempi riski sairastua sydän- ja verisuonisairauksiin. Savuttomien tupakkatuotteiden käytöstä seuraavia terveysvaikutuksia on kuitenkin vaikeaa arvioida ja erottaminen tupakoinnin aiheuttamista terveyshaitoista on haastavaa, koska käyttäjät ovat usein myös polttaneet savukkeita elämänsä aikana (Tomar 2007).

2.2 Nuuskan vaikutukset suorituskykyyn

Nuuskan sisältämä nikotiini heikentää verenkiertoa sydämessä ja lihaksistossa (Chagué ym. 2015), minkä seurauksena lihasten hapen ja ravintoaineiden saanti heikkenee. Tämä saattaa puolestaan vaikuttaa lihasvoiman ja -massan kehittymiseen sekä urheilusuorituksista palautumiseen heikentävästi. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2017.) Lisäksi nikotiinin on todettu aiheuttavan lihasvoiman heikentymistä ja anaerobinen kynnyksen saavutetaan harjoituksessa aiemmin. (Chagué ym. 2015.) Nuuska nostaa myös sydämen sykettä ja verenpainetta (Chagué ym. 2015; European Commission 2008, 10), minkä vuoksi sydän rasittuu enemmän. Nuuskan sisältämä nikotiini aiheuttaa voimakasta riippuvuutta ja sen myötä vieroitusoireita (WHO 2007, 277–78), mutta niiden vaikutuksesta urheilusuorituksiin tiedetään vielä vähän.

Nuuskan yhteydestä loukkaantumisiin on saatu myös jonkin verran viitteitä. Nuorten terveystapa-kyselyn 2009 aineiston pohjalta tehdyssä opinnäytetyössä vertailtiin liikuntavammojen- ja tapaturmien riskitekijöitä 12–18-vuotiailla nuorilla (n=5516). Tuloksista ilmeni, että nuuskan käyttö oli tilastollisesti merkitsevästi yhteydessä liikuntavammoihin. Nuuskaaminen lisäsi loukkaantumisiin jopa 2,8 kertaiseksi. Tuloksia saattaa kuitenkin vääristää se, että loukkaantumiset olivat yleisimpiä esimerkiksi jääkiekossa, jossa nuuskaa käytetään tutkimusten mukaan muutenkin enemmän. Tulosten perusteella ei voida kuitenkaan päätellä mihin vammoihin nuuskan käyttö oli yhteydessä, koska vammojen taso ei ilmene tutkimuksesta. (Karhola 2013, 25, 30.)

Naissalibandypelaajien tuki- ja liikuntaelimestön vammojen riskitekijöitä selvittäneessä opinnäytetyössä (n=587) todettiin merkitsevä yhteys nuuskan käytön ja vakavimpien vammojen välillä. Tutkimuksessa vakavilla vammoilla tarkoitettiin loukkaantumisia, jotka johtivat yli 28 päivän taukoon harjoittelussa. (Kujanpää 2011.) Norjalainen urheiluvammojen syitä selvittänyt tutkimus (n=480) osoitti myös nuuskan käyttäjillä olevan merkitsevästi suurentunut riski alaselkäkipuihin, polvien rasitusvammoihin, akillesjännetulehdukseen sekä nivelvammoihin (Heir & Eide 1997). Tässä esiteltyjen tutkimuksien tuloksista ei voida kuitenkaan tehdä suorita johtopäätöksiä melko pienien otoskokojen vuoksi. Tuoreelle tutkimustiedolle nuuskan käytön yhteydestä loukkaantumisiin olisi selvästi tarvetta.

Nuuskan nikotiinin on todettu kuitenkin myös parantavan keskittymiskykyä ja ketteryyttä sekä vähentävän ahdistusta, mistä saattaa olla hyötyä useissa eri lajeissa. Painoluokissa kilpailevat urheilijat saattavat hyötyä siitä, että nikotiinin on havaittu olevan avuksi painonpudotuksessa. Lisäksi nikotiini madaltaa kipukynnystä sekä viivästyttää väsymyksen tunteen havaitsemista, mikä voi parantaa esimerkiksi taistelu- tai kestävyyslajien urheilijoiden suorituskykyä. Nikotiinin luokittelemista doping-aineeksi olisi syytä tarkastella edellä mainittujen suorituskykyä parantavien tekijöiden vuoksi. (Chagué ym. 2015.)

3 NUUSKAN KÄYTÖN YLEISYYS

3.1 Nuuskakokeilujen ja käytön yleisyys suomalaisilla nuorilla

Nuorten terveystapatutkimuksen 2017 (n=4058) mukaan 12–18-vuotiaista suomalaisista nuorista 17 prosenttia kertoi kokeilleensa nuuskaa. Nuuskaa päivittäin tai satunnaisesti käytti 14–18-vuotiaista 8 prosenttia. (Kinnunen ym. 2017). Nuuskan satunnainen käyttö näyttää olevan yleisempää kuin päivittäinen nuuskaaminen (Ollila, Ruokolainen & Heloma 2014). Tutkimuksissa on havaittu poikien nuuskan käytön ja nuuskakokeilujen olevan yleisempiä kuin tytöillä. Nuuskaa oli kokeillut 12–18-vuotiaista pojista 24–27 prosenttia, kun tytöillä kokeilijoiden osuus oli 7–12 prosenttia. (Kinnunen ym. 2015; Kinnunen ym. 2017; Ollila ym. 2014, 20.) Poikien osalta 18-vuotiaista jo lähes puolet (47 %) kertoi kokeilleensa nuuskaa ja nuuskaa päivittäin tai satunnaisesti käytti 23 prosenttia. 18-vuotiaista tytöistä nuuskaa oli kokeillut puolestaan 24 prosenttia ja nuuskaa satunnaisesti tai päivittäin käytti vain 4 prosenttia. (Kinnunen ym. 2017.) Myös kouluterveyskyselyn mukaan tyttöjen päivittäinen ja satunnainen nuuskan käyttö on pysynyt harvinaisena, sillä nuuskaavien tyttöjen osuus oli alle 2 prosenttia kaikkina tutkimusvuosina (Ollila & Ruokolainen 2016; Rauhala ym. 2014).

Suomalaisten nuorten nuuskaaminen on lisääntynyt viime vuosina (Kinnunen ym. 2015; Kinnunen ym. 2017; Mattila ym. 2012; Rauhala, Ollila & Ruokolainen 2014; Ollila & Ruokolainen 2016). Nuuskakokeilut ovat lisääntyneet pojilla 1990-luvun alusta ja tytöillä 2000-luvun puolivälistä lähtien. Pojilla 2000-luvun alussa näkyvissä oli jo laskusuuntaa, mutta sen jälkeen kokeilujen määrä lähti jälleen nousuun. (Kinnunen ym. 2015; Kinnunen ym. 2017.) Suomalaisnuorten nuuskan käyttöä selvittäneessä pitkittäistutkimuksessa havaittiin yläkouluikäisten (n=2816, 13–16 vuotta) nuuskakokeilujen yleistyvän selkeästi yläkoulun aikana, sillä seitsemäsluokkalaisista pojista nuuskaa oli kokeillut vain 7 prosenttia, kun yhdeksännellä luokalla jo 43 prosenttia kertoi nuuskanneensa. Tytöillä nuuskaa kokeilleiden osuus kasvoi 2 prosentista 13 prosenttiin yläkoulun aikana. (Haukkala ym. 2006.) Nuuskan käytön havaittiin yleistyneen myös Mattilan ym. (2012) tutkimuksessa, jonka mukaan vuosina 1999–2010 varusmiesten (n=16 746, mediaani-ikä 19) nuuskan käyttö lisääntyi 5 prosentista 12 prosenttiin. Kouluterveyskyselystä ilmenee myös, että nuuskaaminen on lisääntynyt nuorten keskuudessa erityisesti

poikien keskuudessa. Poikien päivittäisen nuuskaaminen on todettu lisääntyneen sekä yläkouluissa, lukioissa että ammatillisissa oppilaitoksissa. (Rauhala ym. 2014; Ollila & Ruokolainen 2016.)

Tässä tutkimuksessa tarkoitettua kosteaa ruotsalaista nuuskaa (*moist snuff snus*) käytetään Euroopassa lähinnä Suomessa, Norjassa ja Ruotsissa (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2017). Nuuskan käytön on havaittu lisääntyneen myös norjalaisnuorten keskuudessa ja käyttö vaikuttaa olevan yleisempää verrattuna suomalaisnuoriin. Vuonna 2016 norjalaisista peruskouluikäisistä pojista 25 prosenttia ja tytöistä 13 prosenttia käytti nuuskaa päivittäin tai satunnaisesti, kun taas suomalaisista 14–18-vuotiaista pojista nuuskaa käytti vain 13 prosenttia ja tytöistä 3 prosenttia. (Norwegian Institute of Public Health 2016; Statistics Norway 2017; Kinnunen 2017.) Ruotsissa on puolestaan havaittu nuorten nuuskan käytön vähentyneen 2000-luvulla. Vuonna 2015 toisen vuosikurssin lukiolaisista nuuskaa käytti päivittäin tai satunnaisesti pojista 23 prosenttia ja tytöistä 4 prosenttia, mikä on samaa luokkaa kuin samanikäisillä suomalaisnuorilla (24 % & 4 %). (Gribe 2015; Kinnunen 2017.)

Suomessa nykyinen trendi näyttää olevan nuorten tupakoinnin väheneminen. Nuorten tupakan päivittäinen polttaminen sekä kokeilut ovat vähentyneet 2000-luvun alusta alkaen. Vuonna 2015 16–18-vuotiaista tytöistä 13 prosenttia ja pojista 14 prosenttia tupakoi päivittäin (Kinnunen ym. 2015, Kinnunen ym. 2017). Mattila ym. (2012) mukaan varusmiesiässä olevien tupakointi väheni vuosina 1999-2010 42 prosentista 34 prosenttiin. Savuttomien nuorten määrän kasvun positiivista kehitystä uhkaa kuitenkin nuuskan kokeilun ja käytön yleistyminen. (Kinnunen ym. 2015; Rauhala ym. 2014.) Kouluterveyskyselyn mukaan vuonna 2015 pelkästään nuuskaa päivittäin tai satunnaisesti käyttävien osuus oli yläkoulussa ja lukiossa opiskelevilla pojilla ensimmäistä kertaa suurempi kuin pelkästään savukkeita käyttävien osuus (Ollila & Ruokolainen 2016).

Tutkimusten mukaan myös nuuskan ja tupakan yhteiskäyttö on lisääntynyt (Haukkala ym. 2006; Kinnunen ym. 2015; Mattila ym. 2012; Rauhala ym. 2014). Lukiossa, ammatillisissa oppilaitoksissa ja yläkoulussa opiskelevilla pojilla nuuskan ja savukkeiden yhteiskäyttö oli yleisin tapa käyttää tupakkatuotteita (Ollila & Ruokolainen 2016). Yläkouluikäisillä tytöillä on havaittu satunnaisen nuuskaamisen yleistymistä ja ammattiin opiskelevien tyttöjen nuuskan ja tu-

pakan yhteiskäyttö on lisääntynyt (Rauhala ym. 2014). Ei tupakoivien, pelkästään nuuskaa päivittäin käyttävien poikien määrä on kuitenkin kasvussa. 18-vuotiailla pojilla osuus oli 0,9 prosenttia vuonna 2013, kun vuonna 2015 osuus oli jo 4,4 prosenttia. (Kinnunen ym. 2015.) Vaikka nuuskan päivittäinen käyttö on vielä melko harvinaista, kokeilijoiden suuri määrä saattaa ennakoita käytön lisääntymistä, sillä kokeiluvaiheessa olevat ovat riskiryhmässä nuuskan päivittäisen käytön aloittamisen suhteen.

3.2 Nuuskan käytön yleisyys urheilijoilla

Kansainvälisen systemaattisen katsauksen mukaan useissa tutkimuksissa on todettu nuuskaamisen olevan yleisempää urheilijoiden keskuudessa verrattuna samanikäisiin ei-urheilijoihin (Diehl ym. 2012). Myös Suomessa on saatu samansuuntaisia tutkimustuloksia, sillä Haukkalan ym. (2006) tutkimuksen (n=2816) mukaan nuuskan kokeilu oli todennäköisempää niillä pojilla, jotka harrastivat vapaa-ajallaan paljon urheilua. Mattilan ym. (2012) tutkimuksessa vertailtiin varusmiespalvelua aloittavien nuorten (n=16746) nuuskan käyttöä ja havaittiin, että säännöllisesti kilpailevat urheilijat käyttivät enemmän nuuskaa verrattuna ei-urheileviin. Vastaavia tuloksia saatiin Suomen jääkiekkoliiton teettämässä päihdekyselytutkimuksessa (n=1509, poikia 96 %), jossa todettiin nuuskan käytön olevan yli 14-vuotiailla jääkiekkoilijoilla yleisempää verrattuna samanikäisiin nuoriin (Pitkänen 2006).

Urheiluseuratoiminnassa mukana olevien poikien nuuskaamisen on todettu olevan yleisempää verrattuna seuroihin kuulumattomiin poikiin (Kannas ym. 2002), kun taas urheiluseuroissa harrastavien 14–16-vuotiaiden tyttöjen nuuskakokeilujen on havaittu olevan harvinaisempia verrattuna verrokkiryhmään (Ng ym. 2017). Nuuskaaminen näyttää olevan yleisempää myös aikuisikäisillä urheilijoilla verrattuna verrokkiryhmään, sillä suomalaisten huippu-urheilijoiden (n=494) tupakointia ja nuuskan käyttöä selvittäneessä tutkimuksessa (Alaranta 2006) havaittiin, että nuuskan käyttö oli urheilijoilla yleisempää verrattuna ei-urheileviin samanikäisiin aikuisiin (n=1504, 18–29 vuotta).

Nuori urheilijan polulla -tutkimuksen mukaan 13–15-vuotiaista urheilevista tytöistä ja pojista (n=1210) joka viides (16 %) oli kokeillut nuuskaa (Kokko ym. 2011a, 44). Pitkäsen (2006) mukaan 15–16-vuotiaista jääkiekkoilijoista yli puolet (51 %) oli kokeillut nuuskaa ja neljännes (25 %) käytti nuuskaa satunnaisesti tai useammin. Nuuskaaminen näyttää yleistävän iän myötä,

sillä alle 14-vuotiaiden jääkiekkoilijoiden keskuudessa nuuskaaminen oli harvinaista, mutta yli 16-vuotiaista vain noin neljännes ei ollut kokeillut nuuskaamista. (Pitkänen 2006.) Aikuisikäisestä kansallisen olympiakomitean tukemista huippu-urheilijoista lähes 25 prosenttia ilmoitti käyttävänsä nuuskaa, kun verrokkiryhmässä nuuskaajia oli noin 4 prosenttia. Näistä urheilijoista päivittäin kertoi nuuskaavansa 10 prosenttia, kun vastaava luku verrokkiryhmällä oli 2 prosenttia. Myös nuuskan satunnaiskäyttö oli huippu-urheilijoiden keskuudessa selvästi yleisempää (15 %) verrokkiryhmään nähden (2 %). (Alaranta ym. 2006.)

Meta-analyysin mukaan kansainvälissä tutkimuksissa on todettu urheilijoiden tupakoivan vähemmän verrattuna ei-urheilijoihin (Diehl ym. 2012). Myös suomalaistutkimusten mukaan urheilevien nuorten päivittäinen tupakointi ja tupakointikokeilut ovat harvinaisempia kuin suomalaisnuorilla yleensä (Kannas 2002; Kokko ym. 2011a; Pitkänen 2006). Samoin kuin nuorilla urheilijoilla, myös aikuisikäisten huippu-urheilijoiden päivittäinen tupakointi (4 %) on selvästi vähäisempää verrattuna verrokki-ryhmään, joista 28 prosenttia tupakoi (Alaranta 2006).

3.3 Urheilulajin yhteys nuuskan käytön yleisyyteen

Nuuskan käytön on havaittu olevan yleisempää joukkueurheilulajien edustajilla, erityisesti jääkiekkoilijoilla, kuin muilla urheilijoilla (Ng ym. 2017; Mattila ym. 2012; Uosukainen 2000). Myös Nuori urheilijan polulla -tutkimuksen mukaan nuuskan käyttöä ja kokeiluja esiintyy enemmän joukkuelajien harrastajilla verrattuna yksilölajien edustajiin (Kokko ym. 2011a). Suomalaisten huippu-urheilijoiden osalta trendi on samansuuntainen; eniten nuuskaa käyttivät joukkueurheilijat, vähäisintä nuuskaaminen oli kestävyyslajien edustajilla (Alaranta 2006). Nuori urheilijan polulla -tutkimuksessa havaittiin kuitenkin, että joukkueurheilijoiden tupakointi on vähäisempää verrattuna yksilölajien harrastajiin (Kokko ym. 2011a).

Urheilevien ruotsalaisnaisten (n=791) tupakointitottumuksia selvittäneen tutkimuksen tulokset ovat yhteneväisiä suomalaistutkimusten tulosten kanssa. Tutkimuksen mukaan 15–29-vuotiailla urheilijanaisilla nuuskakokeilut olivat joukkuelajien harrastajilla (23 %) yleisempiä verrattuna yksilölajien urheilijoihin (14 %). Nuuskakokeilut olivat yleisimpiä salibandyn pelaajilla (28 %), ja useimmin päivittäin nuuskaa käyttivät jääkiekkoa (5 %) ja salibandyä (4 %) pelaavat

naiset. (Rolandsson ym. 2014.) Toisessa ruotsalaistutkimuksessa todettiin nuuskan käytön olevan vähäisempää niillä pojilla, jotka harrastivat jääkiekon lisäksi muutakin urheilua, verrattuna pelkästään jääkiekkoa harrastaviin poikiin (Rolandsson & Hugoson 2001). Norjassa tehdyssä tutkimuksessa saatiin edellä mainittuja havaintoja tukevia tuloksia, sillä myös siellä havaittiin nuuskaamisen olevan yleisempää joukkuelajien harrastajilla (21 %) kuin yksilölajien (9,5 %) urheilijoilla (Martinsen & Sundgot-Borgen 2014).

Salomäen ja Tuiskun (2013, 46, 60) haastattelututkimus tukee aiempien tutkimusten tuloksia: nuuska liittyy erityisesti jääkiekkoon, mutta myös jalkapalloon ja salibandyyn. Haastatteluissa ilmeni kuitenkin, että jalkapallon ja salibandyn fani- ja lajikulttuurissa nuuskan perinteet sekä maine eivät ole yhtä vahvoja kuin jääkiekossa. Salibandyn osalta nuuskan käytön leviämisen riskiä lisää lajikulttuurin yhteydet Ruotsiin, missä nuuskan käyttö on yleistä (Furberg ym. 2006).

Nuuskan käytön suosiota joukkueurheilijoiden keskuudessa on selitetty joukkueen yhdessä viettämän runsaan ajan myötä muodostuvalla yhteisöllisyydellä, jonka kautta nuuskan käyttö saattaa yleistyä joukkueen jäsenten keskuudessa. Lisäksi joukkueurheilijoiden on ajateltu voivan helpommin ”piilottaa” suorituskykynsä, kun taas yksilöurheilijan täytyy kokonaan vastata itselleen suorituskyvystään. (Rolandsson ym. 2014.)

4 NUUSKAN KÄYTTÖÖN YHTEYDESSÄ OLEVAT TEKIJÄT

4.1 Nuuskakokeilujen ja nuuskan käytön syyt

Sosiaalisilla tekijöillä vaikuttaa olevan merkittävä rooli sekä nuuskakokeiluissa että nuuskan käytössä. Aiempien tutkimusten perusteella nuorten nuuskakokeilujen yleisimpinä syinä ovat olleet uteliaisuus ja kokeilun halu sekä kavereiden nuuskaaminen (Salomäki & Tuisku 2013, 12; Uosukainen 2000, 22). Myös ruotsalaistutkimukset (Rolandsson & Hugoson 2001; Rolandsson ym. 2014) osoittivat kavereilla olevan suuri merkitys nuuskan käytön aloittamisessa. Rolandssonin ja Hugosonin (2001) tutkimuksen (n=249) mukaan nuuskaavista pojista 77 prosenttia kertoi kavereiden nuuskan käytön vaikuttaneen aloittamiseen. Hugosonin ym. (2014) tutkimustulokset osoittivat, että myös naisurheilijoilla (n=791) merkittävin nuuskan käytön aloittamiseen vaikuttava tekijä oli kaverit. Jääkiekkouniureita koskeneessa tutkimuksessa ilmeni, että joukkuekaverit ja erityisesti vanhemmat juniorit kannustavat kokeilemaan ja käyttämään nuuskaa. (Salomäki & Tuisku 2013, 50–51.)

Suomen jääkiekkoliiton teettämän päihdekyselytutkimuksen tulosten mukaan juniorijääkiekkoilijat käyttivät nuuskaa sen rentouttavan vaikutuksen vuoksi (Pitkänen 2006). Vastaajat kertoivat käytön syynä olevan myös nikotiinin tarve, jonka helpottamiseen nuuska on parempi vaihtoehto kuin tupakointi. Myös urheilulukiolaisten nuuskan käyttöä selvittäneessä pro gradu tutkimuksessa (n=170) käytön syyksi mainittiin useimmin rentoutuminen. Lisäksi nuuskaa käytettiin, koska sen ei koettu olevan terveydelle kovin haitallista. Yli puolet urheilulukiolaisista olikin sitä mieltä, että nuuska sopii urheilijalle tupakkaa paremmin. (Uosukainen 2000, 32, 36.) Nuoret käyttivät nuuskaa myös, koska kokivat sen piristävän ja auttavan keskittymisessä. Tupakoinnin lopettamis- ja vähentämisaikomukset olivat erityisesti ammatillisissa oppilaitoksissa opiskelevien poikien nuuskan käytön yksi syy. (Salomäki & Tuisku 2013, 12, 17.) Nuuskan käyttöä ei voida kuitenkaan suositella tupakoinnin lopettamiskeinoksi, sillä riskinä on jääminen nuuskan käyttäjäksi tupakasta vieroittumisen jälkeen. Norjalaistutkimuksen mukaan nuuskaa tupakanpolton lopettamiseen käyttäneistä 62,4 prosenttia jatkoi nuuskaamista, kun taas nikotiinikorvaushoitoa käyttäneistä vain 9,5 prosenttia jatkoi nikotiinin käyttöä. (Lund, McNeill & Scheffels 2010.)

Terveydenhuollon ammattilaisten mukaan nuoret suhtautuvat huolettomasti nuuskan vaaroihin. Nuorilla tuntuu olevan tietoa nuuskan haitoista, mutta usein käsitykset ovat vääristyneitä. Nuuskan saatetaan ajatella esimerkiksi parantavan suorituskykyä. (Liimakka ym. 2015.) Nuoret ovat saaneet tietoa nuuskan haitoista terveystiedon tunneilta, netistä, lehdistä ja kavereilta. Valistus koetaan kuitenkin epäuskottavan ”liioitelluksi” ja haittojen uskotaan ilmaantuvan vasta todella pitkäaikaisen käytön jälkeen. Nuoret kokevat myös, että aikuiset pitävät tupakointia pahempana asiana ja tupakoinnin vaaroista tulee paljon enemmän tietoa verrattuna nuuskaamiseen. (Salomäki & Tuisku 2013, 20–22.) Vaikuttaa, että nuuskan terveyshaittoja pidetään tupakkaa vähäisempinä, sillä Ollilan ym. (2014) mukaan yläkouluikäisistä nuorista 73 prosenttia piti nuuskaa varmasti terveydelle haitallisena, kun taas tupakointia terveydelle varmasti haitallisena piti 85 prosenttia.

Nuuskauskokeiluihin ja käytön aloittamiseen saattavat vaikuttaa myös nuorten myönteiset mielikuvat nuuskaamisesta kohtaan. Nuuskan käyttöön liittyy poikien mielestä positiivisia mielikuvia käyttäjien miehekkyydestä, rentoudesta ja urheilullisuudesta (Salomäki & Tuisku 2013, 16), mikä voi kannustaa nuuskaamiseen. Myös jalkapalloa ja salibandyä harrastavien tyttöjen mielikuvat nuuskan käytöstä ovat samansuuntaisia kuin pojilla. Huolestuttavaa on, että tyttöjen suhtautuminen nuuskaan vaikuttaa muuttuvan vähitellen myönteisemmäksi. (Salomäki & Tuisku 2013, 16, 45–46.) Lisäksi nuorten on havaittu suhtautuvan positiivisesti uusiin tupakkatuotteisiin ja kokeiluihin saattavat innostaa esimerkiksi niissä käytetyt makuaineet (Choi ym. 2012). Esimerkiksi hedelmänmakuiset nuuskat voivat madaltaa kokeilukynnystä. Lisäksi Suomessa kauppoissa on myynnissä energianuuskaa, joka sisältää piristäviä aineita, kuten kofeiinia, nikotiinin sijasta. Tällaiset tuotteet voivat innostaa lapsia ja nuoria kokeiluihin, joiden myötä he voivat oppia nuuskan käyttötavan. (Kinnunen ym. 2015.)

