

Riippuvuus sairautena

Terveyskysymyksiä asunnottomien palveluissa



DIAKONISSALAITOKSEN
Hoiva

Outi Kuikanmäki 29.9.2020

Sisältö

- **Päihderiippuvuus**
 - Mitä on riippuvuus
 - Miten se kehittyy
 - Taudin luonnollinen kulku
- **Päihderiippuvaiset**
 - Paljonko sairastuneita on
 - Mitä aineita käytetään
 - Oheissairastavuus
 - Millainen on päihderiippuvainen
- **Take home message**



Päihderiippuvuus

Päihderiippuvuus on krooninen aivosairaus

Diagnostiset kriteerit / ICD 10

Vähintään kolme seuraavista yhtäaikaisesti vähintään kuukauden ajan, tai mikäli yhtämittaiset jaksot ovat kuukautta lyhyempiä, ne on todettu toistuvasti viimeksi kuluneen vuoden aikana

- *Voimakas halu tai pakonomainen tarve käyttää ainetta*
- *Kyky kontrolloida aloittamista ja lopettamista tai käyttöannoksia on heikentynyt*
- *Vieroitusoireyhtymä aineen käytön vähentyessä tai lopetuksen yhteydessä*
- *Käytetyn aineen sietokyvyn kasvu (toleranssi)*
- *Keskittyminen aineen käyttöön niin, että muut mielihyvän lähteet ja kiinnostuksen kohteet jäävät sivuun ja aikaa kuluu runsaasti aineen hankkimiseen, käyttöön ja vaikutuksista toipumiseen*
- *Aineen jatkuva käyttö huolimatta sen selvästi haitallisista vaikutuksista*



Riippuvuuden muodot

1. Fyysinen riippuvuus

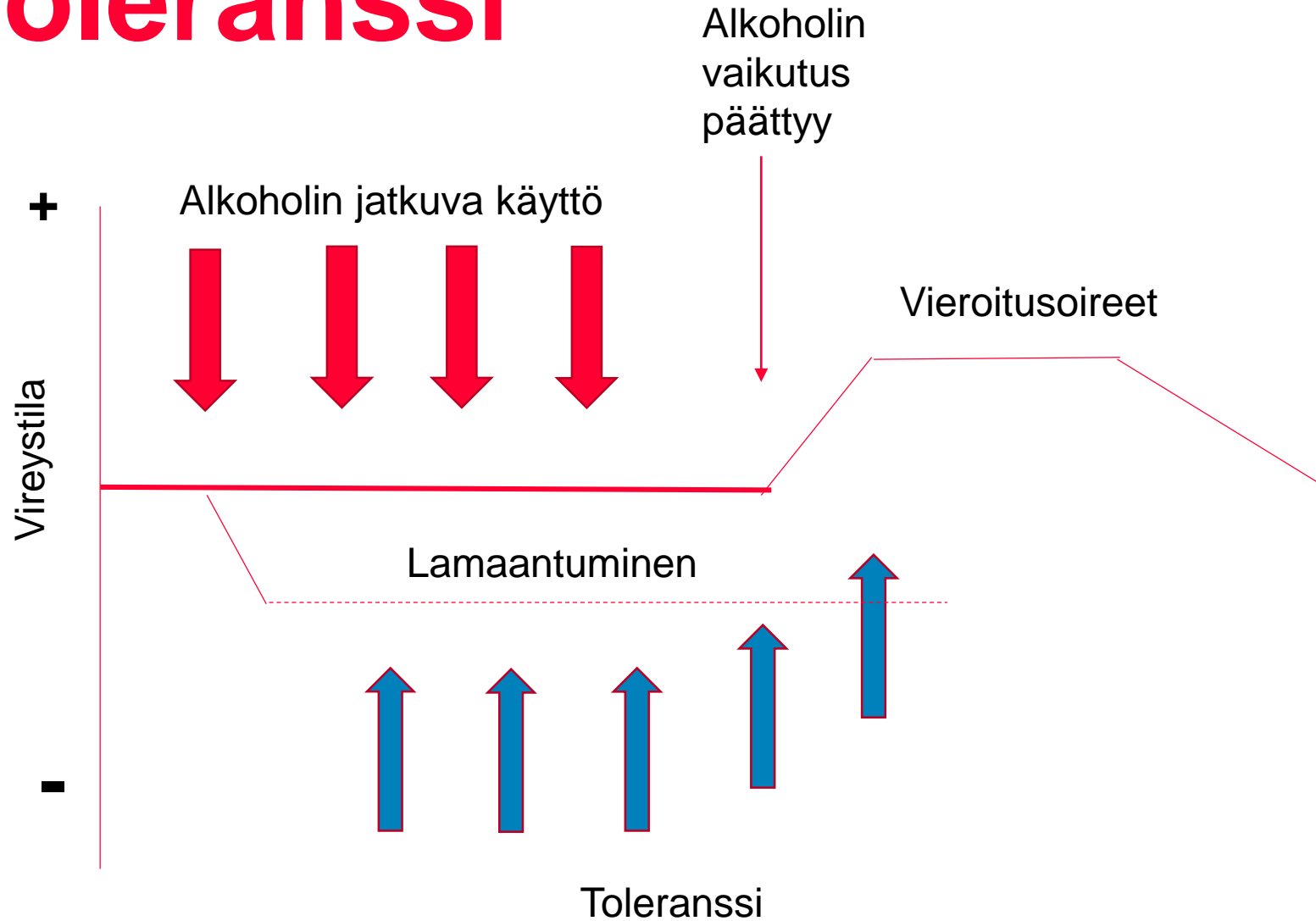
- *Elimistön sopeutuminen päihteen läsnäoloon*
 - vieroitusoireet lopetettaessa
 - toleranssin kehittyminen

