

IRTI

Teemana
aluetoiminta

HUUMETYÖN ERIKOISLEHTI
2/2026

ASiantuntija

”Tulevaisuus täytyy kuvitella itse”

s. 6

Nuoruudessa koettu
alkoholipolitiikka
yhteydessä myöhempään
terveyteen

s. 8

Läheiset tuntevat
heille lakisääteisesti
kuuluvia palveluita
heikosti

s. 10



IRTI HUUMEISTA
-PUHELIN:
0800 980 66
ma-pe 9-15 & ma-to 18-21

Alueellista toimintaa

TÄMÄN LEHDEN TEEMANA on aluetoiminta. Meillä on tällä hetkellä noin kaksikymmentä läheisryhmää ympäri Suomea, jotka tarjoavat vertaistuettuja tapaamisia vapaaehtoisvoimin. Irti Huumeista ry pyrkii vastaamaan siihen, että läheisryhmiä olisi yhä useammalla alueella valtakunnallisesti. Tämä tarkoittaa toki sitä, että tarvitsemme toimintaamme mukaan uusia toimijoita, jotka aloittavat ryhmien ohjaamisen.

Haluamme, että jokainen, joka tarvitsee kasvokkaista apua, saisi sitä. Läheisryhmämme ovat arvokkaita vertaistuen ja kohtaamisen paikkoja huumeita käyttävien henkilöiden läheisille. Toki myös puhelimemme ja etäryhmät ja –tapaamiset auttavat ihmisiä, mutta joskus tarvitaan kanssakäymisiä ilman sähköisiä välineitä.

En voi koskaan kiittää tarpeeksi toiminnassamme olevia vapaaehtoisia. Jos siis koet, että haluaisit aloittaa ohjaamaan läheisryhmää paikkakunnallasi, älä epäröi ottaa yhteyttä meihin.

Järjestämme tämän vuoden aikana myös aluetapahtumia neljällä eri paikkakunnalla. Palaute jo pidetyistä aluetapahtumista on ollut hyvää ja osallistujien toiveena on se, että aluetapahtumat olisivat myös toimintakalenterissa ensi vuonna. Aluetapahtumilla haluamme tuntea ja tutustua vapaaehtoisimme vielä paremmin sekä samalla antaa tukea ja koulutusta. Tule siis mukaan!

Mira Reponen, toiminnanjohtaja
Irti Huumeista ry

Lokal verksamhet

TEMAT FÖR DET här numret är den lokala verksamheten. Runtom i landet har vi just nu ungefär tjugo anhörigrupper med möten som ordnas på frivilligbasis och erbjuder kamratstöd. Fri från narkotika rf strävar efter att det ska finnas anhörigrupper inom allt fler områden i landet. Det här betyder emellertid att vår verksamhet behöver få med nya aktörer som kan leda de här grupperna.

Vi vill att alla som behöver få hjälp ansikte mot ansikte ska få det. Våra anhörigrupper är värdefulla platser där anhöriga till personer som tar droger kan mötas och få kamratstöd. Visserligen får människor också hjälp genom vår telefon samt genom distansgrupperna och –mötena, men ibland behöver man umgås utan digitala hjälpmedel.

Jag kan aldrig nog tacka de frivilliga som är med i vår verksamhet. Om du alltså känner att du skulle vilja bli handledare för en anhörigrupp på din hemort, tveka inte att höra av dig till oss.

Under det här året kommer vi att ordna lokala evenemang på fyra olika orter. Vi har fått god respons på de lokala evenemang som redan har ordnats och deltagarna har önskat att de lokala evenemangen ska ingå i vår verksamhetskalender också under följande år. Genom de lokala evenemangen vill vi lära känna och bli bättre bekanta med våra frivilliga, och samtidigt ge stöd och utbildning. Så kom med i verksamheten!

Mira Reponen, verksamhetsledare
Fri från narkotika rf



6

Asiantuntija "Tulevaisuus täytyy kuvitella itse"

Sitran ennakkoinnin asiantuntija ja tulevaisuustutkija Otto Täbäckpää peräänkuuluttaa aitoa ja realistista keskustelua nuorten kanssa.

4

Ajankohtaista

Kevään tapahtumat, Irti Huumeista ry:n uusi hallitus, vuoden 2026 aluetapahtumat

11

Kolumni Asunto ensin – kun koti tuo turvaa myös läheisille

Kun ihmisellä on koti, myös läheisillä on mahdollisuus hengähtää, muistuttaa sosionomi Minnakaisa Tuurala.



12

Entistä valtakunnallisempi

Irti Huumeista ry on vuonna 2026 entistä enemmän läsnä eri alueilla. Haaastattelussa vapaaehtoistoiminnan vastaava Jenni Väättänen.

Päätoimittaja
Mira Reponen,
toiminnanjohtaja

Toimitussihteeri
Lotta Jokinen,
viestintäpäällikkö

Tekijät
Lotta Jokinen
Mira Reponen
Minnakaisa Tuurala
Jessica Vikfors
Jenni Väättänen
Topias Dean

Kustantaja
Irti Huumeista ry
Hietakummuntie 19 C
00700 Helsinki

Painopaikka
Grano, Helsinki

Julkaisun ilme ja taitto
Hahmo

Kannen kuva
Topias Dean, Sitra

Painosmäärä
1 200 kpl

Toimituskunta
Janita Maijanen
Lotta Jokinen
Mertsi Tamminen
Jenni Väättänen
Isabella Åberg
Virpi Jaakkola
Teemu Laine

Keskustoimisto
info@irtihuumeista.fi

Vapaaehtoistoiminta
Jenni Väättänen p. 044 741 6635

**Huudikoutsitoiminta
ja huumetyö**
Petra Müller p. 050 472 0372

Läheistyönkeskus
Virpi Jaakkola p. 050 320 8947

Sähköpostit
etunimi.sukunimi
@irtihuumeista.fi

**Huumetyön erikoislehti
Irti ilmestyy neljä kertaa
vuodessa**
Irti-lehti on
Irti Huumeista ry:n jäsenetu.

Lehti ilmestyi
1985–1995 nimellä *Läheinen*,
1996–2014 nimellä *Irti*,
2015–2022 nimellä *Taite*.