4.2 Nuuskan käyttöön yhteydessä olevat taustatekijät

Alhaisempien kouluarvosanojen on todettu olevan yhteydessä nuuskaamiseen (Ng ym. 2017). Erityisesti koulussa huonommin menestyvillä pojilla näyttää olevan suurempi riski nuuskakokeiluihin (Haukkala 2006, Uosukainen 2000, 27). Myös norjalaisnuoria (n= 2432) koskeneessa tutkimuksessa havaittiin korkeamman koulumenestyksen olevan yhteydessä vähäisempään

nuuskan käyttöön (Stea & Torstveit 2014). Lisäksi alhaisen koulutus- ja tulotason sekä nuuskan käytön väliltä löydettiin yhteys ruotsalaistutkimuksessa (n= 34 707) (Engström, Magnusson & Galanti 2010). Menestyminen urheilussa näyttää taas olevan päinvastoin yhteydessä runsaampaan nuuskan käyttöön, sillä Nuori urheilijan polulla -tutkimuksen mukaan nuuskaaminen oli yleisempää korkeammalla harrastustasolla olevilla. Tutkimuksessa tarkasteltiin urheilullisten taustatekijöiden vaikutusta nuuskan käyttöön. Tuloksista selvisi myös, että nuuskaaminen oli yleisempää joukkueurheilijoilla sekä tulevaisuuden urheilutavoitteen omaavilla urheilijanuorilla. (Kokko ym. 2011a.)

Nuuskaaminen ja haitalliset terveystottumukset näyttävät olevan yhteydessä toisiinsa. Näyttöä on saatu humalajuomisen sekä vihannesten ja hedelmien vähäisen syömisen (Engström ym. 2010) sekä tupakoinnin yhteydestä nuuskaamiseen (Haukkala ym. 2006). Haukkalan ym. (2006, n=2816) mukaan yläkouluikäisillä suomalaispojilla tupakointi ennusti tulevaisuuden nuuskakokeiluja ja toisaalta nuuskakokeilut ennustivat myöhempää viikoittaista tupakointia.

Asuinpaikan ja perheenjäsenten tupakkatuotteisiin suhtautumisen yhteydestä nuorten nuuskan käyttöön on joitakin viitteitä. Mattila ym. (2012) totesivat tutkimuksessaan, että pääkaupunkiseudulla tai isoissa kaupungeissa asuvat nuoret miehet käyttivät yleisemmin nuuskaa kuin maaseudulla asuvat miehet. Salomäen ja Tuiskun haastattelututkimuksessa ilmeni, että nuoren kiinnostus nuuskaa kohtaan saattaa herätä helpommin, jos kotona näkyy nuuskan käyttöä. Nuorten mielestä nuuskaa on helpompi käyttää vanhemmilta salaa ja kiinnijäämisen pelko on pienempi kuin tupakoidessa, millä saattaa olla vaikutusta nuuskan käyttöön. Tutkimuksessa haastatellut nuoret kertoivat myös, että vanhemmat ovat usein tietämättömiä nuuskan käytöstä, eivätkä sen vuoksi puutu asiaan. (Salomäki & Tuisku 2013, 20–22, 56.) Ruotsalaistutkimuksessa (n=249) havaittiin, että nuuskaa käyttävillä jääkiekkoilevilla pojilla oli ei-käyttäjiä useammin sisaruksia, jotka nuuskasivat. Vanhempien tupakkatuotteiden käytöllä ja poikien nuuskan käytöllä ei havaittu merkitsevää yhteyttä. Vanhempien tottumuksia erikseen analysoitaessa löydettiin kuitenkin yhteys äidin tupakoinnin ja pojan nuuskan käytön välillä. (Rolandsson & Hugoson 2001.) Myös toisessa ruotsalaistutkimuksessa saatiin samansuuntaisia tuloksia, sillä tutkimuksen mukaan naisurheilijat käyttivät nuuskaa kaksi kertaa todennäköisemmin, jos heillä oli nuuskaavia sisaruksia tai aikuisia lähipiirissään (Rolandsson ym. 2014). Kodin suhtautuminen, asenteet ja esimerkki näyttävät siis olevan yhteydessä nuorten nuuskaamiseen.

4.3 Nuuskan käyttötilanteet ja saatavuus

Nuuskaa käytetään urheilulukiolaisten mukaan yleisimmin urheilusuoritusten tai syömisen jälkeen sekä erilaisissa illanvietoissa, erityisesti alkoholin käytön yhteydessä (Uosukainen 2000). Nuorten mukaan nuuska kuuluu sosiaalisiin tilanteisiin ja sitä käytetään esimerkiksi välitunneilla, juhliessa tai urheillessa kaveriporukalla. Nuuskaaminen on yleistä myös koulupäivän aikana; nuorten kertoman mukaan nuuskaa käytetään sekä tunneilla että välitunneilla. Kokemus on, että nuuskan käyttöä koskevissa säännöissä on epäselvyyttä verrattuna tupakointiin eikä nuuskaamiseen puututa kouluissa aktiivisesti. Myös opettajien suhtautuminen nuuskan käyttöön vaihtelee. Nuorten mielestä nuuskaaminen on myös tupakointia helpompi salata opettajilta. (Salomäki & Tuisku 2013, 17, 22.)

Lain mukaan Suomessa savuttomien tupakkatuotteiden käyttö on kiellettyä esi- tai perusopetusta, ammatillista koulutusta tai lukio-opetusta antavien oppilaitosten sisä- tai ulkotiloissa (Tupakkalaki 549/2016, 74 §). Suomessa käytettävä nuuska luokitellaan Suomen tupakkalaissa savuttomaksi tupakkatuotteeksi. Näiden savuttomien tupakkatuotteiden myynti tai välittäminen on kiellettyä, ja alle 18-vuotiailta myös tupakkatuotteiden hallussapito on kielletty. Savuttomien tupakka-tuotteiden tilaaminen postitse on myös kiellettyä. (Tupakkalaki 549/2016, 2 §, 51§, 53§, 118§.) Nuuskan ostaminen on kuitenkin sallittua esimerkiksi laivoilla Ruotsin aluevesillä oltaessa. Lain mukaan yksityishenkilö saa tuoda omaan henkilökohtaiseen käyttöön yhden kalenterivuorokauden aikana 1000 grammaa savuttomia tupakkatuotteita (Tupakkalaki 549/2016, 63 §). Pohjois-Ruotsiin ja Venäjälle on perustettu myyntipisteitä Suomen rajan tuntumaan. Näissä myyntipaikoista saa palvelua suomenkielellä ja euroilla maksaminen on mahdollista, mikä viittaa siihen että myynti on kohdistettu juuri suomalaisille. Suomen syöpäyhdistyksen teettämän selvityksen mukaan koeostojen yhteydessä nuuskaa myytiin yli maahantuontirajoitusten ja asiakkaan informointi rajoituksista oli vähäistä. (Suomen syöpäyhdistys 2015.)

Nuorten terveystapatutkimuksen 2017 (Kinnunen ym. 2017) mukaan nuoret hankkivat nuuskaa eniten kavereiltaan (73 %). Lisäksi nuoret ostivat nuuskaa naapurimaista (12 %) ja laivoilta (3 %). Myös nuuskan myyntikieltolain vaikutuksia selvittäneen tutkimuksen mukaan nuuskaa hankittiin yleisimmin kavereilta tai tutuilta (84 %). Käyttäjistä 55 prosenttia kertoi ostaneensa nuuskaa naapurimaihin suuntautuvilta turistimatkoilta esimerkiksi Ruotsista tai Virosta. (Huh-

tala, Raunio, Rimpelä 2006.) Nuuskan tekeminen itse ei ole yleistä suomalaisnuorten keskuudessa (Salomäki & Tuisku 2013, 12). Sosiaalista mediaa käytetään avuksi nuuskan välityksessä, esimerkiksi Facebookiin on perustettu nuuskanvälitysryhmiä. Nuuskan välittämisestä voi seurata rikos- ja veroseuraamuksia, jotka voivat langeta sekä myyjälle että ostajalle (Suomen syöpäyhdistys 2015).

Nuuskan myynti- ja välityskielto ei näytä vaikuttavan nuuskan saatavuuteen, vaan päinvastoin käyttö on lisääntynyt koko ajan viime vuosina. Kuitenkin nuorten kertoman mukaan nuuskaa käytetään vähemmän silloin, kun sitä on heikosti saatavilla (Salomäki & Tuisku 2013). Vuonna 2016 voimaan tullut uusi tupakkalaki (549/2016) kiristi nuuskan tuontirajoituksen 1000 grammaan, kun aiempi sallittu tuontimäärä oli 1500 grammaa. Tulevaisuus näyttää onko nuuskan maahantuontirajoitusten kiristämällä vaikutusta nuuskan saatavuuteen ja sen myötä myös nuuskan käyttöön.

5 NUUSKATTOMUUDEN EDISTÄMINEN URHEILUSEURATOIMINNASSA

5.1 Terveyskasvatus suomalaisessa urheiluseuratoiminnassa

Voimavarakeskeisessä lähestymistavassa ”Positive Youth Development” (PYD) kaikilla nuorilla nähdään olevan mahdollisuudet positiiviseen kehitykseen. Tämä mahdollistuu keräämällä kehitystä tukevia kokemuksia esimerkiksi osallistumalla järjestettyyn toimintaan, kuten urheiluseuratoimintaan. Urheilun on todettu olevan yhteydessä nuorten kehitykseen sekä positiivisesti että negatiivisesti. Esimerkiksi valmentajat ovat tärkeässä asemassa pyrittäessä tukemaan nuorten optimaalista kehitystä. (Holt & Neely 2011; Lerner, Brown & Kier 2005.) Nuorten parhaan mahdollisen kehityksen tukemiseksi on syytä huomioida urheiluseurojen rooli terveyskasvatuksessa.

Terveyskasvatuksen tavoitteena on terveystietojen ja -taitojen opettaminen. Lisäksi terveyskasvatuksen tehtävänä on virittää keskustelua tai tietoisuusprosessia eri aiheista. (Kannas & Tyrväinen 2005, 61.) Aiemman tutkimustiedon mukaan suomalaiset valmentajat suhtautuvat ristiriitaisesti terveyskasvatukseen osana valmentamista. Terveyttä pidetään tärkeänä asiana, mutta sen edistämiseen ei erityisesti panosteta. (Kokko, Villberg & Kannas 2015.) Jääkiekkovalmentajia koskeneessa haastattelututkimuksessa ilmeni, että valmentajat pitivät valmentajan keskeisimpänä tehtävänä lajin opettamista ja pelaajien kehittämistä. He näkivät kuitenkin tärkeänä myös kasvatustyön sekä nuorten elämän hallinnan ja urheilullisten elämäntapojen vahvistamisen. (Salomäki & Tuisku 2013, 51.) Valmentajat kokevat vaikutusmahdollisuutensa hyviksi, sillä aiemman tutkimuksen mukaan yli 90 prosenttia jääkiekkovalmentajista koki valmentajalla olevan hyvät mahdollisuudet vaikuttaa nuorten terveyskäyttäytymiseen (Kokko & Kannas 2004).

Jalkapallo-, jääkiekko-, yleisurheilu- ja maastohiihtovalmentajien (n=240) terveyskasvatusaktiivisuutta selvittäneessä tutkimuksessa havaittiin valmentajien ja nuorten urheilijoiden (n=646, ikä 14–16 vuotta) arvioiden eroavan toisistaan, sillä urheilijat arvioivat valmentajien terveyskasvatusaktiivisuuden merkittävästi alhaisemmaksi verrattuna valmentajien itsearvioon (Kokko ym. 2015). Hiihtoa ja jääkiekkoa harrastavien poikien (n=311) kokemuksia urheiluseu-

rojen terveystasvatustoimista tutkineessa pro gradu-tutkielmassa havaittiin valmentajien toiminnassa olevan enemmän terveyttä edistäviä piirteitä kilpailujen ja harjoitusten aikana kuin muussa seuratoiminnassa (Kekki & Palmi 2008). Jääkiekkovalmentajien mukaan eniten terveystasvatusta oli toteutettu keskustelemalla pelaajien kanssa harjoituksissa tai antamalla pelaajille ohjeita bussissa (Kokko 2003, 49–50).

Valmentajat kertoivat käsitelleensä aktiivisesti terveyteen liittyvistä asioista esimerkiksi unen ja levon merkitystä, sairaana harjoitteluun liittyviä riskejä sekä loukkaantumisten ehkäisyä. Myös nuorten urheilijoiden mukaan näitä teemoja oli käsitelty eniten. Vähemmälle huomiolle olivat jääneet esimerkiksi päihteet ja seksuaalisuuteen liittyvät asiat. (Kokko ym. 2015.) Myös Salomäen & Tuiskun (2013, 46) mukaan terveystasvatustyö urheiluseuroissa näyttää kohdistuvan päihteitä enemmän esimerkiksi lepoon ja ravintoon. Kokon (2003, 47) mukaan valmentajat käsitelivät useimmin joukkueensa kanssa asioita, jotka liittyivät uneen ja lepoon, joukkueen sosiaalisiin suhteisiin sekä ravintoon. Ng ym. (2017) havaitsivat tutkimuksessaan yhteyden valmentajien terveystasvatustaktiivisuuden ja nuorten urheilijoiden päihteiden käytön välillä. Päihteiden käyttö oli yleisempää niillä nuorilla, joiden valmentajat olivat puhuneet useammin päihteiden käytöstä. Vaikuttaa, että valmentajat reagoivat päihteiden käyttöön ja keskustelevat aiheesta vasta, kun käyttöä on jo ilmennyt. (Ng ym. 2017.)

5.2 Nuuskan käytön ehkäisy urheiluseuratoiminnassa

Nuorten urheilijoiden nuuskan käytön vähentämiseen vaaditaan nuuskakokeilujen ja nuuskan käytön aloittamisen ehkäisemistä sekä nuuskan käytön lopettamisen tukemista (Salomäki & Tuisku 2013, 64). Urheiluseuroilla on merkittävä rooli nuorten nuuskattomuuden edistämässä (Salomäki & Tuisku 2013, 64), sillä seurat tavoittavat suuren osan suomalaisista lapsista ja nuorista. Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa (LIITU)-tutkimuksen mukaan suomalaisista 9–15-vuotiaista lapsista ja nuorista (n=6922) 62 prosenttia osallistui urheiluseuratoimintaan säännöllisesti tai satunnaisesti (Mononen, Blomqvist, Koski & Kokko 2016).

Urheiluseurojen potentiaali nuorten terveyden edistämässä voidaan kuitenkin hyödyntää vasta, kun seurat ymmärtävät itse tämän mahdollisuuden ja sitoutuvat noudattamaan terveyden edistämisen linjauksia käytännössä (Kokko ym. 2011b). Aiemman tutkimustiedon mukaan urheiluseurat ovat passiivisia valmentajiensa ohjaamisessa terveyteen liittyvien aiheiden suhteen

(Kokko, Kannas, Villberg & Ormshaw 2011b) ja valmentajat tarvitsevat urheiluseuroilta enemmän tukea terveystkasvatuksen toteutuksessa (Kokko ym. 2015). Kokon ym. (2011b) tutkimuksessa selvitettiin, miten urheiluseurat ohjaavat valmentajiaan huomioimaan terveystkasvatusta osana käytännön valmennustyötä. Valmentajat olivat saaneet ohjausta uneen, lepoon, loukkaantumisten ehkäisyyn sekä sairaana harjoittelun riskeihin liittyen, kun taas päihteiden käyttöön liittyvä ohjeistus oli vähäisempää. Yleisurheiluvalmentajista (n=158) 81 prosenttia kertoi, että heidän urheiluseuransa oli korostanut urheiluseuraympäristön päihteettömyyttä. Kuitenkin noin puolet (49 %) valmentajista ilmoitti, ettei urheiluseurassa oltu tehty yhteisesti päihteitä koskevia sääntöjä (Penttinen 2007, 57, 154).

Nuorten urheilijoiden nuuskan käytön ehkäisemiseksi urheiluseurojen ja lajiliittojen tulisi laatia linjauksia, joissa määritellään tavoitteet ja yhteiset toimintatavat nuuskan käytön vähentämiseksi (Salomäki & Tuisku 2013, 65). Esimerkiksi Salibandyliitto on kieltänyt kilpailusäännöissään nuuskan käytön liiton alaisissa ottelutapahtumissa. Lisäksi seuroja velvoitetaan huolehtimaan siitä, ettei urheiluun liittyvissä tilanteissa nuorisolle välitetä myönteistä kuvaa tupakkatuotteiden käytöstä tai niiden liittymisestä urheiluun. (Suomen Salibandyliitto ry 2016b.) Lisäksi joukkueiden on syytä laatia valmentajien johdolla nuuskan käyttöä koskevat säännöt, joiden noudattamista valvotaan ja rikkomisesta seuraa sanktioita. Myös kotien kanssa on tärkeää tehdä yhteistyötä nuuskattomuuden edistämiseksi. (Salomäki & Tuisku 2013, 66–67.)

Aiemman tutkimustiedon mukaan valmentajille suunnatulle lisäkoulutukselle vaikuttaa olevan tarvetta päihteiden käytön vähentämiseksi urheilijoiden keskuudessa (Ng ym. 2017). Valmentajien tiedon tai pätevyyden puute saattaa vaikuttaa heidän terveydenedistämisasiivisuuteensa (Kokko ym. 2015), joten urheiluseurojen ja lajiliittojen tulisi tukea valmentajien työtä tarjoamalla tietoa ja koulutusta nuuskan käytön vähentämiseksi. Lisäksi valmentajille tulisi tuottaa materiaaleja ja työkaluja, joita he voivat käyttää omassa työssään. (Salomäki & Tuisku 2013, 64–65.) Urheiluseurojen olisi myös tärkeää parantaa seurojen sisäistä viestintää ja valmentajien ohjausta (Kokko ym. 2011b).

Jääkiekk junioreita ja jääkiekkovalmentajia haastateltaessa esiin nousi idolikulttuurin merkitys, joka on jääkiekkopiireissä erityisen vahva. Junioriurheilijat seuraavat idoliensa toimintaa ja muistavat tarkasti esimerkiksi, jos median kautta on ilmennyt kyseisen pelaajan nuuskaamista. Nuuskan käyttöön vaikuttavana tekijänä nähtiin myös nuuskan näkyminen kaikkialla

harrastuksen ympärillä - kopeissa, käytävillä, loppuverryttelyssä, salilla ja jopa jäällä. (Salomäki & Tuisku 2013, 47–53.) Kekin & Palmin (2008) mukaan jääkiekkoilijanuorista 66 prosenttia oli nähnyt nuuskaamista liikuntapaikalla, kun taas hiihtäjänuorista vain 15 prosenttia ilmoitti nähneensä nuuskan käyttöä. Nuuskan käytön ehkäisemiseksi nuorten harrastusympäristön ja -kulttuurin tulisi kannustaa nuuskattomuuteen. Urheiluseuroissa tulisi pyrkiä siihen, että nuuska ei näy eikä sitä ole saatavissa nuorten urheiluharrastuksessa. Lisäksi aikuisten, kuten urheiluidolien, valmentajien ja joukkueiden toimihenkilöiden, tulisi antaa nuuskatonta esimerkkiä nuorille urheilijoille. (Salomäki & Tuisku 2013, 64–65.)

Urheilijanuoret ovat Nuori urheilijan polulla -tutkimuksen mukaan kiinnostuneita urheilijan elämään liittyvistä asioista. Pääteisiin liittyvä lisätieto kuitenkin kiinnostaa nuoria vähiten. (Kokko ym. 2011a, 49.) Toisaalta Salomäen ja Tuiskun (2013, 46) mukaan nuoria urheilijoita kiinnostavat nuuskan käytön terveyshaitat ja erityisesti nuuskan vaikutukset suorituskykyyn. Nuorten mielestä nuuskan haitoista kannattaisi kertoa urheiluharrastuksen parissa. Nuuskan käytöstä ei ollut kuitenkaan puhuttu jääkiekon D- ja C-junioreille, vaikka kokeilut alkavat juuri noina ikäkausina. Nuuskan käytön ehkäisemiseksi voidaan suositella, että nuorille urheilijoille jaetaan tietoa nuuskan vaikutuksista fyysiseen ja henkiseen suorituskykyyn omaan lajiin liittyen. Huomioita täytyy kiinnittää erityisesti nuoriin, jotka ovat nuuskakokeilujen kannalta kriittisessä iässä. (Salomäki & Tuisku 2013, 46, 67.) Liiallinen ”valistaminen” nuuskan vaaroista voi kuitenkin aiheuttaa nuoressa vastarintaa, joten voi olla tehokkaampaa pyrkiä aktivoimaan keskustelulla nuoren omaa ajattelua (Liimakka ym. 2015, 52).

Nuorta urheilijaa tulee myös tukea nuuskan käytön lopettamisessa ja ohjata avun piiriin (Salomäki & Tuisku 2013, 67), esimerkiksi koulu- tai opiskelijahuollon ammattilaisen vastaanotolle (Liimakka ym. 2015, 58). Nuuskaa käyttävää nuorta voi kannustaa nuuskaamiseen vähentämiseen, jos lopettaminen tuntuu liian suurelta haasteelta. Motivoidessa nuorta nuuskan käytön lopettamiseen on hyödyllistä huomioida nuoren elämäntilanne ja sitä koskettavat konkreettiset asiat, kuten rahanmeno tai tyttöystävä. (Liimakka ym. 2015, 54.)

Nuuskaamisen vähentämistä ajatellen olisi kuitenkin tärkeää saada lisää tutkimustietoa nuuskan vaikutuksista erityisesti nuorilla sekä urheilijoiden suorituskyvyn näkökulmasta. Näytöt nuuskan suorituskykyä heikentävistä vaikutuksista ja yhteydestä loukkaantumisiin voisivat olla lopettamiseen kannustavia tekijöitä tavoitteellisesti urheilevien nuorten keskuudessa.

5.2.1 Valmentajien suhtautuminen nuuskan käyttöön

Nuuskan käyttöön suhtautuminen, joukkueen säännöt nuuskaamista koskien ja nuuskattomuuden edistämistä koskevat käsitykset vaihtelevat tutkimusten perusteella valmentajien välillä (Kekki & Palmi 2008; Salomäki & Tuisku 2013, 52–55). Valmentajien näkemykset nuuskan haitallisuudesta ja vaikutuksista suorituskykyyn eroavat valmentajasta riippuen. Osa valmentajista on sitä mieltä, että haitat ovat vähäisiä ja osa näkee nuuskan jopa parantavan suorituskykyä. (Salomäki & Tuisku 2013, 52–60.) Jääkiekkovalmentajia käsitelleissä tutkimuksissa ilmeni, että valmentajilla oli vähemmän tietämystä nuuskan haittavaikutuksista verrattuna muihin päihteisiin (Salomäki & Tuisku 2013, 55) ja alle neljännes oli käsitellyt nuuskaan liittyviä asioita neljä kertaa tai useammin joukkueen kanssa (Kokko & Kannas, 2004). Kokon ym. (2015) mukaan valmentajien ja urheilijoiden näkemys valmentajien terveyden edistämistä aktiivisuudesta erosi, sillä valmentajista 80 prosenttia ilmoitti puhuneensa nuuskan käytöstä paljon tai jonkin verran urheilijoiden kanssa, kun taas urheilijoista 55 prosenttia kertoi valmentajan puhuneen nuuskan käytöstä.

Hiihtoa ja jääkiekkoa harrastavista nuorista noin puolet (49 %) kertoi, että valmentaja oli laatinut heidän kanssaan toimintasäännöt, jotka koskivat esimerkiksi päihteiden käyttöä. Sääntöjä oli laadittu yleisemmin, jos joukkueella oli harjoituksia yli viisi kertaa viikossa verrattuna vähemmän harjoitteleviin joukkueisiin. Sääntöjä oli laadittu myös hieman useammin, jos joukkueella oli yli kaksi valmentajaa verrattuna joukkueisiin, joilla oli vähemmän valmentajia. (Kekki & Palmi 2008, 54–55.) Valmentajien mukaan nuuskattomuutta pyritään edistämään yleisimmin asettamalla nuuskan käyttöä koskevia sääntöjä (Salomäki & Tuisku 2010, 53). Eri lajien valmentajien välillä vaikuttaa olevan eroja, sillä hiihtäjistä vain hieman yli kolmannes (37 %) kertoi valmentajien tehneen heidän kanssaan nuuskaa koskevia sääntöjä, kun jääkiekkoilijoista 66 prosenttia ilmoitti, että nuuskan käytöstä on sovittu valmentajan kanssa. (Kekki & Palmi 2008, 56). Salomäen ja Tuiskun (2003, 54) mukaan nuoret urheilijat kuitenkin itse kokevat, että päihteiden käytöstä tulisi olla selkeät säännöt, joita noudatettaisiin.

