



Huumeongelmat

Päivitys 4.10.2018

Huumeet ovat haitallisia niin fyysiselle kuin psyykkisellekin terveydelle, ja niihin jää helposti ”koukkuun”, eli niiden käyttöä ei pysty lopettamaan, vaikka haluaisikin. Tavallisimpia huumeita ovat marihuana, hasis, amfetamiini, LSD, ekstaasi, kokaiini ja heroini. Myös lääkkeitä voidaan pitää huumausaineina silloin, kun niitä käytetään väärin. Yhteiskunnan kannalta huumeongelman hoitaminen on halvempaa kuin hoitamatta jättäminen.

Eniten käytetty huume Suomessa on kannabis, ja sen käyttö näyttää nuorilla aikuisilla lisääntyneen. Pääosa päihdehuollon huumeasiakkaista on miehiä (66 prosenttia) ja nuoria aikuisia (keski-ikä 31 vuotta). Päihteiden sekakäyttö on yleistä.

Yli puolet päihdehuollon huumeasiakkaista hakeutuu hoitoon pääasiassa opioidien käytön vuoksi. Yleisin (41 prosenttia) hoitoon hakeutumisen syy on buprenorfiini (opioidi), jota käytetään myös vieroitus- ja korvaushoitolääkkeenä.

Huumeiden vaikutus

Huumeita on kahdenlaisia: kiihottavia (stimulantit) ja lamaannuttavia. Kiihottavat huumeet, esimerkiksi amfetamiini ja sen johdokset (esimerkiksi metamfetamiini), ekstaasi ja kokaiini sekä sen johdos crack, kohottavat mielialaa ja lisäävät vireyttä. Lamaannuttavat huumeet, kuten heroini ja morfiini, rentouttavat ja rauhoittavat. Joidenkin huumeiden (kuten ekstaasi) vaikutuksiin kuuluvat myös aistiharhat; käyttäjä kuulee ja näkee asioita, joita ei ole olemassa.

Huumetestit

Huume on laiton päihde. Huumeiden käyttöä voidaan tarvittaessa selvittää huumetestillä. Huumetestaukseen tarvitaan testattavan suostumus (henkeä uhkaavia tilanteita lukuun ottamatta). Huumepikatesti voidaan tehdä virtsasta tai syljestä. Positiivinen näyte tulee tarvittaessa varmistaa, ja positiivisen näytteen antanut henkilö tulee ohjata hoitoon.

Huumeongelman hoito

Kaikille huumeriippuvuudesta kärsiville tulee tarjota hoitoa tai kuntoutusta. Suomessa päihdeongelmaisten hoitoa ohjaa muun muassa [Päihdehuoltolaki \(41/1986\)](#).

Tärkeä hoitomuoto on terapeutinen keskustelu ja yhdessä tekeminen. Ns. korvaushoitoa (ks. kohta opiaatit) voidaan antaa opiaattiriippuvaisille. Lääkityksellä voidaan helpottaa yliannostukseen tai vieroitukseen liittyviä oireita.

Hoitoa varten tehdään hoitosuunnitelma, jossa määritellään hoidon tavoitteet, lääketieteellinen ja psykososiaalinen hoito, kuntoutus ja seuranta. Sosiaalitoimi on tärkeässä roolissa muun muassa asumisen, työn ja toimeentulon suhteen. Päihdekuntoutuksen ajaksi voidaan myöntää kuntoutusrahaa, jos päihdekuntoutus perustuu kuntoutussuunnitelmaan, ja se toteutuu Kelan hyväksymässä laitoksessa.

Kannabis

Kannabista (marihuana, hasis) käytetään yleisimmin polttamalla. Kannabis-riippuvaiselle tulee tarjota psykososiaalisia ja kuntouttavia hoitoja.

Amfetamiini ja sen johdokset

Tavallisimmin amfetamiinia pistetään suoneen. Amfetamiinin johdosta,



metamfetamiinia, käytetään myös suun kautta, nenän kautta nuuskaamalla, pistämällä suoneen tai polttamalla.

Amfetamiinin ja sen johdosten vieroitusoireet eivät ole samaan tapaan ominaiskohtaisia kuten useiden muiden huumeiden kohdalla, mutta tavallisimpia oireita näyttäisivät olevan masennus, unihäiriöt, levottomuus, apatia, väsymys, ahdistuneisuus ja erilaiset fyysiset oireet, jotka voivat kestää viikkoja. Mirtatsapiinia voidaan harkita amfetamiinin vieroitusoireiden hoidoksi.

Stimulanttiriippuvaisille potilaille tulee tarjota psykososiaalisia hoitoja ja kuntoutusta.

Kokaiini

Kokaiinia käytetään suonensisäisesti, nuuskaamalla tai suun kautta. Kokaiinin johdosta crackia poltetaan savukkeina tai vesipiipuissa.

