



NOKIANKAUPUNKI

TOIMINTAMALLI NUORTEN PÄIHTEETTÖMYYDEN TUKEMISEEN NOKIALLA

Nokian kaupungin mielenterveys- ja päihdetyöryhmä
Syksy 2017

SISÄLLYSLUETTELO

1 TOIMINTAMALLI NUORTEN PÄIHTEETTÖMYYDEN TUKEMISEEN	2
2 NUORTEN TUKIVERKOSTO JA PALVELUT NOKIALLA.....	2
2.1 Kouluterveydenhuolto	2
2.2 Opiskeluterveydenhuolto	3
2.3 Koulujen ennaltaehkäisevä päihdekasvatustyö.....	4
2.4 Koulukuraattori ja koulupsykologi	4
2.5 Lapsiperheiden sosiaalityö ja lastensuojelu.....	5
2.6 Perhekeskuksen nuorisotiimi	6
2.7 Terveyskeskuslääkäri.....	7
2.8 Päihdesairaanhoidaja.....	7
2.9 Nuorten ohjauspiste Kellari (AAPO-ohjaus & Etsivä nuorisotyö).....	7
2.10 Nuorisotoimi.....	8
2.11 Päihde- ja mielenterveyskeskus.....	9
2.12 Suomen Punainen Risti	10
2.13 MLL:n Nokian yhdistys	10
2.14 Seurakunnan nuorisotyö.....	11
3 NUORTEN PÄIHDEMITTARI, TOIMINTAKAAVIO JA INTERVENTIOSUOSITUKSET	12
3.1 Toimintakaavio.....	13
2.2 Interventiosuosituksset.....	14
Lähteet ja liitteet.....	15

1 TOIMINTAMALLI NUORTEN PÄIHTEETTÖMYYDEN TUKEMI- SEEN

Nokian kaupungin mielenterveys- ja päihdetyöryhmän aloitteesta Nokialla ryhdyttiin valmistelemaan toimintamallia nuorten päihteettömyyden tukemiseksi Nokialla. Mallin suunnittelussa oli mukana edustajia koulu- ja opiskelijaterveydenhuollosta, perhekeskuksesta, lapsiperheiden sosiaalipalveluista/lastensuojelusta, perhekeskuksesta ja nuorisotoimesta. Nuorten tukiverkoston ja palveluiden kuvaukset valmisteli kukin toimija.

Toimintamalli perustuu TtT Marjatta Pirsken (2011) kehittämään Varhaisen puuttumisen malliin, joka on kehitetty Kuopion yliopiston hoitotieteen laitoksen ”Nuorten päihteiden käyttö ja varhainen puuttuminen koulu- ja opiskeluterveydenhuollossa” -tutkimus- ja kehittämishankkeessa vuosina 2003–2007.

Toimintamalli koostuu Nuorten päihdemittarista (Adolescents’ Substance Use Measurement, AD-SUME), toimintakaaviosta ja interventiosuosituksista. Mallissa on kuvattu myös tukiverkosto ja palvelut, jotka tukevat nuorten päihteettömyyttä Nokialla.

2 NUORTEN TUKIVERKOSTO JA PALVELUT NOKIALLA

2.1 Kouluterveydenhuolto

Kouluterveydenhuolto on terveyskeskuksen järjestämää maksutonta oppilashuoltoa peruskouluissa. Kaikille kouluille on nimetty kouluterveydenhoitaja ja koululääkäri. Pääsääntöisesti kouluterveydenhuolto on ennaltaehkäisevää terveyttä edistävää työtä, sisältäen mm. terveystarkastuksia, rokottamista, neuvontaa ja terveystarkastusta, mutta se on myös ensihoitoa ja arviota sairaanhoidon tarpeellisuudesta.

Nokialla toimii 8,5 kouluterveydenhoitajaa ja kaksi koululääkäriä, jotka palvelevat niin ala- kuin yläkoulujen oppilaita.

Kouluterveydenhoitaja tapaa oppilaan vuosittain. Päihteistä keskustellaan säännöllisesti 5. luokasta lähtien. Oppilaan kanssa keskustellaan mahdollisesta päihteiden kokeilusta tai käytöstä ja suhtautumisesta päihteiden käyttöön. Kaikille oppilaille annetaan perustietoa päihteiden vaikutuksesta terveyteen. Oppilasta kannustetaan täysraittiuteen. Alaikäiselle nuorelle ei anneta lupaa päihteiden käyttöön.

Päihteiden käytön seulontamenetelmänä käytetään 8. luokan terveystarkastuksessa nuorten päihdemittaria. Nuori voi ohjautua terveydenhoitajan vastaanotolle myös erilaisten ongelmien, esimerkiksi koulunkäyntivaikeuksien tai fyysisten oireiden takia omatoimisesti, oppilashuoltotyöryhmän, koulukuraattorin, huoltajan, kaverin tai koulun työntekijän ohjaamana.

Vaikeuksien takaa saattaa löytyä myös päihteiden käyttöä. Siksi nuorten päihdemittaria tai tarvittaessa AUDIT -kyselyä käytetään tarpeen mukaisesti myös muiden tapaamisten yhteydessä. Päihdekyselyn pisteet ja terveydenhoitajan huolen aste nuoren elämäntilanteesta ohjaavat jatkotoimintaa. Kouluterveydenhuollon toimintakaaviossa on esitetty varhaisen puuttumisen mallin mukaiset jatkotoimenpiteet.

Liitteistä löytyy nuorten päihdemittarin ja terveydenhoitajan huolen mukaiset interventio-ohjeet. Nuorelle annetaan positiivista palautetta päihhteettömyydestä. Päihhteitä kokeilevan nuoren kanssa keskustellaan kokeilujen syistä ja mahdollisista seurauksista. Päihhteettömyyden etuja korostetaan. Päihhteitä käyttävän nuoren kanssa keskustellaan vakavammin työntekijän huoli esille tuoden ja apua tarjoten. Nuoren voimavarat kartoitetaan ja häntä autetaan löytämään keinoja päihhteiden käytön lopettamiseksi. Ennen kaikkea nuorelta odotetaan vastuuntuntoa toiminnastaan ja halua tehdä muutoksia päihdekäyttäytymisessään.

Tupakkaa tai nuuskaa kokeilevan tai käyttävän nuoren kanssa keskustellaan haitoista sekä lopettamisen keinoista ja hyödyistä. Tukikäyntejä sovitaan, jos nuori motivoituu lopettamiseen tai vähentämiseen. Motivoitumattoman nuoren kanssa tupakointi otetaan puheeksi ainakin kerran vuodessa terveystarkastuksessa, mutta mahdollisuuksien mukaan myös muiden käyntien yhteydessä. Nuori ohjataan koululääkärille, jos hän on motivoitunut lopettamiseen. Koulun alueella tupakointi johtaa aina koulun aikuisen, yleensä luokanvalvojan, yhteydenottoon huoltajalle.