Valmentajien oman terveystietämisen on todettu olevan melko esimerkillistä (Kekki & Palmi 2008). Toisaalta jalkapallo- ja salibandyvalmentajien haastatteluissa ilmeni, että valmentajien oma nuuskan käyttö saattaa olla avointa ja sallittua seuratoiminnassa. Lisäksi jääkiekkovalmentajat saattavat käyttää nuuskaa muiden juniorijoukkueiden pelaajien nähdessä, vaikka

eivät tekisi sitä oman joukkueensa edessä. (Salomäki & Tuisku 2013, 55, 60.) Nuoret urheilijat, joilla oli harjoituksia yli viisi kertaa viikossa, olivat yleisemmin nähneet valmentajien käyttävän nuuskaa verrattuna nuoriin, joilla oli tätä vähemmän harjoituksia viikossa (Kekki & Palmi 2008, 60). Ruotsalaistutkimuksen mukaan valmentajien tupakkatuotteiden käyttö ja naisurheilijoiden nuuskaaminen eivät kuitenkaan olleet yhteydessä toisiinsa (Rolandsson ym. 2014).

LÄHTEET

- Alaranta, A., Alaranta, H., Patja, K., Palmu, P., Prättälä, R., Martelin, T. & Helenius, I. 2006. Snuff Use and Smoking in Finnish Olympic Athletes. *International Journal of Sports Medicine* 27 (7), 581–586.
- Andersson, G. & Warfvinge G. 2003. The influence of pH and nicotine concentration in oral moist snuff on mucosal changes and salivary pH in Swedish snuff users. *Swedish Dental Journal* 27 (2), 67-75.
- Arefalk, G., Hergens, M-P., Ingelsson, E., Ärnlöv, J., Michaëlsson, K., Lind, L., Ye, W., Nyrén, O., Lambe, M. & Sundström, J. 2010. Smokeless tobacco (snus) and risk of heart failure: results from two Swedish cohorts. *European Journal of Preventive Cardiology* 19 (5), 1120-1127. DOI: 10.1177/1741826711420003
- Chagué, F., Guenancia, C., Gudjoncik, A., Moreau, D., Cottin, Y. & Zeller. 2015. M. Smokeless tobacco, sport and the heart. *Archives of Cardiovascular Diseases* 108 (1), 75-83. doi: 10.1016/j.acvd.2014.10.003.
- Choi, K., Fabian, L., Mottey, N., Corbett, A. & Forster, J. 2012. Young Adults' Favorable Perceptions of Snus, Dissolvable Tobacco Products, and Electronic Cigarettes: Findings From a Focus Group Study. *American Journal of Public Health* 102 (11), 2088-2093.
- Cnattingius, S., Galanti, R., Grafström, R., Hergens, M-P., Lambe, M., Nyrén, O., Pershagen, G. & Wickholm, S. 2005. Hälsorisker med svenskt snus. Statens folkhälsoinstitut: Rapport A nr 2005:15. ISBN: 91-7257-415-1
- Diehl, K., Thiel, A., Zipfel, S., Mayer, J., Litaker, D.G. & Schneider, S. 2012. How healthy is the behavior of young athletes? A systematic literature review and meta-analyses. *Journal of Sports Science and Medicine*. 11, 201-220.
- Engström, K., Magnusson, C. & Galanti, M.R. 2010. Socio-demographic, lifestyle and health characteristics among snus users and dual tobacco users in Stockholm County, Sweden. *BMC Public Health* 10, 619. DOI: 10.1186/1471-2458-10-619
- European Commission. Scientific Committee on Emerging and Newly Identified Health Risks (SCENIHR). 2008. Health Effects of Smokeless Tobacco Products. Viitattu 7.1. 2016. http://ec.europa.eu/health/ph_risk/committees/04_scenihp/docs/scenihp_o_013.pdf
- Foulds, J., Ramstrom, L., Burke, M. & Fagerström, K. 2003. Effect of smokeless tobacco (snus) on smoking and public health in Sweden. *Tobacco Control* 12: 349–359.

- Furberg, H., Lichtenstein, P., Pedersen, N.L., Bulik, C. & Sullivan, P. 2006. Cigarettes and oral snuff use in Sweden: prevalence and transitions. *Addiction* 101 (10), 1509–1515.
- Gripen, I. 2015. Skolelevers drogvanor 2015. Rapport nr 154. Centralförbundet för alkohol- och narkotikaupplysning. Stockholm 2015. ISBN: 978-91-7278-263-1
- Haukkala, A., Vartiainen, E. & Vries, D. H. 2006. Progression of oral snuff use among Finnish 13–16-year-old students and its relation to smoking behaviour. *Addiction* 101 (4), 581–589. DOI: 10.1111/j.1360-0443.2005.01346.x
- Heir T. & Eide, G. 1997. Injury proneness in infantry conscripts undergoing a physical training programme: smokeless tobacco use, higher age, and low levels of physical fitness are risk factors. *Scandinavian Journal Medicine & Science in Sports* 7, 304–311.
- Hergens, M-P., Lambe, M., Pershagen, G., Terent, A. & Ye, W. 2008. Smokeless tobacco and the risk of stroke. *Epidemiology* 19 (6), 794-799. DOI: 10.1097/EDE.0b013e3181878b33
- Holt, N. L. & Neely, K. C. 2011. Positive youth development through sport: a review. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte* 6 (2), 299-316.
- Huhtala, H., Rainio, S. & Rimpelä, A. 2006. Adolescent snus use in Finland in 1981–2003: trend, total sales ban and acquisition. *Tobacco Control* 15 (5), 392–397. DOI:10.1136/tc.2005.015313
- Kannas, L., Vuori, M., Seppälä, H-R., Tynjälä, J., Villberg, J., Välimaa, R. & Ojala, K. 2002. Suojaako urheiluseuratoiminta nuoria päihteiltä ja tupakalta? *Liikunta & Tiede* 39 (4), 4-11.
- Kannas, L. & Tyrväinen, H. 2005. Virikkeitä terveystiedon opetukseen. Terveystiedon tutkimuskeskus, Jyväskylän yliopisto.
- Karhola, L. 2013. Nuorten liikuntavammojen yleisyys sekä tapaturma-alttiit lajit koulussa, vapaa-ajalla ja urheiluseuroissa. Tampereen yliopisto. Lääketieteen yksikkö. Syventävien opintojen kirjallinen työ. Viitattu 28.2.2016. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:uta-201310241515>
- Kinnunen, J. M., Pere, L., Lindfors, P., Ollila, H. & Rimpelä, A. 2015. Nuorten terveystapatutkimus 2015. Nuorten tupakkatuotteiden ja päihteiden käyttö 1977–2015. Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskuksen raportteja ja muistiota 2015:31. Viitattu 4.1.2016. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-00-3592-1>

- Kinnunen, J. M., Pere, L., Raisamo, S., Katainen, A., Ollila, H. & Rimpelä, A. 2017. Nuorten terveystapatutkimus 2017: Nuorten tupakkatuotteiden ja päihteiden käyttö sekä rahapeelaaminen. Sosiaali- ja terveysministeriön raportteja ja muistioita 2017:28. Viitattu 21.7.2017. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-00-3878-6>
- Kekki, H-L. & Palmi, S. 2008. Nuorten kokemuksia terveyttä edistävästä valmennuksesta urheiluseuroissa. Jyväskylän yliopisto. Terveyskasvatuksen pro gradu-tutkielma. Viitattu 25.5.2017. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:jyu-200802281201>
- Kokko, S. & Kannas, L. 2004. Terveyskasvatus etsii paikkaansa nuorten jääkiekkovalmennuksessa. Liikunta ja tiede 2004 (2) : 45–48.
- Kokko, S., Villberg, J. & Kannas, L. 2011a. Nuori urheilijan polulla. Nuori Suomi ry:n tilaustutkimus. Terveysten edistämisen tutkimuskeskus, Jyväskylän yliopisto. ISBN 978-952-5846-27-0 (PDF).
- Kokko, S., Kannas, L., Villberg, J. & Ormshaw, M. 2011b. Health Promotion Guidance Activity of Youth Sports Clubs. Health Education: 111 (6), 452-463.
- Kokko, S., Villberg, J. & Kannas, L. 2015. Health Promotion in Sport Coaching: Coaches and Young Male Athletes' Evaluations on the Health Promotion Activity of Coaches. International Journal of Sports Science & Coaching: 10 (2-3), 339-352.
- Korhonen, T. & Broms, U. 2011. Käypä hoito -suositus: Tupakkariippuvuus ja tupakasta vieroitus - Tupakka- ja nikotiiniriippuvuus. Helsinki: Suomalainen Lääkäriseura Duodecim. Viitattu 18.4.2017. www.kaypahoito.fi
- Kujanpää, J. 2011. Salibandyvammojen riskitekijät naispelaajilla. Tampereen yliopisto. Lääketieteen laitos. Syventävien opintojen kirjallinen työ. Viitattu 25.2.2017. <http://urn.fi/urn:nbn:fi:uta-1-21821>
- Lerner, R. M., Lerner, J.V., Almerigi, J. B., Theokas, C., Phelps, E., Gestsdottir, S., Naudeau, S., Jelicic, H., Alberts, A., Ma, L., Smith, L. M., Bobek, D. L., Richman-Raphael, D., Simpson, I., DiDenti Christiansen, E. & Eye, A. 2005. Positive Youth Development, Participation in Community Youth Development Programs, and Community Contributions of Fifth-Grade Adolescents: Findings From the First Wave Of the 4-H. Study of Positive Youth Development Journal of Early Adolescence 25 (1), 17-71. DOI: 10.1177/0272431604272461
- Liimakka, S., Ollila, H., Ruokolainen, O., Sandström, P. & Heloma, A. 2015. Nuorten nuuskaaminen koulu- ja opiskeluterveydenhuollon ammattilaisten näkökulmasta - Yhteistä

- linjaa etsimässä? Raportti 2/2015. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL). <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-302-421-2>
- Lund, K.E., McNeill, A. & Scheffels, J. 2010. The use of snus for quitting smoking compared with medicinal products. *Nicotine & Tobacco Research*: 12 (8), 817-822. DOI: <https://doi.org/10.1093/ntr/ntq105>
- Martinsen, M. & Sundgot-Borgen, J. 2014. Adolescent elite athletes' cigarette smoking, use of snus, and alcohol. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*: 24 (2), 439–446. DOI: 10.1111/j.1600-0838.2012.01505.x
- Mattila, V. M., Raisamo, S., Pihlajamäki, H., Mäntysaari, M., & Rimpelä, A. 2012. Sports activity and the use of cigarettes and snus among young males in Finland in 1999–2010. *BMC Public Health* 12, 230. DOI: 10.1186/1471-2458-12-230
- Mononen, K., Blomqvist, M., Koski, P. & Kokko, S. 2016. Urheilu ja seuraharrastaminen. S. Kokko & A. Mehtälä (toim.) Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa - LIITU-tutkimuksen tuloksia 2016. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2016 (4), 27–35.
- Ng, K., Mäkelä, K., Parkkari, J., Kannas, L., Vasankari, T., Heinonen, O.J., Savonen, K., Alanko, L. Korpelainen, R., Selänne, H., Villberg, J. & Kokko, S. 2017. Coaches' Health Promotion Activity and Substance Use in Youth Sports. *Societies* 7(4). doi:10.3390/soc7020004
- Norwegian Institute of Public Health. 2016. Barnehelserapporten. Tobakk og rus. Julkaistu 10.03.2016. Viitattu 7.8.2017. www.fhi.no
- Ollila, H., Ruokolainen, O. & Heloma, A. 2014. Yläkoululaisten tupakointi Suomessa - Global Youth Tobacco Survey 2012 -tutkimuksen maaraportti. Raportti 28/2014. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos: Helsinki: ISBN 978-952-302-342-0 (verkkojulkaisu)
- Ollila, H. & Ruokolainen, O. 2016. Tupakkatuotteiden yhteiskäyttö yläkouluissa ja toisen asteen oppilaitoksissa 2000–2015. Tutkimuksesta tiiviisti 2, helmikuu 2016. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos: Helsinki. Viitattu 19.2.2017. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-302-612-4>
- Penttinen M. 2007. Valmentajien käsityksiä terveyden edistämisen toimista nuorten yleisurheilualmennuksessa. Jyväskylän yliopisto. Terveyskasvatuksen pro gradu-tutkielma. Viitattu 31.5.2017. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:jyu-2007592>

- Pitkänen, S. 2006. Huvin ja urheiluhengen vuoksi? Suomen Jääkiekkoliiton valtakunnallinen juniorikiekkoilijoiden päihdekysely. Sosiaalikehitys Oy. Viitattu 4.1.2016. http://www.finhockey.fi/junnut/oppaat_ ja_materiaalit/terveyden_edistaminen/
- Rauhala, T., Ollila, H. & Ruokolainen, O. 2014 Tupakkatuotteiden yhteiskäyttö yläkouluissa ja toisen asteen oppilaitoksissa 2000-luvulla. Tutkimuksesta tiiviisti 20/syyskuu 2014. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos: Helsinki. Viitattu 4.1.2016. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-302-311-6>
- Rolandsson, M. & Hugoson, A. 2001. Factors associated with snuffing habits among ice-hockey-playing boys. Swedish Dental Journal 25 (4), 145-54.
- Rolandsson, M. & Hugoson, A. 2003. Changes in tobacco habits - A prospective longitudinal study of tobacco habits among boys who play ice hockey. Swedish dental journal Volume 27 (4), 175-184.
- Rolandsson, M., Wagnsson, S. & Hugoson, A. 2014. Tobacco use habits among Swedish female youth athletes and the influence of the social environment. International Journal of Dental Hygiene 12 (3), 219–225. DOI: 10.1111/idh.12065
- Roosaar, A., Johansson, A.L.J., Sandborgh-Englund, G., Axéll, T. & Nyrén, O. 2008. Cancer and mortality among user and nonuser of snus. International Journal of Cancer 123 (1), 168-173. DOI: 10.1002/ijc.23469
- Roth, H. D., Roth, A. B. & Liu, X. 2005. Health Risks of Smoking Compared to Swedish Snus. Inhalation Toxicology- International Forum for Respiratory Research. Abstract book. 17 (13), 741-748.
- Salomäki, S-M. & Tuisku, J. 2013. Nuorten käsityksiä ja kokemuksia nuuskasta ja nuuskan käytöstä - Nuuska nuorten maailmassa. Suomen Syöpäyhdistys ry.
- Statistics Norway. 2017. Statistisk sentralbyrå. Statistikkbanken – Helse - Røykevaner. Viitattu 7.8.2017. www.ssb.no/statistikkbanken
- Stea, T.H. & Torstveit, M.K. Association of lifestyle habits and academic achievement in Norwegian adolescents: A cross-sectional study. BMC Public Health 14 (1), 829. DOI: 10.1186/1471-2458-14-829
- Suomen Hammaslääkäriliitto. 2015. Tiedote: Nuuska uhkaa nuorten suunterveyttä ja yleisterveyttä. Julkaistu 1.7.2015. Viitattu 18.4.2017. www.hammaslaakariliitto.fi
- Suomen Salibandyliitto ry. 2016a. Salibandyliiton jäsenrekisteri. Viitattu 8.12.2016. <http://floorball.fi/salibandy-info/lajiesittely/tunnusluvut/>

- Suomen Salibandyliitto ry. 2016b. Suomen salibandyliiton kilpailusäännöt 2016-2017. 1.5.2016-30.4.2017. Viitattu 8.12.2016. www.floorball.fi/
- Suomen syöpäyhdistys. 2015. Tiedote 27.8.2015. Syöpäyhdistyksen selvitys: Nuuskan laitto-
man kaupan valvonnassa puutteita. Viitattu 18.4.2017. www.syopajarjestot.fi
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2017. Alkoholi, tupakka ja riippuvuudet - Nuuska. Viitattu 7.8.2017. www.thl.fi.
- Tomar, S. L. 2007. Epidemiologic perspectives on smokeless tobacco marketing and popula-
tion harm. *American Journal of Preventive Medicine* 33 (6), 387–397. DOI:10.1016/j.amepre.2007.09.009
- Tupakkalaki 2016. 29.6.2016/549 <http://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2016/20160549> Viitattu 18.04.2017.
- Uosukainen, J. 2000. Urheilulukiolaisten nuuskan käyttö. Jyväskylän yliopisto. Liikuntapeda-
gogiikan pro gradu-tutkielma. Viitattu 16.1.2017.
<http://urn.fi/URN:NBN:fi:jyu-2000858991>
- Wickholm, S., Lahtinen, A., Ainamo, A. & Rautalahti, M. 2012. Nuuskan terveyshaitat. Lää-
ketieteellinen Aikakauskirja Duodecim 128(10), 1089-1096.
- Wikström, A-K., Cnattingius, S., Galanti, MR., Kieler, H. & Stephansson, O. 2010a. Effect of
Swedish snuff (snus) on preterm birth. *BJOG: An International Journal of Obstetrics &
Gynaecology* 117 (8), 1005-1010. DOI: 10.1111/j.1471-0528.2010.02575.x
- Wikström, A-K., Cnattingius, S. & Stephansson, O. 2010b. Maternal use of Swedish snuff
(snus) and risk of stillbirth. *Epidemiology* 21 (6), 772–778. DOI:
10.1097/EDE.0b013e3181f20d7e
- World Health Organization. 2007. International Agency for Research on Cancer (IARC).
Smokeless Tobacco and Some Tobacco-specific N-Nitrosamines. IARC Monographs
on the Evaluation of Carcinogenic Risks to Humans 89, 57.
- Zendejdel, K., Nyrén, O., Luo, J., Dickman, P.W., Boffetta, P., Englund, A. & Ye, W. 2008.
Risk of gastroesophageal cancer among smokers and users of Scandinavian moist snuff.
International Journal of Cancer 122 (5), 1095-1099. DOI: 10.1002/ijc.23076

LIITTEET

LIITE 1.

KYSELY NUORILLE SALIBANDYPELAAJILLE NUUSKAN KÄYTÖSTÄ

Vastaathan rehellisesti ja huolellisesti. Vastaukset käsitellään täysin luottamuksellisesti ja tulokset esitetään niin, että yksittäisen henkilön vastaukset eivät ole tunnistettavissa. Vastauslomakkeita ei luovuteta valmentajille, seuroille eikä Salibandyliitolle. Kyselyyn vastaaminen vie noin 10 minuuttia. Kyselyn vastauksia käytetään liikuntatieteiden pro gradu -tutkielman tekemiseen sekä Salibandyliiton ennaltaehkäisevään antidopingtoimintaan. Kiitos kun osallistut kyselyyn! Terveisin liikuntatieteiden yo Roosa Pelto-Arvo Jyväskylän yliopistosta.

TAUSTATIETOJA

1. Ikä:

_____ vuotta

2. Sukupuoli:

tyttö/nainen

poika/mies

3. Ikäluokka, jossa pelaat:

(Jos pelaat molemmissa; valitse se ikäluokka, johon ikäsi perusteella kuulut)

A-juniorit

B-juniorit

4. Mikä on korkein sarjataso, jolla pelaat tällä hetkellä?

SM-sarja

1.divisioona

Alueellinen sarja

5. Mikä on tavoitteesi salibandyn pelaajana?

ammattilaisuus

maajoukkue

SM-joukkue/liigajoukkue

en osaa sanoa

muu, mikä _____?

SEURAAVAT KYSYMYKSET KOSKEVAT NUUSKAN KÄYTTÖÄ

6. Oletko koskaan kokeillut nuuskaamista?

- En
- Kyllä, olen kokeillut.

Jos vastaus ”en”, siirtymä 6.kysymyksestä 16.kysymykseen.

**7. Jos vastasit kyllä,
minkä ikäisenä kokeilit nuuskaa ensimmäisen kerran?**

____ -vuotiaana

8. Mitkä seuraavista tekijöistä vaikuttivat siihen, että kokeilit nuuskaa? Voit valita kaikki sopivat vastausvaihtoehdot.

- Joukkuekaverit tarjosivat
- Pelaajaidolit käyttävät
- Valmentajat/huoltajat käyttävät
- Perheenjäsenet käyttävät
- Halusin kokeilla miltä nuuskan käyttö tuntuu
- Nuuskan käyttö kuuluu mielestäni salibandypelaajan tapoihin
- Nuuska kuuluu mielestäni urheilijan tapoihin
- Jokin muu syy, mikä: _____?

9. Kuinka usein käytät nuuskaa tällä hetkellä? Valitse parhaiten sopiva vastausvaihtoehto.

- Päivittäin
- Muutaman kerran viikossa
- Kerran viikossa
- Noin kerran kuukaudessa
- En käytä nuuskaa enää/tällä hetkellä

Jos vastaus ”en käytä nuuskaa enää/tällä hetkellä”, siirtymä 9.kysymyksestä 16.kysymykseen

10. Missä urheiluun liittyvissä tilanteissa käytät nuuskaa? Valitse kaikki sopivat vastausvaihtoehdot.

- treenien yhteydessä pukuhuoneessa
- pelimatkoilla (esim. bussissa)
- harjoitusten aikana
- pelin aikana
- urheilusuorituksen jälkeen
- joku muu tilanne, mikä _____?

11. Missä muissa tilanteissa käytät nuuskaa? Valitse kaikki sopivat vastausvaihtoehdot.

- ruokailun jälkeen
- ennen nukkumaanmenoa
- nukkuessa
- illanvietoissa/juhlassa
- alkoholin käytön yhteydessä
- televisiota/elokuvia katsellessa
- pelikonsolien pelaamisen yhteydessä
- sairaana
- koulutehtäviä tehdessä
- koulussa välitunneilla
- koulussa oppitunneilla
- joku muu tilanne, mikä _____?

12. Mitkä urheiluun liittyvät syyt vaikuttavat nuuskan käyttöösi? Voit valita kaikki sopivat vastausvaihtoehdot.

- mielestäni nuuskan käyttö kuuluu salibandypelaajan tapoihin
- mielestäni nuuskan käyttö kuuluu urheilijan tapoihin
- koen nuuskan käytön parantavan suorituskykyä urheilussa
- mielestäni nuuskan käytöstä ei ole haittaa urheilussa
- joukkuekaverit käyttävät
- pelaajaidolit käyttävät
- valmentajat/huoltajat käyttävät
- Jokin muu syy, mikä: _____?

13. Mitkä syyt vaikuttavat nuuskan käyttöösi? Voit valita kaikki sopivat vastausvaihtoehdot.

- halu rentoutua
- koen nuuskan piristävän
- koen nuuskan auttavan keskittymisessä
- koen saavani apua nuuskasta tupakoinnin lopettamiseen
- mielestäni nuuska on terveellisempi vaihtoehto tupakalle
- vieroitusoireiden välttäminen
- Jokin muu syy, mikä: _____?

14. Oletko yrittänyt lopettaa nuuskan käyttöä?

- Kyllä, miksi: _____?
- En, miksi: _____?

15. Mitkä seuraavista olisivat syitä, joiden vuoksi voisit lopettaa nuuskan käytön? Voit valita kaikki sopivat vastausvaihtoehdot.

- Jos urheilussa menestyminen vaatisi lopettamista
- Terveytteni vaatisi niin
- Tyttö-/poikaystävä haluaisi minun lopettavan
- Valmentajan vaatimuksesta
- Vanhempien vaatimuksesta
- Jos saisin nuuskan käytön jatkuessa potkut joukkueesta/urheiluseurasta
- Jos kaverit lopettaisivat
- Rahan puute
- Jos käyttö kiellettäisiin laissa sakkojen uhalla
- Jokin muu syy, mikä: _____?

Jos vastaus 9.kysymyksessä ”Päivittäin” tai ”Muutaman kerran viikossa” tai ”Kerran viikossa” tai ”Noin kerran kuukaudessa”, siirtymä 15.kysymyksen jälkeen 18. kysymykseen.

16. Mitkä urheiluun liittyvät syyt vaikuttavat siihen, että et ole kokeillut tai käytä nuuskaa? Voit valita kaikki sopivat vastausvaihtoehdot.

- Urheilijalla pitää mielestäni olla terveelliset elintavat
- Nuuskan käyttö ei kuulu mielestäni urheilijan tapoihin
- Nuuskan käyttö heikentää mielestäni suorituskykyä urheilussa
- Joukkueeni valmentajat/huoltajat eivät hyväksy nuuskan käyttöä
- Jokin muu syy, mikä _____?

17. Mitkä syyt vaikuttavat siihen, että et ole kokeillut tai käytä nuuskaa? Voit valita kaikki sopivat vastausvaihtoehdot.

- Nuuska on mielestäni epämiellyttävää
- Nuuskan käyttö on epäterveellistä
- En halua tulla riippuvaiseksi nuuskasta
- Nuuskaa ei ole saatavilla
- En halua tuhjata rahojani nuuskaan
- Vanhempani eivät hyväksy nuuskan käyttöä
- Tyttö-/poikaystäväni ei hyväksy nuuskan käyttöä
- Jokin muu syy, mikä _____?

