

NUORTEN SALIBANDYPELAAJIEN NUUSKAN KÄYTTÖ JA SIIHEN YHTEYDESSÄ OLEVAT TEKIJÄT

Roosa Peltto-Arvo, LitK, Jyväskylän yliopisto/Liikuntatieteellinen tiedekunta, Vaasankatu 7 as 3, 40100 Jyväskylä. P. 050 569 2824. Sähköposti: roosa.peltoarvo@gmail.com (yhteyshenkilö). **Sanna Palomäki** LitT, KM, Jyväskylän yliopisto.

TIIVISTELMÄ

Peltto-Arvo, R. & Palomäki, S. 2017. Nuorten salibandy-pelaajien nuuskan käyttö ja siihen yhteydessä olevat tekijät. Liikunta & Tiede 54 (6), 73–80.

■ Suomalaisten nuorten tupakointi on vähentynyt, kun taas nuuskakokeilut ja nuuskan käyttö ovat lisääntyneet. Aiempien tutkimusten mukaan nuuskan käyttö on yleistä myös urheilijoiden keskuudessa. Tässä tutkimuksessa tarkasteltiin nuorten salibandy-pelaajien nuuskakokeiluja ja nuuskan käyttöä sekä siihen yhteydessä olevia tekijöitä.

Tutkimusaineisto kerättiin sähköisellä kyselylomakkeella joulukuun 2016 ja tammikuun 2017 välisellä ajalla. Kyselyyn vastasi 449 pelaajaa (poikia 302, tyttöjä 147, keski-ikä 16,7 vuotta). Aineiston analysoinnissa hyödynnettiin ristiintaulukointeja ja khiin neliö-testiä sekä logistista regressioanalyysia.

Salibandya pelaavista 13–20-vuotiaista nuorista 39 prosenttia oli kokeillut nuuskaa. Poikien nuuskakokeilut (52 %) olivat selvästi yleisempiä kuin tyttöjen (13 %). Myös nuuskan säännöllinen käyttö oli yleisempää pojilla (21 %) kuin tytöillä, joissa säännöllisiä käyttäjiä ei ollut lainkaan. Nuuskaa kokeilleista pojista yli 40 prosenttia oli päätenyt säännölliseksi käyttäjäksi eli käytti nuuskaa vähintään viikoittain tutkimushetkellä. Kokeilun halu ja joukkuekaverien nuuskatarjoukset olivat yleisimmät syyt nuuskakokeiluihin, kun taas käytön syyksi mainittiin useimmin halu rentoutua. Pelaajista 45 prosenttia kertoi, ettei nuuskan käytöstä ole sovittu joukkueen tapahtumissa ja vain 14 prosentille valmentajat tai joukkueen huoltajat olivat kertoneet nuuskan haitoista. Pelaajat, joiden joukkueissa nuuskan käyttöä ei ollut kielletty, olivat kokeilleet nuuskaa vajaan kaksi kertaa todennäköisemmin (OR: 1,60; CI:1,06–2,40) kuin pelaajat, joiden valmentajat tai huoltajat olivat kieltäneet käytön.

Nuuskakokeilujen ja käytön yleisyys salibandyn juniori-ikäisillä pelaajilla, erityisesti pojilla osoittaa, että asiaan on syytä kiinnittää enemmän huomiota niin seuroissa kuin Salibandyliitossa. Valmentajien tulisi keskustella pelaajien kanssa nuuskan käyttöön liittyvistä haitoista sekä linjata joukkueille selvät ja johdonmukaiset säännöt, jotka velvoittaisivat pelaajia nuuskattomuuteen salibandyn seuratoiminnassa.

Asiasanat: nuoret, nuuska, salibandy, urheilijat

ABSTRACT

Peltto-Arvo, R. & Palomäki, S. 2017. The use of snus among Finnish junior floorball players and the factors associated with snuffing habits. Liikunta & Tiede 54 (6), 73–80.

■ There has been a rise in the popularity of snus among Finnish adolescents, while the prevalence of smoking has declined. Previous studies have also shown that the use of snus is common among athletes. The purpose of this study was to investigate the prevalence of snus use among Finnish junior floorball players and the factors that are associated with snuffing habits.

The data were collected using an electronic questionnaire that the participants answered in December 2016 and January 2017. The study sample included 449 floorball players (302 boys; 147 girls; mean age 16.7 years). Data were analyzed using cross tabulations, the chi-square test and logistic regression.

The results indicate that 39 percent of the floorball players, who were aged from 13 to 20 years, had tried snus. More boys reported that they had tried using snus (52 %) than girls (13 %). The boys were also far more likely to use snus regularly (21 %) than the girls, none of whom used snus regularly. Over 40 percent of the boys who had tried snus reported that they continued using the substance and ended up becoming regular users, which means that they used snus at least once a week. The desire to try the substance and offers they received from teammates were the major reasons for the first use, while continued use was mostly explained by the relaxing effect of the snus. A full 45 percent of the players reported that there was no agreement of the use of snus during the team's events, and only 14 percent reported that their coaches or team staff members had informed them of the dangers of snus use. Players whose coaches or team staff members had not forbidden them to use snus were almost twice as likely to have tried it (OR: 1.60; CI:1.06–2.40) than players whose coaches or team staff members had forbidden the use of it.

The results of this study suggest that the frequency of snus use among Finnish junior floorball players, especially among boys, requires more attention from the floorball clubs and the Finnish Floorball Federation. Team coaches should be instructed to inform the players of the dangers of this substance, and there should be clear and consistent rules that make it mandatory for players to refrain from using snus while they are engaged in team activities.

Key words: adolescents, athletes, floorball, smokeless tobacco, snus

JOHDANTO

Suomalaisten nuorten nuuskakokeilut ja nuuskan käyttö ovat lisääntyneet tupakoinnin vähentyessä (Kinnunen ym. 2017; Mattila ym. 2012; Ollila & Ruokolainen 2016). Nuorten terveystapatutkimuksen 2017 mukaan 17 prosenttia 12–18-vuotiaista (pojista 24 % ja tytöistä 11 %) kertoi kokeilleensa nuuskaa (Kinnunen ym. 2017). Tyttöjen nuuskaaminen on pysynyt poikia selvästi harvinaisempana (Kinnunen ym. 2017; Ollila & Ruokolainen 2016). Aiempien tutkimusten perusteella nuuskaaminen näyttää olevan hieman yleisempää urheilijoiden keskuudessa verrattuna samanikäisiin ei-urheilijoihin (Alaranta ym. 2006; Diehl ym. 2012; Haukkala ym. 2006; Kokko 2011; Pitkänen 2006). Urheiluseuraan kuuluvista 14–16-vuotiaista pojista 32 prosentilla ja tytöistä 7 prosentilla oli kokemusta nuuskasta (Ng ym. 2017).

