



POHJOIS-KARJALAN
HYVINVOINTIALUE

Alueellinen ehkäisevän päihdetyön toimintasuunnitelma 2026–2029

Ojala Ellinoora

Sisällysluettelo

1	Johdanto	2
2	Ehkäisevää päihdetyötä ohjaavat lait, strategiat ja suunnitelmat	3
2.1	Lakisääteiset tehtävät	3
2.2	Ehkäisevää päihdetyötä ohjaavat kansalliset ja maakunnalliset strategiat ja suunnitelmat.....	4
3	Ehkäisevän päihdetyön rakenteet Pohjois-Karjalassa	5
3.1	Ehkäisevän päihdetyön rakenteet hyvinvointialueella	5
3.2	Ehkäisevän päihdetyön rakenteet kunnissa	5
3.3	Pohjois-Karjalassa toimivat ehkäisevän päihdetyön verkostot	7
4	Päihteiden käytön ja rahapelaamisen tilannekuva Pohjois-Karjalassa.....	8
4.1	Päihteiden käytöltä suojaavat tekijät ja riskitekijät	8
4.2	Päihteiden käyttö ja RAHApelaaminen Pohjois-Karjalassa ikäryhmittäin.....	9
4.3	Päihdetilannekysely	15
5	Arviointi ehkäisevän päihdetyön toteutumisesta vuosina 2023–2025.....	16
6	Johtopäätökset ja kehittämistarpeet	18
7	Ehkäisevän päihdetyön toimintasuunnitelma 2026–2029.....	20
8	Lähteet.....	26

Tekijät

Toimintasuunnitelman on koonnut Pohjois-Karjalan hyvinvointialueen -Siun soten hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen asiantuntija Ellinoora Ojala työryhmän kanssa, johon kuuluivat Hilkka Mäkinen (Joensuun kaupunki), Anne Niskanen (Juuan kunta), Taru Rätty (Ilomantsin kunta), Kari Hyvärinen (Pohjois-Karjalan Kansanterveyden keskus) ja Elisa Aarnio (EHYT ry). Lisäksi toimintasuunnitelmaa on esitelty ja sitä ovat kommentoineet seuraavat työryhmät ja vaikuttamistoimielimet:

- Pohjois-Karjalan ehkäisevän päihdetyön verkosto 4.9.2025, 13.11.2025 ja 20.1.2026
- Pohjois-Karjalan hyvinvointialueen hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen ohjausryhmä 24.11.2025
- Pohjois-Karjalan hyvinvointialueen lasten, nuorten ja perheiden palvelujen kehittämisprojektin (LaNuPe) johtotiimi 11.12.2025
- Pohjois-Karjalan Kansanterveyden keskuksen ehkäisevän päihdetyön työryhmä 5.11.2025
- Hyvinvointialueen vaikuttamistoimielimet (vanhusneuvosto 11.11.2025, lapsi- ja perheasiainneuvosto 12.11.2025, vammaisneuvosto 13.11.2025 sekä nuorisovaltuusto 16.12.2025)
- Pohjois-Karjalan järjestöasiainneuvottelukunta JANE 9.12.2025

1 Johdanto

Ehkäisevä päihdetyö on työtä päihteiden käytön ja rahapelaamisen sekä niistä aiheutuvien haittojen ehkäisemiseksi ja vähentämiseksi. Ehkäisevä päihdetyö kuuluu kuntien ja hyvinvointialueiden lakisääteisiin tehtäviin (Laki ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä 523/2015). Lain mukaan ehkäisevä päihdetyö kattaa alkoholin, tupakka- ja nikotiinituotteiden, huumausaineiden ja muiden päihtymiseen käytettävien aineiden sekä rahapelaamisen aiheuttamien haittojen ehkäisyn. Pohjois-Karjalassa rahapelihaittojen ohella huomioidaan myös digipelihaittojen ehkäisy. Pohjois-Karjalan hyvinvointialue koordinoi alueellista ehkäisevää päihdetyötä ja siihen liittyvää yhteistyötä. Hyvinvointialueella ja kunnissa ehkäisevä päihdetyö on osa hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen kokonaisuutta.

Alueellinen ehkäisevän päihdetyön toimintasuunnitelma kuvaa Pohjois-Karjalassa tehtävän ehkäisevän päihdetyön kokonaisuutta. Suunnitelmaan on kirjattu hyvinvointialueen keskeiset ehkäisevän päihdetyön toimenpiteet sekä yhteistyössä toteutettavat toimenpiteet. Kunnat ja järjestöt kirjaavat omat toimenpiteensä ehkäisevän päihdetyön osalta omiin sopiviksi katsomiinsa suunnitelmiinsa. Alueellinen suunnitelma on tarkoitettu hyödynnettäväksi erityisesti Pohjois-Karjalan alueen kunnille, sosiaali- ja terveydenhuollon toimijoille, kunta- ja aluevaltuutetuille sekä esimerkiksi järjestö-, seurakunta- ja oppilaitostoitimijoille oman työnsä tueksi. Suunnitelmaan on kuvattu toimenpiteitä, joilla ehkäisevän päihdetyön rakenteisiin saadaan lisää laatua, lisätään asukkaille annettavaa tietoa ja varhaista tukea sekä edistetään arkiympäristöjen päihteettömyyttä. Asiakirjan kappaleissa 2–4 on kuvattu ehkäisevän päihdetyön lainsäädäntöä, kansallista ohjausta sekä tämänhetkisiä rakenteita ja päihde- ja rahapelitilannetta. Varsinainen toimintasuunnitelma löytyy kappaleesta 7.

Pohjois-Karjalan ehkäisevän päihdetyön toimintasuunnitelman vuosille 2026–2029 hyväksyy Pohjois-Karjalan hyvinvointialueen hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen lautakunta. Lautakunta seuraa toimintasuunnitelman toteutumista vuosittain. Pohjois-Karjalan hyvinvointialueen ehkäisevästä päihdetyöstä vastaava asiantuntija kerää suunnitelman toteutumisen arviointia varten tarvittavat tiedot kunnilta ja muilta yhteistyötahoilta vuosittain joulukuussa.

2 Ehkäisevää päihdetyötä ohjaavat lait, strategiat ja suunnitelmat

2.1 LAKISÄÄTEISET TEHTÄVÄT

Ehkäisevä päihdetyö kuuluu kuntien ja hyvinvointialueiden lakisääteisiin tehtäviin. [Laki ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä \(523/2015\)](#) varmistaa ehkäisevän päihdetyön toimintaedellytykset. Lisäksi [alkoholilaki](#), [tupakkalaki](#), [arpajaislaki](#) sekä [laki sosiaali- ja terveydenhuollon järjestämisestä](#) määrittävät myös ehkäisevään päihdetyöhön liittyviä asioita.

Kuntien ja hyvinvointialueiden lakisääteiset tehtävät ehkäisevässä päihdetyössä ovat (THL:n 2022 laatima koonti):

- Ehkäisevän päihdetyön huomioiminen osana hyvinvoinnin ja terveyden edistämistä sekä sitä koskevaa suunnittelua ja seurantaa (ml. vuosittaiset neuvottelut).
- Päihdeolojen seuranta alueittain ja väestöryhmittäin sekä niitä koskeva tiedotus.
- Päihde-, tupakka- ja nikotiini- sekä rahapelihaittoja ja niiden vähentämistä koskeva viestintä yksilöille ja koko väestölle.
- Päihde-, tupakka- ja nikotiini- sekä rahapelihaittojen ehkäisevän osaamisen lisääminen ja tukeminen kaikissa kunnan ja hyvinvointialueen tehtävissä.
- Ehkäisevän päihdetyön toimien esittäminen ja edistäminen eri hallinnonaloilla.
- Toimien sovittaminen yhteen kunnan ja hyvinvointialueen välillä sekä eri toimijoiden (mm. poliisi, alkoholi- ja tupakkalakien noudattamisen valvonta, elinkeinoelämän ja ehkäisevään päihdetyöhön osallistuvat yleishyödylliset yhteisöt) kanssa.
- Asukkaiden osallistumis- ja vaikuttamismahdollisuuksien edistäminen haittojen vähentämiseksi.

Lain mukaan kunnat huolehtivat lakisääteisistä tehtävistään omassa toimintaympäristössään ja omissa palveluissaan hallinnonrajat ylittäen. Hyvinvointialue varmistaa ehkäisevän päihdetyön tehtävien toteutumisen sosiaali- ja terveydenhuollon palveluissa sekä tukee kuntia ehkäisevän päihdetyön toteuttamisessa ja kehittämisessä. Työn vaikuttavuuden lisäämiseksi on tärkeää tehdä sitä samansuuntaisesti.

