

Päivämäärä  
3.9.2018

## **Diakonia-ammattikorkeakoulun opiskelijoiden päihdeohjelma**

Hyväksytty Diakonia-ammattikorkeakoulun hallituksessa 10.6.2016

### **1. JOHDANTO**

Diakonia-ammattikorkeakoulu sitoutuu päihteiden käytön ennaltaehkäisemiseen ja puuttuu varhaisessa vaiheessa päihdeongelmiin. Ammattikorkeakoululain (932/2014) 36 §:n mukaan ammattikorkeakoululla on oltava toimintaohje opiskelijoiden päihteiden käytön ehkäisemiseksi ja päihdeongelmiin puuttumiseksi. Päihdeohjelma on laadittu yhteistyössä Diakonia-ammattikorkeakoulun opiskeluhuvinvointiryhmän toimijoiden kanssa.

Tässä toimintaohjeessa päihteillä tarkoitetaan alkoholin, huumeiden tai lääkkeiden väärinkäyttöä, joka vaikuttaa heikentävästi opiskelijan kykyyn opiskella tai vaarantaa henkilön oman tai oppimisympäristön turvallisuuden.

Päihteiden käyttö voi johtua monista eri syistä. Niillä voidaan etsiä esimerkiksi helpotusta opiskelustressiin ja jännitykseen. Päihteiden käytöllä on vaikutusta opiskelusta ja työstä suoriutumiseen sekä jaksamiseen. Tapa käyttää päihteitä nuorena aikuisena jatkuu usein samankaltaisena myöhemminkin elämässä ja siksi omaa suhdettaan päihteisiin on hyvä tarkastella ja pohtia jo opiskelu- ja ammattiuran alussa.

Diakonia-ammattikorkeakoulun opiskelijoille suunnatun päihdeohjelman tavoitteena on tiedottaa päihteiden käyttöön liittyvistä haittavaikutuksista ja riskeistä, helpottaa opiskelijan päihdeongelmaan puuttumista sekä toimia päihdekysymyksiin liittyvänä sääntönä ja ohjeena.

## 2. SUHTAUTUMINEN PÄIHTEISIIN

Päihteetön opiskeluympäristö on osa opiskelijan hyvinvointia Diakonia-ammattikorkeakoulussa. Päihteiden käyttöön saattaa liittyä esim. negatiivisia kokemuksia opiskelijan lapsuuden ja nuoruuden ajalta ja nämä kokemukset saattavat aktivoitua päihde- ja mielenterveystyön opetuksessa. Negatiiviset kokemukset voivat kääntyä myös voimavaraksi. Tarvittaessa opiskelijoilla on mahdollisuus keskustella omien kokemustensa herättämistä tunteista esimerkiksi terveydenhoitajan ja kuraattorin tai opinto-ohjaajan kanssa.

Opetukseen osallistuminen päihteiden vaikutuksen alaisena, vieroitusoireissa tai krapulassa estää opiskelijan kyvyn keskittyä opetukseen ja vaarantaa pahimmassa tapauksessa sekä hänen itsensä että muiden turvallisuuden. Päihteiden käyttöä tai päihtyneenä esiintymistä ei sallita opiskelutilanteissa. Päihtynyt opiskelija poistetaan opiskelutilanteesta. Tilanne raportoidaan aina INCY-järjestelmään.

Jos on syytä epäillä, että opiskelija on huumausaineiden vaikutuksen alaisena opintoihin kuuluvissa käytännön tehtävissä tai harjoittelussa tai hänellä on huumeriippuvuus, ammattikorkeakoululain (932/2014) 36 §:n mukaan opiskelija voidaan velvoittaa huumeainetestaukseen ja siitä saadun todistuksen toimittamiseen ammattikorkeakoululle. Näistä asioista informoidaan opiskelijoita mm. opintojen alussa ja niistä keskustellaan lukuvuosittain harjoitteluun lähtiessä.

Mikäli edellytykset huumeainetestaukseen täyttyvät, päihtyneeksi epäilty opiskelija on aina testattava viivytyksettä. Asia etenee erillisen ohjeen mukaisesti.

### 2.1 Opiskeluhyvinvointiryhmä

Diakonia-ammattikorkeakoulun kaikilla kampuksilla on opiskeluhyvinvointiryhmä, jonka tarkoituksena on edistää opiskelijoiden hyvinvointia ja ennaltaehkäistä päihteiden käyttöön liittyviä ongelmia. Tiedot opiskeluhyvinvointiryhmien jäsenistä löytyvät kampusten turvaoppaista.