2. Psyykinen riippuvuus

- *Pakonomainen käyttö*
- *Päihteen himo*



Toleranssi



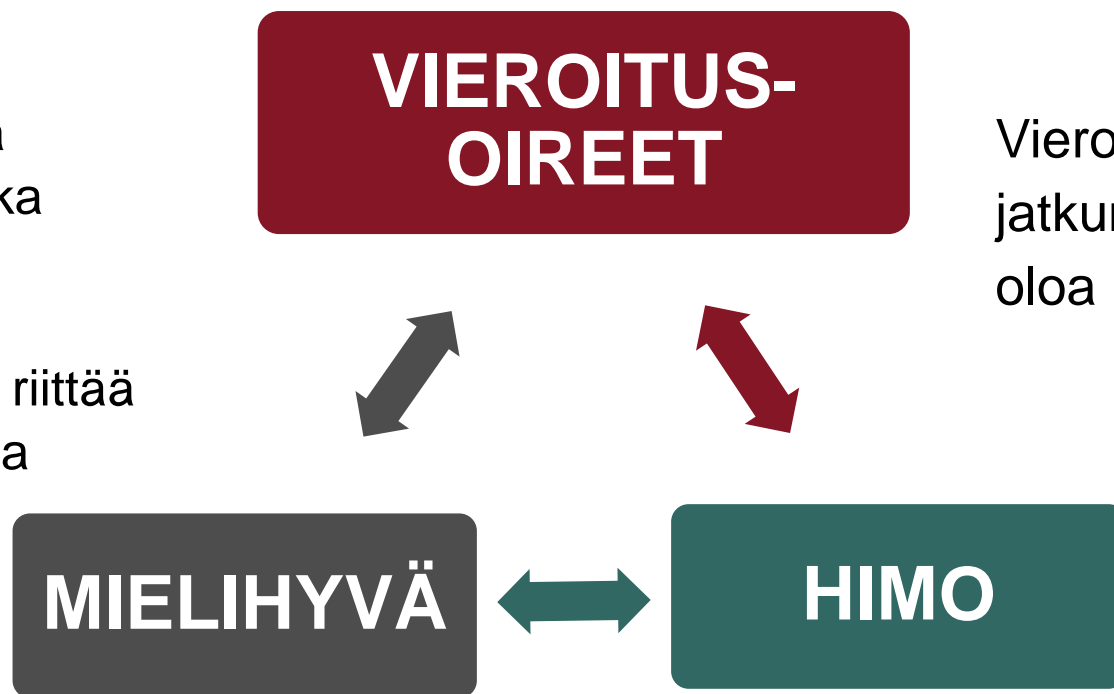
Fyysinen riippuvuus, vieroitusoireet ja toleranssi ovat elimistön sopeutumismuutoksia vieraan kemiallisen aineen läsnäololle



Kolme riippuvuutta ylläpitävää tekijää

Käytön alussa käytöstä seuraa mielihyvää, jonka vuoksi käyttö jatkuu.

Myöhemmässä käyttövaiheessa käyttö riittää enää poistamaan pahaa oloa.



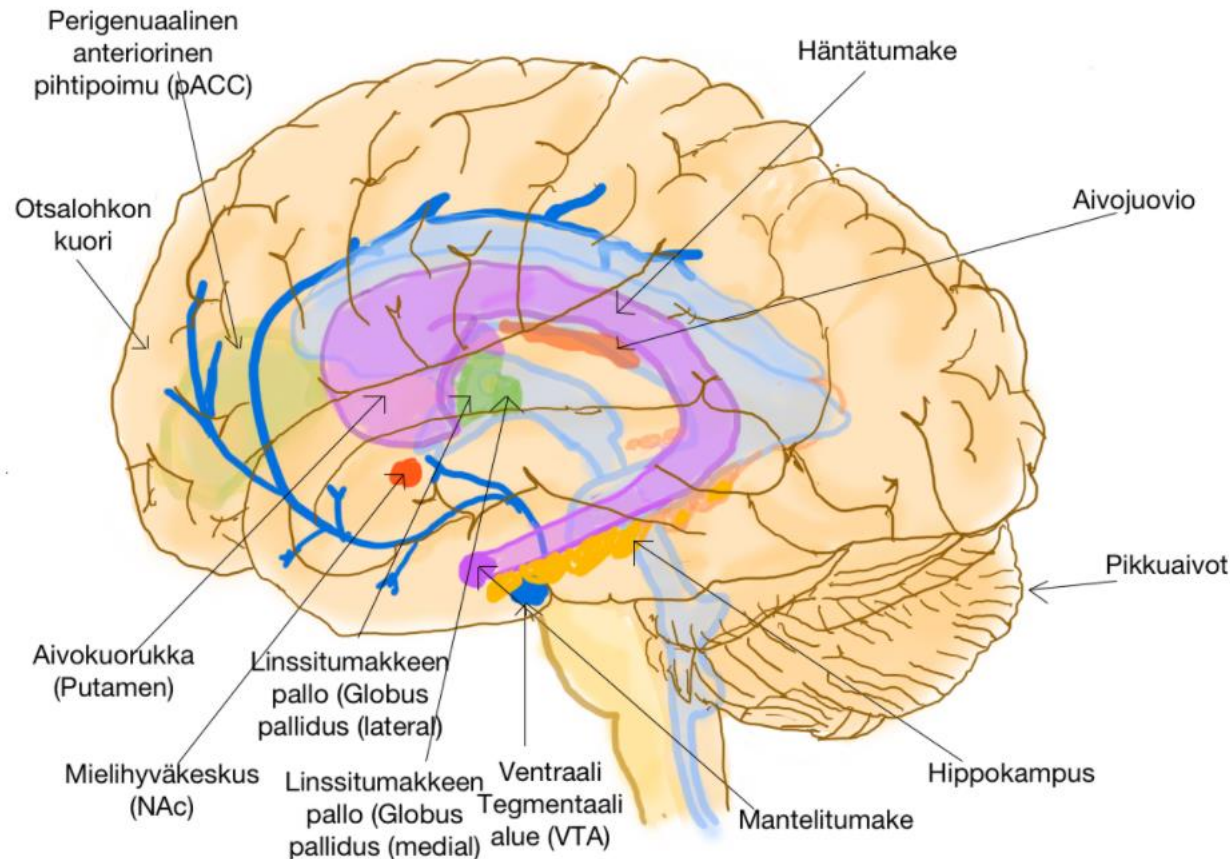
Vieroitusoireet johtavat käytön jatkumiseen keinona paeta huonoa oloa

