

Kemseksi Suomessa 2020-luvulla

Tapani Valkonen, *yhteisötyöntekijä ja seksuaalineuvoja, Positiiviset ry.*
Miina Kajos, *projektikoordinaattori, Positiiviset ry.*

Kemseksillä tarkoitetaan tarkoituksellista päihteiden käyttöä seksin yhteydessä. Se on Suomessa vielä toistaiseksi varsin vähän käsitelty ilmiö. Ensimmäisenä se otettiin esille Positiivisten ja Hivpointin yhteisen miesten seksuaaliterveyshankkeen SeksiPertti –kyselyn erillisessä Chemsex-raportissa. Kemseksiä on käsitelty myös suomalaisissa opinnäytetöissä, mutta ei suomen kielellä (Korhonen 2018). Vaikka SeksiPertti-kyselyn tuloksissa miesten kanssa seksiä harjoittavien miesten (msm) huumeiden käyttö ei juuri eroa valtaväestöstä, kaipasi kemseksi tarkempaa perehtymistä ilmiöön. (Positiiviset 2019). Kemseksiä on käsitelty käyttäjäryhmää kunnioittaen esimerkiksi Kehräjä -verkkomediassa (Peltonen 2020).

SeksiPertti-kyselystä saatiin vahvoja viitteitä siitä, että suomalaiset hakevat kemseksiin liittyviä kokemuksia matkustaessaan. Euroopan kaupungeissa, joihin matkailu kohdistuu ja joista kokemuksia haetaan, ilmiö ja siihen liittyvät ongelmat ovat moninkertaisia verrattuna Suomen tilanteeseen. Positiivisilla oli kaksivuotinen Chemsex-hanke, joka päättyi vuoden 2021 alussa. Hankkeen viimeisenä vuotena tehtiin laaja kysely. Tämä katsaus pohjautuu pitkälti kyselyn tuloksiin ja hankkeen aikana tehtyihin havaintoihin.

Kemseksiin liitetään tietyt laittomat huumausaineet. Määritelmällisesti se liittyy nimenomaan miesten väliseen seksiin. Käyttökulttuureissa on kuitenkin myös muiden sukupuolien edustajia. Monissa yhteyksissä on käynyt selväksi, että käyttörajoitus on yksi suurimmista huumehaitoista. Vasta vakavat ongelmat seksuaalisuuden, huumeriippuvuuden tai lain kanssa tuovat kemseksi-käyttökulttuureissa toimivan henkilön avun äärelle tai ylipäätään keskustelemaan asiasta.

Neuvontaa ja tukea tarvittaisi kuitenkin varhaisessa vaiheessa niin seksuaalisuuteen kuin huumeiden käyttöön liittyvissä kysymyksissä. Kemseksin puheeksi ottaminen edellyttää turvallista ilmapiiriä, joka parhaiten toteutuu matalan kynnyksen palveluissa. Mies miehelle -hankkeen

jalkautuvassa työssä hanketyöntekijöille oli tarjottu huumeita jo lähes kymmenen vuotta sitten (Tuhkanen ja Kauppinen 2014). Kyse ei siis ole mistään uudesta ilmiöstä edes Suomen oloissa. Käyttökulttuurit pakenevat tarkastelijan katsetta niin kauan kun huumausaineiden käyttöön liittyvistä rangaistuksista ei pystytä luopumaan.

Kemseksissä käytetyt aineet ovat muun muassa stimulantteja, jotka mahdollistavat seksin keston pidentämisen. Niiden kuvaillaan myös hermentävän aisteja ja vähentävän estoja. Muita kemseksissä käytettyjä aineita, tiukan määritelmän mukaan, ovat dissosiativit GBL (katunimeltä lakka) ja GHB (gamma). Pienessä määrin käytettyinä ne tuovat euforian tunteen. Viimeksi mainittujen aineiden käytössä on syytä olla erityisen tarkka. Annostelu ja yhteiskäyttö esimerkiksi alkoholin kanssa voivat aiheuttaa hengenvaarallisia tilanteita. Kemseksiä harjoittavat ihmiset eivät useimmiten identifioitu päihteidenkäyttäjiksi, koska he mieltävät toiminnan ensisijaisesti seksuaaliseksi kanssakäymiseksi.

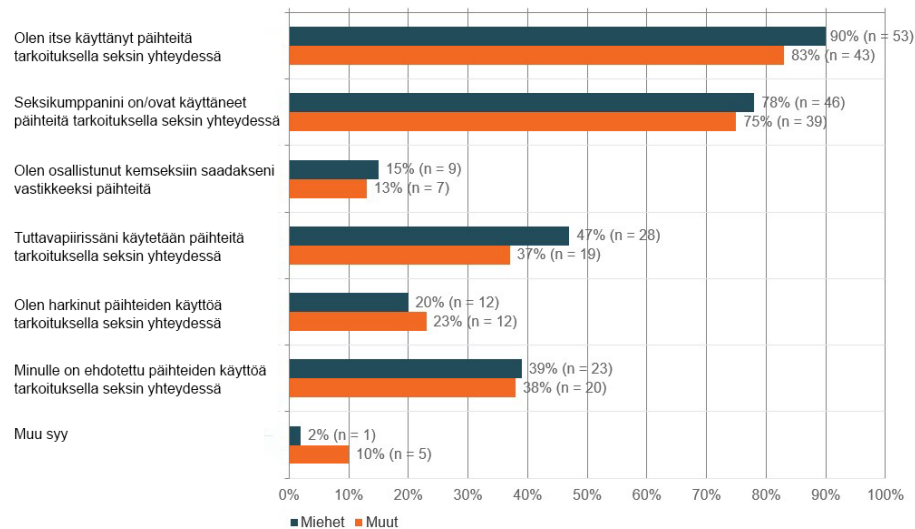
Suomen kemseksikulttuureissa käytettyjä aineita käsitellään tarkemmin tässä katsauksessa alla. Kemseksin yhteydessä käytöstä puhuminen on harhaanjohtavaa, koska kyse on nimenomaan päihteiden liittämistä seksiin eikä pelkästä huumeiden käytöstä. Yksinkertaisuuden ja luettavuuden vuoksi tässä katsauksessa kuitenkin puhutaan kemseksistä ”käyttönä”. Suurimmat haitat kemseksissä eivät välttämättä ole päihderiippuvuuteen liittyviä, vaan haitoissa korostuvat ihmissuhteisiin ja kemseksin vaikutuksesta intiimiin kanssakäymiseen aiheutuvat vääristymät. Käyttäjä ei enää tunnista itseään seksin toteuttamisen tavoissa eivätkä tavat pahimmillaan enää tuota tyydytystä tai nautintoa (Fawcett 2015).