2.2 EHKÄISEVÄÄ PÄIHDETYÖTÄ OHJAAVAT KANSALLISET JA MAAKUNNALLISET STRATEGIAT JA SUUNNITELMAT

[Kansallinen päihde- ja riippuvuusstrategia](#) (STM 2021) linjaa Suomessa tehtävää päihde- ja mielenterveystyötä vuoteen 2030 saakka ja se kulkee käsi kädessä [kansallisen mielenterveysstrategian ja itsemurhien ehkäisyohjelman 2020–2030](#) kanssa. Ehkäisevän päihdetyön osalta strategiat korostavat erityisesti päihde- ja riippuvuusongelmien varhaista tunnistamista sekä vähentämisen ja lopettamisen tukea laajasti eri palveluissa sekä palvelujen saatavuuden ja saavutettavuuden lisäämistä. Lisäksi on laadittu kansalliset [suositukset mielenterveyteen, päihdeongelmiin ja riippuvuuteen liittyvän stigman ja syrjinnän tunnistamiseen ja vähentämiseen](#) (STM 2023).

Uusi kansallinen ehkäisevän päihdetyön toimintaohjelma vuosille 2026–2035 julkaistaan keväällä 2026, ja se sisältää kansalliset painopistealueet kunnissa ja hyvinvointialueilla toteutettavalle ehkäisevälle päihdetyölle. Uuden toimintaohjelman painopistealueet tulevat liittymään ehkäisevän päihdetyön johtamisen ja työn laadukkaiden rakenteiden ja tietoperustan varmistamiseen, eri ikäisten arkiympäristöissä tehtävän ehkäisevän päihdetyön vahvistamiseen sekä monipuolisen varhaisen tunnistamisen ja tarvelähtöisen tuen tehostamiseen. Lisäksi kaikissa näissä painopisteissä kiinnitetään huomiota tietoon nojaavaan viestintään, vahvaan osaamiseen, mahdollistavaan osallisuuteen ja aktiiviseen päihde- ja riippuvuusongelmia kokeviin ihmisiin ja heidän läheisiinsä kohdistuvien ennakkoluulojen purkamiseen.

Vuonna 2024 julkaistut [tupakasta ja nikotiinista vieroituksen suositukset hyvinvointialueille \(STM 2024\)](#) sisältävät hyvinvointialueita ohjaavat suositukset tupakka- ja nikotiinivieroituksen rakenteiden, tietojohtamisen, osaamisen vahvistamisen, viestinnän, hyvien käytäntöjen ja erityisen tuen tarpeessa olevien osalta. Tupakka- ja nikotiinivieroituksen kehittäminen on Pohjois-Karjalassa huomioitu osana ehkäisevän päihdetyön kokonaisuutta.

Pohjois-Karjalan maakuntaliiton, hyvinvointialueen, kuntien ja muiden toimijoiden yhteistyössä laatima [Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen Pohjois-Karjalassa -strategiset painopisteet vuosille 2025-2028](#) linjaa hyvinvointiin liittyviä painopisteitä ja tavoitteita Pohjois-Karjalassa. Kaikki ohjelman sisältämät painopisteet ovat sellaisia, joilla ehkäistään myös päihteiden käyttöä ja siitä aiheutuvia haittoja. [Pohjois-Karjalan hyvinvointialueen alueellinen hyvinvointikertomus ja -suunnitelma vuosille 2025–2028](#) kokoaa yhteen hyvinvointialueen hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen tarpeita, tavoitteita ja toimenpiteitä. Keskeisimmät hyvinvointialueen ehkäisevän päihdetyön toimenpiteet sisältyvät hyvinvointisuunnitelmaan. Koko maakuntaa koskevien strategioiden lisäksi Pohjois-Karjalan kunnat ovat huomioineet ehkäisevän päihdetyön sisällöt omissa laajoissa hyvinvointikertomuksissa ja -suunnitelmissa.

Lisäksi Pohjois-Karjalan hyvinvointialueella on vastuullaan monia erillissuunnitelmia, joissa on yhtymäpintoja ehkäisevään päihdetyöhön. Ehkäisevän päihdetyön sisältöjä huomioidaan soveltaen näissä erillissuunnitelmissa, joita ovat mm. Pohjois-Karjalan perhekeskuksen toimintasuunnitelma (päivitettävänä), alueellinen opiskeluhuoltosuunnitelma (päivitettävänä), lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelma (päivitettävänä), [suunnitelma ikääntyneiden toimintakyvyn edistämiseksi vuosille 2023-2026, lähisuhdeväkivallan ehkäisyn toimintasuunnitelma 2025-2028](#) ja [elintapaohjauksen toimintasuunnitelma 2024-2028](#).

3 Ehkäisevän päihdetyön rakenteet Pohjois-Karjalassa

3.1 EHKÄISEVÄN PÄIHDETYÖN RAKENTEET HYVINVOINTIALUEELLA

Ehkäisevän päihdetyön rakenteita hyvinvointialueella ovat:

- **Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen lautakunta**, joka toimii ehkäisevää päihdetyötä hyvinvointialueella seuraavana ja ohjaavana tahona.
- **Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen ohjausryhmä**, joka toimii strategisen tason hyte-työn kokonaisuuden seuraajana, mukaan lukien ehkäisevän päihdetyön ohjaus. Lisäksi ehkäisevän päihdetyön asioita käsitellään operatiivisen tason hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen koordinaatitöryhmässä, joka ylläpitää yhteistä tilannekuvaa hyvinvointialueen hyte-kokonaisuudesta ja hyte-yhteistyöstä eri toimijoiden kanssa.
- **Ehkäisevästä päihdetyöstä vastaava hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen asiantuntija**, joka koordinoi ja yhteensovittaa ehkäisevää päihdetyötä koko Pohjois-Karjalassa ja edistää vaikuttavien toimenpiteiden käyttöä sote-palveluissa, kunnissa ja muissa toimintaympäristöissä.
- **Ehkäisevän päihdetyön sisältävä suunnitelma** eli Pohjois-Karjalan hyvinvointialueen valtuuston hyväksymä laaja hyvinvointikertomus- ja suunnitelma vuosille 2025–2028 sekä hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen lautakunnan hyväksymä ehkäisevän päihdetyön toimintasuunnitelma 2026–2029 ohjaavat ehkäisevää päihdetyötä tulevana vuosina.

Lisäksi hyvinvointialueella olemassa olevia vaikuttamistoimielimiä (kuten nuorisovaltuusto, vanhusneuvosto, vammaisneuvosto sekä lapsi- ja perheasiainneuvosto) osallistetaan tarpeen mukaan päihde- ja rahapelihaittojen ehkäisyyn liittyvien toimenpiteiden suunnitteluun.

3.2 EHKÄISEVÄN PÄIHDETYÖN RAKENTEET KUNNISSA

Alla olevaan taulukkoon (taulukko 1) on koottu Pohjois-Karjalan kuntien ehkäisevän päihdetyön rakenteet. Rakenteita kuvataan neljällä osa-alueella: 1) lakisääteinen ehkäisevän päihdetyön toimielin, 2) monialainen ehkäisevää päihdetyötä toimeenpaneva työryhmä, 3) ehkäisevästä päihdetyöstä vastaava yhdyshenkilö tai koordinaattori ja 4) toimintasuunnitelma, johon ehkäisevä päihdetyö sisältyy. Lisäksi kunnissa olemassa olevat vaikuttamistoimielimet (kuten nuorisovaltuusto, vanhusneuvosto, vammaisneuvosto) ja mahdolliset paikalliset järjestöjen yhteistyöryhmät ovat osa ehkäisevän päihdetyön rakenteita, joiden kautta kuntalaisia osallistetaan tarpeen mukaan päihde- ja rahapelihaittojen ehkäisyyn liittyvien toimenpiteiden suunnitteluun.

Kunta	Lakisääteinen ehkäisevän päihdetyön toimielin	Monialainen ehkäisevää päihdetyötä toimeenpaneva ryhmä	Ehkäisevästä päihdetyöstä vastaava yhdyshenkilö	Toimintasuunnitelma, johon ehkäisevä päihdetyö sisältyy
Heinävesi	Kunnanhallitus	Mielenterveys- ja päihdetyöryhmä	Markus Lindroos	Hyvinvointisuunnitelma
Ilomantsi	Hyvinvointilautakunta	Monialainen lapsi- ja perhetyöryhmä (MOPSI)	Taru Rätty	Hyvinvointisuunnitelma 2025–2028
Joensuu	Hyvinvoinnin ja osallisuuden edistämisen lautakunta	Ehkäisevän päihdetyön suunnitelman seurantaryhmä	Hilkka Mäkinen	Hyvinvointisuunnitelma 2025–2028
Juuka	Hyvinvointilautakunta	Laajennettu hyvinvointityöryhmä	Anne Niskanen	Hyvinvointisuunnitelma 2025–2028
Kitee	Hyvinvointi- neuvottelukunta	Hyvinvointi- neuvottelukunta	Tiia-Riina Lintumäki- Karhapää	Hyvinvointisuunnitelma
Kontiolahti	Hyvinvointi- ja työllisyysjaosto	EPT-työryhmä	Sari Jormanainen	Hyvinvointisuunnitelma 2025–2028
Lieksa	Hyvinvointilautakunta	Hyte-/EPT-työryhmä	Juha Ryyänen	Hyvinvointisuunnitelma 2026–2028
Liperi	Hyvinvointilautakunta	Ehkäisevän päihdetyön koordinaatioryhmä	Eeva Elomäki	Hyvinvointikertomus ja - suunnitelma 2025–2028
Nurmes	Hyvinvointi- ja sivistyslautakunta	EPT-ryhmä	Hannele Elonvuo	Hyvinvointisuunnitelma
Outokumpu	Kaupunkipalvelujen lautakunta	Lasten ja nuorten monialainen palveluverkko	Jonna Nissinen	Hyvinvointisuunnitelma
Polvijärvi	Hyvinvointilautakunta	PAVE-verkosto	Ville Hyvönen	Hyvinvointisuunnitelma
Rääkkylä	Hyvinvointilautakunta	Kunnan johtoryhmä	Jyrki Kymäläinen	Hyvinvointisuunnitelma 2026–2029
Tohmajärvi	Sivistyslautakunta	Hyte-ryhmä	Seija Rosti / Jani Ruotsalainen	Hyvinvointisuunnitelma 2025–2029