Himo on pakonomainen tarve käyttää päihdettä



Riippuvuuden kehittyminen

Riippuvuuden mekanismi aivojen rakenteissa



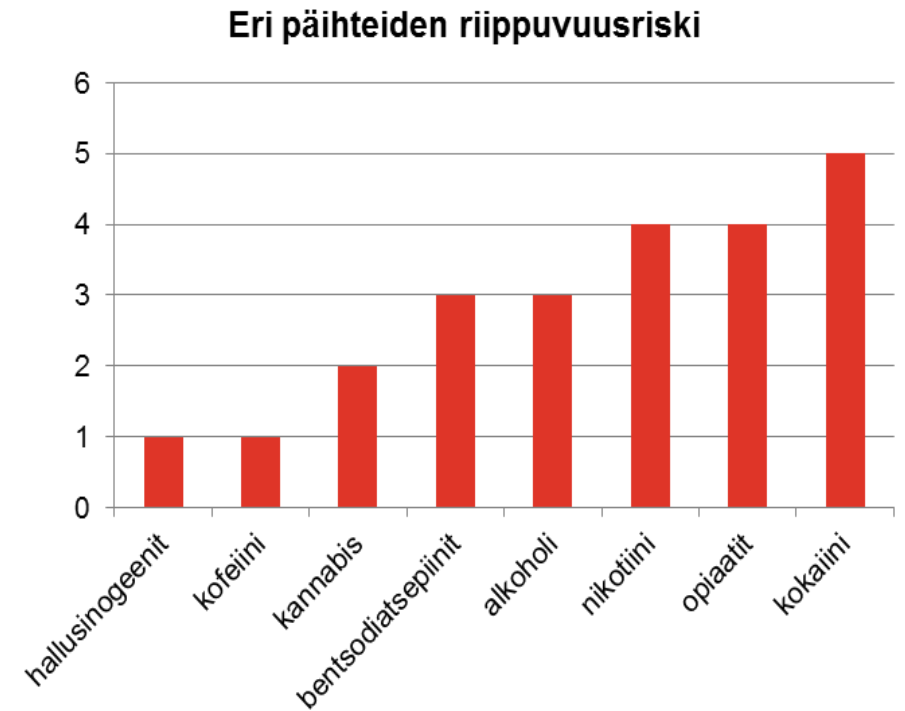
- Mielihyvä-palkkio –rata (limbinen järjestelmä) osallistuu motivaation ja tunteiden säätelyyn
- Mielihyvää aiheuttavat toiminnot vapauttavat mielihyväradassa dopamiinia, joka aiheuttaa mielihyvän kokemuksen ja vahvistaa mielihyvää tuottavaa toimintaa
- Valtaosa päihteistä lisää dopamiinin vapautumista (paitsi bentsodiatsepiinit, jotka vaikuttavat järjestelmän toisten ratojen kautta)