Kemseksin suomalaisia erityispiirteitä

Chemsex-hankkeessa tehty anonyymiverkkokysely tavoitti 111 vastaajaa, joilla oli henkilökohtaista kokemusta kemseksistä. Vastaajista 86 prosenttia ja vastanneista miehistä jopa hieman isompi osuus, 90 prosenttia, oli itse käyttänyt päihteitä suunnitellusti seksin yhteydessä. Muita omakohtaisen kokemuksen muotoja olivat kumppanien aineiden käyttö, vastaanotetut kemseksi-ehdotukset, vastikkeellinen seksi aineiden saamiseksi, seksityön

asiakkaan toive kemseksistä, sekä toteutumatta jäänyt oma aie tai mielenkiinto kemseksiin.

Vastaajamäärä on huomattavan suuri, kun huomioidaan ilmiön marginaalisuus. Silti on huomautettava, ettei kyselystä voi tehdä väestötason tai tieteellisiä päätelmiä, koska kuka tahansa saattoi vastata kyselyyn anonyymisti verkossa. Tilastollisia otantamenetelmiä ei siten voitu noudattaa. Kysely oli avoinna pitkän ajan toukokuun lopusta elokuun loppuun, koska pelkona oli, ettei saataisi vastauksia näin arkaluontoista aihetta käsittelevään kyselyyn. Vastausmäärä ylitti odotukset. Hankkeen yksilö- ja yhteisötapaamisten sisältöihin yhdistettynä voidaan todeta, että aineistosta saa Suomen oloissa poikkeuksellisen laajan kuvan heikosti tunnetusta ja mahdollisesti kasvavasta ilmiöstä.



Kuva 1: Kemseksin omakohtaisuuden muodot miehillä (n=59) vs. muilla sukupuolilla (n=52). Kysymyksessä pystyi valitsemaan usean vaihtoehdon, mikä selittää vastausten suuren määrän verrattuna kyselyyn vastanneiden henkilöiden lukumäärään.

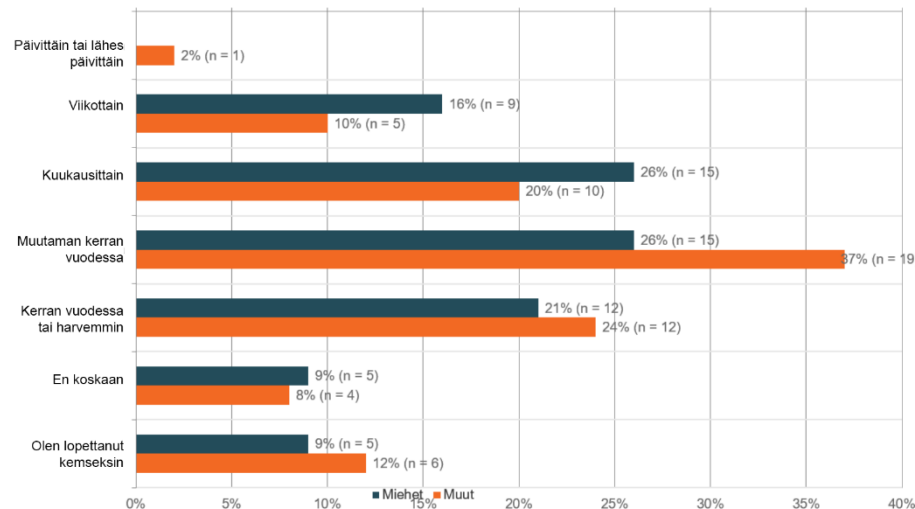
Määritelmällisesti kemseksi liittyy miesten väliseen seksiin. Samantyyppistä toimintaa ilmenee kuitenkin kaikilla sukupuolilla. Hankkeen kyselyssä ei

sukupuolta rajoitettu. Kolmannes vastaajista oli naisia ja noin 15 prosenttia sukupuoleltaan ei-binäärisiä. Kyselyn melko laajat avoimet vastaukset olivat arvokkaita ja osoittivat selvästi, että merkittävällä osalla ihmisistä on tarvetta ja mielenkiintoa aiheen käsittelyyn. Samalla kyselyn analysointi osoitti, että hankkeessa päästiin vasta alkuun tärkeäksi koetun ja osalle hyvin vaikean aiheen kohtaamisessa.

Kemseksiin liittyvät päihteet ovat Suomessa laittomia. Kyselyyn saatiin yksittäisiä vastauksia myös pelkkää alkoholia käyttäneiltä, mikä ei ole suoraan kemseksiin piiriin luokiteltavaa. Samankaltaisia käytösmalleja edustavat vastaukset vahvistivat käsitystä, että jatkossa olisi tärkeää yhdistää enemmän päihdetyön ja seksuaalineuvonnan tietämystä ja voimavaroja.

