

## WHO:n koululaistutkimus osoittaa:

# Suomalaisnuoret laiskoja pesemään hampaitaan

Suomalaisnuoret ovat keskimääräistä terveempiä. Kannabiksen kokeilu ja käyttö on meillä kansainvälisesti verrattuna vähäistä. Tupakoinnissa, hedelmien syönnissä ja kondomin käytössä suomalaisnuoret sijoittuvat huonosti. Myös ylipaino on suomalaisnuorilla keskimääräistä yleisempää. Hampaitaan suomalaisnuoret harjaavat keskimääräistä harvemmin.

WHO-Koululaistutkimuksen uusimmat tutkimustulokset nuorten koetusta terveydestä, terveystottumuksista ja niihin vaikuttavista tekijöistä 35 Euroopan ja Pohjois-Amerikan maassa sekä Israelissa on julkaistu WHO:n julkaisemassa raportissa "Young people's health in context". Tutkimusaineisto kerättiin luokakäytöksenä vuonna 2002 ja siihen vastasivat 11-, 13- ja 15-vuotiaat koululaiset, yhteensä noin 162 000 oppilasta. Suomesta tutkimukseen osallistui noin 5 400 oppilasta. Kansainvälinen vertailututkimus toteutetaan joka neljäs vuosi. WHO-Koululaistutkimuksen Suomen tutkijaryhmä toimii Jyväskylän yliopiston Terveystieteiden tutkimuskeskuksessa. Se on saanut rahoitusta mm. Suomen Akatemialta sekä sosiaali- ja terveysministeriöltä. Suomen osaprojektia johtaa terveyskasvatuksen professori Lasse Kannas.

"Toivomme tulosten virittävän terveyspoliittista keskustelua, kasvatuspohdintaa ja nuorten elinolojen ja kasvuympäristöjen laadun arviointia. On kuitenkin muistettava, että nyt kuvatuissa indikaattoreissa ilmenevät erot eri maiden välillä eivät anna vielä kokonaiskuvaa nuorten kulttuurien välisestä terveyseroista", toteaa professori Kannas.

**Suomen nuoret kokevat terveytensä keskimääräistä hieman paremmaksi**

Kaikissa tutkimukseen osallistuneissa maissa valtaosa nuorista arvioi oman terveytensä hyväksi tai erinomaiseksi. Korkeintaan kohtalaiseksi tai huonoksi terveytensä koki kaikkien maiden 15-vuotiaista pojista 16 prosenttia ja tytöistä 27 prosenttia. Suomessa vastaavat osuudet olivat 12 prosenttia ja 16 prosenttia. Suomi kuului niiden maiden joukkoon, joissa oli vähiten huonoksi terveytensä kokevia. Yleisimmin 15-vuotiaat arvioivat terveytensä korkeintaan kohtalaiseksi tai huonoksi eräissä Itä-Euroopan maissa kuten Ukrainassa Venäjällä, Liettuassa ja Latviassa. Näihin maihin verrattuna naapurimaassamme Virossa nuoret kokivat terveytensä paremmaksi. Kaikissa maissa tytöt kokivat terveytensä yleisemmin kohtalaiseksi tai huonoksi kuin pojat.

**Suomessa ylipainoisuus keskimääräistä yleisempää**

35 maan 15-vuotiaista pojista 15 prosenttia oli ylipainoisia ja tytöistä kahdeksan prosenttia. Kaikissa maissa ylipainoisten osuus poikien keskuudessa oli suurempi kuin tyttöjen. Suomessa osuudet olivat hieman kaikkien maiden keskiarvoa suuremmat, pojilla 17 prosenttia ja tytöillä yhdeksän prosenttia. Eniten ylipainoisia oli Yhdysvalloissa ja Kanadassa ja Euroopan maista Walesissa ja Maltalla. Vähiten ylipainoisia oli Itä-Euroopan maissa, Venäjällä, Ukrainassa ja Baltian maissa. Maaryhmien erot olivat huomattavat.

**Aamiaisen syönti hiipuu murrosiän myötä**

Suomalaiset 13–15-vuotiaat sijoittuvat keskivaiheille kansainvälisessä vertailus-

sa säännöllisessä aamiaisen syömisessä. 11-vuotiaat koululaistemme sijoittuivat vertailussa kärkikolmannekseen, mutta koulutyölle tärkeän aamuisten energian suosio hiipuu murrosiässä etenkin tyttöillä. 11-vuotiaista suomalaisista tytöistä ja pojista söi aamuaterian jokaisena viitenä kouluamuna kolme neljästä. Vain joka toinen 15-vuotiaista tytöistä nautti yhtä säännöllisesti aamiaisen, mutta samanikäisistä pojista näin teki edelleen 70 prosenttia.