ISBN 2954-2251
(painettu)
ISSN 2954-226X
(verkkopainatus)



IRTI HUUMEISTA RY



AJANKOHTAISTA



Irti Huumeista toimii

11.6.

Huudikoutsien Pop up -tapahtuma, Kannelmäki, Helsinki

19.6.–31.7.

Irti Huumeista ry:n toimisto suljettu kesätouon ajaksi

25.6.

Nuorisokoutsien Pop up -tapahtuma, Vuosaari, Helsinki

26.6.

Kansainvälinen päivä huumeiden väärinkäytön ja laittoman huumausainekaupan vastustamiseksi

→ [Ilmoittautumiset ja tarkemmat tiedot nettisivuillamme Irti Huumeista > Tapahtumat](#)

Läheisryhmiä uusille paikkakunnille

VUODEN 2026 AIKANA Irti Huumeista ry:lle on perustettu lukuisia uusia läheisryhmiä paikkakunnille, joissa on vapaaehtoisia vetämään ryhmiä. Uusia ryhmiä on perustettu muun muassa Lahteen, Imatralle, Kangasalle ja Tornioon.

Tällä hetkellä läheisryhmiä on jo yli 20 paikkakunnalla! Läheisryhmien ajankohtaiset tiedot löytyvät sivuiltamme: irtihuumeista.fi/laheisryhmat.

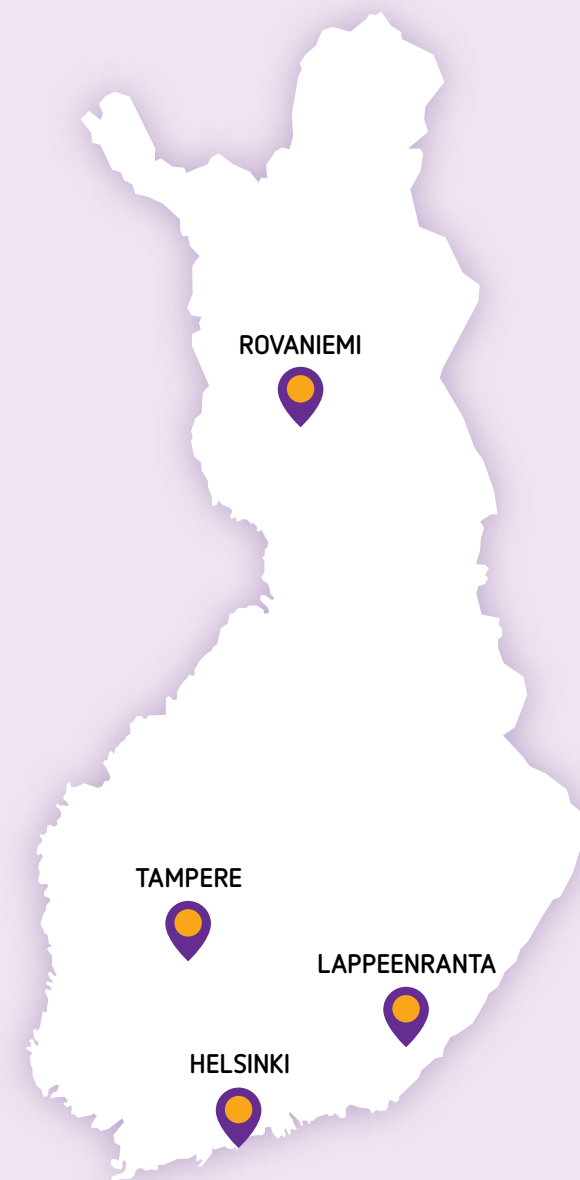
Irti Huumeista ry:lle uusi hallitus

IRTI HUUMEISTA RY:N vuosikokouksessa 25.4. järjestölle valittiin uusia ja jo hallituksessa olleita jäseniä erovuorossa olevien tilalle. Hallituksen jäseniksi valittiin **Marja Moisander** (varajäsen **J-P Pääskysaari**), **Kalevi Puonti** (varajäsen **Kati Melto**) ja **Sari Leinonen** (varajäsen **Mikko Piironen**).

Irti Huumeista järjestää vuonna 2026 aluetapahtumia

IRTI HUUMEISTA RY järjestää vuonna 2026 neljä aluetapahtumaa ympäri Suomea alueen vapaaehtoisille ja muille toiminnasta kiinnostuneille. Seuraava aluetapahtuma on 5.–6.6. Tampereella.

Seuraa nettisivujamme ja somea, niin saat tuoreet päivitykset tulevista tapahtumista!



Aluetapahtumamme vuonna 2026

● Aamulehti 11.3.2026

Pirha kiristää otettaan C-hepatiitista – huumeita käyttäville maksutonta pikatestausta ja lääkettä

Pirkanmaalla on käynnistynyt laaja hepatiitti C:n eliminointihanke, jonka tavoitteena on löytää tartunnan saaneet nykyistä varhaisemmassa vaiheessa ja ohjata heidät nopeasti hoitoon. Hanke on osa Suomen tavoitetta poistaa hepatiitti C kansanterveysongelmana vuoteen 2030 mennessä.

Pirkanmaan hyvinvointialue on saanut sosiaali- ja terveysministeriöltä valtionavustusta hankkeen toteuttamiseen. Käytännön työ käynnistyi viime marraskuussa, ja se jatkuu kesäkuun 2027 loppuun saakka. Terveysten ja hyvinvoinnin laitos koordinoi valtakunnallista kokonaisuutta.

Hankkeessa tarjotaan maksutonta testausta erityisesti suonensisäisiä huumeita käyttäville. Testeissä tutkitaan hepatiitti C:n lisäksi hepatiitti B ja HIV.

Testauksia tehdään eri puolilla Pirkanmaata muun muassa mielenterveys- ja päihdepalveluissa, sote-asemien vastaanotoilla ja asumispalveluissa erikseen sovitun aikataulun mukaan. Testauspaikoista ja -ajoista saa tietoa hankkeen projektipäälliköltä.

● Yle 2.3.2026

Ministeri myöntää puutteet Suomen huume politiikassa: "On ollut sinisilmäisyyttä"

Suomen huume politiikka ei ole onnistunut, myöntää sosiaaliturvaministeri **Sanni Grahn-Laasonen** (kok.).