Palvelujärjestelmän pitäisi huomioida käyttökulttuurien moninaisuus sekä lyhytaikaiseen käyttöön liittyvät ongelmat

Kemseksiin osallistuvat olivat kyselyn mukaan valtaosin mukana kemseksi-tilanteissa kerran kuukaudessa tai harvemmin. Päivittäisiä tai lähes päivittäisiä tilanteita ilmeni vain parilla yksittäisellä vastaajalla. Vaikka kemseksi määritelmällisesti liittyy miesten väliseen seksiin, yksikään näistä harvoista päivittäiskäyttöön viittaavista vastauksista ei tullut miehiltä. (Kuva 2.)



Kuva 2: Kemseksiin ajallinen esiintyneisyys miehillä vs. muilla sukupuolilla. Kemseksi Suomessa vaikuttaa kyselyn mukaan enimmäkseen satunnaiselta toiminnalta. Päivittäisenä ilmiönä se vaikuttaa käytännössä olemattomalta.

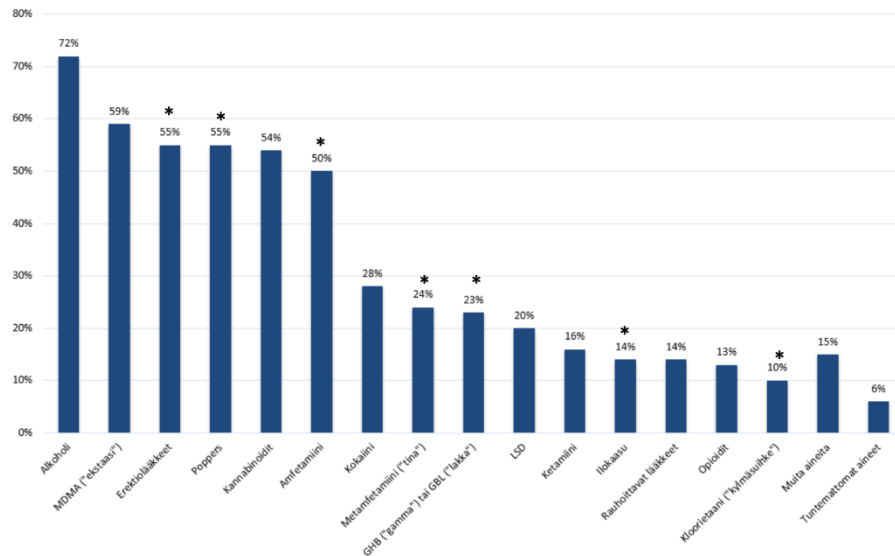
Vastaajista joka kymmenes oli lopettanut kemseksiin. Muutama ei ollut itse käyttänyt huumeita, vaan oli mukana siihen liittyvissä tilanteissa. Vaikka kemseksiin piirissä esiintyy riippuvuuksia, kysely vahvisti kemseksiin osalta, että laittomien päihteiden käyttö jopa valtaosin jää väliaikaiseksi tai satunnaiseksi kokeiluksi. Riippuvuuksia ei tietenkään pidä vähätellä. Niistä kärsivien ihmisten pitäisi nykyistä helpommin saada asianmukaisesti tarvitsemaansa hoitoa ja tukea. Vaikka käyttö ei valtaosalla etene riippuvuudeksi, kukaan ei ennalta voi olla varma, etteikö riippuvuus voisi kehittyä myös omakohtaiseksi ongelmaksi. Palvelujärjestelmän pitäisi nykyistä paremmin huomioida käyttökulttuurien moninaisuus ja lyhytaikaiseen käyttöön mahdollisesti liittyvät ongelmat. Osa haitoista olisi ehkäistävissä nykyistä varhaisemmalla kohtaamisella. Osa riippuvuuksista voisi olla korjattavissa ja jopa kokonaan estettävissä, mikäli ihmisille olisi suunnattu varhaisemmassa käytön vaiheessa tarkoituksenmukaisia palveluja.

Usein huumeidenkäytöstä puhutaan nuorisoilmiönä. Kyselyn ja aiemman tiedon perusteella tämä mielikuva ei päde kemseksiin. Kyselyssä yli 40 prosentin osuudella 30-39 -vuotiaat olivat suurin kemseksiä harjoittavien ikäryhmä. Alle 30-vuotiaita oli vain alle neljännes vastaajista, joista vain pari henkilöä alle 20-vuotiaita. Kolmannes oli yli 40-vuotiaita. Myös yksittäisiä yli 60-vuotiaita osallistui kyselyyn. (Kuva 3.)

Kemseksiin yhteydessä Suomessa käytettyjä aineita

Kansainvälisesti kemseksiin määritellään kuuluvan tiettyjä aineita, joita ovat stimulantteista metamfetamiini ja mefedroni sekä keskushermostoa lamaavista yhdisteistä gammahydroksibutyraatti (GHB) ja gammabutyrolaktoni (GBL). Mikään näistä ei kyselyn mukaan noussut Suomen suosituimpiin kemseksi-aineisiin. Jossain määrin ne kuitenkin vaikuttavat täälläkin heijastuvan miestenväliseen kemseksiin. GHB:n ja GBL:n käytön miehet toivat esille 37 prosentin osuudella, mikä oli viisi kertaa yleisempää kuin muilla sukupuolilla. Yli puolet vastaajien kemseksi-kyselyssä mainitsemista aineista oli sellaisia, joiden käytössä ei vaikuttanut ilmenevän merkittäviä eroja sukupuolten välillä. Tosin silloinkin, kun erot jäivät lähes olemattomaksi, olivat miesten prosentuaaliset osuudet kunkin aineen kohdalla hiukan korkeampia kuin muiden sukupuolten, mikä vastaa useissa yhteyksissä esiin noussutta tilannetta huumeiden käytön suhteen koko väestön tasolla.