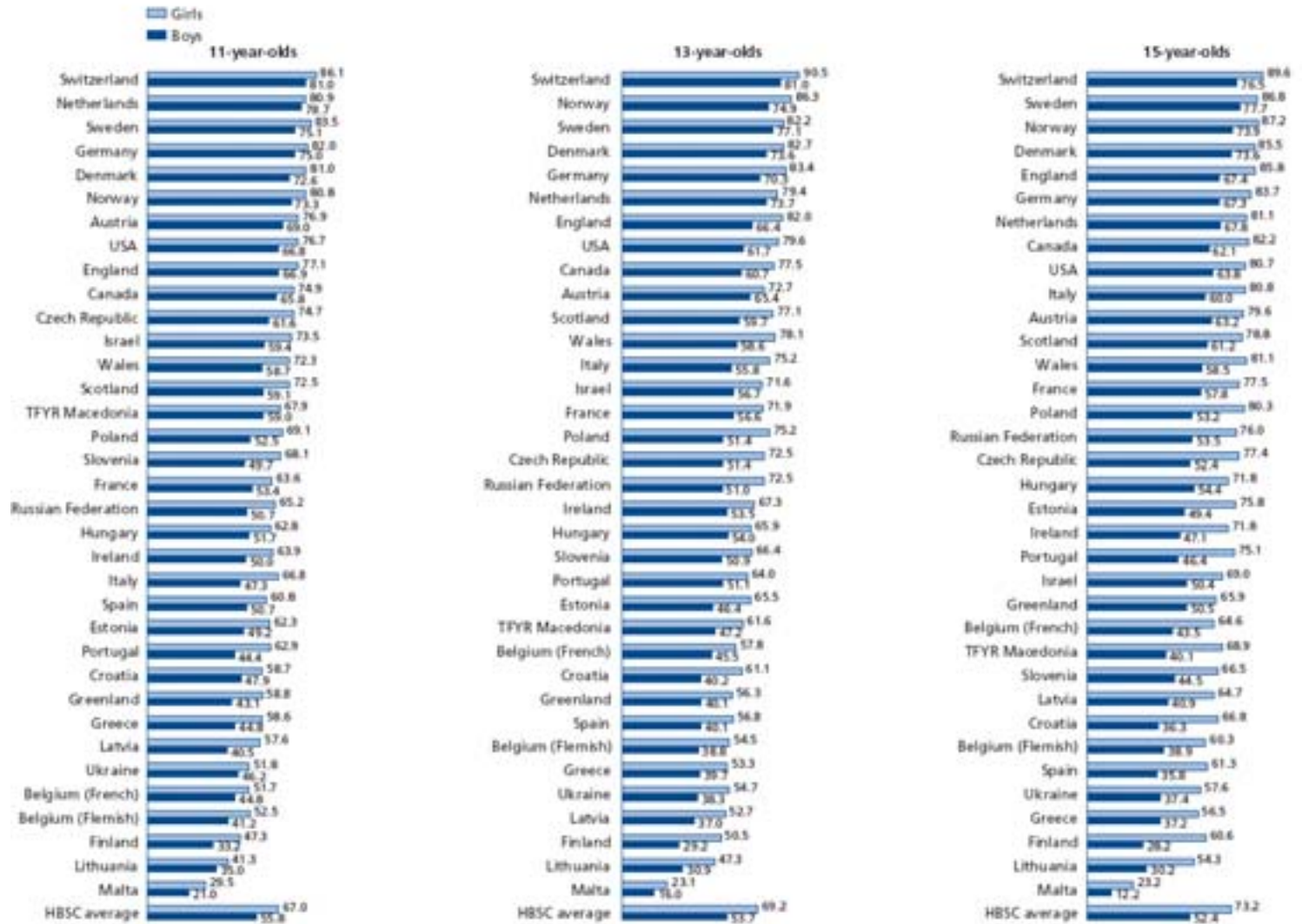
**Suomalaisnuorten hedelmien syönti huolestuttavan vähäistä**

Suomalaiset nuoret söivät huomattavasti harvemmin hedelmiä kuin tutkimusmaiden nuoret yleensä. Ainoastaan Grönlannissa, Virossa, Liettuassa, Walesissa ja Ukrainassa päivittäin hedelmiä syövien osuudet olivat pienempiä kuin Suomessa. Noin joka neljäs 15-vuotiaista tytöistä Suomessa ilmoitti syövänsä hedelmiä päivittäin ja pojista vain 13 prosenttia. Ruotsalaiset ja suomalaiset tytöt söivät hedelmiä päivittäin suunnilleen yhtä yleisesti, mutta Ruotsissa myös pojista noin joka viides söi hedelmiä päivittäin. Vaihtelu maiden välillä oli suurta, sillä esimerkiksi Israelissa joka toinen koululainen nautti hedelmistä päivittäin. Lähes kaikissa maissa tytöt söivät säännöllisesti hedelmiä yleisemmin kuin pojat.