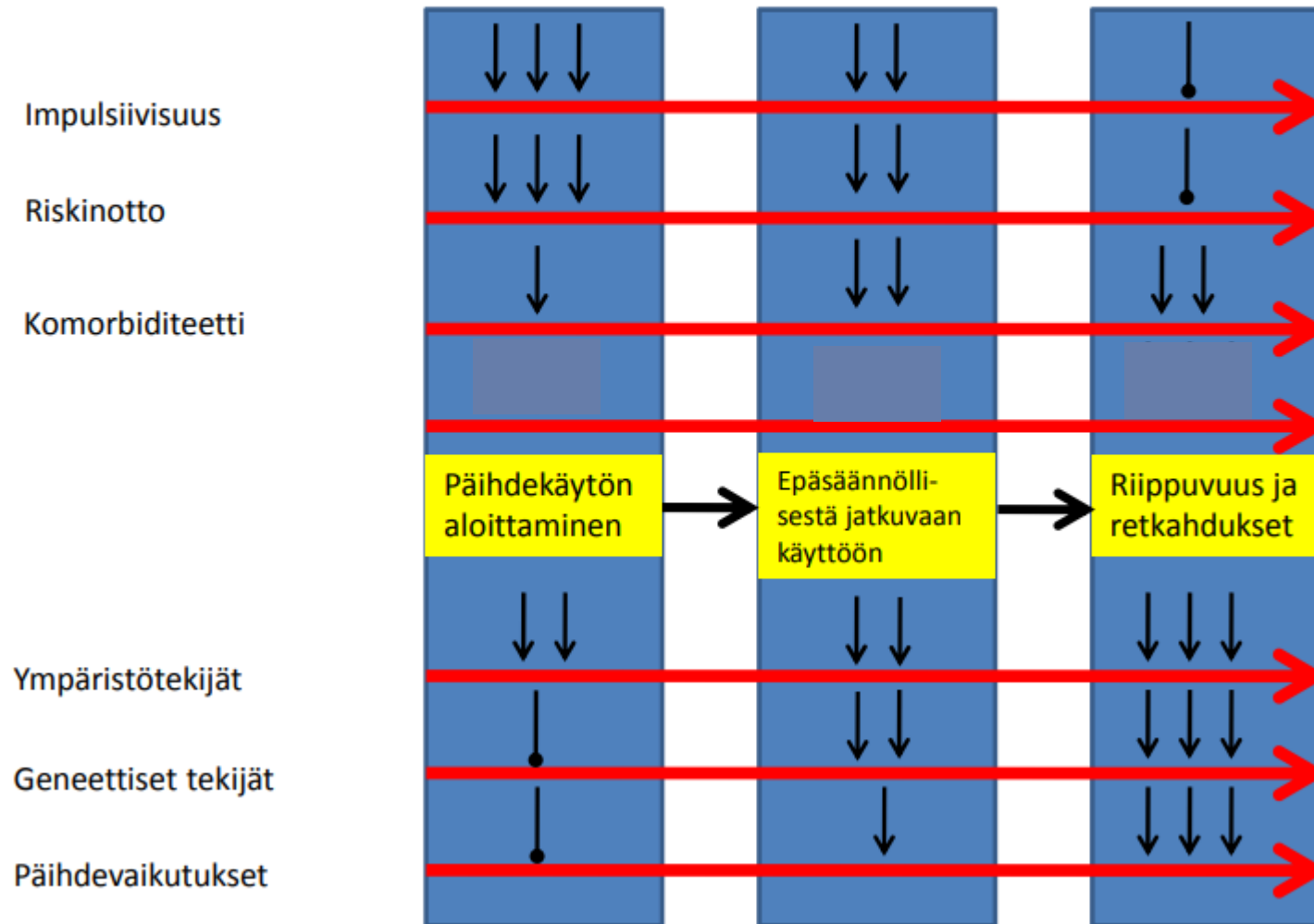
Riippuvuuden kehittyminen

- Riippuvuuden kehittymiseen vaikuttavat

- Altistuminen päihteille
 - *Käytön aloittaminen liittyy ympäristötekijöihin*
- Yksilölliset neurobiologiset ominaisuudet
 - *Perintötekijät määräävässä asemassa*
 - *Käytön jatkuminen riippuu yksilöllisestä riippuvuusherkkyydestä*
- Aineen riippuvuuspotentiaali



Päihdehäiriöiden kehittymiseen vaikuttavia tekijöitä



Petri Hyytiä, dosentti
Biolääketieteen laitos
Helsingin yliopisto 2012



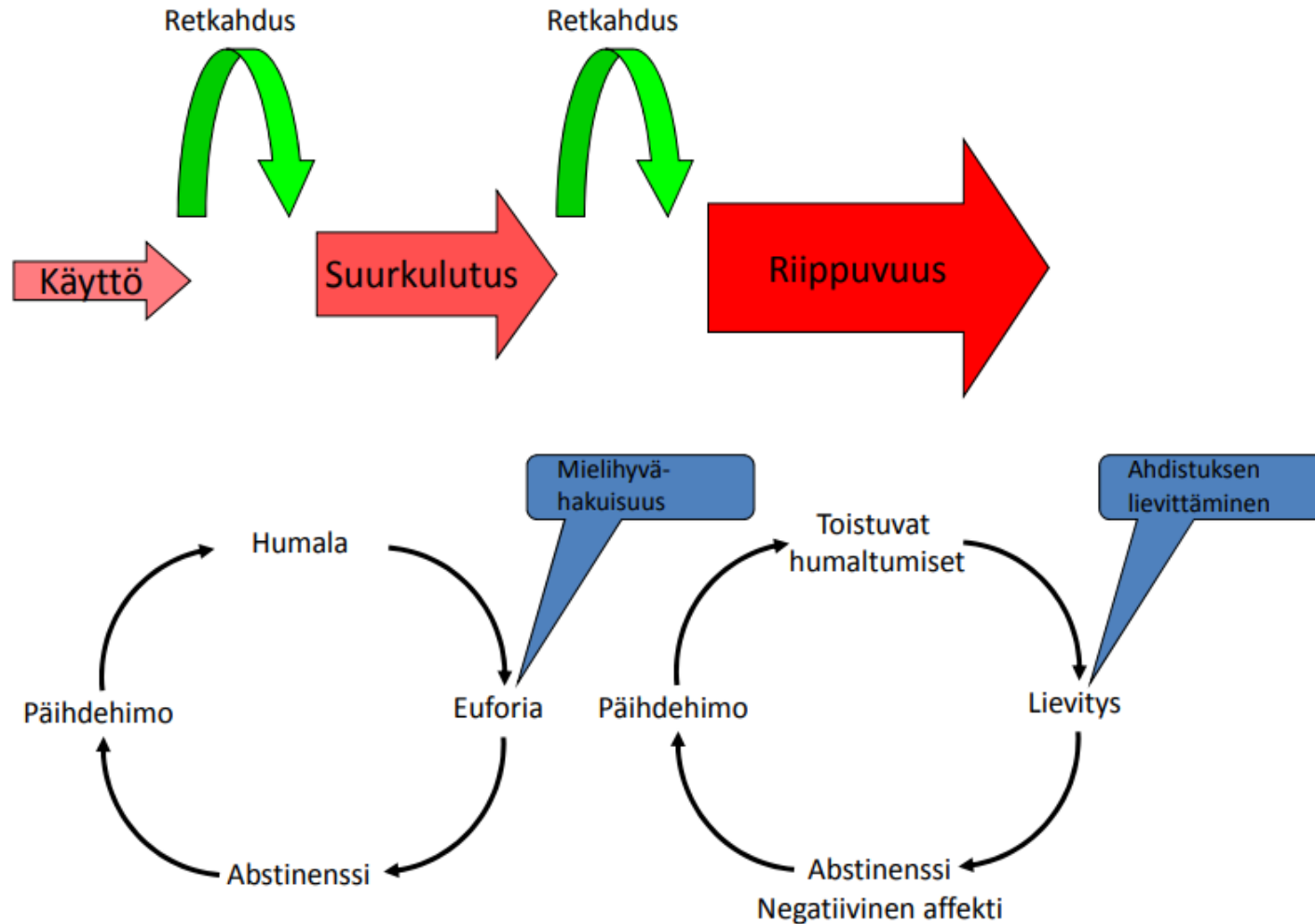
Ketään
ei jätetä
yksin.