Alkoholia kokeileva tai käyttävä nuori jää kouluterveydenhoitajan seurantaan. Jatkotoiminta määräytyy huolen tason mukaan. Lievässä huolessa riittää usein kouluterveydenhoitajan tuki. Nuori on silloin toimintakykyinen ja ottaa vastuuta asioistaan. Tuntuva huolessa tehdään yhteistyötä huoltajan ja koulukuraattorin tai koulupsykologin kanssa. Jos huoltaja ei pärjää nuoren päihhteiden käytön ehkäisemisessä, tehdään lastensuojeluhakemus tai -ilmoitus. Vakavassa huolessa voimavaraton nuori käyttää runsaasti tai useasti alkoholia, ja päihhteidenkäytöstä on jo elämää haittaavia vaikutuksia. Koululääkäri arvioi tällaisen nuoren tilannetta. Huoltajan kanssa tehdään yhteistyötä. Nuori ohjataan myös muille hoitotahoille. Lastensuojeluilmoitus tehdään voimavarattomasta alle 18-vuotiaasta nuoresta, joka käyttää päihhteitä runsaasti, ei motivoitu yhteistyöhön ja jonka elämänhallinnassa on monenlaista huolta. Tarvittaessa nuoren asiaa käsitellään koulunkäynnin osalta koulun oppilashuoltotyöryhmässä. Koululääkäri ja kouluterveydenhoitaja arvioivat nuoren elämän tilannetta yhdessä huoltajan kanssa. Nuoren seuranta- ja jatkohoito ohjautuvat tilanteen ja tarpeiden mukaisesti.

2.2 Opiskeluterveydenhuolto

Opiskeluterveydenhuolto on terveyskeskuksen järjestämää maksutonta opiskelijahuoltoa 2. asteen kouluissa. Nokialla 2. asteen kouluja ovat Nokian lukio ja Tampereen seudun ammattiopisto, Kankaantaankadun ja Kivimiehenkadun toimipisteet. Pääsääntöisesti opiskeluterveydenhuolto on ennaltaehkäisevää terveyttä edistävää työtä, sisältäen mm. terveystarkastuksia, rokottamista, neuvontaa ja terveystarkastusta, mutta lisäksi opiskelijoille tarjotaan myös sairaanhoitoa ja ehkäisyneuvonpalveluita.

Nokialla toimii 1,5 opiskelijaterveydenhuollon terveydenhoitajaa ja osa-aikainen lääkäri. Terveydenhoitaja ja lääkäri tapaavat opiskelijan vähintään kerran opiskelun aikana. Tukea tarvitsevia nuoria tavataan tilanteen ja tarpeen mukaisesti. Kaikille opiskelijoille annetaan perustietoa päihhteiden vaikutuksesta terveyteen ja hyvinvointiin. Nuorta kannustetaan täysraittiuteen.

Päihhteiden käyttö tulee ilmi päihdekyselystä, koulunkäyntiongelmista, koulupoissaoloista, fyysisistä oireista tai esimerkiksi henkilökohtaisen hygienian laskusta. Kaverit voivat "ilmiäntä" nuoren. Huoltaja voi ottaa yhteyttä, tai opiskelija hakee itse apua päihdeongelmaansa. Terveystarkastuksessa käytetään kaikille opiskelijoille päihhteiden käytön seulontamenetelmänä ensisijaisesti ADSUME-kyselyä. Tarvittaessa toisena seulontamenetelmänä voidaan käyttää myös AUDIT-kyselyä. Nuorten päihhteiden

den käyttöön puututaan varhaisen puuttumisen mallin mukaisesti. Päihdekyselyn pisteet ja terveydenhoitajan huolen aste nuoren elämäntilanteesta ohjaavat jatkotoimintaa. Opiskeluterveydenhuollon toimintakaaviossa on esitetty varhaisen puuttumisen mallin mukaiset jatkotoimenpiteet.

Suurin osa nuorista on vielä ongelmattomia päihteiden käyttäjiä, ja heille riittää pääsääntöisesti terveydenhoitajan seuranta. Päihdeseurantaan otetaan, jos nuorella on päihdekyselyn pisteet koholla tai toistuvia huumekekeiluja. Huoltajaan otetaan tarvittaessa yhteyttä jo varhaisessa vaiheessa. Apuna tilanteen arvioinnissa voi käyttää kaupungin päihdevastuusairaanhoitajaa.

Lääkärin ja terveydenhoitajan yhteisvastaanotto pidetään, jos nuoren päihdekäyttö vaikuttaa runsaalta ja ongelmalliselta sekä nuoren voimavarat vähäisiltä. Nuoren päihdekäytöstä tehdään tilannearvio ja suunnitelmat jatkohoidon suhteen. Psykkisesti oireileva nuori lähetetään mielenterveys-toimistoon, perhekeskukseen tai oman asuinkunnan nuorisopsykiatriisiin palveluihin.

Tarvittaessa pidetään verkostopalaveri, jossa ovat mukana lääkäri, terveydenhoitaja, opiskelija ja huoltaja(t). Palaverissa voi olla mukana myös koulukuraattori ja/tai psykologi. Sosiaaliviranomaisiin otetaan yhteyttä, jos perhe on keinoton ja opiskeluterveydenhuollon tuki riittämätön nuoren päihdeongelman suhteen. Lastensuojeluilmoitus tehdään tarvittaessa alle 18-vuotiaasta nuoresta. Yli 18-vuotiaat voidaan ohjata Nokian kaupungin päihde- ja mielenterveyspalveluihin.

2.3 Koulujen ennaltaehkäisevä päihdekasvatustyö

Koulujen opetussuunnitelmassa alakouluilla aihe liittyy ympäristöoppiin, vaikka sitä ei mainitakaan suoraan valtakunnallisessa opetussuunnitelmassa. Kouluilla päihdeasioita käsitellään läpäisyperiaatteella mm. liikenneturvallisuuden ja terveystieteen yhteydessä.

Yläkoululaisten päihdekasvatus liittyy kiinteästi terveystieto-oppiaineeseen. Terveystiedossa tupakan haittavaikutuksia käsitellään seitsemännen luokan oppimäärässä. Kahdeksannella luokalla käsitellään tupakan lisäksi myös alkoholia ja huumeita ja näitä jatketaan myös yhdeksännellä luokalla. Päihteiden vaikutuksia käsitellään myös yhdeksännen luokan biologiassa. Pääpaino yläkoulun päihdekasvatuksessa on kuitenkin kahdeksannella luokalla. Päihdeasioita voidaan käsitellä myös muissa oppiaineissa osana yhteiskunnallisia ilmiöitä ja ongelmia erityisesti yhdeksännellä luokalla.

