

Päihteiden vaikutus ihmiseen

Päihdetiedon tunteminen on osa huolenpitoa omasta terveydestä ja hyvinvoinnista. Ammattilaiset voivat tukea asiakkaita välittämällä ajantasaista päihdetietoa.

Päihteiden käyttö sisältää riskejä. Päihteiden väärinkäyttö aiheuttaa ihmiselle aina terveydellisiä, sosiaalisia ja psyykkisiä vaikeuksia. Päihteiden vaikutukset eivät kuitenkaan ole yksiselitteisesti määriteltävissä. Niissä yhdistyvät monet seikat: aineen ominaisuudet, ympäristö ja tilanne. Yksilölliset vaihteluerot ovat suuria.

Näille sivuille on koottu uusimmat tiedot Suomen käytetyimmistä päihteistä ja niiden tyypillisimmistä vaikutuksista ihmiseen. Nämä tiedot on päivitetty vuonna 2013.

Päihdetieto kuitenkin uudistuu jatkuvasti. Uuden tiedon etsimiseksi olemme koonneet sivuille myös käyttämämme lähteet, joista tiedot voi helposti päivittää.

Toivomme sivujen hyödyttävän ammattilaisia päihdetiedon välittämisessä.



Helsingin kaupunki

Helsingin kaupungin
sosiaali- ja terveystieteiden
Aikuisten ehkäisevä
mielenterveys- ja päihdetyö

www.hel.fi/ety



Vantaa

Vantaan kaupungin
päihdepalvelut
Ehkäisevän päihdetyön
yksikkö

www.vantaa.fi/ehkapa



LÄHTEET



Alkoholiohjelma 2008-2011,
www.alkoholiohjelma.fi

Duodecim terveysportti,
www.terveysportti.fi

Käypä hoito –suositukset,
www.kaypahoito.fi

Päihdelinkki
www.paihdelinkki.fi

Terveyden- ja hyvinvoinnin laitos
www.thl.fi

Tilastokeskus
www.stat.fi



Lääkärin tietokannat, Lääkärilehti, Duodecim, Pubmed,
Cochrane Library, Pharmaca Fennica

Päihdelääketiede. Salaspuro, Kiianmaa, Seppä (toim.)
Kustannus OY Duodecim. Gummerus Kirjapaino Oy.
Jyväskylä 2003.

Päihdetilastollinen vuosikirja 2012. THL.
Juvenes Print - Suomen Yliopistopaino Oy. Tampere 2012.



TUPAKKA

Käyttötapa	Poltetaan, nuuskataan
Aineen vaikutus käyttäjään	Ensikertalaiselle pahoinvointia, huimausta, sydämentykytystä, lisääntyntä syljen eritystä ja kylmää hikeä. Myöhemmin rauhoittaa, lievittää ikäviä tuntemuksia. Pirstää ja herättää positiivisia tuntemuksia, hyvää oloa ja nautintoa (vieroitusoireiden lieventyessä).
Riippuvuus	Kehittyy nopeasti voimakas fyysinen ja psyykinen riippuvuus.
Vieroitusoireet	Ärtyneisyys, kärsimättömyys, tupakanhimo, levottomuus, keskittymis- ja univaikeudet, päänsärky ja makeanhimo.
Fyysiset haitat	Haju- ja makuaiisti heikkenevät. Infektioherkkyys, huonosti paranevat haavat. Riskitekijänä mahahaavalle, hammas- ja iensairauksille, allergioille ja astmalle, osteoporoosille sekä syöville. Kohonnut verenpaine, sydän- ja verisuonitaudit, krooninen keuhkoputkentulehdus ja keuhkohtaumatauti. Impotenssi, hedelmättömyys, vaihdevuosien varhaistuminen ja virtsanpidätyskyvyn heikkeneminen.
Sikiövaikutukset	Keskenmenon ja kohtukuoleman riski kasvaa. Myös istukkakomplikaatiot, raskaudenaikainen verenvuoto ja ennenaikainen synnytys ovat yleisempiä tupakojilla. Sikiön pieni syntymäpaino ja suurentunut riski kätkytkuolemaan. Osa vaikutuksista mm. oppimisvaikeudet, ylivilkkaus ja alttius hengitystieinfektioille näkyvät vasta lapsen kasvaessa.
Psyykkiset haitat	Vaikutukset ovat lieviä, mutta kasvavat ja vaikeutuvat nikotiiniriippuvuuden myötä.
Sosiaaliset haitat	Passiivisen tupakoinnin haitat, ympäristöhaitat, sikiön altistuminen nikotiinille ja muille tupakan haitallisille aineille.
Yliannostus	60 mg nikotiinia on tappava annos aikuiselle. Suurina annoksina aiheuttaa voimakasta pahoinvointia.
Yhteisvaikutukset	Tupakointi muuttaa useiden lääkkeiden vaikutusta tai tarvittavaa annostusta (mm. insuliini ja jotkin mielialälääkkeet).
Yleisyys	Suomalaisista 15–64- vuotiaista naisista tupakoi 15 % ja miehistä 22 % vuonna 2011.