Väärinkäyttö / haitallinen käyttö vs. riippuvuus vai päihteidenkäyttöhäiriö

- Eurooppalainen tautiluokitus ICD 10 erottaa haitallisen käytön ja riippuvuuden
- Amerikkalainen ja tutkimusluokitus DSM 5 puhuu päihdekäyttöhäiriöstä, jolle on luonteenomaista jatkuvuus
 - Haitallinen käyttö on riippuvuuden esiaste
 - Mitä useampi kriteeri täyttyy, sitä vaikeampi on riippuvuus



Riippuvuuden luonnollinen kulku



→ motivaatio- ja palkitsemisjärjestelmien vajaatoiminta

- alttius negatiiviselle vahvistamiselle, epämiellyttäväksi tai ahdistavaksi koetun tilan itselääkinnälle
- lisääntynyt alttius stressin aiheuttamille retkahduksille.

→ muutokset prefrontaalikorteksissa

- altistaa pakonomaisuudelle, impulsiivisuudelle ja kognitiivisen suoriutumisen häiriöille.

→ positiiviset palkitsevat vaikutukset

Petri Hyytiä, dosentti
Biolääketieteen laitos
Helsingin yliopisto 2012

Ketään
ei jätetä
yksin.

Muutos- valmiusmalli



**Ketään
ei jätetä
yksin.**



Päihderiippuvaisia on paljon

- Suomessa on arviolta **500 000 - 600 000** alkoholin riskikäyttäjää
- Suomessa on arviolta **400 000** alkoholin ongelmakäyttäjää (merkittävä riskikäyttö, haitallinen käyttö tai alkoholiriippuvuus)
- Suomessa arvioitiin olleen noin **30 000 – 45 000** amfetamiinien ja opioidien ongelmakäyttäjää vuonna 2017
- Noin **7 %** aikuisväestöstä on käyttänyt kannabista edeltävän vuoden aikana.
- **24-25-vuotiaista** miehistä lähes puolet on elämänsä aikana **kokeillut** kannabista.