Tämän lisäksi yläkouluilla hyödynnetään kolmannen sektorin tuottamaa päihdevalistusta vuosittain esimerkiksi oppitunnein, näytelmin tai tietoisuuskampanioin. Koulu tukee myös kotien päihdekasvatustyötä tarjoamalla vanhempainiltoihin päihdekasvatusaiheita sekä tiedottamalla huoltajia ajankohtaisista päihdeasioista.

2.4 Koulukuraattori ja koulupsykologi

Koulukuraattorin yhtenä tehtävänä on kartoittaa nuoren elämäntilannetta ja mahdollista päihteidenkäyttöä. Työskentelymenetelmänä koulukuraattori käyttää mm. motivoivaa keskustelua, jonka tavoitteena on tukea nuorta muuttamaan elämäntapaansa päihteettömäksi.

Koulupsykologille voidaan ohjata, jos nuorella on elämänhallintaan tai koulunkäyntiin liittyvää ongelmaa tai psyykkistä oireilua. Koulupsykologi kartoittaa tarpeen mukaan myös nuoren päihdekäyttöä ja tukee nuorta päihteettömään elämäntapaan. Mahdollisuuksien mukaan

koulukuraattori sekä koulupsykologi voivat osallistua yhteisöllisen työn kautta ennaltaehkäisevän päihdetyön toteuttamiseen kouluilla.

Nokialla toimii viisi koulukuraattoria, jotka palvelevat niin peruskoulutuksen oppilaita kuin toisen asteen opiskelijoita. Koulupsykologin palvelut toimivat myös perus- ja toisella asteella. Nokialla toimii 4,5 koulupsykologia.

Koulukuraattori:

- Lievässä huolessa tekee tarvittaessa nuoren luvalla yhteistyötä huoltajan ja muiden nuorta auttavien tahojen kanssa.
- Tuntuvaassa huolessa tekee yhteistyötä huoltajan kanssa ja tarvittaessa muiden nuorta auttavien tahojen kanssa.
- Vakavassa huolessa tekee lastensuojeluilmoituksen ja yhteistyötä huoltajan, kouluterveydenhoitajan ja sosiaalityöntekijän kanssa.
- Tekee yhteistyötä muiden nuorta auttavien tahojen kanssa nuoren ja/tai huoltajan luvalla.
- Toimii linkkinä koulun ja muiden nuorta auttavien tahojen välillä.

Koulupsykologi:

- Tekee yhteistyötä muiden nuorta auttavien tahojen kanssa nuoren ja/tai huoltajan luvalla.
- Vakavassa huolessa tekee lastensuojeluilmoituksen alle 18-vuotiaasta nuoresta vanhempia tiedottaen.

2.5 Lapsiperheiden sosiaalityö ja lastensuojelu

Lapsiperheiden sosiaalityö tukee lapsen ja nuoren hyvinvointia sekä vanhempia lapsen kasvatuksessa ja huolenpidossa. Nuorten päihteidenkäyttö tulee yleensä sosiaalityöntekijän tietoon lastensuojeluilmoituksen tai sosiaalihuoltolain mukaisen yhteydenoton tai -hakemuksen kautta. Jokaisella kuntalaisella on oikeus palvelutarpeen arviointiin, joka on tehtävä kolmen kuukauden sisällä ilmoituksesta tai yhteydenotosta. Lapsiperheiden sosiaalipalveluiden työntekijät kartoittavat perheen kokonaistilannetta ja arvioivat palveluiden tarvetta yhdessä asiakkaan kanssa. Tarvittaessa tehdään yhteistyötä muiden nuoren kanssa työskentelevien henkilöiden kanssa asiakkaan suostumuksella. Palvelutarpeen arvioinnin yhteydessä arvioidaan myös lastensuojelun tarve. Joissakin tapauksissa nuori saattaa olla välittömässä vaarassa ja tarvitsee apua heti.

Lastensuojelulain 27 §:n mukaan lastensuojeluasiakkuus alkaa, kun sosiaalityöntekijä toteaa palvelutarpeen arvioinnin perusteella, että lapsen kasvuolosuhteet vaarantavat tai eivät turvaa lapsen terveyttä ja kehitystä tai lapsi omalla käyttäytymisellään vaarantaa terveyttään tai kehitystään. Lisäksi edellytetään, että lapsi tarvitsee nimenomaan lastensuojelulain mukaisia palveluja ja tukitoimia.

Päihteidenkäyttö otetaan puheeksi aina tehtäessä nuorta koskevaa palvelutarpeen arviointia. Päihteiden käyttöä selvitetään keskustelujen ja ADSUME- tai AUDIT-testin avulla. Nuori voidaan ohjata terveyskeskukseen huumeeseulaan.

Lastensuojelun asiakkaana olevaa nuorta tuetaan ensisijaisesti lastensuojelun avohuollon tukitoimien avulla. Nuorelle laaditaan asiakassuunnitelma yhteistyössä perheen ja yhteistyötahojen kanssa. Avohuollon tukitoimena perhettä voidaan tukea esim. lastensuojelun perhetyön avulla. Nuorelle

voidaan myös esim. hankkia tukihenkilö ja hänen koulunkäyntiään ja harrastustaan voidaan tukea. Nuori voidaan myös ohjata sosiaalityöntekijän arvioinnin perusteella Perhekeskuksen nuorisotiimiin tai A-klinikan Nuorisoasemalle.

Jos nuoren päihteidenkäyttö on ongelmallista ja uhkaa vakavasti vaarantaa hänen kasvuaan ja kehitystään, on lapsen asioista vastaavan sosiaalityöntekijän arvioitava kiireellisen sijoituksen sekä huostanoton ja sijaishuollon järjestämisen tarve.

Sosiaalityöntekijä:

- Ottaa vastaan sosiaalihuoltolain mukaisen yhteydenoton tai hakemuksen tai lastensuojeluilmoituksen.
- Tekee palvelutarpeen arvioinnin ja asiakkuuden jatkuessa asiakassuunnitelman.
- Lapsen asioista vastaava sosiaalityöntekijä huolehtii nuoren palvelujen saamisesta ja tekee yhteistyötä muiden nuoren ja perheen yhteistyöverkoston kanssa.