15–24-vuotiaiden huume kuolemat nousivat vuonna 2023 ennätyslukemiin ja Euroopan kärkimaiden joukkoon. Selvityksessään Onnettomuustutkintakeskus katsoi, että kuolemat olisivat olleet estettävissä. Taustalla oli puutteita esimerkiksi alaikäisten päihde- ja mielenterveyspalveluissa.

Sosiaali- ja terveysministeriö ilmoitti viime vuonna 10,9 miljoonan euron lisärahoituksesta nuorten huume kuolemien ehkäisyyn.

Hyvinvointialueet ovat saaneet rahoitusta esimerkiksi lasten ja nuorten mielenterveys- ja riippuvuuspalveluiden parantamiseen. Toinen kohde on opioidien yliannostuksen pysäyttämiseen tarkoitettujen naloksonin jakelu huumeidenkäyttäjille.

Oma kysymyksensä on, mihin lisärahoitus riittää tilanteessa, jossa päihdepalvelut ovat olleet tiukilla jo pitkään. Esimerkiksi vieroitushoidon jaksot ovat usein niin lyhyitä, etteivät ne riitä katkaisemaan huume kierrettä.

● THL 11.2.2026

THL valittu rakentamaan EU:n huume kriiseihin varautumisen ja riskiviestinnän malleja

Euroopan unionin huume virasto EUDA on valinnut THL:n tutkijaryhmän toteuttamaan kaksi varautumiseen ja riskiviestintään liittyvää hanketta. Hankkeet käynnistyvät vuoden alussa ja kestävät vuoden.

Hanketta vetää johtava asiantuntija **Tuukka Tammi** käyttäytymisen ja viestinnän osaamiskeskus CUBE:sta yhdessä oikeuskemisti **Pirkko Kriikun** kanssa. Tammi pitää erinomaisena, että THL ja Suomi voivat toimia suunnannäyttäjänä, kun valmistellaan EU:n yhteisiä malleja huume häätötilanteisiin varautumisessa.

"THL:n vahvuus on kyky yhdistää monialainen ja -tieteinen päihdetutkimus ja vankka käytännön kokemus varautumisen ja varoitusviestinnän saralla. Se on juuri sitä, mitä eurooppalainen varautuminen tarvitsee", Tammi toteaa tiedotteessa.

"Tulevaisuus

täytyy kuvitella itse"

Teksti ja kuva: Lotta Jokinen

Otto Tähkää on ollut mukana perustamassa Tulevaisuuskoulua, jonka päämäärä on vahvistaa eri-ikäisten tulevaisuustaitoja työpajojen, leirien ja koulutusten avulla.

Tulevaisuuden tutkija peräänkuuluttaa aitoa ja realistista keskustelua nuorten kanssa, josta puuttuu niin kutsuttu tsemppipuhe.

SITRAN ENNAKOINNIN asiantuntija ja tulevaisuustutkija **Otto Tähkää** on taustaltaan historioitsija. Hän kiinnostui nuorista ja tulevaisuudesta jo tehdessään väitöskirjaansa.

Vuoden 2025 Nuorisobarometri osoittaa, että turvallisuus, epävarmuus ja stressi heijastuvat nuorten elämään laaja-alaisesti. Esimerkiksi tyytyväisyys omaan elämään on laskenut, vuonna 2025 vain 30 prosenttia nuorista antoi elämäntyytyväisyydelleen arvosanaksi joko 9 tai 10 asteikolla neljästä kymmeneen. Myös usko maailman tulevaisuuteen oli kyselyssä ennätysellisen alhaalla.

Usko toimijuuteen on vähentynyt

Tähkää erottaa toisistaan tulevaisuuskon ja optimismin. Yksinkertaistettuna tulevaisuuskossa ajatellaan, että kaikki asiat eivät välttämättä mene hyvin, mutta moneen asiaan voi vaikuttaa. Optimismi taas on vain yksi osa tulevaisuuskon, joka voi sekä aktivoida että passivoida ihmisen.

Nuorisobarometrin huolestuttavia tuloksia voi Tähkään mukaan selittää osittain sillä, että nuoret ovat joutuneet kasvamaan jatkuvien kriisien, kuten ilmastonmuutoksen, pandemioiden sekä kiristyneen poliittisen tilanteen, keskellä. Kaikkea tämä ei selitä, sillä myös aiempien sukupolvien nuoret joutuivat kohtaamaan esimerkiksi laman. Tähkää pohtii, että esimerkiksi laman aikana valettiin uskoa omaan toimijuuteen ja siihen, että asioille voitaisiin tehdä jotakin. Poliitikot myös korostivat tulevaisuuskon 90-luvulla. Nykypäivän nuoret saattavat kokea esimerkiksi ilmastonmuutoksen niin valtavana asiana, ettei siihen voi enää vaikuttaa.

Tähkää nostaa esille erot esimerkiksi tyttöjen ja poikien välillä. Tytöt ovat eri kyselyiden mukaan poikia ahdistuneempia. Tähän voi olla monta eri syytä, mutta stereotyyppisesti tytöt kantavat enemmän huolta ympäristöstään. Tyttöillä myös usko omiin kykyihin on poikia helposti matalampi.

Sukupolvien välinen kuilu on kasvanut

Huono tulevaisuususkon vaikuttaa niin yksilön hyvinvointiin kuin yhteiskunnankin tasolla. Jos nuoret eivät usko tulevaisuuteen, eivät he välttämättä uskalla perustaa perhettä tai lähteä opiskelemaan.

Tähkää korostaa, että monella objektiivisella mittarilla katsoen nykyaika on monella tavalla parempaa kuin esimerkiksi viisikymmenluvulla, mutta silti tuntuu, että nuorten kohdalla niin kutsuttu yhteiskuntasopimus on rakoilemassa. Nuoret eivät koe välttämättä enää voivansa luottaa siihen, että opiskelemalla voi saavuttaa hyvän työpaikan ja että työuran jälkeen voisi jäädä eläkkeelle, kuten aikaisemmat sukupolvet ovat voineet tehdä.