Kemseksi-kyselyn aineista koostetussa pylväsdiagrammissa (Kuva 3) ovat mukana vain miesten osuudet, koska kuva on siten selkeämmin hahmotettava. Lisäksi aineet, joiden kohdalla havaittiin selkeitä eroja, on merkitty kuvassa tähtösellä, minkä lisäksi eroavaisuuksista kerrotaan sanallisesti tässä ja seuraavissa kappaleissa.



Kuva 3: Kemseksin yhteydessä miesten havaintojen mukaan esiintyvät aineet. Vaikka tämän aineiston perusteella ei voi tehdä tilastollisesti pätevää analyysiä, on kuvaan merkitty tähtösellä* seitsemän ainetta, jotka korostuvat miesten vastauksissa ja vaativat erityistä huomiota.

Alkoholi nousi kaikilla sukupuolilla yleisimmin seksin yhteydessä käytetyksi päihteeksi 70-75 prosentin osuuksillaan. Alkoholia ei seksiin yhdistettynä itsessään pidetä kemseksinä. Kuitenkin monen kohdalla alkoholin aiheuttama päihtymys voi madaltaa kynnyistä osallistua kemseksiin tai johtaa muuhun omat rajat ylittävään riskialttiiseen seksikäytökseen.

Laittomista päihteistä kaikkien sukupuolten kohdalla suosituin oli MDMA ("ekstaasi"). Miehillä tasavahvana yhtä suosittu oli amfetamiini, sillä molempien näiden prosentit miesten vastaksista oli 63 prosenttia. Näistä kahdesta erityisesti amfetamiini korostui miesten keskuudessa noin puolet suuremmalla prosenttiosuudella verrattuna muihin sukupuoliin.

Olematta määritelmällisesti kemseksiin liittyvä huume, ylivoimaisesti yleisimmin käytetty laiton päihde, kannabis, sijoittui korkealle kaikilla yli 50 prosentin

esiintyvyydellään. Sukupuolten väliset erot jäivät vähäisiksi myös kokaiiniin, LSD:n, rauhoittavien lääkkeiden, ketamiiniin ja opioidien sekä tuntemattomien ja muiden aineiden kohdalla.

Hengitettäviä dissosiativieja olevien ilokaasun ja kloorietaanin käyttö oli kyselyn mukaan ylipäättään vähäistä, mutta miehillä ilokaasu vaikutti kaksi kertaa suosituimmalta kuin muilla sukupuolilla. Kloorietaani on sitäkin poikkeuksellisempi, että sen käyttöä eivät olleet kyselyssä havainneet muut sukupuolet kuin miehet, joista peräti lähes viidennekselle se oli kemseksin yhteydessä tuttu. Näistä kahdesta ilokaasu on selvästi turvallisempi haittojen vähentämisen näkökulmasta.

Metamfetamiini oli noin 34 prosentin osuudellaan miesten keskuudessa lähes kolme kertaa suosituumpaa kuin muilla sukupuolilla. Metamfetamiinin kohdalla nähtiin joitakin vuosia sitten huomattava käytön lisääntyminen jätevesianalyseissä, mutta sittemmin sen saatavuus vaikuttaa heikentyneen isojen takavarikkojen myötä. Mefedroni on käytännössä ainoa näistä huumeista, jonka käytöstä Suomessa ei juuri ole merkkejä. Kyselyssä siitä oli vain yksittäinen maininta.

Voidaan olettaa, että kemseksi-kyselyssä havaitut, kansainvälisesti vertaillen pienehköt esiintyvyydet kaikkein yleisimmin kemseksiin liitettyjen aineiden osalta eivät niinkään kerro erilaisista mieltymyksistä vaan eroista aineiden saatavuudessa. Suomessa aineiden kirjo, laatu ja saatavuus ovat vaihtelevampia kuin monissa isoista kemseksibileistään tunnetuissa suurkaupungeissa. Suomessa ihmiset käyttävät kemseksissäkin usein niitä aineita, joita käsiinsä sattuvat kulloinkin saamaan.

Toisaalta paikalliset päihdetilanteet voivat muuttua nopeasti. Markkinoille ilmaantuu välillä tuntemattomia aineita, ja kemseksiin liittyy matkailua erityisesti Euroopan suurkaupunkeihin ja muihin lomakohteisiin. Niinpä haittojen vähentämiseksi etenkin ulkomailla on syytä seurata, millaisia aineita ja käytöskoodeja kussakin matkakohteessa todennäköisimmin esiintyy.

Huumeiden lisäksi kemseksin yhteydessä käytetään usein hengitettäviä alkyylinitriittejä eli popperseja, joiden koetaan helpottavan erityisesti