ALKOHOLI

Käyttötapa	Juodaan
Aineen vaikutus käyttäjään	Vaikutukset yksilöllisiä esim. yli 0.3 promillea: keskittymis- reaktio- ja koordinoitukyky heikentyy. Yli 1 promillea: hermoston toiminta lamaantuu, lihaskoordinaatio heikkenee, aistit heikkenevät, reagointi hidastuu ja suorituskyky heikkenee. Yli 2 promillea: unettava vaikutus, kivun tunne vähenee ja tajunnan taso laskee. Noin 3 promillea: alkoholimyrkytys.
Riippuvuus	Voi aiheuttaa voimakasta fyysistä ja psyykkistä riippuvuutta.
Vieroitus- oireet	Levottomuus, ahdistuneisuus, vapina, tasapainohäiriöt, oksentelu, tuntohäiriöt, pulssin kiihtyminen, verenpaineen nousu, tajuttomuuskohtaukset, näkö- ja kuuloharhat, riski alkoholideliriumin kehittymiseen
Fyysiset haitat	Riskitekijänä kymmenissä eri sairauksissa. Kohonnut verenpaine, hengitystieinfektiot, liikalihavuus, univaikeudet, tapaturmariski, aivovammat, maksasairaudet, haimatulehdukset sydän- ja verisuonitaudit. Ääreishermoston häiriöitä, iho-ongelmia, ravintoaineiden imeytymishäiriöitä ja hormonihäiriöitä. Syöpäriski: nielu, suu, ruokatorven, paksusuolen ja rintasyöpä. Alkoholiriippuvaiset ovat alttiita sairastumaan epilepsiaan ja erilaisiin aivosairauksiin.
Sikiö- vaikutukset	Sikiövaikutukset: Sikiövauriot, keskenmenot ja ennenaikaisen synnytyksen vaara. FAS-oireyhtymä (keskushermoston toimintahäiriön taso vaihtelee kehitysvammaisuudesta oppimishäiriöihin, ulkonäkö, hidas kasvu)
Psyykkiset haitat	Suurkulutuksesta aiheutuu mielialanvaihteluita, masennusta ja ahdistusta. Itsemurhariski kasvaa. Runsas alkoholin käyttö saattaa vainoharhaisuutta, psykoottisuutta ja deliriumia. Alkoholiriippuvaisilla masennus on yleistä.
Sosiaaliset haitat	Käyttöön voi liittyä väkivaltaa, tapaturmia, rattijuopumuksia, sairaslomia, taloudellisia vaikeuksia, rikoksia ja järjestyshäiriöitä. Runsas alkoholinkäyttö vaikeuttaa perhe-elämää, ihmissuhteita ja aiheuttaa hätää lapsille. Heikentää työelämässä selviytymistä.
Yliannostus	Aikuisten alkoholimyrkytys n. 3 promillen humalassa. Se voi johtaa koomaan, sydänpysähdykseen tai hengityksen katkeamiseen.
Yhteis- vaikutukset	Samanaikainen lääkkeiden tai huumeiden käyttö lisää myrkytysriskiä.
Yleisyys	Riskirajalla tarkoitetaan määrää, joka jo todennäköisesti lisää merkittävästi terveyshaittoja. Naisilla päivittäiskäyttö on vähintään 2 annosta tai humalahakuinen juominen 5 annosta toistuu viikoittain. Miehillä vastaavat neuvonnan rajat ovat 4 annosta tai 7 annoksen kertakäyttö viikoittain.