Opiskeluhyvinvointiryhmän henkilökuntaan kuuluvilta jäseniltä voi kysyä neuvoa päihteiden käyttöön liittyvissä epäilyissä ja tarpeen vaatiessa he tapaavat opiskelijan ja ohjaavat häntä hoitoon. Opiskeluhyvinvointiryhmässä on mukana opiskeluterveydenhuollon edustaja, joka vastaa hoitosopimuksen tekemisestä yhdessä opiskelijan kanssa. Opiskeluhyvinvointiryhmään kuuluvien terveydenhoitajan, kuraattoreiden sekä opinto-ohjaajien yhteystiedot löytyvät Diakin nettisivuilta.

### 2.2. Lukukausi-/lukuvuosivastaava

Diakonia-ammattikorkeakoulussa opiskelijoille on nimetty lukuvuosittain oma lukukausi-/lukuvuosivastaava. Lukukausi-/lukuvuosivastaava tukee opiskelijaa hänen

opintojensa aikana ja tapaa häntä mahdollisuuksien mukaan ryhmätapaamisien yhteydessä tai tarvittaessa yksin.

Lukukausi-/lukuvuosisivastaavan kanssa voi luottamuksellisesti käydä läpi myös päihteiden käyttöön liittyviä asioita. Mikäli lukukausi-/lukuvuosisivastaavalla herää huoli liiallisesta päihteiden käytöstä yksittäisen opiskelijan kohdalla, opettaja ottaa asian opiskelijan kanssa kahden kesken puheeksi ja ohjaa opiskelijan ottamaan yhteyttä opiskeluhuvinvointiryhmään. (Ks. kohta 4 Päihdeongelmaan puuttuminen ja puheeksiotto.)

### 2.3 Opiskelijatutortoiminta

Opiskelijakunta kouluttaa pidemmällä opinnoissaan olevista opiskelijoista opiskelijatutoreita. Opiskelijatutorit perehdyttävät uusia opiskelijoita ammattikorkeakouluopintoihin ja antavat vertaistukea. Näiden lisäksi opiskelijatutorit aktivoivat uusia opiskelijoita opiskelijajärjestötoimintaan mm. järjestämällä erilaisia tapahtumia ja juhlia.

Opiskelijatutorit vaikuttavat omalla käyttäytymisellään ja asenteillaan päihteiden käyttämisen kulttuuriin opiskelijatoiminnassa. Opiskelijatutoreiden on syytä olla tietoisia Diakonia-ammattikorkeakoulun päihteisiin liittyvistä säännöistä sekä hoitoon ohjaamisen mahdollisuudesta ja tarpeellisuudesta. Diakonia-ammattikorkeakoulu kannustaa päihteettömään opiskelijatoimintaan.

### 2.4 Opiskeluterveydenhuollon rooli

Diakonia-ammattikorkeakoulun opiskeluterveydenhuollon palvelut toteutetaan paikkakuntakohtaisesti. Ammattikorkeakoulujen opiskelijat ovat kunnallisen terveydenhuollon palvelujen piirissä. Joillakin kampuksilla opiskeluterveydenhoitaja tapaa suurimman osan aloittavista opiskelijoista terveystarkastuksen yhteydessä. Tavoitteena on, että opiskelijat täyttävät opintojen alkuvaiheessa terveystarkastuslomakkeen, jossa tiedustellaan myös päihteiden käyttöä (AUDIT). Opiskelijoilla on mahdollisuus oma-aloitteisesti ottaa yhteyttä opiskeluterveydenhoitajaan mm. uniongelmiin, stressiin, uupumukseen tai elämänkriiseihin koskevilla asioilla. Näitä asioita käsiteltäessä kartoitetaan myös opiskelijoiden päihteiden käyttöä.

Tietoa päihteiden käyttämisen vaikutuksesta saa mm. osoitteesta [www.paihde-linkki.fi](http://www.paihde-linkki.fi). Elämäntapaliitto on myös yhdessä YTHS:n kanssa tuottanut materiaalia korkeakouluopiskelijoille päihteiden terveysvaikutuksista. Tarkoituksena on lisätä tietoa päihteiden terveysvaikutuksista ja vaikuttaa opiskelijakulttuuriin, jotta päihteiden käytöstä tulisi hallitumpaa ja haitattomampaa. Tämä materiaali sopii myös ammattikorkeakouluopiskelijoille ja sitä löytyy osoitteesta [www.yths.fi](http://www.yths.fi). Myös Nyty ry:n sivustolla on tietoa päihteisiin ja riippuvuuksiin liittyvistä asioista. Tietoa löytyy osoitteesta [www.nyty.fi](http://www.nyty.fi).