SEURAAVAT KYSYMYKSET KOSKEVAT VALMENTAJIEN/HUOLTAJIEN SUHTAUTUMISTA NUUSKAN KÄYTTÖÖN

Seuraavissa kysymyksissä ”joukkueen tapahtumilla” tarkoitetaan harjoituksia, pelejä, pelimatkoja ja muita joukkueen yhteisiä kokoontumisia.

18. Miten nuuskan käytöstä on sovittu joukkueen ja valmentajien kesken? Valitse parhaiten sopiva vastausvaihtoehto.

- nuuskan käyttö on kielletty joukkueen tapahtumissa
- nuuskan käyttö on kielletty, mutta sitä käytetään siitä huolimatta joukkueen tapahtumissa
- nuuskan käytöstä joukkueen tapahtumissa ei ole sovittu
- nuuskan käyttö on sallittua

19. Jos nuuskan käyttö on kielletty joukkueen tapahtumissa, tuleeeko siitä seuraamuksia?

- Kyllä, mitä seuraamuksia?: _____
- Ei
- En osaa sanoa

20. Miten joukkueesi valmentajat/huoltajat suhtautuvat, jos näkevät nuuskan käyttöä joukkueen tapahtumissa? Valitse parhaiten sopiva vaihtoehto.

- Kieltävät, jos näkevät nuuskan käyttöä
- Eivät kiellä, jos näkevät nuuskan käyttöä
- En osaa sanoa

21. Ovatko joukkueesi valmentajat/huoltajat kertoneet nuuskan käytön haitoista pelaajille?

- Kyllä
- Ei
- En osaa sanoa

22. Mikä seuraavista kuvaa mielestäsi parhaiten joukkueesi valmentajien/huoltajien mielipidettä nuuskan terveystaikutuksista? Valmentajien/huoltajien mielestä nuuskan käyttö...

- on terveydelle haitallista
- ei ole terveydelle haitallista
- en osaa sanoa/en tiedä miten he suhtautuvat nuuskan käyttöön

**23. Mikä seuraavista kuvaa mielestäsi parhaiten joukkueesi valmentajien/hooltajien mielipidettä nuuskan vaikutuksesta urheilusuoritukseen?
Valmentajien/hooltajien mielestä nuuskan käyttö...**

- heikentää urheilusuoritusta
- ei vaikuta urheilusuoritukseen
- parantaa urheilusuoritusta
- en osaa sanoa/en tiedä miten he suhtautuvat nuuskan käyttöön

KYSELY LOPPU.

KIITOS VASTAUKSISTASI!

I TIETEELLINEN KÄSIKIRJOITUS

Käsikirjoitus hyväksytty julkaistavaksi Liikunta & Tiede -lehdessä 2017 (6/2017).

Käsikirjoituksen otsikko:

**NUORTEN SALIBANDYPELAAJIEN NUUSKAN KÄYTTÖ JA SIIHEN
YHTEYDESSÄ OLEVAT TEKIJÄT**

Lyhyt otsikko:

NUORTEN SALIBANDYPELAAJIEN NUUSKAN KÄYTTÖ

Kirjoittajat:

Roosa Peltö-Arvo LitK, Jyväskylän yliopisto / Liikuntatieteellinen tiedekunta. Vaasankatu 7 as
3, 40100 Jyväskylä. P.050-569 2824 Sähköposti: roosa.peltoarvo@gmail.com (yhteyshenkilö).
Sanna Palomäki LitT, KM, Jyväskylän yliopisto.

TIIVISTELMÄ

Nuorten salibandypelaajien nuuskan käyttö ja siihen yhteydessä olevat tekijät. Liikunta & Tiede xx (x), xx–xx.

Suomalaisten nuorten tupakointi on vähentynyt, kun taas nuuskakokeilut ja nuuskan käyttö ovat lisääntyneet. Aiempien tutkimusten mukaan nuuskan käyttö on yleistä myös urheilijoiden keskuudessa. Tässä tutkimuksessa tarkasteltiin nuorten salibandypelaajien nuuskakokeiluja ja nuuskan käyttöä sekä siihen yhteydessä olevia tekijöitä.

Tutkimusaineisto kerättiin sähköisellä kyselylomakkeella joulukuun 2016 ja tammikuun 2017 välisellä ajalla. Kyselyyn vastasi 449 pelaajaa (poikia 302, tyttöjä 147, keski-ikä 16,7 vuotta). Aineiston analysoinnissa hyödynnettiin ristiintaulukointeja ja khiin neliö-testiä sekä logistista regressioanalyysia.

Salibandya pelaavista 13–20-vuotiaista nuorista 39 prosenttia oli kokeillut nuuskaa. Poikien nuuskakokeilut (52 %) olivat selvästi yleisempiä kuin tyttöjen (13 %). Myös nuuskan säännöllinen käyttö oli yleisempää pojilla (21 %) kuin tytöillä, joissa säännöllisiä käyttäjiä ei ollut lainkaan. Nuuskaa kokeilleista pojista yli 40 prosenttia oli päätenyt säännölliseksi käyttäjäksi eli käytti nuuskaa vähintään viikoittain tutkimushetkellä. Kokeilun halu ja joukkuekaverien nuuskatarjoukset olivat yleisimmät syyt nuuskakokeiluihin, kun taas käytön syyksi mainittiin useimmin halu rentoutua. Pelaajista 45 prosenttia kertoi, ettei nuuskan käytöstä ole sovittu joukkueen tapahtumissa ja vain 14 prosentille valmentajat tai joukkueen huoltajat olivat kertooneet nuuskan haitoista. Pelaajat, joiden joukkueissa nuuskan käyttöä ei ollut kielletty, olivat kokeilleet nuuskaa vajaat kaksi kertaa todennäköisemmin (OR: 1,60; CI:1,06–2,40) kuin pelaajat, joiden valmentajat tai huoltajat olivat kieltäneet käytön.

Nuuskakokeilujen ja käytön yleisyys salibandyn juniori-ikäisillä pelaajilla, erityisesti pojilla osoittaa, että asiaan on syytä kiinnittää enemmän huomiota niin seuroissa kuin Salibandyliitossa. Valmentajien tulisi keskustella pelaajien kanssa nuuskan käyttöön liittyvistä haitoista sekä linjata joukkueille selvät ja johdonmukaiset säännöt, jotka velvoittaisivat pelaajia nuuskattomuuteen salibandyn seuratoiminnassa.

Asiasanat: nuoret, nuuska, salibandy, urheilijat

ABSTRACT

The use of snus among Finnish junior floorball players and the factors associated with snuffing habits. (Liikunta & Tiede xx (x), xx–xx)

There has been a rise in the popularity of snus among Finnish adolescents, while the prevalence of smoking has declined. Previous studies have also shown that the use of snus is common among athletes. The purpose of this study was to investigate the prevalence of snus use among Finnish junior floorball players and the factors that are associated with snuffing habits.

The data were collected using an electronic questionnaire that the participants answered in December 2016 and January 2017. The study sample included 449 floorball players (302 boys; 147 girls; mean age 16.7 years). Data were analyzed using cross tabulations, the chi-square test and logistic regression.

The results indicate that 39 percent of the floorball players, who were aged from 13 to 20 years, had tried snus. More boys reported that they had tried using snus (52 %) than girls (13 %). The boys were also far more likely to use snus regularly (21 %) than the girls, none of whom used snus regularly. Over 40 percent of the boys who had tried snus reported that they continued using the substance and ended up becoming regular users, which means that they used snus at least once a week. The desire to try the substance and offers they received from teammates were the major reasons for the first use, while continued use was mostly explained by the relaxing effect of the snus. A full 45 percent of the players reported that there was no agreement of the use of snus during the team's events, and only 14 percent reported that their coaches or team staff members had informed them of the dangers of snus use. Players whose coaches or team staff members had not forbidden them to use snus were almost twice as likely to have tried it (OR: 1.60; CI:1.06–2.40) than players whose coaches or team staff members had forbidden the use of it.

The results of this study suggest that the frequency of snus use among Finnish junior floorball players, especially among boys, requires more attention from the floorball clubs and the Finnish Floorball Federation. Team coaches should be instructed to inform the players of the dangers of this substance, and there should be clear and consistent rules that make it mandatory for players to refrain from using snus while they are engaged in team activities.

Key words: adolescents, athletes, floorball, smokeless tobacco, snus

JOHDANTO

Suomalaisten nuorten nuuskakokeilut ja nuuskan käyttö ovat lisääntyneet tupakoinnin vähentyessä (Kinnunen ym. 2017; Mattila ym. 2012; Ollila & Ruokolainen 2016). Nuorten terveystapatutkimuksen 2017 mukaan 17 prosenttia 12–18-vuotiaista (pojista 24 % ja tytöistä 11 %) kertoi kokeilleensa nuuskaa (Kinnunen ym. 2017). Tyttöjen nuuskaaminen on pysynyt poikia selvästi harvinaisempana (Kinnunen ym. 2017; Ollila & Ruokolainen 2016). Aiempien tutkimusten perusteella nuuskaaminen näyttää olevan hieman yleisempää urheilijoiden keskuudessa verrattuna samanikäisiin ei-urheilijoihin (Alaranta ym. 2006; Diehl ym. 2012; Haukkala ym. 2006; Kokko 2011; Pitkänen 2006). Urheiluseuraan kuuluvista 14–16-vuotiaista pojista 32 prosentilla ja tytöistä 7 prosentilla oli kokemusta nuuskasta (Ng ym. 2017).

Salibandyn harrastajamäärät ovat jatkuvasti kasvaneet Suomessa (Suomen Salibandyliitto ry 2016a). Kaudella 2012–2013 lisenssin lunastaneita poikajunioreita oli 23 438 ja tyttöjunioreita 3798, kun kaudella 2016–2017 juniorisarjoissa pelasi jo 27 897 poikaa ja 5190 tyttöä (Suomen Salibandyliiton jäsenrekisteri 24.3.2017, julkaisematon) Yhä useampi nuori liikkuu siis salibandyn parissa ja saa myös vaikutteita niistä terveystavoista, joita lajikulttuuri ja seuratoiminta välittävät. Tutkimusten mukaan nuuskan käyttöä esiintyy eniten joukkuelajien edustajilla ja se vaikuttaa kuuluvan tiiviisti erityisesti jääkiekkokulttuuriin, mutta myös muihin joukkuepalloilulajeihin (Kokko ym. 2011; Martinsen & Sundgot-Borgen 2014; Mattila ym. 2012; Uosukainen 2000). Jääkiekkoilijoiden nuuskan käyttöä on tutkittu jonkin verran (Rolandsson & Hugoson 2001, 2003; Pitkänen 2006), mutta muiden palloilulajien harrastajista tätä tietoa on vähemmän. Pitkäsen (2006) mukaan suomalaisista 15–16-vuotiaista jääkiekkoilijoista jopa puolet (51 %) kertoi kokeilleensa nuuskaa ja neljännes (25 %) käytti nuuskaa satunnaisesti tai useammin. Suomalaisten salibandyn junioripelaajien nuuskan käyttöä ei ole juurikaan tutkittu, ja perusteita tutkimukselle luo sekin, että lajikulttuurilla on yhteydet Ruotsiin, missä nuuskan käyttö on yleistä (Furberg ym. 2006). Rolandssonin ym. (2014) mukaan ruotsalaisista naisurheilijoista nuuskaa eniten olivat kokeilleet juuri salibandypelaajat.

Nuuska sisältää kansainvälisen syöväntutkimuslaitoksen IARC:n mukaan 28 karsinogeenia (WHO 2007, 57). Nuuskan käyttö saattaa lisätä riskiä sairastua suusyöpään (Rosaar ym. 2008) sekä maha- ja suolistosyöpään (Zendehdel ym. 2008). Lisäksi nuuskan käyttö näyttää suurentavan aivoverenkiertohäiriöiden (Hergens ym. 2008) sekä sydämen vajaatoiminnan riskiä

(Arefalk ym. 2011). Nuuska vaikuttaa myös haitallisesti suunterveyteen aiheuttamalla limakalvovaurioita (Andersson & Warfvinge 2003) ja ienten vetäytymistä (Wickholm ym. 2012). Nuorena aloitetun nuuskaamisen vaikutuksista ei ole toistaiseksi tietoa, koska pitkäaikaiset seurantatutkimukset puuttuvat. Savuttomien tupakkatuotteiden käytöstä seuraavia terveysvaikutuksia on kuitenkin vaikeaa arvioida ja erottaminen tupakoinnin aiheuttamista terveyshaitoista on haastavaa, koska käyttäjät ovat usein myös polttaneet savukkeita elämänsä aikana (Tomar 2007).

Nuuskan sisältämä nikotiini heikentää verenkiertoa sydämessä ja lihaksistossa. Lisäksi se aiheuttaa lihasvoiman heikentymistä ja anaerobinen kynnys saavutetaan harjoituksessa aiemmin. (Chagué ym. 2015.) Nuuska nostaa myös sydämen sykettä ja verenpainetta (Chagué ym. 2015; European Commission 2008, 10), minkä vuoksi sydän rasittuu enemmän. Lisäksi nuuskan käytön yhteydestä loukkaantumisiin on viitteitä (Heir & Eide 1997; Karhola 2013, 25, 30; Kujanpää 2011). Naissalibandypelaajien tuki- ja liikuntaelimestön vammojen riskitekijöitä selvittäneessä tutkimuksessa todettiin merkitsevä yhteys nuuskan käytön ja vakavimpien vammojen välillä (Kujanpää 2011). Nuuskan sisältämä nikotiini aiheuttaa myös voimakasta riippuvuutta ja sen myötä vieroitusoireita (WHO 2007, 277–78), joiden vaikutusta urheilusuoritukseen olisi perusteltua tutkia. Nikotiinin on todettu kuitenkin myös parantavan keskittymiskykyä ja ketteryyttä, edistävän painonpudotusta, nostavan kipukynnystä sekä viivästyttävän väsymyksen tunteen havaitsemista, mistä saattaa olla hyötyä monissa eri urheilulajeissa. Nikotiinin luokittelemista doping-aineeksi on suositeltu edellä mainittujen suorituskykyä parantavien tekijöiden vuoksi. (Chagué ym. 2015.)

Nuorten nuuskakokeilujen yleisimpinä syinä ovat olleet aiempien tutkimusten perusteella uteliaisuus ja kokeilun halu sekä kavereiden nuuskaaminen (Salomäki & Tuisku 2013, 12; Uosukainen 2000, 22). Ruotsalaisista nuuskaavista pojista 77 prosenttia kertoi kavereiden nuuskan käytön vaikuttaneen aloittamiseen (Rolandsson ja Hugoson 2001) ja myös naisurheilijoita koskeneessa ruotsalaistutkimuksessa havaittiin kavereiden olevan merkittävin nuuskan käytön aloittamiseen vaikuttava tekijä (Rolandsson ym. 2014). Nuuskan käytön syistä esiin ovat nousseet yleisimmin halu rentoutua, kokemus nuuskan sopimisesta urheilijalle tupakkaa paremmin (Uosukainen 2000, 22), mielihyvän saaminen (Pitkänen 2006, 19) ja nuuskan käytön kokeminen hyödylliseksi (Salomäki & Tuisku 2013, 17). Nuuskaa käytetään urheilulukiolaisien mukaan yleisimmin urheilusuoritusten tai syömisen jälkeen sekä erilaisissa illanvietoissa,

erityisesti alkoholin käytön yhteydessä (Uosukainen 2000). Nuorten mukaan nuuskaaminen on yleistä myös koulupäivän aikana; nuuskaa käytetään sekä oppitunneilla että välitunneilla (Salomäki & Tuisku 2013, 17, 22). Nuuskan käytön ja kokeilujen lisääntymisen vuoksi on myös tärkeää tutkia sen taustalla olevia syitä, jotta voitaisiin ymmärtää paremmin, mistä käytön lisääntyminen johtuu ja millä keinoin siihen voidaan vaikuttaa.

Aiemman tutkimustiedon mukaan seuravalmentajat suhtautuvat ristiriitaisesti terveystieteiden osana valmentamista: terveyttä pidetään tärkeänä asiana, mutta sen edistämiseen ei erityisesti keskitytä. Valmentajien ja nuorten urheilijoiden arviot valmentajien terveystieteiden aktiivisuudesta eroavat toisistaan, sillä urheilijat arvioivat valmentajien terveystieteiden aktiivisuuden merkittävästi alhaisemmaksi verrattuna valmentajien itsearviointiin. (Kokko ym. 2015.) Nuuskan käyttöön suhtautuminen, säännöt nuuskaamisesta koskien ja nuuskattomuuden edistämistä koskevat käsitykset vaihtelevat eri valmentajien välillä (Kekki & Palmi 2008; Salomäki & Tuisku 2013, 52–55). Jääkiekkovalmentajia käsitellessä tutkimuksissa ilmeni, että valmentajilla oli vähemmän tietämystä nuuskan haittavaikutuksista verrattuna muihin päihteisiin (Salomäki & Tuisku 2013, 55) ja alle neljännes oli käsitellyt nuuskaan liittyviä asioita neljä kertaa tai useammin joukkueen kanssa (Kokko & Kannas, 2004). Yli 90 prosenttia jääkiekkovalmentajista kuitenkin koki valmentajalla olevan hyvät mahdollisuudet vaikuttaa nuorten terveystietäytymiseen (Kokko & Kannas 2004).

Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää nuorten suomalaisten A- ja B-ikäisten salibandyliigan lisenssipelaajien nuuskakokeilujen ja nuuskan käytön yleisyyttä. Lisäksi tutkimuksessa vertailtiin eroavatko poikien ja tyttöjen sekä A- ja B-junioreiden nuuskakokeilujen sekä nuuskan käytön yleisyys toisistaan. Tutkimuksen tarkoituksena oli myös tutkia nuuskan käyttöön yhteydessä olevia tekijöitä, kuten nuuskan käytön syitä, käyttötilanteita sekä tarkastella nuuskan käytön lopettamiseen kannustavia tekijöitä. Lisäksi selvitettiin pelaajien kokemuksia siitä, miten salibandyjoukkueissa valmentajat ja huoltajat suhtautuvat nuuskaan, sekä sen yhteyttä nuorten nuuskaamiseen. Tutkimus on osa Suomen Salibandyliiton ennaltaehkäisevää antidopingtyötä. Salibandyliitto on kieltänyt kilpailusäännöissään nuuskan käytön liiton alaisissa otelutapahtumissa. Lisäksi seuroja veloitetaan huolehtimaan siitä, ettei urheiluun liittyvissä tilanteissa nuorisolle välitetä myönteistä kuvaa tupakkatuotteiden käytöstä tai niiden liittymisestä urheiluun. (Suomen Salibandyliitto ry 2016b.) Nuuska-käsitteellä tarkoitetaan tässä tutkimuksessa Suomessa yleisimmin käytettyä ruotsalaista kosteaa nuuskaa (*smokeless tobacco*,

snus). Suomessa savuttomien tupakkatuotteiden kuten nuuskan myynti tai välittäminen on kiellettyä, ja alle 18-vuotiailta myös tupakkatuotteiden hallussapito on kielletty (Tupakkalaki 549/2016, 51§, 118§).

TUTKIMUSAINEISTO JA MENETELMÄT

Tutkimusaineisto kerättiin sähköisen kyselylomakkeen avulla joulukuun 2016 ja tammikuun 2017 välisenä aikana. Kysely lähetettiin sähköpostitse Suomen Salibandyliiton yhteystietolis-tan perusteella kaikille valtakunnallisissa sarjoissa pelaaville A- ja B-juniorijoukkueille, joita oli yhteensä 66 joukkuetta (36 poikajoukkueita ja 30 tyttöjoukkuetta). Valtakunnallisiin sar-joihin osallistui (kaudella 2016–2017) joukkueita ympäri Suomen pohjoisinta Suomea lukuun ottamatta, sillä pohjoisimmat joukkueet olivat Oulusta. Ennen kyselyn täyttämistä joukkuei-den yhteyshenkilöt tiedottivat pelaajien vanhemmille/hooltajille joukkueen osallistumisesta tutkimukseen heille toimitetun tiedotteen avulla. Pelaajat saivat täyttää kyselyn joko omalla ajallaan tai harjoitusten yhteydessä valmentajan tai joukkueen muun toimihenkilön johdolla. Pelaajia informoitiin kyselyyn vastaamisen vapaaehtoisuudesta, nimettömänä vastaamisesta ja vastausten luottamuksellisesta käsittelystä: vastauslomakkeita ei luovuteta valmentajille, seu-roille eikä Salibandyliitolle.

Tutkimukseen vastasi yhteensä 449 juniiori-ikäistä pelaajaa (poikia 302, tyttöjä 147, ikä 13–20 vuotta). Vastaajista B-junioreita oli 68 prosenttia ja A-junioreita 32 prosenttia. Suurin osa (61 %) vastaajista oli 16–17-vuotiaita ja kaikkien vastaajien keski-ikä oli 16,7 vuotta. Vastauspro-senttia laskettaessa oletettiin jokaisessa joukkueessa olevan 15–20 pelaajaa, sillä joukkueiden pelaajamääristä ei ole saatavissa tarkkaa tilastotietoa. Tällä perusteella arvioitu vastauspro-sentti oli 34–45 prosenttia, mitä voi pitää kohtuullisena kun huomioidaan, että kyseessä oli sähköpostitse lähetetty kysely.

Vastaajista 52 prosenttia ilmoitti pelaavansa SM-sarjassa, 39 prosenttia 1.divisioonassa ja 9 prosenttia pelasi alueellista sarjaa. Kyselylomake oli strukturoitu ja sen laadinnassa käytettiin apuna nuorten urheilijoiden nuuskan käyttöä käsitelleitä aiempia tutkielmia (Kulju & Kulju 2003 & Uosukainen 2000). Nuuskakokeilujen ja käytön yleisyyttä on selvitetty myös Nuorten terveystapatutkimuksissa (Kinnunen ym. 2017) ja Kouluterveyskyselyissä (Ollila & Ruokolai-

nen 2016), mutta näissä ei ole kysytty käytön syitä tai käyttötilanteita. Aikaisemmin esimerkiksi Kokko ym. (2003; 2004; 2015) ovat tutkineet nuuskan käyttöön suhtautumista urheilu-seuratoiminnassa valmentajien terveystieteiden näkökulmasta. Vastaavia pelaajille suunnattuja kyselyitä ei ollut tiedossa, joten joukkueen toimintatapoja ja valmentajien suhtautumista koskevat kysymykset ja vastausvaihtoehdot laadittiin tätä tutkimusta varten käyttäen Kokon ym. (2003; 2004; 2015) tutkimuksia viitekehystenä. Vastaajille tarjottiin suuressa osassa vaihtoehtokysymyksiä myös vapaa vastauskohta. Kysely esitettiin kahdella juniorijoukkueella kysymyksen sekä vastausvaihtoehtojen ymmärrettävyyden tarkastelun vuoksi.

Pelaajien nuuskakokeilujen ja käytön yleisyyttä selvitettiin seuraavilla kysymyksillä: *Oletko koskaan kokeillut nuuskaamista? (Kyllä / en)* ja *Kuinka usein käytät nuuskaa tällä hetkellä? (1=Päivittäin, 2=Muuataman kerran viikossa, 3=Kerran viikossa, 4=Noin kerran kuukaudessa, 5= En käytä nuuskaa enää/tällä hetkellä)* Nuuskan käytön useutta koskevista vaihtoehdoista yhdistettiin analyysivaiheessa viikoittaista käyttöä koskeneet vaihtoehdot 2 ja 3. Lisäksi myöhempiin analyyseihin vastaajat jaettiin nuuskaa säännöllisesti käyttäviin (vähintään kerran viikossa) ja muihin. Nuuskakokeilujen alkamisikää tutkittiin kysymyksellä: *Minkä ikäisenä kokeilit nuuskaa ensimmäisen kerran?* Nuuskakokeilujen ja käytön syistä kerättiin tietoa kysymyksillä: *Mitkä seuraavista tekijöistä vaikuttivat siihen, että kokeilit nuuskaa?, Mitkä syyt vaikuttavat nuuskan käyttöösi?* ja *Mitkä urheiluun liittyvät syyt vaikuttavat nuuskan käyttöösi?* Nuuskan käyttötilanteita selvitettiin kysymyksillä: *Missä tilanteissa käytät nuuskaa?* ja *Missä urheiluun liittyvissä tilanteissa käytät nuuskaa?* Pelaajat saivat valita kaikki sopivat vastausvaihtoehdot (taulukot 2, 3 ja 4) ja jokaisessa kysymyksessä oli lisäksi avoin vastauskohta.