Tulevaisuuteen pitää voida vaikuttaa

Tähkää on ollut mukana opetus- ja kulttuuri-ministeriön perustamassa asiantuntijaryhmässä, joka on pohtinut syitä nuorten toivottomuudelle ja pohtinut keinoja tulevaisuuskon palauttamiseksi. Hän peräänkuuluttaa pitkäjänteisiä yhteiskunnallisia uudistuksia. Yksi iso kysymys on lapsiperheköyhyys, sillä sosioekonominen asema määrittää paljon nuorten tulevaisuuskon. Niinpä esimerkiksi lapsiperheköyhyyden vähentäminen olisi yksi vähentää tulevaisuuteen liittyvää epävarmuutta. Perusasiat, kuten toimeentulo ja koulutus, ovat niitä kivijalkoja, joiden päälle nuorten tulevaisuuskon tulisi rakentaa.

Tulevaisuuteen liittyvää uskoa voi myös Tähkään mukaan kehittää. Erityisesti nuoret olisi hyvä kutsua kokoon puhumaan tulevaisuudestaan sekä kuunnella heitä aidosti. Hän kertoo seuraavansa huolestuneena sitä, kuinka politiikasta tulee entistä lyhytjänteisempää. Nuorten kuuleminen saattaa jäädä helposti juhlapuheisiin. Se, että nuoria kuunneltaisiin aidosti, saisi heidät luottamaan siihen, että myös heidän ideoitaan kuunnellaan ja että heillä itsellään on käsissään ratkaisun avaimet.

"Kun pystyy kuvittelemaan ja haaveilemaan siitä, millainen tulevaisuus voisi olla, alkaa myös olla toivoa siitä, että tulevaisuuteen voisi aidosti vaikuttaa."

Tähkää sanoo, että monesti nuorille puhutaan niin kutsutuin tsemppipuhein, joissa kerrotaan, että tulevaisuus näyttää kyllä kirkkaalta, jos vain jaksaa uskoa ja yrittää.

"Minusta se on nuorten aliarvioimista. Heidän huolensa ja toiveensa tulisi ottaa tosissaan."

Nuoruudessa koettu alkoholipolitiikka yhteydessä myöhempään terveyteen

Vapaammalle alkoholipolitiikalle nuoruudessaan altistuneet henkilöt olivat keski-ikään mennessä sairastuneet ja kuolleet alkoholiperäisiin sairauksiin useammin kuin tiukemmalle alkoholipolitiikalle nuoruudessaan altistuneet.

VÄITÖSKIRJATUTKIJA Juha Luukkonen Helsingin yliopistosta seurasi tutkimuksessaan erilaisille alkoholipoliittisille muutoksille 1960- ja 1970-luvuilla altistuneiden nuorten myöhempää terveyttä.

Alkoholipolitiikan ja terveyden väliset yhteydet ovat väitöstyön mukaan voimakkaita: Alkoholiperäinen sairastavuus ja kuolleisuus oli 10–20 % suurempaa ikäluokilla, jotka olivat altistuneet vapaammalle alkoholipolitiikalle.

Tutkimuksessa hyödynnettiin suomalaisia rekisteriaineistoja ja aiemmin tapahtuneita suuria alkoholipoliittisia muutoksia, kuten keskiolutlain säätämistä 1969 ja myöhemmin voimaan tullutta alkoholin mainontakieltoa 1977.

Suomalaiset suuret alkoholipolitiikan reformit yhdessä terveydenhuollon rekisterien kanssa mahdollistivat sen, että tutkimuksessa pystyttiin seuraamaan eri-ikäisinä alkoholipoliittisille muutoksille altistuneita henkilöitä vuosikymmenien ajan, syntymävuoden tarkkuudella.

Lähde: Luukkonen, J. (2025). *Alcohol Reforms and Health: Register studies about exposure to changing alcohol policies in adolescence and pregnancy*. Väitöskirja. *Dissertationes Universitatis Helsingiensis*; 301/2025 <http://hdl.handle.net/10138/599807>.



Mielenterveysongelmat ovat yleistyneet, mutta eri tavoin eri ammattiryhmissä

MIELENTERVEYSONGELMAT OVAT merkittäviä työkykyyn ja työhön osallistumiseen kielteisesti vaikuttavia tekijöitä, ja ne ovat yleistyneet merkittävästi viime vuosikymmenen aikana.

Mielenterveysongelmien yleisyydessä tiedetään olevan ammattiryhmittäisiä eroja, mutta erot näyttäytyvät erilaisina eri tekijöillä mitattuina.

Tutkimuksessa tarkasteltiin, miten mielenterveysdiagnoosin yleisyys on muuttunut vuosina 2010–2021 sosiaali- ja terveysalan sekä taide-, kulttuuri- ja tapahtuma-alojen ammateissa verrattuna muihin ammatteihin. Tarkastelun kohteena oli kolme erilaista mittaria: erikoissairaanhoitokäynneillä, sairauspäivärahalla ja työkyvyttömyyseläkkeellä.

Yleisesti kasvaa havaittiin mielenterveysperusteisissa erikoissairaanhoidon käynneissä ja sairauspäivärahoissa, mutta ei työkyvyttömyyseläkkeissä. Erikoissairaanhoitokäynnit olivat yleisempiä taide-, kulttuuri- ja tapahtuma-alojen ammateissa kuin muissa ryhmissä.

Sairauspäivärahapäivät ja myönnetty työkyvyttömyyseläkkeet olivat yleisempiä sosiaali- ja terveysalalla kuin muissa tarkastelluissa ryhmissä.

Kun eri ammattiryhmille kehitetään mielen-terveysongelmien ennalta ehkäiseviä ja mielen-terveyden tukitoimia, on huomioitava, mitkä mielenterveysongelmien mittarit ovat keskeisimpiä.

Lähde: Ropponen, A., Ahola, E., Haavisto, O., & Varje, P. (2025). *Mielenterveysdiagnoosiperusteisten erikoissairaanhoitokäyntien ja sairauspoissaolojen yleisyys sosiaali- ja terveysalan sekä taide-, kulttuuri- ja tapahtuma-alojen ammateissa vuosina 2010–2021*. *Sosiaalilääketieteellinen Aikakauslehti*, 62(4). <https://doi.org/10.23990/sa.176055>

Tarkastelun kohteena oli kolme erilaista mittaria: erikoissairaanhoitokäynnit, sairauspäiväraha ja työkyvyttömyyseläke.

