

Tervise Arengu Instituut

Suitsetamislevimuse uuring Eesti Kaitseväes
2008

Lagle Suurorg (Tallinna Lastehaigla SA)
Tiiu Härm, Anneli Sammel (Tervise Arengu Instituut)
Mare Normak, Oleg Novikov (EV Kaitseväge Meditsiiniteenistus)

Tallinn 2008

Uuringu temaatika **taustast**.

Kaisteväelasi loetakse üldiselt tervemaks kui samaealisi noori. Seda seostatakse osaliselt enne kaisteväkke astumist toimuva valikuga, osalt parema haiguste raviga ja vigastuste preventsiiooni läbiviimisega. Kättesaadavas teaduskirjanduses on näidatud, et Eesti kaisteväelaste tervislikku seisundit mõjutavad enne kaisteväkke kutsumist noormeeste vähene kehaline aktiivsus koolis ja vaba ajal, suitsetamine (1), alkoholi ja narkootikumide tarbimine. 1996.-1999. aastal läbiviidud uuringutel näidati, et kaisteväelaste seas oli suitsetajaid 66,5% (2). Samadel kaisteväelastel uuriti koormustaluvust ja hingamisfunktsiooni ning leiti, et koormustaluvus alla 12 METi oli ligi viis korda sagedamini neil isikutel, kellel esinesid ka hingamisfunktsiooni häired, mis omakorda oli negatiivses korrelatsioonis suitsetamisega (3).

1999. aastal Soomes kaisteväkke kutsutute seas oli teenistuseks kõlbmatuid 7,8% ja nendest pooltel juhtudel oli tegemist vaimse tervise häirega. 2001. aastal katkestasid Soomes teenistuse tervislikel põhjustel 9%, neist pooled juba esimese kahe teenistuse nädala jooksul, peamiselt vaimse tervise häirete tõttu.

Soome kaisteväelaste tervis teenistuse ajal paranes ja suremus on poole võrra väiksem võrreldes samaealise elanikkonna suremusega. Kaisteväelaste tervishoius loetakse oluliseks vajadust vaimse tervise häirete, kuulmise, nakkushaiguste, vigastuste ja liiklusõnnetuste vähendamiseks (4). 2002. aastal avaldatud materjalides oli Soome ajateenijate seas igapäevase suitsetamise sagedus 40-45% ja suitsetamise alustamise vanuseks 15 ± 2 aastat (5).

2004. aasta kirjutistes ollakse mures USA sõjaväelaste suitsetamise ja alkoholi tarbimise sageduse tõusu pärast võrreldes 1998. aastaga (34% võrreldes 30%). Ajalooliselt on sõdurite suitsetamist alati aktsepteeritud ja isegi hinnapoliitikaga soodustatud, kuid suitsetamisega seotud haigused, teenistusest puudumine, alanenud motoorsed ja vaimsed võimed ja suured kulutused suitsetamisega seotud haiguste ravile, on tõstatanud vajaduse suitsetamist vähendada (6). 2007. aastal näidati, et odavad suitsud sõjaväes on ikka olemas tänu USA sõjaväe müügisüsteemile ja tubakatööstuse survele, kuigi on selge, et suitsetamine toob kahju sõjaväelaste valmisolekule tegutsemiseks (7). Arvamused suitsetamise rahustavast ja stressi vähendavast toimest aktiivse sõjategevuse ajal on seatud tõsise kahtluse alla ja kutsutakse üles tõstma sigarettide hinda ning muutma suitsetamise sotsiaalset aktsepteeritust (8).

Nii ajateenijate kui teiste kaisteväelaste tervisekasvatusele on vajalik pöörata suuremat tähelepanu. Regulaarse suitsetamise sagedused 2007. aasta uuringu järgi oli Soomes 30% ning kaks kolmandikku ajateenijatest (67%) olid kunagi elus suitsetanud (9). Soomes on ajateenijatele ettenähtud tervisekasvatust 20 tundi, milles viis tundi on esmaabi

harjutamiseks. Kuigi ajateenijate tervisekäitumist monitooritakse regulaarselt, loetakse selle vajadust veelgi suuremaks (4) .

Antud uuring on sihipärane suitsetamise uurimine kaitseväes ajateenijate ja teenistujate seas. Töö **eesmärgid**:

- 1) uurida kaitseväes ajateenijate, kaadrikaitseväelaste (ohvitseride) ja muude töötajate seas suitsetamise esinemissagedust;
- 2) selgitada suitsetamise staatust ja kasutatud nikotiinasendusravi ;
- 3) saada teada suitsetamisest loobumiste kordade arvu ja
- 4) kavatsust suitsetamisest täielikult loobuda.

Uuringu läbiviimise **meetod**: anketeerimine. Kasutusel oli Euroopa Suitsuvabade Haiglate võrgustiku ankeedid, kohandatuna Kaitsevæele (KV). Ankeete jaotati kaitsevæes 2008. aasta aprillis ja oktoobris (uute ajateenijate vastuvõtmisel kaitsevække).