Pelaajien nuuskan käytön lopettamisyrityksiä selvitettiin kysymyksellä: *Oletko yrittänyt lopettaa nuuskan käyttöä? (1=Kyllä ja 2=En)*. Lisäksi mahdollisia lopettamiseen kannustavia tekijöitä selvitettiin kysymyksellä: *Mitkä seuraavista olisivat syitä, joiden vuoksi voisit lopettaa nuuskan käytön?* (kuvio 1). Annettujen vaihtoehtojen lisäksi oli mahdollista kirjata syy myös avoimeen vastauskohtaan. Kaikkien edellä kuvattujen kysymysten ja vaihtoehtojen laadinnassa hyödynnettiin urheilulukiolaisten nuuska- ja tupakointitottumuksia selvittäneiden tutkielmien kyselylomakkeita (Kulju & Kulju 2003; Uosukainen 2000).

Pelaajien kokemuksia nuuskan käyttöön suhtautumisesta salibandyn juniorijoukkueissa tutkittiin kysymyksillä: *Miten nuuskan käytöstä on sovittu joukkueen ja valmentajien kesken?* ja *Ovatko joukkueesi valmentajat/huoltajat kertoneet nuuskan käytön haitoista?* Valmentajien/huoltajien puuttumista nuuskan käyttöön selvitetiin kysymyksellä: *Miten joukkueesi valmentajat/huoltajat suhtautuvat, jos näkevät nuuskan käyttöä joukkueen tapahtumissa?* (1=Kieltävät, jos näkevät nuuskan käyttöä, 2=Eivät kiellä, jos näkevät nuuskan käyttöä, 3=En osaa sanoa). Nuuskan käytöstä mahdollisesti tulevia seuraamuksia tutkittiin kysymyksellä: *Jos nuuskan käyttö on kielletty joukkueen tapahtumissa, tuleeko siitä seuraamuksia?* (1=Kyllä, mitä seuraamuksia?, 2=Ei, 3=En osaa sanoa). Joukkueen tapahtumilla tarkoitettiin kysymyksissä harjoituksia, pelejä, pelimatkoja ja muita joukkueen yhteisiä kokoontumisia. Vastaajilla oli mahdollisuus kertoa avoimessa vastauskohdassa, mitä seuraamuksia kiellon rikkomisesta seuraa.

Aineiston analysoinnissa käytettiin IBM SPSS Statistics 24-ohjelmaa. Pelaajien nuuskakokeiluja ja nuuskan käyttöä sekä niihin vaikuttavia tekijöitä kuvailtiin frekvenssien ja prosenttijakaumien avulla. Eroja sukupuolten ja ikäluokkien nuuskaamisessa tarkasteltiin ristiintaulukoinnilla ja khiin neliö-testillä. Lisäksi logistisen regressioanalyysin avulla selvitetiin, ennustiko valmentajien tai huoltajien suhtautuminen pelaajien nuuskakokeiluja tai nuuskan käyttöä. Avoimien vastauksien analysoinnissa laskettiin mainintojen frekvenssit. Nuuskakokeilujen ja käytön yleisyyttä tarkasteltiin erikseen tyttöjen ja poikien sekä A- ja B-ikäisten ryhmissä. Lisäksi nuuskakokeilujen syitä tarkasteltiin sekä tytöillä että pojilla. Sen sijaan nuuskan käyttöön yhteydessä olevia tekijöitä analysoitiin vain pojilla, jotka käyttivät nuuskaa säännöllisesti (vähintään kerran viikossa). Tyttöissä tällaisia käyttäjiä ei ollut.

TULOKSET

Nuuskakokeilujen ja nuuskan käytön yleisyys

Salibandyjunioreista 39 prosenttia kertoi kokeilleensa nuuskaa. Pojista yli puolet (52 %) oli kokeillut nuuskaa, mutta tytöillä nuuskakokeilut (13 %) olivat selvästi harvinaisempia ($p < 0,001$) (taulukko 1.). A-junioreiden nuuskakokeilut (45 %) olivat hieman yleisempiä verrattuna B-ikäisiin (37 %) pelaajiin, mutta ero ei ollut tilastollisesti merkitsevää ($p = 0,092$) (taulukko 1). Sekä poikien että tyttöjen ensimmäinen kokeilukerta oli keskimäärin 15-vuotiaana

(pojat ka=15,08, tytöt ka=15,26). Kuitenkin nuuskaa kokeilleista pelaajista kolmannes oli kokeillut nuuskaa jo alle 15-vuotiaana.

Kaikista kyselyyn vastanneista pojista 21 prosenttia ilmoitti käyttävänsä nuuskaa tällä hetkellä säännöllisesti eli vähintään viikoittain (taulukko 1). Päivittäin nuuskaa käytti 16 prosenttia pojista. Tyttöjen nuuskan käyttö erosi poikien käytöstä ($p<0,001$) ollen hyvin harvinaista ja satunnaista, sillä ainoastaan 3 tyttöä (2 %) kertoi käyttävänsä nuuskaa noin kerran kuukaudessa. A-junioreilla viikoittainen nuuskan käyttö (17 %) oli hieman yleisempää verrattuna B-junioireihin (13 %), mutta ero ei ollut tilastollisesti merkitsevä ($p=0,221$). Huomionarvioista on, että nuuskaa kokeilleista pojista ($n=157$) tutkimushetkellä nuuskaa käytti säännöllisesti viikoittain 41 prosenttia, eli varsin monen kohdalla kokeilusta oli seurannut pysyvämpi käyttö.

TAULUKKO 1. Nuuskakokeilujen ja nuuskan käytön yleisyys salibandyn junioripelaajilla ($n=449$).

| | Kaikki n=449 | | Tytöt n=147 | | Pojat n=302 | | p-arvo | A-juniorit n=145 | | B-juniorit n=304 | | p-arvo |
|---|-----------------|------|----------------|------|----------------|------|--------|---------------------|------|---------------------|------|--------|
| | n | % | n | % | n | % | | n | % | n | % | |
| <i>Nuuskekokeilut</i> | | | n | % | n | % | | n | % | n | % | |
| On kokeillut | 176 | 39,2 | 19 | 12,9 | 157 | 52,0 | <0,001 | 65 | 44,8 | 111 | 36,5 | 0,092 |
| <i>Nuuskan käyttö</i> | | | n | % | n | % | | n | % | n | % | |
| Päivittäin | 48 | 10,7 | 0 | 0 | 48 | 15,8 | | 21 | 14,5 | 27 | 8,9 | |
| Viikoittain | 16 | 3,6 | 0 | 0 | 16 | 5,3 | | 4 | 2,8 | 12 | 3,9 | |
| Noin kerran kk | 12 | 2,8 | 3 | 2,0 | 9 | 3,0 | | 5 | 3,4 | 7 | 2,3 | |
| Säännöllisesti, vähintään vii- koittain käyttä- vät yht. | 64 | 14,3 | 0 | 2,0 | 64 | 21,2 | <0,001 | 25 | 17,2 | 39 | 12,8 | 0,221 |

Nuuskan kokeilun ja käytön syyt

Yli 70 prosenttia nuuskaa kokeilleista pojista ja tytöistä vastasi syyn kokeiluun olleen halu tietää, miltä nuuskan käyttö tuntuu (taulukko 2). Seuraavaksi yleisimmäksi syyksi mainittiin se, että joukkuekaverit tarjosivat (22 %). Muihin kokeilun syihin ja vapaaseen vastauskenttään tuli 24 mainintaa ja näistä yleisimpiä olivat joukkueen ulkopuolelta tulevien kavereiden, esimerkiksi koulukavereiden nuuskatarjoukset ja käyttö.

TAULUKKO 2. Nuuskaa kokeilleiden salibandyn junioripelaajien (n=176) syyt nuuskakokeiluun.

| Nuuskan kokeilun syyt | Kaikki kokeilleet (n=176) | | Tytöt (n=19) | | Pojat (n=157) | |
|---|------------------------------|------|-----------------|------|------------------|------|
| | f | % | f | % | f | % |
| Halusin kokeilla, miltä nuuskan käyttö tuntuu | 135 | 76,7 | 14 | 73,7 | 121 | 77,1 |
| Joukkuekaverit tarjosivat | 39 | 22,2 | 2 | 10,6 | 37 | 23,6 |
| Pelaajaidolit käyttävät | 7 | 4,0 | 0 | 0 | 7 | 4,5 |
| Valmentajat tai huoltajat käyttävät | 6 | 3,4 | 0 | 0 | 6 | 3,8 |
| Perheenjäsenet käyttävät | 6 | 3,4 | 0 | 0 | 6 | 3,8 |
| Nuuskan käyttö kuuluu mielestäni salibandypelaajan tapoihin | 1 | 0,6 | 0 | 0 | 1 | 0,6 |
| Muu syy, mikä? | 24 | 13,6 | 5 | 26,3 | 19 | 0,12 |

Nuuskan käytön syitä tarkasteltiin vain niiden vastaajien kohdalla, jotka käyttivät nuuskaa säännöllisesti, vähintään viikoittain (n=64) ja he olivat kaikki poikia. Kyselyssä nimetyistä yleisistä syistä ”*halu rentoutua*” mainittiin selvästi useimmin (81 %) perusteluksi käytölle (taulukko 3). Lisäksi nuuskaa käytettiin, koska sen koettiin piristävän (39 %), auttavan keskittymisessä (39 %) ja olevan terveellisempää kuin tupakan (36 %).

Urheiluun liittyvistä syistä eniten mainintoja sai se, että nuuskan käytöstä ei koettu olevan haittaa urheilussa (taulukko 3). Tähän uskoi yli 60 prosenttia nuuskaa käyttävistä pojista. Nuuskaamisen ei kuitenkaan uskottu yleisesti parantavan suorituskykyä, sillä vain 5 prosenttia pojista ilmoitti käyttävänsä nuuskaa tästä syystä. Useampi kuin joka kolmas pojista vastasi käyttävänsä nuuskaa, koska joukkuekaveritkin käyttävät. Muihin syihin ja vapaaseen vastauskenttään tuli yhteensä 9 mainintaa, joissa pelaajat kertoivat nuuskaamisen olevan tapa, tuottavan hyvää oloa ja fiilistä tai etteivät tiedä nuuskaamisen syytä.

TAULUKKO 3. Syyt, jotka vaikuttavat säännöllisesti nuuskaa käyttävien salibandyn poikajuniorien (n=64) nuuskaamiseen (mainintojen määrät frekvensseinä ja prosentteina).

| Nuuskan käytön syyt | Säännöllisesti nuuskaa käyttävät pojat (n=64) | |
|--|---|------|
| | f | % |
| <i>Yleiset syyt</i> | | |
| Halu rentoutua | 52 | 81,3 |
| Koen nuuskan piristävän | 25 | 39,1 |
| Koen nuuskan auttavan keskittymisessä | 25 | 39,1 |
| Mielestäni nuuska on terveellisempi vaihtoehto tupakalle | 23 | 35,9 |
| Vieroitusoireiden välttäminen | 10 | 15,6 |
| Koen saavani apua nuuskasta tupakoinnin lopettamiseen | 3 | 4,7 |
| <i>Urheiluun liittyvät syyt</i> | | |
| Mielestäni nuuskan käytöstä ei ole haittaa urheilussa | 41 | 64,1 |
| Joukkuekaverit käyttävät | 23 | 35,9 |
| Valmentajat/huoltajat käyttävät | 7 | 10,9 |
| Pelaajaidolit käyttävät | 3 | 4,7 |
| Koen nuuskan käytön parantavan suorituskykyä urheilussa | 3 | 4,7 |
| Muu syy, mikä? | 9 | 14,1 |

Nuuskan käyttötilanteet

Yleisistä nuuskan käyttötilanteista eniten mainintoja saivat: pelikonsolien pelaamisen yhteydessä (84 %) sekä illanviettojen (81 %) ja alkoholin käytön yhteydessä (80 %) tapahtuva nuuskaaminen (taulukko 4). Yli 60 prosenttia nuuskaa säännöllisesti käyttävistä pojista kertoi käyttävänsä nuuskaa myös koulussa oppituntien aikana. Urheiluun liittyvistä käyttötilanteista eniten mainintoja sai pelimatkat. Nuuskaa säännöllisesti käyttävistä pojista peräti 89 prosenttia ilmoitti käyttävänsä nuuskaa pelimatkoilla, esimerkiksi bussissa ja 73 prosenttia kertoi nuuskaavansa urheilusuoritusten jälkeen. Nuuskan käyttö urheillessa eli pelien tai harjoitusten aikana sen sijaan oli harvinaisempaa. Muihin käyttötilanteisiin ja vapaaseen vastauskenttään tuli 7 mainintaa, jotka pitivät sisällään ottelujen erätauoilla, yleensä vapaa-ajalla ja saunassa tapahtuvan nuuskan käytön.

TAULUKKO 4. Säännöllisesti nuuskaa käyttävien salibandyn poikajuniorien (n=64) mainitsemat nuuskan käyttötilanteet frekvensseinä ja prosentteina.

| Nuuskan käyttötilanteet | Säännöllisesti nuuskaa käyttävät pojat (n=64) | |
|--|---|------|
| | f | % |
| <i>Yleiset nuuskan käyttötilanteet</i> | | |
| Pelikonsolien pelaamisen yhteydessä | 54 | 84,4 |
| Illanvietoissa/juhlissa | 52 | 81,3 |
| Alkoholin käytön yhteydessä | 51 | 79,7 |
| Televisiota/elokuvia katsellessa | 44 | 68,8 |
| Koulussa oppitunneilla | 41 | 64,1 |
| Ruokailun jälkeen | 33 | 51,6 |
| Ennen nukkumaanmenoa | 33 | 51,6 |
| Koulutehtäviä tehdessä | 27 | 42,2 |
| Sairaana | 19 | 29,7 |
| <i>Urheiluun liittyvät nuuskan käyttötilanteet</i> | | |
| Pelimatkoilla esim. bussissa | 57 | 89,1 |
| Urheilusuorituksen jälkeen | 47 | 73,4 |
| Treenien yhteydessä pukuhuoneessa | 28 | 43,8 |
| Harjoitusten aikana | 10 | 15,6 |
| Pelin aikana | 4 | 6,3 |
| Muu tilanne, mikä? | 7 | 10,9 |

Nuuskan käytön lopettamiseen kannustavat tekijät

Nuuskaa säännöllisesti käyttävistä pojista yli puolet (53 %) oli yrittänyt lopettaa käytön. Runsas 80 prosenttia nuuskaa käyttävistä pojista olisi valmis lopettamaan nuuskan käytön, jos terveys niin vaatisi (kuvio 1). Noin puolet pelaajista voisi lopettaa nuuskan käytön, jos siihen ei olisi rahaa, urheilussa menestyminen vaatisi lopettamista tai jos saisi nuuskan käytön jatkuessa potkut joukkueesta. Kavereiden merkitys lopettamisessa näyttää tämän tutkimuksen perusteella vähäiseltä, sillä vain 5 vastaajaa (8 %) mainitsi, että kaverien nuuskan käytön lopettamisella olisi vaikutusta omaan lopettamiseen. Myöskään vanhempien (19 %) tai valmentajien (16 %) vaatimuksilla ei pelaajien vastausten perusteella ollut kovin yleisesti vaikutusta lopettamispäätöksiin. Tyttö- tai poikakaverin mielipiteellä sen sijaan oli yleisimmin merkitystä, sillä puolet pelaajista (48 %) voisi lopettaa nuuskan käytön seurustelukumppanin pyynnöstä. Myös avoimessa vastauskohdassa lopettamispyrkimysten syiksi mainittiin useimmin terveyteen liittyvät tekijät, kuten hampaiden ja ikenien vahingoittuminen, sekä rahanmeno. Sitä, miksi pelaajat eivät olleet yrittäneet lopettaa nuuskaamista, perusteltiin etenkin sillä, ettei lopettamiselle ollut koettu tarvetta eikä nuuskasta koettu riippuvuutta.



KUVIO 1. Syyt, joiden takia nuuskaa säännöllisesti käyttävät salibandyn poikajuniorit (n=64) voisivat lopettaa nuuskaamisen (prosentteina, kuinka moni pelaaja on maininnut syyn).

Nuuskan käyttöön suhtautuminen salibandyn juniorijoukkueissa

Kaikista pelaajista (n=449) lähes puolet (45 %) vastasi, ettei nuuskan käytöstä joukkueen tapahtumissa ole erityisesti sovittu. Nuuskaamisen kertoi olevan kiellettyä joukkueen tapahtumissa noin puolet tytöistä (48 %) ja kolmannes pojista (28 %) ($p < 0,001$). Pojista 25 prosenttia ilmoitti pelaajien käyttävän nuuskaa kiellosta huolimatta joukkueen tapahtumissa ja 18 poikaa (6 %) kertoi nuuskan käytön olevan joukkueessa sallittua. Tytöistä ainoastaan kaksi ilmoitti käyttöönsä tapahtuvan kiellosta huolimatta, eikä kukaan pitänyt sitä sallittuna. Yksi kymmenestä pelaajasta kertoi nuuskakiellon rikkomisesta tulevan seuraamuksia. Vapaassa vastauskohdassa pelaajat mainitsivat seuraamuksiksi yleisimmin rahalliset sakkorangaistukset, peli- tai harjoituskiekkot sekä vanhemmille ilmoittamisen.

Pojista 18 prosenttia ja tytöistä 7 prosenttia kertoi valmentajien tai joukkueen huoltajien kerrotaan nuuskan käytön haitoista ($p < 0,001$). Pojille oli siis kerrottu hieman useammin nuuskan haitoista kuin tytöille, mutta kaiken kaikkiaan tätä oli tapahtunut varsin vähän. Noin puolet

pelaajista ei osannut sanoa, miten valmentajat tai joukkueen huoltajat suhtautuisivat, jos näkisivät nuuskaamista joukkueen tapahtumissa. Kuitenkin 45 prosenttia uskoi valmentajien tai huoltajien kieltävän nuuskan käytön, jos sitä havaitsisivat.

Logistisen regressioanalyysin mukaan pelaajat, joiden joukkueissa nuuskaamista ei ollut kielletty, olivat kokeilleet nuuskaa vajaat kaksi kertaa suuremmalla todennäköisyydellä (OR: 1,60; CI: 1,06–2,40) kuin pelaajat, joiden joukkueissa käyttö oli kielletty. Nuuskan käyttökielolla joukkueessa ei kuitenkaan ollut yhteyttä pelaajien säännölliseen nuuskan käyttöön. Myöskään se, olivatko valmentajat kertoneet joukkueelle nuuskan haitoista vai eivät, ei ollut yhteydessä pelaajien nuuskakokeiluihin tai nuuskan säännölliseen käyttöön.

TAULUKKO 5. Nuuskakokeilujen ja nuuskan käytön todennäköisyys (OR, 95% CI) salibandy junioripelaajilla, joiden joukkueissa a) käyttö on kielletty tai ei ole kielletty ja b) joiden valmentajat ovat kertoneet tai eivät ole kertoneet nuuskan haitoista (binäärinen logistinen regressioanalyysi).

| | Nuuskakokeilut | | Nuuskan käyttö | |
|---|----------------|------------------|----------------|-----------|
| | OR | 95% CI | OR | 95% CI |
| Nuuskan käyttö on kielletty joukkueessa | 1,0 | | 1,0 | |
| Nuuskan käytöstä ei sovittu tai on sallittu | 1,60 | 1,06–2,40 | 0,55 | 0,30–1,01 |
| | | | | |
| Valmentajat ovat kertoneet nuuskan haitoista | 1,0 | | 1,0 | |
| Valmentajat eivät ole kertoneet nuuskan haitoista | 1,11 | 0,64–1,94 | 0,74 | 0,32–1,72 |

POHDINTA JA JOHTOPÄÄTÖKSET

Salibandya pelaavista pojista yli puolet (52 %) oli kokeillut nuuskaa ja sitä käytti viikoittain runsas viidennes (21 %). Tytöillä nuuskakokeilut (13 %) olivat selvästi harvinaisempia, eikä tutkimuksissa ollut viikoittain nuuskaa käyttäviä tyttöjä lainkaan. Tulosten perusteella voidaan todeta, että vähintään viikoittain nuuskaa käyttävien salibandy poikajuniorien osuus (21 %) on suurempi kuin, Nuorten terveystapatutkimuksessa nuuskaa päivittäin tai satunnaisesti käyttävien 14–18-vuotiaiden poikien osuus (13 %). (Kinnunen ym. 2017.) Tytöillä vastaavaa eroa

salibandyä pelaavien ja muiden nuorten välillä ei ollut havaittavissa. Salibandya pelaavien poikien nuuskan käytön yleisyys näyttää olevan varsin lähellä 15–16-vuotiailla jääkiekkojunioreilla havaittua 25 prosentin osuutta (Pitkänen 2006). Yleisyyttä koskevat tutkimustulokset ovat samansuuntaisia aikaisempien tutkimusten kanssa, joissa on todettu poikien nuuskakokeilujen ja käytön olevan yleisempää verrattuna tyttöihin (Kinnunen ym. 2017; Ollila & Ruokolainen 2016) sekä nuuskan käytön olevan yleistä urheilijoiden ja erityisesti joukkuelajien harrastajien keskuudessa (Alaranta ym. 2006; Haukkala ym. 2005; Ng ym. 2017; Pitkänen 2006).

Tutkimuksessa havaittiin joukkuekavereiden nuuskan tarjoamisen ja käytön olevan yleinen syy pelaajien nuuskakokeiluihin sekä nuuskan käyttöön. Myös aiemmissa tutkimuksissa on todettu kavereilla olevan voimakas vaikutus nuorten nuuskaamiseen (Pitkänen 2006; Rolandsson ym. 2014; Rolandsson & Hugoson 2001; Salomäki & Tuisku 2013, 50). Nuuskan käytöstä kieltäytyminen näyttää olevan vaikeampaa, jos tarjous tulee omasta viiteryhmästä (Salomäki ja Tuisku 2013, 50). Nuuskan käytön suosiota joukkueurheilijoiden keskuudessa on selitetty esimerkiksi joukkueen jäsenten välisellä yhteisöllisyydellä (Rolandsson ym. 2014). Joukkue muodostuu usein tiiviiksi ryhmäksi, johon halutaan kuulua, ja jonka kulttuurin mukaan halutaan toimia. Kavereiden nuuskan käytön lopettaminen ei silti olisi pelaajien mukaan vaikuttanut monenkään (8 %) omaan lopettamis päätökseen. Tyttö- tai poikaystävänsä lopettamisvaatimuksen olisi jo yli puolet pelaajista kokenut tärkeäksi. Tulos on osittain ristiriitainen esimerkiksi nuorten tupakoinnin lopettamista koskevan tutkimuksen kanssa, jossa todettiin kavereiden tupakan polton lopettamisen ennustavan merkittävästi nuoren tupakoinnin lopettamista (Paavola ym. 2001). Vanhempien tai valmentajien nuuskan käytön lopettamisvaatimukset vaikuttaisivat tutkimuksen mukaan vain noin viidenneksen lopettamiseen. Tulos voi osaltaan kertoa ikäkaudelle tyypillisestä suhtautumisesta vanhempiin auktoriteetteihin ja nuoren voimistuvasta tarpeesta autonomiaan ja pyrkimyksestä päättää itse valinnoistaan (Noom ym. 2001).

Lähes puolet vastaajista kertoi, ettei nuuskan käytöstä joukkueen tapahtumissa ole sovittu ja pelaajista ainoastaan kolmannes vastasi valmentajien tai joukkueen huoltajien puuttuvan nuuskan käyttöön sitä nähdessään. Aiempien tutkimusten mukaan jääkiekkovalmentajilta kysyttäessä jopa 82 prosenttia kertoi sopineensa nuuskattomuudesta joukkueen kanssa (Kokko 2003, 53) ja jääkiekkopelaajista 66 prosenttia ilmoitti, että nuuskan käytöstä on sovittu (Kekki & Palmi 2008). Salomäen ja Tuiskun (2013, 54) mukaan nuoret urheilijat toivovat itse, että

päihteiden käytöstä olisi urheiluharrastuksessa selkeät säännöt. Tässä tutkimuksessa todettiin, että pelaajien nuuskakokeilujen todennäköisyys oli hieman suurempi joukkueissa, joissa käyttöä ei ollut kielletty. Tulosta tulkittaessa on huomioitava, ettei taustalla ole välttämättä yksiselitteisesti vain kielto ja sen tehoaminen. Nuuskan käyttökielto voi heijastella myös laajemmin joukkueen toimintakulttuuria, sekä valmentajien ja huoltajien välittämiä asenteita koskien sekä nuuskaa että heidän kasvatusvastuutaan nuorien pelaajien suhteen.