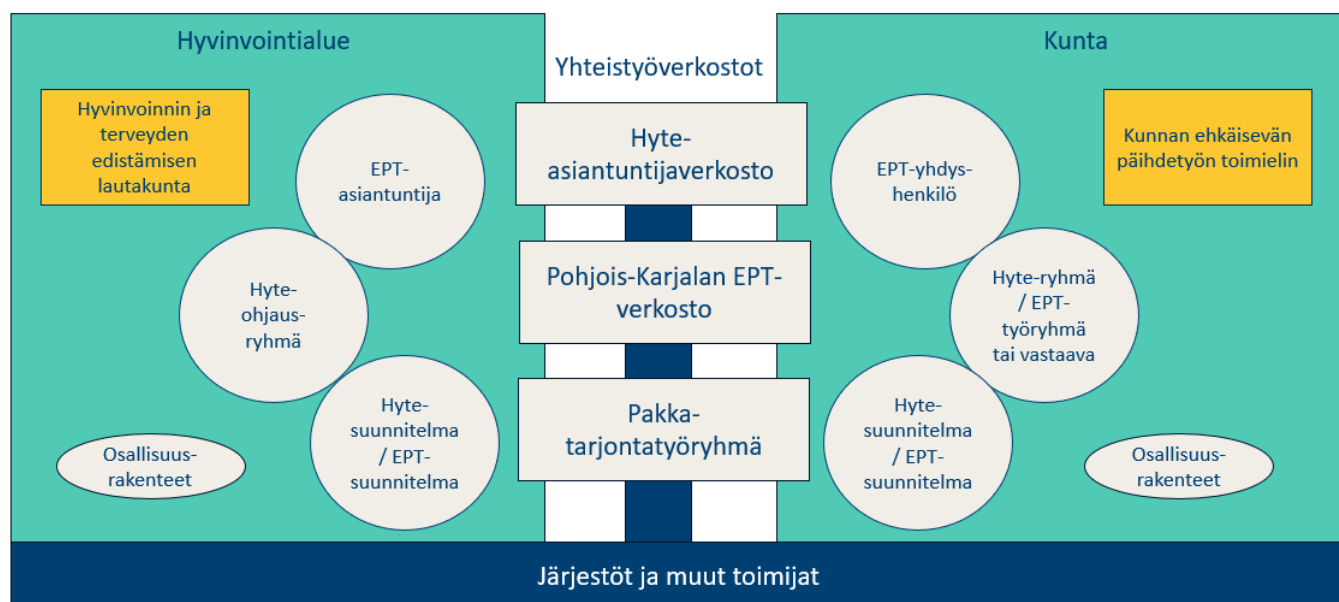
Taulukko 1. Ehkäisevän päihdetyön rakenteet Pohjois-Karjalan kunnissa (tilanne 1/2026).

3.3 POHJOIS-KARJALASSA TOIMIVAT EHKÄISEVÄN PÄIHDETYÖN VERKOSTOT

Pohjois-Karjalan ehkäisevän päihdetyön verkostoon (EPT-verkosto) kuuluu jokaisen 13 kunnan ehkäisevän päihdetyön yhdyshenkilö, hyvinvointialueen edustajat, järjestöedustajia sekä edustus Lupa- ja valvontavirastosta ja Poliisista. Verkoston tehtävänä on huolehtia alueellisen EPT-yhteistyön toteutumisesta yhteisten tavoitteiden suuntaan, kehittää ehkäisevää päihdetyötä, seurata alueen päihteiden käytön ja rahapelaamisen tilannetta, suunnitella yhteisiä viestinnän kärkeä sekä toimia kuntien ja muiden toimijoiden kesken tiedon välittämisen ja keskinäisen vertaiskehittämisen alustana. Hyvinvointialue kutsuu verkoston koolle noin viisi kertaa vuodessa.

Hyvinvointialueen koolle kutsuma maakunnallinen tarjontatyöryhmä kokoaa yhteen alueen elinkeino- ja viranomaistoimijoita. Työryhmä sopii yhdessä alkoholin, tupakka- ja nikotiinituotteiden sekä rahapeliin vastuulliseen myyntiin ja anniskeluun liittyvistä toimintatavoista ja kehittämisestä. Työryhmässä ovat mukana mm. Pohjois-Karjalan Osuuskaupan, Keskon, Lidlin, Pohjois-Karjalan Yrittäjien, Alkon, valvontaviranomaisten sekä median edustajat. Myös kuntien EPT-yhdyshenkilöt ovat kutsuttuina kokouksiin. Työryhmä kokoontuu noin kaksi kertaa vuodessa.

Pohjois-Karjalan ehkäisevän päihdetyön rakenteiden kokonaisuus on esitelty kuvassa 1.



Kuva 1. Ehkäisevän päihdetyön rakenteet Pohjois-Karjalassa.

4 Päihteiden käytön ja rahapelaamisen tilannekuva Pohjois-Karjalassa

Laadukas ehkäisevä päihdetyö perustuu tutkittuun tietoon. Tieto auttaa tunnistamaan ehkäisevään päihdetyöhön liittyviä tarpeita. Tässä kappaleessa esitellään keskeisiä päihdeindikaattoreita väestöryhmittäin tarkasteltuna. Indikaattoritiedot ovat peräisin FinLapset-tutkimuksesta, Kouluterveyskyselystä, Terve Suomi -tutkimuksesta, jätevesitutkimuksesta ja Poliisin tilastoista sekä muista Sotkanetistä löytyvistä tietolähteistä.

4.1 PÄIHTEIDEN KÄYTÖLTÄ SUOJAAVAT TEKIJÄT JA RISKITEKIJÄT

Jotta ehkäisevän päihdetyön toimenpiteitä kohdistetaan oikein, on tärkeää tunnistaa päihteiden käytöltä suojaavia tekijöitä ja päihteiden käytölle altistavia riskitekijöitä ja pyrkiä vaikuttamaan niihin. Suojaavat tekijät ovat yksilön, yhteisön tai yhteiskunnan piirteitä, jotka ehkäisevät tai vähentävät riskiä päihteiden, tupakka- ja nikotiinituotteiden käyttöön tai rahapelaamisen aloittamiseen tai ongelmien syntyyn. Riskitekijät puolestaan ovat yksilön, lähipiirin tai yhteiskunnan piirteitä, tilanteita tai tapahtumia, jotka tietyissä olosuhteissa lisäävät päihde- tai peliongelman todennäköisyyttä. (THL 2022).

Suojaavia tekijöitä ovat esimerkiksi:

- turvallinen ja kannustava kasvuympäristö, kasvua tukeva varhaiskasvatus ja perusopetus
- hyvät tunne- ja vuorovaikutustaidot
- turvalliset ja luottamukselliset sosiaaliset suhteet
- vallitseva päihteisiin ja muihin riippuvuuksiin kielteisesti suhtautuva kulttuuri, eli päihde-, tupakka- ja nikotiini- sekä rahapelihaittoja ehkäisevät ja stigmaa purkavat asenteet
- päihteiden, tupakka- ja nikotiinituotteiden tai rahapelien vaikea saatavuus (esim. tiukka ikärajakontrolli)

Riskitekijöitä ovat esimerkiksi:

- kasvuympäristön monimuotoiset ongelmat, kuten väkivalta ja laiminlyönnit sekä turvattomuus ja osattomuus
- lähisuhdeväkivalta
- toimeentulon tai työllistymisen ongelmat
- äkilliset elämäntilanteiden muutokset
- yksinäisyys, heikot sosiaaliset suhteet, sairastuminen
- vallitseva päihteisiin ja muihin riippuvuuksiin myönteisesti suhtautuva kulttuuri
- päihteiden, tupakka- ja nikotiinituotteiden tai rahapelien helppo saatavuus

4.2 PÄIhteiden KÄYTTÖ JA RAHAPELAAMINEN POHJOIS-KARJALASSA IKÄRYHMITTÄIN

Lapset ja lapsiperheet

Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen toteuttamassa FinLapset -tutkimuksessa on selvitetty päihteiden käyttöä vauvaperheissä ja esikouluikäisten lasten perheissä vuonna 2024. Vauvaperheissä 4 % äideistä ja 21 % isistä tai toisista vanhemmista käyttää tupakka- ja nikotiinituotteita päivittäin. Esikouluikäisten perheissä äitien tupakka- ja nikotiinituotteiden käyttö oli yleisempää kuin vauvaperheissä (10 %) ja isien tai toisten vanhempien käyttö harvinaisempaa (13 %). Vauvaperheissä 3 % äideistä ja 14 % isistä tai toisista vanhemmista on käyttänyt alkoholia humalahakuisesti vähintään kerran kuukaudessa vauvan syntymän jälkeen. Esikouluikäisten perheissä humalajuominen oli yleisempää (11 % ja 26 %). Vauvaperheissä isien tai toisten vanhempien tupakka- ja nikotiinituotteiden käyttö on yleisempää kuin koko maassa, mutta esikouluikäisten perheissä taas harvinaisempaa. Humalajuomista tapahtuu esikouluikäisten perheissä Pohjois-Karjalassa enemmän kuin koko maassa. Pohjois-Karjalan tulokset on esitetty taulukossa 2.

