



TAVOITTEENA  
SAVUTON  
OPPILAITOS

 SOSIAALI- JA TERVEYSMINISTERIÖ

Esitteitä 2009:4



# TAVOITTEENA SAVUTON OPPILAITOS

Kaikille mahdollisuus  
savuttomaan ja turvalliseen  
tulevaisuuteen

***Kirjoittajat:***

*Reetta-Maija Luhta*, terveydenhoitaja,  
ennaltaehkäisevän päihdetyön koordinaattori,  
Etelä-Pohjanmaan sairaanhoitopiiri,  
terveyden edistämisen toimintayksikkö,  
reetta-maija.luhta@epshp.fi.

*Sinikka Vainionpää*, TTM, KM,  
projektipäällikkö,  
Seinäjoen ammattikorkeakoulu,  
sosiaali- ja terveystieteiden tutkimusyksikkö,  
sinikka.vainionpaa@uta.fi

ISBN 978-952-00-2817-6 (nid.)  
ISBN 978-952-00-2818-3 (PDF)  
ISSN 1236-2123 (painettu)  
ISSN 1797-982X (verkkojulkaisu)  
URN:ISBN:978-952-00-2818-3 (PDF)  
<http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-00-2818-3>

Kustantaja: Sosiaali- ja terveysministeriö  
Ulkoasu: Päivi Talonpoika-Ukkonen, Yliopistopaino  
Kuvat: Rodeo  
Paino: Yliopistopaino, Helsinki 2009

## Sisällys

Esipuhe	5
Johdanto	6
Miksi tarvitaan savuton oppilaitos?	7
Nuoriso arvostaa savuttomuutta	7
Savuttomuus on osa ammattitaitoa	9
Lainsäädäntö tukee savuttomuutta	10
Ensin luodaan savuton työpaikka	13
Sitten toteutetaan savuton oppilaitos	13
Savuton oppilaitos rakennetaan vaiheittain	15
Esimerkkejä savuttomien oppilaitosten toteutuksesta	17
Kirjallisuus	18
Lähteet	19
Liitteet	20



## Esipuhe

Tupakointiin liittyvät sairaudet aiheuttavat vuosittain yli 6000 ennen aikaista kuolemaa Suomessa. Ympäristön tupakansavulle altistuminen vie vuosittain yli 250 kansalaisen hengen. Puolet tupakoijista kuolee tupakointiin liittyviin sairauksiin. Tupakointi on turhin, tyhmin ja vaarallisin tapa. Toisaalta tupakoinnin haitat on ehkäistävissä, jos meillä on siihen luja tahto.

Suomen tupakkalaki on vähentänyt tupakointia merkittävästi. Miehistä 24 prosenttia ja naisista 17 prosenttia ilmoittaa tupakoivansa päivittäin. Nuorten tupakointi on joissakin ikäryhmissä tätäkin yleisempää. Noin miljoona suomalaista tupakoi edelleen päivittäin.

Tupakkalaki rajoittaa tupakointia työpaikkojen, koulujen ja vapaa-ajan sisätiloissa. Kaikki maamme 20 sairaanhoitopiiriä ovat julistautuneet savuttomiksi sairaaloiksi. Sosiaali- ja terveysministeriö on tuottanut savuttoman työpaikan opaskirjan, jossa on selkeät perusteet savuttomuudelle. Joissakin kunnissa ja monilla työpaikoilla rajoitetaan työntekijöiden tupakointia työpaikoilla, minkä seurauksena työpaikan sisätilat eivät ole pelkästään savuttomat tupakkalain määräysten perusteella, vaan työnantajat ovat edellyttäneet, että työntekijät eivät tupakoi koko työaikana.

Tulevaisuuden työpaikkojen työntekijät tulevat maamme kouluista ja muista oppilaitoksista. Heitä on oppilaitoksissamme yli 750 000. On tärkeää, että heille syntyy jo opiskeluaikana kuva savuttomasta työympäristöstä. Opetustoimessa opettajina ja kouluttajina työtä tekee tällä hetkellä yli 100 000 henkilöä. Heidän toimintansa ja asenteensa tupakointiin ovat tärkeitä, kun pyritään vaikuttamaan kouluisten ja opiskelijoiden elintapoihin.

Seinäjoella on määrätietoisesti lähdetty etsimään hyviä käytäntöjä ja sopivia toimintamalleja savuttomien oppilaitosten saavuttamiseksi. Tämän opaskirjan tarkoituksena on esittää tausta ja perusteet sille, miksi oppilaitosten tulee jatkossa olla savuttomia. Samalla opaskirja luettelee ne peruskohdat, joita savuttomalta oppilaitokselta edellytetään. Toivottavasti mahdollisimman moni maamme oppilaitoksista lähtee seuraamaan Seinäjoen erinomaista esimerkkiä. Savuttomat oppilaitokset ovat osaltaan viemässä meitä kohti savuttonta Suomea.

Helsingissä 10.11.2008

*Paula Risikko*  
Peruspalveluministeri  
Sosiaali- ja terveysministeriö

*Kari Reijula*  
Professori  
Työterveyslaitos

## Johdanto

Tulevaisuudessa yhä useammat työpaikat ovat savuttomia, joten opiskelijat tarvitsevat valmiuksia savuttomuuteen jo opiskeluvaiheessa. Tavoitteena savuton oppilaitos -opas soveltuu savuttomuuden edistämisen apuvälineeksi kaikkiin perusopetustasoa seuraaviin oppilaitoksiin sekä niiden savuttomuustyöryhmille.

Tavoitteena savuton oppilaitos -opas perustuu Etelä-Pohjanmaan sairaanhoitopiirin ja Seinäjoen ammattikorkeakoulun sosiaali- ja terveysalan tutkimusyksikön yhteistyöhön ja tukee osaltaan savuttomuuden edistämistä oppilaitoksissa sekä koulutuskuntayhtymässä. Oppaan esikuvana ovat toimineet Tavoitteena savuton työpaikka -opas (STM) sekä Savuton sairaala -toimintaohjelma.

Etelä-Pohjanmaan sairaanhoitopiiri julistautui savuttomaksi työpaikaksi loka-kuussa 2002. Tämän jälkeen myös muut Suomen sairaanhoitopiirit ovat julistautuneet savuttomiksi. Savuttomat sairaalat ovat olleet innoittavana esimerkkinä savuttomien työpaikkojen syntymiselle perusterveydenhuoltoon sekä muille työaloille.

Savuttomien työpaikkojen edistämisessä ovat tehneet aktiivista työtä myös Kansanterveyslaitos, Suomen Kuntaliitto, sosiaali- ja terveysministeriö, Työterveyslaitos sekä useat eri järjestöt. Yhteistyön tuloksena savuttomien työpaikkojen ja kuntien määrä on lisääntynyt nopeasti. Helsingin kaupunki julistautui savuttomaksi vuonna 2007. Suomen suurimpana kuntana ja suurena työnantajana se on toiminut suunnannäyttäjänä muille kunnille ja työyhteisöille.