RAUHOITTAVAT JA UNILÄÄKKEET

(bentsodiatsepiinit, tsolpideemit, tsopikloni)

Käyttötapa	Syödään, suonensisäisesti
Aineen vaikutus käyttäjään	Rauhoittaa ja aiheuttaa suurina annoksina väsymystä. Alentaa impulssikontrollia ja altistaa siten muiden päihteiden käytölle ja aggressiivisuudelle.
Riippuvuus	Kehittyy usein fyysinen ja psyykinen riippuvuus.
Vieroitusoireet	Ahdistuneisuus, paniikkikohtaukset, pelokkuus, ärtyneisyys, kiihtyneisyys, epäluuloisuus, unettomuus, unirytmihäiriöt, päiväväsymys, lihas- ja nivelkivut, kohonnut syke ja verenpaine, vapina, levottomuus, pahoinvointi, nuhaisuus, hikoilu, korvien soiminen, huimaus, tajuttomuus-kouristuskohtaus sekä havaintotoimintojen häiriöt.
Fyysiset haitat	Lihasjeikkous, lihasten toiminnan ja hallinnan häiriöt, tasapainohäiriöt, epäselvä puhe ja impotenssi.
Sikiövaikutukset	Suurin riski raskauden ensimmäisellä kolmanneksella mm. huuli-suulakihalkioon, vastasyntyneen hypotermia ja hengitysvaikeudet. Vastasyntyneen vieroitusoireet.
Psyykkiset haitat	Aiheuttaa tunteiden tylsistymistä, masennusta, paniikkikohtauksia, unihäiriöitä ja seksuaalista haluttomuutta. Aiheuttaa myös muistin, keskittymiskyvyn ja tiedollisten toimintojen häiriöitä.
Sosiaaliset haitat	
Yliannostus	Suuret annokset voivat olla hengenvaarallisia.
Yhteisvaikutukset	Tehostaa alkoholin ja opiaattien yhteisvaikutusta. Yhteiskäytössä myrkytysriski kasvaa.
Yleisyys	Väestöstä 4,5 % on joskus käyttänyt bentsodiatsepiinejä päihdetarkoituksessa. Päihdepotilaista 22 % on käyttänyt lääkkeitä joskus päihdetarkoituksessa.

LÄHTEET JA LINKIT



KANNABIS

(hasis, marihuana)

Käyttötapa	Poltetaan, syödään, juodaan
Aineen vaikutus käyttäjään	Kiihottaa ja lamaa keskushermostoa. Aistiharhoja ja harhaluuloja voi ilmetä. Sydämen syketaajuus kasvaa, silmien sidekalvot verestävät, ruokahalu lisääntyy ja suu kuivuu. Vaikutukset katoavat 2-4 tunnin jälkeen.
Riippuvuus	Säännöllisesti käyttävälle kehittyy helposti psyykinen riippuvuus. Myös fyysinen riippuvuus on mahdollinen.
Vieroitusoireet	Ärtyisyys, hermostuneisuus, masennus, levottomuus, unihäiriöt, tuskatilat, ahdistus, vapina, hikoilu ja huonovointisuus.
Fyysiset haitat	Haittoja sydän- ja verenkiertoelimistölle. Pitkäaikainen käyttö laskee elimistön vastustuskykyä, altistaa keuhkosairauksille ja lisää suun, keuhkojen, nielun ja kurkunpään syöpäriskiä. Seksuaalinen halukkuus ja kyvykkyys sekä hedelmällisyys laskevat.
Sikiövaikutukset	Hidastaa sikiön kasvua ja voi aiheuttaa epämuodostumia.
Psyykkiset haitat	Voi aiheuttaa paniikkireaktioita ja sekavuutta. Altistaa psykoottisuudelle ja lisää skitsofrenian riskiä. Pitkäaikainen käyttö aiheuttaa väsymystä, masennusta ja muutoksia persoonallisuuteen. Heikentää oppimis- ja keskittymiskykyä sekä muistia. Heikentää motoriikkaa ja koordinaatio- ja arviointikykyä.
Sosiaaliset haitat	Vaikeuttaa elämänhallintaa ja sosiaalisia suhteita. Aiheuttaa taloudellisia vaikeuksia ja rattijuopumuksia.
Yliannostus	
Yhteisvaikutukset	
Yleisyys	Suomessa yleisimmin kokeiltu huume. Elämänsä aikana kannabista on kokeillut noin 17 prosenttia 15-69-vuotiaista.