Koska tulosten mukaan salibandya pelaavista pojista yli puolet oli kokeillut nuuskaa ja joka viides nuuskasi säännöllisesti, tulisi siihen jatkossa puuttua nykyistä suunnitelmallisemmin ja konkreettisemmilla toimenpiteillä. Esimerkiksi salibandyvalmentajille ja joukkueen toimihenkilöille suunnatun nuuskaan liittyvän lisäkoulutuksen tarvetta on syytä arvioida. Suurin osa pelaajista ilmoitti, etteivät valmentajat tai huoltajat olleet kertoneet heille nuuskan käytön haittoista. Lisäksi yli 60 prosenttia nuuskaa säännöllisesti käyttävistä poikajunioreista oli sitä mieltä, ettei nuuskan käytöstä ole haittaa urheilussa. Voidaan siis suositella, että salibandyn juniorijoukkueissa keskusteltaisiin nuuskan käytön haittoista nykyistä enemmän, luotaisiin selkeät säännöt koskien nuuskattomuutta joukkueen tapahtumissa ja pyrittäisiin valvomaan niiden noudattamista. Erityistä huomiota tulisi kiinnittää pelimatkojen aikaiseen käyttäytymiseen, sillä ne osoittautuivat yhdeksi yleisimmistä nuuskan käyttötilanteista. Nuuskakokeilut alkoivat tulosten mukaan osalla pelaajista jo 13–14-vuoden iässä, joten keskustelua nuuskaan liittyvistä asenteista, mielikuvista ja nuuskan haittavaikutuksista on tarpeen käydä jo tässä ikävaiheessa. Nuorten aivot ovat vielä kehitysvaiheessa ja sen vuoksi erityisen alttiit nikotiinin vaikutuksille (Yuan ym. 2015).

Tulosten tulkinnan kannalta on huomioitava, että kyselyyn saatiin selvästi enemmän vastauksia pojilta (n=302) kuin tytöiltä (n=147). Tähän osasyynä on tyttöjen valtakunnallisissa sarjoissa pelaavien joukkueiden pienempi määrä, ja muutenkin pienempi salibandyn harrastajamäärä verrattuna poikiin. Lisäksi vastauksia saatiin enemmän B-junioreilta (n=304) kuin A-junioreilta (n=145). Nuuskan käytön syitä ja tilanteita oli mahdollista tarkastella vain poikien osalta, koska tytöissä säännöllisesti, viikoittain nuuskaa käyttäviä ei ollut ja ns. satunnaiskäyttäjiäkin oli vain kolme. Tutkimuksessa rajauduttiin vain nuuskan käytön tutkimiseen, eikä salibandypelaajilta kysytty tupakoinnista tai muiden tupakkatuotteiden käytöstä. Tuloksia tulkitessa on otettava huomioon myös, että strukturoidut vastausvaihtoehdot ovat saattaneet oh-

jata vastaamista huolimatta sitä, että kyselyssä oli mahdollista käyttää myös avoimia vastauskohtia. Mahdollisuutta osallistua tutkimukseen tarjottiin kaikille A- ja B-ikäisten valtakunnallisissa sarjoissa pelaaville joukkueille, mutta osallistumisen vapaaehtoisuudesta johtuen lopullisen otoksen kattavuudesta ei ole varmaa tietoa. Kaiken kaikkiaan osallistujien määrää (n=449) voi pitää kuitenkin riittävänä ratkaisemaan asetettuja tutkimustehtäviä.

Nuuskan käyttöön suhtautumista salibandyn juniorijoukkueissa tutkittiin ainoastaan pelaajien vastausten perusteella. Jatkossa olisikin syytä tutkia, miten salibandyvalmentajat ja joukkueiden huoltajat tiedostavat nuuskan käytön terveyshaitat, ja millainen heidän oma suhtautumisensa nuuskan käyttöön on. Aiemmin nuuskaamisen on todettu olevan yleisempää korkeamman harrastustason sekä tulevaisuuden urheilutavoitteen omaavilla urheilijanuorilla (Kokko ym. 2011), joten erilaisten taustatekijöiden yhteyksiä salibandynuorten nuuskan käyttöön tulisi myös selvittää. Myös aikuisikäisten salibandypelaajien nuuskan käyttöä tulisi tutkia, jotta saataisiin laajempi kuva nuuskan käytön yleisyydestä lajin harrastajien keskuudessa. Nuuskaamisen vähentämistä ajatellen olisi tärkeää saada lisää tutkimustietoa nuuskan vaikutuksista erityisesti nuorilla sekä urheilijoiden suorituskyvyn näkökulmasta. Näytöt nuuskan suorituskykyä heikentävistä vaikutuksista ja yhteydestä loukkaantumisiin voisivat olla lopettamiseen kannustavia tekijöitä tavoitteellisesti urheilevien keskuudessa.

LÄHTEET

Alaranta, A., Alaranta, H., Patja, K., Palmu, P., Prättälä, R., Martelin, T. & Helenius, I. 2006. Snuff Use and Smoking in Finnish Olympic Athletes. *International Journal of Sports Medicine* 27 (7), 581–586.

Andersson G, Warfvinge G. 2003. The influence of pH and nicotine concentration in oral moist snuff on mucosal changes and salivary pH in Swedish snuff users. *Swedish Dental Journal* 27 (2), 67–75.

Arefalk, G., Hergens, M-P., Ingelsson, E., Ärnlov, J., Michaëlsson, K., Lind, L., Ye, W., Nyrén, O., Lambe, M. & Sundström, J. 2010. Smokeless tobacco (snus) and risk of heart failure: results from two Swedish cohorts. *European Journal of Preventive Cardiology* 19 (5), 1120–1127.

Diehl, K., Thiel, A., Zipfel, S., Mayer, J., Litaker, D.G. & Schneider, S. 2012. How healthy is the behavior of young athletes? A systematic literature review and meta-analyses. *Journal of Sports Science and Medicine*. 11, 201–220.

- Chagué, F., Guenancia, C., Gudjoncik, A., Moreau, D., Cottin, Y. & Zeller.** 2015. M. Smoke-less tobacco, sport and the heart. *Archives of Cardiovascular Diseases* 108 (1), 75–83.
- European Commission.** Scientific Committee on Emerging and Newly Identified Health Risks (SCENIHR). 2008. Health Effects of Smokeless Tobacco Products. http://ec.europa.eu/health/ph_risk/committees/04_scenihr/docs/scenihr_o_013.pdf Viitattu 20.2.2017.
- Furberg, H., Lichtenstein, P., Pedersen, N.L., Bulik, C. & Sullivan, P.** 2006. Cigarettes and oral snuff use in Sweden: prevalence and transitions. *Addiction* 101 (10), 1509–1515.
- Haukkala, A., Vartiainen, E. & Vries, D. H.** 2006. Progression of oral snuff use among Finnish 13–16-year-old students and its relation to smoking behaviour. *Addiction* 101 (4), 581–589.
- Heir T. & Eide, G.** 1997. Injury proneness in infantry conscripts undergoing a physical training programme: smokeless tobacco use, higher age, and low levels of physical fitness are risk factors. *Scandinavian Journal Medicine & Science in Sports* 7, 304–311.
- Hergens, M-P., Lambe, M., Pershagen, G., Terent, A. & Ye, W.** 2008. Smokeless tobacco and the risk of stroke. *Epidemiology* 19 (6), 794–799.
- Huhtala, H., Rainio, S. & Rimpelä, A.** 2006. Adolescent snus use in Finland in 1981–2003: trend, total sales ban and acquisition. *Tobacco Control* 15 (5), 392–397.
- Karhola, L.** 2013. Nuorten liikuntavammojen yleisyys sekä tapaturma-alttiit lajit koulussa, vapaa-ajalla ja urheiluseuroissa. Tampereen yliopisto. Lääketieteen yksikkö. Syventävien opintojen kirjallinen työ. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:uta-201310241515> Viitattu 20.2.2017.
- Kekki, H-L. & Palmi, S.** 2008. Nuorten kokemuksia terveyttä edistävästä valmennuksesta urheiluseuroissa. Jyväskylän yliopisto. Terveyskasvatuksen pro gradu-tutkielma. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:jyu-200802281201> Viitattu 20.2.2017.
- Kinnunen, J. M., Pere, L., Raisamo, S., Katainen, A., Ollila, H. & Rimpelä, A.** 2017. Nuorten terveystapatutkimus 2017: Nuorten tupakkatuotteiden ja päihteiden käyttö sekä rahapelaaminen. Sosiaali- ja terveysministeriön raportteja ja muistioita 2017:28. Viitattu 21.7.2017. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-00-3878-6>
- Kokko S.** 2003. Jyväskylän yliopisto. Terveyskasvatus juniorijääkiekossa. Tutkimus 12–16-vuotiaiden junioreiden valmentajien toteuttamasta terveystasvatuksesta ja siihen liittyvistä käsityksistä. Terveyskasvatuksen pro gradu-tutkielma. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:jyu-2003894624> Viitattu 26.3.2017.
- Kokko, S. & Kannas, L.** 2004. Terveystasvatus etsii paikkaansa nuorten jääkiekkovalmennuksessa. *Liikunta ja tiede* 2004 (2) : 45–48.

- Kokko, S., Villberg, J. & Kannas, L.** 2011. Nuori urheilijan polulla. Nuori Suomi ry:n tilaus-tutkimus. Terveysten edistämisen tutkimuskeskus, Jyväskylän yliopisto.
- Kokko, S., Villberg, J. & Kannas, L.** 2015. Health Promotion in Sport Coaching: Coaches and Young Male Athletes' Evaluations on the Health Promotion Activity of Coaches. *International Journal of Sports Science & Coaching*: 10 (2-3), 339–352.
- Kujanpää, J.** 2011. Salibandyvammojen riskitekijät naispelaajilla. Tampereen yliopisto. Lääketieteen laitos. Syventävien opintojen kirjallinen työ. <http://urn.fi/urn:nbn:fi:uta-1-21821> Viitattu 17.2.2017.
- Kulju, J. & Kulju, R.** 2003. Jyväskylän yliopisto. Urheilulukiolaisten tupakan ja nuuskan käyttö. Liikuntapedagogiikan pro gradu-tutkielma. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:jyu-2003894643> Viitattu 6.2.2017.
- Martinsen, M. & Sundgot-Borgen, J.** 2014. Adolescent elite athletes' cigarette smoking, use of snus, and alcohol. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*: 24 (2), 439–446.
- Mattila, V. M., Raisamo, S., Pihlajamäki, H., Mäntysaari, M., & Rimpelä, A.** 2012. Sports activity and the use of cigarettes and snus among young males in Finland in 1999–2010. *BMC Public Health* 12, 230.
- Noom, M.J., Deković, M. & Meeus, W.** 2001. Conceptual Analysis and Measurement of Adolescent Autonomy. *Journal of Youth and Adolescence* 30 (5), 577–595.
- Ollila, H. & Ruokolainen, O.** 2016. Tupakkatuotteiden yhteiskäyttö yläkouluissa ja toisen asteen oppilaitoksissa 2000–2015. Tutkimuksesta tiiviisti 2, helmikuu 2016. Terveysten ja hyvinvoinnin laitos: Helsinki. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-302-612-4> Viitattu 19.2.2017.
- Paavola, M., Vartiainen, E. & Puska, P.** 2001. Smoking cessation between teenage years and adulthood. *Health Education Research* 16 (1), 49–57.
- Pitkänen, S.** 2006. Huvin ja urheiluhengen vuoksi? Suomen Jääkiekkoliiton valtakunnallinen juniorikiekkoilijoiden päihdekysely. Sosiaalikehitys Oy. http://www.finhockey.fi/junnut/op-paat_ja_materiaalit/terveyden_edistaminen/ Viitattu 6.11.2016.
- Rolandsson, M. & Hugoson, A.** 2001. Factors associated with snuffing habits among ice-hockey-playing boys. *Swedish Dental Journal* 25 (4), 145–54.
- Rolandsson, M. & Hugoson, A.** 2003. Changes in tobacco habits - A prospective longitudinal study of tobacco habits among boys who play ice hockey. *Swedish dental journal* Volume 27 (4), 175–184.

- Rolandsson, M., Wagnsson, S. & Hugoson, A.** 2014. Tobacco use habits among Swedish female youth athletes and the influence of the social environment. *International Journal of Dental Hygiene* 12 (3), 219–225.
- Rosaar, A., Johansson, A.L.J., Sandborgh-Englund, G., Axéll, T. & Nyrén, O.** 2008. Cancer and mortality among user and nonuser of snus. *International Journal of Cancer* 123 (1), 168–173.
- Salomäki, S-M. & Tuisku, J.** 2013. Nuorten käsityksiä ja kokemuksia nuuskasta ja nuuskan käytöstä - Nuuska nuorten maailmassa. Suomen Syöpäyhdistys ry.
- Suomen Salibandyliitto ry.** 2016a. Salibandyliiton jäsenrekisteri. <http://floorball.fi/salibandy-info/lajiesittely/tunnusluvut/> Viitattu 8.12.2016.
- Suomen Salibandyliitto ry.** 2016b. Suomen salibandyliiton kilpailusäännöt 2016–2017. 1.5.2016 - 30.4.2017. <http://floorball.fi/> Viitattu 6.2.2017.
- Tomar, S. L.** 2007. Epidemiologic perspectives on smokeless tobacco marketing and population harm. *American Journal of Preventive Medicine* 33 (6), 387–397.
- Tupakkalaki** 549/2016. <http://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2016/20160549> Viitattu 28.03.2017.
- Uosukainen, J.** 2000. Urheilulukiolaisten nuuskan käyttö. Jyväskylän yliopisto. Liikuntapedagogiikan pro gradu-tutkielma. Viitattu 6.2.2017. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:juu-2000858991>
- Wickholm, S., Lahtinen, A., Ainamo, A. & Rautalahti, M.** 2012. Nuuskan terveyshaitat. *Lääketieteellinen Aikakauskirja Duodecim* 128(10), 1089–1096.
- World Health Organization.** 2007. International Agency for Research on Cancer (IARC). Smokeless Tobacco and Some Tobacco-specific N-Nitrosamines. *IARC Monographs on the Evaluation of Carcinogenic Risks to Humans* 89, 57.
- Yuan, M., Cross, S. J., Loughlin, S. E. & Leslie, F. M.** 2015. Nicotine and the adolescent brain - Review. *The Journal of Physiology* 593 (16), 3397–3412.
- Zendehdel, K., Nyrén, O., Luo, J., Dickman, P.W., Boffetta, P., Englund, A. & Ye, W.** 2008. Risk of gastroesophageal cancer among smokers and users of Scandinavian moist snuff. *International Journal of Cancer* 122 (5), 1095–1099.

NUORTEN SALIBANDYPELAAJIEN NUUSKAN KÄYTTÖ JA SIIHEN YHTEYDESSÄ OLEVAT TEKIJÄT

Roosa Peltto-Arvo, LitK, Jyväskylän yliopisto/Liikuntatieteellinen tiedekunta, Vaasankatu 7 as 3, 40100 Jyväskylä. P. 050 569 2824. Sähköposti: roosa.peltoarvo@gmail.com (yhteyshenkilö). **Sanna Palomäki** LitT, KM, Jyväskylän yliopisto.

TIIVISTELMÄ

**Peltto-Arvo, R. & Palomäki, S. 2017. Nuorten salibandy-
pelaajien nuuskan käyttö ja siihen yhteydessä olevat
tekijät. Liikunta & Tiede 54 (6), 73–80.**

■ Suomalaisten nuorten tupakointi on vähentynyt, kun taas nuuskakokeilut ja nuuskan käyttö ovat lisääntyneet. Aiempien tutkimusten mukaan nuuskan käyttö on yleistä myös urheilijoiden keskuudessa. Tässä tutkimuksessa tarkasteltiin nuorten salibandy-pelaajien nuuskakokeiluja ja nuuskan käyttöä sekä siihen yhteydessä olevia tekijöitä.

Tutkimusaineisto kerättiin sähköisellä kyselylomakkeella joulukuun 2016 ja tammikuun 2017 välisellä ajalla. Kyselyyn vastasi 449 pelaajaa (poikia 302, tyttöjä 147, keski-ikä 16,7 vuotta). Aineiston analysoinnissa hyödynnettiin ristiintaulukointeja ja khiin neliö-testiä sekä logistista regressioanalyysia.

Salibandya pelaavista 13–20-vuotiaista nuorista 39 prosenttia oli kokeillut nuuskaa. Poikien nuuskakokeilut (52 %) olivat selvästi yleisempiä kuin tyttöjen (13 %). Myös nuuskan säännöllinen käyttö oli yleisempää pojilla (21 %) kuin tytöillä, joissa säännöllisiä käyttäjiä ei ollut lainkaan. Nuuskaa kokeilleista pojista yli 40 prosenttia oli päätenyt säännölliseksi käyttäjäksi eli käytti nuuskaa vähintään viikoittain tutkimushetkellä. Kokeilun halu ja joukkuekaverien nuuskatarjoukset olivat yleisimmät syyt nuuskakokeiluihin, kun taas käytön syyksi mainittiin useimmin halu rentoutua. Pelaajista 45 prosenttia kertoi, ettei nuuskan käytöstä ole sovittu joukkueen tapahtumissa ja vain 14 prosentille valmentajat tai joukkueen huoltajat olivat kertoneet nuuskan haitoista. Pelaajat, joiden joukkueissa nuuskan käyttöä ei ollut kielletty, olivat kokeilleet nuuskaa vajaan kaksikertaa todennäköisemmin (OR: 1,60; CI:1,06–2,40) kuin pelaajat, joiden valmentajat tai huoltajat olivat kieltäneet käytön.

Nuuskakokeilujen ja käytön yleisyys salibandyn juniori-ikäisillä pelaajilla, erityisesti pojilla osoittaa, että asiaan on syytä kiinnittää enemmän huomiota niin seuroissa kuin Salibandylitossa. Valmentajien tulisi keskustella pelaajien kanssa nuuskan käyttöön liittyvistä haitoista sekä linjata joukkueille selvät ja johdonmukaiset säännöt, jotka velvoittaisivat pelaajia nuuskattomuuteen salibandyn seuratoiminnassa.

Asiasanat: nuoret, nuuska, salibandy, urheilijat

ABSTRACT

Peltto-Arvo, R. & Palomäki, S. 2017. The use of snus among Finnish junior floorball players and the factors associated with snuffing habits. Liikunta & Tiede 54 (6), 73–80.

■ There has been a rise in the popularity of snus among Finnish adolescents, while the prevalence of smoking has declined. Previous studies have also shown that the use of snus is common among athletes. The purpose of this study was to investigate the prevalence of snus use among Finnish junior floorball players and the factors that are associated with snuffing habits.

The data were collected using an electronic questionnaire that the participants answered in December 2016 and January 2017. The study sample included 449 floorball players (302 boys; 147 girls; mean age 16.7 years). Data were analyzed using cross tabulations, the chi-square test and logistic regression.

The results indicate that 39 percent of the floorball players, who were aged from 13 to 20 years, had tried snus. More boys reported that they had tried using snus (52 %) than girls (13 %). The boys were also far more likely to use snus regularly (21 %) than the girls, none of whom used snus regularly. Over 40 percent of the boys who had tried snus reported that they continued using the substance and ended up becoming regular users, which means that they used snus at least once a week. The desire to try the substance and offers they received from teammates were the major reasons for the first use, while continued use was mostly explained by the relaxing effect of the snus. A full 45 percent of the players reported that there was no agreement of the use of snus during the team's events, and only 14 percent reported that their coaches or team staff members had informed them of the dangers of snus use. Players whose coaches or team staff members had not forbidden them to use snus were almost twice as likely to have tried it (OR: 1.60; CI:1.06–2.40) than players whose coaches or team staff members had forbidden the use of it.

The results of this study suggest that the frequency of snus use among Finnish junior floorball players, especially among boys, requires more attention from the floorball clubs and the Finnish Floorball Federation. Team coaches should be instructed to inform the players of the dangers of this substance, and there should be clear and consistent rules that make it mandatory for players to refrain from using snus while they are engaged in team activities.

Key words: adolescents, athletes, floorball, smokeless tobacco, snus

JOHDANTO

Suomalaisten nuorten nuuskakokeilut ja nuuskan käyttö ovat lisääntyneet tupakoinnin vähentyessä (Kinnunen ym. 2017; Mattila ym. 2012; Ollila & Ruokolainen 2016). Nuorten terveystapatutkimuksen 2017 mukaan 17 prosenttia 12–18-vuotiaista (pojista 24 % ja tytöistä 11 %) kertoi kokeilleensa nuuskaa (Kinnunen ym. 2017). Tyttöjen nuuskaaminen on pysynyt poikia selvästi harvinaisempana (Kinnunen ym. 2017; Ollila & Ruokolainen 2016). Aiempien tutkimusten perusteella nuuskaaminen näyttää olevan hieman yleisempää urheilijoiden keskuudessa verrattuna samanikäisiin ei-urheilijoihin (Alaranta ym. 2006; Diehl ym. 2012; Haukkala ym. 2006; Kokko 2011; Pitkänen 2006). Urheiluseuraan kuuluvista 14–16-vuotiaista pojista 32 prosentilla ja tytöistä 7 prosentilla oli kokemusta nuuskasta (Ng ym. 2017).

Salibandyharrastajamäärät ovat jatkuvasti kasvaneet Suomessa (Suomen Salibandyliitto ry 2016a). Kaudella 2012–2013 lisenssin lunastaneita poikajunioreita oli 23 438 ja tyttöjunioreita 3 798, kun kaudella 2016–2017 juniorisarjoissa pelasi jo 27 897 poikaa ja 5 190 tyttöä (Suomen Salibandyliiton jäsenrekisteri 24.3.2017, julkaisematon). Yhä useampi nuori liikkuu siis salibandy parissa ja saa myös vaikutteita niistä terveystavoista, joita lajikulttuuri ja seuratoiminta välittävät. Tutkimusten mukaan nuuskan käyttöä esiintyy eniten joukkuelajien edustajilla ja se vaikuttaa kuuluvan tiiviisti erityisesti jääkiekkokulttuuriin, mutta myös muihin joukkuepallolajeihin (Kokko ym. 2011; Martinsen & Sundgot-Borgen 2014; Mattila ym. 2012; Uosukainen 2000). Jääkiekkoilijoiden nuuskan käyttöä on tutkittu jonkin verran (Rolandsson & Hugoson 2001, 2003; Pitkänen 2006), mutta muiden pallolajien harrastajista tätä tietoa on vähemmän. Pitkäsen (2006) mukaan suomalaisista 15–16-vuotiaista jääkiekkoilijoista jopa puolet (51 %) kertoi kokeilleensa nuuskaa ja neljännes (25 %) käytti nuuskaa satunnaisesti tai useammin. Suomalaisen salibandy junioripelaajien nuuskan käyttöä ei ole juurikaan tutkittu, ja perusteita tutkimukselle luo sekin, että lajikulttuurilla on yhteydet Ruotsiin, missä nuuskan käyttö on yleistä (Furberg ym. 2006). Rolandssonin ym. (2014) mukaan ruotsalaisista naisurheilijoista nuuskaa eniten olivat kokeilleet juuri salibandy pelaajat.

Nuuska sisältää kansainvälisen syöväntutkimuslaitoksen IARC:n mukaan 28 karsinogeenia (WHO 2007, 57). Nuuskan käyttö saattaa lisätä riskiä sairastua suusyöpään (Rosaar ym. 2008) sekä maha- ja suolistosyöpään (Zendeהל ym. 2008). Lisäksi nuuskan käyttö näyttää suurentavan aivoverenkiertohäiriöiden (Hergens ym. 2008) sekä sydämen vajaatoiminnan riskiä (Arefalk ym. 2011). Nuuska vaikuttaa myös haitallisesti suunterveyteen aiheuttamalla limakalvovaurioita (Andersson & Warfvinge 2003) ja ienten vetäytymistä (Wickholm ym. 2012). Nuorena aloitetun nuuskaamisen vaikutuksista ei ole toistaiseksi tietoa, koska pitkäaikaiset seuranta tutkimukset puuttuvat. Savuttomien tupakkatuotteiden käytöstä seuraavia terveysvaikutuksia on kuitenkin vaikeaa arvioida ja erottaminen tupakoinnin aiheuttamista terveyshaitoista on haastavaa, koska käyttäjät ovat usein myös polttaneet savukkeita elämänsä aikana (Tomar 2007).

Nuuskan sisältämä nikotiini heikentää verenkiertoa sydämessä ja lihaksistossa. Lisäksi se aiheuttaa lihasvoiman heikentymistä ja anaerobinen kynnyksen saavutetaan harjoituksessa aiemmin. (Chagué ym. 2015.) Nuuska nostaa myös sydämen sykettä ja verenpainetta (Chagué ym. 2015; European Commission 2008, 10), minkä vuoksi sydän rasittuu enemmän. Lisäksi nuuskan käytön yhteydestä loukkaantumisiin on viitteitä (Heir & Eide 1997; Karhola 2013, 25, 30; Kujanpää 2011). Naissalibandy pelaajien tuki- ja liikuntaelämisen vammojen riskitekijöitä selvittäneessä tutkimuksessa todettiin merkittävä yhteys nuuskan käytön ja vakavimpien vammojen välillä (Kujanpää 2011). Nuuskan sisältämä nikotiini aiheuttaa myös voimakasta riippuvuutta ja sen myötä vieroitusoireita (WHO 2007, 277–78), joiden vaikutusta urheilu suoritus on olisi perusteltua tutkia. Nikotiinin on

todettu kuitenkin myös parantavan keskittymiskykyä ja ketteryyttä, edistävän painonpudotusta, nostavan kipukynnystä sekä viivästyttävän väsymyksen tunteen havaitsemista, mistä saattaa olla hyötyä monissa eri urheilulajeissa. Nikotiinin luokittelemista doping-aineeksi on suositeltu edellä mainittujen suorituskykyä parantavien tekijöiden vuoksi. (Chagué ym. 2015.)