Päihteiden käyttö lapsiperheissä (2024)	Vauvaperheet		Esikouluikäisten perheet	
	Äidit	Isät tai toiset vanhemmat	Äidit	Isät tai toiset vanhemmat
Vanhempi käyttää tupakkatuotetta tai sähkösavuketta päivittäin	4 %	21 %	10 %	13 %
Vanhempi käyttänyt alkoholia humalahakuisesti vähintään kerran kuukaudessa vauvan syntymän jälkeen tai 12 kuukauden aikana	3 %	14 %	11 %	26 %

Taulukko 2. Päihteiden käyttö lapsiperheissä (Lähde: FinLapset -tutkimus 2024)

Kouluterveyskyselyn (2025) mukaan 84 % 4.–5.luokan tytöistä ja 75 % pojista ei ole koskaan maistanut alkoholia. Alkoholia maistamattomien osuus on samaa tasoa kuin koko maassa, ja osuus on kasvanut vuodesta 2023. Tupakka- ja nikotiinituotteiden kokeilut ovat viime vuosina pysyneet ennallaan. 9 % tämän ikäryhmän pojista ja 3 % tytöistä on käyttänyt jotain tupakka- tai nikotiinituotetta vähintään kerran. Käyttö on samaa tasoa kuin koko maassa. Suosituin kokeiltu tuote tässä ikäryhmässä on sähkösavuke. 4. ja 5.luokkalaisten kouluterveyskyselyn tulokset Pohjois-Karjalan osalta on esitetty taulukossa 3. Taulukon eri väriset nuolet ilmaisevat tapahtunutta muutosta edelliseen mittaushetkeen. Vihreä nuoli kertoo tilanteen menneen parempaan suuntaan, punainen nuoli heikompaan suuntaan ja sininen nuoli osoittaa tilanteen pysyneen ennallaan.

Kouluterveyskysely 4.–5.luokka %-luku vuoden 2025 tulos Nuolilla osoitettuna muutokset välillä 2023–2025	Tytöt	Pojat	Yhteensä (vaihteluväli Pohjois-Karjalan kunnissa)
Ei ole maistanut alkoholia	84 % 	75 % 	80 %  (68-83 %)
Käyttänyt tupakkaa, sähkötupakkaa, nuuskaa tai nikotiinipusseja vähintään kerran	3 % 	9 % 	6 %  (4-15 %)

Taulukko 3. Alkoholin ja nikotiinituotteiden kokeilut alakoululaisilla (Lähde: Kouluterveyskysely 2023–2025)

Nuoret

Yläkouluikäisten ja toisen asteen opiskelijoiden huolta herättävä päihteiden tai tupakka- ja nikotiinituotteiden käyttö tai rahapelaaminen on kouluterveyskyselyn mukaan vähentynyt viimeisen neljän vuoden aikana niin Pohjois-Karjalassa kuin koko maassa, ja ainoastaan ammatillisten oppilaitoksen tytöillä tilanne on säilynyt vuoden 2023 tasolla. Positiivisia muutoksia on tapahtunut pohjoiskarjalaisilla nuorilla erityisesti humalajuomisen osalta, mikä on vähentynyt kaikilla kohderyhmillä. Päivittäinen tupakka- ja nikotiinituotteiden käyttö on vähentynyt muilla, paitsi lukion pojilla. Kaikkien muiden nikotiinituotteiden käyttö on vähentynyt, mutta nikotiinipussien käyttö on moninkertaistunut kaikissa nuorten kohderyhmissä niin tytöillä kuin pojilla. Kannabista vähintään kaksi kertaa kokeilleiden määrä on vähentynyt muilla kohderyhmillä, paitsi lukion pojilla ja ammatillisen oppilaitoksen tytöillä. Viikoittainen rahapelaaminen on säilynyt vuoden 2023 tasolla, mutta hieman lisääntynyt lukion pojilla. Päihteiden sekä tupakka- ja nikotiinituotteiden käyttö on yleisempää ammatillisen oppilaitoksen opiskelijoilla kuin yläkoululaisilla tai lukiolaisilla. Tarkempia päihteisiin liittyviä indikaattoritietoja on esitelty taulukoissa 4, 5 ja 6. Taulukkojen eri väriset nuolet ilmaisevat tapahtunutta muutosta edelliseen mittaushetkeen. Vihreä nuoli kertoo tilanteen menneen parempaan suuntaan, punainen nuoli heikompaan suuntaan ja sininen nuoli osoittaa tilanteen pysyneen ennallaan.

Kouluterveyskysely 8.–9.luokka %-luku vuoden 2025 tulos Nuolilla osoitettuna muutokset välillä 2023–2025	Työt		Pojat		Yhteensä (vaihteluväli Pohjois-Karjalan kunnissa)	
Huolta herättävää päihteiden tai tupakka- ja nikotiinituotteiden käyttöä tai rahapelaamista	4 %	↘	8 %	↘	6 % (0-22 %)	↘
Käyttää päivittäin tupakkaa, sähkötupakkaa, nuuskaa tai nikotiinipusseja	9 %	↘	12 %	↘	10 % (2-27 %)	↘
Tosi humalassa vähintään kerran kuukaudessa	5 %	↘	7 %	↘	6 % (0-24 %)	↘
Kokeillut kannabista vähintään kaksi kertaa	2 %	↘	3 %	↘	2 % (0-6 %)	↘
Pelaa rahapelejä viikoittain	1 %	→	10 %	→	6 % (2-9 %)	→

Taulukko 4. Päihteiden käyttö ja rahapelaaminen yläkoululaisilla (Lähde: Kouluterveyskysely 2023–2025)

Kouluterveyskysely, lukion 1.-2 vuoden opiskelijat %-luku vuoden 2025 tulos Nuolilla osoitettuna muutokset välillä 2023–2025	Työt		Pojat		Yhteensä	
Huolta herättävää päihteiden tai tupakka- ja nikotiinituotteiden käyttöä tai rahapelaamista	4 %	↘	7 %	↘	5 %	↘
Käyttää päivittäin tupakkaa, sähkötupakkaa, nuuskaa tai nikotiinipusseja	7 %	↘	10 %	↗	8 %	↗
Tosi humalassa vähintään kerran kuukaudessa	8 %	↘	8 %	↘	8 %	↘
Kokeillut kannabista vähintään kaksi kertaa	4 %	↘	6 %	↗	5 %	→
Pelaa rahapelejä viikoittain	0 %	↘	10 %	↗	4 %	→

Taulukko 5. Päihteiden käyttö ja rahapelaaminen lukiolaisilla (Lähde: Kouluterveyskysely 2023–2025)

Kouluterveyskysely, ammatillisen oppilaitoksen 1.–2. vuoden opiskelijat %-luku vuoden 2025 tulos Nuolilla osoitettuna muutokset välillä 2023–2025	Tytöt	Pojat	Yhteensä
Huolta herättävää päihteiden tai tupakka- ja nikotiinituotteiden käyttöä tai rahapelaamista	12 % 	9 % 	10 % 
Käyttää päivittäin tupakkaa, sähkötupakkaa, nuuskaa tai nikotiinipusseja	22 % 	26 % 	24 % 
Tosi humalassa vähintään kerran kuukaudessa	11 % 	11 % 	11 % 
Kokeillut kannabista vähintään kaksi kertaa	10 % 	6 % 	7 % 
Pelaa rahapelejä viikoittain	1 % 	9 % 	6 % 

Taulukko 6. Päihteiden käyttö ja rahapelaaminen ammatillisten oppilaitosten opiskelijoilla (Lähde: Kouluterveyskysely 2023–2025)

Työikäiset (20–64-vuotiaat)

Alkoholi on työikäisten yleisimmin käyttämä päihde. Alkoholia liikaa käyttävien osuus työikäisistä on koko Suomessa laskenut viimeisen neljän vuoden aikana, mutta Pohjois-Karjalassa suunta on ollut päinvastainen miesten osalta. Koko maassa alkoholia liikaa käyttävien osuus vuonna 2024 oli 27,9 % ja Pohjois-Karjalassa hieman korkeampi, 28,8 %. PYLL-indeksillä (potential years of life lost) tarkasteltuna alkoholiperäisten kuolemien vuoksi menetetyt elinvuodet ikävälillä 25–80 vuotta ovat Pohjois-Karjalassa korkeammalla tasolla kuin koko maassa. Pohjois-Karjalan PYLL-indeksi vuonna 2023 oli 877, kun se koko maassa oli 770. Pienituloisten osalta Pohjois-Karjalan PYLL-indeksi oli 2516 (koko maa 2760). PYLL-indeksin mukaan alkoholiperäisten kuolemien vuoksi menetetyt elinvuodet ovat hieman vähentyneet niin Pohjois-Karjalassa kuin koko maassa.