Alkoholin riskikäyttö on yleistä

PITKÄAIKAISTEN TERVEYSHAITTOJEN RISKI

5 %

eli 207 000
korkea
riski

8 %

eli 357 000
kohtalainen
riski

ALKOHOLI- HAITTOJEN RISKI

58 %

eli kaikkiaan
n. 2 450 000
suomalaista

HUMALA- HAITTOJEN RISKI*

27 %

eli 1 100 000:
≥ 12 humala-
kertaa vuodessa

30 %

eli 1 300 000:
1–11 humala-
kertaa vuodessa

* ≥ 5 annosta

78 %

KAIKESTA JUODUSTA
ALKOHOLISTA KULUU
RISKIKÄYTTÖÖN **

** joko riskikäyttötilanteissa
tai riskijuojien juomana.

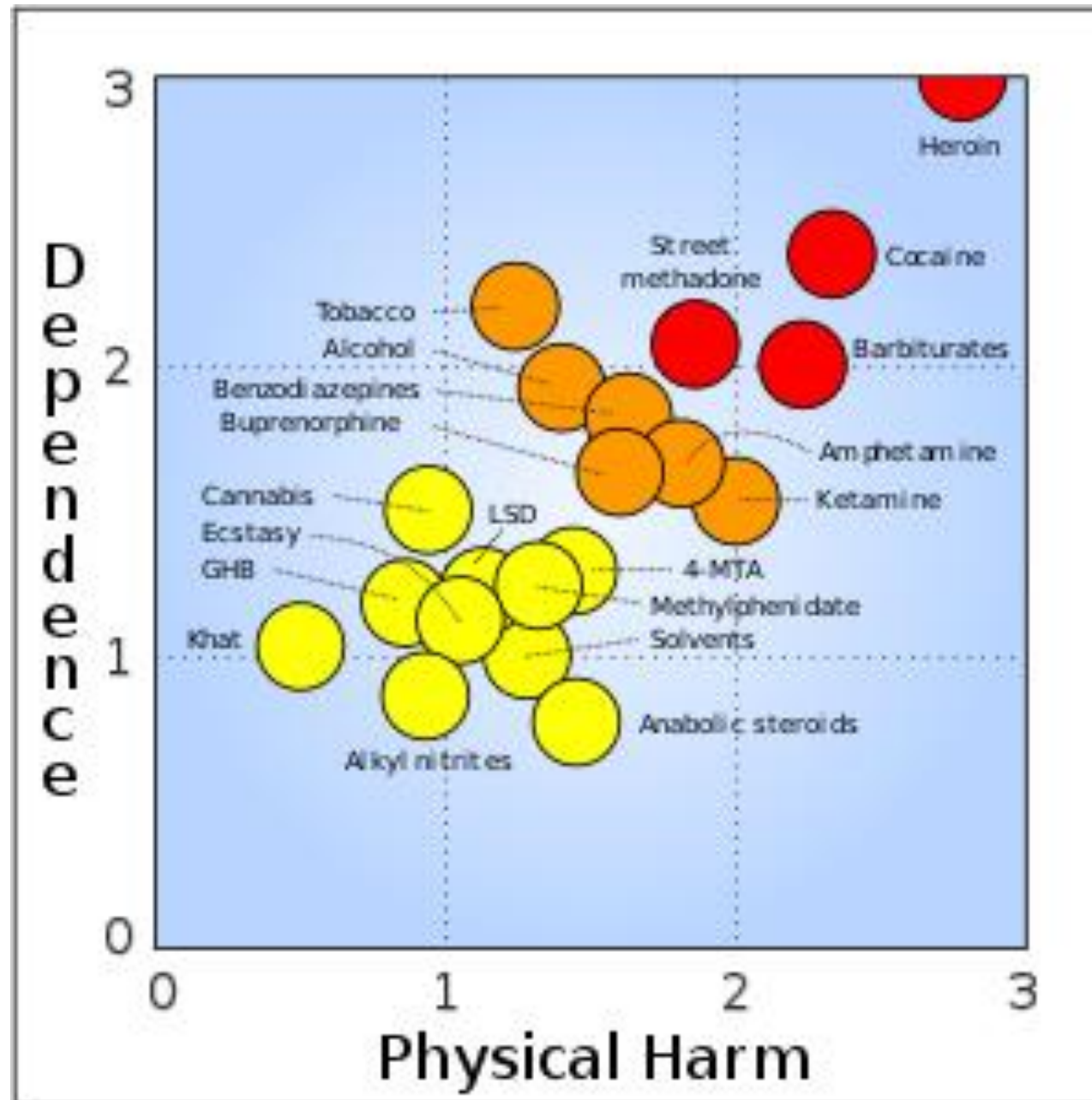
TERVEYDEN JA HYVINVOINNIN LAITOS

Lähde: Juomatapatutkimus 2016, THL



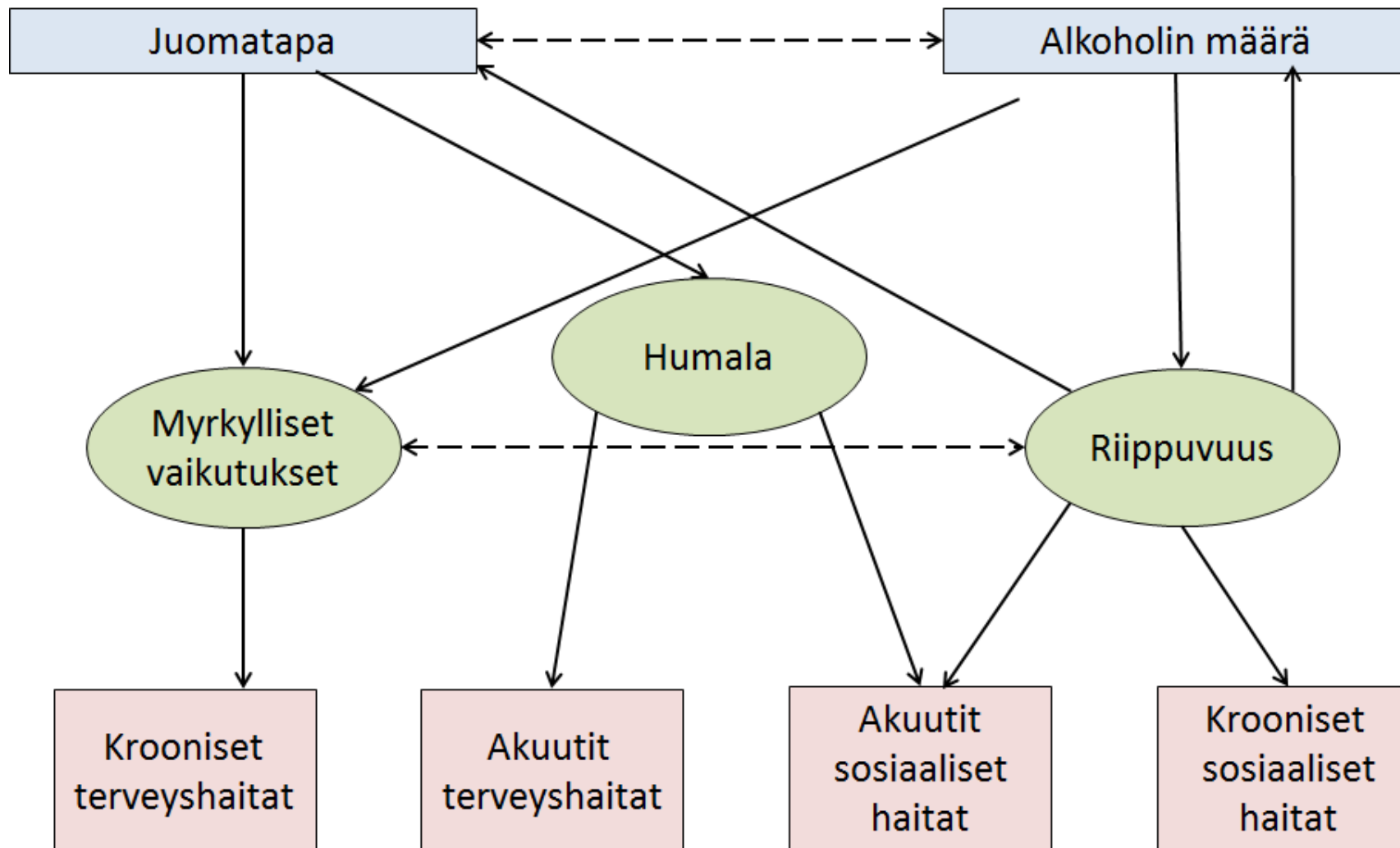
Eri päihteillä on eroa

- Riippuvuuden voimakkuudessa
- Haitalisuudessa
- Vaikutuksissa
- Seurauksissa



Ketään
ei jätetä
yksin.

Alkoholin käytön haitat



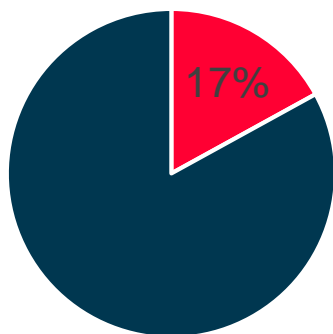
Lisääntynyt sairastavuus

- **Akuutti toksisuus**
 - Yliannostukset, alkoholimyrkytys
- **Tapaturmat**
 - Lisääntynyt tapaturma-alttius päihtyneenä, liikennepäihtymykset