2.6 Perhekeskuksen nuorisotiimi

Nuorisotiimi tarjoaa hoitoa psyykkisistä ongelmista kärsiville nuorille. Tiimiin kuuluvat nuorisopsykiatri (50 %), psykiatrinen sairaanhoitaja, psykologi ja sosiaalityöntekijä (50 %). Asiakskuntaan kuuluvat 13 - 17 -vuotiaat nuoret perheineen. Hoitoon tullaan usein lähetteellä koulu- tai opiskeluterveydenhuollon, terveyskeskuslääkärin, erikoissairaanhoidon tai sosiaalitoimen kautta, mutta myös vanhemmat tai nuori voivat itse ottaa yhteyttä nuorisotiimiin. Nuori kutsutaan huoltajineen ensikäynnille. Usein ensikäynnille kutsutaan mukaan myös lähetteen tekijä, mikäli verkostotyö arvioidaan tarpeelliseksi. Tavallisimmin tämän ensikäynnin jälkeen toteutetaan 3 - 5 kerran arviointijakso, jonka jälkeen jatkohoitosuunnitelma ja ohjaus tarvittaviin muihin palveluihin sovitaan yhdessä hoitoneuvottelussa. Arviojaksoon sisältyy aina arvio nuoren päihteidenkäytöstä ja suhtautumisesta päihteisiin. Käytössä oleva kartoituskysely on Nuorten päihdemittari (ADSUME). Lisäksi arviojakson aikana tehdään usein myös perhetilanteen arvio, jossa vanhempia haastatellaan muun muassa päihteidenkäytöstä. Tarvittaessa nuori ohjataan huumeseulaan ja laboratoriokokeisiin. Nuori lähetetään tarvittaessa kokonaisvaltaiseen arvioon TAYS:in yleissairaalapysykiatrian päihdepoliklinikalle.

Nuorisotiimiä on mahdollista konsultoida psyykkisesti oireilevista päihteitä käyttävistä nuorista. Hoitoon kuuluu usein verkostoyhteistyö muiden viranomaistahojen, kuten koulu- ja opiskeluterveydenhuollon, koulukuraattorin, koulupsykologin sekä sosiaalitoimen kanssa. Kaikkien hoidossa olevien nuorten osalta tuetaan päihteettömyyttä. Alle 18-vuotiaan nuoren vakava, terveyttä ja turvallisuutta vaarantava päihteidenkäyttö johtaa aina yhteydenottoon huoltajiin ja lastensuojeluilmoitukseen.

- Psyykkistä hoitoa tarvitseva ja hoitoon motivoitunut päihteitä käyttävä 13 - 17 -vuotias nuori ohjautuu Nokialla Perhekeskuksen nuorisotiimiin.
- Tekee yhteistyötä muiden nuorta auttavien tahojen kanssa nuoren ja/tai huoltajan luvalla.
- Vakavassa huolessa tekee lastensuojeluilmoituksen alle 18-vuotiaasta nuoresta.
- Toimii tarvittaessa verkostopalaverin kokoonkutsujana.
- Muilla yhteistyötahoilla on konsultointimahdollisuus.
- Lähettää nuoren tarvittaessa erikoissairaanhoidon.

2.7 Terveyskeskuslääkäri

Nuorten alkoholinkäyttö näkyy terveyskeskuksen päivystyksessä sekä omalääkärien vastaanotoilla jonkin verran. Vakavan huolen herätessä, sammumis- ja alkoholimyrkytystilanteissa sekä huumeiden käyttötilanteissa alle 18-vuotiaasta nuoresta tehdään lastensuojeluilmoitus. Muissa tapauksissa lääkäri harkitsee asiaa tilanteen mukaan. Päihtyneen nuoren huoltajaan ollaan yhteydessä nuoren luvalla. Päihdekäyttöön liittyvissä vastaanottotilanteissa tai jos käyttö tulee muussa asiayhteydessä esille, lääkäri tekee jatkohoitosuunnitelman ja ohjaa nuoren tarvittaessa muiden toimijoiden pariin esim. koulu/opiskelijaterveydenhuolto, päihdesairaanhoitaja.

2.8 Päihdesairaanhoitaja

Päihdesairaanhoitaja toimii terveyskeskuksessa. Työn sisältöön kuuluu mm. päihteidenkäyttäjien ohjaus-, neuvonta- ja tukikäyntejä. Asiakkaat ovat pääasiassa aikuisia päihteidenkäyttäjiä, mutta virallista ikärajaa ei ole. Palvelut ovat alaikäisille maksuttomia ja vastaanotolle pääsee ilman lähetettä. Ajan voi varata itse ottamalla suoraan yhteyttä päihdesairaanhoitajaan tai soittamalla terveyskeskuksen ajanvaraukseen. Myös muut ammattilaiset esim. kouluterveydenhoitaja voivat tarvittaessa ohjata nuoren päihdesairaanhoitajan käynnille tai konsultoida hoitajaa päihteisiin tai päihdehoitoon liittyvissä asioissa.

Päihdesairaanhoitaja tekee yhteistyötä mm. omalääkäreiden, koulu/opiskelijaterveydenhuollon, päihde- ja mielenterveyspalveluiden sekä sosiaalitoimen kanssa. Poliisin ohjaamat päihdeseurannat (esim. rattijuopumustapauksissa) toteutuvat alaikäisten kohdalla päihdesairaanhoitajan vastaanotolla yhteistyössä omalääkärin/koululääkärin kanssa.

2.9 Nuorten ohjauspiste Kellari (AAPO-ohjaus & Etsivä nuorisotyö)

Nuorten ohjauspiste Kellarin palvelut on suunnattu 16–29-vuotiaille nokialaisille nuorille. Ohjauspiste Kellarin yksilöohjausta tekevään henkilökuntaan kuuluu kaksi AAPO-ohjaajaa ja kaksi etsivää nuorisotyöntekijää. Ohjauspiste Kellarin toiminnan tarkoituksena on ohjata ja tukea nuorta hänen elämänsä liittyvissä asioissa. Näitä asioita voivat olla esimerkiksi asuminen, terveys, raha-asiat, päihitteet, koulutus tai työelämä yms. Lisäksi nuorelle kerrotaan erilaisista vaihtoehdoista ja tarjolla olevista palveluista. Kellarista nuori saa yksilöllistä ohjausta ja tukea omien asioidensa hoitamiseen. Toiminnan lähtökohtina ovat luottamuksellisuus ja yksilöllinen kohtaaminen. Teemme yhteistyötä sosiaali- ja terveyspalveluiden, koulujen, toisen asteen oppilaitosten, te-palveluiden, vapaa-aikapalveluiden ja eri toimijoiden kanssa nuorten asioihin liittyen.

Toisen asteen oppilaitosten kanssa tehtävään yhteistyöhön kuuluu olennaisesti myös ennaltaehkäisevää päihdetyötä. Tätä työtä toteutetaan osallistumalla oppilaitoksissa järjestettäviin tapahtumiin, tuottamalla sisältöä ja osallistumalla elämänhallinnan taitoihin keskittyviin oppitunteihin sekä lisäämällä opiskelijoiden tietoutta heille suunnatuista terveyden- ja päihdehuollon palveluista.

Nuorten ohjauspiste Kellarin asiakaskunta koostuu suurimmalta osin täysi-ikäisistä nuorista, jotka ovat vastuussa omasta elämästään. Päihteiden käyttö nousee toisinaan esiin nuoren kanssa käydyissä keskusteluissa. Näiden keskustelujen kautta nuorta kannustetaan ja motivoidaan pohtimaan

omia valintojaan sekä suhtautumistaan päihteiden käyttöön. Tavoitteena ohjaus päihdepalveluiden piiriin, kun se nuoren kohdalla on ajankohtaista.