Poliisin tilastojen mukaan poliisin tietoon tulleita rattijuopumustapauksia vuonna 2024 oli Pohjois-Karjalassa 373 kappaletta. Määrä on alhaisempi kuin aiempina vuosina. Päihtyneiden säilöönottoja tehtiin 946 kappaletta, mikä on myös vähemmän kuin aiempina vuosina. Turvallisuutta ja järjestystä kuvaaviin tietoihin vaikuttavat osaltaan myös viranomaisten aktiivisuus ja resurssit.

Päivittäin tupakka- tai nikotiinituotteita käyttää Pohjois-Karjalassa 15,6 % 20–64-vuotiaista (koko maa 17,3 %). Erityisesti miehillä käyttö on lisääntynyt vuodesta 2022 (12,1 %) vuoteen 2024 (21,2 %). Päivittäinen tupakointi on jo kauan ollut laskussa koko Suomessa, mutta Pohjois-Karjalassa laskutahti on hidastunut, ja miehillä jopa

lähtenyt uudestaan kasvuun. Vuonna 2024 päivittäin tupakoivia pohjoiskarjalaisia 20–64-vuotiaita oli 11,3 % ja koko Suomessa 10,2 %. Matalasti koulutetuista päivittäin tupakoivia oli 14,4 %, keskitasoisesti koulutetuista 7,4 % ja korkeasti koulutetuista 5,3 %. Päivittäin nuuskaavien osuus samana vuonna oli Pohjois-Karjalassa 1,6 %, kun se oli koko maassa 2,5 %. Tupakka- ja nikotiinituotteiden käytön kasvua selittävät uudet nikotiinituotteet, erityisesti nikotiinipussit, mutta myös miesten tupakoinnin lisääntyminen.

Kannabista viimeisen 12 kuukauden aikana käyttäneiden osuus työikäisistä oli Pohjois-Karjalassa pienempi (3,1 %) kuin koko maassa (4,9 %). Väestötason huumeiden käyttöä tutkitaan säännöllisesti jätevesitutkimuksilla, joilla saadaan riippumatonta tietoa jätevesiverkoston alueella tapahtuvasta huumeiden käytöstä. Pohjois-Karjalan osalta jätevesitutkimukseen kuuluu mukaan Joensuu. Vuodesta 2022 vuoteen 2024 jätevedessä on havaittu enemmän huumausainejäämiä, kuten ekstaasia, metamfetamiinia, amfetamiinia ja kokaiinia. Poliisin tietoon tulleita huumausainerikoksia oli Pohjois-Karjalassa 434 kappaletta vuonna 2024.

Rahapelaamista vähintään alhaisen riskin tasolla on vuonna 2024 ollut 9,7 prosentilla Pohjois-Karjalan 20–64-vuotiaasta väestöstä, mikä on vähemmän kuin vuonna 2022 (12,7 %). Alhaisen riskin taso kuvaa rahapeliongelman lievintä muotoa, joka edeltää rahapeliongelman kehittymistä. Työikäisten päihteiden käytön ja rahapelaamisen tilanne on esitetty taulukossa 7. Taulukon eri väriset nuolet ilmaisevat tapahtunutta muutosta edelliseen mittaushetkeen. Vihreä nuoli kertoo tilanteen menneen parempaan suuntaan, punainen nuoli heikompaan suuntaan ja sininen nuoli osoittaa tilanteen pysyneen ennallaan.

Päihteiden käyttö ja rahapelaaminen 20–64-vuotiailla Prosentteina vuoden 2024 tulos Nuolilla osoitettuna muutokset välillä 2022–2024	Naiset	Miehet	Yhteensä
Alkoholia liikaa käyttävien osuus	21 % 	35 % 	29 % 
Päivittäin tupakka- tai nikotiinituotteita käyttävien osuus	9 % 	21 % 	16 % 
Kannabista viimeisen 12 kuukauden aikana käyttäneiden osuus	2 % 	4 % 	3 % 
Rahapelejä vähintään alhaisen riskin tasolla viimeisen 12 kuukauden aikana pelanneiden osuus	5 % 	14 % 	10 % 

Taulukko 7. Päihteiden käyttö ja rahapelaaminen 20–64-vuotiailla pohjoiskarjalaisilla (Lähde: Terve Suomi - tutkimus 2022–2024).

Ikäihmiset (65 vuotta täyttäneet)

Alkoholi on käytetyin päihde myös ikäihmisillä. Alkoholin riskikäyttö kasvaa varsinkin miehillä siirryttäessä 65 vuotta täyttäneiden väestöryhmään. Osaltaan tätä selittää se, että alkoholin käytön riskirajat ikäihmisillä ovat pienemmät kuin työikäisten, terveiden aikuisten riskirajat, mutta alkoholin käyttötottumukset eivät välttämättä muutu. Alkoholia liikaa käyttävien osuus pohjoiskarjalaisista 65 vuotta täyttäneistä miehistä on 42,6 % ja naisista 19,9 %, mikä on vähemmän kuin keskimäärin koko maassa vuonna 2024 (51,6 % ja 20,2 %). Alkoholia liikaa käyttävien osuus on pohjoiskarjalaisten miesten osalta pysynyt melko tasaisena ja naisten osalta hieman kasvanut. Ikäihmisillä päivittäinen tupakointi on harvinaisempaa kuin työikäisillä. Sekä miehillä että naisilla tupakointi on hieman yleistynyt vuosina 2022–2024.

Rahapelaamista vähintään alhaisen riskin tasolla on vuonna 2024 ollut 7,3 prosentilla Pohjois-Karjalan 65 vuotta täyttäneestä väestöstä, mikä on hieman vähemmän kuin vuonna 2022 (8,1 %). Alhaisen riskin taso kuvaa rahapeliongelman lievintä muotoa, joka edeltää rahapeliongelman kehittymistä. Sen sijaan 75 vuotta täyttäneillä alhaisen riskin rahapelaaminen on hieman lisääntynyt (5,9 prosentista 6,7 prosenttiin).

Pohjoiskarjalaisten 65 vuotta täyttäneiden alkoholin riskikäyttöä, päivittäistä tupakointia ja alhaisen riskin rahapelaamista on kuvattu taulukossa 8. Huumausaineiden käytöstä 65 vuotta täyttäneen väestön osalta ei ole saatavilla tietoja. Taulukon eri väriset nuolet ilmaisevat tapahtunutta muutosta edelliseen mittaushetkeen. Vihreä nuoli kertoo tilanteen menneen parempaan suuntaan, punainen nuoli heikompaan suuntaan ja sininen nuoli osoittaa tilanteen pysyneen ennallaan.

Päihteiden käyttö ja rahapelaaminen 65 vuotta täyttäneillä Prosentteina vuoden 2024 tulos Nuolilla osoitettuna muutokset välillä 2022–2024	Naiset	Miehet	Yhteensä
Alkoholia liikaa käyttävien osuus	20 % 	43 % 	31 % 
Päivittäin tupakoivien osuus	6 % 	9 % 	7 % 
Rahapelejä vähintään alhaisen riskin tasolla viimeisen 12 kuukauden aikana pelanneiden osuus	4 % 	11 % 	7 % 

Taulukko 8. Päihteiden käyttö ja rahapelaaminen 65 vuotta täyttäneillä pohjoiskarjalaisilla (Lähde: Terve Suomi - tutkimus 2022–2024).