**15-vuotiaat suomalaisnuoret tupakovat neljänneksi eniten**

Jo 1980-luvun lopulla WHO-Koululaistutkimus osoitti, että suomalaiset nuoret tupakoivat yleisemmin kuin useimmissa muissa maissa. Kansainvälisessä vertailussa tilanne ei ole juurikaan muuttunut kuluneen 15 vuoden aikana. 15-vuotiaiden päivittäin tupakoivien osuus vuonna 2002 oli neljänneksi suurin 35 maan vertailussa. Pojista 22 prosenttia ja tytöistä 23 prosenttia ilmoitti tupakoivansa päivittäin. Huimimmat tupakoivien osuudet olivat Grönlannissa,

Nuoret, jotka harjaavat hampaansa useammin kuin kerran päivässä (%)



missä peräti 53 prosenttia 15-vuotiaista tupakoi päivittäin. “Grönlantilaiset nuoret pitävät todennäköisesti tupakoinnin suhteen kyseenalaista maailmanennätystä hallussaan”, arvioi Kannas.

Useissa läntisen Euroopan maissa tyttöjen tupakointi on yhtä yleistä kuin pojilla tai jopa yleisempää. Sen sijaan esimerkiksi Baltian maissa Virossa, Latviassa ja Liettuaassa tyttöjen tupakointi on selvästi vähäisempää kuin poikien. Huomionarvoista on myös se, että Baltian maissa nuorten tupakointi on voimakkaasti lisääntynyt maiden itsenäistymisen jälkeen länsimaisen elämäntyylin yleistessä.

Kannabiskokeiluja vähän Suomessa

Kannabista kokeilleiden ja käyttäneiden 15-vuotiaiden osuuksissa on varsin suuria maitten välisiä eroja osuuksien vaihdellussa kolmesta prosentista 46 prosenttiin. Kyselyä edeltäneen 12 kuukauden aikana kannabista kokeilleita tai käyttäneitä oli eniten Kanadassa, Sveitsissä ja

Englannissa, joissa osuudet olivat lähes 40 prosenttia. Huojentava tulos Suomen osalta oli, että 15-vuotiaista tytöistä ja pojista vain seitsemän prosenttia ilmoitti kokeilleensa tai käyttäneensä kannabista tutkimusta edeltäneen vuoden aikana. Suomen osuudet olivat seitsemänneksi pienimmät 35 maan vertailussa.

Hampaiden harjaus useammin kuin kerran päivässä yleistyi iän myötä

Suun terveyteen liittyen WHO-Koululaistutkimuksessa kysytään nuorilta, kuinka usein he pesevät hampaansa. Raportista ilmenee, että suomalaisnuoret ovat tutkittujen 35 maan nuorista kolmanneksi laiskimpia harjaamaan hampaitaan. 11-vuotiaista suomalaisista tytöistä 47,3 % harjaa hampaansa useammin kuin kerran päivässä, pojista vain 33,2 %. 15-vuotiailla luvut ovat 60,6 ja 28,2. Ahkerimpia harjaajia olivat sveitsiläiset, alankomaalaiset, ruotsalaiset ja norjalaiset koululaiset. Hampaiden har-

jaus useammin kuin kerran päivässä yleisty iän myötä. Keskiarvona 35 maan 11-vuotiailla tytöillä oli 67 % ja pojilla 55,8, vastaavasti 15-vuotiailla 73,2 ja 52,4. Kaikissa maissa tytöt ilmoittivat harjaavansa hampaitaan ahkerammin kuin pojat.

Lähde: Currie, C., Roberts, C., Morgan, A., Smith, R., Setterbulte, W., Samdal, O., Barnekow Rasmussen, V. (2004) Young people’s health in context. Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) study: international report from the 2001/2002 survey. WHO Europe. Health Policy for Children and Adolescents, No 4.

Raportti PDF-tiedostona osoitteessa [http://www.euro.who.int/eprise/main/WHO/InformationSources/Publications/Catalogue/20040601\\_1](http://www.euro.who.int/eprise/main/WHO/InformationSources/Publications/Catalogue/20040601_1) Suun terveys löytyy sivuilta 130–132.