Andmete **analüüsi** teostamine: ankeedid sisestati ja andmeid analüüsiti SPSS for Windows programmiga. Vaadeldi keskmisi näitajaid, vastuste jaotumuse sagedust, sõltumatute gruppide tunnuste keskmise väärtuse erinevust (Studenti t-testiga), mida loeti tõenäoliseks, kui rühmadevaheline erinevus oli väärtisega $p < 0,05$.

Tulemused

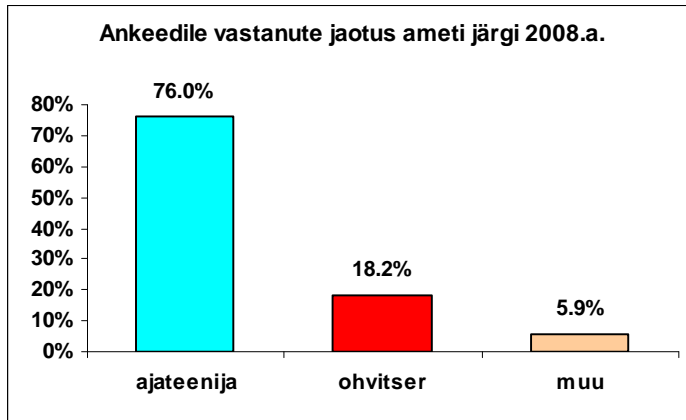
Kokku jaotati 2300 ankeeti, vastuseid saadi 2202, mille järgi vastamise määraks osutus 95,7%. Vastanutest 87,1% vastasid eesti- ja 12,9% venekeelsele ankeedile.

Vastanute seas olid 2162 (98,2%) meessoost ja 39 (1,8%) naissoost kaistevæelast ja/ või teenistujaid (tabel 1)

Tabel 1. Uuritute jaotus ameti ja soo järgi

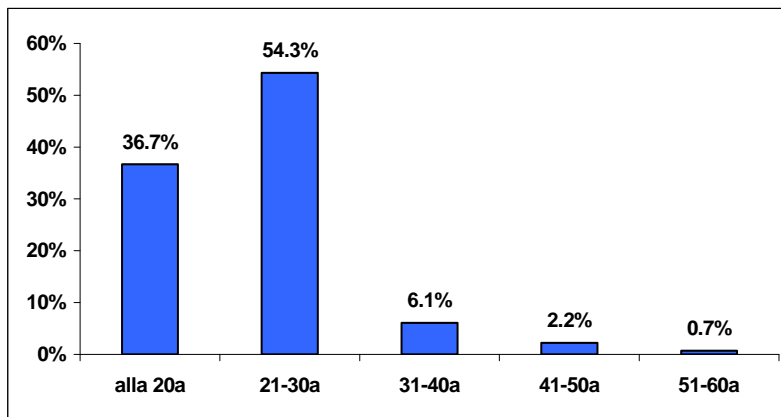
Amet Kaitsevæes	mees		naine	
	arv	%	arv	%
Ajateenija	1672	77,3%	0	0
Kaadrikaitsevæelane	366	16,9%	34	87,2%
Muu	124	5,7%	5	12,8%
Kokku	2162	100%	39	100%

Meessoost vastajatest olid enamikus ajateenijad ja naissoost vastajatest kaadrikaitseväelased. Anketeerimisel osalenute jaotus ametite järgi on esitatud joonisel 1.



Joonis 1. Ankeedile vastanute jaotus ameti järgi 2008. aastal

Enamik vastanutest olid kaitseväelased: ajateenijad (76%), ligi viiendik ohvitserid (kaadrikaitseväelased) ja vähesed muu ameti esindajad. Vastanute vanuseline jaotus on esitatud joonisel 2.

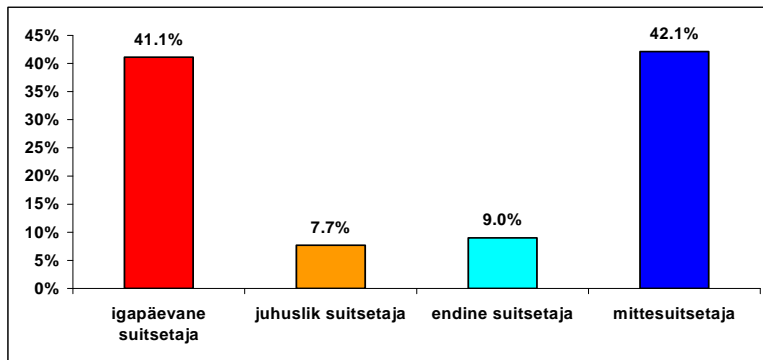


Joonis 2. Vastanute jaotus vanusegruppide järgi 2008. aastal

Enamik anketeerimisel osalenutest (91.0%) kuulusid noorte täiskasvanute hulka, kelle vanus oli alla 30 eluaasta.

Vastanute jaotus suitsetamise staatuse järgi on näidatud joonisel 3, millest on näha, et suitsetavate (igapäevased ja juhuslikud) ja mittedsuitsetavate (endised suitsetajad ja

mittesuitsetajad) jaotus oli enamvähem võrdne (vastavalt 48,8% ja 51,1%). Erinevust ei leitud suitsetajate ja mittesuitsetajate vahel ametite järgi ($p>0,05$).



