

Huumeiden aiheuttama päihtymys, käytön ongelmat ja huumeriippuvuus

Lääkärikirja Duodecim

18.1.2023

Päihdelääkäri Margareeta Häkkinen



- Yleistä
- Huumeiden aiheuttamat päihtymys- ja myrkytystilat
- Päihde- ja huumeriippuvuus
- Lisääntynyt sietokyky (toleranssi)
- Vieroitusoireet
- Päihderiippuvuuden muita haittoja
- Päihde- ja huumeriippuvuuden itsehoito
- Milloin hoitoon
- Kirjallisuutta

Keskeistä

- Eri päihteiden tai huumeiden aiheuttaman päihtymystilan ilmeneminen riippuu käytetystä aineesta.
- Huume- ja päihderiippuvuudelle on alkoholiriippuvuuden tapaan ominaista päihteen jatkuva, usein toistuva tai pakonomainen käyttö riippumatta käytön aiheuttamista sosiaalisista tai terveydellisistä haitoista.
- Opioidien (mm. buprenorfiini) ja keskushermostoa stimuloivien lääkkeiden jatkuva käyttö voi johtaa jopa kymmenkertaisen sietokyvyn (toleranssin) kehittymiseen.
- Vieroitusoireista ahdistuneisuus ja levottomuus ovat tavallisia kaikkien päihteiden lopettamisen jälkeen. Fyysiset vieroitusoireet riippuvat päihteestä ja ovat usein aineen aiheuttamalle päihtymystilalle vastakkaisia.
- Päihderiippuvuuteen on olemassa erilaisia hoitoja, jotka suunnitellaan yksilöllisesti. Pelkkä vieroitushoito ei yleensä riitä, vaan sen jälkeen tarvitaan paljon hoitoa ja kuntoutusta.
- Osallistuminen vertaisryhmiin (esim. NA-ryhmät) on monille päihde- tai peliriippuvaisille tärkeä tukimuoto hoidon lisäksi.
- Jos huumeita käyttäneen henkilön tajunnan taso on heikentynyt, hän tarvitsee päivystyksellistä hoitoa ensiavussa ja hänelle tulee soittaa ambulanssi.

Yleistä

Päihteiden tai huumeiden aiheuttamalla päihtymyksellä tarkoitetaan päihteen tai huumeen aiheuttamaa tilaa, jossa henkilö ei päihteen vaikutuksen vuoksi kykene hallitsemaan käytöstään, käyttäytyy tilanteeseen nähden sopimattomasti, kärsii peloista, harhaluuloista tai harha-aistimuksista tai hänellä ilmenee erilaisia päihteen aiheuttamia elimellisiä oireita.

Oireet ilmenevät päihteiden käytön aikana tai pian käytön jälkeen. Eri päihteiden tai huumeiden aiheuttaman päihtymystilan luonne riippuu käytetystä aineesta.

Suomessa eniten käytetyt huumeet ovat kannabis, amfetamiini, metamfetamiini, ekstaasi, kokaiini ja muut psykostimulantit, buprenorfiini ja muut opioidit, hallusinogeenit (esim. lysergihapon dietyyliamidi eli LSD sekä psilosybiini), erilaiset

synteettiset päihteet (esim. hydroksivoihappo GHB eli "gamma" ja sen esiaste gammabutyrolaktoni GBL eli "lakka") sekä erilaiset hengitettävät tai impattavat inhalantit (esim. puhdistusaineet, spraymaalit).

Huumeiden aiheuttamat päihtymys- ja myrkytystilat

Kokaiini, amfetamiini ja muut psykostimulantit

Kokaiinin, amfetamiinin ja muiden psykostimulanttien aiheuttamassa päihtymyksessä henkilö on joko euforinen (ylenmääräisen hilpeä) tai tunnelukossa tai hän voi olla yliseurallinen tai tunneherkkä, ahdistunut, jännittynyt tai äreä. Muina oireina ilmenee sydämen lyöntitiheyden kiihtymistä tai harventumista, silmäterien laajentumista, verenpaineen kohoamista tai laskemista, hikoilua tai kylmänväreitä, pahoinvointia tai oksentelua ja motorista kiihtyneisyyttä tai hidastumista. Vakavassa tai hengenvaarallisessa myrkytystilassa voi tulla epileptisiä kouristuksia ja tajunnan tason heikentymistä tai tajunnanmenetystä.