Kokaiinin vieroitusoireiden (masennus, unihäiriöt, levottomuus, apatia, väsymys, ahdistuneisuus, sydämentykytys ja fyysiset oireet) hoidossa voidaan tarvittaessa käyttää lääkehoitoa, mutta oireet helpottuvat usein ilman hoitoakin.

Kokaiinin yliannostusoireet – pelkotilat, psykoosi, masennus, sydänoireet, neurologiset oireet, kehon lämmön nousu (hypertermia) – ilmaantuvat nopeasti, ja ne voivat johtaa jopa kuolemaan. Kokaiinimyrkytyksessä tulee olla yhteydessä myrkytyskeskukseen.

Opioidit

Opioidien käyttö huumetarkoituksessa perustuu siihen, että ne lisäävät ja vahvistavat mielihyvän tunnetta. Kaikkiin opioideihin kehitty nopeasti lisääntynyt – jopa 100-kertainen – sietokyky. Tämä tarkoittaa sitä, että saadakse saman

mielihyvän tunteen huumetta täytyy käyttää aivan vain enemmän.

Opioideja ovat muun muassa oopiumi, heroiini, morfiini, kodeiini, metadoni, oksikodoni, fentanyyli, tramadoli ja buprenorfiini.

Osa näistä opioideista on lääkkeitä, joita käytetään esimerkiksi kivun hoitoon. Mikäli potilasta hoidetaan opioideilla, tulee läkehoidolle olla aina selvä syy. Jos potilas on ollut opioidivieroitushoidossa, tulee hänen hoitamiseensa opioideilla esimerkiksi kivun vuoksi suhtautua erittäin varovaisesti. Opioideihin liittyviä vieroitusoireita ovat ahdistuneisuus ja levottomuus, ja yleensä potilas haluaisikin lievittää oloansa hankkimalla lisää huumeita. Näitä oireita voivat seurata nivel- ja vatsakivut, oksentelu, ripuli, ihon meneminen kananlihalle sekä silmien ja nenän vuotaminen.

Psykososiaaliset hoidot suositellaan aloitettavaksi samaan aikaan vieroitushoidon kanssa.

Vieroitushoidon jälkeen tarvitaan yleensä pitkä kuntouttava hoito ehkäisemään retkahduksia. Retkahdusten estossa voidaan naltreksonia käyttää sen jälkeen, kun vieroitusoireet ovat menneet ohi eikä henkilö käytä enää korvaushoitolääkkeitä tai muita opioideja.

Hallusinogeenit

Hallusinogeenilla tarkoitetaan tiettyjä aineita, jotka aiheuttavat aistivääristymiä ja ajatushäiriöitä. Tällaisia ovat muun muassa LSD, sienimyrkky psilosiiini, meskaliini, DMT ja PCP.

Hallusinogeenit eivät aiheuta fyysistä riippuvuutta, mutta psyykkistä kyllä. Vieroitusoireina voi esiintyä levottomuutta,



pelkoja, väsymystä, masennusta ja uni-häiriöitä.

Muuntohuumeet

Muunto- eli ns. designhuumeet ovat keinotekoisia aineita, joita markkinoidaan muun muassa Internetissä ”laillisina huumeina”. Näiden vaikutukset voivat olla arvaamattomia, eikä näiden käyttöön liittyvät yliannostuskuolemat ole mitenkään epätavallisia. Uusimmat muuntohuumeet eivät useinkaan näy päihdeseulassa.

Huumeongelma ja mielenterveyden häiriöt

Huumeongelmiin liittyy usein mielen-terveyden häiriöitä, joten yhteistyö päihdehuollon ja psykiatrisen hoidon kesken on usein tarpeen. Potilaan psyykkiset oireet, kuten unettomuus, ahdistuneisuus, masennus, psykoottisuus tai persoonallisuushäiriöön liittyvät oireet, on diagnosoitava ja hoidettava huumeongelman hoidon yhteydessä.

Huumeiden sekakäyttö

Huumeongelmainen ajautuu usein lääkkeiden sekakäyttöön. Altistavina tekijöinä ovat rauhoittavia lääkkeiden käyttö, alkoholinkäyttö tai pyrkimys korvata huumeen käyttöä rauhoittavilla tai kipulääkkeillä.

Riippuvuutta aiheuttavien lääkkeiden määrittäminen huumeongelmalle on kuitenkin vältettävä – lukuun ottamatta lyhytkestoisia, vieroitusoireiden hoitoon liittyviä tilanteita. Mikäli herää epäily sekakäytöstä, tila arvioidaan, henkilölle annetaan tarvittava ensiapu ja hänet lähetetään joko päivystyspoliklinikkaan, katkaisuhuoltoon tai selviämisasemalle. Samalla varmistetaan jatkohoito.