Savuttomuuden edistäminen on myös osa kansainvälistä yhteistyötä. Kansainvälistä työtä tukee EU-komissio, jonka tavoitteena on savuton Eurooppa. Koordinoidut toimet ”savuttoman Euroopan” hyväksi ovat yksi komission terveys- ja ympäristöpolitiikan painopistealueista. EU-komissio on myös allekirjoittanut tupakkoinnin torjuntaa koskevan maailman terveysjärjestön (WHO) puitesopimuksen (FCTC).



## Miksi tarvitaan savuton oppilaitos?

Savuton oppilaitos tarvitaan vastaamaan entistä savuttomuusmyönteisemmän nuorison sekä savuttomien työpaikkojen asettamaan haasteeseen. Asenteiden muutosta tulisi arvostaa rakentamalla mahdollisimman kattava savuttomuuden verkosto positiivisen kehityksen tueksi. Savuton oppilaitos lisää opiskelu- ja työyhteisön hyvinvointia sekä viihtyvyyttä ja on osa kestäväää terveydenedistämistyötä. Lisäksi se on edullinen keino ehkäistä mahdollisia päihde- ja huumeongelmia. Toivottavaa on, että savuton oppilaitos vapauttaa ajan mittaan lisäresursseja opiskelijaterveydenhuollon tekemään muuhun tärkeään työhön.

## Nuoriso arvostaa savuttomuutta

Useat viime vuosien tutkimukset osoittavat, että nykynuoret suhtautuvat savuttomuuteen entistä myönteisemmin. Nuoret tupakoivat vähemmän, ja he ovat entistä raittiimpia. Raittius on lisääntynyt 12–15-vuotiailla nuorilla koko 2000-luvun ajan. Samanaikaisesti myös humalajuominen on vähentynyt. Tupakointikokeilut ovat vähentyneet kaikissa ikäryhmissä eikä tupakoinnilla ja tupakkatuotteilla ole enää samaa merkitystä nuorille kuin edellisen sukupolven aikana. Näkyvän tupakoinnin rajoittamisen ja terveyshaittatietoisuuden kasvun myötä tupakointia ei enää pidetä aikuisuuden symbolina. Koska julkiset tilat ovat nykyään lähes kokonaan savuttomia, myös nuorten tupakansavulle altistuminen on vähentynyt huomattavasti. Nuorten enemmistö on tupakkakielteistä, ja yhä useampi nuori (71 %) pitää tupakointia ”luuserien” puuhana”. Perheissä, jossa vanhemmat tupakoivat, lapset kokevat tupakoinnin haitat ja vaarat sekä pelkäävät vanhemman sairastumista tai kuolemaa.

Nuorten suhtautumista tupakointiin (2008) selvitettiin tutkimuksessa, johon vastasi 2739 iältään 12 – 17-vuotiasta. Tutkimukseen osallistuneista suomalaisnuorista 60 prosenttia on sitä mieltä, että nuorten parissa työskentelevät aikuiset eivät saisi tupakoida. Kaksi kolmasosaa nuorista ajattelee, että vanhempien ei pitäisi antaa lastensa tupakoida eikä tupakointia ei pitäisi myöskään sallia kouluissa ja rippikouluissa. Nuoret suhtautuvat myönteisesti ravintoloiden savuttomuuteen sekä tupakoinnin säätelyyn ikärajoilla. Kyselyyn osallistuneiden mukaan tupakoivat nuoret ovat levottomampia, huonommin menestyviä ja rajummin juhlivia kuin tu-



pakoimattomat nuoret. Lisäksi tulokset osoittavat, että nuorilla on epärealistinen käsitys siitä, mitä nikotiiniriippuvuus merkitsee. Tupakointia kokeilevien nuorten tavoitteena ei ole jäädä koukkuun, joten riippuvuus tulee heille yllättäen. Tupakoimattomista nuorista suurin osa (80 %) ei aio koskaan aloittaa tupakointia ja tupakoivista nuorista puolet suunnittelee lopettavansa piakkoin. Nuoret odottavat myös aikuisilta tupakoimattomuutta.

Bromsin (2008) tutkimuksen mukaan geneettiset tekijät selittävät noin puolet tupakoinnin aloittamisesta. Tupakoinnin lopettamiseen vaikuttavat puolestaan korkea koulutus ja ammattiasema. Hyvät perhesuhteet vaikuttavat lopettamis päätökseen myönteisesti koulutustasosta riippumatta. Bromsin mukaan on oleellista, että yhteiskunta tukee tupakoinnin lopettamista ja savuttomuutta eri keinoin.

## Savuttomuus on osa ammattitaitoa

Työelämään valmistuvalla tulisi nykypäivänä olla valmiudet työskennellä savuttomassa työpaikassa, sillä yhä useammat julkiset ja yksityiset työpaikat ovat jo savuttomia tai siirtymässä savuttomiksi. Tärkeimpänä syynä savuttomuuden suosimiselle pidetään työntekijöiden terveyden edistämistä, sairauksien vähenemistä, kustannusten säästöä ja työpaikan parempaa imagoa asiakkaiden silmissä. Työpaikoilla kannattaa tukea savuttomuutta, koska savuton työntekijä tuo työnantajalleen säästöä noin 2000 euroa vuodessa. Savuton työntekijä on vähemmän poissa työstä, ja työteho lisääntyy tupakkataukojen poisjäämisen vuoksi. Tutkimusten mukaan askin päivässä polttava työntekijä on tupakkatauolla vuosittain yhteensä 17 työpäivän ajan. Säästöä savuttomuudesta tulee myös vähentyneiden siivous- ja energiakulujen seurauksena. Esimerkiksi savuttomissa ravintoloissa on voitu vähentää ilmanvaihtolaitteiden ja sisätilojen lämmittämisen aiheuttamaa energiankulutusta jopa 30–50 prosenttia, mikä säästää myös ympäristöä.

Tyypillisiä savuttomia työpaikkoja ovat ravintolat. Ravintoloita koskevan tupakkalain (1.6.2007) uudistuksen ansiosta yli 10 000 ravintolaa ja baaria on muutunut savuttomaksi ja 40 000 ravintolatyöntekijän altistuminen tupakansavulle on loppunut. Lain on arvioitu säästävän vuosittain usean työntekijän hengen ja kuluneen vuoden aikana ravintoloissa on vältetty tuhansia sairauspoissaolopäiviä. Ennen lain voimaantuloa ravintolatyöntekijät pelkäsivät, että heistä tulee ”tupakkapolii-seja”, jotka joutuvat jatkuvasti puuttumaan asiakkaiden tupakointiin. Myös järjestyshäiriöiden lisääntymistä pelättiin. Uhkakuvat eivät kuitenkaan ole toteutuneet, vaan asiakkaat ovat noudattaneet lakia paljon odotettua paremmin. Lain kielteiset vaikutukset ovat liittyneet lähinnä roskaamisen lisääntymiseen ravintoloiden edustalla, toisaalta siivousta sisätiloissa on voitu vähentää. Valtaosa suomalaisista (85 %) suhtautuu myönteisesti ravintoloiden muuttumiseen savuttomaksi, myös säännöllisesti tupakoivien enemmistön (56 %) mielestä se on hyvä asia. Savuttomuus on lisännyt ravintoloiden viihtyvyyttä, eikä se ole vaikuttanut enemmistön ravintolokäyntien määrään.