2.10 Nuorisotoimi

Vapaa-aikapalveluiden nuorisoyksikkö tarjoaa nuorille päihteetöntä ja päihteettömyyteen kannustavaa toimintaa. Nokialla on kolme nuorisotilaa, joilla järjestetään 10 - 19-vuotiaille nuorille erilaista toimintaa.

Nuorisotilat tarjoavat nuorille vapaa-ajan viettopaikan turallisessa ympäristössä. Tiloilla työskentelee kaksi ohjaajaa vuorossa. Ohjaajat kyselevät nuorten kuulumisia ja antavat tarvittaessa tukea mieltä askarruttavissa asioissa. Nuorisotiloilla järjestetään vuosittain päihteisiin liittyviä teemailtoja ja kampanjoita.

Nuorisotiloilla päihtyneenä esiintyminen ja päihteiden hallussapito on kiellettyä. Jos nuori tavataan nuorisotiloilla päihtyneenä, asiasta keskustellaan hänen kanssaan rauhallisessa ympäristössä. Ohjaajilla on käytössä alkometri. Nuoren huoltajaan otetaan yhteyttä ja hänet kutsutaan paikalle. Asiasta tehdään tarvittaessa lastensuojeluilmoitus.

Huumeita kokeilevasta tai käyttävästä nuoresta ollaan yhteydessä huoltajaan ja tehdään ilmoitus poliisille sekä lastensuojeluun.

Tupakointi, tupakkatuotteiden hallussapito ja niiden välittäminen nuorisotiloilla, sekä niiden välittämässä läheisyydessä on kiellettyä. Säännön rikkomiseen puututaan keskustelemalla ja tilanteen mukaan ilmoittamalla asiasta huoltajalle sekä tarvittaessa tekemällä lastensuojeluilmoitus.

Nuorta kannustetaan tulemaan jatkossa nuorisotiloille päihteettömänä.

Nuoriso-ohjaajat ja erityisnuorisotyöntekijä tekevät Nokialla ehkäisevää päihdetyötä nuorisotilojen lisäksi myös ala- ja yläkoululuilla, nivelvaiheessa sekä erilaisten ryhmien parissa. Alakoululuilla järjestetään vuosittain kuutostunteja, joiden aikana keskitytään niin tunne- ja vuorovaikutustaitoihin kuin elämässä vastaantuleviin valintoihin. Ala- ja yläkoulujen pienluokkien kanssa tehdään säännöllistä yhteistyötä ja järjestetään tarvittaessa yksilöohjausta. Ryhmä- ja yksilöohjauksen tavoitteena on tukea nuorta kokonaisvaltaisesti.

Nuoriso-ohjaajat ja erityisnuorisotyöntekijä:

- Ottaa yhteyttä huoltajaan, jos nuori tulee päihtyneenä tiloille.
- Ohjaa ja neuvoa päihteitä käyttävää nuorta ja tämän huoltajaa tuen ja hoidon piiriin.
- Tekee ilmoituksen poliisille, jos nuorella on huumeita.
- Tekee ilmoituksen poliisille, jos huomataan päihteiden välittämistä/kauppaamista.
- Tekee lastensuojeluilmoituksen, jos nuorella on huumeita tai muu päihteiden käyttö herättää vakavan huolen.
- Tekee yhteistyötä muiden nuorta auttavien tahojen kanssa nuoren ja/tai huoltajan luvalla.
- Tekee yhteistyötä koulun oppilashuoltotyöryhmän kanssa.

2.11 Päihde- ja mielenterveyskeskus

Nokian mielenterveys- ja päihdepalvelut tarjoavat hoitoa aikuisille nokialaisille (18v-). Mielenterveys- ja päihdepalveluissa työskentelee 3 lääkäriä, vastaava sosiaalityöntekijä, 2 sosiaalityöntekijää, osastonhoitaja, 8 psykiatrissa sairaanhoitajaa, psykologi, toimintaterapeutti, sosiaaliohjaaja, 5 ohjaajaa ja palvelusihteeri.

Mielenterveys- ja päihdepalveluihin voi hakeutua oman yhteydenoton perusteella ottamalla yhteys soittoaikana tai tulemalla paikan päälle. Tarkemmat yhteystiedot ja yhteydenottotavat löytyvät Nokian kaupungin internet-sivuilta. Lähetteetön neuvonta- ja ohjausaika on kaikille avoin, jossa potilasta/asiakasta tapaa sairaanhoitaja -sosiaalityöntekijä työpari.

Mielenterveyskeskus

Mielenterveyskeskuksen hoitoon tullaan lääkärin läheteellä tai neuvonta- ja ohjausajan kautta. Mielenterveyskeskuksessa aiemmin potilaana olleet voivat myös soittaa suoraan työntekijälleen puhelinaikana ja keskustella hoitojakson uudelleen aloittamisesta.

Hoitojakso alkaa arviointijaksolla, jona aikana kartoitetaan hoidon tarvetta ja tavataan lähiverkostoa. Arviointijaksolla kartoitetaan myös päihteidenkäyttöä. Arviointijakson jälkeen hoitoneuvottelussa suunnitellaan hoidon sisältöä ja kesto. Kaikki hoitosuhteet ovat määräaikaista ja maksuttomia, lääkärin lausunnot ovat maksullisia.

Päihdeyksikkö

Päihdeyksikön psykososiaaliseen avopäihdehoitoon tullaan ajanvarauksella tai vaihtoehtoisesti ammattilaisen tai läheisen ohjaamana. Hoitosuhteen alussa Päihdeyksikön sosiaalityöntekijät tekevät hoidontarpeen arvion päihteidenkäytön vaikeusasteesta, vieroitusoireista ja päihdehaitoista sekä palvelutarvearvion ja -suunnitelman psykososiaalisen tuen tarpeesta.

Avopäihdehoidon palvelut on tarkoitettu päihteiden ongelmakäyttäjille, joilla on haitallista päihteidenkäyttöä tai päihderiippuvuutta. Avopäihdehoidon tavoitteena on vähentää päihteiden mielihalua, tukea päihdekäyttöä vähentäviä vaihtoehtoisia toimintatapoja sekä vahvistaa päihdeongelman ratkaisemisessa tarvittavia voimavaroja ja mahdollisuuksia yhteistyössä lähiverkoston kanssa.

Päihdeyksikön palvelukokonaisuus sisältää psykososiaalisen avopäihdehoidon ja palveluohjauksen lisäksi ostopalveluna järjestettävän selviämisen, katkaisun ja laitoshoidon sekä tuki- ja palveluasumisen.