Joonis 3. Vastanute jaotus suitsetamise staatuse järgi 2008. aastal

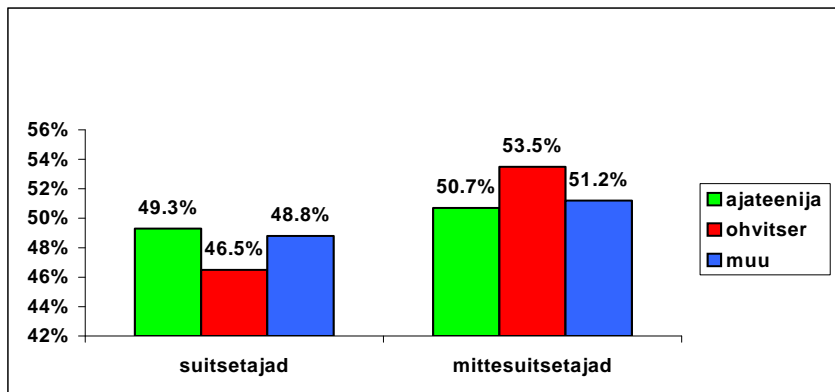
Eraldi vaadeldi suitsetamise staatust soo järgi, andmed on esitatud tabelis 2.

Tabel 2. Suitsetamise staatus ameti ja soo järgi

Suitsetamise staatus	mees		naine	
	amet		amet	
	arv	%	arv	%
Igapäevasuitsetaja	893	41,3%	13	33,3%
Juhusuitsetaja	161	7,5%	6	15,4%
Endine suitsetaja	197	9,1%	2	5,1%
Mittesuitsetaja	910	42,1%	18	46,2%
Kokku	2162	100,0%	39	100,0%

Suitsetamise sageduses soo järgi ei esinenud tõenäolist statsilist erinevust ($p>0,05$).

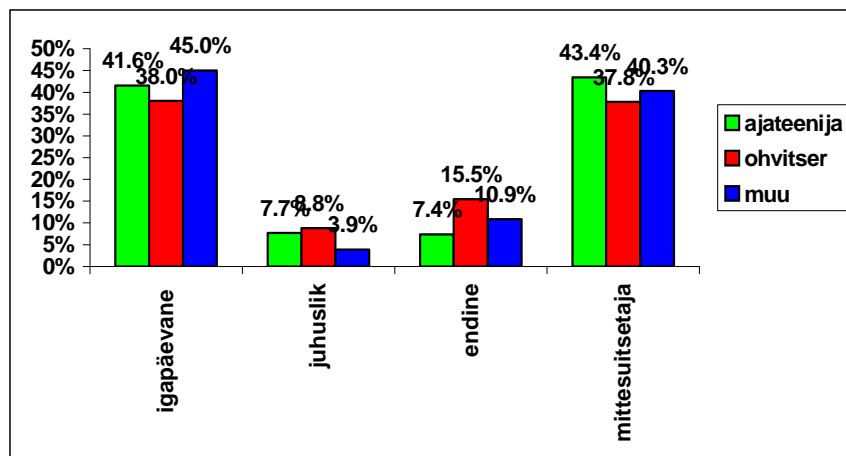
Analüüsi suitsetajate (igapäeva- ja juhusuitsetajad) ja mittesuitsetajate (endised ja mittesuitsetajad) jaotust ametite järgi ning leiti enamvähem võrdne jaotumus kõikides ametigruppides, tulemused on esitatud joonisel 4.



Joonis 4. Suitsetajate ja mittersuitsetajate jaotus ametite järgi 2008. aastal

Kõikides ametirühmades oli pisut rohkem mittersuitsetajaid kui suitsetajaid, kuid erinevus ei olnud statistiliselt oluline ($p > 0,05$). Vastanute seas oli 169 juhuslikult suitsetavat isikut, kellest 40 (23,7%) vastajat olid end määratlenud kui mittersuitsetajad.

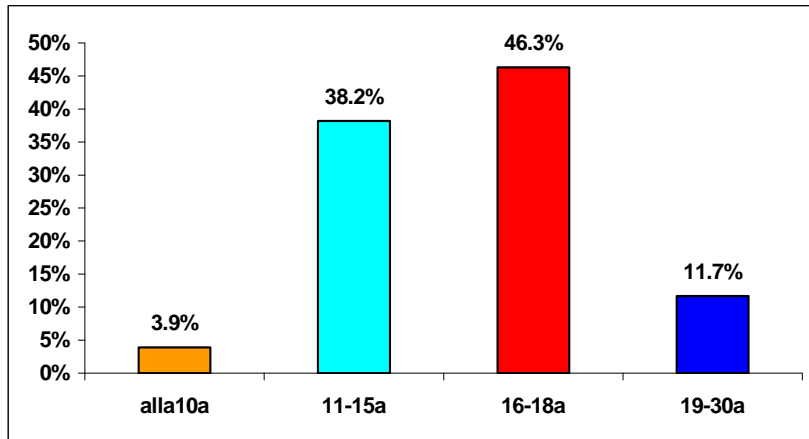
Suitsetamise täpsem staatus ametite järgi on esitatud joonisel 5.