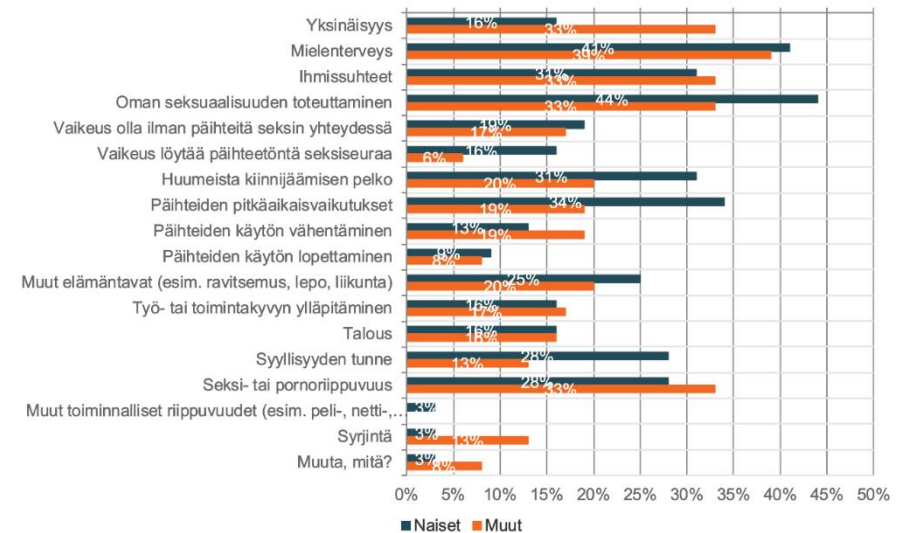
anaaliseksiä, koska ne rentouttavat sileää lihasta. Poppersit eivät kuitenkaan ole määritelmällisesti päihteitä, koska niiden ensisijainen vaikutus ei ole psykoaktiivinen. Suomessa poppersit ovat jo pidempään olleet lääkelistalla ja niiden myynti viihdekäyttöön on kiellettyä.

Millaista tukea, tietoa ja välineitä kemseksi-alakulttuureissa kaivataan?

Tiedon tarpeista ylivoimaisesti toivotuin aihe olivat eri aineiden yhteisvaikutukset (56%). Tiedon tarpeen täyttäminen on erityisen haastavaa, sillä aineiden kirjo ja yksilölliset erot sekä mahdollisten muiden lääkkeiden vaikutus voivat tuottaa niin paljon muuttuvia tekijöitä. Muissa maissa yhteistyössä haittojen vähentämiseen suuntaavien päihdelääkäreiden kanssa on tuotettu ainakin jonkinlaista aineistoa yhteisvaikutuksista. Vaikka tieto on rajallista, olisi tuen hakijalle suositus olla vain käyttämättä laiha lohtu. Mikään käyttö ei tietenkään ole täysin turvallista jo vallitsevan lainsäädännön vuoksi, mutta joitakin haittoja voidaan ainakin vähentää.

Tiedon tarpeissa korostuivat myös omien ja muiden rajojen tunnistaminen. Tästä olisi syytä lisätä keskustelua sekä tiedostaa, että sama henkilö, joka kokee rajojaan rikottavan, saattaa myös itse rikkoa jonkun toisen rajoja. Tilanteet voivat olla hyvin monenlaisia, kun ihmisten mielentilat, toimintakyky ja muisti ovat muuntuneita päihtymyksen ja valvomisen takia. On tärkeää käydä rajojen ylittämistä keskustelua asiallisesti, rakentavasti ja moralisoimatta, jotta mahdollisimman moni uskaltaisi tunnistaa myös mahdolliset itse tekemänsä loukkaukset toisten rajoja kohtaan.

Laajemmin hyvinvointiin liittyvissä kysymyksissä korostuivat mielenterveys, ihmissuhteet, oman seksuaalisuuden toteuttaminen sekä seksi- ja pornoriippuvuus. Jälkimmäinen korostui miesten vastauksissa, ja yksittäisistä hyvinvointiin liittyvistä kysymyksistä yksinäisyys nousi kaksi kertaa merkittävämmäksi miesvastaajilla kuin naisilla. Nämä seikat sekä miesten aineiden käytössä ilmenneet eroavaisuudet viittaavat siihen, että miesten välisessä seksissä esiintyvä kemseksi on oma alakulttuurinsa niin, kuin kansainvälisessä kirjallisuudessa kuvaillaan.



Kuva 4: Mistä laajemmin hyvinvointiin liittyvistä aiheista vastaajat kaipasivat tietoa tai tukea? (Kysymyksessä saattoi valita enintään viisi vaihtoehtoa.)

Tiedon saannin kanavista ylivoimaisesti suosituin oli verkkomateriaalit (65%). Ammattilaisen tai samaa kokeneen kanssa keskustelua kaivattiin 28% osuuksilla sekä miesten että naisten joukossa. Huomattavaa on myös, että 25% vastaajista ei koe ainakaan tällä hetkellä kaipaavansa lainkaan tietoa tai tukea. Anonyymi chat (56%) ja verkkokeskustelufoorumi olivat suosituimmat väylät vuorovaikutukselle. Tässä tarve ja todellisuus eivät kohdanneet, sillä Positiivisten kemseksi-chatteihin tuli hankkeen aikana hyvin vähän yhteydenottoja.

Haittoja vähentävistä välineistä kysyttäessä nousivat suurimpaan suosioon elimistön suola-neste-sokeritasapainon ylläpitämiseen tarvittavat välineet eli vesipullo ja jokin kaikille sopiva, turvallinen lisäraavinne. Myös puhtaita käyttövälineitä toivottiin. Jossain määrin oli yllättävää, että pistosvälineitä toivottiin hieman enemmän kuin nenän kautta käyttämiseen tarvittavia välineitä.

Melko pitkään vallalla oli käsitys, ettei Suomessa kemseksin yhteydessä esiintyisi kovin paljon pistoskäyttöä.

Avoimissa vastauksissa näkyi selvästi, että osa kokee oman käyttönsä ainakin tällä hetkellä ongelmattomaksi, kun taas osalla on isoja ongelmia. Vastaajista osa oli kokenut painostusta kemseksiin, osa puolestaan kokee saavansa osakseen moralisointia. Aineiden käytön laittomuuden tuoman stigman koettiin tuottavan häpeää. Tämä yhdessä kiinnijäämisen pelon kanssa vaikeuttaa avun hakemista sekä ylipäänsä estää asiallisen keskustelun.