- Päihteitä käyttävä 18 -20-vuotias nuori ohjautuu mielenterveys- ja päihdepalveluihin joko oman yhteydenoton tai lähetteen perusteella.
- Mielenterveys- ja päihdepalvelut tekevät hoitojakson aikana tiivistä yhteistyötä potilaan/asiakkaan, läheisten sekä hoitoon kuuluvien opiskelija- ja työterveyshuollon, lastensuojelun ja aikuissosiaalityön kanssa. Työmuotoina ovat yksilö-, perhe- ja verkostotyö.
- Mielenterveys- ja päihdepalveluita voi aina konsultoida päihdeasioihin liittyvissä kysymyksissä

2.12 Suomen Punainen Risti

Katutyö

Suomen Punaisen Ristin Nokian osaston katutyöryhmä on toiminut Nokialla yli 20 vuotta. Tehtävään koulutetut vapaaehtoiset päivystävät Nokialla perjantaisin klo 20–00. Päivystystä on syksyisin koulujen alusta marraskuun loppuun ja keväällä maaliskuun alusta juhannukseen. Päivystäjät jalkautuvat sinne, missä nuoret ovat. Tarvittaessa voidaan avata myös selviämisasema.

Katutyön tavoitteena on luoda kontakti nuoriin ja auttaa heitä erilaisissa elämäntilanteissa. Nuorten kanssa keskustellaan luottamuksellisesti ja tarvittaessa nuori ohjataan soveltuvien palveluiden piiriin. Päivystyksen kautta ehkäistään ilkivaltaa, väkivaltaa ja päihteiden käyttöä. Päihteiden käyttöön puututaan Suomen Punaisen Ristin päihdetyön Varhaisen Puuttumisen mallin mukaisesti. Päivystäjät on koulutettu mallin käyttöön. Muita päivystäjien koulutuksia ovat henkisen tuen ja ensiavun koulutukset.

Katupäivystäjät keskustelevat tarvittaessa nuorten vanhempien kanssa. Katutyö tekee myös tiivistä yhteistyötä kunnan viranomaisten kanssa. Lastensuojeluilmoituksia tehdään tarvittaessa.

Päihdetyö

Suomen Punaisen Ristin päihdetyö jakaantuu ehkäisevään työhön ja kohtaavaan työhön. Ehkäisevään työhön on koulutettu nokialaisia vapaaehtoisia päihdeneuvojia, jotka voivat tukea esim. oppilaitosten tai nuorisotilojen päihdekasvatusta. Menetelminä he voivat käyttää esimerkiksi SPR:n En Käytä – aineistoa tai Valintojen viidakko peliä.

Kohtaavaa työtä päihdetyön vapaaehtoiset tekevät lähinnä kesäisin musiikkifestivaaleilla ympäri Suomen. Katupäivystäjien lisäksi päihdetyöhön koulutettuja vapaaehtoisia toimii Nokialla esim. isommissa tapahtumissa ja esim. koulujen päättäjäisissä ja vappuna.

2.13 MLL:n Nokian yhdistys

MLL:n Nokian yhdistys on toiminnassaan päättänyt kuluvana ja tulevana vuosina panostaa nuorten päihhteettömyyden tukemiseen. Parhaimmillaan päihdekasvatus on keskustelemaa, osallistavaa ja omaan ajatteluun kannustavaa. Keväällä 2017 yhdistys kustansi Tredun Nokian toimipisteiden ensimmäisten vuosikurssien opiskelijoille Myllyhoitoyhdistys ry:n koulutusta. Syksyllä ko. koulutus laajenee koskemaan myös peruskoulujen viidensien ja kahdeksansien luokkien oppilaita sekä Nokian lukion ensimmäisen vuosikurssin opiskelijoita. Mahdollisuuksien mukaan koulutusta tarjotaan jatkossakin ko. kohderyhmille.

Myllyhoitoyhdistys ry:n Selvää-ohjelma on ennaltaehkäisevä päihdetyön ohjelma nuorille ja kouluttajina työskentelevät henkilöt ovat sosiaali- ja terveysalan ammattilaisia. Koulutus järjestetään koulupäivän aikana ja koulun tiloissa. Tavoitteena on edistää nuorten hyvinvointia ja terveyttä, kohdata nuoret aidosti ja rehellisesti, herättää omaa kriittistä ajattelua ja vahvistaa porukassa tapahtuvaa päihdekäyttöä vastustavaa asennetta sekä välittää tietoa päihdehaitoista.

2.14 Seurakunnan nuorisotyö

Nokian seurakunnan nuorisotyö järjestää yläkouluikäisille ja sitä vanhemmille nuorille päihteetöntä ja päihteettömään elämäntapaan kannustavaa toimintaa. Toiminnan keskuspaikkana on Maatialan Pappila. Yläkouluikäisten kanssa tehtävään työhön on osoitettu kaksi nuorisotyönohjaajan virkaa.

Päihteisiin liittyvät asiat tulevat usein esille nuorten kanssa käydyissä keskusteluissa sekä rippikouluopetuksessa. Vuosittain kaikki rippikoululaiset osallistuvat diakoniatyön rippikoulutapahtumaan, jossa yhtenä aiheena on päihteiden elämäntapa.

Nuorisotyön toiminnassa ja rippikouluissa päihtyneenä esiintyminen ja päihteiden hallussapito on kiellettyä. Jos nuori tavataan päihtyneenä, asiasta keskustellaan hänen kanssaan rauhallisessa ympäristössä. Nuoren huoltajaan otetaan yhteyttä. Asiasta tehdään lastensuojeluilmoitus.

Huumeita kokeilevasta tai käyttävästä nuoresta ollaan yhteydessä huoltajaan ja tehdään ilmoitus poliisille sekä lastensuojeluun.

Tupakointi, tupakkatuotteiden hallussapito ja niiden välittäminen on nuorisotyön toiminnassa ja rippikouluissa kiellettyä. Säännön rikkomiseen puututaan keskustelemalla ja tilanteen mukaan ilmoittamalla asiasta huoltajalle sekä tarvittaessa tekemällä lastensuojeluilmoitus.

Nuorta kannustetaan tulemaan jatkossa toimintaan päihteettömänä.

Seurakunta julkisoikeudellisena yhteisönä liittyy Nokian kaupungin eri toimijoiden päihde- ja lastensuojeluasioiden linjauksiin hyvässä yhteistyössä kaupungin kanssa.

Nuorten kanssa työskentelevä seurakunnan viranhaltija:

- Ottaa yhteyttä huoltajaan, jos nuori tulee päihtyneenä toimintaan.
- Ohjaa ja neuvoo päihteitä käyttävää nuorta ja tämän huoltajaa tuen ja hoidon piiriin.
- Tekee ilmoituksen poliisille, jos nuorella on huumeita.
- Tekee ilmoituksen poliisille, jos huomataan päihteiden välittämistä/kauppaamista.
- Tekee lastensuojeluilmoituksen, jos nuorella on huumeita tai muu päihteiden käyttö herättää vakavan huolen.
- Tekee yhteistyötä muiden nuorta auttavien tahojen kanssa nuoren ja/tai huoltajan luvalla.
- Tekee yhteistyötä koulun oppilashuoltotyöryhmän kanssa.