Hyvien kokemusten myötä savuttomuus työpaikoilla lisääntyy nopeasti. Ongelmallista on, että tällä hetkellä koulutus ei vastaa työelämän vaatimusta savuttomuudesta, joka nähdään jo osana ammattitaitoa. Savuttomuusvalmiuksien puuttuminen saattaa pahimmassa tapauksessa keskeyttää opiskelijan työharjoittelun tai työskentelyn kesätyöpaikassa. Työharjoittelun keskeytyminen voi siirtää opiskelijan valmis-



tumista ammattiin ja kesätyöpaikan menettäminen vaikeuttaa työpaikan saantia myöhemmin. Jos tupakointi aiemmin syrjäytti ihmisiä terveydellisten vaikutusten vuoksi, se voi nyt syrjäyttää myös työpaikan menettämisen kautta. Tutkimustiedon (2008) mukaan tupakoitsijat ovat nykyään ajautuneet sosiaalisten verkostojen reunoille. Tupakoinnin lopettaminen näyttää puolestaan avaavan tien takaisin sosiaalisesti keskeisempään asemaan. Tupakoinnin lopettava tekee itselleen suuren palveluksen, mutta hän helpottaa myös lähipiirinsä lopettamismahdollisuuksia. Tupakoinnin lopettaminen on tarttuvaa ja sosiaalisesti viisasta.

### **Lainsäädäntö tukee savuttomuutta**

Savuttoman oppilaitoksen aikaansaaminen vaatii tavoitteellista ja pitkäjänteistä työskentelyä. Tärkein edellytys työn onnistumiselle on oppilaitoksen johtohenkilöiden sitoutuminen savuttomuuteen. Johdon ensimmäisenä tehtävänä on motivoida henkilöstöä siihen, että oppilaitoksesta tulee savuton työpaikka. Sen jälkeen voidaan lähteä rakentamaan savutonta oppilaitosta. Savuttomuustyön tukena on lainsäädäntö, josta löytyvät perusteet sekä savuttomalle työpaikalle että oppilaitokselle.

## Savuttomuutta sääteleviä keskeisiä lakeja

### *tupakkalaki*

Tupakkalain (693/1976) mukaan tupakointi on kielletty päiväkotien ja koulujen tiloissa, jotka on tarkoitettu lasten ja nuorten käyttöön. Lisäksi tupakointi on kielletty julkisissa kulkuneuvoissa ja tiloissa. Tupakkalain (765/1994) muutos rajoitti tupakointia työpaikoilla ja tupakan myynti alle 18-vuotiaille kiellettiin. Tupakointi kiellettiin myös päiväkotien ja oppilaitosten ulkoalueilla.

Tupakkalain (693/2006) muutoksella ympäristön tupakansavu on todettu syöpävaaralliseksi aineeksi, jolta suojaamiseen työssä noudatetaan, mitä tässä laissa ja työturvallisuuslainsäädännössä säädetään.

### *työturvallisuuslaki*

Työturvallisuuslain (738/2002) mukaan työnantajan on huomioitava kaikki tarpeellinen työntekijän terveyden suojelemiseksi. Lain tarkoituksena on parantaa työympäristöä ja työolosuhteita työntekijöiden työkyvyn turvaamiseksi ja ylläpitämiseksi sekä ennaltaehkäistä ja torjua työympäristöstä johtuvia terveyshaittoja.

### *terveydensuojelulaki*

Terveydensuojelulain (763/1994) tarkoituksena on vähentää ja poistaa elinympäristössä esiintyviä tekijöitä, jotka voivat aiheuttaa terveyshaittaa.

### *työterveyshuoltolaki*

Työterveyshuoltolain (1383/2001) tavoitteena on työnantajan, työntekijän ja työterveyshuollon yhteistoimin edistää muun muassa työn ja työympäristön terveellisyttä ja turvallisuutta.

### *valtioneuvoston päätös ympäristön tupakansavusta*

Valtioneuvoston päätöksen mukaan (VNP 1153/1999) työnantajan tulee suojata työntekijää työympäristön tupakansavun aiheuttamalta syöpävaaralta.

## Oppilaitoksen savuttomuutta tarkentavat lisäksi

### *tupakkalaki*

Lain (765/1994) mukaan tupakointi on kielletty oppilaitosten opiskelijoille tarkoitetuissa sisätiloissa ja niiden pääasiassa kahdeksatoista vuotta nuoremmille tarkoitetuilla ulkoalueilla. Lainsäätäjän yksiselitteisen kannan mukaan oppilaitosten sisätilojen ja ulkoalueiden tulee olla savuttomia perusasteen lisäksi myös lukiossa ja pääosassa ammatillisia oppilaitoksia. Erillisiä tupakointitiloja opiskelijoille oppilaitoksissa ja niiden ulkoalueilla ei voida järjestää.

Kunnan terveystarkastaja valvoo, että oppilaitokset noudattavat tupakkalain (765/1994) säännöksiä ja määräyksiä. Tilojen haltija on vastuussa tupakkalain noudattamisesta, laiminlyönnistä voi seurata sakkorangaistus, joka voidaan määrätä kunnan terveystarkastajan ilmoituksesta. Oppilaitoksen tulee sisällyttää tupakkalain edellyttämät rajoitukset järjestyssääntöihinsä ja valvoa niiden toteuttamista.

### *ammattillista koulutusta koskeva laki*

Ammatillista koulutusta koskevassa laissa (630/1998) on määritelty järjestyssääntöjen rikkomuksesta johtuvat seuraamukset. Lain mukaan oppilasta voidaan rangaista mm. kirjallisella varoituksella tai erottamalla opiskelija oppilaitoksesta määrääjäksi. Lisäksi tupakkalain (765/1994) mukaan henkilö, joka oppilaitoksen johdon huomautuksesta huolimatta jatkaa tupakointisäännösten rikkomista, on mahdollista tuomita tupakointirikkomuksesta sakkoon.

Savuttomuutta tukevat lain säännökset ovat minimisäännöksiä, joiden lisäksi oppilaitoksilla voi olla paljon pidemmälle menevä oma säännöstö. Lainsäädäntö luo perustan oppilaitoksen savuttomuudelle, mutta se ei yksinään riitä, vaan säännösten toteutuminen vaatii niiden toimeenpanoa käytännössä.

Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskuksen mietinnössä (StVM 5/94) todetaan, että tupakoinnin tulee olla kiellettyä lukiossa ja pääosin ammatillisissa oppilaitoksissa. Alaikäiset nuoret eivät ole täysivaltaisia päättämään itsenäisesti omasta terveydestään ja nikotiiniriippuvuuteen sitoutumisesta. Alaikäisen nuoren kasvun tukeminen ja ohjaaminen on vanhempien ja muiden aikuisten kasvatustehtävä. Lisäksi on muistettava, että aikuisten käyttäytyminen ja kannanotot ovat esimerkkinä nuorille. Savuttomuuden edistäminen lainsäädännöllä on osoittautunut tehokkaaksi, sillä

tupakointiin kohdistuvien lakien vaikuttavuudesta kansanterveyteen on olemassa vahva näyttö.

