



## Miksi alkoholia juodaan?

Alkoholia juodaan Suomessa ja muualla usein silloin, kun kaveriporukat kokoontuvat. Alkoholi rentouttaa ja antaa rohkeutta lähestyä kiinnostavaa henkilöä. Alkoholi antaa vahvan tunteen, että ollaan kaikki yhtä suurta ryhmää. Kynnys sanoa ja tehdä asioita madaltuu. Tunteet voimistuvat: pieni huoli muuttuu itkuksi ja ihastuminen suureksi rakkaudeksi. Alkoholia ei turhaan sanota ”sielun pakkasnesteksi” – se saattaa sulattaa jään monessa mielessä. Alkoholi nostaa myös mielialaa ja esimerkiksi hetkellinen surullisuus tai alakulo helpottaa. Juominen on tapa olla ja kokea asioita yhdessä. ”Kännijutut” – eli edellisen illan kokemusten kertaus, vahvistavat samalla tavalla kaveripiiriin kuulumisen tunnetta ja me-henkeä.

Kun jollain tuotteella on näin monta hyvää ominaisuutta, ei tarvitse enää miettiä miksi sitä ylipäätään käytetään.

## **Miksi se sitten on kiellettyä alle 18-vuotiailta?**

Alkoholi on Suomessa työkäisten ihmisten yleisin kuolinsyy ja siksi se on myös yksi suurimmista ongelmista Suomessa. Alkoholi, samoin kuin lääkkeet, pelit tai huumeet, aiheuttaa alaikäisillä *viisi kertaa* todennäköisemmin riippuvuutta kuin aikuisilla. Alkoholin alaikäisiltä kieltävän lain tarkoituksena on antaa kaikille mahdollisuus onnelliseen ja tasapainoiseen lapsuuteen ja nuoruuteen. Nuorisossa raittiiden ja kohtuukäyttäjien osuus onkin koko ajan lisääntynyt.

## **Mitä haittaa juomisesta on nuorille ja mitä ei?**

Toisin kuin joskus luullaan, nuoren sisäelimet kestävät alkoholia suhteellisen hyvin. Erilaisia keskushermostoperäisiä haittoja, kuten vaikutuksia aivoihin, liikajuomisesta aiheutuu nuorille kuitenkin aikuisia herkemmin. Keskushermoston kärsimisestä johtuvat esimerkiksi väsymys ja masennus. Muita juomisesta aiheutuvia haittoja ja riskejä nuorille ovat ihmissuhdeongelmat, onnettomuudet ja rikosten, esimerkiksi seksuaalisen hyväksikäytön, kohteeksi joutuminen.

Alkoholi aineena myös masentaa ja väsyttää vielä noin kolme vuorokautta runsaan juomisen jälkeen ja pidempäänkin, mikäli juominen jatkuu. Tämä saattaa vaikeuttaa koulussakäyntiä ja heikentää elämänlaatua. Ongelmat ihmissuhteissa voivat johtua omasta, mutta myös jonkun läheisen juomisesta. Nuoren vastuulla ei koskaan ole hoitaa aikuisten ongelmia.

## **Miksi alaikäisen kannattaa olla juomatta?**

Omaan ja muiden ihmisten alkoholinkäyttöön puuttuminen ei ole ensisijaisesti alaikäisen nuoren oma tehtävä, vaan vanhemmilla ja muilla aikuisilla on aina vastuu. Alaikäisenä alkoholista kieltäytymisellä on montakin hyvää seurausta: koulu sujuu paremmin, masentumisriski pienenee ja sosiaaliset

suhteet pysyvät paremmin kunnossa. Vaikka asia saattaa tuntua kaukaiselta nyt, juomattomuudella ja kohtuujuomisella voi estää kaikkein tehokkaimmin alkoholin aikuisiällä mahdollisesti aiheuttamia riskejä.

Alkoholi aiheuttaa haittoja usein myös perhe- ja kaverisuhteisiin. Voit testata onko sinulle haittaa alkoholinkäytöstä omissa ystävyys- ja perhesuhteissasi tällä [testillä](#).

### **Anni Selin**

kohtaavan työn asiantuntija, Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry

### **Lähteet**

Maunu, A. (2012): Ryyppäämällä ryhmäksi. EHYT ry.

Fröjd, S., Kaltiala-Heino, R., Ranta, K., von der Pahlen, V. & Marttunen, M. (2009): Nuorten ahdistuneisuus ja päihteiden käyttö.

Kemppinen, J. (2004): Nuoren aivot ja addiktiomuisti.

Lönnqvist, J. (2001): Nuoret ja huumeet: Yksi ei kokeilekaan, toinen jää koukuun.

Marklund, U. (1990): Att upptäcka sitt barn.

Pitkänen, T., Lyyra, A-L. & Pulkkinen, L. (2005): Age of onset of drinking and the use of alcohol in adulthood: A follow-up study from age 8–42 for females and males.

---

**Source URL:** <https://nuortenlinkki.fi/tietopiste/tietoartikkelit/alkoholi/miksi-alkoholia-juodaan>