4.3 PÄIHDETILOANNEKYSELY

Päihdetilannekysely järjestettiin Pohjois-Karjalassa ensimmäistä kertaa helmikuussa 2022 ja toisen kerran syyskuussa 2023. Kyselyllä selvitettiin pohjoiskarjalaisten näkemyksiä päihteiden, tupakan ja rahapeliä käytöstä sekä mielipiteitä päihdehaittojen vähentämisen keinoista. Vuoden 2023 kyselyyn vastasi 2642 yli 13-vuotiaasta pohjoiskarjalaista. Eniten kyselyyn vastasivat naiset ja alle 18-vuotiaat nuoret sekä 31–45-vuotiaat aikuiset. Alla on keskeisiä tuloksia päihdetilannekyselystä:

- 23 % oli havainnut alkoholin ja 30 % tupakka- ja nikotiinituotteiden välittämistä alaikäisille.
- 53 % oli havainnut alaikäisten alkoholin käyttöä ja 70 % alaikäisten tupakka- ja nikotiinituotteiden käyttöä viimeisen vuoden aikana.
- Lähes 10 % on havainnut kannabiksen tai muiden huumausaineiden käyttöä alaikäisillä.
- 17 % oli havainnut alaikäisten rahapelaamista omassa kunnassaan viimeisen vuoden aikana.
- 38 % on altistunut tupakan tai muiden poltettavien tuotteiden savulle muun muassa julkisilla paikoilla niin, että on kokenut siitä haittaa.
- 26 % on pelännyt kadulla tai muulla julkisella paikalla kohtaamiaan päihtyneitä henkilöitä.
- 26 % on ollut huolissaan läheisen alkoholin käytöstä ja 27 % läheisen tupakka- ja nikotiinituotteiden käytöstä.
- 48 % vastaajista ilmoitti, että heiltä on viimeisen 12 kuukauden aikana sosiaali- tai terveydenhuollon vastaanotolla kysytty tupakka- ja nikotiinituotteiden käytöstä. 44 %:lta oli kysytty alkoholin käytöstä, 24 %:lta huumausaineiden käytöstä, 13 %:lta lääkkeiden väärinkäytöstä ja vain 7 %:lta rahapelaamisesta. Neuvontaa oli annettu harvemmin, vain 3–11 prosentille vastaajista.

5 Arviointi ehkäisevän päihdetyön toteutumisesta vuosina 2023–2025

Ehkäisevän päihdetyön ensimmäinen toimintasuunnitelma Pohjois-Karjalaan vuosille 2023–2025 hyväksyttiin hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen lautakunnassa 12.1.2023. Suunnitelmaa jalkautettiin yhdessä Siun soten toimialueiden, erillishankkeiden, kuntien, järjestöjen ja muiden toimijoiden kanssa. Viime vuosien aikana on tehty hyvää perustyötä ehkäisevässä päihdetyössä. Perustyön lisäksi hankeresurssien avulla on pystytty kehittämään yksityiskohtaisempia ehkäisevän päihdetyön sisältöjä.

Vuosien 2022–2023 aikana Pohjois-Karjalassa merkittävänä lisäresurssina toimi ESR-rahoitteinen Ennalta ehkäisevä päihdetyö Pohjois-Karjalassa -hanke, joka toteutettiin yhdessä Siun soten, Pohjois-Karjalan Kansanterveyden keskuksen ja Pohjois-Karjalan Sosiaaliturvayhdistyksen kanssa. Hankkeessa kehitettiin sosiaali- ja terveyspalveluihin päihteiden ja pelaamisen puheeksioton, mini-interventioiden ja kirjaamisen toimintamalli (Ehkäisevä päihdetyön polku), tuettiin kuntia Pakka-toimintamallin käyttöön ottamisessa sekä kehitettiin asukasosallisuuden muotoja ehkäisevässä päihdetyössä ja ehkäisevän päihdetyön viestintää. Hankeaikana eri alojen ammattilaisia koulutettiin laajasti erilaisiin päihdeteemoihin ja ehkäisevän päihdetyön toteuttamiseen osana omaa perustyötä.

Vuosina 2024–2025 EHEÄ-hankkeessa (STM, terveyden edistämisen määräraha) kehitettiin tupakka- ja nikotiinituotteiden lopettamisen tuen palveluja haavoittuville kohderyhmille, päihde- ja pelikasvatuksen kokonaisuutta (päihde- ja pelikasvatusopas) sekä päihteiden ja pelaamisen puheeksiottoa kuntien palveluissa Siun soten, Pohjois-Karjalan Syöpäyhdistyksen ja Pohjois-Karjalan Kansanterveyden keskuksen yhteishankkeessa.

Hyvinvointialueella on viime vuosina huomioitu ehkäisevä päihdetyö myös osana asiakas- ja potilasturvallisuuden ja laadunhallinnan suunnitelmaa ja laaturaportointia sekä terveydenhuollon omavalvonnan kokonaisuutta. Lisäksi vuonna 2025 aloitettiin suunnitelmallinen nikotiinivieroituksen kehittäminen yhteistyössä Siun soten palvelualueiden kanssa.

Yhteenveto ehkäisevän päihdetyön toimintasuunnitelman 2023–2025 toteutumisesta

Painopiste 1: Vahvat ehkäisevän päihdetyön rakenteet kunnissa ja hyvinvointialueella	
Missä onnistuimme?	- Ehkäisevän päihdetyön perusrakenteet on saatu kuntoon kunnissa ja hyvinvointialueella. - Yhteisiä ehkäisevän päihdetyön toimenpiteitä on suunniteltu ja toteutettu, ja niitä on kirjattu hyvinvointisuunnitelmiin.
Mitä parannettavaa meille jäi?	Lakisääteinen velvoite seurata ja raportoida päihde- ja rahapelioloja väestö- ja ikäryhmittäin sekä ehkäisevän päihdetyön tavoitteita ja toimenpiteitä voisi toteutua paremmin.

Painopiste 2: Päihdehaitoista ja ehkäisevän päihdetyön toimista viestiminen

Missä onnistuimme?	• Yhteisesti sovituista viestinnän kärjistä ja kampanjoista on viestitty suunnitellusti ja yhdenmukaisesti. • Ajankohtaisiin ilmiöihin on tartuttu viestinnässä.
Mitä parannettavaa meille jäi?	• Erityiset kohderyhmät voisi huomioida jatkossa paremmin viestintäsisällöissä ja viestintäkanavissa.

Painopiste 3: Vaikuttavien ehkäisevän päihdetyön toimenpiteiden edistäminen ja osaamisen lisääminen

Missä onnistuimme?	• Ehkäisevän päihdetyön toimenpiteitä on toteutettu eri toimintaympäristöissä ja palveluissa. Erityisesti lapsiin ja nuoriin kohdistuvaa työtä on tehty paljon. • Pitkäjänteinen yhteistyö hyvinvointialueen, kuntien ja keskeisten järjestökumppaneiden kesken. • Ammattilaisten osaamista on vahvistettu. • Hyvinvointialueen palveluissa tehdyt päihiteisiin ja pelaamiseen liittyvät puheeksiotot sekä neuvonta ovat lisääntyneet, ja niihin liittyvää kirjaamista ja raportointia on kehitetty huomioiden erityisesti vuoden 2025 aikana HYTE-kerroinindikaattori alkoholinkäytön mini-interventiosta.
Mitä parannettavaa meille jäi?	• Tiiviimpi yhteistyö viranomaisten (kuten poliisi, lupa- ja valvontavirasto) sekä elinkeinoelämän kanssa päihde- ja rahapelihaittojen ehkäisemiseksi.

Painopiste 4: Asukkaiden osallistumis- ja vaikuttamismahdollisuuksien edistäminen ehkäisevässä päihdetyössä

Missä onnistuimme?	• Päihdetilannekyselyn toteutus onnistui ja sen kautta saatiin näkemyksiä isolta joukolta pohjoiskarjalaisia. • Vaikuttamistoimielimiä, järjestöfoorumeja ja vastaavia on hyödynnetty ehkäisevän päihdetyön asioiden käsittelyssä ja toimenpiteiden suunnittelussa.
Mitä parannettavaa meille jäi?	• Laajemman asukasjoukon osallistamiseen tarvitaan uudenlaisia ja erilaisia keinoja ja ne tulee liittää riittävän konkreettisiin toimenpiteisiin.

6 Johtopäätökset ja kehittämistarpeet

Alla olevat ilonaiheet, huolenaiheet ja kehittämistarpeet ovat yhteenvedoa edellisten osioiden päihde- ja rahapeli-indikaattoreista, viime vuosien toteutuneesta ehkäisevän päihdetyön toimista sekä syksyn 2025 aikana eri vaikuttamistoimielinten ja työryhmien tai verkostojen kanssa käydyistä keskusteluista. Ilonaiheita, huolenaiheita ja kehittämistarpeita ovat tuoneet ilmi muun muassa Pohjois-Karjalan ehkäisevän päihdetyön verkoston jäsenet sekä hyvinvointialueen nuorisovaltuusto, vanhusneuvosto, vammaisneuvosto, lapsi- ja perheasiainneuvosto ja hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen ohjausryhmä.