## Ensin luodaan savuton työpaikka

Savuttoman työpaikan toteuttaminen perustuu sisäiseen tiedottamiseen, joka on hyvä aloittaa jo suunnitteluvaiheessa. Suunnittelutyön edetessä esimiehille ja henkilökunnalle on järjestettävä mahdollisuus keskustella työpaikan savuttomuudesta sekä siihen liittyvistä toimista. Tarvittaessa voidaan järjestää aiheeseen liittyvä koulutus- tai seminaaripäivä. Lisäksi kerrotaan tupakoinnin lopettamiseen tarjolla olevasta tuesta sekä mahdollisuudesta henkilöstön hyvinvoinnin edistämiseen.

### *Oppilaitos on savuton työpaikka, kun*

1. tupakointi on kielletty työpaikan sisä- ja ulkotiloissa tupakkalain edellyttämällä tavalla,
2. työpaikan sisä- ja ulkotiloissa ei ole tupakointitiloja, -katoksia tai tuhkakuppeja,
3. tupakointi on kielletty työaikana sekä työaikaan kuuluvien palkallisten taukojen aikana,
4. työntekijät eivät altistu passiiviselle tupakoinnille työpäivän aikana,
5. uusia tupakointitiloja ei rakenneta,
6. työpaikan edustus- ja muut tilaisuudet ovat savuttomia,
7. tupakkatuotteita ei myydä työpaikalla,
8. tupakoivaa henkilökuntaa tuetaan tupakoinnin lopettamiseen,
9. työpaikan savuttomuudesta on ilmoitettu kyltein esimerkiksi ulko-ovilla ja
10. työnhakuilmoituksissa kerrotaan työpaikan olevan savuton.

## Sitten toteutetaan savuton oppilaitos

Savuttomuuteen liittyvien säännösten toimeenpano on suositeltavaa rakentaa osaksi oppilaitosten kulttuuria sekä kasvatusta ja toimintaperiaatteita. Tällöin savuttomuuden edistäminen on osa oppilaitosten opiskelijoiden terveyden ja hyvinvoinnin ylläpitoa ja edistämistä. Tähän tarvitaan koulun johdon ja koko kouluyhteisön osal-

lisuutta. Savuttomuuden edistämistyö on tuloksellista, kun työ perustuu yhteisesti sovittuun tavoitteeseen, johon sitoudutaan.

Savuttomuuden edistämistyön päämääränä ovat savuttomat oppilaitokset ja koulutusverkosto. Kasvuikäisillä lapsilla ja nuorilla on oikeus kasvaa savuttomassa ympäristössä. Toiminnan tavoitteena on luoda savuttomuutta edistäviä pysyviä rakenteellisia ratkaisuja ja käytäntöjä, kehittää tukitoimia sekä tehostaa eri hallintokuntien, kansalaisjärjestöjen ja seurakuntien verkostoitumista savuttomuuden edistämistyössä.

### *Oppilaitos on savuton, kun*

1. tupakointi on kielletty oppilaitoksen sisä- ja ulkotiloissa lain edellyttämällä tavalla,
2. oppilaitoksen sisä- ja ulkotiloissa ei ole tupakointitiloja, -katoksia tai tuhkakuppeja,
3. tupakointi on kielletty työ-, opiskelu- sekä harjoittelupäivän aikana,
4. opiskelijat eivät altistu passiiviselle tupakoinnille opiskelu- tai harjoittelupäivän aikana,
5. oppilaitoksen edustus- ja muut tilaisuudet ovat savuttomia,
6. tupakkatuotteita ei myydä oppilaitoksen alueella,
7. tupakoivia opiskelijoita tuetaan tupakoinnin lopettamiseen,
8. ilmoitus oppilaitoksen savuttomuudesta on ilmoitettu kyltein esimerkiksi ulko-ovilla ja
9. opiskelijavalinnan yhteydessä kerrotaan oppilaitoksen olevan savuton.

Savuttoman oppilaitoksen opiskelijat ja henkilökunta saavat työskennellä terveellisessä ja turvallisessa ympäristössä. He saavat tukea savuttomuuteen sekä yksilöinä että yhteisönä. Kun opiskelijat valmistuvat ammattiin, heillä on valmiudet työskennellä savuttomassa työpaikassa. Heillä on myös valmius tukea asiakkaiden, potilaiden ja läheistensä savuttomuutta sekä rakentaa savuttomia asuin-, työ- ja toimintaympäristöjä. Mikäli todistuksessa on lisäksi merkintä savuttomasta oppilaitoksesta, se antaa tupakoiville opiskelijoille mahdollisuuden hakea työtä tasavertaisena tupakoimattomien kanssa. He ovat saaneet työssä tarvittavat savuttomuusvalmiudet jo opiskeluaikana.





## Savuton oppilaitos rakennetaan vaiheittain

Savuttoman oppilaitoksen toteutus vie aikaa noin 6–12 kuukautta. Sen jälkeenkin tarvitaan vielä useiden vuosien kehittämistyötä. Toteutuksen ensimmäinen vuosi on haastavin, mutta työ kuitenkin helpottuu uusien opiskelijoiden myötä. He tietävät tulevaisuutta savuttomaan oppilaitokseen, jossa savuttomuus on osa koulun arkea ja järjestyssääntöjä. Savuttoman oppilaitoksen toteutuksen käynnistää työryhmä, jonka kannattaa verkostoitua paikallisten savuttomuusasiantuntijoiden kanssa ja hyödyntää heillä jo olemassa olevat tiedot ja kokemukset oman työn tueksi. Toiminnan käynnistyessä on hyvä järjestää koulutus- tai seminaaripäivä aiheesta.

### Ensimmäinen vaihe

1. tehdä ehdotus savuttomasta työpaikasta ja oppilaitoksesta,
2. hankkia ehdotukselle koulutuskuntayhtymänne ylimmän johdon tuki,
3. järjestää opiskelijoille ja henkilöstölle keskustelumahdollisuus asiasta.
4. käsitellä savuttomuusaloite sen jälkeen yhteistoimintaneuvostossa,
5. viedä asia kuntayhtymän hallitukseen, joka tekee päätöksen savuttomasta työpaikasta ja oppilaitoksesta,
6. johtoryhmä nimeää savuttomuustyöryhmän, johon tulisi kuulua oppilaiden, henkilöstön, työsuojelun sekä opiskelija- ja työterveyshuollon edustus sekä tarvittaessa muita asiantuntijoita,
7. työryhmä suunnittelee savuttomuusohjelman aikataulun, vastualueet sekä savuttomuuden edistämiseen liittyvät tukitoimet mm. vieroitustuen,