Kannabis

Kannabistuotteiden (marihuana, hasis) aiheuttamalle päihtymykselle ovat ominaisia ajattelun hajanaisuus, ahdistuneisuus, voimakkaat pelot tai euforia, kokemus ajan kulumisesta hitaasti, keskittymisvaikeudet, aistiharhat ja vainoharhaisuus. Fyysisinä oireina voi ilmetä lisääntyneitä ruokahalua, suun kuivumista, sydämentykytystä, huimausta, liikkeiden yhteistoiminnan (koordinaation) heikentymistä tai silmien verestystä.

Buprenorfiini ja muut opioidit

Buprenorfiinin ja muiden opioidien aiheuttamalle päihtymystilalle ovat ominaisia aluksi euforia, myöhemmin apatia, ahdistuneisuus, motorinen kiihtyneisyys tai hidastuminen sekä arvostelukyvyn, tarkkaavuuden ja muistin heikentyminen. Silmäterät ovat supistuneet tai hyvin vakavassa myrkytyksessä laajentuneet, ja puhe on sekavaa. Vakavassa ja hengenvaarallisessa myrkytyksessä tajunnan taso heikentyy ja sydän ja hengitys lamaantuvat ja lopulta pysähtyvät.

Hallusinogeenit (esim. LSD)

Hallusinogeenien (esim. LSD, psilositybiini) aiheuttamassa päihtymyksessä oireita ovat ahdistuneisuus ja pelokkuus, erilaiset harhanomaiset merkityselämykset, vainoharhaiset pelot, pelko "hulluksi" tulemisesta ja arvostelukyvyn heikentyminen. Myrkytystilassa oleva hikoilee ja vapisee, ja hänen silmäteränsä ovat laajentuneet, näön tarkkuus hämärtynyt, pulssi on kiihtynyt ja lihaskoordinaatio heikentynyt.

Liuottimet (inhalanttien; mm. puhdistusnesteet, spray-maalit jne.)

Liuottimien (inhalanttien; mm. puhdistusnesteet, spray-maalit jne.) aiheuttamalle päihtymykselle ovat ominaisia riitaisuus ja aggressiivisuus, apatia sekä heikentynyt arvostelu- ja tarkkaavaisuuskyky. Muina oireina ilmenee huimausta, silmäterien sivuttaista liikettä, lihasten heikentynyttä koordinaatiota, puheen sekavuutta, vapinaa, hidastuneisuutta, lihasheikkoutta, ja vakavassa myrkytystilassa tajunnan tason heikentymistä aina koomaan asti.

Päihde- ja huumeriippuvuus

Huume- ja päihderiippuvuudelle on [alkoholiriippuvuuden](#) tapaan ominaista päihteen jatkuva, usein toistuva tai pakonomainen käyttö riippumatta käytön aiheuttamista sosiaalisista tai terveydellisistä haitoista.

Päihde- ja huumeriippuvuuteen liittyy usein fysiologisen riippuvuuden kehittyminen, jolloin henkilön kyky sietää huumeen tai päihteen vaikutuksia on kohonnut (toleranssi) tai hänellä ilmenee päihteen käytön lopettamisen jälkeisinä päivinä eriaistaisia ja usein hyvin voimakkaita vieroitusoireita. [Vieroitusoireyhtymä](#) saa henkilön usein jatkamaan päihteen tai huumeiden haitallista käyttöä. Huume- ja päihderiippuvuus voi ilmetä kuitenkin myös ilman merkittävää toleranssia tai vieroitusoireita, jolloin riippuvuus on luonteeltaan psykologista ja perustuu aineen kykyyn tuottaa hyvää oloa (euforiaa) etenkin käytön alussa sekä mieltä kiihottavia aistiharhoja tai muita toivottuja psyykkisiä vaikutuksia.