### 3. MITEN TUNNISTAA PÄIHDEONGELMA?

Huoli opiskelijan päihdeongelmasta voi herätä henkilökunnan tai opiskelijakavereiden keskuudessa. Huoli on aina yhteinen ja jokainen Diakonia-ammattikorkeakoulussa opiskeleva tai työskentelevä on velvollinen puuttumaan tilanteeseen. Liiallista päihteidenkäyttöä voi liittyä alla kuvattuihin ulkoisesti havaittaviin merkkeihin. On kuitenkin hyvä muistaa, että taustalla voi olla muitakin syitä kuin päihteiden käyttö. Tällaisissa tilanteissa on hyvä ottaa asia puheeksi opiskelijan kanssa, jotta saadaan selville, millaista tukea hän mahdollisesti tarvitsisi.

- Ulkoiset merkit opiskelijan olemuksessa (esim. väsyneen oloinen, epäsiisti, tunnilla nukahteleva)
- Ei ota kontaktia opettajiin tai muihin, välttelevä
- Käyttäytyminen joinakin päivinä poikkeuksellisen hilpeää ja eloisaa, voi häiritä tuntia
- Muutokset opiskelijan käytöksessä (esim. aiemmin iloinen, nyt vakava ja hymytön, aggressiivinen)
- Tuoksahtaa alkoholille
- On toistuvasti tai lyhyitä aikoja pois
- Antaa epämääräisiä selityksiä käytökselleen
- Myöhästelee jatkuvasti varsinkin aamuisin
- Opintosuoritukset huononevat
- Ryhmätyöskentely ei suju (ns. vapaamatkustaminen)
- Outo käyttäytyminen

Opiskelijatoverit ovat usein niitä, jotka näkevät läheltä miten päihteiden käyttö vaikuttaa myös opinnoista suoriutumiseen.

### 4. PÄIHDEONGELMAAN PUUTTUMINEN JA PUHEEKSIOTTO

Päihdeongelmaan on tärkeää puuttua mahdollisimman varhaisessa vaiheessa. Päihteiden käytöstä koituvat haitat ovat sitä lievempiä mitä aiemmin asiaan puututaan. Kuka tahansa Diakonia-ammattikorkeakoulussa työskentelevä tai opiskelijatoveri voi ottaa puheeksi huolta herättävän päihteiden käytön. Tekemästään havainnoista voi konsultoida opiskeluhyvinvointiryhmää.

Diakonia-ammattikorkeakoulussa on hoitoonohjausmalli. Hoitoonohjaus ja hoitosopimus tehdään opiskeluterveydenhuollon kautta. Kun on kyse päihteiden ongelmallisesta käytöstä, puuttumisen tarkoituksena on ensisijaisesti auttaa ja tukea opiskelijaa eteenpäin haastavassa tilanteessa, auttaa häntä suoriutumaan opinnoistaan ja kasvamaan vastuuntuntoiseksi terveys- tai sosiaalialan ammattilaiseksi.

Ihmisten kanssa työskentely on erittäin vastuullista ja siksi päihteiden käytön riskit potilas- tai asiakastyössä tulee tiedostaa mahdollisimman varhain.

#### 4.1 Ohjeet puheeksiottoon

Henkilökunnalla on eettinen velvollisuus ottaa päihteiden käyttö puheeksi opiskelijan kanssa. Puheeksi ottaminen tulee tehdä välittömästi päihteiden käytöstä epäillyn opiskelijan kanssa. Suositeltavaa on, että sen tekee asian havainnut henkilö, esimerkiksi opetustilanteessa läsnä ollut opettaja.

Jos opiskelija on huolissaan opiskelukaverinsa päihteiden käytöstä, on tärkeää ottaa asia esille mahdollisimman pian hänen kanssaan. Palautteen antaminen on tärkeää, jos päihdekäyttö on herättänyt huolta. Puheeksi ottamisesta voi halutessaan keskustella luottamuksellisesti opiskeluhuvinvointiryhmän kanssa.

