

KIRJALLINEN KYSYMYS 358/2011 vp

Energiajuomien haittavaikutukset lapsille ja nuorille

Eduskunnan puhemiehelle

Energiajuomien suosio on viime vuosina kasvanut voimakkaasti etenkin lasten ja nuorten keskuudessa. Energiajuomien markkinointia ja uusia energiajuomien nimellä kulkevia tuotteita myös kohdistetaan yhä nuoremmille. Uusin ilmiö on energiajuomien suosio 9—13-vuotiaiden alakoululaisten keskuudessa. On muotia juoda vahvaa energiajuomaa kerralla useampi tölkki ja hankkia energiajuomilla niin sanotut "perjantapärinät".

Energiajuomien varoitusteksteissä lukee, ettei energiajuomia suositella lapsille, raskaana oleville tai kofeiiniherkille ihmisille. Käytännössä kauppiaat myyvät energiajuomia kaikenikäisille. Nykyisen elintarvikelain mukaan energiajuomien myyntiä lapsille ja nuorille ei ole mahdollista rajoittaa, minkä vuoksi vastuu niiden käytöstä jää yksinomaan kuluttajalle. Lainsäädännöllä olisi kuitenkin voitava suojella kasvavia lapsia ja nuoria terveydelle haitallisten aineiden vaikutuksilta.

Energiajuomat ovat haitallisia lapsille ja nuorille ennen kaikkea niiden korkeiden kofeiinipitoisuuksien vuoksi. Lapset ovat luonnollisesti kofeiinille herkempiä kuin aikuiset. Kofeiini voi aiheuttaa jo pieninä määrinä sydämen tiheälyöntisyyttä, pahoinvointia, päänsärkyä, ahdistuneisuutta, nukahtamishäiriöitä ja yliaktiivisuutta. Tutkimusten mukaan 50 kg painavalla nuorella noin 15 mg:n päivittäinen annos kofeiinia ei yleensä aiheuta haittavaikutuksia, mutta yli 50 mg:n annoksella kofeiininsietokyky nousee. Sietokyvyn nouseminen on merkki kofeiiniriip-

puvuudesta, joka kehittyy jatkuvassa käytössä. Elintarvikeeturvallisuusvirasto Eviran mukaan myrkyllinen annos kofeiinia on useimmille henkilöille noin 20 mg painokiloa kohti. Se tarkoittaisi, että 45 kg painavalle lapselle myrkyllinen kofeiiniannos on noin 900 mg. Sen verran kofeiinia saa, jos juo 6—7 puolen litran tölkillistä energiajuomaa.

Energiajuomat sisältävät vitamiineja ja piristeitä sekä turhia kaloreita sokerin muodossa. Kofeiinin lisäksi juomat sisältävät esimerkiksi guaranaa, tauriinia tai glukuronolaktonia, joilla uskotaan olevan piristävä vaikutus. Energiajuomissa ei välttämättä ole sen enempää energiaa kuin tavallisissa virvoitusjuomissa, vaan markkinoitu energia tulee piristävistä aineyhdisteistä. Näiden aineiden vaikutuksista ei kuluttajan ole helppo löytää luotettavaa tutkimustietoa. Esimerkiksi tauriinin vaikutuksia tunnetaan vielä puutteellisesti. Kofeiinin ja tauriinin yhteisvaikutuksia ei ilmeisesti ole tutkittu, minkä vuoksi energiajuomien käyttöön on suhtauduttu varovaisen kielteisesti monissa maissa.

Euroopan elintarvikeeturvallisuusviranomaisen EFSA:n tekemän tieteellisen riskinarvioinnin mukaan energiajuomat ovat turvallisia kohtuullisesti käytettyinä, sillä niiden kofeiinipitoisuus ei ole niin korkea, että siitä olisi haittaa terveelle aikuiselle. Kohtuullinen käyttö tarkoittaa, että energiajuoman pakkauksessa mainittua suurinta vuorokautista käyttö määrää ei ylitetä. Lapsilla ja nuorilla ei kuitenkaan välttämättä ole tietoa ja ymmärrystä energiajuomien liiakäytön

haitallisuudesta. Esimerkiksi Yhdysvalloissa suuressa osassa kofeiiniyliannostuksia kyseessä on ollut alaikäinen lapsi.