Salibandyharrastajamäärät ovat jatkuvasti kasvaneet Suomessa (Suomen Salibandyliitto ry 2016a). Kaudella 2012–2013 lisenssin lunastaneita poikajunioreita oli 23 438 ja tyttöjunioreita 3 798, kun kaudella 2016–2017 juniorisarjoissa pelasi jo 27 897 poikaa ja 5 190 tyttöä (Suomen Salibandyliiton jäsenrekisteri 24.3.2017, julkaisematon). Yhä useampi nuori liikkuu siis salibandyharrastuksen parissa ja saa myös vaikutteita niistä terveystavoista, joita lajikulttuuri ja seuratoiminta välittävät. Tutkimusten mukaan nuuskan käyttöä esiintyy eniten joukkuelajien edustajilla ja se vaikuttaa kuuluvan tiiviisti erityisesti jääkiekkokulttuuriin, mutta myös muihin joukkuepallolajeihin (Kokko ym. 2011; Martinsen & Sundgot-Borgen 2014; Mattila ym. 2012; Uosukainen 2000). Jääkiekkopalloilijoiden nuuskan käyttöä on tutkittu jonkin verran (Rolandsson & Hugoson 2001, 2003; Pitkänen 2006), mutta muiden pallolajien harrastajista tätä tietoa on vähemmän. Pitkäsen (2006) mukaan suomalaisista 15–16-vuotiaista jääkiekkopalloilijoista jopa puolet (51 %) kertoi kokeilleensa nuuskaa ja neljännes (25 %) käytti nuuskaa satunnaisesti tai useammin. Suomalaisen salibandyharrastajien nuuskan käyttöä ei ole juurikaan tutkittu, ja perusteita tutkimukselle luo sekin, että lajikulttuurilla on yhteydet Ruotsiin, missä nuuskan käyttö on yleistä (Furberg ym. 2006). Rolandssonin ym. (2014) mukaan ruotsalaisista naisurheilijoista nuuskaa eniten olivat kokeilleet juuri salibandyharrastajat.

Nuuska sisältää kansainvälisen syöväntutkimuslaitoksen IARC:n mukaan 28 karsinogeenia (WHO 2007, 57). Nuuskan käyttö saattaa lisätä riskiä sairastua suusyöpään (Rosaar ym. 2008) sekä maha- ja suolistosyöpään (Zendeherl ym. 2008). Lisäksi nuuskan käyttö näyttää suurentavan aivoverenkiertohäiriöiden (Hergens ym. 2008) sekä sydämen vajaatoiminnan riskiä (Arefalk ym. 2011). Nuuska vaikuttaa myös haitallisesti suunterveyteen aiheuttamalla limakalvovaurioita (Andersson & Warfvinge 2003) ja ienten vetäytymistä (Wickholm ym. 2012). Nuorena aloitetun nuuskaamisen vaikutuksista ei ole toistaiseksi tietoa, koska pitkäaikaiset seuranta tutkimukset puuttavat. Savuttomien tupakkatuotteiden käytöstä seuraavia terveysvaikutuksia on kuitenkin vaikeaa arvioida ja erottaminen tupakoinnin aiheuttamista terveyshaitoista on haastavaa, koska käyttäjät ovat usein myös polttaneet savukkeita elämänsä aikana (Tomar 2007).

Nuuskan sisältämä nikotiini heikentää verenkiertoa sydämessä ja lihaksistossa. Lisäksi se aiheuttaa lihasvoiman heikentymistä ja anaerobinen kynnys saavutetaan harjoituksessa aiemmin. (Chagué ym. 2015.) Nuuska nostaa myös sydämen sykettä ja verenpainetta (Chagué ym. 2015; European Commission 2008, 10), minkä vuoksi sydän rasittuu enemmän. Lisäksi nuuskan käytön yhteydestä loukkaantumisiin on viitteitä (Heir & Eide 1997; Karhola 2013, 25, 30; Kujanpää 2011). Naissalibandyharrastajien tuki- ja liikuntaelämätön vammojen riskitekijöitä selvittäneessä tutkimuksessa todettiin merkittävä yhteys nuuskan käytön ja vakavimpien vammojen välillä (Kujanpää 2011). Nuuskan sisältämä nikotiini aiheuttaa myös voimakasta riippuvuutta ja sen myötä vieroitusoireita (WHO 2007, 277–78), joiden vaikutusta urheilusuoritukseen olisi perusteltua tutkia. Nikotiinin on

todettu kuitenkin myös parantavan keskittymiskykyä ja ketteryyttä, edistävän painonpudotusta, nostavan kipukynnystä sekä viivästyttävän väsymyksen tunteen havaitsemista, mistä saattaa olla hyötyä monissa eri urheilulajeissa. Nikotiinin luokittelemista doping-aineeksi on suositeltu edellä mainittujen suorituskykyä parantavien tekijöiden vuoksi. (Chagué ym. 2015.)

Nuorten nuuskakokeilujen yleisimpinä syinä ovat olleet aiempien tutkimusten perusteella uteliaisuus ja kokeilun halu sekä kavereiden nuuskaaminen (Salomäki & Tuisku 2013, 12; Uosukainen 2000, 22). Ruotsalaisista nuuskaavista pojista 77 prosenttia kertoi kavereiden nuuskan käytön vaikuttaneen aloittamiseen (Rolandsson ja Hugoson 2001) ja myös naisurheilijoita koskeneessa ruotsalaistutkimuksessa havaittiin kavereiden olevan merkittävin nuuskan käytön aloittamiseen vaikuttava tekijä (Rolandsson ym. 2014). Nuuskan käytön syistä esiin ovat nousseet yleisimmin halu rentoutua, kokemus nuuskan sopimisesta urheilijalle tupakkaa paremmin (Uosukainen 2000, 22), mielihyvän saaminen (Pitkänen 2006, 19) ja nuuskan käytön kokeeminen hyödylliseksi (Salomäki & Tuisku 2013, 17). Nuuskaa käytetään urheilulukiolaisten mukaan yleisimmin urheilusuoritusten tai syömisen jälkeen sekä erilaisissa illanvietoissa, erityisesti alkoholin käytön yhteydessä (Uosukainen 2000). Nuorten mukaan nuuskaaminen on yleistä myös koulupäivän aikana; nuuskaa käytetään sekä oppitunneilla että välitunneilla (Salomäki & Tuisku 2013, 17, 22). Nuuskan käytön ja kokeilujen lisääntymisen vuoksi on myös tärkeää tutkia sen taustalla olevia syitä, jotta voitaisiin ymmärtää paremmin, mistä käytön lisääntyminen johtuu ja millä keinoin siihen voidaan vaikuttaa.

Aiemman tutkimustiedon mukaan seuravalmentajat suhtautuvat ristiriitaisesti terveyskasvatukseen osana valmentamista: terveyttä pidetään tärkeänä asiana, mutta sen edistämiseen ei erityisesti keskitytä. Valmentajien ja nuorten urheilijoiden arviot valmentajien terveyskasvatusaktiivisuudesta eroavat toisistaan, sillä urheilijat arvioivat valmentajien terveyskasvatusaktiivisuuden merkittävästi alhaisemmaksi verrattuna valmentajien itsearvioon. (Kokko ym. 2015.) Nuuskan käyttöön suhtautuminen, säännöt nuuskaamista koskien ja nuuskattomuuden edistämistä koskevat käsitykset vaihtelevat eri valmentajien välillä (Kekki & Palmi 2008; Salomäki & Tuisku 2013, 52–55). Jääkiekkovalmentajia käsitellessä tutkimuksissa ilmeni, että valmentajilla oli vähemmän tietämystä nuuskan haittavaikutuksista verrattuna muihin päiheteisiin (Salomäki & Tuisku 2013, 55) ja alle neljännes oli käsitellyt nuuskaan liittyviä asioita neljä kertaa tai useammin joukkueen kanssa (Kokko & Kannas, 2004). Yli 90 prosenttia jääkiekkovalmentajista kuitenkin koki valmentajalla olevan hyvät mahdollisuudet vaikuttaa nuorten terveyskäyttäytymiseen (Kokko & Kannas 2004).

Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää nuorten suomalaisten A- ja B-ikäisten salibandyharrastajien lisenssipelaajien nuuskakokeilujen ja nuuskan käytön yleisyyttä. Lisäksi tutkimuksessa vertailtiin eroa-vaiko poikien ja tyttöjen sekä A- ja B-junioreiden nuuskakokeilujen sekä nuuskan käytön yleisyys toisistaan. Tutkimuksen tarkoituksena oli myös tutkia nuuskan käyttöön yhteydessä olevia tekijöitä, kuten nuuskan käytön syitä, käyttötilanteita sekä tarkastella nuuskan käytön lopettamiseen kannustavia tekijöitä. Lisäksi selvitettiin pelaajien kokemuksia siitä, miten salibandyjoukkueissa valmentajat ja huoltajat suhtautuvat nuuskaan, sekä sen yhteyttä nuorten nuuskaamiseen. Tutkimus on osa Suomen Salibandyliiton ennaltaehkäisevää antidopingtyötä. Salibandyliitto on kieltänyt kilpailusäännöissään nuuskan käytön liiton alaisissa ottelutapahtumissa. Lisäksi seuroja veloitetaan huolehtimaan siitä, ettei urheiluuun liittyvissä tilanteissa nuorisolle välitetä myönteistä kuvaa tupakkatuotteiden käytöstä tai niiden liittymisestä urheiluuun. (Suomen Salibandyliitto ry 2016b.) Nuuska-käsitteellä tarkoitetaan tässä tutkimuksessa Suomessa ylei-

simmin käytettyä ruotsalaista kosteaa nuuskaa (*smokeless tobacco, snus*). Suomessa savuttomien tupakkatuotteiden kuten nuuskan myynti tai välittäminen on kiellettyä, ja alle 18-vuotiailta myös tupakkatuotteiden hallussapito on kielletty (Tupakkalaki 549/2016, 51§, 118§).

TUTKIMUSAINEISTO JA MENETELMÄT

Tutkimusaineisto kerättiin sähköisen kyselylomakkeen avulla joulukuun 2016 ja tammikuun 2017 välisenä aikana. Kysely lähetettiin sähköpostitse Suomen Salibandynliiton yhteystietolistan perusteella kaikille valtakunnallisissa sarjoissa pelaaville A- ja B-juniorijoukkueille, joita oli yhteensä 66 joukkuetta (36 poikajoukkueita ja 30 tyttöjoukkuetta). Valtakunnallisiin sarjoihin osallistui (kaudella 2016–2017) joukkueita ympäri Suomen pohjoisinta Suomea lukuun ottamatta, sillä pohjoisimmat joukkueet olivat Oulusta. Ennen kyselyn täyttämistä joukkueiden yhteyshenkilöt tiedottivat pelaajien vanhemmille/huoltajille joukkueen osallistumisesta tutkimukseen heille toimitetun tiedotteen avulla. Pelaajat saivat täyttää kyselyn joko omalla ajallaan tai harjoitusten yhteydessä valmentajan tai joukkueen muun toimihenkilön johdolla. Pelaajia informoitiin kyselyyn vastaamisen vapaaehtoisuudesta, nimettömänä vastaamisesta ja vastausten luottamuksellisesta käsittelystä: vastauslomakkeita ei luovuteta valmentajille, seuroille eikä Salibandynliitolle.

Tutkimukseen vastasi yhteensä 449 juniori-ikäistä pelaajaa (poikia 302, tyttöjä 147, ikä 13–20 vuotta). Vastaajista B-junioreita oli 68 prosenttia ja A-junioreita 32 prosenttia. Suurin osa (61 %) vastaajista oli 16–17-vuotiaita ja kaikkien vastaajien keski-ikä oli 16,7 vuotta. Vastausprosenttia laskettaessa oletettiin jokaisessa joukkueessa olevan 15–20 pelaajaa, sillä joukkueiden pelaajamäärästä ei ole saatavissa tarkkaa tilastotietoa. Tällä perusteella arvioitu vastausprosentti oli 34–45 prosenttia, mitä voi pitää kohtuullisena kun huomioidaan, että kyseessä oli sähköpostitse lähetetty kysely.

Vastaajista 52 prosenttia ilmoitti pelaavansa SM-sarjassa, 39 prosenttia 1.divisioonassa ja 9 prosenttia pelasi alueellista sarjaa. Kyselylomake oli strukturoitu ja sen laadinnassa käytettiin apuna nuorten urheilijoiden nuuskan käyttöä käsitteleviä aiempia tutkielmia (Kulju & Kulju 2003 & Uosukainen 2000). Nuuskakokeilujen ja käytön yleisyyttä on selvitetty myös Nuorten terveystapatutkimuksissa (Kinnunen ym. 2017) ja Kouluterveyskyselyissä (Ollila & Ruokolainen 2016), mutta näissä ei ole kysytty käytön syitä tai käyttötilanteita. Aikaisemmin esimerkiksi Kokko ym. (2003; 2004; 2015) ovat tutkineet nuuskan käyttöön suhtautumista urheiluseuratoiminnassa valmentajien terveyskasvatusaktiivisuuden näkökulmasta. Vastaavia pelaajille suunnattuja kyselyitä ei ollut tiedossa, joten joukkueen toimintatapoja ja valmentajien suhtautumista koskevat kysymykset ja vastausvaihtoehdot laadittiin tätä tutkimusta varten käyttäen Kokon ym. (2003; 2004; 2015) tutkimuksia viitekehystenä. Vastaajille tarjottiin suuressa osassa vaihtoehtokysymyksiä myös vapaa vastauskohta. Kysely esitettiin kahdella juniorijoukkueella kysymyksien sekä vastausvaihtoehtojen ymmärrettävyyden tarkastelemiseksi.

Pelaajien nuuskakokeilujen ja käytön yleisyyttä selvitettiin seuraavilla kysymyksillä: *Oletko koskaan kokeillut nuuskaamista? (Kyllä / en) ja Kuinka usein käytät nuuskaa tällä hetkellä? (1=Päivittäin, 2=Muumman kerran viikossa, 3=Kerran viikossa, 4=Noin kerran kuukaudessa, 5= En käytä nuuskaa enää/tällä hetkellä)* Nuuskan käytön useutta koskevista vaihtoehdoista yhdistettiin analyysivaiheessa viikoittaista käyttöä koskeneet vaihtoehdot 2 ja 3. Lisäksi myöhempiin analyysiin vastaajat jaettiin nuuskaa säännöllisesti käyttäviin (vähintään kerran viikossa) ja muihin. Nuuskakokeilujen alkamisikää tutkittiin kysymyksellä: *Minkä ikäisenä kokeilit nuuskaa ensimmäisen kerran?* Nuuskakokeilujen ja käytön syistä kerättiin tietoa kysymyksillä: *Mitä seuraavista tekijöistä vaikuttivat siihen, että kokeilit nuuskaa?, Mitkä*

syöt vaikuttavat nuuskan käyttöösi? ja Mitkä urheiluun liittyvät syyt vaikuttavat nuuskan käyttöösi? Nuuskan käyttötilanteita selvitettiin kysymyksillä: *Missä tilanteissa käytät nuuskaa? ja Missä urheiluun liittyvissä tilanteissa käytät nuuskaa?* Pelaajat saivat valita kaikki sopivat vastausvaihtoehdot (taulukot 2, 3 ja 4) ja jokaisessa kysymyksessä oli lisäksi avoin vastauskohta.