13 NUORTEN PÄIHDEMITTARI, TOIMINTAKAAVIO JA INTERVENTIOSUOSITUKSET

Nuorten päihdemittaria käytetään seulontavälineenä systemaattisesti 8.luokalaisten laajassa terveystarkastuksessa sekä toisella asteella 1. vuoden terveystarkastuksessa ja aina, jos herää huoli nuoren päihteiden käytöstä. Malli soveltuu toteuttavaksi myös muissa palveluissa, joissa kohdataan nuoria (esim. mielenterveyspalvelut, sosiaali- ja nuorisotyö, tapaturmien jälkihoito).

Nuorten päihdemittarin tarkoituksena on auttaa nuorta itseään ja työntekijää tunnistamaan ja arvioimaan nuoren päihteiden käytön määrää ja seurauksia sekä sosiaalista tukea ja altistumista. Lisäksi tavoitteena on saada taustatietoa päihteiden käyttöön liittyvien riskien arvioimiseen sekä systemaattista tietoa keskustelun ja varhaisen puuttumisen perusteeksi päihteiden käytöstä syntyneen huolen mukaisesti.

Nuorten päihdemittari ADSUME sekä toimintaohjeet päihdemittarin soveltamiseksi on saatavilla THL:n internet-sivuilla:

https://www.thl.fi/documents/605877/747474/varh_puutt_malli_toimintaohj_ADSUME.pdf

https://www.thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/tyon_tueksi/lomakkeet/lomakkeet_koulu_ja_opiskeluterveydenhuoltoon

Nuorten päihdemittarissa on yhteensä 17 kysymystä. Päihteiden käytön määrää ja tiheyttä (kysymykset 1–4) sekä päihteiden käytön seurauksia (kysymykset 5–9) mittaavat kysymykset on pisteytetty (0–5 pistettä). Päihteiden käyttö arvioidaan laskemalla pisteet yhteen (0–35 pistettä). Kysymyksillä 10–17 arvioidaan päihteiden käytön syitä sekä sosiaalista tukea ja altistumista. Kysymyksistä osa on avoimia ja osa monivalintakysymyksiä.

Yhteispisteiden (0–35 pistettä) mukaan nuoren päihteiden käytössä voidaan tunnistaa neljä tasoa:

1. raittius/kokeilukäyttö (0–3 pistettä),
2. toistuva käyttö (4–6 pistettä),
3. riskikäyttö (7–9 pistettä 14–15-vuotiaat, 7–12 pistettä 16–18-vuotiaat) ja
4. vaarallinen suurkulutus (≥ 10 pistettä 14–15-vuotiaat ja ≥ 13 pistettä 16–18-vuotiaat).

Toimintakaaviossa on esitetty prosessimainen päihteidenkäytön tilannearvio ja toiminnan eteneminen. Tilannearvio perustuu päihdemittarin pisteiden ja terveystarkastelun aikana työntekijälle muodostuneeseen käsitykseen ja huoleen nuoren voimavaroista (vanhempien / läheisten tuki, tieto päih-teisiin liittyvistä asioista jne.). Lisäksi kaaviossa havainnollistetaan varhaisen puuttumisen eteneminen Nuorten päihdemittarin tuloksen selvittämisen jälkeen kahta polkua: 1. nuorella on voimavaroja, 2. nuorella ei ole voimavaroja tai ne ovat vähäiset.

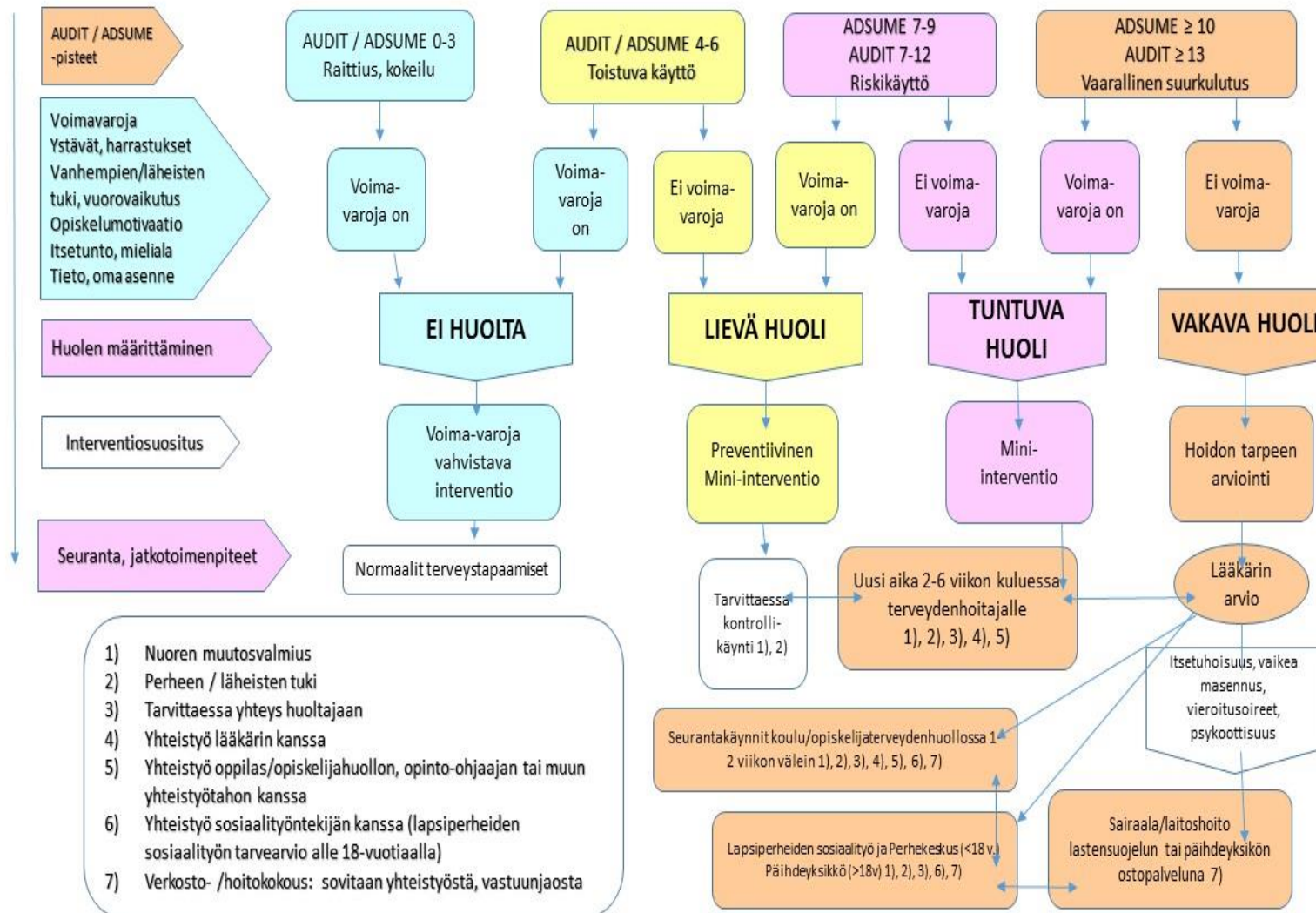
Huolen aste ja interventiosuositukset on havainnollistettu seuraavin värein:

- vaaleansininen – ei huolta, voimavaroja vahvistava interventio;
- keltainen – lievä huoli, preventiivinen mini-interventio;
- vaaleanpunainen – tuntuva huoli, mini-interventio ja
- vaaleanruskea – vakava huoli ja hoidon tarpeen arviointi.



