

Suojaa nuorta nikotiiniriippuvuuden kehittymiseltä

On tärkeää ymmärtää, että nuoret ovat erittäin herkkiä nikotiiniriippuvuuden kehittymiselle, sillä kehittyvissä aivoissa tapahtuvat muutokset ja hermoverkon rakenteen voimakas muovautuminen luovat erityisen otolliset olosuhteet riippuvuuden kehittymiselle. Yksi Suomeen eniten salakuljetetuista nuuskamerkeistä sisältää hyvin runsaasti nikotiinia (22 mg/g) ja katukaupassa se päätyy helposti etenkin nuorten saataville. Nuuskan käyttö ei ole harmittonta, joten sitä ei tule sallia. Pysy ajan tasalla, ja päivitä tietosi nuuskasta: nuuskakoukku.fi

Puutu selkeästi nuoren nuuskan käyttöön

Osa nuorista toivoo, että aikuiset puuttuisivat selkeämmin nuorten nuuskan käyttöön. Näyttää siltä, että nuoren lähiaikuiset eivät usein ole täysin tilanteen tasalla nuorten nuuskan käytön suhteen. On havaittavissa, että osa heistä ei tiedä tai tunnista nuuskan käyttöä, toiset sallivat ja jotkut jopa mahdollistavat sen. Nuorten mielestä aikuisten tulisi tietää nuuskasta enemmän ja pystyä myös keskustelemaan aiheesta nuorten kanssa sekä tarvittaessa asettamaan kontrollia ja rajoituksia.

Noudata nuuskaan liittyvää lainsäädäntöä ja edellytä sitä myös nuorelta

Nuuskan myynti, luovuttaminen ja välittäminen on Suomessa kielletty. Aikuinen saa tuoda nuuskaa matkustajatuonnin puitteissa omaa henkilökohtaista käyttöään varten 1 kg vuorokaudessa. Lahjaksi tai edes perheenjäsenille nuuskaa ei saa tuoda. Nuuskan myyjä syyllistyy veropetokseen ja voi kiinni jäädessään joutua maksamaan tupakkaverot. Ikä ei suoja veroseuraamuksilta. Myös Suomeen tuodun nuuskan ostaminen on laitonta.

Lähiaikuisten asenteella on vaikutusta nuoren nuuskan käyttöön

Lähiaikuinen on tärkeä roolimalli nuorelle, joten aikuisen asenteella on vaikutusta nuoren valintoihin. Kun aikuinen kertoo mitä mieltä hän on nuuskasta, nuori pystyy tarkastelemaan omia valintojaan suhteessa siihen. Nuoren on hyvä tietää, että aikuinen ei hyväksy nuoren päihteiden käyttöä, mutta hyväksyy nuoren ja välittää hänestä sekä on tarvittaessa valmis tarjoamaan tukea ja apua nuuskan käytön lopettamiseen.

Lisätieto: nuuskakoukku.fi

Lähteet: Ollila H. 2018. Nuorten tupakkariippuvuus ja sen arviointi. Käypä hoito Piispa M. 2018. Nuuska ja nuoret – Laadullinen selvitys nuorten nuuskan käytöstä ja hankintatavoista. Tupakkalaki. 549/2016