LÄHTEET JA LINKIT



STIMULANTIT

(amfetamiini, metamfetamiini, kokaiini, crack, ekstaasi)

Käyttötapa	Syödään, nuuskataan, suonensisäisesti
Aineen vaikutus käyttäjään	Kiihottaa keskushermostoa. Piristää, hillitsee ruokahalua, kohottaa mielialaa ja lisää hyvän olon tunnetta. Vaikutuksen keskimääräinen kesto on 4-12 tuntia.
Riippuvuus	Aiheuttaa herkästi riippuvuutta. Kokaiini aiheuttaa erittäin voimakkaan psyykkisen riippuvuuden.
Vieroitusoireet	Masennus (jopa erittäin vakava), vainoajatukset, unihäiriöt, levottomuus, apatia, väsymys, ahdistuneisuus ja erilaiset fyysiset oireet. Aineenhimo on erityisen voimakasta kokaiinin käyttäjillä.
Fyysiset haitat	Altistaa aivoverenvuodoille, aivoinfarkteille, aivotuholle ja epileptisille kohtauksille. Suonensisäinen käyttö altistaa verisuonitukoksille ja -tulehduksille (hiv, hepatiitti). Kokaiinin nuuskaaminen voi johtaa nenän väliseinän kuolioon ja polttaminen keuhkotulehduksiin. Pitkäaikainen käyttö aiheuttaa aliravitsemustilan ja unettomuutta.
Sikiövaikutukset	Hidastaa sikiön kasvua ja lisää raskauskomplikaatioiden kuten istukan ennenaikaisen irtoamisen vaaraa. Saattaa vaurioittaa sikiön aivoja, sydäntä tai munuaisia.
Psyykkiset haitat	Aiheuttaa epämiellyttävää oloa, sekavuutta, levottomuutta ja vainoharhaisuutta. Psykoosiriski kasvaa. Käyttö lisää riskinottoa, aggressiivisuutta, ja impulsiivisuutta.
Sosiaaliset haitat	Käyttöön voi liittyä vakavaa syrjäytymistä, rikollisuutta, prostituutiota, väkivaltaa ja sen uhkaa. Aiheuttaa ihmissuhteiden, perhe-elämän ja normaalin elämän ongelmia, huostaanottoja sekä rattijuopumuksia.
Yliannostus	Hengenvaarallisia sydänoireita, liikalämpöisyyttä, kiihtyneisyyttä, kouristuksia ja psykoottisuutta
Yhteisvaikutukset	Ekstaasin yhteiskäyttö joidenkin masennuslääkkeiden kanssa saattaa olla hengenvaarallista.
Yleisyys	Vuonna 2010 amfetamiinia tai ekstaasia oli joskus elämänsä aikana kokeillut kaksi prosenttia aikuisväestöstä, kokaiinia 1,5 prosenttia. Päihdehoitoon hakeutuneista huumeasiakkaita 14 prosentilla oli amfetamiinin tai muiden stimulanttien käyttö ensisijaisena hoitoon hakeutumisen syynä.



OPIAATIT

(heroiini, morfiini, kodeiini, metadoni, tramadoli ja buprenorfiini)