## Toinen vaihe

8. työryhmä järjestää opiskelijoille ja henkilökunnalle tiedotustilaisuuden, jossa ilmoitetaan päivämäärä, josta alkaen oppilaitos on savuton sekä kerrotaan myös savuttomuusohjelman sisältö ja siihen liittyvät tukitoimet,
9. oppilaitoksen sisätiloissa ja ulkoalueella mahdollisesti sijaitsevat tupakointitilat, -katokset sekä tuhkakupit poistetaan eikä uusia tupakointitiloja tämän jälkeen rakenneta,
10. oppilaitoksen savuttomuus ilmoitetaan asianmukaisin kyltein,
11. oppilaitoksen savuttomuudesta tiedotetaan julkisesti yhteistyökumppaneille,

## Kolmas vaihe

12. oppilaitoksen savuttomuudesta tiedotetaan oppilaitokseen tuleville uusille opiskelijoille ja opettajille jo hakuvaiheessa,
13. savuttomuuden toteutumista seurataan ja arvioidaan yhteisesti sovituin menetelmin ja tarvittaessa voidaan toteutuksen apuna käyttää laissa säädettyjä sanktioita sekä muiden viranomaisten tukea,
14. oppilaitosten edellytysten mukaisesti voidaan savuttomuuden edistämässä hyödyntää opiskelijoiden osallisuutta esimerkiksi vertaistukijoina tai yhteisön hyvinvointia lisäävän välituntitoiminnan ideoimisessa,
15. valmistuvat opiskelijat saavat savuttomuusvalmiudet osana ammattitaitoa sekä todistukseen merkinnän opiskelusta savuttomassa oppilaitoksessa,
16. ja oppilaitos edistää savuttomuutta alueellisesti, kansallisesti sekä kansainvälisesti yhteistyössä muiden savuttomuustyötä tekevien tahojen kanssa.

## Esimerkkejä savuttomien oppilaitosten toteutuksesta

Tavoitteena savuton oppilaitos -opas tuo esille käytännön savuttomuustyöstä nousseita näkökulmia. Perusteet löytyvät lainsäädännöstä. Oppilaitoksen savuttomuustyöryhmän haasteena on saada säädökset toteutumaan käytännössä. Toteutus on mahdollista, mikäli oppilaitoksen johto ja koko henkilökunta sitoutuvat yhteiseen tavoitteeseen. Erinomainen käytännön esimerkki on Turun ammattikorkeakoulun terveystieteen yksikössä toteutunut savuttomuuden edistämistyö ja savuttomaksi oppilaitokseksi julistautuminen (liite 2). Korkeatasoisia käytännön vieroitushoitotyön asiantuntijoita koulutetaan puolestaan hankkeessa, jonka suunnittelussa ja toteutuksessa on ollut mukana Seinäjoen ammattikorkeakoulun sosiaali- ja terveystieteen yksikkö (liite 3).

Savuttomuuden edistäminen on osa laaja-alaista nuorten terveyden ja hyvinvoinnin edistämistä, joka osaltaan mahdollistaa terveyserojen kaventamista. Savuton oppilaitos voi toimia tässä työssä merkittävänä tukena. Savuttomien oppilaitosten toimintaa voivat puolestaan tukea savuttomat kaupungit, kunnat sekä maakunnat. Esimerkiksi Etelä-Pohjanmaan sairaanhoitopiiri on tarjonnut tukensa alueensa oppilaitoksille ja koulutuskuntayhtymälle savuttomuuden aikaansaamiseksi yhteistyössä Seinäjoen ammattikorkeakoulun sosiaali- ja terveystieteen tutkimusyksikön No smoke -hankkeen kanssa (liite 1).

Kuntakyselyt kertovat, että vain osassa Suomen kunnista ymmärretään kunta-alaisten hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen merkitys ja siitä seuraavat inhimilliset sekä taloudelliset hyödyt. Vastuu toiminnasta kuuluu kunnan korkeimmalle johdolle. Heillä on sananvaltaa poikkihallinnollisiin, terveyttä edistäviin ratkaisuihin niin julkisten kuin yksityistenkin toimijoiden suhteen. Savuton kaupunki tai kunta tuo oppilaitosten toiminnan tueksi lisää savuttomia tiloja, rakennuksia, piha-alueita ja toimijoita. Savuttomuuden edistämiseksi tarvitaan kaikkien aikuisten vastuullista ja sitoutunutta yhteistyötä. Mitä kattavampi savuttomuuden suojaverkosto on, sitä parempia tuloksia ja parantunutta elämänlaatua voidaan odottaa.



## Kirjallisuus

- Hildén, S.M. 2004. Tupakasta vieroittajan opas - motivoinnin avulla eroon tupakkariippuvuudesta. WSOY. Juva.
- Jokinen, H. (toim.) 2006. Laatutähteä tavoittelemassa. Ehkäisevän päihdetyön laatukriteerit. www.stakes.fi
- Kiiskinen, U. & Vehko, T. & Matikainen, K. & Natunen, S. & Aromaa, A. 2008. Terveyden edistämisen mahdollisuudet. Vaikuttavuus ja kustannusvaikuttavuus. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2008:1. Yliopistopaino. Helsinki.
- Kilpeläinen, M. & Koskinen, S. 2006. Tupakointi ja työsuhte. Edilex. Edita Publishing Oy.
- Kuntz M.2007: Viimeinen tupakkamies. Gummerus. Jyväskylä .
- Lahtinen, A,. & Ainamo, A. 2001. Miten autan tupakoivaa lopettamaan. Opas suun terveydenhuollon henkilöstölle. Suomen hammaslääkäriliitto, Verbi Oy. Espoo.
- Lahtinen R. 2007. Savun lumo - tupakan kulttuurihistoria. Gummerus Kirjapaino Oy. Jyväskylä.
- Nieminen, R. 1999. Vapaaksi tupakasta. Therapia Generalia. Gummerus Kirjapaino Oy. Jyväskylä.
- Patja, K. & Iivonen, K. & Aatela, E. 2005. Pystyt kyllä eroon tupakasta. Gummerus kirjapaino Oy. Jyväskylä .
- Pennanen, M. Patja, K. Joronen, K. 2006. Tupakkakertomus 2006. Oikeus savuttomaan elämään. Kansanterveyslaitoksen julkaisuja. B3/2006. Edita Prima Oy. Helsinki
- Puska, P. & Urjanheimo, E.L. 1979. Irti tupakasta. WSOY. Juva.
- Vierola, H.1994.Tupakka ja naisen terveys. Art House. Jyväskylä.
- Vierola H.2005.Tupakka -miehen tietokirja. Art House. Jyväskylä.
- Vierola, H. 2006. Tyttöjen ja naisten tupakkatietokirja, pysy nuorena - elä kauemmin. Tietosanoma Oy. Vantaa.