Psykologisella tasolla addiktio voidaan ymmärtää pakonomaisena keinona vapautua edes hetkeksi mielelle sietämättömästä ahdistuneisuudesta ja sen taustalla olevasta avuttomuuden, häpeän, ulkopuolisuuden tai merkityksettömyyden tunteesta. Ilman päihteen antamaa vaikutusta päihteitä pakonomaisesti käyttävä ei tunne olevansa olemassa tai elossa. Päihderiippuvuuden tragedia piilee siinä, että päihteen jatkuva käyttö vain lisää pakonomaisen päihteen käytön taustalla olevia ahdistavia tunnetiloja.

Päihde- ja huumeriippuvainen ei kykene halustaan huolimatta vähentämään tai lopettamaan aineen käyttöä huolimatta sen aiheuttamista haitoista. Usein huomattava osa henkilön ajasta kuluu päihteen hankkimiseen, käyttöön tai käytöstä toipumiseen. Päihde- tai lääkeriippuvuus on luonteeltaan addiktiivista, jos päivittäin käytetyn aineen määrä on suuri ja jos henkilöllä on pakonomainen tarve saada aineen päiväannos käyttöönsä lähes keinolla millä hyvänsä.

[Alkoholiriippuvuutta](#), rauhoittavien ja unilääkkeiden aiheuttamaa [lääkeriippuvuutta](#) sekä tupakanpolton aiheuttamaa [nikotiiniriippuvuutta](#) käsitellään erikseen.

Eri päihteet ja huumeet eroavat toisistaan sekä psykogeenisiltä vaikutuksiltaan että jatkuvan käytön aiheuttaman toleranssin ja vieroitusoireiden suhteen.

Lisääntynyt sietokyky (toleranssi)

Kun huumeita käyttää toistuvasti, elimistön sietokyky niiden vaikutuksille kasvaa, jolloin huumeiden vaikutukset vähenevät. Saman vaikutuksen saamiseksi on käytettävä yhä isompaa annosta. Toleranssin kehittymisen myötä elimistö pyrkii toimimaan normaalisti jatkuvasta huumeen vaikutuksesta huolimatta.

Opioidien (mm. buprenorfiini) ja keskushermostoa stimuloivien lääkkeiden (psykostimulanttien) jatkuva käyttö voi johtaa jopa kymmenkertaisen sietokyvyn (toleranssin) kehittymiseen, jolloin henkilö voi käyttää annosta, joka voi olla tappava kyseistä ainetta vähemmän käyttäneelle. Krooniset tupakoitsijat voivat polttaa päivittäin enemmän kuin 20 savuketta, joiden sisältämä nikotiini aiheuttaisi myrkytysoireita tupakoimattomalle. Myös alkoholin jatkuva käyttö johtaa toleranssin kehittymiseen, mutta toleranssin aste on kuitenkin selvästi pienempi kuin esimerkiksi amfetamiinin ja opioidien käytön aiheuttama.

Vieroitusoireet

Huumeen vaikutuksiin tottunut ja sopeutunut elimistö vaatii jatkuvaan huumeiden läsnäoloa toimiakseen normaalisti. Jos huumeen käyttö loppuu, tulee vieroitusoireita.

Fyysiset vieroitusoireet riippuvat käytetystä aineesta ja ovat eri huumeille erilaisia. Fyysiset oireet ovat tyypillisesti huumeen vaikutuksille vastakkaisia, mutta psyykkiset oireet muistuttavat toisiaan kaikilla päihteillä. Ahdistuneisuus ja levottomuus ovat hyvin tavallisia kaikkien päihteen vieroitusoireita.

Fyysiset vieroitusoireet ovat merkittäviä tai hyvin voimakkaita etenkin alkoholin, opioidien sekä rauhoittavien lääkkeiden ja unilääkkeiden jatkuvan käytön lopettamisen jälkeisinä päivinä. Vieroitusoireet ovat sen sijaan yleensä jonkin verran lievempiä

lopetettaessa psykostimulanttien (amfetamiini, kokaiini), kannabiksen tai nikotiinin (tupakan) käyttöä. Aistiharhoja aiheuttavien aineiden (hallusinogeenien) käytön jälkeiset fyysiset vieroitusoireet ovat yleensä varsin lieviä tai voivat puuttua kokonaan.