Ilonaiheet

- Valtaosalla lapsista ja nuorista asiat ovat pääosin hyvin ja heillä on hyvät kasvuolosuhteet.
- Nuorten päihteiden käyttö on vähentynyt lähes kaikkien päihteiden osalta.
- Alkoholikulttuuri on muuttumassa hiljalleen; alkoholittomien juomien suosio kasvaa, raittius lisääntyy ja väkevien juomien käyttö vähentyy.
- Huumeiden käyttö ei ole yleistynyt Pohjois-Karjalassa yhtä voimakkaasti kuin muualla Suomessa.
- Ehkäisevän päihdetyön rakenteet ovat hyvällä tasolla, ja yhteistyö eri tahojen välillä toimii pääosin hyvin.



Huolenaiheet:

- Päihteiden sekä tupakka- ja nikotiinituotteiden käytön osalta on havaittavissa polarisoitumista. Ilmiöiden yleisyyteen vaikuttavat esimerkiksi koulutusaste, sukupuoli ja asuinkunta.
- Alaikäiset saavat hankittua päihteitä helposti esimerkiksi sosiaalisen median kautta, ja tarjontaa siellä on paljon.
- Nikotiinipussien käyttö on kasvanut selkeästi viime vuosina nuorten ja nuorten aikuisten keskuudessa. Nikotiinituotteisiin liittyy myös erilaisia lieveilmiöitä erityisesti alaikäisillä, kuten velat, väkivalta ja rikollisuus.
- Arkisia havaintoja on tehty siitä, että vanhemmilla on edelleen sallivia asenteita alaikäisten lastensa päihteiden käyttöä kohtaan.
- Nuorilla aikuisilla ja työikäisillä alkoholin riskikäyttö on edelleen yleistä (esim. korkeakouluopiskelijoiden kosta alkoholikulttuuri, lapsiperheissä ilmenevä humalajuominen).
- Huoli ikääntyneiden alkoholin riskikäytöstä sekä lääkkeiden ja alkoholin yhteiskäytöstä sekä juomiseen liittyvät muut ilmiöt kuten yksinäisyys ja väkivalta.
- Uudistuvat alkoholi- ja rahapelilainsäädäntö ja huoli niiden aiheuttamista ongelmien lisääntymisestä.



Kehittämistarpeet tuleville vuosille:

- Kuntien ja hyvinvointialueen tulee kiinnittää huomiota ehkäisevän päihdetyön laadun arviointiin pyrkä parantamaan toimintaansa edelleen.
- Ehkäisevän päihdetyön viestinnän kehittäminen uusia kohderyhmiä ja viestintäsisältöjä huomioivaksi.
- Tiiviimpi yhteistyö viranomaisten (kuten poliisi, lupa- ja valvontavirasto) sekä elinkeinoelämän kanssa.
- Päihdekasvatuksen aloittaminen ikätason mukaisesti jo riittävän varhaisessa vaiheessa niin kotona kuin koulussa.
- Huoltajien ja muiden aikuisten oman toiminnan, asenteiden, sääntöjen ja puuttumisen tärkeyden korostaminen jatkossa enemmän.
- Huumausainetilanteen kehityksen jatkuva seuranta ja huumeiden käytön ehkäisy erityisesti nuorten ikäryhmissä.
- Päihteisiin ja riippuvuuksiin liittyvän stigman huomioiminen toimenpiteissä.



7 Ehkäisevän päihdetyön toimintasuunnitelma 2026–2029

Tämä kappale sisältää ehkäisevän päihdetyön toimintasuunnitelman Pohjois-Karjalaan vuosille 2026–2029. Toimintasuunnitelmaan on kirjattu ylös hyvinvointialuetta koskevat keskeiset ehkäisevän päihdetyön toimenpiteet sekä yhteistyössä kuntien ja muiden toimijoiden kanssa toteutettavat ehkäisevän päihdetyön toimenpiteet. Suunnitelma mukailee uudistuvan kansallisen ehkäisevän päihdetyön toimintaohjelman linjauksia painopisteiden ja tavoitteiden osalta. Pohjois-Karjalan alueellisen toimintasuunnitelman kolme painopistealuetta ovat:

- 1. Laadukkaat ehkäisevän päihdetyön rakenteet ja johtaminen Pohjois-Karjalassa**
- 2. Varhaisen tunnistamisen, tuen ja tiedon lisääminen**
- 3. Ehkäisevän päihdetyön toteuttaminen asukkaiden arkiympäristöissä ja yhteisöissä**

Painopiste 1: Laadukkaat ehkäisevän päihdetyön rakenteet ja johtaminen Pohjois-Karjalassa

Tavoite	Toimenpide	Vastuutaho	Aikataulu	Seurantamittari/arviointi
Hyvinvointialueen ja kuntien ehkäisevän päihdetyön laatua arvioidaan ja kehittämiskohteet tunnistetaan	Ehkäisevän päihdetyön kypsyysanalyysin toteutus	EPT:tä koordinoivat henkilöt ja työryhmät (kunnat & hyvinvointialue)	2026 ja 2028	Toteutuneet kypsyysanalyysit (kpl)
	Kypsyysanalyyseistä nousseiden kehittämistoimien valinta	EPT:tä koordinoivat henkilöt ja työryhmät (kunnat & hyvinvointialue)	2026–2029	Kypsyysanalyysien tulokset ja sovitut jatkotoimet
Vahvistetaan ehkäisevän päihdetyön tiedolla johtamista	Vahvistetaan päättäjien osaamista päihde- ja rahapelihaitoista sekä ehkäisevästä päihdetyöstä (perehdytystilaisuudet)	EPT:tä koordinoivat henkilöt (kunnat & hyvinvointialue) Kuntien lakisääteiset ehkäisevän päihdetyön toimielimet	2026	Perehdytystilaisuuksien ja tavoitettujen päättäjien lukumäärä Kokemus osaamisen lisääntymisestä
	Tunnistetaan hyvinvointialueen ja kuntien yhteiset tarpeet ehkäisevän päihdetyön tietojohtamisen kehittämiseksi	EPT-työtä koordinoivat henkilöt ja työryhmät (kunnat & hyvinvointialue)	2028–2029	Yhdessä tunnistetut tarpeet listattu (kyllä/ei)
	Selvitetään mahdollisuuksia saada kuntakohtaista tietoa aikaisväestön päihteiden käytöstä ja rahapelaamisesta	Pohjois-Karjalan ehkäisevän päihdetyön verkosto	2026–2029	Asiaa selvitetty (kyllä/ei)
Vahvistetaan ehkäisevään päihdetyöhön liittyvää seurantaa ja arviointia	Päihde- ja rahapelitilanteesta, EPT-tavoitteista ja toteutuneista toimenpiteistä raportoidaan valtuustolle ja toimielimelle EPT-lain mukaisesti	EPT-/ HYTE-työtä koordinoivat henkilöt (kunnat & hyvinvointialue)	2026–2029 (vuosittain)	Toteutunut (kyllä/ei)

Painopiste 2: Varhaisen tunnistamisen, tuen ja tiedon lisääminen

Tavoite	Toimenpide	Vastuutaho	Aikataulu	Seurantamittari/arviointi
Asukkaat saavat tietoa ja kannustusta omaehtoiseen hyvinvoinnista huolehtimiseen	Viestintä- ja vaikuttamissuunnitelman päivittäminen ja suunnitelman mukainen viestintä, esim. • Väestöviestintä ja kampanjat • miunhyvinvointi.fi –palvelun tunnetuksi tekeminen • Huumausaineisiin liittyvä viestintä	Pohjois-Karjalan EPT-verkosto EPT:tä koordinoivat henkilöt ja työryhmät (kunnat & hyvinvointialue) Viestinnästä vastaavat henkilöt (kunnat & HVA) NOHEVA-hanke	2026–2029	Viestintä- ja vaikuttamissuunnitelma päivitetty (kyllä/ei) Suunnitelman mukaisten sisältöjen toteutuminen viestinnässä
Päihteisiin ja pelaamiseen liittyviä riskejä ja haittoja tunnistetaan tarpeen mukaan kuntien ja järjestöjen palveluissa ja toiminnoissa ja heitä ohjataan tuen pariin	Tarjotaan eri toimijoille puheeksioton ja palveluihin ohjaamisen osaamisen vahvistamisen tueksi työvälineitä ja koulutuksia Hyödynnettävissä olevat menetelmät: päihteiden ja pelaamisen puheeksioton ja palveluihin ohjautumisen toimintamallit kunnissa, Ota puheeksi -kortit	EPT:tä koordinoivat henkilöt ja työryhmät (kunnat & hyvinvointialue) Kunnan toimialat Järjestöt	2026–2029	Koulutusten lukumäärä Valmiiden työvälineiden tai menetelmien käyttö (kyllä/ei)
	Järjestetään huumekuolemien ehkäisyyn liittyvän osaamisen vahvistamista	NOHEVA-hanke EPT:stä vastaava asiantuntija (hyvinvointialue)	2026	Koulutusten lukumäärä Koulutettujen henkilöiden lukumäärä