Moni vastaajista kaipasi Suomeen mahdollisuutta tunnistaa käytettävä aine. A-klinikkasäätiön Muunto-hankkeessa pilotoitiin tällaista palvelua ja saatiin rohkaisevia tuloksia tunnistuspalvelun mahdollisista hyödyistä. Tällä hetkellä ainetunnistus ei kuitenkaan ole Suomessa virallisesti mahdollista.

Stigman ja syrjinnän vähentäminen vaatii kestävää päihdepolitiikkaa sekä päihdetyön ja seksuaaliväestön yhteyden vahvistamista. Kemseksi-alakulttuureissa mukana olevat ihmiset kuuluvat pääsääntöisesti ainakin seksuaalivähemmistöön ja käyttävät laittomia päihteitä, minkä lisäksi osalla on muitakin vähemmistöasemia. Seksuaalivähemmistöjen asema on Suomessa lainsäädännöllisesti kohentunut huomattavasti, vaikkakin syrjintää yhä ilmenee. Alkoholilla ja sen käyttö seksitilanteissa on jossain määrin tuttua niin suurelle osalle väestöstä, että sen kautta voi hieman haastaa kemseksin suhteen tietämättömiä pohtimaan omia mahdollisia asenteitaan ja käsityksiään. Eri päihdekategorioiden, käyttökulttuurien, seksuaalisuuden ja sukupuolten moninaisuudesta huolimatta jo vähäinkin käsitys pelkästä alkoholista voi tarjota edes jonkinlaista ymmärrystä päihteiden mahdollisesta merkityksestä ja käytön motiiveista seksissä ja ihmissuhteissa.

Kemseksin kannalta yksi merkittävimmistä vastaajien esiintuomista epäkohdista on huumeiden käyttörangaistus, jonka pelossa moni ei uskalla hakea ajoissa apua mahdollisiin ongelmiinsa tai puhua asiasta edes läheiselleen. Kiinnijäämisen seuraukset myös saattavat kohtuuttomuudessaan syventää mielenterveys- ja päihdeongelmia sekä olla esimerkiksi ihmissuhteiden, työllisyyden tai opintojen kannalta syrjäyttävämpiä kuin mitä pelkät aineet aiheuttaisivat.

Käyttörangaistuksen poisto helpottaisi myös Suomen keskusteluissa esillä olleiden uusien haittojen vähentämisen menetelmien kehittämistä. Turvallisemman käytön tiloista ja päihdetyöhön yhdistetystä ainetunnistuksesta on muualla saatu rohkaisevia esimerkkejä. Käyttötila on osoittautunut toimivaksi erityisesti yliannostuskuolemien ehkäisyssä. Ainetunnistuksen tarve puolestaan korostui huomattavasti kemseksi-kyselyyn vastanneiden avoimissa vastauksissa, mutta toki se palvelisi muitakin käyttäjäryhmiä.

Käyttörangaistukset tuottavat stigmaa sekä joidenkin tulkintojen mukaan rajoittavat myös uusien haittojen vähentävän päihdetyön menetelmien kehittämistä. Kyselyaineistokin vahvistaa käsityksen, että olisi tärkeää suuntautua nykyistä ihmisoikeusperustaisempaan ja kestävän kehityksen mukaiseen päihdepolitiikkaan. Niitä vaaditaan kansainvälisellä tasolla yhä painokkaammin (YK, WHO ja EU sekä Amnesty ja moni muu kansalaisjärjestö). Positiiviset on osaltaan monien päihdealan järjestöjen ja asiantuntijatahojen kanssa peräänkuuluttanut inhimillisempää päihdepolitiikkaa.

Euroopassa järjestettyjen kolmen Chemsex Forumin osallistajat ovat muodostaneet asiantuntijoiden laajan verkoston, jossa viime aikoina on puhuttanut se, että vaikka huumeidenkäyttö ja mielenterveysongelmat voivat ilmetä samanaikaisesti, näiden kahden sekoittaminen toisiinsa ei kuvaa kemseksi-alakulttuureissa toimivien ihmisten tilannetta. Se on myös leimaavaa, ja sillä voi olla pitkäaikaisia haitallisia seurauksia yhteisölle, mukaan lukien seuraukset huumeita käyttävien ihmisten itsemääräämisoikeuteen omasta kehostaan (Harm Reduction International 2021).

Sekakäyttö on yleistä huumeidenkäyttäjien keskuudessa, mutta sitä on vaikeaa mitata, ja yksilölliset käyttötavat vaihtelevat kokeilukäytöstä säännölliseen käyttöön ja riippuvuuskäyttöön. Euroopan huumeraportissa mainitaan, että stimulanttien pistokäytön yleistymisestä on yhä enemmän näyttöä, mikä osaltaan tukee yllättävää havaintoa pistämällä käyttämisen yleisyydestä myös kemseksin piirissä. Pistokäyttöä pidetään haitallisempaan, ja se on miehille yleisempi käyttötapa kuin muille sukupuolille.

Euroopan huumeraportin 2021 mukaan huumausainemarkkinoilla oli vuoden 2020 alussa laajasti saatavilla erilaisia huumausaineita, joiden puhtausaste ja

voimakkuus lisääntyvät. Tätä kuvastavat suuret kokaiinin ja muiden huumausaineiden takavarikot, joita tehtiin vuonna 2020. Lisäksi useat indikaattorit osoittavat, että käyttötavat muuttuvat monitahoisemmiksi, kun käyttäjille on tarjolla aiempaa laajempi valikoima aineita. (Euroopan huumeraportti 2021).