Käyttötapa	Syödään, poltetaan, suonensisäisesti.
Aineen vaikutus käyttäjään	Lamaa keskushermostoa ja vaikuttaa euforisoivasti. Olo on lämmin, raajat raskaat ja suu kuiva. Olo vaihtelee virkeästä uneliaaseen. Näälän ja kivun tunne sekä seksuaalinen halu katoavat. Vaikutuksen keskimääräinen kesto on 4-12 tuntia.
Riippuvuus	Voimakas fyysinen ja psyykinen riippuvuus kehittyy nopeasti. Heroiini on kaikkein voimakkaimmin riippuvuutta aiheuttava huumeaine.
Vieroitusoireet	Ärtynisyys, masennus, pahoinvointi, lihaskivut, vuotavat silmät, nuha, laajentuneet silmäterät, hikoilu, palelu, ripuli, unettomuus ja kuumeilu
Fyysiset haitat	Suonensisäinen käyttö altistaa verisuonitukoksille ja infektioille (esim. hepatiitti ja hiv). Ummetus tavallista. Naisilla epäsäännölliset kuukautiset ja hedelmättömyys. Miesten seksuaalinen halukkuus vähenee.
Sikiövaikutukset	Vaurioittavat sikiön aivojen ja sydämen kehitystä. Keskenmenojen ja kätkytkuolemien riski kasvaa. Sikiön vieroitusoireet voivat kestää jopa 6 viikkoa.
Psyykkiset haitat	Psyykinen riippuvuus aiheuttaa jatkuvaa stressiä ja masennusta sekä altistaa itsemurhayrityksille. Persoonallisuushäiriöt ovat yleisiä. Reaktiokyky, tarkkaavaisuus ja suorituskyky heikkenevät.
Sosiaaliset haitat	Käyttöön voi liittyä vakavaa syrjäytymistä, rikollisuutta, prostituutiota, väkivaltaa ja sen uhkaa, ihmissuhteiden, perhe-elämän ja normaalin elämän ongelmia, huostaanottoja sekä rattijuopumuksia.
Yliannostus	Suuret annokset ovat hengenvaarallisia. Suurin myrkytysriski liittyy heroiiniin, seurauksena hengityslama ja kooma. Metadoni aiheuttaa pitkän tajuttomuuden.
Yhteisvaikutukset	Alkoholi pahentaa myrkytysoireita. Buprenorfiinin aiheuttamat kuolemat johtuvat yleensä rauhoittavien lääkkeiden tai alkoholin samanaikaisesta käytöstä.
Yleisyys	Vuonna 2010 opiaatteja oli joskus elämänsä aikana kokeillut noin 1 % aikuisväestöstä. Päihdehoitoon hakeutuneista huumeasiakkaista suurimmalla osalla (55 %) oli opiaattien käyttö ensisijaisena hoitoon hakeutumisen syynä.



HALLUSINOGEENIT

(LSD, psilocybin, PCP)

Käyttötapa	Syödään ja poltetaan.
Aineen vaikutus käyttäjään	Voimakkain hallusinogeeni LSD kohottaa vireystilaa, aiheuttaa aistiharhoja ja lisää tunne-elämän epävakautta. Ajan ja etäisyyksien hahmotus heikkenee. Vaikutus kestää jopa 12 tuntia.
Riippuvuus	Sietokyky kehittyy nopeasti. Psykkinen riippuvuus voi kehittyä.
Vieroitusoireet	Levottomuus, pelkotilat, väsymys, masennus ja unihäiriöt
Fyysiset haitat	Nostaa verenpainetta, tihentää sykettä, nopeuttaa ja syventää hengitystä. Aiheuttaa pahoinvointia, oksentelua ja ruokahaluttomuutta.
Sikiövaikutukset	Sikiövaikutuksia ei tunneta tarkoin.
Psyykkiset haitat	Yksittäisetkin käyttökerrat voivat aiheuttaa persoonallisuuden muutoksia. Flashbackit eli takaumat voivat uusiutua pitkienkin aikojen kuluttua, vaikka käyttö on jo lopetettu. LSD ja PCP altistavat skitsofrenian tyypisille oireilulle.
Sosiaaliset haitat	Aiheuttaa ihmissuhdevaikeuksia, asteittain lisääntyvää apatiaa ja vähenevää mielenkiintoa ympäristöä ja sosiaalisia kontakteja kohtaan. Rattijuopumuksia. Kasvanut tapaturmariski.
Yliannostus	Ilmenee sekavuutena ja psykoottisuutena. PCP:n suuret annostukset aiheuttavat kooman.
Yhteisvaikutukset	
Yleisyys	Päihteiden sekakäyttäjien keskuudessa yleinen.

LÄHTEET JA LINKIT



GAMMA

(gammahydroksibutyraatti)

LAKKA

(gammabutyrolaktoni)