Joonis 5. Suitsetamise staatus ametite järgi 2008. aastal

Kõige väiksem (alla 10%) oli kõikides ametigruppides juhusuisetajate sagedus, sellele järgnesid endised suitsetajad (7,4%-15,5%). Igapäevasuisetajate ja mittersuitsetajate sagedus oli gruppides samuti võrdne (40% ringis). Ametigruppide siseselt ega ka ametigruppide vahel, suitsetamise staatuses statistilist erinevust ei esinenud ($p > 0,05$).

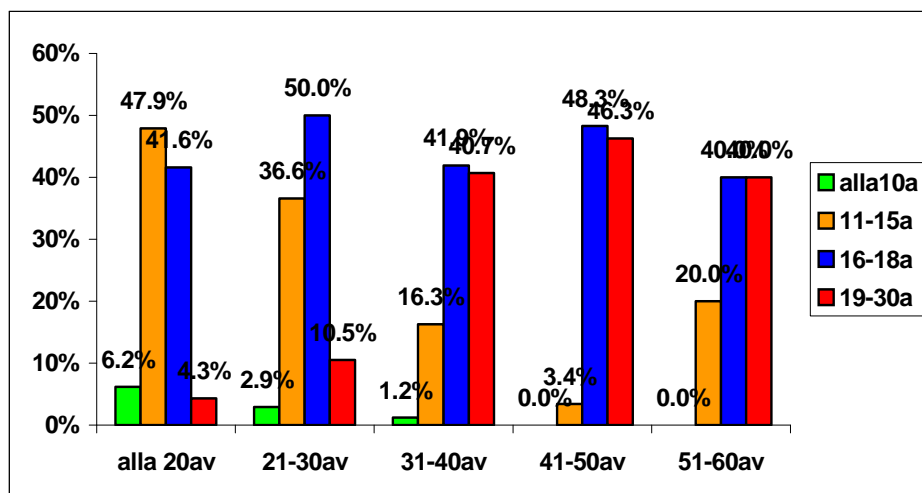
Suitsetamise alustamise küsimusele oli vastatud 984 korral (neist 45,7% eesti- ja 37,7% venekeelses ankeedis). Keskmiselt toimus suitsetamise alustamine 15.9 ± 2.8 aasta vanuses kummaski keelerühmas ($p > 0.05$), seejuures leidis väiteid suitsetamise alustamise vanuse kohta 5 eluaastast kuni 30 eluaastani. Joonisel 6 on esitatud uuringu tulemused suitsetamise alustamise kohta.



Joonis 6. Suitsetamise alustamise vanus uuritud kaitseväelaste seas 2008. aastal

Jooniselt 6 on näha, et rohkem kui kolmandik uuritutest olid alustanud suitsetamist 11-15 aasta vanuses ja peaaegu pooled (46.3%) 16-18-aastaselt. Seega leiti, et 88,4% vastanutest olid suitsetamisega alustanud lapseas. Oli ka neid, kelle suitsetamine algas alla 10 aasta vanuses ja ligikaudu iga kümnes vastanu oli suitsetamisega algust teinud täiskasvanueas (19-30-aastasena).

Meessoost vastanute vahel ei leitud erinevust suitsetamise alustamise osas ameti järgi. Naissoost kaitseväelaste seas toimus keskmine suitsetamise alustamine vanemalt - 19,9 aastasel võrreldes meeste 15,8 aasta vanusega ($p < 0,05$). Joonisel 7 on toodud suitsetamise alustamise vanusegrupid sõltuvalt uuritute vanusest.

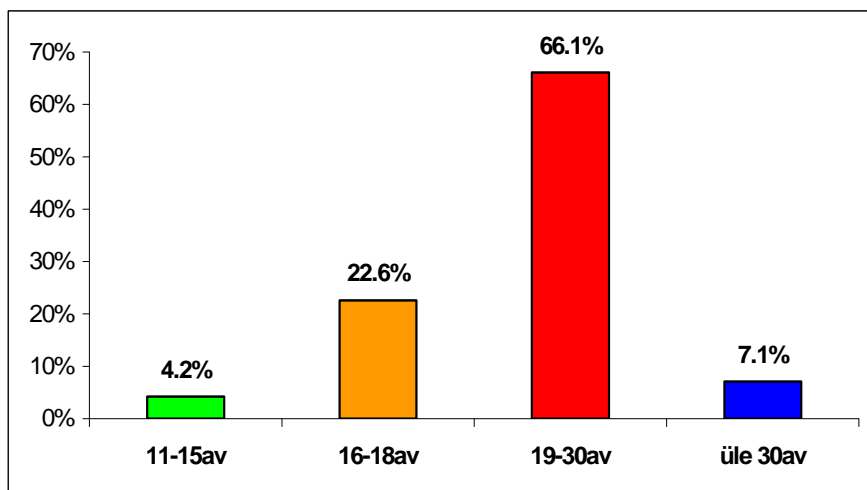


Joonis 7. Suitsetamise alustamise vanusegrupid sõltuvalt uuritava vanusest 2008. aastal

Statistiliselt tõenäolised erinevused ($p < 0.05$) suitsetamise alustamise vanuse osas leiti enamiku võrreldud vanusegruppide vahel: alla 20av ja 21-30av; alla 20 ja 31-40av; alla 20 ja 41-50av; alla 20 ja 51-60av; 21-30 ja 31-40av ; 21-30 aasta ja 41-50av. Erinevust suitsetamise alustamise vanuse vahel ei esinenud 21-30-aastaste ja 51-60-aastaste vahel ($p > 0.05$).