Kuntoutukseen pääsee nykyään myöhemmässä vaiheessa kuin ennen

KEVÄÄLLÄ 2025 tehdyssä THL:n selvityksessä tunnistettiin Suomessa 43 laitospuolitoista päihde- ja riippuvuus-kuntoutusta tarjoavaa yksikköä. Määrä on pysynyt lähes ennallaan verrattuna edelliseen, vuoden 2021 kyselyyn. Sen sijaan asiakasmäärät ovat vähentyneet, ja asiakkaiden tilanteet ovat aiempaa monimutkaisempia.

THL:n laitospuolitoista päihde- ja riippuvuus-kuntoutusta koskeva kysely toteutettiin keväällä 2025. Kyselyn tavoitteena oli päivittää tieto kuntoutuspalvelujen saatavuudesta, yksikköjen toiminnasta ja käytännöistä. Vastaavia tietoja on aiemmin kerätty vuonna 2021.

Vuonna 2024 kuntoutuksessa oli 2 923 asiakasta, mikä on noin 800 vähemmän kuin vuoden 2021 kyselyssä. Asiakasmäärien vähenemisestä huolimatta suurin osa kuntoutusjaksoista toteutui suunnitellusti: vain noin kymmenen prosenttia jaksoista keskeytyi. Tyypillinen kuntoutusjakso kesti noin 30 vuorokautta.

Kuntoutusyksiköt raportoivat, että kuntoutukseen pääsee nykyään myöhemmässä vaiheessa kuin ennen. Usein riippuvuus on jo edennyt pitkälle ja ongelmat ovat kasautuneet. Monilla asiakkailla on päihde- ja riippuvuusongelmien lisäksi yhtäaikaista mielen-terveys-, talous- tai asumishaasteita. Tämä korostaa palvelujen yksilöllisyyden ja riittävän pitkäkestoisen tuen tarvetta.

Hyvinvointialueuudistus ja päihde- ja mielen-terveyslainsäädännön uudistukset ovat vaikuttaneet siihen, miten ja missä päihde- ja riippuvuus-kuntoutusta järjestetään. Useat hyvinvointialueet ovat siirtäneet painopistettä avomuotoiseen kuntoutukseen tai perustaneet omia laitospuolitoituksen yksiköitä.

”Asiakasmäärien väheneminen voi kertoa sekä palvelujärjestelmän muutoksista että siitä, että intensiivisempää kuntoutusta tarvitsevat eivät aina saa tarvitsemiaan palveluja. Laitospuolitoinen kuntoutus on kuitenkin edelleen tärkeä osa palvelujen jatkumoa”, sanoo kehittämispäällikkö **Minna Kesänen** THL:n tiedotteessa.

Lähde: Cavén, A. et al. (2025). *Laitospuolitoinen päihde- ja riippuvuus-kuntoutus Suomessa 2025*. Tutkimuksesta tiivistä | 2025_042. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-408-610-3>

Läheiset tuntevat heille lakisääteisesti kuuluvia palveluita heikosti

Irti Huumeista ry toteutti huhtikuussa 2026 kyselyn huumeita käyttävien läheisille. Linkkiä jaettiin Irti Huumeista ry:n sosiaalisen median kanavissa. Kyselyllä kartoitettiin huumeita käyttävien ihmisten läheisten tietoutta palveluista sekä siitä, mistä he ovat saaneet apua. Kyselyyn vastasi yhteensä 55 ihmistä. Tuloksissa korostuu

se, että ihmiset tietävät, mistä hakea apua, mutteivat tiedä heille lakisääteisesti kuuluvista palveluista. Avoimista vastauksista paljastuu se, että avun saaminen on välillä hyvin riippuvaista kolmannen sektorin toimijoista. Alla otteita vastauksista.

1. Tiedätkö, mistä voit hakea apua, jos läheisesi käyttää huumeita?

Kyllä 62 %

En 38 %

Vastaajia: 55

2. Tiedätkö, millaista apua sinun kuuluisi lakisääteisesti saada, jos läheisesi käyttää huumeita?

Kyllä 16 %

En 84 %

Vastaajia: 55

3. Jos olet saanut apua ja tukea, niin millaista tukea olet saanut ja mistä?

Keskusteluapua mielenterveysasemalta.

Työterveydestä, jossa ei ole huumeiden käytöstä tietoa...ovat lähinnä "järkyttyneet", kun olen asioista kertonut. Olisi hyvä päästä puhumaan asioista niiden oikeilla nimillä ja totuudenmukaisesti. Kovin yksin olen ollut 12 vuotta. Vertaistukiryhmistä hieman apua.

Kolmannen sektorin hankkeesta, jossa tuetaan päihteiden käyttäjien läheisiä.

Keskustelutukea livenä. Puhelinpalvelusta tietoa ja kysymyksiin vastauksia.

Olen soittanut kerran Irti Huumeista päivystyspuhelimeen, mutta tästä soitosta ei ollut apua. Olen käynyt 5 kertaa läheisryhmässä mutta en kokenut saavani apua kuin 2 ensimmäisellä kerralla.

En ole saanut mitään.

Irti Huumeista ry on ainoa.

Olen käynyt sururyhmässä, kun sisareni menehtyi huumeisiin.

Olisiko minulla tosiaan ollut lakisääteinen oikeus saada apua?

En ole saanut mitään apua. Terveysasemalta luvattiin ottaa yhteyttä, mutta koskaan ei otettu.

Valkonauhaliiton psykoterapeutilla. Sain käydä uupuneen oloni takia psykoterapeutilla, ja hänen kanssaan keskustelin paljon myös läheisen huumeriippuvuudesta. Hyöty oli suuri, sillä olen jaksanut jo vuosia paljon paremmin, kun terapiassa ymmärsin, etten voi muuta kuin hyväksyä tilanteen, jota en pysty muuttaman mitenkään. Tilanteen hyväksyminen oli minulle jaksamisen kannalta ensiarvoisen tärkeää.

Ystävät, läheiset ja omat lapset ovat olleet tärkein empaattinen tuki ja "olkapää", johon on voinut aina turvata ja kertoa omista peloista ja tunteista. Tukea myös vertaistukiryhmästä sekä keskustelusta läheisohjaajan kanssa.