Käyttötapa	Syödään ja juodaan.
Aineen vaikutus käyttäjään	Rentouttaa ja euforisoi. Lamaa keskushermoston toimintaa ja aiheuttaa tajunnan tason laskua. Vaikutus kestää noin 3 tuntia.
Riippuvuus	Aiheuttaa psyykkistä ja fyysistä riippuvuutta.
Vieroitusoireet	Unettomuus, ahdistus, vapina ja huimaus
Fyysiset haitat	Vain lyhytaikaiset haitat tunnetaan. Lamaa keskushermostoa, mikä voi johtaa tajuttomuuteen tai jopa kuolemaan. Aiheuttaa oksentelua, koordinaatiokyvyn heikkenemistä, päänsärkyä, alilämpöisyyttä, hengityslamaa, sydämen rytmihäiriöitä ja verenpaineen laskua.
Sikiövaikutukset	Sikiövaikutuksia ei tunneta tarkoin.
Psyykkiset haitat	Aiheuttaa hallusinaatioita, sekavuutta ja muistihäiriöitä.
Sosiaaliset haitat	Vaikeuttaa normaalia elämää.
Yliannostus	Gammassa päihdyttävä annos mitataan millilitroissa, joten yliannostusten vaara suuri. Lakka on Gammaa moninkertaisesti vahvempaa. Myrkytysoireita sekavuus, tajuttomuus ja hengityslama.
Yhteisvaikutukset	Alkoholin tai lääkkeiden kanssa otettuna myrkytys- ja kuolemanriski kasvavat.
Yleisyys	Nuorten sekakäyttäjien keskuudessa melko yleistä.

LÄHTEET JA LINKIT



KHAT

(catha edulis -pensaän lehtiä)

Käyttötapa	Pureskellaan
Aineen vaikutus käyttäjään	Kiihottaa keskushermostoa ja aktivoi sympaattista hermostoa. Pirstää, lisää vilkkautta, puheliaisuutta ja jaksamista. Arvostelukyky laskee. Vaikutus on korkeimmillaan 3 tunnissa.
Riippuvuus	Kehittyy psyykinen ja osittain myös fyysinen riippuvuus.
Vieroitusoireet	Väsymys ja masennus
Fyysiset haitat	Nostaa verenpainetta, aiheuttaa ummetusta, laihtumista ja suun- sekä ruuansulatuskanavan tulehduksia. Miehillä aiheutuu impotenssia ja ejakulaatiohäiriöitä.
Sikiövaikutukset	Syntyneen lapsen alipainoisuus
Psyykkiset haitat	Aiheuttaa unettomuutta, aggressiivisuutta, ahdistusta, ärtymystä, masennusta, aistiharhoja ja psykooseja.
Sosiaaliset haitat	Säännöllinen ja pitkäaikainen käyttö aiheuttaa vaikeuksia perheessä, ystävyyssuhteissa, työssä, koulussa ja raha-asioissa. Tapa siirtyy sukupolvelta toiselle.
Yliannostus	
Yhteisvaikutukset	
Yleisyys	Käyttö Suomessa rajoittuu lähinnä Itä-Afrikasta ja Arabian niemimaalta tulleisiin maahanmuuttajiin.

LÄHTEET JA LINKIT



IMPATTAVAT AINEET

(liimat, ohenteet, puhdistusaineet, tinneri, butaani)

Käyttötapa	Haistellaan ja hengitetään.
Aineen vaikutus käyttäjään	Aiheuttaa humalan kaltaisen olotilan: vilkkautta, pahoinvointia, sekavuutta, itsekontrollin menetystä ja aistiharhoja. Lyhyt päihtymystila.
Riippuvuus	Sietokyky kasvaa nopeasti. Henkinen riippuvuus. Fyysinen riippuvuus jatkuvassa käytössä.
Vieroitusoireet	Väsymys, voimattomuus, päänsärky, tylsyyden tunne, muistikatkokset ja pahoinvointi.
Fyysiset haitat	Aiheuttaa pysyviä vaurioita aivoille ja sisäelimille. Nenäverenvuotoja, silmien verestystä, suun ja sierainten haavaumia. Heikentää lihasten hienosäätöä, aiheuttaa kouristuksia ja tajunnan tason laskua. Sydämen rytmihäiriöt tavallisia. Heikentää luuytimen verisolutuotantoa, altistaa luuydin- ja imusoluleukemialle.
Sikiövaikutukset	
Psyykkiset haitat	Aiheuttaa masennusta, eristäytymistä ja puhevaikeuksia. Altistaa paranoidisen psykoosin kehittymiselle. Heikentää voimakkaasti tiedollisia toimintoja ja muistia.
Sosiaaliset haitat	Aiheuttaa nopeasti vakavan syrjäytymisen ja sairastumisen.
Yliannostus	Aiheuttaa erittäin myrkyllisenä äkkikuoleman riskin.
Yhteisvaikutukset	
Yleisyys	Arviolta 1-2 % suomalaisista nuorista kokeilee imppausta.