Suitsetamise alustamine ei erinenenud ajateenija ja ohvitseri vahel, kuid erines ajateenijate ja muude töötajate vahel: ajateenijad olid alustanud suitsetamist nooremalt (15,4av) kui muud töötajad (16,2 av) ($p < 0.05$).

Küsimusele suitsetamisest loobumise kohta oli vastanud 1963 isikut (89.2% eesti- ja 89,1% venekeelsetest vastajatest). Eestikeelsetele ankeetidele vastanud olid suitsetamisest loobunud keskmiselt $22,0 \pm 6,3$ aasta vanuselt ja venekeelsetele ankeetidele vastanud $20,3 \pm 2,2$ aasta vanuselt ($p < 0.05$). Joonisel 8 on esitatud kõikide uuritute jaotus vanusegruppide järgi, millal oli loobutud suitsetamisest.

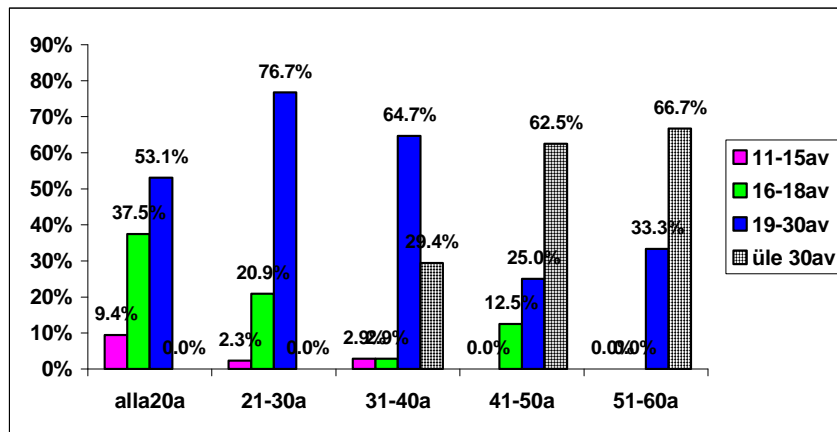


Joonis 8. Vanus suitsetamisest loobumisel 2008. aastal

Veidi üle viiendiku vastanutest olid suitsetamisest loobunud 16-18-aastaselt ja kaks kolmandikku 19-30 aasta vanuselt. Viimases vanusegrupis oli kõige sagedamini suitsetamine lõpetatud 19-21-aastaselt (40,5% antud vanusegrupis vastanutest). Võrreldes

ankeedis antud vastuseid suitsetamise staatuse ja suitsetamisest loobumise kohta selgus, et 40 isikut 239-st (16,7%) end suitsetamisest loobunuks lugenud olid juhussuitsetajad.

Analüüsiti eraldi suitsetamise lõpetamise vanust uuritute vanusegruppide järgi (joonis 9).

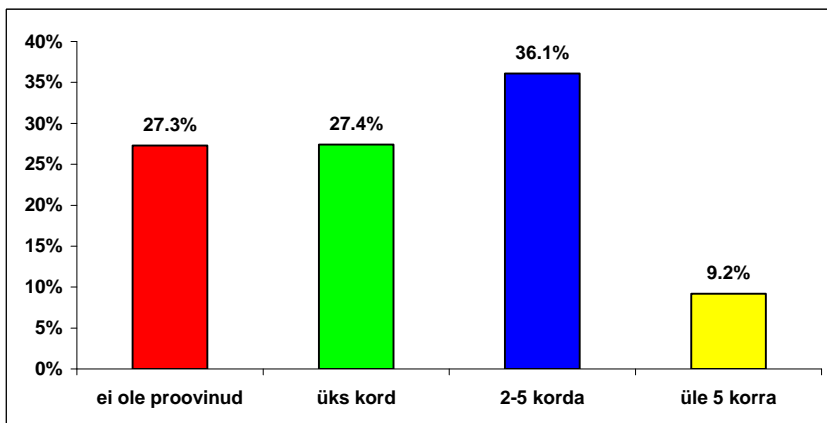


Joonis 9. Vanus suitsetamisest loobumisel uuritute vanusegruppide järgi 2008. aastal

Joonisel 9 on näha, et rõhuvas enamuses juhtudest kuni 40-aastastel oli suitsetamisest loobumine toimunud vanuses 19-30 aastat, st täiskasvanuks saamisel ja noore täiskasvanu eas. Vanema eagrupi esindajad olid suitsetamisest loobunud üle 30 aasta vanuselt.

