

Työryhmä tumppaa myytit tupakasta psyykelääkkeenä

Psyykkisistä sairauksista kärsivät kuolevat keskimäärin 20 vuotta valtaväestöä nuorempina, usein tupakoinnin aiheuttamiin sairauksiin. E-P:llä halutaan puuttua ongelmaan.

MIRKA MUILU
SEINÄJOKI

Mielenterveyspotilaille tarjottavaa apua tupakoinnin lopettamiseen pyritään lisäämään valtakunnallisesti. Etelä-Pohjanmaan sairaanhoitopiiri on mukana Sosiaali- ja terveysministeriön kärkihankkeessa, jonka tavoitteena on vähentää mielenterveyspotilaiden tupakointia.

Tavoitteeseen on sitoutunut 11 sairaanhoitopiiriä. Kaksivuotisen projektin aikana kussakin sairaanhoitopiirissä työskentelee osa-aikaisesti hoitaja potilaiden savuttomuuden edistämiseksi.

Aikaisemmin mielenterveyspotilaiden tupakkavieroitukseen ei ole Suomessa kiinnitetty juurikaan huomiota.

-Tupakointia on pidetty ikään kuin potilaan ongelmista pienimpänä pahana, vaikka se aiheuttaa eniten kuolleisuutta, sanoo Hyvinkängän sairaanhoitoalueen psykiatrian tulosyksikön osastolääkäri **Saana Eskelinen**.

Eskelinen on perehtynyt mielenterveyspotilaiden tupakka-



Laakari Lauri Peltonen, lääkäri Saana Eskelinen, hanketyöntekijä Irene Raunio, kehittämissuunnittelija Reetta-Majja Luhta ja erityisasiantuntija Patrick Sandström ovat osa savuttomuustyöryhmää. Heidän mielestään mielenterveyspotilaiden tupakointiin tulisi puuttua muun hoidon ohella. KUVA: MATTI HAUTALAHTI

riippuvuutta käsitteleviin tutkimuksiin. Niiden mukaan mielenterveyspotilaat tupakoivat noin neljä kertaa enemmän kuin terve väestö, ja he kuolevat noin 20 vuotta aikaisemmin tupakoinnin aiheuttamiin sairauksiin. Eskelinen mukaan nykytutkimukset myös osoitta-

vat, että tupakointi saattaa jopa lisätä alttiutta sairastua mielenterveyden häiriöihin, kuten skitsofreniaan.

-Sitä vastoin tupakoinnin lopettamisen on todettu parantavan psyykkisistä häiriöistä kärsivien mielenterveyden laatua, Eskelinen kertoo.

Etelä-Pohjanmaan sairaanhoitopiirin alueella noin 33 prosenttia mielenterveyspotilaista tupakoi päivittäin, kun vuonna 2009 vastaava luku oli 36 prosenttia. Terveystiedon edistämisen yksikön kehittämissuunnittelija **Reetta-Majja Luhta** on pyrkinyt jo yli kymmenen vuoden

ajan edistämään mielenterveyskuntoutujien savuttomuutta. Hänen mukaansa psyykkisistä sairauksista kärsivät haluavat lopettaa tupakoinnin yhtä usein kuin muutkin tupakoitsijat.

Luhta on tyytyväinen, että muutkin ovat kiinnostuneet mielenterveyspotilaiden tupak-

ka-addiktiosta ja savuttomuusprojektille on viimein löytnyt valtakunnallista rahoitusta ja taustarukea.

-Myös hoitohenkilökunnan asenteet ovat hiljalleen muuttumassa, Luhta sanoo.

Savuttomuustyöryhmän jäsen ja Seinäjoen akuutti-psykiatrien osaston hoitaja **Irene Raunio** kertoo, että mielisairaaloihin pintyneen tupakkakulttuurin syyt ovat syvällä historiassa. Tupakan ajateltiin esimerkiksi auttavan lamauttavien mielialälääkkeiden sivuvaikutuksiin stimuloimalla avioitointia. Toisaalta tupakkatauko oli osa sairaalan sosiaalista elämää ja saattoi edustaa osastoarkea elävälle potilaalle vapauden hetkeä ja omaa aikaa. Myös hoitajat poltelivat.

-Tupakkakopissa käytiin usein myös ne parhaat hoidolliset keskustelut, kun tunnelma oli vapautunut, Raunio kertoo.

Kuten muidenkin tupakoitsijoiden, myös mielenterveyspotilaiden kohdalla poltelussa on kysymys useimmiten opitusta tavasta. Keuhkosairauksien asiantuntijajärjestön Filhan lääkärin **Lauri Peltonen** mukaan ongelmat kasaantuvat usein samoille ihmisille. Esimerkiksi matala sosioekonominen tausta altistaa mielenterveyshäiriöille. Samoin tupakointi on vähäosaisten keskuudessa yleisempää kuin hyvätuloisten.

-Vaikuttaisi siltä, ettei mielenterveyshäiriö ole varsinainen syy tupakoinnille.