



Tiedote 16.4.2009

Tupakat tumpataan Kyllönmäellä

Kuluva kevät tuo savuttomuuden Jyväskylän ammattikorkeakoulun Kyllönmäen kampukselle. Savuttomuuteen liittyen Kyllönmäellä vietetään STUMPPPI-päivää tiistaina 21.4.2009, jolloin tarjolla on tietoa, tukea ja toimintaa tupakoinnin lopettamiseen. Päivä on osa Savuton Kyllönmäki -projektia, jonka tarkoituksena on edistää opiskelijoiden ja henkilökunnan terveyttä. Projekti huipentuu kampuksen savuttomaksi julistautumiseen maanantaina 18.5.2009, jolloin savuttomuuden sanomaa on tarkoitus viestikapulan muodossa kierrättää seuraavalle oppilaitokselle.

Sosiaali- ja terveystieteiden ammattiteihin valmistavat oppilaitokset tukevat opiskelijoitaan savuttomuuteen. Tupakoimattomuudesta on etua paitsi oman hyvinvoinnin kannalta myös työllistymisessä, sillä terveydenhuoltoalalla vaaditaan usein tupakoimattomuutta työaikana.

Jyväskylän ammattikorkeakoulun hyvinvointiyksikössä on paneuduttu tupakoimattomuuden edistämiseen opiskelijavetoisen Savuton Kyllönmäki -projektin voimin. Syksyllä 2007 aloittanut aikuisopiskelijaryhmä laati projektin projektisuunnitelman ja toimeenpanosta on vastannut vuotta myöhemmin opintonsa aloittanut aikuisopiskelijaryhmä.

Nyt on tullut toiminnan aika. Kyllönmäellä vietetään STUMPPPI-päivää ti 21.4.2009 klo 10-15 ja noin kuukautta myöhemmin 18.5.2009 Kyllönmäen kampus julistautuu savuttomaksi.

Median edustajat ovat tervetulleita molempiin tapahtumiin.

STUMPPPI -päivä - tarjolla tietoa, toimintaa ja tukea tupakoinnin lopettamiseen

Paikka: hyvinvointiyksikkö, E-talon aula, Keskussairaalantie 21 E, Jyväskylä

Aika: ti 21.4.2009 klo 10-15

Ohjelmassa mm.

- tupakointiin ja tupakoinnin lopettamiseen liittyvää tietoa ja testejä
- häkämittaus yhteistyössä Terveys ry:n kanssa
- tietoa alkavasta vertaistukiryhmästä tupakoinnin lopettamisen tueksi
- Savuton Kyllönmäki -julistekilpailu
- arvontaa
- tarjoilua

Tapahtumassa mukana mm. Keski-Suomen sydänpiiri, Terveys ry ja Savuton Kyllönmäki -projektin vertaistukiryhmä.

Kyllönmäen kampus julistautuu savuttomaksi 18.5.2009

Ohjelmassa mm.

- Savuttomaksi julistautuminen

- Julistekilpailun paras palkitaan
- Haaste seuraavalla oppilaitokselle savuttomaksi julistautumiseksi

Jyväskylän ammattikorkeakoulun hyvinvointiyksikkö on Suomen terveyttä edistävät sairaalat ry:n kannatusjäsen. Yhdistyksen sairaalat ovat mukana Euroopan savuton terveydenhuolto -verkostossa, joka on luonut mm. eurooppalaiset ohjeet savuttoman terveydenhuollon toteuttamiseksi. Kaikki Suomen 20 sairaanhoitopiiriä ovat julistautuneet savuttomiksi työympäristöiksi. Myös osa oppilaitoksista on jo savuttomia.

Lisätietoja

Lehdistö: Arto Siniluhta, sosionomiopiskelija, 044 2966 849, arto.siniluhta.sso@jamk.fi

Radio ja tv: Maarit Laakkonen, kuntoutuksen ohjaajaopiskelija, 0400 707 422, maarit.laakkonen.sre@jamk.fi

Liitteenä lisätietoa tupakoinnin aiheuttamista sairauksista ja kuluista

LIITE 1.

Lisätietoa tupakoinnin aiheuttamista sairauksista ja kuluista

Tupakointi on yksilön ja väestön suurin yksittäinen terveysriski ja maailman suurin ehkäistävissä oleva kuolinsyy. Rungas viidennes kaikista kuolemaan johtavista sairauksista, kolmannes kaikista syövistä ja vajaa viidennes kaikista sydän- ja verisuonisairauksista, vajaa kymmenennes osteoporoottisista luunmurtumista sekä neljä viidesosaa kroonisista ahtauttavista keuhkosairauksista on tupakoinnin aiheuttamia. Puolet kaikista tupakoitsijoista kuolee ennen aikaisesti ja puolet heistä parhaassa työiässä. Tupakoitsijan eliniän lyhenemä on keskimäärin viisi vuotta.

Suomessa kuolee vuosittain noin 5000 ihmistä tupakoinnista johtuviin sairauksiin. Tupakoinnin vuoksi on Suomessa vuosittain 1,2 miljoonaa sairauspoissaolopäivää ja 600 000 lääkäriä käyntiä. Tupakkasairauksien hoito puolestaan sitoo vuoden aikana yhden suuren keskussairaalan verran sairaansijoja. Se merkitsee yli 220 000 hoitopäivää yleissairaalassa.

Professori Kari Reijulan mukaan askin päivässä tupakoiva työntekijä on tupakkatauolla keskimäärin 17 työpäivää vuodessa.

Maailmanpankki on laskenut, että rikkaissa maissa kaikista terveydenhuollon kustannuksista 6-15 % johtuu tupakoinnista. Lopettamalla tupakointi tupakoivan vaara sairastua tupakkatautiin pienenee. Lopettamisen vaikutus vaihtelee taudeittain, mutta sairastumisriski vähenee välittömästi tupakoinnin lopettamisen jälkeen. Tämän vuoksi on yhteiskunnallisesti ja inhimillisesti kannattavaa keskittyä tupakkasairauksien ehkäisyyn ja vähentämiseen.