Pelaajien nuuskan käytön lopettamisyrityksiä selvitettiin kysymyksellä: *Oletko yrittänyt lopettaa nuuskan käyttöä? (1=Kyllä ja 2=En)*. Lisäksi mahdollisia lopettamiseen kannustavia tekijöitä selvitettiin kysymyksellä: *Mitkä seuraavista olisivat syitä, joiden vuoksi voisit lopettaa nuuskan käytön?* (kuvio 1). Annettujen vaihtoehtojen lisäksi oli mahdollista kirjata syy myös avoimeen vastauskohtaan. Kaikkien edellä kuvattujen kysymysten ja vaihtoehtojen laadinnassa hyödynnettiin urheilulukiolaisten nuuska- ja tupakointitottumuksia selvittäneiden tutkielmien kyselylomakkeita (Kulju & Kulju 2003; Uosukainen 2000).

Pelaajien kokemuksia nuuskan käyttöön suhtautumisesta salibandyn juniorijoukkueissa tutkittiin kysymyksillä: *Miten nuuskan käytöstä on sovittu joukkueen ja valmentajien kesken? ja Ovatko joukkueesi valmentajat/huoltajat kertoneet nuuskan käytön haitoista? Valmentajien/huoltajien puuttumista nuuskan käyttöön selvitettiin kysymyksellä: Miten joukkueesi valmentajat/huoltajat suhtautuvat, jos näkevät nuuskan käyttöä joukkueen tapahtumissa? (1=Kieltevä, jos näkevät nuuskan käyttöä, 2=Eivät kiellä, jos näkevät nuuskan käyttöä, 3=En osaa sanoa)*. Nuuskan käytöstä mahdollisesti tulevia seuraamuksia tutkittiin kysymyksellä: *Jos nuuskan käyttö on kielletty joukkueen tapahtumissa, tuleeko siitä seuraamuksia? (1=Kyllä, mitä seuraamuksia?, 2=Ei, 3=En osaa sanoa)*. Joukkueen tapahtumilla tarkoitettiin kysymyksissä harjoituksia, pelejä, pelimatkoja ja muita joukkueen yhteisiä kokoontumisia. Vastaajilla oli mahdollisuus kertoa avoimessa vastauskohdassa, mitä seuraamuksia kiellon rikkomisesta seuraa.

Aineiston analysoinnissa käytettiin IBM SPSS Statistics 24-ohjelmaa. Pelaajien nuuskakokeiluja ja nuuskan käyttöä sekä niihin vaikuttavia tekijöitä kuvailtiin frekvenssien ja prosenttijakaumien avulla. Eroja sukupuolten ja ikäluokkien nuuskaamisessa tarkasteltiin ristiintaulukoinnilla ja khiin neliö-testillä. Lisäksi logistisen regressioanalyysin avulla selvitettiin, ennustiko valmentajien tai huoltajien suhtautuminen pelaajien nuuskakokeiluja tai nuuskan käyttöä. Avointen vastauksien analysoinnissa laskettiin mainintojen frekvenssit. Nuuskakokeilujen ja käytön yleisyyttä tarkasteltiin erikseen tyttöjen ja poikien sekä A- ja B-ikäisten ryhmissä. Lisäksi nuuskakokeilujen syitä tarkasteltiin sekä tytöillä että pojilla. Sen sijaan nuuskan käyttöön yhteydessä olevia tekijöitä analysoitiin vain pojilla, jotka käyttivät nuuskaa säännöllisesti (vähintään kerran viikossa). Tyttöissä tällaisia käyttäjiä ei ollut.

TULOKSET

Nuuska- ja nuuskan käytön yleisyys

Salibandyjunioreista 39 prosenttia kertoi kokeilleensa nuuskaa. Pojista yli puolet (52 %) oli kokeillut nuuskaa, mutta tytöillä nuuskakokeilut (13 %) olivat selvästi harvinaisempia ($p < 0,001$) (taulukko 1.). A-junioreiden nuuskakokeilut (45 %) olivat hieman yleisempiä verrattuna B-ikäisiin (37 %) pelaajiin, mutta ero ei ollut tilastollisesti merkitsevä ($p = 0,092$) (taulukko 1). Sekä poikien että tyttöjen ensimmäinen kokeilukerta oli keskimäärin 15-vuotiaana (pojat $ka = 15,08$, tytöt $ka = 15,26$). Kuitenkin nuuskaa kokeilleista pelaajista kolmannes oli kokeillut nuuskaa jo alle 15-vuotiaana.

Kaikista kyselyyn vastanneista pojista 21 prosenttia ilmoitti käyttävänsä nuuskaa tällä hetkellä säännöllisesti eli vähintään viikoittain (taulukko 1). Päivittäin nuuskaa käytti 16 prosenttia pojista. Tyttöjen nuuskan käyttö erosi poikien käytöstä ($p < 0,001$) ollen hyvin harvi-

TAULUKKO 1. Nuuskakokeilujen ja nuuskan käytön yleisyys salibandyn junioripelaajilla (n=449).

	Kaikki n=449		Tytöt n=147		Pojat n=302		p-arvo	A-juniorit n=145		B-juniorit n=304		p-arvo
	n	%	n	%	n	%		n	%	n	%	
Nuuskakokeilut												
On kokeillut	176	39,2	19	12,9	157	52,0	<0,001	65	44,8	111	36,5	0,092
Nuuskan käyttö												
Päivittäin	48	10,7	0	0	48	15,8		21	14,5	27	8,9	
Viikoittain	16	3,6	0	0	16	5,3		4	2,8	12	3,9	
Noin kerran kk	12	2,8	3	2,0	9	3,0		5	3,4	7	2,3	
Säännöllisesti, vähintään viikoittain käyttävät yht.	64	14,3	0	2,0	64	21,2	<0,001	25	17,2	39	12,8	0,221

TAULUKKO 2. Nuuskaa kokeilleiden salibandyn junioripelaajien (n=176) syyt nuuskakokeiluun.

Nuuskan kokeilun syyt	Kaikki kokeilleet (n=176)		Tytöt (n=19)		Pojat (n=157)	
	f	%	f	%	f	%
Halusin kokeilla, miltä nuuskan käyttö tuntuu	135	76,7	14	73,7	121	77,1
Joukkuekaverit tarjosivat	39	22,2	2	10,6	37	23,6
Pelaajaidolit käyttävät	7	4,0	0	0	7	4,5
Valmentajat tai huoltajat käyttävät	6	3,4	0	0	6	3,8
Perheenjäsenet käyttävät	6	3,4	0	0	6	3,8
Nuuskan käyttö kuuluu mielestäni salibandypelaajan tapoihin	1	0,6	0	0	1	0,6
Muu syy, mikä?	24	13,6	5	26,3	19	0,12

naista ja satunnaista, sillä ainoastaan 3 tyttöä (2 %) kertoi käyttävänsä nuuskaa noin kerran kuukaudessa. A-junioreilla viikoittainen nuuskan käyttö (17 %) oli hieman yleisempää verrattuna B-junioreihin (13 %), mutta ero ei ollut tilastollisesti merkitsevää (p=0,221). Huomionarvioista on, että nuuskaa kokeilleista pojista (n=157) tutkimus- hetkellä nuuskaa käytti säännöllisesti viikoittain 41 prosenttia, eli varsin monen kohdalla kokeilusta oli seurannut pysyvämpi käyttö.

Nuuskan kokeilun ja käytön syyt

Yli 70 prosenttia nuuskaa kokeilleista pojista ja tytöistä vastasi syyn kokeiluun olleen halu tietää, miltä nuuskan käyttö tuntuu (taulukko 2). Seuraavaksi yleisimmäksi syyksi mainittiin se, että joukkuekaverit tarjosivat (22 %). Muihin kokeilun syihin ja vapaaseen vastauskenttään tuli 24 mainintaa ja näistä yleisimpiä olivat joukkueen ulkopuolelta tulevien kavereiden, esimerkiksi koulukavereiden nuuskatarjoukset ja käyttö.

