

Nikotiinituotteet ilmiönä nuorten arjessa

8.5.2025

Sari Anjala
Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry



Sähkösavuke, sähkötupakka, vape

- Akkukäyttöinen laite, joka kuumentaa laitteen sisältämän nesteen hengitettäväksi höyryksi. Ulkonäöltään erilaisia, mutta toimivat samalla periaatteella.
- Voivat olla:
 - kertakäyttöisiä (sadoista kymmeniin tuhansiin ”puffia”), esitäytettyjä.
 - ladattavia ja uudelleen täytettäviä.
- Sähkösavukeneste:
 - Pohjanesteen; kasvisglyseroli ja propyleeniglykoli.
 - Makuaineita ja kemikaaleja.
 - Voivat sisältää nikotiinia tai olla nikotiinittomia. Pitoisuudet vaihtelevat 0-60mg/ml, eikä nikotiinipitoisuus ole aina selkeästi merkitty.
 - Neste voi sisältää nikotiinisuoloa = nikotiinia, johon on lisätty jotakin happoa (bentsoe-, sitruunatms.).
 - Voivat sisältää epäpuhtauksia kuten esim. raskasmetalleja, kasvimyrkkyjen jäänteitä

Nikotiinipussit

- Ulkonäöltään ja käyttötavaltaan nuuskaa muistuttava tuote. Myös tuotepakkaukset samanlaisia kuin nuuskassa.
- Sisältää nikotiinia, täyte- ja säilöntäaineita sekä makuaineita, eivät sisällä tupakkakasvia.
- Alun perin kuuluivat lääkelain piiriin mutta siirtyivät tupakka- ja kemikaalilakien piiriin keväällä 2024.
- Nikotiinipitoisuudet vaihtelevat runsaasti 4 – yli 200 mg / g. Nikotiinipitoisuus ei aina selkeästi esillä.
- Käyttö yleistynyt runsaasti Suomessa.