## Lähteet

- Broms, U. 2008. Nicotine Dependence and Smoking Behaviour. A genetic and epidemiological study. Department of Public Health. University of Helsinki. Multiprint Oy. Helsinki.
- Helakorpi, S. 2008. Impact of Tobacco Control Policy on Smoking and Exposure to Environmental Tobacco Smoke. Publications of the National Public Health Institute A/2008.
- Kiiskinen, U. & Vehko, T. & Matikainen, K. & Natunen, S. & Aromaa, A. 2008. Terveyden edistämisen mahdollisuudet. Vaikuttavuus ja kustannusvaikuttavuus. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2008:1. Yliopistopaino. Helsinki.
- Etelä-Pohjanmaan sairaanhoitopiiri, savuton sairaala toimintaohjelma 2002, [www.epshp.fi](http://www.epshp.fi)
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, tietoa tupakasta, [www.thl.fi](http://www.thl.fi)
- Suomen kuntaliitto, sairaanhoitopiirit, katsaukset ja erillisselvitykset, savuton sairaala, [www.kunnat.net](http://www.kunnat.net)
- Sosiaali- ja terveysministeriö Savuton työpaikka mahdollisuutena, [www.stm.fi](http://www.stm.fi)
- Työterveyslaitos, aihesivut, sisäilman kemialliset tekijät, tupakointi, [www.ttl.fi](http://www.ttl.fi)
- Suomen ASH ry., [www.suomenash.fi](http://www.suomenash.fi).
- Filha ry., [www.filha.fi](http://www.filha.fi).
- Hengityслиitto Heli, ry., [www.hengityслиitto.fi](http://www.hengityслиitto.fi).
- Suomen sydänliitto ry., [www.sydanliitto.fi](http://www.sydanliitto.fi).
- Tietoa ja tukea tupakoinnin lopettamiseen, [www.stumppi.fi](http://www.stumppi.fi)
- Tupakkaverkko, [www.tupakkaverkko.fi](http://www.tupakkaverkko.fi).
- Savuton Helsinki Tupakoinnin ehkäisy- ja vähentämishjelma Helsinkiin 2007–2015, [www.hel2.fi/](http://www.hel2.fi/)
- Euroopan yhteisöjen komissio. 30.1.2007. Vihreä kirja. Tavoitteena savuton Eurooppa. Syöpäjärjestöt, [www.cancer.fi](http://www.cancer.fi)
- Terveyskirjasto, [www.terveyskirjasto.fi](http://www.terveyskirjasto.fi)
- FINLEX, Valtion säädöstietopankki, [www.finlex.fi](http://www.finlex.fi)
- Liimatainen-Lamberg, A. E. (toim.) 2000. Tupakoimattomana ammattiin. Opas tupakoimattomuuden edistämistyöhön ammatillisissa oppilaitoksissa. Opetushallitus. Helsinki.
- Valtioneuvoston politiikkaohjelmat, [www.valtioneuvosto.fi](http://www.valtioneuvosto.fi)

## Liitteet

Liite 1. No smoke -hanke, Seinäjoen ammattikorkeakoulu

Liite 2. Sataset-hanke, Turun ammattikorkeakoulu

Liite 3. Virtuaaliopetus-hanke, Seinäjoen ammattikorkeakoulu

## Liite I

### No smoke -hanke

*Savuttomuutta toisen asteen oppilaitoksiin Etelä-Pohjanmaalla  
Seinäjoen ammattikorkeakoulun sosiaali- ja terveystieteiden tutkimusyksikkö*

No smoke -hanke käynnistyi keväällä 2006 tarjoamaan tukea ja koulutusta toisen asteen oppilaitoksille savuttomuuden edistämiseksi Etelä-Pohjanmaalla. Hankkeen taustalla on Terveys 2015 -kansanterveysohjelma, jossa on korostettu erityisesti lasten ja nuorten hyvinvoinnin edistämistä. Hankkeen rahoitusta on tukenut sosiaali- ja terveysministeriö ja vastuullisena toteuttajana on toiminut Seinäjoen ammattikorkeakoulun Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimus- ja kehittämissyksikkö. Hankkeessa on ollut mukana viisi keskiasteen ammattioppilaitosta Etelä-Pohjanmaalta. Kyseisiin oppilaitoksiin kuuluvat Härmänmaan ammatti-instituutti (Lapua), Järvi-seudun ammatti-instituutti (toimipisteet Lappajärvellä, Alajärvellä ja Kurejoella), Kurikan ammattioppilaitos, Seinäjoen ammattioppilaitos sekä Seinäjoen palvelu-alajoen oppilaitoksesta liikealan ja sosiaali- ja terveystieteiden yksiköt. Hankkeen yhteistyökumppaneina ovat olleet Etelä-Pohjanmaan sairaanhoitopiiri, Seinäjoen seudun terveysyhtymä ja Terveys ry:n Pohjanmaan alue.

No smoke -hankkeen tavoitteena on ollut opiskelijoiden tupakoinnin vähentyminen, opiskelijaterveydenhoitajien ja opetushenkilökunnan tietotaidon lisääminen tupakasta vieroituksessa, oppilaitosten keskinäisen verkostoitumisen edistäminen sekä savuttomien oppilaitosten aikaansaaminen. Hanke käynnistyi oppilaitoskohtaisten toimintasuunnitelmien tekemisellä ja savuttomuustyöryhmien kokoamisella. Työryhmiin on kuulunut sekä opiskelijaterveydenhuollon että opettajakunnan edustajia ja he ovat vastanneet savuttomuuden edistämistyön koordinoinnista oppilaitoksissa. Hankkeen alkuvaiheessa oppilaitosten henkilökunnalle järjestettiin koulutusta nikotiiniriippuvuudesta, nikotiinikorvaushoidosta, motivoivasta haastattelusta sekä nuorten tupakoinnin lopettamisryhmien ohjaamisesta. Tavoitteeseen tupakoinnin vähentämisestä oppilaitoksissa on pyritty vastaamaan järjestämällä aiheeseen liittyviä teemapäiviä ja kilpailuja, lisäksi oppilaat ovat saaneet yksilöllistä tupakastavieroitushoitoa terveydenhoitajien toteuttamana. Vieroituksen tueksi hanke on kustantanut nikotiinikorvaushoitoja ja seurannut hoitojen vaikuttavuutta. Hankkeen alussa opiskelijoille tehtiin tupakointitapa- ja tupakointitottumuskysely, joka uusittiin syksyllä 2008.

Hankkeen tavoitteeseen oppilaitosten keskinäisen verkostoitumisen edistämiseksi on pyritty työkokousten, tiedottamisen ja seminaaripäivien avulla. Hankkeeseen kuuluvien oppilaitosten tavoitteellinen yhteistyö on käynnistänyt verkostoitumisen myös muiden savuttomuutta edistävien tahojen kanssa paikallisjärjestöissä sekä kuntatasolla. Savuttomuushaaste on viety Seinäjoen kaupungille ja alueen kuntiin, jotka voisivat savuttomuuspäätöksillään tukea oppilaitosten savuttomuustyötä. Tavoite savuttomien oppilaitosten suhteen on edennyt siten, että oppilaitosten työryhmistä on esitetty aloite Seinäjoen koulutuskuntayhtymän johtoryhmälle savuttomuuden aikaansaamiseksi koko koulutuskuntayhtymään. Yhtenäinen verkosto on tarpeen, sillä samassa rakennuksessa voi opiskella sekä ammattioppilaitosten että ammattikorkeakoulun opiskelijoita. Myös opiskelijoiden liikkuvuus on lisääntynyt eri oppilaitosten välillä. Kesäkuussa 2008 Seinäjoen koulutuskuntayhtymään perustettiin savuttomuustyöryhmä suunnittelemaan savuttomuuden toteutumista koulutuskuntayhtymässä. Työryhmä jatkaa savuttomuuden edistämistä oppilaitoksissa No smoke -hankkeen päättyessä syksyllä 2008. Tavoitteena savuton oppilaitos -opas on kirjoitettu työryhmän toiminnan tueksi, ja se perustuu oppilaitosten savuttomuuden edistämistyössä esiin tulleisiin näkemyksiin.



