

PÄIHTEET TYÖELÄMÄSSÄ

JYRKI LAUSVAARA

PÄIHDESOSIAALITYÖNTEKIJÄ, KOULUTTAJA

- Työterveyshuollon pätevyys
- Laillistettu sosiaalityöntekijä

jyrki@lausvaara.fi



CV

- Pitkä kokemus päihdekuntoutuksesta, asiakas- ja verkostotyöstä
- Yli 10 vuotta Kalliolan kuntoutusklinikan johtajana
- Konsulttina ja kouluttajana lukuisissa yrityksissä
- Tiivis yhteistyö työterveyshuollon kanssa
- 2016 YT:n myötä potkut...

Ammatinharjoittaja (Aava, Pihlajalinna, Terveystalo)

- ASIAKASVASTAANOTTO: päihdeasiakkaat, läheiset
- TYÖPAIKKAYHTEISTYÖ: havahdutuskoulutusta, päihdeohjelmien päivitystä

Oma ura –palkinto 2019 ”uraa uurtavasta sosiaalityöstä työterveyshuollossa”

”Finnairin lentokapteeni puhalsi 1,5 promillea Helsinki – Vantaalla” HS 16.8.2018

1. Mediasuhteista vastaava johtaja **Päivyt Tallqvist**:
”Harvinainen tapaus osoittaa kuitenkin yhtiön turvallisuusprosessien toimivan –Tämä henkilö ei päässyt lennolle”.
2. *”Jos ihminen kokee, että hänellä on mahdollisesti ongelma, hän voi hakeutua keskusteluun päihdeterapeutin kanssa ilman, että yhtiö tai työterveys saa tietää, kuka siellä on käynyt”, Tallqvist sanoo.*



Miksi meille päihdekoulutusta ?

- Turvataan häiriötön toimintaympäristö
- Turvallisuus
 - tietoturva
 - työturvallisuus
 - asiakasturvallisuus
- Edustajamme maailmalla
 - julkisuuskuva
 - palveluammatti
- Työn erityisluonne -pidetään kiinni osaavista henkilöistä

Faktoja alkoholin käytöstä Suomessa



- Keskiolut vapautettiin 1969, siitä alkaen alkoholin käyttö on arkipäiväistynyt.

- 1990-luvulta lähtien työelämässä ovat lisääntyneet huumeiden käyttö sekä alkoholin ja lääkkeiden sekakäyttö.

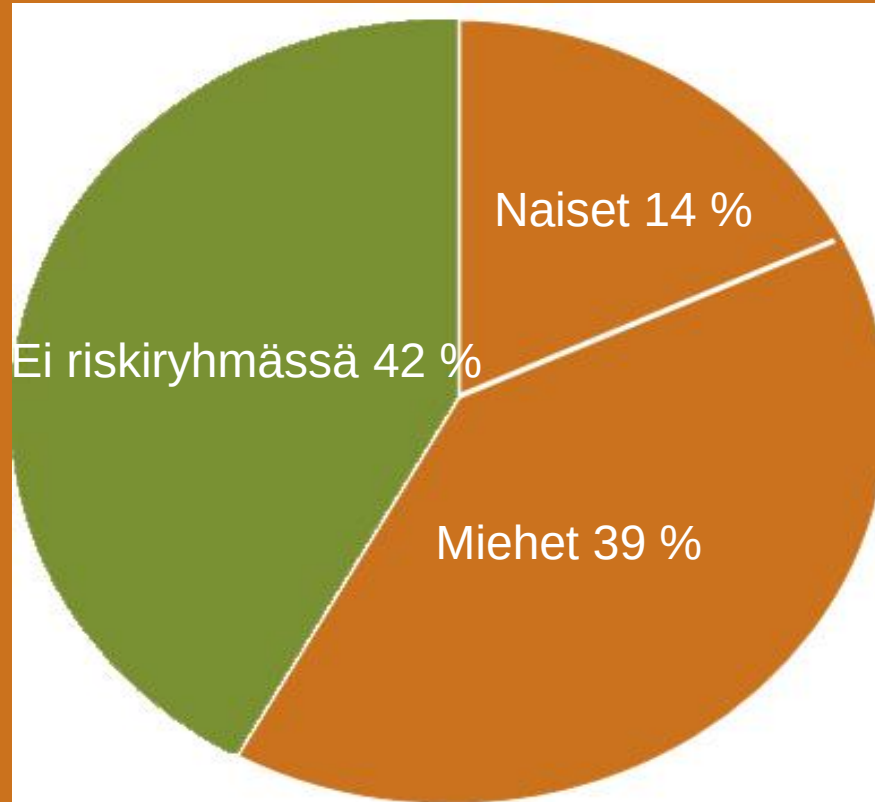
- Työikäiset juovat suurimman osan Suomessa kulutetusta alkoholista. Valtaosa käytetystä alkoholista on keskiolutta.

