

# VESIPIIPPU

**VÄITTEITÄ  
JA FAKTAA**



# VESIPIIPPU

## - VÄITTEITÄ JA FAKTAA

**Vesipiippua polttavat** erityisesti nuoret ja nuoret aikuiset. Maustetut tupakkatuotteet ja entistä sirommat piippumallit ovat innostaneet yhä useampia nuoria kokeilemaan vesipiippua. Kokeilemiseen houkuttelee myös käytön sosiaalisuus: vesipiippua poltetaan usein yhdessä muiden kanssa.

**Moni uskoo vesipiipun** käytön olevan tupakointia turvallisempaa. Vesipiipun käytön pitkäaikaisvaikutukset terveyteen tunnetaan kuitenkin huonosti. Se tiedetään, että vesipiippua polttamalla altistutaan palamisreaktiossa syntyville monille haitallisille aineille. Jos vesipiipussa poltetaan tupakkaa, altistutaan myös nikotiinille ja muille tupakan sisältämille kemiallisille yhdisteille.

**Tähän esitteeseen** on koottu yleisiä vesipiippuun liittyviä väitteitä ja vastauksia niihin. Esite on tarkoitettu apuvälineeksi käytännön savuttomuustyötä tekeville ammattilaisille.

**Kiitos esitteen** käsikirjoituksen lukemisesta ja kommenteista lakimies Laura Terho sosiaali- ja terveysministeriöstä, pääsihteeri Matti Rautalahti Suomalainen Lääkäriseura Duodecimista ja asiantuntija Otto Ruokolainen Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksesta.

Suomen ASH ry  
[www.suomenash.fi](http://www.suomenash.fi)

## VESIPIIPPU

Vesipiippu on tupakointiväline, jossa savu johdetaan veden läpi käyttäjän suuhun ja keuhkoihin. Merkittävä terveydelle haitallinen tekijä on piipussa poltettava hiili, jolla kuumennetaan tai poltetaan esimerkiksi tupakkaa. Näin syntyvä savu sisältää nikotiinin lisäksi myrkyllisiä yhdisteitä, kuten häkää, tervaa ja raskasmetalleja sekä syöpää aiheuttavia aineita.



Vesipiippua on käytetty vuosisatojen ajan. Vesipiippuja tunnetaan monella nimellä kuten *shisha*, *narghile*, *arghile*, *hookah*, *hubble-bubble* ja *goza*. Se on alun perin lähtöisin Lähi-idän ja Aasian alueilta sekä itäiseltä Välimereltä.

Nykyään vesipiipun käyttö on lisääntynyt monissa länsimaissa, erityisesti Yhdysvalloissa ja Isossa-Britanniassa, mutta myös Manner-Euroopassa. Suomessa nuorten vesipiipun käyttö on pääosin kokeiluja; säännöllinen käyttö on harvinaista.

Yleensä vesipiipussa on pesä, säiliö, venttiili ja imuletku. Perinteisistä vesipiippumalleista on kuitenkin kehitetty erilaisia versioita, usein markkinointisyistä. Esimerkiksi nuorille markkinoidaan vesipiippuna sähköistä pientä *e-shisha*, joka on käytännössä sähkösavuke ilman nikotiinia.

Apteekeissa myytävä vesipiippu on tarkoitettu astmatikoille, flunssapotilaille ja äänityöntekijöille nielun, kurkun ja äänihuulten kostutukseen. Sillä ei ole mitään tekemistä tupakkatuotteiden polttamisen tai perinteisen vesipiipun kanssa.

## MITÄ POLTETAAN?

**V**esipiipussa poltetaan joko tupakkatuotteita tai tupakkaa sisältämättömiä yrttiseoksia. Nämä seokset ovat lain mukaan tupakan vastikkeita. Tupakkaseokseenkin lisätään yleensä makuaineina hedelmänmakua, yrttejä (mm. minttua) ja kukkia.

Tupakka- tai yrttiseos lämmitetään laitteen päällä olevan hiilen avulla. Näin syntyvä savu johdetaan vedellä täytettyyn kulhoon, josta sitä imetään kumisen putken tai letkun päässä olevan suukappaleen avulla.

Vesipiippua poltettaessa syntyvien haitallisten ja vaarallisten aineiden pitoisuudet ovat huomattavasti suurempia kuin teollisesti valmistettuja savukkeita poltettaessa. Vaarallisia aineita syntyy palamisreaktiossa huolimatta siitä, sisältääkö poltettava seos tupakkaa vai ei.