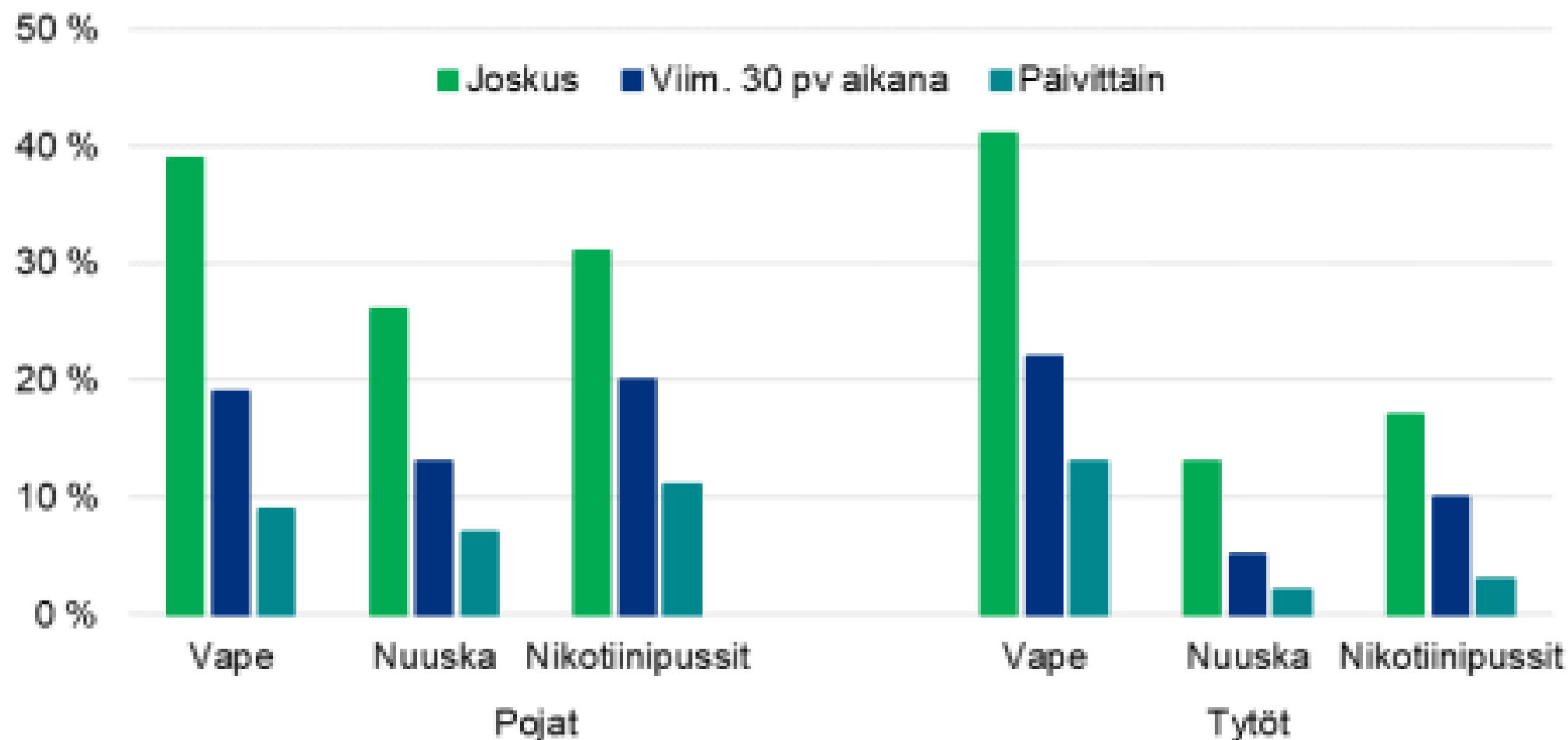
Nikotiinin terveyshaitat

Mikään nikotiinituote ei ole haitaton, eikä
pitkäaikaiskäytön terveysvaikutuksia
tunneta riittävästi!



- **Riippuvuus** ja vieroitusoireet.
- **Aivojen rakenteen ja toiminnan** pysyvät muutokset (erityisen haitallista kehittyville aivoille ja hermostolle). Voi vaikuttaa mm. oppimiseen ja kognitiivisiin taitoihin sekä aiheuttaa ahdistus- ja masennusoireita.
- **Myrkytysoireet** lievästä vakavaan (myös nieltynä, ihon tai silmien kautta). Oireina pahoinvointi, päänsärky, sydämentykytys, vapina, oksentelu ja suurina annoksina mm. matala verenpaine, epäsäännöllinen pulssi, hengitysvaikeudet.
- **Verenkiertoelimistöön** liittyvät haitat: supistaa verisuonia, nostaa sykettä ja verenpainetta, voi altistaa rytmihäiriöille.
- Runsaasti käytettynä lisää **2-tyypin diabeteksen** riskiä.
- Voi edesauttaa **terveiden solujen muuttumista syöpäsoluiksi**, lisätä solujen jakaantumista ja ylläpitää syöpäkudoksen kasvua.

Kuvio 3. Sähkösavukkeita (vape), nuuskaa ja nikotiinipusseja joskus kokeilleiden, 30 viime päivän aikana ja päivittäin käyttäneiden 15–16-vuotiaiden poikien ja tyttöjen osuudet vuonna 2024, %



Mikä tuotteissa vetoaa nuoriin?

- ✓ Houkuttelevat maut ja tuoksut
- ✓ Toiminnallisuus
- ✓ Vaihtelevat nikotiinipitoisuudet ja ”poraus”
- ✓ Mielikuvat haitattomuudesta
- ✓ Helppous

Nikotiinia mainostetaan somessa



- Nikotiiniyhtiöillä valtavasti rahaa piilomarkkinointiin ja vaikuttajien kanssa tehtäviin kampanjoihin, joita on tehty lainvastaisesti. Brändilähettiläiksi on rekrytoitu nuoria, hyvinvoivan ja menestyvän näköisiä, suosittuja vaikuttajia, joilla on sopiva kohderyhmä seuraajia.
- Julkisuuden henkilöillä ja somevaikuttajilla on tutkimusten mukaan vaikutusta seuraajien ostopäätöksiin. Nuoret kokevat vaikuttajat samaistuttaviksi, inspiroiviksi, uskottaviksi ja luotettaviksi. Nikotiinituotteet nähdään osana tavoiteltavaa elämäntapaa, jota nuoret seuraajat haluavat kopioida.
- Valvonta haastavaa, vaikuttajilla suuri vastuu. Nuorten kanssa kannattaa keskustella somen sisällöistä.
- Nikotiiniyhtiöiden tekemän markkinoinnin lisäksi nuoret kohtaavat digitaalisissa ympäristöissä myös paljon muiden somen käyttäjien tuottamaa sisältöä.



Kiitos!

Sari Anjala
sari.anjala@ehyt.fi

