










Tutkittua ja toimivaa nikotiinipolitiikkaa: Etusijalle terveys

Tupakka- ja nikotiiniteollisuus markkinoi uusia voimakasta riippuvuutta aiheuttavia nikotiinituotteita (mm. nikotiinipussit) lähes haitattomina. Nikotiini on myrkyllinen aine, joka aiheuttaa voimakasta riippuvuutta ja jolla on tutkittuja terveyshaittoja.

Nikotiinilla moninaisia haittoja terveydelle¹

 Altistaa rytmihäiriöille	Lisää kakkostyypin diabeteksen riskiä	 TYPE2	Aiheuttaa muutoksia aivojen rakenteessa ja toiminnassa erityisesti lapsilla ja nuorilla	
Vaikuttaa haitallisesti sikiön kehitykseen	Lisää riskiä raskaus- ja synnytyskomplikaatioille		Nopeuttaa syöpäsolujen kasvua ja heikentää syöpähoitojen tehoa.	
Aiheuttaa riippuvuutta ja vieroitusoireita	Lisää sydän- ja verisuonisairauksien riskiä			
Rasittaa elimistöä ja haittaa fyysistä suorituskkyä	Aiheuttaa myrkytysoireita			
Vaikuttaa haitallisesti suun terveyteen	Voi alentaa kognitiivista suorituskkyä muun muassa keskittymiskykyä heikentämällä			
Altistaa ahdistus- ja masennusoireille	Altistaa muiden nikotiinituotteiden käytölle			

Huomioitava, että kaikkia haittavaikutuksia ei vielä tunneta!

Savuton Suomi 2030

1. Savuton ja nikotiiniton Suomi vuoteen 2030 mennessä

Tupakkalain tavoitteeksi on asetettu, että alle viisi prosenttia aikuisväestöstä käyttää tupakka- tai nikotiinituotteita päivittäin vuoteen 2030 mennessä.²

Perustuslain mukaan julkisen vallan tehtävä on edistää väestön terveyttä ja kehittää terveyteen vaikuttavia olosuhteita.³ Suomen tulee suojella tulevia sukupolvia nikotiinituotteiden käytön aiheuttamilta haitoilta, kaventaa väestön terveyseroja ja edistää hyvinvointia. Terveydelle haitallisten nikotiinipussien myynnin salliminen laajasti ja löyhin sääntelyin Suomessa on ristiriidassa tavoitteen kanssa.

Lisäksi Suomi kuuluu kansainväliseen Maailman terveysjärjestön (WHO) tupakkapuitesopimukseen (FCTC). Sopimuksen artikla 5.2 (b) velvoittaa sopimusosapuolet tehokkaisiin toimiin muun muassa nikotiiniriippuvuuden torjumiseksi ja vähentämiseksi.⁴

Suosittelut toimenpiteet:

• Ehkäistään ja vähennetään nikotiiniriippuvuutta, tupakan kulutusta ja tupakansavulle altistumista WHO:n tupakkapuitesopimuksen mukaisesti.

- Ehkäistään tupakka- ja nikotiiniteollisuuden vaikuttamisyrittäykset, jottei edessä ole uutta nikotiiniriippuvuudesta kärsivien ihmisten sukupolvea.
- Lainsäädäntöä tehdään Terveys kaikissa politiikoissa -lähestymistavan mukaisesti.
- Toteutetaan STM:n Tupakka- ja nikotiinipolitiikan kehittämistyöryhmän esittämät toimenpiteet nikotiinihaittojen vähentämiseksi.⁵

2. Makuaineiden kieltäminen on keskeisessä osassa nikotiiniriippuvuuden ehkäisyssä

Makuaineiden kieltäminen on tutkitusti tehokas keino ehkäistä nuorten tupakka- ja nikotiinituotteiden käytön aloitusta. Tutkimusten mukaan **makuaineet lisäävät nuorten kiinnostusta tupakka- ja nikotiinituotteita kohtaan**, luovat tuotteista vähemmän haitatonta mielikuvaa sekä **madaltavat kokeilun ja käytön kynnyksiä**. Erityisesti mentoli on ollut suosittu maku- ja lisäaine tupakka- ja nikotiinituotteissa. Mentoli peittää nikotiinin karvasta makua ja lisää nikotiinin imeytymistä, helpottaen käyttöä sekä edesauttaen riippuvuuden kehittymistä.⁶

Kansainväliset tutkimukset osoittavat, että **yhdenmukaiset tuotepakkaukset tupakkatuotteissa ovat osaltaan vähentäneet tupakointia**. Samalla ehkäistään tuotepakkausten houkuttelevuutta ja käyttöä markkinoinnin välineenä. Lisäksi **varoitusmerkinnät erottuvat selkeämmin yksivärisistä pakkauksista**.⁷

Suosittelut toimenpiteet:

- **Kaikki makuaineet ja tuoksut kielletään yhdenmukaisesti kaikissa nikotiinituotteissa.**
- **Vaatus yhdenmukaisista tuotepakkauksista laajennetaan koskemaan kaikkia tupakka- ja nikotiinituotteita.**



3. Haitatonta nikotiinia ei ole olemassa

Nikotiini luokitellaan voimakasta riippuvuutta aiheuttavaksi myrkyksi, joka aiheuttaa moninaisia haittoja. Jo pieninä annoksina nikotiini voi aiheuttaa myrkytysoireita, ja suuremmat annokset ovat erityisen vaarallisia, varsinkin lapsille. On erittäin **ristiriitaista sallia kuluttajatuotteena myyntiin nikotiinituotteita**, joihin on asetettava kemikaalilainsäädännön nojalla **pääkalomerkki**. Nikotiinipitoisuuden **rajoittaminen grammaperusteisesti on ongelmallinen**, sillä annospussin kokoa muuttamalla tuotteen nikotiinipitoisuutta voidaan kasvattaa moninkertaisesti.