Tupakkaa tai ei –  
vesipiipun polttaja  
vetää aina  
keuhkoihinsa  
häkää.



## LAKI KIELTÄÄ MYYNIN ALAIKÄISILLE

**V**esipiippu luokitellaan Suomen lainsäädännössä tupakointivälineeksi ja siinä käytettävät tupakkaa sisältämättömät yrttiseokset tupakan vastikkeiksi. Vuonna 2016 voimaan tulleen tupakkalain mukaan ”tupakkatuotetta, tupakan vastiketta, tupakointivälinettä, tupakkajäljitelmää, sähkösavuketta tai nikotiinainestettä ei saa markkinoida”. Myös vesipiipun tai siinä käytettävän yrttiseoksen myyminen alaikäisille on laitonta.

**Vesipiipun polttamista** koskevat samat tupakointikiellot ja -rajoitukset kuin savukkeita. Vesipiipun käyttö on kielletty esimerkiksi kouluissa, ja ravintoloissa sitä saa käyttää vain erillisessä tupakointitilassa. Laissa mainittu tupakkatuotteiden tunnusomaisten makujen ja tuoksujen kielto ei koske vesipiippua, mutta jos siinä poltetaan kääretupakkaa, kielto on voimassa. Internet- ja muu etämyynnin kielto ei koske vesipiippulaitetta tai tupakatonta yrttiseosta. Sen sijaan tupakkaa sisältävän vesipiipussa poltettavan seoksen etämyynti on kielletty.

# ONKO NÄIN?

**Kuusi väitettä vesipiipusta**



# 1

## Vesipiipun polttaminen on tupakointia turvallisempaa.

FIKTIOTTA!

**Y**leisesti uskotaan, että vesipiipun polttaminen on vähemmän haitallista ja vähemmän riippuvuutta aiheuttavaa kuin tupakointi. Tähän mennessä tehdyt tutkimukset eivät tue tätä uskomusta. Veden haitallisia aineita suodattava vaikutus on lähes olematon.

Vesipiipun tuottama savu sisältää nikotiinin lisäksi suuria määriä myrkyllisiä yhdisteitä, kuten hääää, tervää ja raskasmetalleja sekä syöpää aiheuttavia aineita.

Vesipiipun polttaminen vaikuttaa keuhkoihin ja hengitykseen tupakoinnin tavoin. Vesipiipun polttamisessa muodostuvien haitallisten yhdisteiden määrää voi verrata jopa 20 savukkeen polttoon, koska vesipiippua poltetaan usein pitkiä aikoja kerrallaan ja savua hengitetään moninkertaisia määriä savukkeisiin verrattuna.

### VESIPIIPUN POLTTAMINEN

- aiheuttaa riippuvuutta
- kasvattaa keuhkosityöpäriskiä
- aiheuttaa suu- ja ruokatorven syöpää
- aiheuttaa hengitystietulehduksia ja astmaa
- voi aiheuttaa keuhkohtaumatautia ja
- lisää vaikeiden hammassairauksien riskiä.

# 2

## Vesipiippu auttaa lopettamaan tupakoinnin.

FIKTIOTTA!

**E**i ole olemassa pitävää näyttöä siitä, että vesipiippu auttaisi irti tupakkatuotteista. Jos vesipiipussa polttaa tupakkaa, altistuu nikotiinille, joka ylläpitää riippuvuutta ja madaltaa kynnyistä savukkeiden polttamiseen.

Vesipiipuissa poltettava tupakka on usein makeutettu ja maustettu. Savun makea tuoksu ja maku houkuttelevat erityisesti nuoria kokeilemaan polttamista.

# 3

## Vesipiippu ei koukuta.

FIKTIOTTA!

**T**upakkaa sisältäviä seoksia polttamalla altistutaan nikotiinille samaan tapaan kuin savukkeita poltettaessa. Nikotiini on voimakas, riippuvuutta aiheuttava aine, joka koukuttaa käyttäjänsä nopeasti.

Koska vesipiippua poltetaan usein pitkiä aikoja, voi nikotiinialtistus nousta korkeaksi. Esimerkiksi tunnin kestävän vesipiipun polttelun aikana henkilö voi hengittää sata, jopa 200 kertaa enemmän savua ja nikotiinia kuin polttaessaan yhden savukkeen.

# 4

## Yrttiseokset ovat haitattomia.

FIKTIOTTA!

**K**aikki vesipiipussa poltettavat seokset eivät sisällä tupakkaa. Nämä *herbal shisha*- ja *herbal molasses*-seokset koostuvat sokeriruo'osta, melassista, yrteistä ja makuaineista. Lisäksi voidaan käyttää "höyrykiviä" (*steam stones*), joiden lämmitykseen käytetään hiiltä.