Suitsetamisest loobumine ei õnnestu alati esimesel korral ja seda kinnitas ka antud uuring. Suitsetamisest loobumise kordade arv oli keskmiselt kaks (mediaan) ilma statistilise erinevusega eesti- ja venekeelsete vastajate vahel ($p > 0.05$). Samuti ei olnud erinevust kaitseväelaste, ohvitseride ja muud ametit pidavate isikute vahel suitsetamisest loobumise kordade arvus. Leiti, et meeste keskmine suitsetamisest loobumise kordade arv oli 2,3 ja naistel 1,6 ($p < 0,05$). Naistest oli suitsetamisest loobunuid küll vaid kaks isikut võrreldes meeste 237-ga.

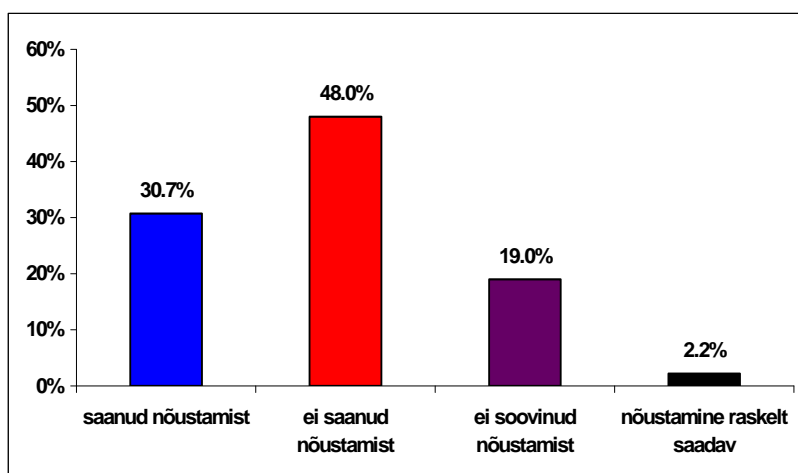
Suitsetamisest loobumise kordade arvu jaotus on esitatud joonisel 10.



Joonis 10. Suitsetamisest loobumise kordade arv kõikide uuritute seas 2008. aastal

Selgus, et 27,4% oli suitsetamisest proovinud loobuda ühel korral ja 36,1% 2-5 korda. Suitsetamisest loobumise kordade arv oli kõige suurem endiste suitsetajate puhul ($2,6 \pm 0,8$ korda), sellele järgnesid igapäevasuitsetajad ($2,2 \pm 1,0$ korda) ja juhuslikud suitsetajad ($2,0 \pm 1,0$ korda). Statistiline erinevus loobumiste arvus leiti kõikide võrreldud loobumise gruppide vahel ($p < 0,05$). Leiti, et kõige rohkem oli vastanute seas neid, kes olid suitsetamist proovinud lõpetada 2-5 korda, võrdselt oli neid, kes ei olnud kunagi proovinud või olid vaid üks kord püüdnud suitsetamist lõpetada. Ligikaudu iga kümnes vastaja oli püüdnud suitsetamist lõpetada üle viie korra.

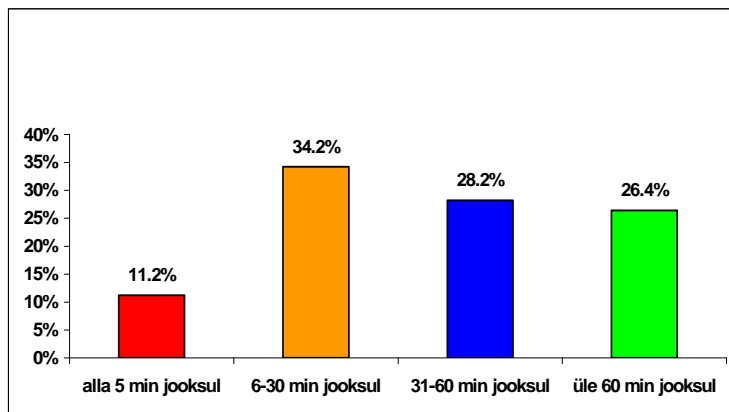
Suitsetamisest loobumise osas nõustamist oli märgitud 179 ankeedis, tulemused on näidatud joonisel 11.



Joonis 11 .Vastanute jaotus suitsetamisest loobumise nõustamise saamise järgi 2008. aastal

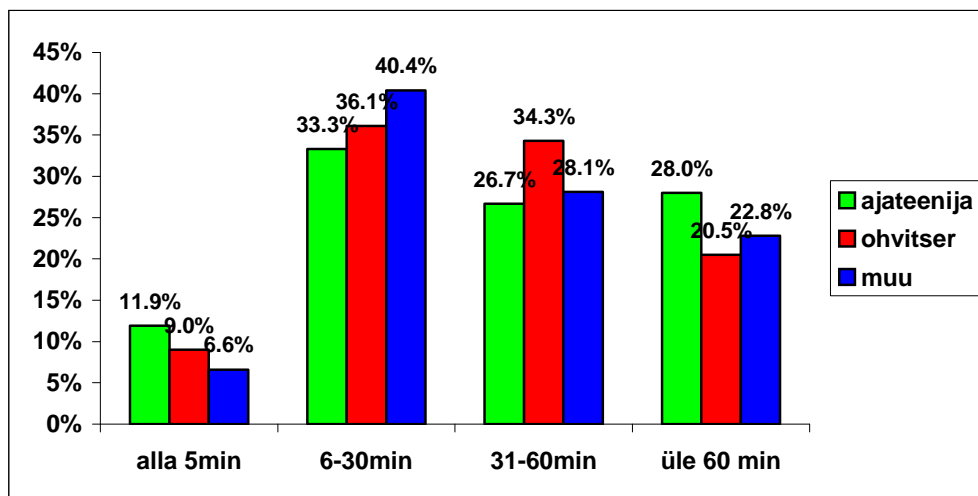
Selgus, et kolmandikule kaisteväelastest oli otsutatud suitsetamisest loobumise nõustamist, üks viiendik ei soovinud seda ja pooled vastanutest ei saanud nõustamist ning mõned vastanutest lugesid nõustamist raskesti kättesaadavaks teenuseks. Ankeedi küsimuses ei ole täpsustatud, kus ja kuidas toimus suitsetamisest loobumise alane nõustamine.

