

Ehkäisevän päihdetyön järjestöverkoston kannanotto Mielenterveysstrategia 2030 -valmistelutyöhön

Mielenterveysstrategiaa 2030 valmistellaan parhaillaan ja painopisteet on avattu kansalaisille sekä organisaatioille kommentoitavaksi. Painopisteissä on tuotu esiin mielenterveys pääomana ja oikeutena sekä korostettu palveluiden kehittämistä.

Ehkäisevän päihdetyön järjestöverkosto (EPT-verkosto) esittää huolensa siitä, ettei päihteitä ole mainittu strategian painopisteissä.

Suomalaisista 564 000 kuuluu alkoholinkäyttötapojensa perusteella pitkäaikaisten alkoholihaittojen riskiryhmään. Kaikista alkoholia käyttävistä aikuisista 22,4% on kokenut alkoholin nauttimisen yhteydessä kielteisiä asioita, kuten katumusta tai väkivaltaa.ⁱ Päihteiden käytön vaikutus mielenterveyteen on kiistaton; päihteet altistavat psyykkisille häiriöille, minkä lisäksi niitä käytetään pahan olon, kuten masennuksen, lievittämiseen. Yksilötasolla on yleistä, että samalla henkilöllä on elämänsä aikana sekä päihde- että mielenterveysongelmia. Esimerkiksi alkoholiongelmaisista noin 40% kokee elinkaarensa aikana psykiatrisia häiriöitäⁱⁱ ja moni huumeusaine aiheuttaa käyttäjille masennusta ja ahdistustaⁱⁱⁱ. Usein itsemurhan taustalla on päihdeongelma.

Koska päihteet aiheuttavat monenlaista haittaa sekä yksilö- että yhteiskuntatasolla, ja koska päihteiden käytöllä on haitallinen vaikutus ihmisten mielenterveydelle sekä toimintakyvylle, on erityisen tärkeää muistaa päihteet osana tulevaa Mielenterveysstrategiaa.

EPT-verkosto ehdottaa, että strategiaan kirjataan päihteiden käyttö sekä päihdeongelmat varsinkin painopistealueisiin 1. Mielenterveys pääomana, 3. Mielenterveysoikeudet ja 4. Ihmisten tarpeiden mukaiset, laaja- alaiset palvelut.

Mielenterveys pääomana saa parhaat mahdolliset lähtökohdat silloin, kun yksilön arki on toimivaa ja ehkäisevästä päihdetyöstä on huolehdittu esimerkiksi kouluissa ja työpaikoilla. Päihdehaittojen vähentäminen ja riskien tunnistaminen rakentaa hyvän mielenterveyden edellytyksiä kaiken ikäisillä ja mahdollistaa mielenterveysoikeuksien toteutumisen. Oikeuksien toteutumisessa tulee ottaa huomioon varsinkin päihdeongelmaisten tilanne, sillä he tarvitsevat erityistukea ja toimivia palveluita. Pelkkä toimeentulon tai osallisuuden tuki ei riitä takaamaan oikeuksia mielen hyvinvointiin. Palveluja tulee lisäksi kehittää asiakaslähtöiseksi, niin että niissä otetaan yhä paremmin huomioon toisiinsa läheisesti liittyvät päihde- ja mielenterveysongelmat. Palveluiden kehittämiseen liittyy myös läheisten yhä parempi huomioiminen.

Mielenterveysstrategiaan tulee ottaa mukaan yllä olevat näkökulmat sekä tunnistaa päihteidenkäytön ja mielenterveyden yhteys niin ehkäisevässä työssä kuin palvelujärjestelmässäänkin.

Mirka Vainikka
vt. puheenjohtaja, Ehkäisevän päihdetyön järjestöverkosto
toiminnanjohtaja, Irti Huumeista ry
puh. 040 093 7128
mirka.vainikka@irtihuumeista.fi

ⁱ Mäkelä, Härkönen, Lintonen, Tigerstedt & Warpenius (2018): Näin Suomi Juo. THL.

ⁱⁱ THL (2018): Elintavat ja mielenterveys.

ⁱⁱⁱ Suomen Mielenterveysseura (2019): Tietoa huumeista.