Kemseksi -käyttökulttuureissa on tyypillistä intensiivinen käyttömalli, jossa käytetään useita aineita yhtäaikaaisesti. Välttämättä kaikki eivät ole itse tietoisia käyttämiensä aineiden vaikutuksista ja jättävät vastuun annostelusta ja aineista partnereilleen. Laittomilta markkinoilta hankituilla aineilla ei muutenkaan ole mitään kuluttajasuojaa, jonka perusteella voisi edes varmuudella tietää aineiden todellisen koostumuksen tai pitoisuudet.

Toiminnallisen riippuvuuden piirteet ja aineriippuvuus tukevat toisiaan

Kuten jo edellä mainittiin, ei kemseksi ole nuorisoilmiö, jollaiseksi huumeikäyttökulttuurit usein mielletään. Hankkeen tapaamisissa ja kohtaamisissa havaittiin, että kemseksi-käyttäjää oli hyvin monenlaisista taustoista. Kyselyssä ei kuitenkaan iän ja sukupuolen lisäksi kysytty laajoja taustatietoja. Australialaisessa haastattelututkimuksessa ei löydetty merkittäviä eroja raportoidussa metamfetamiinin käytössä verrattuna asuinpaikkaan, koulutukseen, työllisyyteen tai syrjäintäkokemuksiin (Lyons & al. 2013).

Hankkeen yhteisötapaamisissa kävi ilmi, että vain yksittäiset henkilöt olivat hakeneet apua huumeiden käyttöön. Tapaamiset olivat joillekin ensimmäinen kerta, kun kemseksistä ylipäänsä puhuttiin ilman, että tilanteeseen olisi liittynyt seksiä, ja asiasta keskustelu koettiin mielekkääksi ja tarpeelliseksi. Tietojemme mukaan Suomessa suoranaisia yliannostuskuolemia ei kemseksitilanteissa ollut ollut, mutta muita fyysiseen ja mielenterveyteen liittyviä ongelmia esiintyi, eikä niihin aina osattu tai uskallettu hakea apua.

Kemseksikyselyn vastaajista neljäsosa ei tuntenut minkäänlaista avuntarvetta. Seksiriippuvuuksia käsittelevän Paula Hallin kirjan *Koukussa seksiin* suomenkielisessä laitoksessa on luku kemseksistä (Hall 2019, s. 110-122). Siinä myös nostetaan esille kysymys siitä, etteivät kemseksi-alakulttuureissa toimivat yleensä koe, että heillä olisi ongelma päihteiden kanssa. He pitävät

itseään puhtaasti viihdekäyttäjinä, ja päihteet toimivat vain seksuaalisen elämäntavan virikkeenä. Kun apua haetaan seksuaaliterveyspalveluista, se tarkoittaa useimmiten seksitautitesteissä käymistä ja mahdollisten tartuntojen hoitamista. (Hall 2019).

Kemseksillä lisätään kestävyyttä ja nautintoa. Stimulantit vahvistavat aistimuksia. Ne myös vähentävät estoja ja jännittyneisyyttä ja näin mahdollistavat oman seksuaalisuuden toteuttamisen sellaisella tavalla, joka ilman aineita ei olisi mahdollista. Kemseksin taustalla voi olla toisaalta pelkkä uteliaisuus, vaihtelun- ja kokeilunhalu, kuten kemseksihankkeen kyselyssä havaittiin.

Seksi itsessään ja yhdistettynä riippuvuutta potentiaalisesti aiheuttavien aineiden käyttöön vaikuttaa voimakkaasti aivojen palkitsemisjärjestelmään. Riittävän usein toistettuna kombinaatio muodostaa oppimisprosessin, jossa seksuaalinen mielihyvä kiinnittyy tiettyjen aineiden käyttöön ja toimintaan. Intensiivisessä käytössä voi tapahtua myös päinvastoin: aineiden käyttäminen muodostuu pääasialliseksi tarpeeksi. Tästä saatiin myös kyselyn vastauksista viitteitä, sillä jotkut vastaajat ilmoittivat aineiden saamisen motiiviksi osallistua kemseksiin.

Kemseksiin liittyviä vakavampia mielenterveysongelmia ovat mahdolliset paniikkikohtaukset, päihdepsykoosit, masennus, syömishäiriöt ja unihäiriöt. Havaintojen mukaan korostuvat ja käyttäjillä toteutuvat valitettavan usein sosioekonomiset riskit, joista voisi mainita ajanhukan, taloudelliset ja ammatilliset riskit, ihmissuhteisiin liittyvät riskit, yksinäisyys ja huumerangaistusten aiheuttamat haitat. Miesten osalta kemseksi-kyselyssä korostui erityisesti yksinäisyys.

Kemseksiä harrastava henkilö saattaa olla edestakaisessa vapauttamisen ja kontrolloinnin kehässä, jota mm. Paula Hall (Hall 2019) kuvailee kirjassaan. Kun päihteiden vaikutus lakkaa, seuraa usein lasku, jossa häpeä ja katumus ovat vahvasti läsnä. Jokin tekijä laukaisee sitten jälleen tarpeen toteuttaa kemseksiä. Laskua välttellessään käyttäjä saattaa tietoisesti jatkaa käyttöä, jolloin laskut todennäköisesti ovat vielä epämiellyttävämpiä, kun käyttö viimein loppuu.

Kemseksistä irtautuminen saattaa olla vaikea, pitkä ja turhauttava prosessi. Jotkut asiantuntijat, esimerkiksi englantilainen kemseksi-aktivisti David Stuart, suosittelevat kemseksin tapauksessa seksistä luopumista joksikin aikaa kokonaan. Seksi on niin voimakas laukaiseva tekijä myös aineiden käytölle, että ilman seksistä luopumista joksikin aikaa kemseksistä irtautuminen voi olla mahdotonta (Stuart 2018). Tämän suhteen esiintyy myös eriäviä mielipiteitä. Tavoitteena tietenkin kaikilla on, että käyttäjä voi ilmaista ja toteuttaa itselleen tyydyttävää seksuaalisuutta.

