

TOSITIETOA

# Nuuska



# Nuuskan myyminen Suomessa on laitonta

Haitallisuutensa vuoksi nuuskan myyminen elinkeinotoiminnassa on Suomessa ja Ruotsia lukuun ottamatta koko Euroopan unionissa laitonta. 18 vuotta täyttänyt saa tuoda nuuskaa omaan käyttöön enintään kolmekymmentä enintään 50 gramman rasiaa. Nuuskaa kuitenkin haetaan laittomasti isompia lasteja pääasiassa Ruotsin puolelta Haaparannasta, Uumajasta ja Tukholmasta. Lain mukaan nuuskaa ei saa välittää eikä lahjoittaa eteenpäin Suomessa.

Maahantuontia valvotaan ja laillista määrää suuremman nuuskaerän tuominen voi johtaa rangaistukseen. Myymisen voidaan tulkita olevan joko tupakkalain mukainen myyntirikos tai isompien määrien ollessa kyseessä rikoslain mukainen veropetos. Nuuskan välittämisestä voidaan tuomita sakon lisäksi myös vankeutta.

# Tehokas markkinointi nuuskan käytön taustalla

Nuuskan valmistajat pyrkivät houkuttelemaan tuotteelle uusia käyttäjiä. Aiemmin enemmän käytetyn sotkevan irtonuuskan tilalle on tullut siistimpi pussinuuska, jota on helpompi käyttää. Myös tuotteiden ulkonäköön on panostettu ja nuuskaa saa toinen toistaan tyylikkäämmissä pakkauksissa. Markkinoilla on myynnissä sadoittain eri tuotemerkkejä ja makuja. Markkinointia on kohdennettu yhä enemmän myös naisten suuntaan muun muassa kauniiden rasioiden avulla.

Nuuskan käyttäjät eivät aina tunne käytön aiheuttamia terveysriskejä. Nuuskan valmistajat käyttävät tätä hyväkseen ja nuuskasta pyritään tietoisesti luomaan kuvaa savuketta terveellisempänä vaihtoehtona. Savukkeiden ja nuuskan haittavaikutusten vertaaminen ei kuitenkaan ole mielekästä, sillä kumpikaan ei ole terveystuote.



**Nuuskaista pyritään tietoisesti luomaan kuvaa savuketta terveellisempänä vaihtoehtona.**

# Nuuskan käyttö aiheuttaa voimakasta riippuvuutta

Nuuska sisältää runsaasti nikotiinia ja nuuskaa käytävillä nikotiiniannos on keskimäärin suurempi kuin tupakoivilla.

Nuuskan nikotiinipitoisuudet vaihtelevat noin 8 milligrammasta 22 milligrammaan per gramma.

Nuuskapurkillisesta saatava nikotiinimäärä nousee helposti tupakka-askista (160 mg) saatavan määrän ohi. Säännölliseen nuuskan käyttöön liittyykin voimakas nikotiiniriippuvuus.

## Nuuskaista aiheutuvia vieroitusoireita ovat muun muassa:

- levottomuus
- ärtyneisyys
- päänsärky
- univaikeudet
- keskittymisvaikeudet

# Nuuska on terveydelle haitallinen tupakkatuote

Vaikka nuuska ei sisällä savun mukana elimistöön leviäviä myrkyllisiä aineita, se on silti terveydelle haitallinen tuote. Nuuska sisältää ainakin 2500 kemiallista yhdistettä, joista 28 on tutkitusti syöpää aiheuttavia aineita. Nuuska sisältää muun muassa raskasmetalleja ja viljelyssä käytettävien torjunta-aineiden jäämiä.

Nuuskan käyttö aiheuttaa suun sairauksia. Jo lyhytaikaisen nuuskaamisen jälkeen suussa syntyy limakalvovaurioita. Nuuskan käytön seurauksena voi myös esiintyä hampaiden kulumista, ikenien vetäytymistä ja ientulehduksia. Nuuskan käyttö lisää suun alueen syöpien vaaraa ja kasvattaa sydäninfarktin ja kuolemaan johtavan aivoverenkiertohäiriön, erityisesti aivoinfarktin riskiä. Tutkimusten mukaan nuuskan runsaalla käytöllä on todettu olevan yhteys kohonneeseen diabetes-riskiin ja myöhempään sydämen vajaatoimintaan.

Nuuskan terveyshaitoista ja syöpäriskistä tarvitaan lisää tutkimusta, jotta pystytään sanomaan mitä muita haittoja käytöstä koituu.



**Nuuskan käyttö lisää suun alueen syöpien vaaraa.**

## Tiesitkö myös, että...

... nuuska ei ole urheilijaystävällinen tuote. Nuuskan käyttö on yleistä erityisesti monien joukkueurheilijoiden keskuudessa. Nuuskan käytön ajatellaan rauhoittavan ja sen mielletään virheellisesti olevan myös suorituskyvyn kannalta haitatonta. Todellisuudessa nikotiinin vaikutus supistaa verisuonia ja heikentää lihasten verenkiertoa, mikä lisää liikuntavammojen vaaraa ja hidastaa palautumista. Koska lihasten hapen ja ravintoaineiden saanti vähenee, heikkenevät myös lihasvoima ja -massa. Nikotiini nostaa tilapäisesti verenpainetta ja sykettä, jolloin sydän joutuu normaalia kovemman rasituksen alle.



**Nikotiinin vaikutus  
supistaa verisuonia  
ja heikentää lihasten  
verenkiertoa, mikä lisää  
liikuntavammojen vaaraa  
ja hidastaa palautumista.**

”

**Nuuska sisältää  
ainakin 2500  
kemiallista  
yhdistettä,  
joista 28 on  
tutkitusti syöpää  
aiheuttavia  
aineita.**

## Katso lisää:

**Terveyden ja hyvinvoinnin laitos**

*<http://www.thl.fi/fi/aiheet>*

**Piste tapaturmille!** *[www.thl.fi/tapaturmat](http://www.thl.fi/tapaturmat)*

**Päihdelinkki** *[www.paihdelinkki.fi/](http://www.paihdelinkki.fi/)*

**Syöpäjärjestöt** *[www.cancer.fi/](http://www.cancer.fi/)*

## Löydät EHYT ry:n verkossa...

---



**Facebookissa**

*[www.facebook.com/ehytry](http://www.facebook.com/ehytry)*



**Twitterissä**

*[@EHYTry](https://twitter.com/EHYTry)*

**Tilaa uutiskirjeemme**

*[ehyt.fi/uutiskirje](http://ehyt.fi/uutiskirje)*

**Tutustu toimintaamme ja julkaisuihimme**

*[ehyt.fi](http://ehyt.fi)*