Suomessa energiajuomien myynnille ei ole asetettu ikärajaa, mutta osa kauppiaista on oma-toimisesti rajoittanut juomien myymistä alle 15-vuotiaille. Lakiin perustuva rajoitus olisi kuitenkin kauppiaille huomattavasti selkeämpi ohje kuin pelkkä valmistajan suositus. Norjassa, Tanskassa ja Ranskassa energiajuomien myynti on ollut aiemmin kielletty. Eräät kauppaketjut Ruotsissa ovat asettaneet energiajuomien myynnille 15 vuoden ikärajan.

Suomen elintarvikelainsäädännössä ei ole energiajuomien myynnin rajoittamista koskevia säännöksiä. Vastauksessaan kirjalliseen kysymykseen (KK 63/2011 vp) syyskuussa 2011 maa- ja metsätalousministeri toteaa, ettei pidä energiajuomien myyntiehtojen kiristämisen mahdollistavia lainsäädännön muutoksia perusteltuina käytettävissä olevan tiedon perusteella. Jos energiajuomien vaikutuksista saataisiin lainsäädännön

tueksi tuoretta tutkimuksellista tietoa, voitaisiin käydä perusteltu keskustelu siitä, tulisiko lainsäädännöllä rajoittaa energiajuomien myymistä lapsille ja nuorille.

Edellä olevan perusteella ja eduskunnan työjärjestyksen 27 §:ään viitaten esitän asianomaisen ministerin vastattavaksi seuraavan kysymyksen:

Onko sosiaali- ja terveysministeriössä selvitetty energiajuomien haittoja alle 15-vuotiaille lapsille ja nuorille,

onko markkinoilla olevien energiajuomien vaikutuksista olemassa riittävästi tuoretta tutkimustietoa ja

voiko sosiaali- ja terveysministeriö pyytää Terveiden ja hyvinvoinnin laitokselta (THL) selvitystä energiajuomien haitallisuudesta, jotta saadaan tuoretta tutkimustietoa lainsäädännön mahdollisen uudistamisen perustaksi?

Helsingissä 29 päivänä marraskuuta 2011

Outi Alanko-Kahiluoto /vihr

Eduskunnan puhemiehelle

Eduskunnan työjärjestyksen 27 §:ssä mainitussa tarkoituksessa Te, Herra puhemies, olette toimit-
tanut asianomaisen ministerin vastattavaksi kan-
sanedustaja Outi Alanko-Kahiluodon /vihr näin
kuuluvan kirjallisen kysymyksen KK 358/2011
vp:

*Onko sosiaali- ja terveysministeriössä
selvitetty energiajuomien haittoja alle
15-vuotiaille lapsille ja nuorille,*

*onko markkinoilla olevien energiajuo-
mien vaikutuksista olemassa riittävästi
tuoretta tutkimustietoa ja*

*voiko sosiaali- ja terveysministeriö pyy-
tää Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitoksel-
ta (THL) selvitystä energiajuomien hai-
tallisuudesta, jotta saadaan tuoretta tut-
kimustietoa lainsäädännön mahdollisen
uudistamisen perustaksi?*

Vastauksena kysymykseen esitän seuraavaa:

Energiajuomilla tarkoitetaan kofeiinipitoisia vir-
voitusjuomia, joihin useimmiten on lisätty tauriini-
a, glukuronolaktonia ja B-ryhmän vitamiineja
(mm. B12- ja B6-vitamiinia) ja inositolia. Tauriini-
a ja glukuronolaktonia on luonnollisina aines-
osina ruoassa ja ne ovat ihmisen normaaleja
aineenvaihduntatuotteita. Energiajuomissa niitä
on kuitenkin suurempina pitoisuuksina.

Kofeiinin liikasaantiin liittyviä sivuoireita
voivat olla muun muassa sydämentykytys, rytmihäiriöt,
hermostuneisuus, levottomuus, ärtyneisyys, vatsavaivat
ja stressinsietokyvyn laskeminen. Kofeiiniherkillä henkilöillä
sekä lapsilla oireita saattaa esiintyä jo pieninä annoksina.
Joihinkin energiajuomiin lisätyn guaranan haittavaikutukset
ovat samat kuin muillakin kofeiinipitoi-

silla tuotteilla (guaranauute sisältää kofeiinia).
Amerikkalaisopiskelijoilla tehdyssä tutkimuk-
sessa (Velasquez ym 2011) runsas energiajuo-
mien käyttö oli yhteydessä runsaaseen alkoholin
kulutukseen.