Vastaajia: 37

Asunto ensin – kun koti tuo turvaa myös läheisille

ASUNTO ENSIN -MALLI on tapa vastata asunnottomuuteen niin, että ihmiselle tarjotaan ensin oma koti – ilman ehtoja. Asunnon saaminen ei edellytä päihteettömyyttä, hoitoon sitoutumista tai elämäntilanteen "kuntoon laittamista". Ajatuksena on, että jokaisella on oikeus turvalliseen paikkaan, jossa olla ja elää. Koti nähdään perustana, josta käsin muutkin asiat voivat vähitellen lähteä järjestymään.

Huumeita käyttävän tai asunnottomuutta kokevan ihmisen arki voi olla kaoottista ja raskasta. Päivät kuluvat selviytymiseen: mistä saa ruokaa, missä nukkuu, miten pysyy turvassa. Kun omaa kotia ei ole, tulevaisuutta on vaikea ajatella. Tässä tilanteessa myös hoito, viranomaisasiat tai päihteiden käytön vähentäminen voivat tuntua ylivoimaisilta.

Asunto ensin -mallissa ajattelu käännetään toisin päin kuin perinteisesti. Aiemmin on saatettu ajatella, että ihmisen täytyy muuttua, ennen kuin hän voi saada asunnon. Asunto ensin -mallissa koti ei ole palkinto, vaan lähtökohta. Kun ihminen saa oman asunnon, hänellä on paikka levätä, rauhoittua ja olla turvassa. Tämä voi lisätä voimavaroja ja tehdä avun vastaanottamisesta helpompaa.

Monelle läheiselle huoli on jatkuvaa. Missä hän nukkuu tänä yönä? Onko hän turvassa? Onko joku huomannut, jos hän voi huonosti? Asunnottomuus kuormittaa paitsi ihmistä itseään myös hänen perhettään, ystäviään ja muuta verkostoa. Kun oma koti järjestyy, huoli voi hieman helpottaa. Läheinen tietää, että on ainakin yksi paikka, jossa toinen on suojassa ja tavoitettavissa.

Suomessa Asunto ensin -mallia on toteutettu laajasti, ja sen on todettu auttavan erityisesti pitkäaikaisasunnottomuuden vähentämisessä. Kaikkia ongelmia se ei ratkaise, mutta monelle pysyvä koti on ollut tärkeä askel kohti turvallisempaa arkea. Työtä tehdään yhteistyössä kuntien, hyvinvointialueiden ja järjestöjen kesken. Myös järjestöillä, kuten Irti Huumeista ryllä, on tärkeä rooli ihmisten ja heidän läheistensä rinnalla kulkemisessa.

Asunto ensin -malli ei tarkoita sitä, että ihminen jätetään yksin kotiinsa. Usein asumisen tueksi tarjotaan vapaaehtoista ja joustavaa tukea, joka voi sisältää keskusteluapua, sosiaalityötä tai apua arjen asioihin. Tärkeää on, että tuki ei perustu pakkoon, vaan luottamukseen. Muutos tapahtuu silloin, kun ihminen itse on siihen valmis.

Asunto ensin -malli muistuttaa, että pysyvä muutos vaatii turvaa ja aikaa. Kun ihmisellä on koti, myös läheisillä on mahdollisuus hengähtää – ja uskoa siihen, että toivoa on.

Minnakaisa Tuurala

Sosionomi, joka on työskentellyt Asunto ensin -yksikössä mielenterveys- ja päihdekuntoutujien tukena



Entistä valtakunnallisempi

Jenni Vääänen toimii Irti Huumeista ry:n vapaaehtoistoiminnan vastaavana joulukuun loppuun asti.



Irti Huumeista ry haluaa saavuttaa entistä paremmin eri puolilla Suomea toimivat vapaaehtoiset. Siksi vuonna 2026 järjestetään neljä aluetapahtumaa Lappeenrannassa, Tampereella, Rovaniemellä ja Helsingissä.

Teksti ja kuva: Lotta Jokinen

IRTI HUUMEISTA RY on vuonna 2026 entistä enemmän läsnä eri alueilla. Järjestön vapaaehtoistoiminnan vastaava **Jenni Vääänen** kertoo, että aluetoiminnan tarkoituksena on tarjota vertaistukea vapaaehtoiselta toiselle sekä tutustua Irti Huumeista ry:n työntekijöihin ja vapaaehtoiisiin.

”Meitä on usein toivottu jalkautumaan eri alueille”, Vääänen sanoo.

Neljällä aluetapahtumalla pyritään tavoittamaan yhä useampi vapaaehtoinen sekä tarjoamaan heille tukeaa vapaaehtoistoimintaan.

Vääänen kertoo, että nauttii siitä, että on saanut tutustua esimerkiksi sellaisiin ihmisiin, joiden ei ole aina mahdollista reissata pääkaupunkiseudulle.

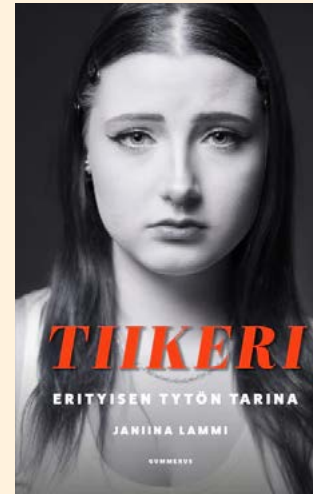
”Yhteydenpito on paljon luontevampaa, kun on kerran tutustuttu kasvotusten.”

Tapahtumien ilmoittautuminen pyritään avaamaan noin kuusi viikkoa ennen tapahtumaa riippuen siitä, miten puhujat saadaan varmistettua. Välillä aluetapahtumiin on ollut haastavaa saada puhujia, sillä hyvinvointialueiden leikkaukset näkyvät niiden toiminnassa.

Ensimmäinen tapahtuma järjestettiin Lappeenrannassa alkuvuonna. Seuraava tapaaminen on Tampereella kesäkuun alussa, 5.–6.6. Kaikki tapahtumat järjestetään kaksipäiväisesti samalla periaatteella, jossa perjantai-iltana on vapaaehtoisten kokoontuminen ja lauantaina on aluetapahtuma, jossa on esimerkiksi puheenvuoroja.

Ensimmäisen aluetapahtuman palautteet olivat valtavan positiivisia. Vääänen kertoo, että uusia paikkakuntia on ehdotettu hänelle jo muutamia. Esimerkiksi Pohjanmaalle toivotaan kovasti aluetapahtumaa. Vielä hän ei kuitenkaan uskalla luvata, että aluetapahtumia järjestettäisiin myös ensi vuonna, sillä järjestäminen riippuu muun muassa rahoituksesta. Itse hän pitää tapahtumia valtavan tärkeinä toiminnan kannalta.