Nuorten nuuskakokeilujen yleisimpinä syinä ovat olleet aiempien tutkimusten perusteella uteliaisuus ja kokeilun halu sekä kavereiden nuuskaaminen (Salomäki & Tuisku 2013, 12; Uosukainen 2000, 22). Ruotsalaisista nuuskaavista pojista 77 prosenttia kertoi kavereiden nuuskan käytön vaikuttaneen aloittamiseen (Rolandsson ja Hugoson 2001) ja myös naisurheilijoita koskeneessa ruotsalaistutkimuksessa havaittiin kavereiden olevan merkittävin nuuskan käytön aloittamiseen vaikuttava tekijä (Rolandsson ym. 2014). Nuuskan käytön syistä esiin ovat nousseet yleisimmin halu rentoutua, kokemus nuuskan sopimisesta urheilijalle tupakkaa paremmin (Uosukainen 2000, 22), mielihyvän saaminen (Pitkänen 2006, 19) ja nuuskan käytön kokeeminen hyödylliseksi (Salomäki & Tuisku 2013, 17). Nuuskaa käytetään urheilulukiolaisten mukaan yleisimmin urheilu suoritus tai syömisen jälkeen sekä erilaisissa illanvietoissa, erityisesti alkoholin käytön yhteydessä (Uosukainen 2000). Nuorten mukaan nuuskaaminen on yleistä myös koulupäivän aikana; nuuskaa käytetään sekä oppitunneilla että välitunneilla (Salomäki & Tuisku 2013, 17, 22). Nuuskan käytön ja kokeilujen lisääntymisen vuoksi on myös tärkeää tutkia sen taustalla olevia syitä, jotta voitaisiin ymmärtää paremmin, mistä käytön lisääntyminen johtuu ja millä keinoin siihen voidaan vaikuttaa.

Aiemman tutkimustiedon mukaan seuravalmentajat suhtautuvat ristiriitaisesti terveyskasvatukseen osana valmentamista: terveyttä pidetään tärkeänä asiana, mutta sen edistämiseen ei erityisesti keskitytä. Valmentajien ja nuorten urheilijoiden arviot valmentajien terveyskasvatusaktiivisuudesta eroavat toisistaan, sillä urheilijat arvioivat valmentajien terveyskasvatusaktiivisuuden merkittävästi alhaisemmaksi verrattuna valmentajien itsearvioon. (Kokko ym. 2015.) Nuuskan käyttöön suhtautuminen, säännöt nuuskaamista koskien ja nuuskattomuuden edistämistä koskevat käsitykset vaihtelevat eri valmentajien välillä (Kekki & Palmi 2008; Salomäki & Tuisku 2013, 52–55). Jääkiekkovalmentajia käsitellessä tutkimuksissa ilmeni, että valmentajilla oli vähemmän tietämystä nuuskan haittavaikutuksista verrattuna muihin päihteisiin (Salomäki & Tuisku 2013, 55) ja alle neljännes oli käsitellyt nuuskaan liittyviä asioita neljä kertaa tai useammin joukkueen kanssa (Kokko & Kannas, 2004). Yli 90 prosenttia jääkiekkovalmentajista kuitenkin koki valmentajalla olevan hyvät mahdollisuudet vaikuttaa nuorten terveyskäyttäytymiseen (Kokko & Kannas 2004).

Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää nuorten suomalaisten A- ja B-ikäisten salibandy lisenssipelaajien nuuskakokeilujen ja nuuskan käytön yleisyyttä. Lisäksi tutkimuksessa vertailtiin eroa- vatko poikien ja tyttöjen sekä A- ja B-junioreiden nuuskakokeilujen sekä nuuskan käytön yleisyys toisistaan. Tutkimuksen tarkoituksena oli myös tutkia nuuskan käyttöön yhteydessä olevia tekijöitä, kuten nuuskan käytön syitä, käyttötilanteita sekä tarkastella nuuskan käytön lopettamiseen kannustavia tekijöitä. Lisäksi selvitettiin pelaajien kokemuksia siitä, miten salibandyjoukkueissa valmentajat ja huoltajat suhtautuvat nuuskaan, sekä sen yhteyttä nuorten nuuskaamiseen. Tutkimus on osa Suomen Salibandyliiton ennaltaehkäisevää antidopingtyötä. Salibandyliitto on kieltänyt kilpailusäännöissään nuuskan käytön liiton alaisissa ottelutapahtumissa. Lisäksi seuroja veloitetaan huolehtimaan siitä, ettei urheiluun liittyvissä tilanteissa nuorisolle välitetä myönteistä kuvaa tupakkatuotteiden käytöstä tai niiden liittymisestä urheiluun. (Suomen Salibandyliitto ry 2016b.) Nuuska-käsitteellä tarkoitetaan tässä tutkimuksessa Suomessa ylei-

simmin käytettyä ruotsalaista kosteaa nuuskaa (*smokeless tobacco, snus*). Suomessa savuttomien tupakkatuotteiden kuten nuuskan myynti tai välittäminen on kiellettyä, ja alle 18-vuotiailta myös tupakkatuotteiden hallussapito on kielletty (Tupakkalaki 549/2016, 51§, 118§).

TUTKIMUSAINEISTO JA MENETELMÄT

Tutkimusaineisto kerättiin sähköisen kyselylomakkeen avulla joulukuun 2016 ja tammikuun 2017 välisenä aikana. Kysely lähetettiin sähköpostitse Suomen Salibandynliiton yhteystietolistan perusteella kaikille valtakunnallisissa sarjoissa pelaaville A- ja B-juniorijoukkueille, joita oli yhteensä 66 joukkuetta (36 poikajoukkueita ja 30 tyttöjoukkuetta). Valtakunnallisiin sarjoihin osallistui (kaudella 2016–2017) joukkueita ympäri Suomen pohjoisinta Suomea lukuun ottamatta, sillä pohjoisimmat joukkueet olivat Oulusta. Ennen kyselyn täyttämistä joukkueiden yhteyshenkilöt tiedottivat pelaajien vanhemmille/huoltajille joukkueen osallistumisesta tutkimukseen heille toimitetun tiedotteen avulla. Pelaajat saivat täyttää kyselyn joko omalla ajallaan tai harjoitusten yhteydessä valmentajan tai joukkueen muun toimihenkilön johdolla. Pelaajia informoitiin kyselyyn vastaamisen vapaaehtoisuudesta, nimettömänä vastaamisesta ja vastausten luottamuksellisesta käsittelystä: vastauslomakkeita ei luovuteta valmentajille, seuroille eikä Salibandynliitolle.

Tutkimukseen vastasi yhteensä 449 juniori-ikäistä pelaajaa (poikia 302, tyttöjä 147, ikä 13–20 vuotta). Vastaajista B-junioreita oli 68 prosenttia ja A-junioreita 32 prosenttia. Suurin osa (61 %) vastaajista oli 16–17-vuotiaita ja kaikkien vastaajien keski-ikä oli 16,7 vuotta. Vastausprosenttia laskettaessa oletettiin jokaisessa joukkueessa olevan 15–20 pelaajaa, sillä joukkueiden pelaajamäärästä ei ole saatavissa tarkkaa tilastotietoa. Tällä perusteella arvioitu vastausprosentti oli 34–45 prosenttia, mitä voi pitää kohtuullisena kun huomioidaan, että kyseessä oli sähköpostitse lähetetty kysely.

Vastaajista 52 prosenttia ilmoitti pelaavansa SM-sarjassa, 39 prosenttia 1.divisioonassa ja 9 prosenttia pelasi alueellista sarjaa. Kyselylomake oli strukturoitu ja sen laadinnassa käytettiin apuna nuorten urheilijoiden nuuskan käyttöä käsitteleviä aiempia tutkielmia (Kulju & Kulju 2003 & Uosukainen 2000). Nuuskakokeilujen ja käytön yleisyyttä on selvitetty myös Nuorten terveystapatutkimuksissa (Kinnunen ym. 2017) ja Kouluterveyskyselyissä (Ollila & Ruokolainen 2016), mutta näissä ei ole kysytty käytön syitä tai käyttötilanteita. Aikaisemmin esimerkiksi Kokko ym. (2003; 2004; 2015) ovat tutkineet nuuskan käyttöön suhtautumista urheiluseuratoiminnassa valmentajien terveyskasvatusaktiivisuuden näkökulmasta. Vastaavia pelaajille suunnattuja kyselyitä ei ollut tiedossa, joten joukkueen toimintatapoja ja valmentajien suhtautumista koskevat kysymykset ja vastausvaihtoehdot laadittiin tätä tutkimusta varten käyttäen Kokon ym. (2003; 2004; 2015) tutkimuksia viitekehystenä. Vastaajille tarjottiin suuressa osassa vaihtoehtokysymyksiä myös vapaa vastauskohta. Kysely esitettiin kahdella juniorijoukkueella kysymyksien sekä vastausvaihtoehtojen ymmärrettävyyden tarkastelemiseksi.

Pelaajien nuuskakokeilujen ja käytön yleisyyttä selvitettiin seuraavilla kysymyksillä: *Oletko koskaan kokeillut nuuskaamista? (Kyllä / en) ja Kuinka usein käytät nuuskaa tällä hetkellä? (1=Päivittäin, 2=Muumman kerran viikossa, 3=Kerran viikossa, 4=Noin kerran kuukaudessa, 5= En käytä nuuskaa enää/tällä hetkellä)* Nuuskan käytön useutta koskevista vaihtoehdoista yhdistettiin analyysivaiheessa viikoittaista käyttöä koskeneet vaihtoehdot 2 ja 3. Lisäksi myöhempiin analyysiin vastaajat jaettiin nuuskaa säännöllisesti käyttäviin (vähintään kerran viikossa) ja muihin. Nuuskakokeilujen alkamisikää tutkittiin kysymyksellä: *Minkä ikäisenä kokeilit nuuskaa ensimmäisen kerran?* Nuuskakokeilujen ja käytön syistä kerättiin tietoa kysymyksillä: *Mitä seuraavista tekijöistä vaikuttivat siihen, että kokeilit nuuskaa?, Mitkä*

syöt vaikuttavat nuuskan käyttöösi? ja Mitkä urheiluun liittyvät syyt vaikuttavat nuuskan käyttöösi? Nuuskan käyttötilanteita selvitettiin kysymyksillä: *Missä tilanteissa käytät nuuskaa? ja Missä urheiluun liittyvissä tilanteissa käytät nuuskaa?* Pelaajat saivat valita kaikki sopivat vastausvaihtoehdot (taulukot 2, 3 ja 4) ja jokaisessa kysymyksessä oli lisäksi avoin vastauskohta.

Pelaajien nuuskan käytön lopettamisyhteyksiä selvitettiin kysymyksellä: *Oletko yrittänyt lopettaa nuuskan käyttöä? (1=Kyllä ja 2=En)*. Lisäksi mahdollisia lopettamiseen kannustavia tekijöitä selvitettiin kysymyksellä: *Mitkä seuraavista olisivat syitä, joiden vuoksi voisit lopettaa nuuskan käytön?* (kuvio 1). Annettujen vaihtoehtojen lisäksi oli mahdollista kirjata syy myös avoimeen vastauskohtaan. Kaikkien edellä kuvattujen kysymysten ja vaihtoehtojen laadinnassa hyödynnettiin urheilulukiolaisten nuuska- ja tupakointitottumuksia selvittäneiden tutkielmien kyselylomakkeita (Kulju & Kulju 2003; Uosukainen 2000).

Pelaajien kokemuksia nuuskan käyttöön suhtautumisesta salibandyn juniorijoukkueissa tutkittiin kysymyksillä: *Miten nuuskan käytöstä on sovittu joukkueen ja valmentajien kesken? ja Ovatko joukkueesi valmentajat/huoltajat kertoneet nuuskan käytön haitoista? Valmentajien/huoltajien puuttumista nuuskan käyttöön selvitettiin kysymyksellä: Miten joukkueesi valmentajat/huoltajat suhtautuvat, jos näkevät nuuskan käyttöä joukkueen tapahtumissa? (1=Kieltevä, jos näkevät nuuskan käyttöä, 2=Eivät kiellä, jos näkevät nuuskan käyttöä, 3=En osaa sanoa)*. Nuuskan käytöstä mahdollisesti tulevia seuraamuksia tutkittiin kysymyksellä: *Jos nuuskan käyttö on kielletty joukkueen tapahtumissa, tuleeko siitä seuraamuksia? (1=Kyllä, mitä seuraamuksia?, 2=Ei, 3=En osaa sanoa)*. Joukkueen tapahtumilla tarkoitettiin kysymyksissä harjoituksia, pelejä, pelimatkoja ja muita joukkueen yhteisiä kokoontumisia. Vastaajilla oli mahdollisuus kertoa avoimessa vastauskohdassa, mitä seuraamuksia kiellon rikkomisesta seuraa.

Aineiston analysoinnissa käytettiin IBM SPSS Statistics 24-ohjelmaa. Pelaajien nuuskakokeiluja ja nuuskan käyttöä sekä niihin vaikuttavia tekijöitä kuvailtiin frekvenssien ja prosenttijakaumien avulla. Eroja sukupuolten ja ikäluokkien nuuskaamisessa tarkasteltiin ristiintaulukoinnilla ja khiin neliö-testillä. Lisäksi logistisen regressioanalyysin avulla selvitettiin, ennustiko valmentajien tai huoltajien suhtautuminen pelaajien nuuskakokeiluja tai nuuskan käyttöä. Avointen vastauksien analysoinnissa laskettiin mainintojen frekvenssit. Nuuskakokeilujen ja käytön yleisyyttä tarkasteltiin erikseen tyttöjen ja poikien sekä A- ja B-ikäisten ryhmissä. Lisäksi nuuskakokeilujen syitä tarkasteltiin sekä tytöillä että pojilla. Sen sijaan nuuskan käyttöön yhteydessä olevia tekijöitä analysoitiin vain pojilla, jotka käyttivät nuuskaa säännöllisesti (vähintään kerran viikossa). Tyttöissä tällaisia käyttäjiä ei ollut.

TULOKSET

Nuuska-kokeilujen ja nuuskan käytön yleisyys

Salibandyjunioreista 39 prosenttia kertoi kokeilleensa nuuskaa. Pojista yli puolet (52 %) oli kokeillut nuuskaa, mutta tytöillä nuuskakokeilut (13 %) olivat selvästi harvinaisempia ($p < 0,001$) (taulukko 1.). A-junioreiden nuuskakokeilut (45 %) olivat hieman yleisempiä verrattuna B-ikäisiin (37 %) pelaajiin, mutta ero ei ollut tilastollisesti merkitsevä ($p = 0,092$) (taulukko 1). Sekä poikien että tyttöjen ensimmäinen kokeilukerta oli keskimäärin 15-vuotiaana (pojat $ka = 15,08$, tytöt $ka = 15,26$). Kuitenkin nuuskaa kokeilleista pelaajista kolmannes oli kokeillut nuuskaa jo alle 15-vuotiaana.

Kaikista kyselyyn vastanneista pojista 21 prosenttia ilmoitti käyttävänsä nuuskaa tällä hetkellä säännöllisesti eli vähintään viikoittain (taulukko 1). Päivittäin nuuskaa käytti 16 prosenttia pojista. Tyttöjen nuuskan käyttö erosi poikien käytöstä ($p < 0,001$) ollen hyvin harvi-

TAULUKKO 1. Nuuskakokeilujen ja nuuskan käytön yleisyys salibandy junioripelaajilla (n=449).

| | Kaikki n=449 | | Tytöt n=147 | | Pojat n=302 | | p-arvo | A-juniorit n=145 | | B-juniorit n=304 | | p-arvo |
|--|-----------------|------|----------------|------|----------------|------|--------|---------------------|------|---------------------|------|--------|
| | n | % | n | % | n | % | | n | % | n | % | |
| Nuuskakokeilut | | | | | | | | | | | | |
| On kokeillut | 176 | 39,2 | 19 | 12,9 | 157 | 52,0 | <0,001 | 65 | 44,8 | 111 | 36,5 | 0,092 |
| Nuuskan käyttö | | | | | | | | | | | | |
| Päivittäin | 48 | 10,7 | 0 | 0 | 48 | 15,8 | | 21 | 14,5 | 27 | 8,9 | |
| Viikoittain | 16 | 3,6 | 0 | 0 | 16 | 5,3 | | 4 | 2,8 | 12 | 3,9 | |
| Noin kerran kk | 12 | 2,8 | 3 | 2,0 | 9 | 3,0 | | 5 | 3,4 | 7 | 2,3 | |
| Säännöllisesti, vähintään viikoittain käyttävät yht. | 64 | 14,3 | 0 | 2,0 | 64 | 21,2 | <0,001 | 25 | 17,2 | 39 | 12,8 | 0,221 |

TAULUKKO 2. Nuuskaa kokeilleiden salibandy junioripelaajien (n=176) syyt nuuskakokeiluun.

| Nuuskan kokeilun syyt | Kaikki kokeilleet (n=176) | | Tytöt (n=19) | | Pojat (n=157) | |
|--|------------------------------|------|-----------------|------|------------------|------|
| | f | % | f | % | f | % |
| Halusin kokeilla, miltä nuuskan käyttö tuntuu | 135 | 76,7 | 14 | 73,7 | 121 | 77,1 |
| Joukkuekaverit tarjosivat | 39 | 22,2 | 2 | 10,6 | 37 | 23,6 |
| Pelaajaidolit käyttävät | 7 | 4,0 | 0 | 0 | 7 | 4,5 |
| Valmentajat tai huoltajat käyttävät | 6 | 3,4 | 0 | 0 | 6 | 3,8 |
| Perheenjäsenet käyttävät | 6 | 3,4 | 0 | 0 | 6 | 3,8 |
| Nuuskan käyttö kuuluu mielestäni salibandy pelaajan tapoihin | 1 | 0,6 | 0 | 0 | 1 | 0,6 |
| Muu syy, mikä? | 24 | 13,6 | 5 | 26,3 | 19 | 0,12 |

naista ja satunnaista, sillä ainoastaan 3 tyttöä (2 %) kertoi käyttävänsä nuuskaa noin kerran kuukaudessa. A-junioreilla viikoittainen nuuskan käyttö (17 %) oli hieman yleisempää verrattuna B-junioreihin (13 %), mutta ero ei ollut tilastollisesti merkitsevää (p=0,221). Huomionarvioista on, että nuuskaa kokeilleista pojista (n=157) tutkimus- hetkellä nuuskaa käytti säännöllisesti viikoittain 41 prosenttia, eli varsin monen kohdalla kokeilusta oli seurannut pysyvämpi käyttö.

Nuuskan kokeilun ja käytön syyt

Yli 70 prosenttia nuuskaa kokeilleista pojista ja tytöistä vastasi syyn kokeiluun olleen halu tietää, miltä nuuskan käyttö tuntuu (taulukko 2). Seuraavaksi yleisimmäksi syyksi mainittiin se, että joukkuekaverit tarjosivat (22 %). Muihin kokeilun syihin ja vapaaseen vastauskenttään tuli 24 mainintaa ja näistä yleisimpiä olivat joukkueen ulkopuolelta tulevien kavereiden, esimerkiksi koulukavereiden nuuskatarjoukset ja käyttö.

Nuuskan käytön syitä tarkasteltiin vain niiden vastaajien kohdalla, jotka käyttivät nuuskaa säännöllisesti, vähintään viikoittain (n=64) ja he olivat kaikki poikia. Kyselyssä nimetyistä yleisistä syistä ”halu rentoutua” mainittiin selvästi useimmin (81 %) perusteluksi käytölle (taulukko 3). Lisäksi nuuskaa käytettiin, koska sen koettiin piristävän (39 %), auttavan keskittymisessä (39 %) ja olevan terveellisempää kuin tupakan (36 %).

Urheiluun liittyvistä syistä eniten mainintoja sai se, että nuuskan

käytöstä ei koettu olevan haittaa urheilussa (taulukko 3). Tähän uskoi yli 60 prosenttia nuuskaa käyttävistä pojista. Nuuskaamisen ei kuitenkaan uskottu yleisesti parantavan suorituskykyä, sillä vain 5 prosenttia pojista ilmoitti käyttävänsä nuuskaa tästä syystä. Useampi kuin joka kolmas pojista vastasi käyttävänsä nuuskaa, koska joukkuekaveritkin käyttävät. Muihin syihin ja vapaaseen vastauskenttään tuli yhteensä 9 mainintaa, joissa pelaajat kertoivat nuuskaamisen olevan tapa, tuottavan hyvää oloa ja fiilistä tai etteivät tiedä nuuskaamisen syytä.

Nuuskan käyttötilanteet

Yleisistä nuuskan käyttötilanteista eniten mainintoja saivat: pelikonsolien pelaamisen yhteydessä (84 %) sekä illanviettojen (81 %) ja alkoholin käytön yhteydessä (80 %) tapahtuva nuuskaaminen (taulukko 4). Yli 60 prosenttia nuuskaa säännöllisesti käyttävistä pojista kertoi käyttävänsä nuuskaa myös koulussa oppituntien aikana. Urheiluun liittyvistä käyttötilanteista eniten mainintoja sai pelimatkat. Nuuskaa säännöllisesti käyttävistä pojista peräti 89 prosenttia ilmoitti käyttävänsä nuuskaa pelimatkoilla, esimerkiksi bussissa ja 73 prosenttia kertoi nuuskaavansa urheilusuoritusten jälkeen. Nuuskan käyttö urheilussa eli pelien tai harjoitusten aikana sen sijaan oli harvinaisempaa. Muihin käyttötilanteisiin ja vapaaseen vastauskenttään tuli 7 mainintaa, jotka pitivät sisällään ottelujen erätauoilla, yleensä vapaa-ajalla ja saunassa tapahtuvan nuuskan käytön.

Nuuskan käytön lopettamiseen kannustavat tekijät

Nuuskaa säännöllisesti käyttävistä pojista yli puolet (53 %) oli yrittänyt lopettaa käytön. Runsas 80 prosenttia nuuskaa käyttävistä pojista olisi valmis lopettamaan nuuskan käytön, jos terveys niin vaatisi (kuvio 1). Noin puolet pelaajista voisi lopettaa nuuskan käytön, jos siihen ei olisi rahaa, urheilussa menestyminen vaatisi lopettamista tai jos saisi nuuskan käytön jatkuessa potkut joukkueesta. Kavereiden merkitys lopettamisessa näyttää tämän tutkimuksen perusteella vähäiseltä, sillä vain 5 vastaajaa (8 %) mainitsi, että kavereiden nuuskan käytön lopettamisella olisi vaikutusta omaan lopettamiseen. Myöskään vanhempien (19 %) tai valmentajien (16 %) vaatimuksilla ei pelaajien vastausten perusteella ollut kovin yleisesti vaikutusta lopettamispäätöksiin. Tyttö- tai poikakaverin mielipiteellä sen sijaan oli yleisimmin merkitystä, sillä puolet pelaajista (48 %) voisi lopettaa nuuskan käytön seurustelukumppanin pyynnöstä. Myös avoimessa vastauskohdassa lopettamispöytäkirjojen syiksi mainittiin useimmin terveyteen liittyvät tekijät, kuten hampaiden ja ikenien vahingoittuminen, sekä rahanmeno. Sitä, miksi pelaajat eivät olleet yrittäneet lopettaa nuuskaamista, perusteltiin etenkin sillä, ettei lopettamiselle ollut koettu tarvetta eikä nuuskasta koettu riippuvuutta.