Nuuskan käytön syitä tarkasteltiin vain niiden vastaajien kohdalla, jotka käyttivät nuuskaa säännöllisesti, vähintään viikoittain (n=64) ja he olivat kaikki poikia. Kyselyssä nimetyistä yleisistä syistä ”halu rentoutua” mainittiin selvästi useimmin (81 %) perusteluksi käytölle (taulukko 3). Lisäksi nuuskaa käytettiin, koska sen koettiin piristävän (39 %), auttavan keskittymisessä (39 %) ja olevan terveellisempää kuin tupakan (36 %).

Urheiluun liittyvistä syistä eniten mainintoja sai se, että nuuskan

käytöstä ei koettu olevan haittaa urheilussa (taulukko 3). Tähän uskoi yli 60 prosenttia nuuskaa käyttävistä pojista. Nuuskaamisen ei kuitenkaan uskottu yleisesti parantavan suorituskykyä, sillä vain 5 prosenttia pojista ilmoitti käyttävänsä nuuskaa tästä syystä. Useampi kuin joka kolmas pojista vastasi käyttävänsä nuuskaa, koska joukkuekaveritkin käyttävät. Muihin syihin ja vapaaseen vastauskenttään tuli yhteensä 9 mainintaa, joissa pelaajat kertoivat nuuskaamisen olevan tapa, tuottavan hyvää oloa ja fiilistä tai etteivät tiedä nuuskaamisen syytä.

Nuuskan käyttötilanteet

Yleisistä nuuskan käyttötilanteista eniten mainintoja saivat: pelikonsolien pelaamisen yhteydessä (84 %) sekä illanviettojen (81 %) ja alkoholin käytön yhteydessä (80 %) tapahtuva nuuskaaminen (taulukko 4). Yli 60 prosenttia nuuskaa säännöllisesti käyttävistä pojista kertoi käyttävänsä nuuskaa myös koulussa oppituntien aikana. Urheiluun liittyvistä käyttötilanteista eniten mainintoja sai pelimatkat. Nuuskaa säännöllisesti käyttävistä pojista peräti 89 prosenttia ilmoitti käyttävänsä nuuskaa pelimatkoilla, esimerkiksi bussissa ja 73 prosenttia kertoi nuuskaavansa urheilusuoritusten jälkeen. Nuuskan käyttö urheilussa eli pelien tai harjoitusten aikana sen sijaan oli harvinaisempaa. Muihin käyttötilanteisiin ja vapaaseen vastauskenttään tuli 7 mainintaa, jotka pitivät sisällään ottelujen erätauoilla, yleensä vapaa-ajalla ja saunassa tapahtuvan nuuskan käytön.

Nuuskan käytön lopettamiseen kannustavat tekijät

Nuuskaa säännöllisesti käyttävistä pojista yli puolet (53 %) oli yrittänyt lopettaa käytön. Runsas 80 prosenttia nuuskaa käyttävistä pojista olisi valmis lopettamaan nuuskan käytön, jos terveys niin vaatisi (kuvio 1). Noin puolet pelaajista voisi lopettaa nuuskan käytön, jos siihen ei olisi rahaa, urheilussa menestyminen vaatisi lopettamista tai jos saisi nuuskan käytön jatkuessa potkut joukkueesta. Kavereiden merkitys lopettamisessa näyttää tämän tutkimuksen perusteella vähäiseltä, sillä vain 5 vastaajaa (8 %) mainitsi, että kavereiden nuuskan käytön lopettamisella olisi vaikutusta omaan lopettamiseen. Myöskään vanhempien (19 %) tai valmentajien (16 %) vaatimuksilla ei pelaajien vastausten perusteella ollut kovin yleisesti vaikutusta lopettamispäätöksiin. Tyttö- tai poikakaverin mielipiteellä sen sijaan oli yleisimmin merkitystä, sillä puolet pelaajista (48 %) voisi lopettaa nuuskan käytön seurustelukumppanin pyynnöstä. Myös avoimessa vastauskohdassa lopettamispöytäkirjojen syiksi mainittiin useimmin terveyteen liittyvät tekijät, kuten hampaiden ja ikenien vahingoittuminen, sekä rahanmeno. Sitä, miksi pelaajat eivät olleet yrittäneet lopettaa nuuskaamista, perusteltiin etenkin sillä, ettei lopettamiselle ollut koettu tarvetta eikä nuuskasta koettu riippuvuutta.

TAULUKKO 3. Syyt, jotka vaikuttavat säännöllisesti nuuskaa käyttävien salibandyn poikajuniorien (n=64) nuuskaamiseen (mainintojen määrät frekvensseinä ja prosentteina).

Nuuskan käytön syyt	Säännöllisesti nuuskaa käyttävät pojat (n=64)	
	f	%
Yleiset syyt		
Halu rentoutua	52	81,3
Koen nuuskan piristävän	25	39,1
Koen nuuskan auttavan keskittymisessä	25	39,1
Mielestäni nuuska on terveellisempi vaihtoehto tupakalle	23	35,9
Vieroitusoireiden välttäminen	10	15,6
Koen saavani apua nuuskasta tupakoinnin lopettamiseen	3	4,7
Urheiluun liittyvät syyt		
Mielestäni nuuskan käytöstä ei ole haittaa urheilussa	41	64,1
Joukkuekaverit käyttävät	23	35,9
Valmentajat/huoltajat käyttävät	7	10,9
Pelaajaidolit käyttävät	3	4,7
Koen nuuskan käytön parantavan suorituskykyä urheilussa	3	4,7
Muu syy, mikä?	9	14,1

TAULUKKO 4. Säännöllisesti nuuskaa käyttävien salibandyn poikajuniorien (n=64) mainitsemat nuuskan käyttötilanteet frekvensseinä ja prosentteina.

Nuuskan käyttötilanteet	Säännöllisesti nuuskaa käyttävät pojat (n=64)	
	f	%
Yleiset nuuskan käyttötilanteet		
Pelikonsolien pelaamisen yhteydessä	54	84,4
Illanvietoissa/juhliissa	52	81,3
Alkoholin käytön yhteydessä	51	79,7
Televisiota/elokuvia katsellessa	44	68,8
Koulussa oppitunneilla	41	64,1
Ruokailun jälkeen	33	51,6
Ennen nukkumaanmenoa	33	51,6
Koulutehtäviä tehdessä	27	42,2
Sairaana	19	29,7
Urheiluun liittyvät nuuskan käyttötilanteet		
Pelimatkoilla esim. bussissa	57	89,1
Urheilusuorituksen jälkeen	47	73,4
Treenien yhteydessä pukuhuoneessa	28	43,8
Harjoitusten aikana	10	15,6
Pelin aikana	4	6,3
Muu tilanne, mikä?	7	10,9

Nuuskan käyttöön suhtautuminen salibandyn juniorijoukkueissa

Kaikista pelaajista (n=449) lähes puolet (45 %) vastasi, ettei nuuskan käytöstä joukkueen tapahtumissa ole erityisesti sovittu. Nuuskaamisen kertoi olevan kiellettyä joukkueen tapahtumissa noin puolet tytöistä (48 %) ja kolmannes pojista (28 %) (p<0,001). Pojista 25 prosenttia ilmoitti pelaajien käyttävän nuuskaa kiellosta huolimatta joukkueen tapahtumissa ja 18 poikaa (6 %) kertoi nuuskan käytön olevan joukkueessa sallittua. Tytöistä ainoastaan kaksi ilmoitti käyttöä tapahtuvan kiellosta huolimatta, eikä kukaan pitänyt sitä sallittuna. Yksi kymmenestä pelaajasta kertoi nuuskakiellon rikkomisesta tulevan seuraamuksia. Vapaassa vastauskohdassa pelaajat mainitsivat seuraamuksiksi yleisimmin rahalliset sakkorangaistukset, peli- tai harjoituskiellot sekä vanhemmille ilmoittamisen.