LÄHTEET JA LINKIT



STEROIDIDOPING

(nandroloni, metandienoni, testosteroni johdoksineen, kasvuhormoni)

Käyttötapa	Syödään ja pistetään lihakseen.
Aineen vaikutus käyttäjään	Vaikutukset androgeenisia eli miehistäviä ja anabolisia eli lihaksia kasvattavia.
Riippuvuus	Aiheuttaa psyykkistä ja fyysistä riippuvuutta.
Vieroitusoireet	Miehillä testosteroni-tuotannon lama: masennus, vähentynyt seksuaalinen halukkuus. Unihäiriöt, väsymys, ruokahaluttomuus ja ärsytyneisyys.
Fyysiset haitat	Aiheuttaa aknea, uni- ja aineenvaihdintahäiriöitä ja laskee vastustuskykyä. Aiheuttaa sydän- ja verisuonitauteja, maksa- ja tukielinsairauksia. Nuorilla pituuskasvu pysähtyy. Miehillä uhkana kaljuuntuminen, hedelmättömyys, impotenssi ja eturauhassyöpä. Naisten uhkia äänen madaltuminen, kuukautiskierron häiriintyminen ja kohdun surkastuminen.
Sikiövaikutukset	Sikiöpämuodostumat ja kuolemat
Psyykkiset haitat	Aiheuttaa masennusta, ahdistusta, psykoottisuutta ja ylivilkkautta. Lisää aggressiivisuutta, mielialan vaihteluita ja euforiaa. Heikentää tiedollista suoritustasoa.
Sosiaaliset haitat	Aiheuttaa ongelmia ihmissuhteissa, väkivaltaisuutta, taloudellisia ongelmia ja rikollisuutta.
Yliannostus	Aiheuttaa sydäninfarkteja ja äkkikuolemia.
Yhteisvaikutukset	
Yleisyys	Yli 10 000 käyttäjää. Käyttö yleisintä kuntosaliharrastajien ja voimailijoiden keskuudessa.

LÄHTEET JA LINKIT



MUUNTOHUUMEET

synteettinen kannabis tai amfetamiinin kaltainen

Käyttötapa	Vaihtelee käytetyn aineen mukaan – monia muuntohuumeita otetaan tabletteina, synteettistä kannabista (”Spice”, ”jehova”) poltetaan ja joidenkin muuntohuumeiden käyttö voi olla suonensisäistä.
Aineen vaikutus käyttäjään	Eri muuntohuumeilla voi olla hyvin erilaisia vaikutuksia, esim. hallusinoivia, piristäviä, elintoimintoja lamaavia.
Riippuvuus	Muuntohuumeiden aiheuttamista riippuvuuksista ei ole saatavilla tarpeeksi luotettavaa tietoa
Vieroitusoireet	Tarkkaa tietoa ei saatavilla
Fyysiset haitat	Muuntohuumeiden vahvuudesta, vaikutuksista/haittavaikutuksista tai niiden käyttöön liittyvistä riskeistä ei välttämättä ole olemassa luotettavaa tietoa. Haittavaikutuksia saattaa tulla jo yhdestä käyttökerrasta. Mikäli aine on johdannainen jo tunnetusta yhdisteestä, voidaan varovasti olettaa sillä olevan samankaltaisia vaikutuksia kuin alkuperäisellä yhdisteellä – myös haittavaikutusten osalta.
Sikiövaikutukset	Ei tietoa
Psyykkiset haitat	Riippuu käytetystä aineesta
Sosiaaliset haitat	
Yliannostus	Koska aineiden vaikutukset tunnetaan huonosti, yliannostusvaara on usein suuri, varsinkin suonensisäisessä käytössä. Kuolemantapauksia on raportoitu.
Yhteisvaikutukset	Aineiden yhteisvaikutukset muiden päihteiden ja esimerkiksi lääkkeiden kanssa tunnetaan huonosti.
Yleisyys	Uusia muuntohuumeita ilmestyy markkinoille jatkuvasti. Koska uudet yhdisteet eivät kuulu huume-lainsäädännön pariin, niiden avulla pystytään kiertämään lakia. Monet muuntohuumeet ovat ostettavissa netistä.