Puheeksi ottamisessa kannattaa huomioida seuraavat asiat:

- Luota omaan intuitioosi. Se on tärkeä työväline huolen tunnistamisessa.
- Huolehdi siitä, että otat asian esille sopivana hetkenä kahden kesken, jos opiskelija on rauhallinen ja tilanne turvallinen. Arvioi tilanteen turvallisuus, onko aika oikea keskustelulle, onko opiskelija rauhallinen. Arvioi myös, tarvitsetko puheeksi ottamiseen jonkun toisen tukea.
- Oma turvallisuutta ei pidä vaarantaa!
- Kerro selkeästi mistä olet huolissasi ja ilmaise se lämpimästi.
- Mieti, miten asiaan voi ilmaista niin, että henkilö ei koe sitä syytteeksi tai moitteeksi.
- Kuuntele opiskelijaa ja ole oma itsesi.
- Ohjaa opiskelijaa eteenpäin selvittämään asioitaan. Mikäli niin yhdessä sovitte, voit tarvittaessa mennä hänen tuekseen ensimmäisellä kerralla.
- Muista, että asioiden puheeksi ottamisessa ei tarvitse olla ammattilainen. Opiskeluhuvinvointiryhmän työntekijät huolehtivat jatkosta.

On tärkeää, että puheeksi ottamisessa on vallalla luottamuksellinen ilmapiiri ja että päihdeongelman arkaluonteisuus huomioidaan keskustelussa. Tilanne on kahdenkeskeinen ja opiskelijan päihteiden käytöstä ei tule keskustella muiden opiskelijoiden tai esimerkiksi harjoittelussa henkilökunnan tai asiakkaiden kuullen kuitenkin huomioiden tilanteen laatu niin, että omasta turvallisuudesta huolehditaan.

On tärkeää, että esille tulee huoli opiskelijan päihdekäytöstä, sen vaikutuksesta opintoihin ja opiskelijan hyvinvointiin. Keskustelu itsessään toimii interventiona ja tarpeen vaatiessa asiaan voidaan myöhemmin palata. Opiskelijalle voidaan suositella suoraa yhteydenottoa opiskeluterveydenhoitajaan, joka voi lähettää hänet lääkärin vastaanotolle. Jos opiskelijan päihteiden käyttö on ollut haitaksi opinnoille tai vaarantanut potilasturvallisuutta, hoitoonohjaussuositus sitoo opiskelijaa. Opiskeluhyvinvointiryhmän jäsenet antavat neuvoa ja tukea puheeksiotosta.

Jos päihteiden käyttäminen on tullut esille oppitunnilla, oppitunnin ulkopuolella oppilaitoksessa tai harjoittelussa, tapahtumasta ilmoitetaan INCY-järjestelmän kautta. Tällaisia tilanteita esimerkiksi ovat osallistuminen opetukseen päihtyneenä tai krapulassa tai kykenemättömyys osallistua opetustilanteeseen (esim. hoitotyön laboraatiot) päihdekäytön takia. Myös potilasturvallisuutta vaarantaneet tilanteet ovat tällaisia. Mikäli opiskelijan päihtymyksen epäillään johtuvan huumausaineista, tilanteessa toimitaan Huumausainetestaus-ohjeistuksen mukaisesti (erillinen liite).

Harjoittelun ongelmatilanteissa, joihin myös päihteiden käyttö liittyy, toimitaan Diakonia-ammattikorkeakoulun harjoitteluohjeistuksen mukaisesti.

## 5. HOITONOHJAUS

Hoitoonohjauksessa noudatetaan Diakonia-ammattikorkeakoulussa laadittua hoitoonohjausmallia (Liite 1).

Hoito- ja opiskelusuunnitelma tehdään yhdessä opiskeluterveydenhoitajan ja opinto-ohjaajan (tarvittaessa kuraattorin) kanssa. Hoitoprosessin arviointi ja seuranta ovat opiskeluterveydenhuollon vastuulla.

Päihteiden ongelmakäyttö liittyy opiskelijan terveydentilaa koskevaan lainsäädäntöön. Ammattikorkeakoululain 932/2014 34 §:n mukaan koulutuksen järjestäjä tai korkeakoulu voi vaatia opiskelijalta vain opiskelijaksi ottamisen tai opiskeluoikeuden peruuttamisen arvioinnin edellyttämät terveydentilaa koskevat tiedot. Terveydentilatietoja voidaan kerätä vain siinä tapauksessa, että tiedolla on merkitystä alan koulutukseen hakeuduttaessa tai tutkintoon suorittamisen kannalta. Opiskelija voidaan myös määrätä terveystarkastukseen, jos on perusteltua aihetta epäillä että opiskelijalla on terveydellinen este koulutukseen osallistumiselle ja tutkinnon suorittamiselle. Opiskeluoikeus voidaan pidättää siihen asti, kunnes opiskelija suostuu osallistumaan ammattikorkeakoulun edellyttämiin tarkastuksiin ja tutkimuksiin (932/2014, 38§ 4 mom).