Prosessia läpikäyvä saattaa joutua kohtaamaan kipeitä luopumisen tunteita, koska tilanteen korjaaminen voi vaatia koko ystäväpiirin vaihtamista. Seksi ja muutkin nautinnot ilman aineita tuntuvat latteilta ja kestää useita kuukausia ennen kuin asiat, jotka ennen pitkäaikaista kemseksi-käyttöä tuottivat mielihyvää, tuottavat jälleen aidosti mielihyvää. Tässä vaiheessa käyttäjälle olisi suureksi hyödyksi niin moniammatillinen apu kuin ystävien ja muiden läheisten tuki.

Haittoja vähentävää työtä päihteiden käytön parissa on Suomessa tehty vuodesta 1996. Työn tavoitteena on ehkäistä ja vähentää sosiaalisia ja terveydellisiä haittoja ihmiselle itselleen, hänen lähipiirilleen, ympäristölleen ja koko yhteiskunnalle. Haittoja vähentävässä työssä toteutetaan matalan kynnyksen periaatetta. Kemseksi alakulttuureissa toimiville tulisi tarjota matalan kynnyksen palveluja turvalliseksi koetussa ympäristössä, jotta heille voitaisiin antaa tukea ja tietoa käytön varhaisessa vaiheessa. Onnistunut haittojen vähentäminen edellyttää myös asenneilmapiirin muutosta, satsauksia mm. vertais- ja yhteisötoimintaan, terveyspalveluihin, ohjaus- ja neuvontatyöhön, kuntoutukseen sekä laajemmin muutosta yhteiskuntapolitiikassa.

Päihdetyössä haittojen vähentäminen on tarkoittanut pistosvälineiden vaihtoa, seksuaali- ja ehkäisyneuvontaa sekä rokotuksia ja seksitautien testausta. Turvallisemman huumeidenkäytön tiloista käydään keskustelua, mutta ne tuskin ovat ihan lähitulevaisuuden todellisuutta. Päihdetyöhön yhdistetty aineiden laboratoriotunnistus mainittiin jo aiemmin käyttäjien esittämistä toiveista. Seksuaalineuvonta on tarkoittanut lähinnä seksiteitse tarttuvista taudeista puhumista. Kemseksi-käyttäjien tarve on ihmissuhteisiin,

seksuaalisuuteen ja seksiin liittyvien kysymysten käsitteleminen ja myönteisen kehon kuvan vahvistaminen.

Koska tutkimuksen aiheena on moninkertaisessa marginaalissa elävien ihmisten elämäään liittyvä ilmiö, vaatii sen tarkastelu erityistä sensitiivisyyttä. Kaikissa tutkimuksissa ei ole riittävän huolellisesti häivytetty henkilöiden tunnistettavuutta. Kun kemseksistä puhutaan miesten väliseen seksiin liittyvänä ilmiönä, täytyy pitää myös mielessä, etteivät päihteet liity kaikkeen miesten väliseen seksiin. Hyvänä esimerkkinä onnistuneesta haastattelusta, jossa kemseksi-alakulttuuriin liittyvien henkilöiden oma ääni kuuluu, voisi pitää Kehräjä-blogissa julkaistua artikkelia (Peltonen 2020). Ihmisoikeudet kuuluvat myös marginaaleissa eläville ihmisryhmille, ja ihmisen itsemääräämisoikeuden kunnioittaminen on tärkeää niin auttamis- kuin tutkimustyössä.

Lähteet

Euroopan huumausaineiden ja niiden väärinkäytön seurantakeskus (2021) *Euroopan huumeraportti 2021: Suuntauksia ja muutoksia*. Luxemburg: Euroopan unionin julkaisutoimisto. Viitattu 14.06.2021
https://www.emcdda.europa.eu/system/files/publications/13838/2021.2256_FI_02_.pdf

Fawcett, D. (2015) *Lust, men and meth. A gay man's guide to sex and recovery*. Wilton Manors: Healing Path Press.

Hall, P. (2019) *Koukussa seksiin*. Helsinki: Bazar.

Harm Reduction International. *Statement: Drug use and drug dependency itself is not a mental health condition*. Viitattu 14.06.2021
<https://www.hri.global/contents/2132>

Korhonen, A. (2018). *Chemsex – Understanding sexualized drug use*. Helsinki: Arcada University of Applied Sciences.

Lyons, A. ym. (2013) Methamphetamine use in a nationwide online sample of older Australian HIV-positive and HIV-negative men. *Drug and Alcohol Review* 32(6), 606-610.

Peltonen, Julia (2020) Kemseksi on täällä, mutta mitä se oikeastaan on? Kehräjä verkkomedia. Viitattu 14.6.2021 <https://kehraja.com/kemseksi-on-taalla-mutta-mita-se-oikeastaan-on/>

Positiiviset ry (2019) SeksiPertti –kyselyn tuloksia. Positiiviset ry nettiartikkeli 30.1.2019. Viitattu 16.8.2021 <https://www.positiiviset.fi/fi-FI/materiaalit/artikkelit/681-seksipertti>

Stuart, David (2018) Chemsex care plan. Suomennettu itseaputyöväline verkossa. Viitattu 28.05.2021 <https://www.davidstuart.org/care-plan-fi>

Tuhkanen, K, ja Kauppinen, J. (2014) *Mies miehelle hankkeen loppuraportti 2014*. Helsinki: Pro-Tukipiste. Viitattu 22.6.2021 <https://protukipiste.fi/wp-content/uploads/2021/05/Mies-miehelle-2014.pdf>