## Liite 2

### Saavutettu savuton opiskelu- ja työyhteisö

Turun ammattikorkeakoulun sosiaali- ja terveysala (Ruiskatu 8) ja ammatti-instituutin sosiaali- ja terveysala (Uudenmaankatu 43) julistautuivat savuttomiksi opiskelu- ja työyhteisöiksi 2008 alkaen. Valmistelemaa työtä teki sosiaali- ja terveysministeriön rahoittama ja Lounais-Suomen Syöpäyhdistys ry:n sidosryhmineen toteuttama SATASET -hanke. Savuttomuusideologiaa tehtiin tunnetuksi monin tavoin. Opiskelijat suunnittelivat mainoksia, järjestivät erilaisia kilpailuja ja teemapäiviä. Savuttomuuteen pyrkivien tukena olivat tupakastavieroitusohjaaja, opiskeluterveydenhuolto, tupakasta irti -tukiryhmät, virtuaalituuki ja savuttomuuteen kannustava opiskelu-/työtoveri.

Moniammatillinen työryhmä SATASET kehitti toimintamallin (kuvio 1), jonka avulla systemaattisesti edistettiin savuttomuutta. Työ aloitettiin jo opiskelijaksi hakijoiden ja valittujen keskuudessa ja sitä jatkettiin koko opiskeluajan. Kaikille opiskelunsa aloittaville pidettiin informaatiotilaisuus, jossa kerrottiin savuttomuuspyrkimyksestä ja samalla kartoitettiin tupakoitsijoiden halukkuutta lopettaa tupakointi. Halukkaita tuettiin henkilökohtaisesti, sähköpostitse, tarkoitusta varten kehitetyllä virtuaalisella opiskelualustalla ja verkkosivustoilla. Lisäksi tarjottiin osallistumista Tupakasta irti -ryhmiin. Savuttomuuteen tukemassa toimi tupakastavieroitusohjaaja ja joukko tutoropiskelijoita, jotka samalla saivat jo opiskeluaikanaan tuntumaa terveysohjaajan työstä. Tutoropiskelijat suorittivat lähi- ja etäopiskeluna nettipohjaisen Tupakasta irti -ohjaajan opinnot 1 ja 2, jolloin he saivat valmiudet ryhmän/yksilöiden tupakastavieroituksen ohjaamiseen. Henkilöä, joka pyrki lopettamaan tupakoinnin, ei jätetty yksin, vaan häntä tuettiin hänelle sopivin keinoin.

Opiskeluterveydenhuolto oli kiinteästi mukana savuttomuushankkeessa ja käytti opiskelijoiden terveyden- ja sairaanhoitokäyntien yhteydessä Kuuden K:n mallia, Fagerströmin testiä, tarjosi eri tuke- ja hoitovaihtoehtoja ja tarvittaessa antoi nikotiiniriippuvuuteen ”reseptin”, joka takasi tietyn apteekin kanssa neuvotellun tuotealennuksen. Työyhteisöissä muokattiin myönteistä savuttomuusasennetta järjestämällä keskustelu- ja tiedotustilaisuuksia sekä kilpailuja. Henkilökunnalle tarjottiin osallistumismahdollisuutta Tupakasta irti -vieroitusryhmiin, ja tupakastavieroitusohjaaja oli tavattavissa joka viikko ja muulloinkin tarvittaessa. Lisäksi Agenda 21 -työryhmä otti tehtäväkseen savuttomuuden edistämisen opiskelu- ja työyhteisössä.

## TOIMINTAMALLI

Informaatiot pyrkimyksestä savuttomaksi toimipisteeksi



Kuvio 1. Savuttomuuden edistämisen toimintamalli

Malli on nähtävissä virtuaalisesti osoitteessa: <http://www.lssy.fi/savutta/toimintamalli.ppt>

SATASET-hankkeen tunnettavuuden lisäämiseksi järjestettiin infopisteitä erilaisilla messuilla ja esitelmöitiin monissa terveydenhuoltoalan ammattilaisille järjestetyissä tilaisuuksissa. Oppilaitoksen monitoreissa esitettävien mainoskatkelmien avulla pyrittiin saamaan yksilöt havahtumaan ja keskustelemaan savuttomuusasiasta, jolloin savuttomuutta voitiin tarkastella useista, ristiriitaisistakin näkökulmista. Sanoma levisi erittäin hyvin verkostoitumisen kautta ja lähiviestinnässä eri osapuolet ymmärsivät tai tiesivät helposti toistensa näkökulmia. Apua keskustelun eteenpäin viemisessä oli myös yhteiskunnallisiin muutoksiin liittyvästä muutosvistarinnasta.

SATASET-hankkeen tavoitteena on siirtää hyvät toimintamallit käyttöön ja osaksi oppilaitos- ja työpolitiikkaa, tukea päättäjiä ja sitouttaa henkilöstöä ja opiskelijoita yhteisesti hyväksymään savuttomuuden. Hankkeen tavoitteena on olla maanlaajuisesti esillä ja samalla vilkastuttaa mielipiteiden vaihtoa. Mikäli savuttomuuden toimintamalli halutaan siirtää toiseen ympäristöön, sitä saatetaan joutua muokkaamaan ympäristöön sopivaksi. SATASET-hankkeen malli sopii käytettäväksi ja sitä käytetään jo erilaisissa työympäristöissä. Hankkeen jatkoksi on perustettu SATASET-verkosto, jonka tavoitteena on savuttomuustyötä tekevien antaa/saada toinen toisiltaan hyviä käytänteitä jokapäiväiseen työhönsä. Nuorten opiskelijoiden vieroittaminen tupakasta on vaativaa, mutta haastavaa ja palkitsevaa. Yksi hyvä mahdollisuus on käyttää kännykkää, sähköpostia ja sähköisiä opetuslustoja, jotka ovat nuorille tuttuja. Ne ovat nopeita välineitä, ja niiden avulla voidaan helposti tavoittaa suurikin joukko ja herätellä yksilöitä miettimään savuttomuutta. Savuttomuuden edistämistoiminnassa on luotava terveyttä edistävä ympäristö. Tällaisen ympäristön luomisessa jokainen on avainasemassa. Päätöksen savuttomasta opiskelu- ja työyhteisöstä tulee olla johdon, henkilökunnan ja opiskelijoiden yhteinen. Myös esimerkin vaikutus on tärkeä. Johdon sitoutuminen on välttämätöntä opiskelu- ja työympäristöjen muuttumisessa savuttomiksi. Se mahdollistaa asioiden etenemisen ja vahvistaa savuttomuuspolitiikkaa koskevien päätösten tekoa. Lisäksi tarvitaan koko henkilökunnan ja opiskelijoiden sitoutuminen ja työpanos. Kuitenkin tupakoitsija itse tekee suurimman työn lopettaessaan tupakoinnin. Vaikka oppilaitos on julistautunut savuttomaksi, ei työ ole vielä tehty. Tarvitaan aikaa, resursseja ja kärsivällisyyttä saatujen käytänteiden jatkamiselle.