Toimintakaavio nokialaisten 14-20-vuotiaiden nuorten päihteidenkäyttöön puuttumiseksi

(22.11.2016; Pirskasen 2007 pohjalta)



PISTEET		Kuvaus nuoren päihteiden käytöstä	Huolen vyöhykkeen ja yhteistyön tarpeen määrittäminen	Interventiosuosituks
Alkoholi Tupakka	Muut päihteet			
0-3 p.	0 p.	Raitis nuori tai satunnainen kokeilu	Ei huolta	Voimavaroja vahvistava interventio - Myönteinen palaute raittiudesta tai satunnaisista kokeiluista - Keskustelu selviämiskeinoista tilanteissa, joissa päihteitä saatetaan tarjota ja alkoholin kohtuunannoksista sekä tilanneraittiudesta
4-6 p.	1-5 p.	Toistuva käyttö	Lievä huoli, luottamus terveydenhuollon neuvonnan riittävytyteen hyvä	Preventiivinen mini-interventio - Tilanteessa olevan ammattilaisen puheeksi ottaminen riittää - Tarvittaessa terveydenhoitaja/lääkärityöpariksi - Empaattinen, samalla kuitenkin jämäkkä pohdinta nuoren kanssa - Nuoren oma arvio tilanteesta, keskustelu esim. joukkoharhasta, kirjallinen materiaali neuvonnan tueksi - Rohkaistaan nuorta arvioimaan / muuttamaan käyttäytymistään - Voimaannuttava keskustelu hyvää oloa tuottavasta, päihteettömästä toiminnasta (ulkoilu, lukeminen, musiikin kuuntelu yms. rentoutumisen muodot, ystävien ja perheen kanssa oleminen, riittävä uni jne.) - Sovitaan nuoren kanssa tilanteen kontrollointi 1-4 kuukauden kuluttua. Tarvittaessa yhteys kotiin nuoren luvalla, perustellaan vanhempien vastuuta alaikäisen lapsen asioissa.
7-9 p. (14-15- vuotiaat)	6 p.	Riskikäyttö , johon voi liittyä haitallisia seuraamuksia ja toleranssin kasvun vaara	Tuntuva huoli , ns. huolen harmaa vyöhyke, joka määrittynyt iän ja tilannearvion mukaan.	Mini-interventio (edellisten lisäksi) - Ohjaus terveydenhoitajalle tai lääkärille - Keskustelu nuoren omasta arviosta, vastuusta ja muutoshalukkuudesta - Tarvittaessa hoidon tarpeen arviointi ja seuranta (koulu- tai omalääkäri, alle 18-vuotiaan kohdalla tarpeen mukaan yhteys joko lapsiperheiden sosiaalipalveluun tai Perhekeskukseen; yli 18-vuotiaan kohdalla kaupungin päihdeyksikköön tai työterveyteen) - Yhteistyön tiivistäminen oppilas/opiskelijaterveydenhuollon ja muiden nuoren lähityöntekijöiden kanssa, koulunkäynnin seuranta - Tarvittaessa yhteys kotiin; alle 18-vuotiaan kohdalla perustellaan vanhempien vastuuta alaikäisen lapsensa asioissa Jos nuori ei sitoudu muutokseen tai hoitoon, perustellaan tilanteen vakavuus ja työntekijän lain mukainen velvollisuus neuvotella lastensuojeluviranomaisen kanssa tai tehdä lastensuojeluilmoitus, josta on hyvä kertoa huoltajalle (LsL 25§ 1 momentti). Huomioi, että jo pienikin huoli lapsesta ja nuoresta riittää tilanteeseen puuttumiseen. Salassapitovelvollisuus ei estä ilmoitusvelvollisuutta.
7-12 p. (16-18- vuotiaat)		10 pistettä – aikuisten alkoholin suurkulutuksen raja ylittynyt tai useita haitallisia seurauksia	Tunne terveydenhuollon auttamiskeinojen puutteellisuudesta ja yhteistyökumppaneiden avun tarpeesta herää. Myös ristiriitainen tunne yhteydenoton tarpeesta vanhempiin ja ilmoitusvelvollisuudesta suhteessa vaitiolovelvollisuuteen herää.	
> 10 p. (14-15- vuotiaat)	> 7 p.	Vaarallinen suurkulutus – käyttöön liittyy vakavia riskejä, jotka vaarantavat nuoren terveyttä ja kehitystä	Vakava huoli , huolta on paljon ja jatkuvasti, koulu- ja opiskeluterveydenhuollon omat keinot loppumassa, lisävoimavaroja saatava hoitoprosessiin.	Tarvittavan hoidon järjestäminen - Edellisten toimenpiteiden lisäksi lääkärin arvio ja nuoren ohjaus tarvittaessa hoitoon - Alle 18-vuotiaan kohdalla sovitaan yhteydenpidosta kodin ja lastensuojelun kanssa, lastensuojeluilmoitus (ellei hoitava tahoo tee) - Seuranta - Toiminnan perustelu nuorelle huolellisesti, koska hän todennäköisesti kieltää tilanteen vakavuuden.
> 13 p. (16-18- vuotiaat)				



Lähteet

Pirskanen Marjatta, 2007. Nuorten päihteettömyyden edistäminen. Varhaisen puuttumisen malli koulu- ja opiskeluterveydenhuoltoon. Väitöskirja. Kuopion yliopiston julkaisuja E. Yhteiskuntatieteet 140. Kuopion yliopisto. Hoitotieteen laitos. Kuopio.

<http://www.uku.fi/vaitokset/2007/isbn978-951-27-0379-1.pdf>

Pirskanen, Marjatta, 2011. Varhaisen puuttumisen malli nuorten päihteettömyyden edistämiseksi -toimintaohjeita 2011

https://www.thl.fi/documents/605877/747474/varh_puutt_malli_toimintaohj_AD-SUME.pdf

Liitteet



Nuorten päihdemittari.pdf

<https://nuortenlinkki.fi/testialue/testit/paihteet>