- **Vieroitusilat**
 - Alkoholidelirium, psykoosit
- **Käyttötapaan liittyvä sairastavuus**
 - IV-käyttö – veriteitse tarttuvat tartuntataudit, raaja-amputaatiot kuolion seurauksena
- **Päihteen vaikutukset elimistöön**
 - Maksa- ja haimavauriot, syövät, aivosairaudet, hengityselinsairaudet, verenpaineauti, alentunut kognitiivinen toimintakyky, alentunut hedelmällisyys
- **Psyykinen sairastavuus**
- **Elämäntavan vaikutukset sairastavuuteen**
 - Infektioalttius, huonot hampaat
- **Vaikutukset seuraavaan sukupolveen**
 - Fas, vastasyntyneiden huumevieroitus

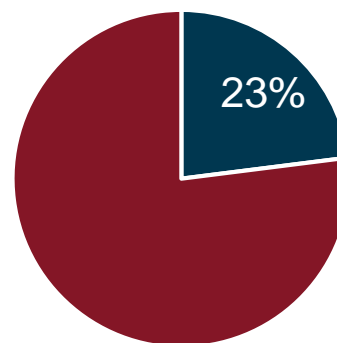


Psykiatrisen sairastavuus

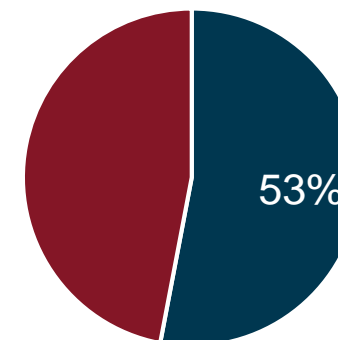
Koko väestöstä



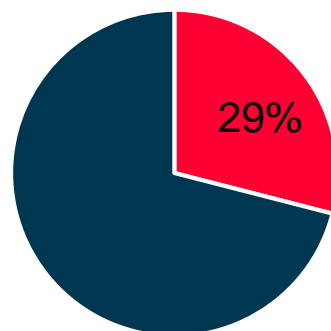
Koko väestöstä



Huumehäiriöisistä



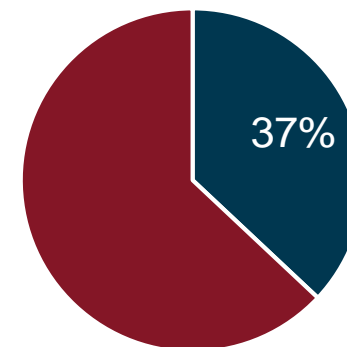
Mielenterveyshäiriöisistä



■ päihdehäiriö

Erityisesti skitsofreniaa tai 2-suuntaista mielialahäiriötä sairastavista noin puolella päihdehäiriö