Suomalaisten lasten energiajuomien kulutusta
on selvitetty kahdessa koululaistutkimuksessa.
Vuoden 2011 Kouluterveyskyselyssä selvitettiin
peruskoulun 8. ja 9. luokkalaisten, lukioiden ja
ammattillisten oppilaitosten 1. ja 2. luokan opis-
kelijoiden energiajuomien käyttöä. Kyselyn mu-
kaan vähintään kerran viikossa energiajuomia joi
pojista yläkouluissa 23 %, lukioissa 17 % ja am-
matillisissa oppilaitoksissa 26 %. Vastaavat lu-
vut tytöillä olivat 8, 4 ja 12 %. Huolestuttavaa on
myös se, että runsas energiajuomien käyttö on
nuorilla joidenkin tutkimusten perusteella yhtey-
dessä runsaaseen alkoholin ja päihdyttävien ai-
neiden käyttöön (Seifert ym. 'Health Effects of
Energy Drinks on Children, Adolescents and
Young Adults', Pediatrics 2011).

Yhdysvaltalaisessa usean tutkimuksen kat-
sausartikkelissa, jossa tarkasteltiin energiajuo-
mien terveysvaikutuksia lapsilla ja nuorilla, to-
dettiin, että lähes puolet esiin tulleista kofeiinin
liikasaantitapauksista Yhdysvalloissa koski alle
19-vuotiaita. Muutoin artikkelissa todetaan, että
energiajuomien valmistusaineiden terveysvaiku-
tuksista ei juuri ole tietoa. Euroopan elintarvike-
turvallisuusviranomaisen (EFSA) on aloittamas-
sa kuluvana vuonna projektia, jossa kerätään tie-
toja etenkin lasten energiajuomien käytöstä.

Tähän asti vallinneen näkemyksen mukaan
vastuu lasten energiajuomien osto- ja kulutustot-
tumuksista kuuluu lasten vanhemmille. Lisäksi
energiajuomapakkauksissa tulee tuotteen aiheut-
tamien terveysvaikutusten vuoksi varoittaa, ettei
tuote sovi lapsille. Tämän vastuunjaon ja pelkän

varoituserkinnän riittävyyttä lasten terveyden suojelemiseksi tulee arvioida erityisesti energiajuomien valmistajien markkinoinnin valossa. Energiajuomia myydään ja markkinoidaan makeisten tavoin. Lisäksi kauppojen makeishyllyssä on myynnissä useita erilaisia energiavalmisteita: esimerkiksi purukumia, pastilleja ja lakritsituotteita. Uusia tuotteita tulee jatkuvasti markkinoille.

Julkisen vallan on perustuslain 19 §:n mukaan edistettävä väestön terveyttä ja sen on myös tuettava perheen mahdollisuuksia turvata lapsen hyvinvointi ja yksilöllinen kasvu. Julkisen vallan onnistumista lasten terveyden edistämässä tulee arvioida lasten arkielämän näkökulmasta.

Pelkkä vanhempien vastuun korostaminen ja pakkauksessa oleva varoituserkintä eivät ole riittäneet estämään energiajuomien ja niihin rinnastettavien tuotteiden lisääntyvää myyntiä lapsille.

Jo olemassa olevat tutkimustiedot ovat sosiaali- ja terveysministeriön käsityksen mukaan riittäviä sellaisen lainsäädännöllisen ratkaisun tekemiseksi, joka tukisi paremmin lasten terveyden edistämistä ja vanhempien kasvatustehtävää. Elintarvikelainsäädäntö ja siihen liittyvien lakimuutosten valmistelu kuuluu maa- ja metsätalousministeriön vastuulle ja säädösten sekä elintarvikkeiden koostumuksen valvonta elintarviketurvallisuusvirasto Eviralle.

Helsingissä 20 päivänä joulukuuta 2011

Peruspalveluministeri Maria Guzenina-Richardson

Till riksdagens talman

I det syfte som anges i 27 § i riksdagens arbetsordning har Ni, Herr talman, till den minister som saken gäller översänt följande skriftliga spörsmål SS 358/2011 rd undertecknat av riksdagsledamot Outi Alanko-Kahiluoto /gröna:

Har social- och hälsovårdsministeriet utrett energidryckernas skadliga inverkan på barn och unga personer under 15 år,

finns det tillräckligt med färsk forskning baserade rön om de verkningar som de energidrycker som finns på marknaden har och

kan social- och hälsovårdsministeriet begära att Institutet för hälsa och välfärd (THL) gör en utredning om energidryckernas skadliga inverkan så att man får nya forskningsbaserade rön som grund för en eventuell revidering av lagstiftningen?