Päihderiippuvuuden muita haittoja

Monet psykiatriset häiriöt lisäävät päihteiden ongelmakäyttöä ja huumeriippuvuuden kehittymisriskiä, koska aineiden käyttöön turvaudutaan usein eriasteisten ahdistus-, pelko- ja masennusoireiden lievittämiseksi. Toisaalta ongelmakäyttö ja riippuvuus kaikkine seurauksineen sekä aiheuttaa että vaikeuttaa ahdistus-, pelko-, unettomuus- ja masennusoireita.

Kannabistuotteiden käyttö lisää psykoosialttiutta, jonka vuoksi niiden käyttö skitsofreniasta ja muista psykoottisista sairaustiloista kärsivillä tai niihin alttiilla henkilöillä on erityisen ongelmallista. Kannabistuotteet ja muut huumeet heikentävät kykyä ajaa autolla. Suomessa voidaan tuomita rattijuopumuksesta henkilö, jolla on ajon aikana ollut veressään laitonta huumausainetta, riippumatta aineen pitoisuudesta.

Päihteiden ja huumeiden jatkuva käyttö saattaa aiheuttaa aivojen eri alueilla vaurioita, jotka voivat aiheuttaa pysyviä muutoksia esimerkiksi hermoston toimintaan, liikkumiseen ja asioiden tiedolliseen käsittelyyn. Myös päihteiden käyttöön liittyvät yliannostukset ja tapaturmat voivat aiheuttaa pysyviä haittoja.

Päihde- ja huumeriippuvuuden itsehoito

Päihteiden ja huumeiden käytön välttäminen on parasta itsehoitoa niiden aiheuttamien terveyshaittojen välttämiseksi. Erityisen tärkeää on päihteiden ja huumeiden säännöllisen ja jatkuvan käytön välttäminen, koska se johtaa helposti joko psykologisen tai fysiologisen riippuvuuden syntymiseen. Erityisesti fysiologisen riippuvuuden tai addiktiivisen käytön kehittyttyä päihteen tai huumeen käytön lopettaminen ilman ammatillista apua on useimmille käyttäjille mahdotonta.

Osallistuminen vertaisryhmään (esim. [NA-ryhmät](#)) on monille päihde- tai peliriippuvaisille tärkeä tukimuoto hoidon ohessa. Myös [Mielenterveystalo](#), [Päihdelinkki](#) ja järjestöt tarjoavat tukea niin päihderiippuvaisille itselleen kuin heidän läheisilleenkin.

Psykoosialttiiden henkilöiden tulee välttää kannabistuotteiden käyttöä, sillä niiden säännöllinen käyttö lisää riskiä sairastua skitsofreenisiin psykooseihin.

Milloin hoitoon

Jos päihteiden käytöstä on tullut pakonomaista ja henkilöllä on päihderiippuvuus, hän tarvitsee hoitoa. Päihderiippuvuudesta kärsivän vieroitushoito ja muu päihdehoito suunnitellaan ja toteutetaan päihdeongelmien hoitoon erikoistuneessa yksikössä, jonne voi hakeutua ilman lähetettä. Tarvittaessa apua ja neuvontaa hoitoon hakeutumiseksi saa myös terveyskeskuksesta tai opiskeluterveydenhuollosta.

Pelkkä vieroitus ei yleensä riitä pysyvään päihteistä erossa pysymiseen. Vieroituksen lisäksi tarvitaan psykososiaalisia hoitoja, jotka suunnitellaan yksilöllisesti ihmisen tarpeet, ominaisuudet ja päihteet huomioiden. Opioidiriippuvuuden hoitoon on olemassa opioidikorvaushoito, joka sisältää lääkehoidon ja psykososiaalisen hoidon.

Päihtymystilan ensisijainen hoito on päihteen tai huumeen käytön lopettaminen. Lievät myrkytykset menevät ohi itsestään aineen vaikutuksen loputtua. Jos henkilön tajunnan taso on heikentynyt, hän tarvitsee päivystyksellistä hoitoa ensiavussa ja hänelle tulee soittaa ambulanssi. Vakavat myrkytystilat ja erityisesti opioidien aiheuttamat myrkytykset ja useiden päihteiden yhteismyrkytykset ovat hengenvaarallisia.