Huumeet, raskaus ja lapsi

Mikäli huumeongelmaisen naisen raskaus on mahdollinen, hänen kanssaan tulee kaikissa terveydenhuollon toimipisteissä ottaa puheeksi myös raskauden ehkäisy ja mahdollisten kotona asuvien lasten elämäntilanne. Raskaana olevan huumeongelmaisen naisen kanssa tulee keskustella huumeiden käytön vaikutuksista sikiöön, raskauteen ja vastasyntyneeseen sekä kartoittaa hänen voimavaransa hoitaa syntyvää lasta. Tässä päihde- ja äitiyshuollon yhteistyö on merkittävässä asemassa.

Metadoni- tai buprenorfiinikorvaushoitoa voidaan käyttää raskauden aikana.

Lasta, joka on loppuraskauden aikana altistunut huumeille, seurataan sairaalassa synnytyksen jälkeen muutamien päivien ajan mahdollisten vieroitusoireiden toteamiseksi. Lapselta otetaan heti syntymän jälkeen virtsa- ja mekoniumnäyte huumeetestiä varten. Mikäli lapsella on vieroitusoireita, suositellaan vieroitusoireiden hoito-suunnitelmaa. Huumeongelmaisen äidin vastasyntyneelle suositellaan hepatiitti B -rokotusta.

Jos äiti jatkaa huumeidenkäyttöä tai on HIV-positiivinen, hän ei voi imettää, mutta C-hepatiittiposiitivisuus ei ole este.

Kun vauva kotiutetaan, tulee synnytys-sairaalan, lastensairaalan, neuvolan, ensikodin, lastensuojelun ja vanhempia hoitavien tahojen tehdä tiivistä yhteistyötä.

Kuinka moni suomalainen on kokeillut huumeita?

Vuonna 2014 tehdyn väestökyselyn mukaan 19 % 15–69-vuotiaista suomalaisista on ainakin kerran elämässään kokeillut jotain



laitonta huumetta. Käytetyin huume on kannabis.

Viime vuonna (2017) tehdyn valtakunnallisen kouluterveyskyselyn mukaan huumeita oli ainakin kerran elämässään kokeillut 8 % peruskoulun 8. ja 9. luokan oppilaista, 12 % lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoista sekä 22 % ammatillisten oppilaitosten 1. ja 2. vuoden opiskelijoista.

Lisätietoa aiheesta

- [Päihdelinkki](#)-verkkosivusto tarjoaa tietoa ja tukea päihteistä ja riippuvuuksista. Palvelun tuottaa A-klinikkasäätiö.
- Ehkäisevä päihdetyö [EHYT ry](#) tuottaa menetelmiä, tietoa ja apua eri-ikäisten suomalaisten ja yhteisöjen terveiden elämäntapojen pohjaksi. Huumeisiin liittyvissä kysymyksissä tukea ja neuvoa tarjoavat tekstiviestipalvelu Mobiilivinkki sekä Päihdeneuvontapuhelin. Molemmat ovat ilmaisia, anonyymeja palveluja, jotka palvelevat kellon ympäri.
- THL: [Tietoa eri huumeista](#)
- [Nuortenlinkki](#)-verkkosivusto on nuorten oma verkkosivusto, jossa teemoina ovat muun muassa päihteet tai päihteettömyys, pelaaminen, netinkäyttö, masennus, kiusaaminen ja paljon muuta.
- [Irti huumeista ry](#) tarjoaa tukea ja tietoa kaikille sitä tarvitseville. Toiminnan tarkoituksena on vähentää ja ehkäistä huumeiden käytöstä aiheutuvia haittoja.

Potilasversiossa mainitut organisaatiot antavat lisätietoa aiheeseen liittyen. Suomalaisen Lääkäriseuran Duodecimin Käypä hoito -toimitus ei vastaa muiden organisaatioiden antaman tiedon laadusta tai luotettavuudesta.

Tekijät

Potilasversion tekstin on Lääkäriseura Duodecimin Käypä hoito -suosituksen pohjalta päivittänyt potilasversioista vastaava toimittaja **Kirsi Tarnanen**.

Tekstin ovat tarkistaneet Käypä hoito -työryhmän puheenjohtaja, professori **Hannu Alho** Helsingin yliopistosta ja Terveiden ja hyvinvoinnin laitokselta ja Käypä hoito -päätoimittaja, lastentautien ja lastenendokrinologian erikoislääkäri **Jorma Komulainen** Suomalaisesta Lääkäriseurasta Duodecimista.

Vastuun rajaus

Käypä hoito - ja Vältä viisaasti -suositukset ovat asiantuntijoiden laatimia yhteenvetoja yksittäisten sairauksien diagnostiikan ja hoidon vaikuttavuudesta. Ne eivät korvaa lääkärin tai muun terveydenhuollon ammattilaisen omaa arviota yksittäisen potilaan parhaasta mahdollisesta diagnostiikasta, hoidosta ja kuntoutuksesta hoitopäätöksiä tehtäessä.