Som svar på detta spörsmål anför jag följande:

Med energidrycker avses koffeinhaltiga läskedrycker som vanligen innehåller tillsatser av taurin, glukuronolakton, B-gruppens vitaminer (t.ex. B12- och B6-vitamin) och inositol. Taurin och glukuronolakton förekommer som naturligt innehåll i maten och de är normala metaboliter hos människan. I energidryckerna förekommer de dock i mycket högre halter.

Biverkningar som hänför sig till alltför stora intag av koffein är hjärtklappning, rytmstörningar, nervositet, rastlöshet, irritation, magbesvär och nedsatt stresstålighet. Koffeinkänsliga personer och barn kan uppvisa symptom redan vid små doser. Guarana som är ett tillsatsämne i vissa en-

ergidrycker har samma biverkningar som också övriga koffeinhaltiga produkter (guaranaextraktet innehåller koffein). I en studie som utfördes på amerikanska studenter (Velasquez et al. 2011) fanns det samband mellan bruk av energidrycker och riklig alkoholkonsumtion.

De finländska barnens konsumtion av energidrycker har utretts i två undersökningar som har gjorts bland skoleleverna. Genom enkäten Hälsa i skolan 2011 utreddes konsumtionen bland eleverna i årskurserna 8 och 9 inom den grundläggande utbildningen och studerande i årskurserna 1 och 2 vid yrkesläroanstalterna. Enligt enkäten drack 23 procent av pojkarna i årskurserna 7–9 inom den grundläggande utbildningen, 17 procent av pojkarna i gymnasierna och 26 procent av pojkarna vid yrkesläroanstalterna energidrycker minst en gång i veckan. De motsvarande siffrorna för flickorna var 8, 4 och 12 procent. Det är också oroväckande att unga personers rikliga konsumtion av energidrycker enligt några studier hänger ihop med bruk av alkohol och berusningsmedel (Seifert et al. 'Health Effects of Energy Drinks on Children, Adolescents and Young Adults', Pediatrics 2011).

I en översiktsartikel från Förenta staterna över ett flertal forskningar där man har undersökt vilka verkningar energidryckerna har på barn och unga personers hälsa konstaterades det att nästan hälften av fallen av överkonsumtion av koffein i Förenta staterna gällde unga personer under 19 år. I artikeln konstateras för övrigt att det nästan inte finns någon kunskap alls om de verkningar på hälsan som tillverkningsämnen för energidrycker har. Den europeiska myndigheten för livsmedelssäkerhet (EFSA) håller på att starta ett projekt under innevarande år för att samla in data

om framför allt barns konsumtion av energidrycker.

Enligt den hittills rådande uppfattningen bär föräldrarna ansvar för sina barns köp- och konsumtionsvanor när det gäller energidrycker. Dessutom ska det i energidryckförpackningarna varnas att den inte lämpar sig för barn på grund av produktens hälsokonsekvenser. Det ska utvärderas om denna ansvarsfördelning och enbart en varningstext är tillräckliga för att trygga barnens hälsa speciellt i ljuset av marknadsföringen av tillverkare av energidrycker. Energidrycker säljs och marknadsförs på samma sätt som godis. Dessutom säljs det på affärers godishyllor många olika slags energiprodukter såsom tuggummi, pastiller och lakritsprodukter. Nya produkter kommer hela tiden ut på marknaden.

Enligt 19 § i grundlagen ska det allmänna främja befolkningens hälsa och det ska också stö-

da familjerna så att de har möjligheter att trygga barnens välfärd och individuella uppväxt. Det hur det allmänna lyckas i att främja barnens hälsa ska utvärderas ur synvinkeln av barnens vardag. Att enbart betona föräldrarnas ansvar och ha en varningstext i förpackningarna har inte varit tillräckligt att hindra att försäljningen av energidrycker och till energidryckerna jämförbara produkter till barn ökar.

Redan existerande forskningsrön är enligt social- och hälsovårdsministeriets uppfattning tillräckliga för att nå en sådan lagstiftningslösning som bättre stöder främjandet av barnens hälsa och föräldrarnas fostringsuppgift. Beredningen av livsmedelslagstiftningen och därtill hörande lagändringar hör till jord- och skogsbruksministeriets ansvar och övervakningen av författningarna och livsmedlens sammansättning hör till Livsmedelssäkerhetsverket Evira.

Helsingfors den 20 december 2011

Omsorgsminister Maria Guzenina-Richardson