**6. HENKILÖKUNNAN EDUSTAJAN PÄIHDEONGELMA**

Jos opiskelijalla herää huoli henkilökunnan edustajan päihdeongelmasta, hän voi luottamuksellisesti raportoida tilanteesta INCY-järjestelmään. Tieto raportoinnista menee vain kyseisen henkilön esimiehelle ja vararehtorille.

## LIITE 1

## Opiskelijoiden hoitoonohjauksen malli ja toimintaohjeet mielenterveys- ja päihdeongelmissa

### 1. HAVAITSEMINEN JA TILANTEeseen PUUTTUMINEN

Opiskelija itse, opettaja tai muu henkilökunnan jäsen voi olla ensimmäinen, joka havaitsee opiskelijan mielenterveys- tai päihdeongelman. Tilanteen selvittämiseksi opiskelijaa tuetaan ja ohjataan terveydenhoitajalle tai opiskeluhuvinvointiryhmään jatkotoimenpiteiden arviointia varten.

Kriteereitä toiminnan tueksi opettajalle/harjoittelun ohjaajalle: JOS

- a) opiskelija esiintyy oppilaitoksella tai harjoittelussa päihtyneenä/aineiden vaikutuksen alaisena
- b) opiskelija on toistuvasti poissa koulusta tai harjoittelujaksolta tai hän laiminlyö tehtäviään toistuvasti
- c) opiskelijan olemus on uupunut, ahdistunut, poissaoleva tai opiskelija käyttäytyy epäasiallisesti tai on motorisesti levoton
- d) olet huolestunut tai tunnet epävarmuutta, miten menetellä jonkun opiskelijan kanssa.

Ota yhteyttä terveydenhoitajaan/päihde- ja mielenterveyshoitajaan tai kuraattoriin tai opinto-ohjaajaan. Asiat käsitellään luottamuksellisesti.

### 2. HOIDOSTA SOPIMINEN

#### Hoitoonohjaus

Jos päihteiden käyttöä, mielenterveydellisiä ongelmia tai muuten hoidon tarvetta ilmenee, opiskelija käy terveydenhoitajan/mielenterveys- ja päihdehoitajan tai kuraattorin luona, jolloin tehdään tilanteen kartoittamisen jälkeen kirjallinen hoitosopimus yhteistyönä terveydenhoitajan/kuraattorin ja opinto-ohjaajan kanssa. Sopimuksessa ilmenee, miten hoito on järjestetty ja arvio, missä ajassa hoito toteutetaan. Hoidon aikaisesta opiskelijan opintojen suorittamisesta sovitaan hoitavan tahon ja opiskeluhuvinvointiryhmän edustajan (terveydenhoitaja, kuraattori tai opinto-ohjaaja) kesken.

#### Hoito

Hoitojakson aikana opiskelijan hoidosta vastaa hoitava yksikkö. (Esimerkiksi hoitoon mahdollisesti liittyvistä huumeseuloista päättää hoitava yksikkö.) Opiskelija voi aloittaa opiskelun, opiskella hoidon aikana tai jatkaa hoidon jälkeen opiskelua,



mikäli hoidosta vastaavan tahon, opiskeluhyvinvointiryhmän edustajan ja opiskelijan välisessä palaverissa on todettu opiskelu mahdolliseksi.

### **3. TOIMINTAOHJEET MIELENTERVEYS- JA PÄIHDEONGELMIIN LIITTYVÄN HOIDON AIKANA JA JÄLKEEN**

Miten toimitaan, kun

**mielenterveys- tai päihdeongelmat ovat aiheuttaneet ongelmia opiskelussa onnistuneen hoitjakson jälkeen?**

Opiskelijan tulee uudelleen hakeutua ja sitoutua säännölliseen hoitokontaktiin. Ks. toimintatapakuvaus kohdasta 2 Hoidosta sopiminen.

**löytyy huumeita, lääkkeitä, ruiskuja ym. välineitä oppilaitoksen alueelta?**

Älä koske aineisiin tai esineisiin, vaan ilmoita asiasta INCY-järjestelmän kautta jatkotoimien käynnistämiseksi.