TAULUKKO 3. Syyt, jotka vaikuttavat säännöllisesti nuuskaa käyttävien salibandyn poikajuniorien (n=64) nuuskaamiseen (mainintojen määrät frekvensseinä ja prosentteina).

| Nuuskan käytön syyt | Säännöllisesti nuuskaa käyttävät pojat (n=64) | |
|--|---|------|
| | f | % |
| Yleiset syyt | | |
| Halu rentoutua | 52 | 81,3 |
| Koen nuuskan piristävän | 25 | 39,1 |
| Koen nuuskan auttavan keskittymisessä | 25 | 39,1 |
| Mielestäni nuuska on terveellisempi vaihtoehto tupakalle | 23 | 35,9 |
| Vieroitusoireiden välttäminen | 10 | 15,6 |
| Koen saavani apua nuuskasta tupakoinnin lopettamiseen | 3 | 4,7 |
| Urheiluun liittyvät syyt | | |
| Mielestäni nuuskan käytöstä ei ole haittaa urheilussa | 41 | 64,1 |
| Joukkuekaverit käyttävät | 23 | 35,9 |
| Valmentajat/huoltajat käyttävät | 7 | 10,9 |
| Pelaajaidolit käyttävät | 3 | 4,7 |
| Koen nuuskan käytön parantavan suorituskykyä urheilussa | 3 | 4,7 |
| Muu syy, mikä? | 9 | 14,1 |

TAULUKKO 4. Säännöllisesti nuuskaa käyttävien salibandyn poikajuniorien (n=64) mainitsemat nuuskan käyttötilanteet frekvensseinä ja prosentteina.

| Nuuskan käyttötilanteet | Säännöllisesti nuuskaa käyttävät pojat (n=64) | |
|--|---|------|
| | f | % |
| Yleiset nuuskan käyttötilanteet | | |
| Pelikonsolien pelaamisen yhteydessä | 54 | 84,4 |
| Illanvietoissa/juhliissa | 52 | 81,3 |
| Alkoholin käytön yhteydessä | 51 | 79,7 |
| Televisiota/elokuvia katsellessa | 44 | 68,8 |
| Koulussa oppitunneilla | 41 | 64,1 |
| Ruokailun jälkeen | 33 | 51,6 |
| Ennen nukkumaanmenoa | 33 | 51,6 |
| Koulutehtäviä tehdessä | 27 | 42,2 |
| Sairaana | 19 | 29,7 |
| Urheiluun liittyvät nuuskan käyttötilanteet | | |
| Pelimatkoilla esim. bussissa | 57 | 89,1 |
| Urheilusuorituksen jälkeen | 47 | 73,4 |
| Treenien yhteydessä pukuhuoneessa | 28 | 43,8 |
| Harjoitusten aikana | 10 | 15,6 |
| Pelin aikana | 4 | 6,3 |
| Muu tilanne, mikä? | 7 | 10,9 |

Nuuskan käyttöön suhtautuminen salibandyn juniorijoukkueissa

Kaikista pelaajista (n=449) lähes puolet (45 %) vastasi, ettei nuuskan käytöstä joukkueen tapahtumissa ole erityisesti sovittu. Nuuskaamisen kertoi olevan kiellettyä joukkueen tapahtumissa noin puolet tytöistä (48 %) ja kolmannes pojista (28 %) (p<0,001). Pojista 25 prosenttia ilmoitti pelaajien käyttävän nuuskaa kiellosta huolimatta joukkueen tapahtumissa ja 18 poikaa (6 %) kertoi nuuskan käytön olevan joukkueessa sallittua. Tytöistä ainoastaan kaksi ilmoitti käyttötään tapahtuvan kiellosta huolimatta, eikä kukaan pitänyt sitä sallittuna. Yksi kymmenestä pelaajasta kertoi nuuskakiellon rikkomisesta tulevan seuraamuksia. Vapaassa vastauskohdassa pelaajat mainitsivat seuraamuksiksi yleisimmin rahalliset sakkorangaistukset, peli- tai harjoituskiellot sekä vanhemmille ilmoittamisen.

Pojista 18 prosenttia ja tytöistä 7 prosenttia kertoi valmentajien tai joukkueen huoltajien kertoneen nuuskan käytön haitoista (p<0,001). Pojille oli siis kerrottu hieman useammin nuuskan haitoista kuin tytöille, mutta kaiken kaikkiaan tätä oli tapahtunut varsin vähän. Noin puolet pelaajista ei osannut sanoa, miten valmentajat tai joukkueen huoltajat suhtautuisivat, jos näkisivät nuuskaamista joukkueen tapahtumissa. Kuitenkin 45 prosenttia uskoi valmentajien tai huoltajien kieltävän nuuskan käytön, jos sitä havaitisivat.

Logistisen regressioanalyysin mukaan pelaajat, joiden joukkueissa nuuskaamista ei ollut kielletty, olivat kokeilleet nuuskaa vajaat kaksi kertaa suuremmalla todennäköisyydellä (OR: 1,60; CI:1,06–2,40) kuin pelaajat, joiden joukkueissa käyttö oli kielletty. Nuuskan käyttökiellolla joukkueessa ei kuitenkaan ollut yhteyttä pelaajien säännölliseen nuuskan käyttöön. Myöskään se, olivatko valmentajat kertoneet joukkueelle nuuskan haitoista vai eivät, ei ollut yhteydessä pelaajien nuuskakokeiluihin tai nuuskan säännölliseen käyttöön.

POHDINTA JA JOHTOPÄÄTÖKSET

Salibandya pelaavista pojista yli puolet (52 %) oli kokeillut nuuskaa ja sitä käytti viikoittain runsas viidennes (21 %). Tyttöillä nuuskakokeilut (13 %) olivat selvästi harvinaisempia, eikä tutkimuksissa ollut viikoittain nuuskaa käyttäviä tyttöjä lainkaan. Tulosten perusteella voidaan todeta, että vähintään viikoittain nuuskaa käyttävien salibandyn poikajuniorien osuus (21 %) on suurempi kuin, Nuorten terveystapatutkimuksessa nuuskaa päivittäin tai satunnaisesti käyttävien 14–18-vuotiaiden poikien osuus (13 %). (Kinnunen ym. 2017.) Tyttöillä vastaavaa eroa salibandyä pelaavien ja muiden nuorten välillä ei ollut havaittavissa. Salibandya pelaavien poikien nuuskan käytön yleisyys näyttää olevan varsin lähellä 15–16-vuotiailla jääkiekkounioreilla havaittua 25 prosentin osuutta (Pitkänen 2006). Yleisyyttä koskevat tutkimustulokset ovat samansuuntaisia aikaisempien tutkimusten kanssa, joissa on todettu poikien nuuskakokeilujen ja käytön olevan yleisempää verrattuna tyttöihin (Kinnunen ym. 2017; Ollila & Ruokolainen 2016) sekä nuuskan käytön olevan yleistä urheilijoiden ja erityisesti joukkuelajien harrastajien keskuudessa (Alaranta ym. 2006; Haukkala ym. 2005; Ng ym. 2017; Pitkänen 2006).

Tutkimuksessa havaittiin joukkuekavereiden nuuskan tarjoamisen ja käytön olevan yleinen syy pelaajien nuuskakokeiluihin sekä nuuskan käyttöön. Myös aiemmissa tutkimuksissa on todettu kavereilla olevan voimakas vaikutus nuorten nuuskaamiseen (Pitkänen 2006; Rolandsson ym. 2014; Rolandsson & Hugoson 2001; Salomäki & Tuisku 2013, 50). Nuuskan käytöstä kieltäytyminen näyttää olevan vaikeampaa, jos tarjous tulee omasta viiteriymästä (Salomäki ja Tuisku 2013, 50). Nuuskan käytön suosiota joukkueurheilijoiden keskuudessa on selitetty esimerkiksi joukkueen jäsenen välisellä yhteisöllisyydellä (Rolandsson ym. 2014). Joukkue muodostuu usein tiiviiksi ryhmäksi, johon halutaan kuulua, ja jonka kulttuurin mu-



KUVIO 1. Syyt, joiden takia nuuskaa säännöllisesti käyttävät salibandyn poikajuniorit (n=64) voisivat lopettaa nuuskaamisen (prosentteina, kuinka moni pelaaja on maininnut syyn).

TAULUKKO 5. Nuuskakokeilujen ja nuuskan käytön todennäköisyys (OR, 95% CI) salibandyn junioripelaa-jilla, joiden joukkueissa a) käyttö on kielletty tai ei ole kielletty ja b) joiden valmentajat ovat kertoneet tai eivät ole kertoneet nuuskan haitoista (binäärinen logistinen regressioanalyysi).

| | Nuuskakokeilut | | Nuuskan käyttö | |
|---|----------------|------------------|----------------|-----------|
| | OR | 95% CI | OR | 95% CI |
| Nuuskan käyttö on kielletty joukkueessa | 1,0 | | 1,0 | |
| Nuuskan käytöstä ei sovittu tai on sallittu | 1,60 | 1,06–2,40 | 0,55 | 0,30–1,01 |
| Valmentajat ovat kertoneet nuuskan haitoista | 1,0 | | 1,0 | |
| Valmentajat eivät ole kertoneet nuuskan haitoista | 1,11 | 0,64–1,94 | 0,74 | 0,32–1,72 |

kaan halutaan toimia. Kavereiden nuuskan käytön lopettaminen ei silti olisi pelaajien mukaan vaikuttanut monenkaan (8 %) omaan lopettamispäätökseen. Tyttö- tai poikaystäväni lopettamisvaatimuksen olisi jo yli puolet pelaajista kokenut tärkeäksi. Tulos on osittain ristiriitainen esimerkiksi nuorten tupakoinnin lopettamista koskevan tutkimuksen kanssa, jossa todettiin kavereiden tupakan polton lopettamisen ennustavan merkittävästi nuoren tupakoinnin lopettamista (Paavola ym. 2001). Vanhempien tai valmentajien nuuskan käytön lopettamisvaatimukset vaikuttaisivat tutkimuksen mukaan vain noin viidenneksen lopettamiseen. Tulos voi osaltaan kertoa ikäkaudelle tyypillisestä suhtautumisesta vanhempiin auktoriteetteihin ja nuoren voimistuvasta tarpeesta autonomiaan ja pyrkimyksestä päättää itse valinnoistaan (Noom ym. 2001).

Lähes puolet vastaajista kertoi, ettei nuuskan käytöstä joukkueen tapahtumissa ole sovittu ja pelaajista ainoastaan kolmannes vastasi valmentajien tai joukkueen huoltajien puuttuvan nuuskan käyttöön sitä nähdessään. Aiempien tutkimusten mukaan jääkiekkovalmentajilta kysyttäessä jopa 82 prosenttia kertoi sopineensa nuuskattomu-

desta joukkueen kanssa (Kokko 2003, 53) ja jääkiekkopelaajista 66 prosenttia ilmoitti, että nuuskan käytöstä on sovittu (Kekki & Palmi 2008). Salomäen ja Tuiskun (2013, 54) mukaan nuoret urheilijat toivovat itse, että päihteiden käytöstä olisi urheiluharrastuksessa selkeät säännöt. Tässä tutkimuksessa todettiin, että pelaajien nuuskakokeilujen todennäköisyys oli hieman suurempi joukkueissa, joissa käyttöä ei ollut kielletty. Tulosta tulkittaessa on huomioitava, ettei taustalla ole välttämättä yksiselitteisesti vain kiello ja sen tehoaminen. Nuuskan käyttökielto voi heijastella myös laajemmin joukkueen toimintakulttuuria, sekä valmentajien ja huoltajien välittämiä asenteita koskien sekä nuuskaa että heidän kasvatusvastuutaan nuorien pelaajien suhteen.

Koska tulosten mukaan salibandya pelaavista pojista yli puolet oli kokeillut nuuskaa ja joka viides nuuskasi säännöllisesti, tulisi siihen jatkossa puuttua nykyistä suunnitelmallisemmin ja konkreettisemmillä toimenpiteillä. Esimerkiksi salibandyvalmentajille ja joukkueen toimihenkilöille suunnatun nuuskaan liittyvän lisäkoulutuksen tarvetta on syytä arvioida. Suurin osa pelaajista ilmoitti, etteivät valmentajat tai huoltajat olleet kertoneet heille nuuskan käytön haitoista. Lisäksi yli 60 prosenttia nuuskaa säännöllisesti käyttävistä poikajuniorista oli sitä mieltä, ettei nuuskan käytöstä ole haittaa urheilussa. Voidaan siis suositella, että salibandyn juniorijoukkueissa keskusteltaisiin nuuskan käytön haitoista nykyistä enemmän, luotaisiin selkeät säännöt koskien nuuskattomuutta joukkueen tapahtumissa ja pyritäisiin valvomaan niiden noudattamista. Erityistä huomiota tulisi kiinnittää pelimatkojen aikaiseen käyttäytymiseen, sillä ne osoittautuivat yhdeksi yleisimmistä nuuskan käyttötilanteista. Nuuskakokeilut alkoivat tulosten mukaan osalla pelaajista jo 13–14-vuoden iässä, joten keskustelua nuuskaan liittyvistä asenteista, mielikuvista ja nuuskan haittavaikutuksista on tarpeen käydä jo tässä ikävaiheessa. Nuorten aivot ovat vielä kehitysvaiheessa ja sen vuoksi erityisen alttiit nikotiinin vaikutuksille (Yuan ym. 2015).

Tulosten tulkinnan kannalta on huomioitava, että kyselyyn saatiin selvästi enemmän vastauksia pojilta (n=302) kuin tytöiltä (n=147). Tähän osasyynä on tyttöjen valtakunnallisissa sarjoissa pelaavien joukkueiden pienempi määrä, ja muutenkin pienempi salibandyn harrastajamäärä verrattuna poikiin. Lisäksi vastauksia saatiin enemmän B-juniorilta (n=304) kuin A-juniorilta (n=145). Nuuskan käytön syitä ja tilanteita oli mahdollista tarkastella vain poikien osalta, koska tytöissä säännöllisesti, viikoittain nuuskaa käyttäviä ei ollut ja

ns. satunnaiskäyttäjäksi oli vain kolme. Tutkimuksessa rajauduttiin vain nuuskan käyttöön tutkimiseen, eikä salibandy pelaajilta kysyty tupakoinnista tai muiden tupakkatuotteiden käytöstä. Tuloksia tulkittaessa on otettava huomioon myös, että strukturoidut vastausvaihtoehdot ovat saattaneet ohjata vastaamista huolimatta siitä, että kyselyssä oli mahdollista käyttää myös avoimia vastauskohtia. Mahdollisuutta osallistua tutkimukseen tarjottiin kaikille A- ja B-ikäisten valtakunnallisissa sarjoissa pelaaville joukkueille, mutta osallistumisen vapaaehtoisuudesta johtuen lopullisen otoksen kattavuudesta ei ole varmaa tietoa. Kaiken kaikkiaan osallistujien määrää (n=449) voi pitää kuitenkin riittävänä ratkaisemaan asetettuja tutkimustehtäviä.

Nuuskan käyttöön suhtautumista salibandy juniorijoukkueissa tutkittiin ainoastaan pelaajien vastausten perusteella. Jatkossa olisi-kin syytä tutkia, miten salibandyvalmentajat ja joukkueiden huoltajat

tiedostavat nuuskan käytön terveyshaitat, ja millainen heidän oma suhtautumisensa nuuskan käyttöön on. Aiemmin nuuskaamisen on todettu olevan yleisempää korkeamman harrastustason sekä tulevaisuuden urheilutavoitteen omaavilla urheilijanuorilla (Kokko ym. 2011), joten erilaisten taustatekijöiden yhteyksiä salibandy nuorten nuuskan käyttöön tulisi myös selvittää. Myös aikuisikäisten salibandy pelaajien nuuskan käyttöä tulisi tutkia, jotta saataisiin laajempi kuva nuuskan käytön yleisyydestä lajin harrastajien keskuudessa. Nuuskaamisen vähentämistä ajatellen olisi tärkeää saada lisää tutkimustietoa nuuskan vaikutuksista erityisesti nuorilla sekä urheilijoiden suorituskyvyn näkökulmasta. Näytöt nuuskan suorituskykyä heikentävistä vaikutuksista ja yhteydestä loukkaantumisiin voisivat olla lopettamiseen kannustavia tekijöitä tavoitteellisesti urheilievien keskuudessa.

LÄHTEET

Alaranta, A., Alaranta, H., Patja, K., Palmu, P., Prättälä, R., Martelin, T. & Helenius, I. 2006. Snuff Use and Smoking in Finnish Olympic Athletes. *International Journal of Sports Medicine* 27 (7), 581–586.

Andersson G, Warfvinge G. 2003. The influence of pH and nicotine concentration in oral moist snuff on mucosal changes and salivary pH in Swedish snuff users. *Swedish Dental Journal* 27 (2), 67–75.

Arefalk, G., Hergens, M-P, Ingelsson, E., Ärnlov, J., Michaëlsson, K., Lind, L., Ye, W., Nyrén, O., Lambe, M. & Sundström, J. 2010. Smokeless tobacco and risk of heart failure: results from two Swedish cohorts. *European Journal of Preventive Cardiology* 19 (5), 1120–1127.

Diehl, K., Thiel, A., Zipfel, S., Mayer, J., Litaker, D.G. & Schneider, S. 2012. How healthy is the behavior of young athletes? A systematic literature review and meta-analyses. *Journal of Sports Science and Medicine*. 11, 201–220.

Chagué, F., Guenancia, C., Gudjoncik, A., Moreau, D., Cottin, Y. & Zeller. 2015. M. Smoke-less tobacco, sport and the heart. *Archives of Cardiovascular Diseases* 108 (1), 75–83.

European Commission. Scientific Committee on Emerging and Newly Identified Health Risks (SCENIHR). 2008. Health Effects of Smokeless Tobacco Products. http://ec.europa.eu/health/ph_risk/committees/04_scenihr/docs/scenihr_o_013.pdf Viitattu 20.2.2017.

Furberg, H., Lichtenstein, P., Pedersen, N.L., Bulik, C. & Sullivan, P. 2006. Cigarettes and oral snuff use in Sweden: prevalence and transitions. *Addiction* 101 (10), 1509–1515.

Haukkala, A., Vartiainen, E. & Vries, D. H. 2006. Progression of oral snuff use among Finnish 13–16-year-old students and its relation to smoking behaviour. *Addiction* 101 (4), 581–589.

Heir T. & Eide, G. 1997. Injury proneness in infantry conscripts undergoing a physical training programme: smokeless tobacco use, higher age, and low levels of physical fitness are risk factors. *Scandinavian Journal Medicine & Science in Sports* 7, 304–311.

Hergens, M-P, Lambe, M., Pershagen, G., Terent, A. & Ye, W. 2008. Smokeless tobacco and the risk of stroke. *Epidemiology* 19 (6), 794–799.

Huhtala, H., Rainio, S. & Rimpelä, A. 2006. Adolescent snus use in Finland in 1981–2003: trend, total sales ban and acquisition. *Tobacco Control* 15 (5), 392–397.

Karhola, L. 2013. Nuorten liikuntavammojen yleisyys sekä tapaturma-alttiit lajit koulussa, vapaa-ajalla ja urheiluseuroissa. Tampereen yliopisto. Lääketieteen yksikkö. Syventävien opintojen kirjallinen työ. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:uta-201310241515> Viitattu 20.2.2017.

Kekki, H-L. & Palmi, S. 2008. Nuorten kokemuksia terveyttä edistävästä valmennuksesta urheiluseuroissa. Jyväskylän yliopisto. Terveyskasvatuksen pro gradu-tutkielma. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:juu-200802281201> Viitattu 20.2.2017.

Kinnunen, J. M., Pere, L., Raisamo, S., Katainen, A., Ollila, H. & Rimpelä, A. 2017. Nuorten terveystapatutkimus 2017: Nuorten tupakkatuotteiden ja päihteen käyttö sekä rahapelaaminen. Sosiaali- ja terveysministeriön raportteja ja muistioita 2017:28. Viitattu 21.7.2017. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-00-3878-6>

Kokko S. 2003. Jyväskylän yliopisto. Terveyskasvatus juniorijääkiekossa. Tutki-

mus 12–16-vuotiaiden junioreiden valmentajien toteuttamasta terveyskasvatuksesta ja siihen liittyvistä käsitteistä. Terveyskasvatuksen pro gradu-tutkielma. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:juu-2003894624> Viitattu 26.3.2017.

Kokko, S. & Kannas, L. 2004. Terveyskasvatus etsii paikkaansa nuorten jääkiekkovalmennuksessa. *Liikunta ja tiede* 2004 (2) : 45–48.

Kokko, S., Villberg, J. & Kannas, L. 2011. Nuori urheilijan polulla. Nuori Suomi ry:n tilaustutkimus. Terveystieteiden tutkimuskeskus, Jyväskylän yliopisto.

Kokko, S., Villberg, J. & Kannas, L. 2015. Health Promotion in Sport Coaching: Coaches and Young Male Athletes' Evaluations on the Health Promotion Activity of Coaches. *International Journal of Sports Science & Coaching*: 10 (2–3), 339–352.

Kujanpää, J. 2011. Salibandyvammojen riskitekijät naispelaajilla. Tampereen yliopisto. Lääketieteen laitos. Syventävien opintojen kirjallinen työ. <http://urn.fi/urn:nbn:fi:uta-1-21821> Viitattu 17.2.2017.

Kulju, J. & Kulju, R. 2003. Jyväskylän yliopisto. Urheilulukiolaisten tupakan ja nuuskan käyttö. Liikuntapedagogiikan pro gradu-tutkielma. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:juu-2003894643> Viitattu 6.2.2017.

Martinsen, M. & Sundgot-Borgen, J. 2014. Adolescent elite athletes' cigarette smoking, use of snus, and alcohol. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*: 24 (2), 439–446.

Mattila, V. M., Raisamo, S., Pihlajamäki, H., Mäntysaari, M., & Rimpelä, A. 2012. Sports activity and the use of cigarettes and snus among young males in Finland in 1999–2010. *BMC Public Health* 12, 230.

Noom, M.J., Deković, M. & Meeus, W. 2001. Conceptual Analysis and Measurement of Adolescent Autonomy. *Journal of Youth and Adolescence* 30 (5), 577–595.

Ollila, H. & Ruokolainen, O. 2016. Tupakkatuotteiden yhteiskäyttö yläkouluissa ja toisen asteen oppilaitoksissa 2000–2015. Tutkimuksesta tiiviisti 2, helmikuu 2016. Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitos: Helsinki. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-302-612-4> Viitattu 19.2.2017.

Paavola, M., Vartiainen, E. & Puska, P. 2001. Smoking cessation between teenage years and adulthood. *Health Education Research* 16 (1), 49–57.

Pitkänen, S. 2006. Huvin ja urheiluhengen vuoksi? Suomen Jääkiekkoliiton valtakunnallinen juniorikiekkoilijoiden päihdekysely. Sosiaalikehitys Oy. http://www.finhockey.fi/junnu/oppaat_ja_materiaalit/terveyden_edistaminen/ Viitattu 6.11.2016.

Rolandsson, M. & Hugoson, A. 2001. Factors associated with snuffing habits among ice-hockey-playing boys. *Swedish Dental Journal* 25 (4), 145–54.

Rolandsson, M. & Hugoson, A. 2003. Changes in tobacco habits - A prospective longitudinal study of tobacco habits among boys who play ice hockey. *Swedish dental journal* Volume 27 (4), 175–184.

Rolandsson, M., Wagnsson, S. & Hugoson, A. 2014. Tobacco use habits among Swedish female youth athletes and the influence of the social environment. *International Journal of Dental Hygiene* 12 (3), 219–225.

Rosaar, A., Johansson, A.L.J., Sandborgh-Englund, G., Axéll, T. & Nyrén, O. 2008. Cancer and mortality among user and nonuser of snus. *International*

Journal of Cancer 123 (1), 168–173.

Salomäki, S.-M. & Tuisku, J. 2013. Nuorten käsityksiä ja kokemuksia nuuskasta ja nuuskan käytöstä - Nuuska nuorten maailmassa. Suomen Syöpäyhdistys ry.

Suomen Salibandyliitto ry. 2016a. Salibandyliiton jäsenrekisteri. <http://floorball.fi/salibandy-info/lajiesittely/tunnusluvut/> Viitattu 8.12.2016.

Suomen Salibandyliitto ry. 2016b. Suomen salibandyliiton kilpailusäännöt 2016–2017. 1.5.2016 - 30.4.2017. <http://floorball.fi/> Viitattu 6.2.2017.

Tomar, S. L. 2007. Epidemiologic perspectives on smokeless tobacco marketing and population harm. *American Journal of Preventive Medicine* 33 (6), 387–397.

Tupakkalaki 549/2016. <http://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2016/20160549> Viitattu 28.03.2017.

Uosukainen, J. 2000. Urheilulukiolaisten nuuskan käyttö. Jyväskylän yliopisto. Liikuntapedagogiikan pro gradu-tutkielma. Viitattu 6.2.2017. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:ju-2000858991>

Wickholm, S., Lahtinen, A., Ainamo, A. & Rautalahti, M. 2012. Nuuskan terveyshaitat. *Lääketieteellinen Aikakauskirja Duodecim* 128(10), 1089–1096.

World Health Organization. 2007. International Agency for Research on Cancer (IARC). Smokeless Tobacco and Some Tobacco-specific N-Nitrosamines. IARC Monographs on the Evaluation of Carcinogenic Risks to Humans 89, 57.

Yuan, M., Cross, S. J., Loughlin, S. E. & Leslie, F. M. 2015. Nicotine and the adolescent brain – Review. *The Journal of Physiology* 593 (16), 3397–3412.

Zendejdel, K., Nyrén, O., Luo, J., Dickman, P.W., Boffetta, P., Englund, A. & Ye, W. 2008. Risk of gastroesophageal cancer among smokers and users of Scandinavian moist snuff. *International Journal of Cancer* 122 (5), 1095–1099.