Keskmine päeva jooksul tõmmatud sigarettide arv oli 15 (mediaan) ning seda ilma erinevuseta eesti- ja venekeelsete vastajate vahel. Sigarit tõmbas kaisteväelaste seas kaks meest ja üks naine, seetõttu nende tubakatoodete tarbimist ei saadud rohkem analüüsida. Kohe ärkamise järel esimese suitsu tegemine on teatud määral tunnuseks nikotiinisõltuvuse kohta - mida pikem on aeg ärkveloleku ja esimese suitsu vahel, seda väiksem on sõltuvuse aste. Joonisel 12 on esitud ajaline jaotus ärkamise ja esimese suitsu tegemise vahel.



Joonis 12. Esimese suitsu tegemise aeg peale ärkamist 2008. aastal

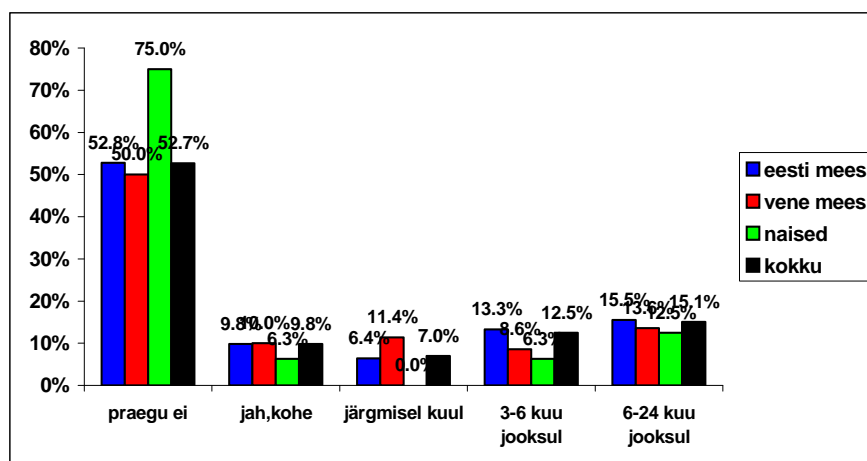
Veidi üle kümnendiku vastajatest tegid esimese suitsu praktiliselt kohe ärkamise järel ja üks kolmandik poole tunni jooksul. Vaadeldi ärkamise järgselt esimese suitsu tegemise aega ametite järgi (joonis 13).



Joonis 13. Esimese suitsu tegemise aeg peale ärkamist ameti järgi 2008. aastal

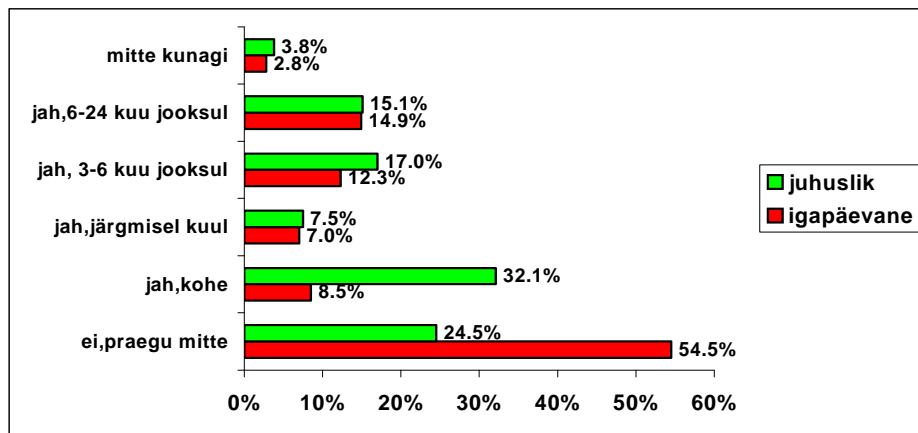
Leiti, et kõige sagedamini tehti esimene suits 31-60 minutit peale ärkamist. Ametite järgi analüüsitud esimese suitsu tegemise ajas statistilist erinevust ei esinenud ($p > 0,05$).

Üle poolel kõikidest vastanutest (52,7%) ei olnud plaanis kohe suitsetamist lõpetada, ülejäänud variandid jaotusid enamvähem võrdselt teiste vastusevariantide vahel (joonis 14).