Alkoholin riskikulutuksen (suurkulutuksen) rajat / viikko

RISIKIKULUTUS, alaraja	MIEHET	NAISET
Puhdasta alkoholia	280g/vko (=350ml)	190g/vko (=240ml)
Keskiolutta	25 tölkkiä	16 tölkkiä
Mietoa viiniä	3 1/2 pulloa	2 1/2 pulloa
Kirkasta viinaa	1 3/4 pulloa	1 1/5 pulloa

(THL)

Alkoholin käytön perusteella riskiryhmään kuuluvat työssäkäyvät miehet ja naiset



Noin 10% työpaikkojen henkilöstöstä on päihdeongelmaisia

PÄIHDEKÄYTÖN SEURAUKSET TYÖELÄMÄSSÄ

ALKOHOLIN RISKIKÄYTÖN SEURAUKSET TYÖELÄMÄSSÄ

Työnjohdon energian haaskaus

Virheet
Valitukset
Tietoturva
Sijaisuudet
Työmoraali
Ihmissuhteet

Tapaturma- ja sairauskulut

Sairauspäivät
Onnettomuudet
Varhaiseläke
Työkyvyttömyys

Poissaolot ja työvoiman menetys

Humala
Krapula
Rokulipäivät
Myöhästymiset
Ajatukset päihteissä
Välinpitämättömyys
Alakulo

Lääkkeiden väärinkäyttö

- Lääkkeitä toistuvasti väärinkäyttäviä 7% työikäisistä
- Päihteenä käytettävistä lääkkeistä yleisimpiä bentsodiatsepiinit, esim. Diapam
- - 15% työelämässä olevista käyttänyt reseptilääkkeitä työssä jaksamiseksi

EHYT/Hytti 2017

Kannabis / pilvi

- Yleistyy ja on tullut jäädäkseen.
- Käytetään yleisimmin irtotupakkaan sekoitettuna.
- Vaikutuksia ovat mielihyvän tunne, innovatiivisuuden ja ajattelukyvyn lisääntyminen, ruokahalun lisääntyminen, lisääntynyt passiivisuus, rentoutuneisuus.
- Haittoja: ahdistus- ja paniikkikohtauksia, masentuneisuutta tai sekavuustiloja, heikentää tasapainoa, reaktioaikaa, muistia, tarkkaavaisuutta ja arvostelukykä. Vaikuttaa kielteisesti esimerkiksi ajokykyyn.

Muut huumeet: piristeiden valtakunta

- Amfetamiini ja sen johdannaiset: Suomessa perinteisiä ja kasvussa: koko väestöstä kokeilleita 2%, nuorista aikuisista 7%
- Ekstaasi myös kasvussa
- Muuntohuumeiden yleistyminen
- Nettikauppa!!



EHYT/Hytti



”Nuorten asenne huumeisiin lievenee” HS 31.1.2018

Nuorista aikuisista puolet on kokeillut kannabista. THL 25.2.2019

Muun muassa metamfetamiinin käyttö on kasvanut räjähdysmäisesti suuremmissa kaupungeissa. Tämän vahvistaa myös kaupungeissa tehdyt jätevesitutkimukset. THL 2020

Asenteiden lieventyminen yhdistettynä huumeiden hankkimisen helpottumiseen saattavat poliisin mukaan lisätä vakavia päihdeongelmia ja oheisrikollisuutta. Poliisin kirjaamien huumausainerikosten määrä vuonna 2016 kasvoi yli kahdeksan prosenttia. Rikostilastot 2017

RAHAPELIT

- Riskialtista rahapelaamista 15 % suomalaisista aikuisista, rahapeliongelmistä kärsiviä 3 %
- Riskialoina
 - vuorotyö
 - kuljetusala
 - paljon työtehtävissä matkustavat
 - rahapeliä parissa työskentelevät tai työtehtävät, joissa toimitaan samassa tilassa rahapeliä kanssa
- Suurin osa haitallisesti pelaavista on työikäisiä.