Yrttiseoksia mainostetaan usein terveellisinä vaihtoehtoina, koska ne eivät sisällä tupakkaa ja nikotiinia. Seokset sisältävät kuitenkin huomattavia määriä muita terveydelle haitallisia yhdisteitä.

Vesipiipun käytössä merkittävä terveydelle haitallinen tekijä on hiili. Sen palaessa syntyy häkää ja syöpävaarallisia aineita riippumatta siitä, millaista seosta piipussa käytetään. Siksi yrttiseostenkin polttaminen on vaarallista terveydelle.



**Yrttiseoksia  
poltettaessa syntyy  
paljon terveydelle  
vaarallisia  
yhdisteitä.**



**Myös tarttuvat  
taudit leviävät  
yhteisestä  
vesipiipusta.**

# 5

## Vesipiipusta ei ole haittaa ulkopuolisille.

FIKTIOTTA!

**V**esipiipun polttelusta leviää ympäristöön myrkyllistä savua, mikä vastaa passiivista tupakointia, mutta savussa on tupakointia enemmän haitallisia aineita. Tyypillisen vesipiipun käyttökerran aikana syntyvät savun häkäpitoisuudet ovat 35-kertaisia verrattuna yhden savukkeen polton synnyttämiin häkäpitoisuuksiin. Myös muiden vaarallisten yhdisteiden pitoisuudet ovat vesipiippua poltettaessa moninkertaisia.

Ympäristölle aiheutuvat haitat korostuvat, koska vesipiippua poltetaan usein yhdessä, suljetussa tilassa, monesti pitkiä aikoja. Samassa tilassa oleskelevat altistuvat vaaralliselle savulle, vaikka eivät itse polttaisi.

Koska vesipiippua poltettaessa sama suukappale kiertää usein käyttäjältä toiselle, tähän liittyy sairauksien leviämisen riski. Näitä ovat esimerkiksi herpes, hepatiitti ja tuberkuloosi.

# 6

## Vesipiipussa poltetaan myös huumeita.

FAKTA JA FIKTIOTTA!

**P**erinteisessä itämaisessä vesipiipussa poltetaan yleensä tupakka- tai yrttiseoksia, ei huumausaineita. Vesipiipun käytöllä on kuitenkin tutkimusten mukaan yhteys myös huumeiden kokeiluun ja käyttöön. Hasista ja marihuanaa poltetaan yleensä juuri tähän tarkoitukseen hankitulla vesipiipulla.

## LÄHTEET:

Control and prevention of waterpipe tobacco products. FCTC Convention Secretariat, FCTC/COP/6/11. July 2014.

Eurobarometri 2015.

Heloma A, Korhonen T, Kiianmaa K, Winell K. Tupakka- ja nikotiiniriippuvuus. Duodecim 2016.

Jensen, P.D. ym. Waterpipe Use Predicts Progression to Regular Cigarette Smoking Among Danish Youth. Substance Use & Misuse 2010, 45(7–8); 1245–1261.

Jukema J. B., Bagnasco D.E., Jukema R.A. Waterpipe smoking: not necessarily less hazardous than cigarette smoking. Netherlands Heart Journal 2014, 22:91–99.

Kinnunen J, Pere L, Lindfors P, Ollila H, Rimpelä A. Nuorten terveystapatutkimus 2015. Nuorten tupakkatuotteiden ja päihteiden käyttö 1977–2015. Sosiaali- ja terveysministeriö 2015.

Lee, Y.O. ym. Hookah steam stones: smoking vapour expands from electronic cigarettes to waterpipes. Tob.Control 2013, 22(2); 136–137.

She J, Yang P, Wang Y ym. Chinese Waterpipe Smoking and the Risk of COPD. Chest 2014.

Shihadeh A ym. Toxicant content, physical properties and biological activity of waterpipe tobacco smoke and its tobacco-free alternatives. Tob.Control 2015, 24; i1–i9.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, www.thl.fi

Tupakkalaki 549/2016

Vattenpipa – rök utan risk? Hälsoeffekter, vanor, attityder och tillsyn. Statens folkhälsoinstitut 2010.

Vesipiipusta suurempi keuhkohtauman riski kuin tupakasta. Suomen Lääkärilehti 12/2014.

Waterpipe Tobacco Smoking: Health Effects, Research Needs and Recommended Actions for Regulators. 2nd edition. WHO Study Group on Tobacco Product Regulation (TobReg) 2015.