Suosittelut toimenpiteet:

- **Tupakkapolitiikan tavoitteena tulee olla nikotiinituotteiden myynnin kieltäminen ja käytön loppuminen.**
- **Nikotiinipussien enimmäisrajaksi tulee asettaa 4 mg/g sekä vähittäismyynnissä että maahantuonnissa.**

< 4mg/g

4. Lapsia ja nuoria on suojeltava nikotiiniriippuvuudelta

Nikotiinin kokeilu ja käyttö alkaa usein ennen **20 ikävuotta**. Kouluterveyskysely osoittaa **kasvun nuorten kiinnostuksessa uusiin nikotiinituotteisiin**. Sähkösavukkeen käytön väheneminen pysähtyi ja päivittäinen käyttö sekä kokeilut olivat lisääntyneet erityisesti **yläkouluikäisillä tytöillä sekä jopa 4.–5.**

luokkalaisilla. Nikotiinipusseista ovat **kiinnostuneita erityisesti ammattiin opiskelevat pojat**, joista jo huomattava määrä (42 %) raportoi käyttäneensä tuotetta vähintään kerran. Yläkoulun **8.–9. luokkalaisista pojista lähes joka neljäs (23 %) kertoi käyttäneensä nikotiinipusseja**.⁸

Aikuisten päihteiden käyttöä esiintyy nuorten urheiluseuraharrastamisen yhteydessä. EHYT:n selvityksessä **lähes puolet (47 %) vastaajista oli havainnut joukkueen toimihenkilöiden tai pelaajien huoltajien nuuskan käyttöä joukkueen tapahtumissa**, noin kaksi viidestä (38 %) muiden nikotiinituotteiden käyttöä.⁹ Nuoret tilaavat vahvoja nikotiinipusseja runsaasti ulkomaisista verkkokaupoista.¹⁰



Suosittelut toimenpiteet:

- **Kaikkien tupakkalain alaisten tuotteiden, myös savuttomien nikotiinituotteiden ja tupakan vastikkeiden ikäraja tulee nostaa 20 ikävuoteen (myynti, osto, hallussapitokieltä, maahantuonti).**
- **Tupakan vastikkeet tulee saada alaikäisten hallussapitokiellon piiriin.**
- **Liikunta- ja nurisolain perusteella myönnettävien valtionavustushakemusten arvioinnissa otetaan huomioon sitoutuminen tupakka- ja nikotiinituotteiden käytön ehkäisemiseen toiminnassa, jos toiminta on osittain tai kokonaan kohdistettu alaikäisiin.**
- **Nikotiinituotteiden etämyynti tulee kieltää.**

1) Mm. Vestbo J. & al. (2022) Nicotine use among children and young people – consequences and prevention.

Heloma A. & al. (2022). Tupakka- ja nikotiiniriippuvuus.

McGrath-Morrow SA. & al. (2019) The effects of nicotine on development. Pediatrics.

Sun Q & Jin C. (2024) Cell signaling and epigenetic regulation of nicotine-induced carcinogenesis.

Salminen O & Lehto S. (2022) Mitä nikotiiniin sydän- ja verisuonivaikutuksista tiedetään?.

U.S. Department of health and human services. (2014) The health consequences of smoking: 50 Years of progress. A report of the surgeon general. Chapter 5: Nicotine.

2) Tupakkalaki 1§

3) Perustuslaki 19 § 3 momentti

4) Maailman terveysjärjestö WHO (2003). WHO framework convention on tobacco control (FCTC).

5) STM Tupakka- ja nikotiinipolitiikan kehittämisyöryhmä (2023). Tupakka- ja nikotiinipolitiikan kehittäminen- Työryhmän toimenpide-ehdotukset 2023.

6) Maailman terveysjärjestö WHO (2023). FCTC Menthol cigarette bans: evidence for effective regulations

7) McNeill A. & al. (2017). Tobacco packaging design for reducing tobacco use

8) Ollila H, Ruokolainen O (2023). Tupakka- ja nikotiinituotteiden käyttö ja hankintatavat nuorilla oppilaitostyyppittäin 2017–2023.

9) Holopainen, J. & al. (2022). Valmentajien ja muiden urheiluseuratoimijoiden tiedot ja mielipiteet nuorten urheilijoiden digi- ja rahapelaamisesta sekä päihteiden käytöstä.

10) Reid JL & al. (2023). Minimum legal age laws and perceived access to cigarettes, e-cigarettes, and other substances among youth in Canada, England, and the United States: 2017–2021.