RIIPPUVUUS

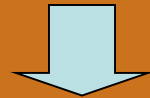
Mielihyvä



Toistamishalu



Toistamispakko,
kontrollin menetys

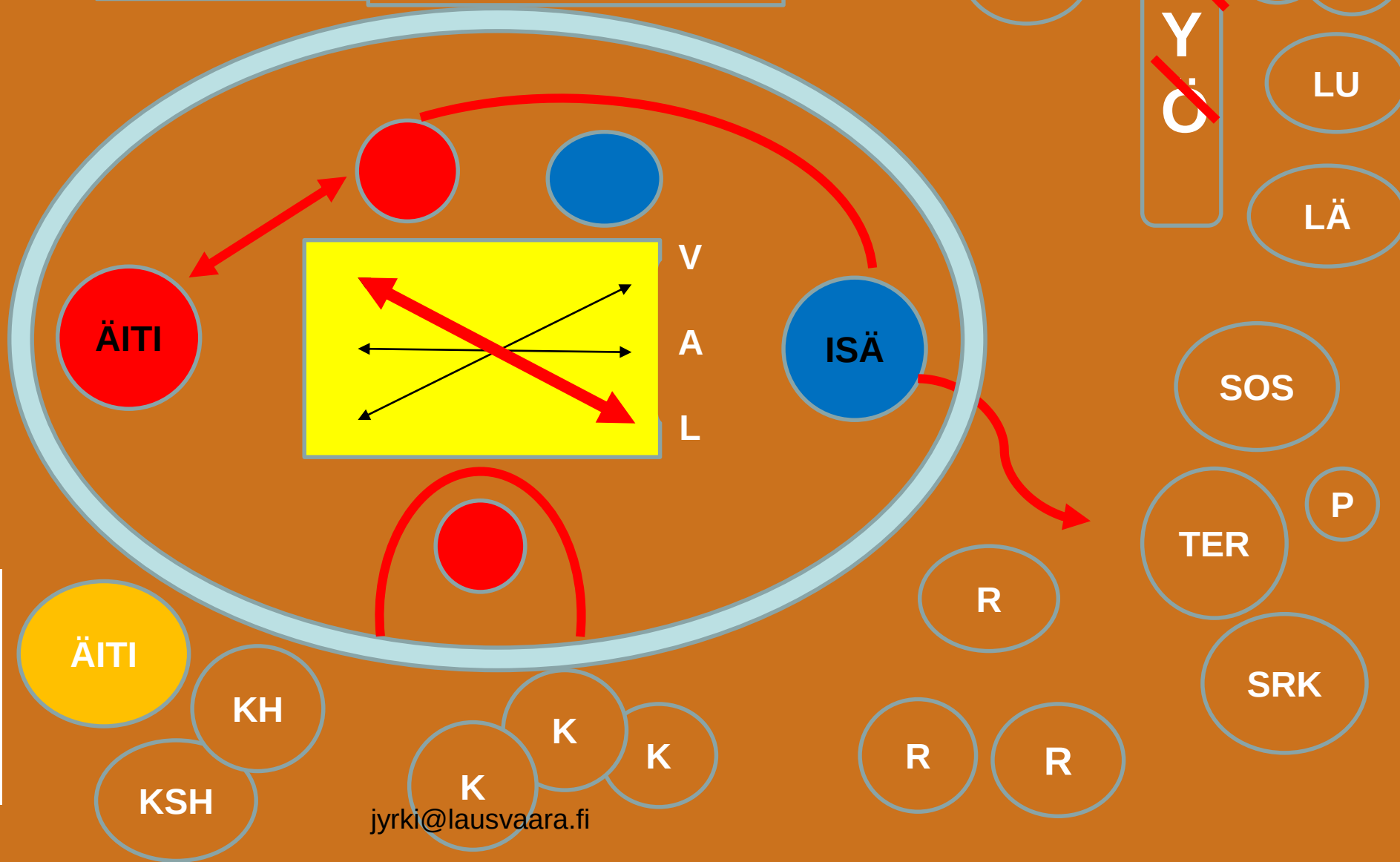


Addiktio

ALKO HOLISMI

KIELTO

SOPEUTUMINEN



jyrki@lausvaara.fi

PÄIHDERIIPPUUUS

1. Väliintulo päihdeongelmiin tapahtuu varsin myöhään.
2. Ongelmat ilmenevät ensin perheessä, vasta sitten työpaikalla
3. Työpaikalla ensimmäisenä ongelman tunnistavat lähimmät työkaverit, vasta paljon myöhemmin esimies ja viimeisenä työterveys.