Päihteisiin ja pelaamiseen liittyvät riskit, haitat ja ongelmat tunnistetaan varhain hyvinvointialueen palveluissa	Hyvinvointialueen palveluissa otetaan päihteiden ja tupakka- ja nikotiinituotteiden käyttö sekä raha- ja digipelaaminen puheeksi ja annetaan tarpeen mukaista lyhytneuvontaa. Menetelmänä hyödynnetään Ehkäisevän päihdetyön polku -toimintamallia ja RAI-arviointivälinettä.	Hyvinvointialueen palvelualueet EPT:stä vastaava asiantuntija (hyvinvointialue) Kohtaamisen keinoin -hanke	2026–2029	Palvelujen lukumäärä, joissa EPT-polku on käytössä. Puheeksiottojen, tehtyjen kartoitusten ja annettujen lyhytneuvontojen lukumäärät. Hyte-kerroinindikaattori: alkoholinkäytön mini-intervention toteutuminen riskissä oleville
	Päihteiden käytön ja pelaamisen puheeksioton, lyhytneuvonnan ja kirjaamisosaamisen vahvistaminen.	EPT:stä vastaava asiantuntija (hyvinvointialue) Palvelualueet (hyvinvointialue) Kohtaamisen keinoin -hanke	2026–2029	Kokemus osaamisen vahvistumisesta
	Ehkäisevän päihdetyön kirjaamisen ja raportoinnin kehittäminen osana APTJ-uudistusta.	EPT:stä vastaava asiantuntija (hyvinvointialue) Palvelualueet (hyvinvointialue) Kohtaamisen keinoin -hanke	2026–2029	Ehkäisevän päihdetyön kirjaamisen toteutuminen
Hyvinvointialueella edistetään suosituksia tupakasta ja nikotiinista vieroituksen järjestämisestä	Nikotiinivieroituspalvelujen kehittäminen ja tarjoaminen alueen asukkaille	Terveyspalvelujen toimialue Nikotiinivieroituksen kehittämistyöryhmä (hyvinvointialue) EPT:stä vastaava asiantuntija (hyvinvointialue)	2026–2029	Tarjolla olevat nikotiinivieroituspalvelut
	Yhteisten vieroitusohjausta tukevien materiaalien ja nikotiinivieroitus-intrasivun laatiminen	Nikotiinivieroituksen kehittämistyöryhmä (hyvinvointialue) EPT:stä vastaava asiantuntija (hyvinvointialue)	2026–2027	Materiaali laadittu (kyllä/ei) Intrasivu laadittu (kyllä/ei)

Painopiste 3: Ehkäisevän päihdetyön toteuttaminen asukkaiden arkiympäristöissä ja yhteisöissä

Tavoite	Toimenpide	Vastuutaho	Aikataulu	Seurantamittari/arviointi
Varhaiskasvatuksessa, kouluissa ja oppilaitoksissa toteutettavan ehkäisevän päihdetyön laatua vahvistetaan	Opiskeluhooltosuunnitelmiin on kirjattu ehkäisevän päihdetyön sisältöjä	Opiskeluhooltoryhmät Yksikön johto ja henkilökunta (koulut ja oppilaitokset)	2026–2029	Kirjaukset opiskeluhooltosuunnitelmissa (kyllä/ei)
	Suunnitelmallinen ja laadukas päihde- ja pelikasvatus toteutuu eri koulutusasteilla Hyödynnettävissä oleva materiaali: Pohjois-Karjalan päihde- ja pelikasvatusopas	Yksikön johto ja henkilökunta (kunnat ja oppilaitokset)	2026–2029	Päihde- ja pelikasvatus toteutuu eri koulutusasteilla (kyllä/ei) Päihde- ja pelikasvatusopasta hyödyntävien kuntien ja oppilaitosten lukumäärä
	Yhteistyötä tehdään huoltajien kanssa päihde- ja pelikasvatuksessa (esim. Wilma-viestintä, huoltajaillat, kodin ja koulun päivät)	Opiskeluhooltoryhmät Yksikön johto ja henkilökunta (kunnat ja oppilaitokset)	2026–2029	Huoltajien kanssa toteutunut yhteistyö
Lasten, nuorten ja perheiden hyvinvointia vahvistetaan tukemalla suojaavia tekijöitä, arjen voimavaroja ja vanhemmuutta	Perhekeskustoiminnalla tuetaan perheiden hyvinvointia eri tavoin, esim. - Kohtaamispaikat - Harrastusmahdollisuuksien tukeminen - Vanhemmuuden tukeminen	Pohjois-Karjalan perhekeskustoimijat	2026–2029	Pohjois-Karjalan perhekeskuksen toimintasuunnitelman toteutuminen
Lasten ja nuorten liikunta- ja urheilutoiminnassa	Päihteisiin ja rahapelaamisen liittyvän tilannekuvan selvittäminen Pohjois-Karjalan urheiluseuroissa (kyselyn toteutus)	Pokali Pohjois-Karjalan Syöpäyhdistys	2026	Kysely toteutettu: kyllä/ei Kyselyyn vastanneiden urheiluseurojen lukumäärä

edistetään pääteettömyyttä	Nikotiiton urheilu –toimintamallin käyttöönotto urheiluseuroissa	Pohjois-Karjalan Syöpäyhdistys Urheiluseurat	2026–2029	Nikotiittomien urheiluseurojen lukumäärä
	Urheiluseuratoimijoiden osaamisen vahvistaminen	Pohjois-Karjalan Syöpäyhdistys EPT:stä vastaava asiantuntija (hyvinvointialue) Pokali	2026–2029	Koulutettujen henkilöiden lukumäärä Kokemus osaamisen vahvistumisesta
Pakka-työkaluja hyödynnetään osana ehkäisevän päihdetyön toimia osallistaen järjestöjä mukaan	Pakka-työkaluja hyödynnetään hyvinvointialueen, kuntien ja järjestöjen ehkäisevässä päihdetyössä: • Päihdetilannekysely • Kampanjat ja viestintä (Hakematta paras) • Nuoret Pakka-toimijoina • Elinkeinoelämäyhteistyö	Pohjois-Karjalan EPT-verkosto EPT:stä vastaavat työryhmät (kunnat ja hyvinvointialue) Tarjontatyöryhmä	2026–2029	Toteutuneet Pakka-toimenpiteet
Tuetaan ikäihmisten pääteettömyyttä	Eläkkeelle jäävän hyvinvointitietopaketin (esite) laatiminen ja levittäminen	Pohjois-Karjalan EPT-verkosto Mahdollinen opiskelijayhteistyö	2026–2027	Esite valmistunut (kyllä/ei) Esitteen jakelumäärät ja -kanavat
	Huomioidaan alkoholi osana kaatumisen ehkäisyn toimenpiteitä	EPT-työtä koordinoivat henkilöt (kunnat & hyvinvointialue) Ikääntyneille suunnatut palvelut ja toiminnot (kunnat ja hyvinvointialue) Voimaa vanhuuteen -ohjelma	2026–2028	Tapahtumat ja tilaisuudet, joissa aihe ollut esillä (lukumäärä)

8 Lähteet

Alkoholilaki 1102/2017. [Alkoholilaki | 1102/2017 | Lainsäädäntö | Finlex](#)

Arpajaislaki 1047/2001. [Arpajaislaki | 1047/2001 | Lainsäädäntö | Finlex](#)

Kouluterveyskysely

Laki ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä 523/2015. [Laki sosiaali- ja terveydenhuollon järjestämisestä | 612/2021 | Lainsäädäntö | Finlex](#)

Laki sosiaali- ja terveydenhuollon järjestämisestä 612/2021. [Laki ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä | 523/2015 | Lainsäädäntö | Finlex](#)

Pohjois-Karjalan hyvinvointialue. [Alueellinen laaja hyvinvointikertomus ja -suunnitelma 2025–2028.](#)

Pohjois-Karjalan maakuntaliitto 2024. [Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen Pohjois-Karjalassa. Strategiset painopisteet vuosille 2025-2028.](#)

STM 2020. [Kansallinen mielenterveysstrategia ja itsemurhien ehkäisyohjelma vuosille 2020–2030.](#)

STM 2021. [Päihde- ja riippuvuusstrategia. Yhteiset suuntaviivat vuoteen 2030 \(valtioneuvosto.fi\)](#)

STM 2023. [Suosituksia mielenterveyteen, päihdeongelmiin ja riippuvuuteen liittyvän stigman ja syrjinnän tunnistamiseen ja vähentämiseen](#)

STM 2024. [Tupakasta ja nikotiinista vieroitus : Suositukset hyvinvointialueille](#)

THL 2022. Ehkäisevä päihdetyö -opas kunnille ja hyvinvointialueille.
https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/144684/URN_ISBN_978-952-343-825-5.pdf?sequence=1&isAllowed=y

THL. [Jätevesitutkimus: väestötason huumeiden käyttö.](#)

THL. [Kouluterveyskyselyn tulospalvelu.](#)

THL. [Sotkanet – Tilasto- ja indikaattoripankki.](#)

THL. [Terve Suomi -tutkimus.](#)

Tupakkalaki 549/2016. [Tupakkalaki | 549/2016 | Lainsäädäntö | Finlex](#)