Pojista 18 prosenttia ja tytöistä 7 prosenttia kertoi valmentajien tai joukkueen huoltajien kertoneen nuuskan käytön haitoista (p<0,001). Pojille oli siis kerrottu hieman useammin nuuskan haitoista kuin tytöille, mutta kaiken kaikkiaan tätä oli tapahtunut varsin vähän. Noin puolet pelaajista ei osannut sanoa, miten valmentajat tai joukkueen huoltajat suhtautuisivat, jos näkisivät nuuskaamista joukkueen tapahtumissa. Kuitenkin 45 prosenttia uskoi valmentajien tai huoltajien kieltävän nuuskan käytön, jos sitä havaitisivat.

Logistisen regressioanalyysin mukaan pelaajat, joiden joukkueissa nuuskaamista ei ollut kielletty, olivat kokeilleet nuuskaa vajaat kaksi kertaa suuremmalla todennäköisyydellä (OR: 1,60; CI:1,06–2,40) kuin pelaajat, joiden joukkueissa käyttö oli kielletty. Nuuskan käyttökiellolla joukkueessa ei kuitenkaan ollut yhteyttä pelaajien säännölliseen nuuskan käyttöön. Myöskään se, olivatko valmentajat kertoneet joukkueelle nuuskan haitoista vai eivät, ei ollut yhteydessä pelaajien nuuskakokeiluihin tai nuuskan säännölliseen käyttöön.

POHDINTA JA JOHTOPÄÄTÖKSET

Salibandya pelaavista pojista yli puolet (52 %) oli kokeillut nuuskaa ja sitä käytti viikoittain runsas viidennes (21 %). Tytöillä nuuskakokeilut (13 %) olivat selvästi harvinaisempia, eikä tutkimisissa ollut viikoittain nuuskaa käyttäviä tyttöjä lainkaan. Tulosten perusteella voidaan todeta, että vähintään viikoittain nuuskaa käyttävien salibandyn poikajuniorien osuus (21 %) on suurempi kuin, Nuorten terveystapatutkimuksessa nuuskaa päivittäin tai satunnaisesti käyttävien 14–18-vuotiaiden poikien osuus (13 %). (Kinnunen ym. 2017.) Tytöillä vastaavaa eroa salibandya pelaavien ja muiden nuorten välillä ei ollut havaittavissa. Salibandya pelaavien poikien nuuskan käytön yleisyys näyttää olevan varsin lähellä 15–16-vuotiailla jääkiekkounioreilla havaittua 25 prosentin osuutta (Pitkänen 2006). Yleisyyttä koskevat tutkimustulokset ovat samansuuntaisia aikaisempien tutkimusten kanssa, joissa on todettu poikien nuuskakokeilujen ja käytön olevan yleisempää verrattuna tyttöihin (Kinnunen ym. 2017; Ollila & Ruokolainen 2016) sekä nuuskan käytön olevan yleistä urheilijoiden ja erityisesti joukkuelajien harrastajien keskuudessa (Alaranta ym. 2006; Haukkala ym. 2005; Ng ym. 2017; Pitkänen 2006).

Tutkimuksessa havaittiin joukkuekavereiden nuuskan tarjoamisen ja käytön olevan yleinen syy pelaajien nuuskakokeiluihin sekä nuuskan käyttöön. Myös aiemmissa tutkimuksissa on todettu kavereilla olevan voimakas vaikutus nuorten nuuskaamiseen (Pitkänen 2006; Rolandsson ym. 2014; Rolandsson & Hugoson 2001; Salomäki & Tuisku 2013, 50). Nuuskan käytöstä kieltäytyminen näyttää olevan vaikeampaa, jos tarjous tulee omasta viiteriymästä (Salomäki ja Tuisku 2013, 50). Nuuskan käytön suosiota joukkueurheilijoiden keskuudessa on selitetty esimerkiksi joukkueen jäsenen välisellä yhteisöllisyydellä (Rolandsson ym. 2014). Joukkue muodostuu usein tiiviiksi ryhmäksi, johon halutaan kuulua, ja jonka kulttuurin mu-



KUVIO 1. Syyt, joiden takia nuuskaa säännöllisesti käyttävät salibandyn poikajuniorit (n=64) voisivat lopettaa nuuskaamisen (prosentteina, kuinka moni pelaaja on maininnut syyn).

TAULUKKO 5. Nuuskakokeilujen ja nuuskan käytön todennäköisyys (OR, 95% CI) salibandyn junioripelaa-jilla, joiden joukkueissa a) käyttö on kielletty tai ei ole kielletty ja b) joiden valmentajat ovat kertoneet tai eivät ole kertoneet nuuskan haitoista (binäärinen logistinen regressioanalyysi).

	Nuuskakokeilut		Nuuskan käyttö	
	OR	95% CI	OR	95% CI
Nuuskan käyttö on kielletty joukkueessa	1,0		1,0	
Nuuskan käytöstä ei sovittu tai on sallittu	1,60	1,06–2,40	0,55	0,30–1,01
Valmentajat ovat kertoneet nuuskan haitoista	1,0		1,0	
Valmentajat eivät ole kertoneet nuuskan haitoista	1,11	0,64–1,94	0,74	0,32–1,72

kaan halutaan toimia. Kavereiden nuuskan käytön lopettaminen ei silti olisi pelaajien mukaan vaikuttanut monenkaan (8 %) omaan lopettamispäätökseen. Tyttö- tai poikaystäväni lopettamisvaatimuksen olisi jo yli puolet pelaajista kokenut tärkeäksi. Tulos on osittain ristiriitainen esimerkiksi nuorten tupakoinnin lopettamista koskevan tutkimuksen kanssa, jossa todettiin kavereiden tupakan polton lopettamisen ennustavan merkittävästi nuoren tupakoinnin lopettamista (Paavola ym. 2001). Vanhempien tai valmentajien nuuskan käytön lopettamisvaatimukset vaikuttaisivat tutkimuksen mukaan vain noin viidenneksen lopettamiseen. Tulos voi osaltaan kertoa ikäkaudelle tyypillisestä suhtautumisesta vanhempiin auktoriteetteihin ja nuoren voimistuvasta tarpeesta autonomiaan ja pyrkimyksestä päättää itse valinnoistaan (Noom ym. 2001).

Lähes puolet vastaajista kertoi, ettei nuuskan käytöstä joukkueen tapahtumissa ole sovittu ja pelaajista ainoastaan kolmannes vastasi valmentajien tai joukkueen huoltajien puuttuvan nuuskan käyttöön sitä nähdessään. Aiempien tutkimusten mukaan jääkiekkovalmentajilta kysyttäessä jopa 82 prosenttia kertoi sopineensa nuuskattomu-

desta joukkueen kanssa (Kokko 2003, 53) ja jääkiekkopelaajista 66 prosenttia ilmoitti, että nuuskan käytöstä on sovittu (Kekki & Palmi 2008). Salomäen ja Tuiskun (2013, 54) mukaan nuoret urheilijat toivovat itse, että päihteiden käytöstä olisi urheiluharrastuksessa selkeät säännöt. Tässä tutkimuksessa todettiin, että pelaajien nuuskakokeilujen todennäköisyys oli hieman suurempi joukkueissa, joissa käyttöä ei ollut kielletty. Tulosta tulkittaessa on huomioitava, ettei taustalla ole välttämättä yksiselitteisesti vain kiello ja sen tehoaminen. Nuuskan käyttökielto voi heijastella myös laajemmin joukkueen toimintakulttuuria, sekä valmentajien ja huoltajien välittämiä asenteita koskien sekä nuuskaa että heidän kasvatusvastuutaan nuorien pelaajien suhteen.