PÄIHTEET PUHEEKSI

jyrki@lausvaara.fi

Varhainen välittäminen

**”Kymmenen vuoden rankan dokaamisen jälkeen
asia otetaan varovasti esille”**

”Mitä kauheeta on pitänyt tapahtua?”

- Brysselin matkalla ”tohtori” haukkui humalassa esimiehen ja oli aamun tärkeässä neuvottelussa edelleen humalassa.
- Merimies sai deliriumin kesken työvuoron.
- Turvallisuusasiantuntija toistuvasti humalassa töissä. Esimies totesi: ”kuin -80 luvulla”.
- Lentomekaanikko 0,45 promillen humalassa. Lopputili, mikäli olisi ehtinyt omalle työpisteelle.
- Juopunut tarjoilija kähmii asiakasta muistotilaisuudessa ja kysyy ”onks ollut hauskat bileet”?

KORONA / ETÄTYÖ

- Etäkokouksen osallistujat olivat kummeksuneet, kun henkilö oli hihitellyt itsekseen.
- Asiakaspalaute: ”etätuki oli humalassa”. Ensin työntekijä kiisti, mutta tallenteen kuultuaan myönsi.
- Henkilö oli liittynyt etäkokoukseen myöhässä eikä ollut vastannut kysymyksiin. Pomo oli soittanut useasti hänen kännykkäänsä, viimein ravintolan tarjoilija oli vastannut ja kertonut asiakkaan nukahtaneen ravintolan terassille.
- Erään suuren yrityksen liiketoimintajohtaja oli toiminut puheenjohtajana kahden päivän seminaarissa. Päivä oli ollut raskas ja aiheet tylsiä, joten illalla hän oli hieman ”rentoutunut”. Aamulla oli pienehkö kohmelo, mutta pari korjaavaa helpotti tilannetta. Lounastauko antoi puhtia, ehkä liikaakin, koska hyvin pian toimitusjohtaja oli ottanut puheenjohtajuuden häneltä pois.

Puheeksiotto työpaikalla, esimiehen tehtävä

Havahtuminen

Kirjaa faktat näkemästäsi muutoksesta

Varaa rauhallinen aika ja paikka

Keskity työkäyttäytymisessä tapahtuneisiin muutoksiin

Vältä diagnosointia, se on ammattilaisen tehtävä

DE LEON, TOIPUMISEN VAIHEET

- **1: Kieltäminen.**

"Päihde ei ole minulle ongelma".

- **2. Epäröinti.**

"Ehkä jotain ongelmaa on, koska... lääkäri / esimies / puoliso on ottanut puheeksi"

- **3. Motivaatio (ulkoinen).**

"Juon koska...." Henkilö tunnistaa ongelman, mutta löytää sille syitä ulkopuoleltaan.

PÄIHDESOSIAALITYÖNTEKIJÄN VASTAANOTTO

- **4. Motivaatio (sisäinen).**

"Tunnustan ongelman. Haluan tehdä sille jotain".

- **5. Valmius muutokseen.**

"Lopetan!". Haluaa jo lopettaa, mutta vain omin ehdoin. (tavoitteena kohtuukäyttö)

- **6. Valmius hoitoon.**

- **7. Irrottautuminen.**

- **8. Raittius.**

- **9. Vakiintuminen.**

- **10. Sisäistäminen ja identiteetin muutos.**

TOIPUMINEN, ELÄMÄNTAPAMUUTOS

”Toipuminen on helppoa, ei tarvitse muuttaa kuin kaikki”

Matti, raittiina 35 v

Kotitehtävä

- Mieti itsekseen omaa alkoholinkäyttöäsi. Huolestuttaako siinä jokin asia?
- Varaa 15 min aikaa ja mieti yksitellen työporukiasi työkäyttäytyminen, olemus, työkunto...
 - Oireileeko joku jotenkin?
 - Onko hän jotenkin muuttunut?
 - Keskustele työterveyshuollon kanssa ja sovi etenemisestä.

Alkoholismi – ongelmajuominen

