

# Käyttää sähkösavukkeita päivittäin



## Lasten sähkötupakan käyttö on yleistynyt räjähdysmäisesti, ja ilmiö on osin lain ulottumattomissa

Nuoret tuntevat uskovan, että vape ei ole terveydelle haitallista, sanovat asiantuntijat. Kouluissa kokeiluja on raportoitu jopa alle 12-vuotiailla.



Uudenlaiset sähkösavukelaitteet voivat näyttää vaikka korostuskyniltä tai leluilta. KUVA: BRITTLÄINEN LÄÄKETIETEEN AIKAKAUSLEHTI BMJ SEKÄ VALMISTAJAT

**Katri Kallionpää HS**

15.4. 14:48 | Päivitetty 17.4. 12:49

**KIELLETTYJÄ** mutta cooleja, perustelevat suomalaisnuoret sähkösavukkeiden eli vapen käyttöään tuoreessa pohjoismaisessa tutkimuksessa.

*”Sähkösavukkeet olivat cool ihan vain siksi, että niiden käyttö oli kiellettyä siinä iässä.”*

*”Kun kokeilin vapea ensimmäistä kertaa, kaverini vapessa ei ollut nikotiinia, joten ajattelin, että eihän tästä voi olla mitään haittaa.”*

*”Sähkösavukkeet tuntuvat jotenkin terveellisemmiltä kuin muut tuotteet, kuten tupakka tai nuuska. Jo niiden haju synnyttää tunteen, että tämä ei voi olla sulle hyväksi. Mutta jos sulla on vape, joka tuoksuu vesimelonilta tai limeltä, sä ajattelet, että eihän tää voi olla paha.”*











# Miten ottaa vapettaminen puheeksi kotona ja koulussa?

- Ole aina valmis keskustelemaan lapsen kanssa vapettamisesta ja muista päihteistä
- Keskustelkaa ja sopikaa rajoista
- Rajojen noudattaminen on ensisijaisen tärkeää
- Älä missään tilanteessa osta tai tarjoa alaikäiselle tupakka- ja nikotiinituotteita tai mitään muitakaan päihteitä
- Ole valmis pohtimaan myös omaa suhtautumistasi päihteisiin ja niiden käyttöön liittyen
- Etsikää yhdessä luotettavaa ja neutraalia tietoa vapettamisesta ja muista päihteistä keskustelun tueksi
- Esimerkiksi EHYT ry:n verkkosivut [ehyt.fi](http://ehyt.fi) on hyvä paikka saada aiheesta luotettavaa tietoa
- Oppikaa yhdessä lisää!