Tapahtumia voi järjestää myös omassa porukassa. Vääänen sanoo, ettei torppaa ideaa, jossa esimerkiksi alueyhdyshenkilö kutsuu oman paikkakunnan vapaaehtoiset koulutautumaan tai viettämään aikaa. Hän toivoo, että silloin oltaisiin yhteydessä Irti Huumeista ry:n työntekijöihin, jotta voidaan ideoida yhdessä, mikä tila olisi hyvä ja miten tapahtumaa voisi mainostaa.



Janiina Lammi:

Tiikeri – Eriyisen tytön tarina

Ilmestynyt 3.1.2026. 304 sivua. Kustantaja: Gummerus

JO VARHAISESSA LAPSUUDESSA on selvää, että Emmi on erilainen. Hän on älykäs ja luova, mutta arkea leimaavat myös tunne-elämän vuoristoradat. Teini-ikä syöksee Emmin syvemmälle päihteiden maailmaan. Siinä, missä opettajat näkevät kapinoivan nuoren, näkee äiti tyttärensä, joka on liukumassa yhä kauemmas.

Ratkaisun avain löytyy yllättäen, kun tukipuhelimeen vastannut sosiaalityöntekijä mainitsee ADD:n. Löytääkö jo syviä haavoja saanut Emmi takaisin valon puolelle? Tiikeri on äidin ja tyttären selvitystymistarina ”tavallisten” ihmisten maailmassa.



Toni Hakala & Tapani Bagge:

Sinä kuolet huomenna

Ilmestynyt 27.3.2026. 402 sivua. Kustantaja: Docendo

NUORENA MIEHENÄ **Toni Hakala** otti tavoitteekseen, että hänestä tulee kovan luokan huumekauppias. Niin hänestä tulikin, mutta hän maksoi siitä suuren hinnan.

28-vuotias Toni ”Gringo” Hakala tuomittiin syyskuussa 2008 kahdenkymmenen vuoden vankeuteen Brasiliassa. Keskenään sotivat rikollisjengit hallitsivat vankilaa, ja vartijat olivat vielä vaarallisempia. Tonin piti sopeutua vankilan julmaan arkeen, ja selviytyä siitä jotenkin hengissä.

Hän mietti tietään, joka oli johtanut Helsingin kaduilta Thaimaan Koh Laon kautta Brasiliaan, kannabiksen polttamisesta sen kasvattamiseen, kokaiinin kansainväliseen kauppaan sekä huumeterrorismiin. Vankilassa hän löytää valon ja huomaa universumin johdatuksen elämässään.

Toni Hakala istui yli kymmenen vuotta brasilialaisissa vankiloissa murhasta, jota hän ei ole edelleenkään tunnustanut. Nykyään hän elättää itsensä kamppailu-urheilulla, vaikka vanha elämäntapa on kutsunut puoleensa.

Coco Mellors:

Blue sisters

Ilmestynyt 26.1.2026. 348 sivua. Kustantaja: Gummerus

BLUE SISTERS KUVA monimutkaisia perhesuhteita ja sisaruutta yhdistäen glamourin maanläheisyyteen ja rankat kokemukset kepeyteen.

Sisarensa Nickyn kuolinpäivänä asianajaja Avery, ammattilaisnyrkkeilijä Bonnie ja huippumalli Lucky palaavat kotikaupunkiinsa New Yorkiin. Sisarukset ovat kovin erilaisia, joskin kaikki ovat aina kärsineet kyltymättömästä kunnianhimosta, särkyneistä sydämistä ja riivaavista riippuvuuksista. Kuroessaan umpeen Nickyn kuoleman repäisemää kuilua välillään he alkavat ymmärtää, että kaikkein suurimpia salaisuuksia he eivät ole piilottelleet toisiltaan, vaan jopa itseltään.



Anttiin tarina

ANTTI OLI TAVALLINEN kiltti ja ujo poika aivan tavallisessa perheessä. Sitä suurempi oli äidin järkytys, kun hän löysi kotoa pojan kannabispiipun. Antti oli tuolloin 15-vuotias.

”Vein hänet saman tien Redille. Toinen vaihtoehto oli poliisi, hän sai itse valita”, kertoo äiti.

Perhe asui Haukiputaalla. Aineita ei näyttänyt olevan mitenkään vaikea saada. Kannabiksen jälkeen tuli amfetamiini ja myöhemmin Subutex.

Antti kävi vieroitushoidossa, mutta tuloksetta. Koulu jäi puoleltoista lukiovuoden jälkeen, vaikka lukupäätä olisi kyllä ollut.

Ratkaiseva käänne huonompaan tapahtui, kun Antille järjestettiin Haukiputaan kunnan kautta yhteinen asunto toisen huumeiden käyttäjän kanssa Ouluun, koska ammattikoulu oli Oulussa.

Kämpäkaveri kuoli myöhemmin poliisin takaa-ajamana ajettuaan lyhtypylväeseen Tuirassa.

Siinä välissä ehti tapahtua monenlaista, johon Antin kotiväkikin huomasi joutuvansa tahtomattaan osaksi.

Tuhoon tuomitun yhteisasumisen jälkeen Antti muutti takaisin kotiin. Tässä vaiheessa hän oli jo vahvasti kiinni aineissa. Vanhemmat tekivät voitavansa, mutta hoidot jäivät aina kesken. Arki oli päivästä toiseen selviämistä.

”Yritin tehdä selväksi, että koti pitää olla huumeetonta aluetta. Siitä huolimatta kaikkeen sai varautua.”

Kerran Antti särki mikron, kun kana oli loppunut ja jäljellä oli vain riisiä. Huomio meni niin tyystin pojan ongelmien hoitamisessa, että perheen tytär jäi sivuun.

”Hänkin oli vähällä ajautua huonoon seuraan, mutta parisuhde onneksi rauhoitti.”

Eikä pelkästään tytär oireillut: pojan huumeongelma sairastutti omalla tavallaan koko perheen.

”On laskettu, että yksi huumeiden käyttäjä vaikuttaa ainakin 20 ihmisen elämään lähipiirissään.”