Koska tulosten mukaan salibandya pelaavista pojista yli puolet oli kokeillut nuuskaa ja joka viides nuuskasi säännöllisesti, tulisi siihen jatkossa puuttua nykyistä suunnitelmallisemmin ja konkreettisemmillä toimenpiteillä. Esimerkiksi salibandyvalmentajille ja joukkueen toimihenkilöille suunnatun nuuskaan liittyvän lisäkoulutuksen tarvetta on syytä arvioida. Suurin osa pelaajista ilmoitti, etteivät valmentajat tai huoltajat olleet kertoneet heille nuuskan käytön haitoista. Lisäksi yli 60 prosenttia nuuskaa säännöllisesti käyttävistä poikajuniorista oli sitä mieltä, ettei nuuskan käytöstä ole haittaa urheilussa. Voidaan siis suositella, että salibandyn juniorijoukkueissa keskusteltaisiin nuuskan käytön haitoista nykyistä enemmän, luotaisiin selkeät säännöt koskien nuuskattomuutta joukkueen tapahtumissa ja pyritäisiin valvomaan niiden noudattamista. Erityistä huomiota tulisi kiinnittää pelimatkojen aikaiseen käyttäytymiseen, sillä ne osoittautuivat yhdeksi yleisimmistä nuuskan käyttötilanteista. Nuuskakokeilut alkoivat tulosten mukaan osalla pelaajista jo 13–14-vuoden iässä, joten keskustelua nuuskaan liittyvistä asenteista, mielikuvista ja nuuskan haittavaikutuksista on tarpeen käydä jo tässä ikävaiheessa. Nuorten aivot ovat vielä kehitysvaiheessa ja sen vuoksi erityisen alttiit nikotiinin vaikutuksille (Yuan ym. 2015).

Tulosten tulkinnan kannalta on huomioitava, että kyselyyn saatiin selvästi enemmän vastauksia pojilta (n=302) kuin tytöiltä (n=147). Tähän osasyynä on tyttöjen valtakunnallisissa sarjoissa pelaavien joukkueiden pienempi määrä, ja muutenkin pienempi salibandyn harrastajamäärä verrattuna poikiin. Lisäksi vastauksia saatiin enemmän B-juniorilta (n=304) kuin A-juniorilta (n=145). Nuuskan käytön syitä ja tilanteita oli mahdollista tarkastella vain poikien osalta, koska tytöissä säännöllisesti, viikoittain nuuskaa käyttäviä ei ollut ja

ns. satunnaiskäyttäjäksi oli vain kolme. Tutkimuksessa rajauduttiin vain nuuskan käyttöön tutkimiseen, eikä salibandy pelaajilta kysyty tupakoinnista tai muiden tupakkatuotteiden käytöstä. Tuloksia tulkittaessa on otettava huomioon myös, että strukturoidut vastausvaihtoehdot ovat saattaneet ohjata vastaamista huolimatta siitä, että kyselyssä oli mahdollista käyttää myös avoimia vastauskohtia. Mahdollisuutta osallistua tutkimukseen tarjottiin kaikille A- ja B-ikäisten valtakunnallisissa sarjoissa pelaaville joukkueille, mutta osallistumisen vapaaehtoisuudesta johtuen lopullisen otoksen kattavuudesta ei ole varmaa tietoa. Kaiken kaikkiaan osallistujien määrää (n=449) voi pitää kuitenkin riittävänä ratkaisemaan asetettuja tutkimustehtäviä.

Nuuskan käyttöön suhtautumista salibandy juniorijoukkueissa tutkittiin ainoastaan pelaajien vastausten perusteella. Jatkossa olisi-kin syytä tutkia, miten salibandyvalmentajat ja joukkueiden huoltajat

tiedostavat nuuskan käytön terveyshaitat, ja millainen heidän oma suhtautumisensa nuuskan käyttöön on. Aiemmin nuuskaamisen on todettu olevan yleisempää korkeamman harrastustason sekä tulevaisuuden urheilutavoitteen omaavilla urheilijanuorilla (Kokko ym. 2011), joten erilaisten taustatekijöiden yhteyksiä salibandy nuorten nuuskan käyttöön tulisi myös selvittää. Myös aikuisikäisten salibandy pelaajien nuuskan käyttöä tulisi tutkia, jotta saataisiin laajempi kuva nuuskan käytön yleisyydestä lajin harrastajien keskuudessa. Nuuskaamisen vähentämistä ajatellen olisi tärkeää saada lisää tutkimustietoa nuuskan vaikutuksista erityisesti nuorilla sekä urheilijoiden suorituskyvyn näkökulmasta. Näytöt nuuskan suorituskykyä heikentävistä vaikutuksista ja yhteydestä loukkaantumisiin voisivat olla lopettamiseen kannustavia tekijöitä tavoitteellisesti urheilievin keskuudessa.