Alkoholihäiriöisistä

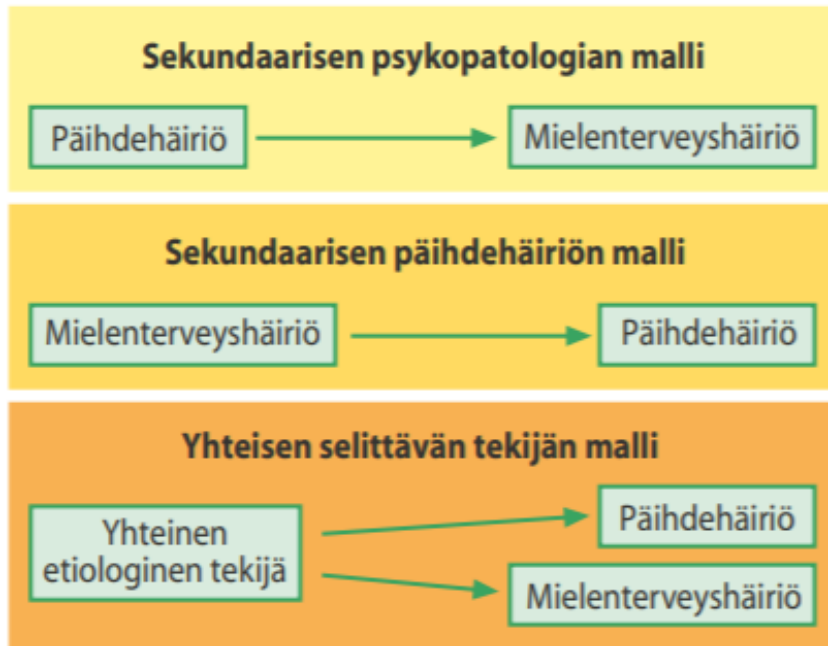


■ mielenterveyshäiriö



Psykiatrinen sairastavuus

- **Kaksoisdiagnoosi = samanaikainen päihdesairaus ja psykiatrinen sairaus**



KUVA. Kolme keskeistä teoreettista mallia, jotka voisivat selittää monihäiriöisyyden eli päihdehäiriöiden ja muiden mielen-terveyshäiriöiden yhteyden.

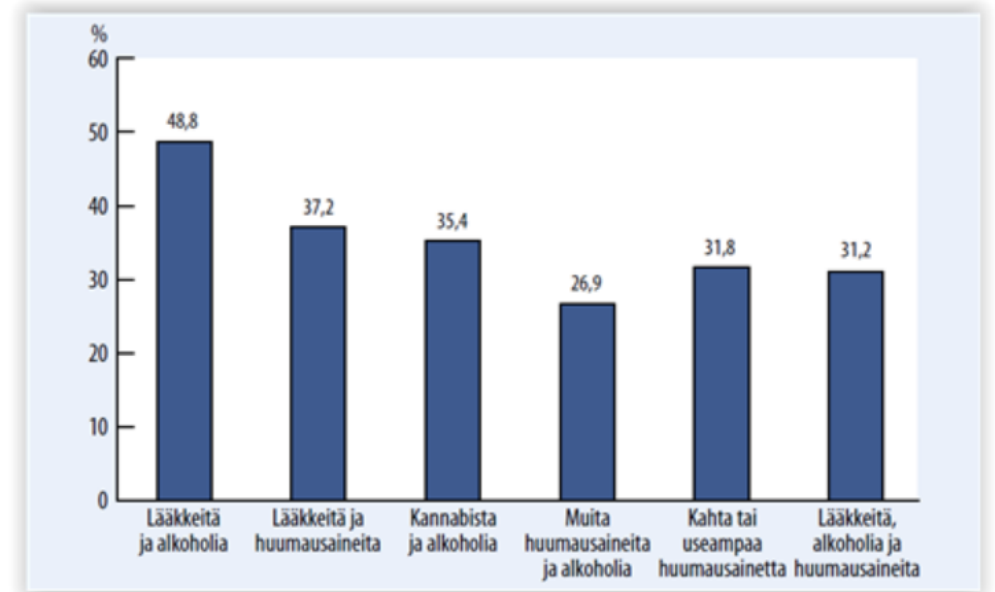
Muna vai kana?

1. Päihteiden käyttö laukaisee pitkäaikaisen mielen-terveyshäiriön niille alttiilla henkilöillä.
 2. a) Mielen-terveyshäiriön itselääkintää päihteillä
b) Syrjäytyminen välittävänä tekijänä
 3. Yhteinen selittävä tekijä? – ei näyttöä
- Päihdekäyttö vaikeuttaa mielen-terveyshäiriön diagnosointia ja hoitoa sekä pahentaa oireita
 - Hoitamaton mielen-terveyshäiriö vaikeuttaa päihdehoitoon sitoutumista ja vaikuttavuutta



Päihderiippuvaiset tilastoissa

- Miehiä 2/3
- Sekakäyttö yleistä (alkoholi – lääkkeet – huumeet). Päihdetapauslaskennassa 2015 puolet käytti pelkkää alkoholia, kolmannes oli sekakäyttäjiä
- Sekakäyttäjät syrjäytyneempiä ja huono-osaisempia kuin alkoholin käyttäjät; enemmän kaksoisdiagnooseja ja somaattista sairastavuutta
- Päihdehuollon huumeasiakkaista yli 80% kertoo sekakäytöstä
- Yli 80 % käyttää suonensisäisesti huumeita
- Yleisimmät aineet opioidit (74 %), stimulantit (54 %) kannabis (51 %), rauhoittavat (38 %), alkoholi (37 %)



Sekakäyttöyhdistelmät sekakäyttäjillä/päihdetap. 2015



Päihderiippuvaiset liveinä



Irti stigmasta

Päihderiippuvuus on krooninen relapsoiva aivosairaus

- Päihderiippuvaisen päihteiden käyttö ei ole pahatapaisuutta tai hoitomyöntyvyyden puutetta
- Kukaan ei valitse sairauttaan, eikä ole siihen syyllinen

Suhtaudu päihderiippuvaiseen kuten 2 tyypin diabeetikkoon tai sydäntautipotilaaseen

- Arvostavasti
- Ammatillisesti
- Myötätuntoisesti
- Kannustavasti

Päihderiippuvaisella voi olla ongelma, mutta päihderiippuvainen ei ole ongelma



Kiitos

Ketään
ei jätetä
yksin.