Lisäinformaatiota saa kirjoittajalta [margetta.lotila@lssy.fi](mailto:margetta.lotila@lssy.fi) ja osoitteesta [www.lssy.fi/savutta](http://www.lssy.fi/savutta).

## Liite 3

### Savuttomuus haasteena virtuaaliopetuksessa

Kansanterveyslaitos, Kuopion yliopisto ja Savonia-ammattikorkeakoulu aloittivat yhteistyössä hankkeen, jonka tavoitteena oli käynnistää verkkokurssi ammattitaidon lisäämiseksi tupakoivan asiakkaan ohjaamiseksi savuttomuuteen. Hanketta suunnittelevaan ryhmään liittyivät myöhemmin Lahden, Mikkelin ja Seinäjoen ammattikorkeakoulujen edustajat. Kurssi suunnattiin lääketieteen, hammaslääketieteen, farmasian, sairaanhoidon, terveydenhoidon opiskelijoille, mutta myös nuorten parissa työskenteleville sosiaalialan ammattikorkeakoulututkintoon johtaville opiskelijoille. Virtuaalikoulutuksen tavoitteeksi asetettiin, että opiskeluun osallistuvat ymmärtävät tupakan terveysvaikutukset ja merkityksen sairauksien syntyyn ja oivaltavat tupakkariippuvuuden syvällisen merkityksen asiakkaalle. Tavoitteeksi asetettiin, että oppija hallitsee eri-ikäisten asiakkaiden tupakasta vieroittamisen ohjauksen avulla. Tärkeä tavoite oli, että oppija osaa hyödyntää moniammatillista yhteistyötä asiakkaan tupakoinnin lopettamisen tukemisessa.

Verkko-opetuksen sisällöiksi valittiin tupakan historia ja tupakkalainsäädäntö. Tupakan sisältämät aineet liitettiin sisällöiksi ja terveysvaikutukset eri sairauksiin selvitettiin. Erityisesti syntyvän riippuvuuden perusta haluttiin nostaa selkeästi esille. Tupakoinnin lopettamisprosessiin kiinnitettiin erityistä huomiota. Ohjattiin käyttämään erilaisia testejä tupakasta luopumisen tueksi ja keinoja hallitsemaan vieroitusoireita. Tupakoinnin lopettamiseen liittyvä ohjaus ja neuvonta toteutettiin moniammatillisessa tiimissä niin suunnittelu- kuin opiskeluvaiheissakin. Motivoivan keskustelun avulla tapahtuva harjoittelu suunnitelluin tapausesimerkein ja moniammatillisen ohjauksen turvin valaisi sekä käypähoitosuosituksen että monen eri ammattiryhmän käytön tarkoituksen ja merkityksen asiakkaan ohjaamisessa savuttomuuteen.

Tupakoivan asiakkaan ohjaaminen, 2 opintopistettä, koulutus käynnistyi vuoden 2006 aikana. Opiskelijat perehtyivät oppimateriaaliin ohjeiden mukaan Moodle-ympäristössä ja vastasivat verkossa myös Testaa tietosi -osioon. Tämän jälkeen he valmistautuivat kontaktiopetuksena toteutettavaan asiantuntijaopetukseen ja moniammatilliseen pienryhmätyöskentelyyn, jossa harjoiteltiin mm. savuttomuuteen ohjaamista erilaisten asiakkaiden kanssa. Koulutus pilotoitiin syksyllä 2007. Pilottiin osallistuivat terveydenhoitajaopiskelijat Savonia-ammattikorkeakoulun ja Seinäjoen

ammattikorkeakoulun terveystieteiden yksiköistä, sairaanhoitajaopiskelijat Mikkelin ammattikorkeakoulun terveystieteiden yksiköstä sekä lääketieteiden ja farmasian opiskelijat Kuopion yliopistosta. Tulokset olivat yllättävän myönteisiä. Erityisesti oppimisen syvällisyys, koulutukseen kytketty käytännön tasolla toteutuva moniammatillisuus ja hyvin suunnitellut tapausesimerkit saivat kiitosta. Tällä hetkellä kyseisen peruskoulutuksen piiriin kuuluvat lähes kaikki lääketieteelliset ja hammaslääketieteelliset tiedekunnat, farmasian laitokset ja noin puolet ammattikorkeakouluista. Kaikilla muilla aloilla opinnot kuuluvat pakollisiin opintoihin paitsi sosiaali- ja terveystieteiden aloilla, joilla sisältöjä tarjotaan, muutamia poikkeuksia lukuun ottamatta, vapaasti valittavina opintoina.

Nykyisin projektista käytetään nimeä ”Tehoa tupakasta vieroitukseen terveydenhuollossa”. Aiheen tärkeys ja laajuus huomioiden tavoitteena on tuottaa kokonaisuudesta kansainvälinen koulutuspaketti. Projektin ohjausryhmässä Seinäjoen ammattikorkeakoulun sosiaali- ja terveystieteiden yksikön edustajana toimii lehtori Helinä Mesiäislehto-Soukka, TtT, KM, YtM. Koulutuskokonaisuudesta löytyy lisätietoja verkkosivuilta [www.tupakkakoulutus.fi](http://www.tupakkakoulutus.fi)

Lisäinformaatiota saa kirjoittajalta [helina.mesiaislehto-soukka@seamk.fi](mailto:helina.mesiaislehto-soukka@seamk.fi)





Yhä useampi työpaikka nyt ja tulevaisuudessa on savuton. Tulevat työntekijät tarvitsevat tukea savuttomuuteen jo opiskeluvaiheessa.

Tavoitteena savuton oppilaitos -esitteessä esitetään perusasiat, joita savuttomalta oppilaitokselta edellytetään. Esite soveltuu savuttomuuden edistämisen apuvälineeksi kaikkiin perusopetusta seuraaviin oppilaitoksiin.

[www.stm.fi](http://www.stm.fi)

## SOSIAALI- JA TERVEYSMINISTERIÖ

PL 33, 00023 Valtioneuvosto  
Käyntiosoite: Meritullinkatu 8, Helsinki 17  
Vaihde: (09) 16001  
Faksi: (09) 160 74126  
Sähköposti: [etunimi.sukunimi@stm.fi](mailto:etunimi.sukunimi@stm.fi)

Esitetilaukset: [posti.hton@stm.fi](mailto:posti.hton@stm.fi)

Sosiaali- ja terveysministeriön esitteitä 2009:4  
ISBN 978-952-00-2817-6 (nid.)  
ISBN 978-952-00-2818-3 (PDF)  
ISSN 1236-2123 (painettu)  
ISSN 1797-982X (verkkajulkaisu)