LÄHTEET

- Alaranta, A., Alaranta, H., Patja, K., Palmu, P., Prättälä, R., Martelin, T. & Helenius, I.** 2006. Snuff Use and Smoking in Finnish Olympic Athletes. *International Journal of Sports Medicine* 27 (7), 581–586.
- Andersson G, Warfvinge G.** 2003. The influence of pH and nicotine concentration in oral moist snuff on mucosal changes and salivary pH in Swedish snuff users. *Swedish Dental Journal* 27 (2), 67–75.
- Arefalk, G., Hergens, M-P, Ingelsson, E., Ärnlov, J., Michaëlsson, K., Lind, L., Ye, W., Nyrén, O., Lambe, M. & Sundström, J.** 2010. Smokeless tobacco and risk of heart failure: results from two Swedish cohorts. *European Journal of Preventive Cardiology* 19 (5), 1120–1127.
- Diehl, K., Thiel, A., Zipfel, S., Mayer, J., Litaker, D.G. & Schneider, S.** 2012. How healthy is the behavior of young athletes? A systematic literature review and meta-analyses. *Journal of Sports Science and Medicine*. 11, 201–220.
- Chagué, F., Guenancia, C., Gudjoncik, A., Moreau, D., Cottin, Y. & Zeller.** 2015. M. Smoke-less tobacco, sport and the heart. *Archives of Cardiovascular Diseases* 108 (1), 75–83.
- European Commission.** Scientific Committee on Emerging and Newly Identified Health Risks (SCENIHR). 2008. Health Effects of Smokeless Tobacco Products. http://ec.europa.eu/health/ph_risk/committees/04_scenihr/docs/scenihr_o_013.pdf Viitattu 20.2.2017.
- Furberg, H., Lichtenstein, P., Pedersen, N.L., Bulik, C. & Sullivan, P.** 2006. Cigarettes and oral snuff use in Sweden: prevalence and transitions. *Addiction* 101 (10), 1509–1515.
- Haukkala, A., Vartiainen, E. & Vries, D. H.** 2006. Progression of oral snuff use among Finnish 13–16-year-old students and its relation to smoking behaviour. *Addiction* 101 (4), 581–589.
- Heir T. & Eide, G.** 1997. Injury proneness in infantry conscripts undergoing a physical training programme: smokeless tobacco use, higher age, and low levels of physical fitness are risk factors. *Scandinavian Journal Medicine & Science in Sports* 7, 304–311.
- Hergens, M-P, Lambe, M., Pershagen, G., Terent, A. & Ye, W.** 2008. Smokeless tobacco and the risk of stroke. *Epidemiology* 19 (6), 794–799.
- Huhtala, H., Rainio, S. & Rimpelä, A.** 2006. Adolescent snus use in Finland in 1981–2003: trend, total sales ban and acquisition. *Tobacco Control* 15 (5), 392–397.
- Karhola, L.** 2013. Nuorten liikuntavammojen yleisyys sekä tapaturma-alttiit lajit koulussa, vapaa-ajalla ja urheiluseuroissa. Tampereen yliopisto. Lääketieteen yksikkö. Syventävien opintojen kirjallinen työ. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:uta-201310241515> Viitattu 20.2.2017.
- Kekki, H-L. & Palmi, S.** 2008. Nuorten kokemuksia terveyttä edistävästä valmennuksesta urheiluseuroissa. Jyväskylän yliopisto. Terveyskasvatuksen pro gradu-tutkielma. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:juu-200802281201> Viitattu 20.2.2017.
- Kinnunen, J. M., Pere, L., Raisamo, S., Katainen, A., Ollila, H. & Rimpelä, A.** 2017. Nuorten terveystapatutkimus 2017: Nuorten tupakkatuotteiden ja päihteen käyttö sekä rahapelaaminen. Sosiaali- ja terveysministeriön raportteja ja muistioita 2017:28. Viitattu 21.7.2017. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-00-3878-6>
- Kokko S.** 2003. Jyväskylän yliopisto. Terveyskasvatus juniorijääkiekossa. Tutkimus 12–16-vuotiaiden junioreiden valmentajien toteuttamasta terveyskasvatuksesta ja siihen liittyvistä käsityksistä. Terveyskasvatuksen pro gradu-tutkielma. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:juu-2003894624> Viitattu 26.3.2017.
- Kokko, S. & Kannas, L.** 2004. Terveyskasvatus etsii paikkaansa nuorten jääkiekkovalmennuksessa. *Liikunta ja tiede* 2004 (2) : 45–48.
- Kokko, S., Villberg, J. & Kannas, L.** 2011. Nuori urheilijan polulla. Nuori Suomi ry:n tilaustutkimus. Terveystieteiden tutkimuskeskus, Jyväskylän yliopisto.
- Kokko, S., Villberg, J. & Kannas, L.** 2015. Health Promotion in Sport Coaching: Coaches and Young Male Athletes' Evaluations on the Health Promotion Activity of Coaches. *International Journal of Sports Science & Coaching*: 10 (2–3), 339–352.
- Kujanpää, J.** 2011. Salibandyvammojen riskitekijät naispelaajilla. Tampereen yliopisto. Lääketieteen laitos. Syventävien opintojen kirjallinen työ. <http://urn.fi/urn:nbn:fi:uta-1-21821> Viitattu 17.2.2017.
- Kulju, J. & Kulju, R.** 2003. Jyväskylän yliopisto. Urheilulukiolaisten tupakan ja nuuskan käyttö. Liikuntapedagogiikan pro gradu-tutkielma. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:juu-2003894643> Viitattu 6.2.2017.
- Martinsen, M. & Sundgot-Borgen, J.** 2014. Adolescent elite athletes' cigarette smoking, use of snus, and alcohol. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*: 24 (2), 439–446.
- Mattila, V. M., Raisamo, S., Pihlajamäki, H., Mäntysaari, M., & Rimpelä, A.** 2012. Sports activity and the use of cigarettes and snus among young males in Finland in 1999–2010. *BMC Public Health* 12, 230.
- Noom, M.J., Deković, M. & Meeus, W.** 2001. Conceptual Analysis and Measurement of Adolescent Autonomy. *Journal of Youth and Adolescence* 30 (5), 577–595.
- Ollila, H. & Ruokolainen, O.** 2016. Tupakkatuotteiden yhteiskäyttö yläkouluissa ja toisen asteen oppilaitoksissa 2000–2015. Tutkimuksesta tiiviisti 2, helmikuu 2016. Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitos: Helsinki. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-302-612-4> Viitattu 19.2.2017.
- Paavola, M., Vartiainen, E. & Puska, P.** 2001. Smoking cessation between teenage years and adulthood. *Health Education Research* 16 (1), 49–57.
- Pitkänen, S.** 2006. Huvin ja urheiluhengen vuoksi? Suomen Jääkiekkoliiton valtakunnallinen juniorikiekkoliijoiden päihdekysely. Sosiaalikehitys Oy. http://www.finhockey.fi/junnu/oppaat_ja_materiaalit/terveyden_edistaminen/ Viitattu 6.11.2016.
- Rolandsson, M. & Hugoson, A.** 2001. Factors associated with snuffing habits among ice-hockey-playing boys. *Swedish Dental Journal* 25 (4), 145–54.
- Rolandsson, M. & Hugoson, A.** 2003. Changes in tobacco habits - A prospective longitudinal study of tobacco habits among boys who play ice hockey. *Swedish dental journal* Volume 27 (4), 175–184.
- Rolandsson, M., Wagnsson, S. & Hugoson, A.** 2014. Tobacco use habits among Swedish female youth athletes and the influence of the social environment. *International Journal of Dental Hygiene* 12 (3), 219–225.
- Rosaar, A., Johansson, A.L.J., Sandborgh-Englund, G., Axéll, T. & Nyrén, O.** 2008. Cancer and mortality among user and nonuser of snus. *International*

Journal of Cancer 123 (1), 168–173.

Salomäki, S.-M. & Tuisku, J. 2013. Nuorten käsityksiä ja kokemuksia nuuskasta ja nuuskan käytöstä - Nuuska nuorten maailmassa. Suomen Syöpäyhdistys ry.

Suomen Salibandyliitto ry. 2016a. Salibandyliiton jäsenrekisteri. <http://floorball.fi/salibandy-info/lajiesittely/tunnusluvut/> Viitattu 8.12.2016.

Suomen Salibandyliitto ry. 2016b. Suomen salibandyliiton kilpailusäännöt 2016–2017. 1.5.2016 - 30.4.2017. <http://floorball.fi/> Viitattu 6.2.2017.

Tomar, S. L. 2007. Epidemiologic perspectives on smokeless tobacco marketing and population harm. *American Journal of Preventive Medicine* 33 (6), 387–397.

Tupakkalaki 549/2016. <http://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2016/20160549> Viitattu 28.03.2017.

Uosukainen, J. 2000. Urheilulukiolaisten nuuskan käyttö. Jyväskylän yliopisto. Liikuntapedagogiikan pro gradu-tutkielma. Viitattu 6.2.2017. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:ju-2000858991>

Wickholm, S., Lahtinen, A., Ainamo, A. & Rautalahti, M. 2012. Nuuskan terveyshaitat. *Lääketieteellinen Aikakauskirja Duodecim* 128(10), 1089–1096.

World Health Organization. 2007. International Agency for Research on Cancer (IARC). Smokeless Tobacco and Some Tobacco-specific N-Nitrosamines. IARC Monographs on the Evaluation of Carcinogenic Risks to Humans 89, 57.

Yuan, M., Cross, S. J., Loughlin, S. E. & Leslie, F. M. 2015. Nicotine and the adolescent brain – Review. *The Journal of Physiology* 593 (16), 3397–3412.

Zendejdel, K., Nyrén, O., Luo, J., Dickman, P.W., Boffetta, P., Englund, A. & Ye, W. 2008. Risk of gastroesophageal cancer among smokers and users of Scandinavian moist snuff. *International Journal of Cancer* 122 (5), 1095–1099.