Lopulta Antti tuli itsekin siihen tulokseen, että näin ei voi jatkua. Loppuvuodesta 2009 hän oli valmis korvaushoitoihin.

Niihin ei kuitenkaan niin vain menty.

”Olivatkohan kunnan rahat loppu, mutta kesti ainakin kaksi kuukautta ennen kuin hoidot lopulta aloitettiin. Siihen asti oli käytävä testeissä, joiden piti osoittaa, että hän on koukussa.”

Äidin mielestä tilanne oli ristiriitainen. Korvaushoito kuitenkin lopulta aloitettiin, ja se auttoi. Seurasikin kuusi hyvää vuotta.

Tai ainakin ne sellaiselta silloin näyttivät: Antti sai kaksi lasta, hän luki itselleen ammatin ja sai töitä.

Mutta: Korvaushoito jatkui, mutta lääkkeitä jäi välillä ottamatta. Vuorotyö ei sopinutkaan säännöllisen lääkityksen kanssa yhteen. Työ vei voimat, mutta samalla unettomuus vaivasi.

Huumeaikojen jäljiltä Antti oli velkasaneerauksessa ja asioiden hoitaminen oli välillä ylivoimaisen monimutkaista. Hän oli eronnut ja kaipasi lapsiaan. Ja sitten hän teki virheen. Se oli yhden yön suhde naiseen, jonka miehen hän tunsu huumeajoiltaan.

Mies sai tietää asiasta. Siitä alkoi painajainen.

”Anttia uhkailtiin liivijengillä, johon miehellä kuulemma oli yhteyksiä. Puhelin piippasi jatkuvasti. Villeimpien huhujen mukaan häntä oli kehoitettu tappamaan itsensä tai muuten jotain paha tapahtuisi hänelle tai hänen läheisilleen. Pelko oli läsnä jatkuvasti.”

Kun Antti kävi tapaamassa lapsiaan, hän ei enää uskaltanut ajaa perille saakka, vaan jätti auton kauemmas kaupan pihaan.

Antti kertoi yhden yön suhteestaan avoimesti ja siitäkin, että häntä uhkailtiin. Vanhemmilla tai muilla läheisillä ei kuitenkaan ollut mitään käsitystä, kuinka paha tilanne oli.

Lopulta paine kävi niin kovaksi, että hän halusi hoitoon. Jakso oli kuitenkin liian lyhyt. Hänet kotiutettiin, vaikka hän oli yrittänyt hypätä osaston ikkunasta ja taustalla oli jo kaksi muuta itsemurhayritystä. Seuraavana päivänä Antti tappoi itsensä.

”Myöhemmin kuulin, että ensimmäinen vuorokausi sairaalan jälkeen on kriittisin. Olisinpa tiennyt sen silloin”, huokaa Antin äiti.

”Kysyin hoitajalta, mitä me teemme, jos ei pärjätä kotona. Hän sanoi, että tulette sitten uudestaan päivystyksen kautta osastolle.”

”Ei tarvinnut Antin tulla enää osastolle, mutta me mieheni kanssa päädyimme psykiatrian päivystykseen Antin itsemurhailtana.”

Jälkikäteen moni muukin asia on jäänyt vaivaamaan. Jos uhkailuista olisi ollut tieto, olisiko poliisi voinut asialle jotain? Antin olisi kuitenkin itse pitänyt tehdä ilmoitus. Olisiko Antin lapsuudessa pitänyt tehdä jotain toisin?

Myöhemmin selvisi, että huhut Antin aineiden käytöstä liikkuivat kylillä jo ennen kuin asia paljastui kotiväelle.

Miksi kukaan ei sanonut mitään? Ennen kaikkea Antti olisi tarvinnut käytännön ongelmissaan jonkun ulkopuolisen tukihenkilön, mielellään sellaisen, joka on itsekin kokenut saman.

”Heitä ei ole tarpeeksi. Tokihan me häntä yritimme monessa asiassa auttaa, mutta se ei ole sama asia.”

Antti itse kuvasi tuskaansa näin: ”Ennen luulin, että huumeiden käyttäjän elämä on vaikeaa, kunnes huomasi luulleeni väärin. Aina sitä sanoo lopettavansa jonakin päivänä, kunnes huomaa, ettei jäänyt juuri muita mahdollisuuksia.

Voin sanoa oman kokemani perusteella, että siitä se alamäki vasta alkoi, kun niin sanottu elämä alkoi...”

.....
Kirjoitus on julkaistu Kalevassa 19.11.2016 toimittaja

Liisa Laineen kirjoittamana. Antin lähiomaisten

toiveesta Irti Huumeista julkaisee tekstin uudelleen hänen

kymmenvuotiskoolinpäivänsä muistoksi. Antin nimi on muutettu.
.....



Tule vapaaehtoiseksi!

Irti Huumeista ry:ssä vapaaehtoiset voivat toimia monenlaisissa tehtävissä:

- Puhelinauttajina valtakunnallisessa Irti Huumeista -puhelimessa
- Chat-vastaajina Sekasin-chatissa
- Läheisten vertaistukiryhmien ohjaajina alueilla
- Läheisten vertaistukiryhmien ohjaajina Teams-verkkoympäristössä
- Tukihenkilöinä huumeita käyttäville, toipuville tai läheisille
- Kouluttajina tai puhujina tilaisuuksissa
- Esittelyavustajina messuilla
- Materiaalin jakajina alueilla ja/tai somessa
- Irti-lehden kirjoittajina ja/tai kuvaajina

Jos kiinnostuit, ota yhteyttä:

mertsi.tamminen@irtihuumeista.fi tai
jenni.vaatanen@irtihuumeista.fi.

Vapaaehtoisena
saat koulutuksen ja
tukea toimintaasi.

**Irti Huumeista -puhelin
päivystää numerossa**

0800 980 66

ma-pe 9-15 ja ma-to 18-21.

Puhelimeen voi soittaa nimettömänä. Soittoihin vastaavat yhdistyksen työntekijät ja koulutetut vapaaehtoiset. Yhdistyksen työntekijät ja vapaaehtoiset ovat aina vaitiolovelvollisia. Kaikki yhteydenotot ja saamamme tiedot käsitellään luottamuksellisina. Soittaminen on soittajalle maksutonta.