Joonis 14. Suitsetamise lõpetamise kavatsus erinevast soost ja rahvusest vastajate vahel 2008. aastal

Järgnevalt on esitatud andmed kavatsuse kohta suitsetamisest loobuda igapäeva- ja juhusuitsetajate vahel (joonis 15)



Joonis 15. Kavatsus suitsetamisest loobuda igapäevasuitsetajate ja juhusuitsetajate osas kaisteväelaste seas 2008. aastal

Statistilist erinevust kavatsuses suitsetamisest loobuda igapäeva- ja juhusuitsetajate vahel ei leitud ($p > 0,05$).

Siiski võib arvata, et peaaegu poolte küsitletute puhul võis kõne alla tulla kunagi suitsetamisest loobumine, mida saaks mõjutada sihipärase nõustamistegevusega kas kaisteväes teenistuse ajal või peale teenistuse lõppemist.

Kokkuvõte

- ▶ Enamiku uuritustest moodustasid ajateenijad (76%).
- ▶ Enamik anketeerimisel osalenutest (91,0%) kuulusid noorte täiskasvanute hulka, kelle vanus oli alla 30 eluaasta.
- ▶ Igapäevasuitsetajate ja mittersuitsetajate arv oli uuringul praktiliselt võrdne.
- ▶ Uurimus näitas, et kaisteväelaste seas on suitsetamise staatuse järgi neli erinevat gruppi: igapäevasuitsetajad (41,1%), juhusuitsetajad (7,7%), endised suitsetajad (9,0%) ja mittersuitsetajad (42,1%).
- ▶ Juhusuitsetajate seast olid 23,7% vastanutest end määratlenud kui mittersuitsetajad.
- ▶ Keskmiselt toimus suitsetamise alustamine $15,9 \pm 2,8$ aasta vanuses. Rohkem kui kolmandik uuritustest olid alustanud suitsetamist 11-15 aasta vanuses ja peaaegu pooled

(46,3%) 16-18-aastaselt. Selgus, et 88,4% vastanutest olid suitsetamisega alustanud lapseeas, mis ühtib paljude rahvusvaheliste (10) ja kodumaiste teadusuuringutega (11).

- ▶ Naissoost kaitseväelaste seas toimus suitsetamise alustamine usaldusväärset vanemas eas (19,9 aastat) kui meeste seas (15,8 aastat).
- ▶ Suitsetamise alustamine ei erinenud ajateenijate ja ohvitseride vahel, kuid erines ajateenijate ja muude töötajate vahel: ajateenijad olid alustanud suitsetamist nooremalt (15,4 av) kui muud töötajad (16,2 av).
- ▶ Suitsetamise alustamise vanuses leiti statistiliselt tõenäolised erinevused vanusegruppide vahel.
- ▶ Eestikeelsetele ankeetidele vastanud olid suitsetamisest loobunud vanemas eas (22 aastat) kui venekeelsetele ankeetidele vastanud isikud (20,3 aastat), tulemuse erinevus oli statistiliselt usaldusväärne.
- ▶ Kõige sagedamini lõpetati suitsetamine 19-21-aastaselt (40,5% vastanutest).
- ▶ Suitsetamisest loobumise kordade arv oli keskmiselt kaks ilma statistilise erinevuseta eesti- ja venekeelsete vastajate vahel või ametirühmade vahel. Meeste keskmine suitsetamisest loobumise kordade arv oli tõenäoliselt suurem (2,3) kui naistel (1,6).
- ▶ Suitsetamisest loobumise kordade arv oli kõige suurem endiste suitsetajate puhul (2,6 korda), sellele järgnesid igapäevasuitsetajad (2,2 korda) ja juhusuitsetajad (2,0 korda), erinevused olid statistiliselt tõenäolised.
- ▶ Teatud hulk (16,7%) uuringus osalenud isikutest, kes olid end määratlenud juhusuitsetajana, lugesid end järgmises vastuses mittesuitsetajaks.
- ▶ Kolmandikule kaitseväelastest oli osutatud suitsetamisest loobumise nõustamist, üks viiendik ei soovinud seda ja pooled vastanutest ei saanud nõustamist. Mõned vastanutest lugesid nõustamist ka raskesti kättesaadavaks teenuseks.
- ▶ Kaitseväes tõmmatakse ainult sigarette, keskmiselt 15 tükki päevas. Piibu ja sigari tõmbamine oli üksikjuhtum.
- ▶ Veidi üle kümnendiku vastajatest tegid esimese suitsu praktiliselt kohe ärkamise järel ja kolmandik poole tunni jooksul. Üle poole vastanutest tõmbasid esimese suitsu peale poolt tundi või üle 60 minuti peale ärkamist.

- ▶ Üle pooltel kõikidest mees- ja naissoost vastanutest (52,7%) ei olnud plaani kohe suitsetamist lõpetada.
- ▶ Erinevust kavatsuses suitsetamisest loobuda igapäeva- ja juhusuitsetajate vahel ei leitud.
- ▶ Peaaegu poolte küsitletute puhul võis kõne alla tulla kunagi tulevikus suitsetamisest loobumine, mida saaks mõjutada sihipärase nõustamistegevusega kas kaitseväeteenistuse ajal või peale teenistuse lõppemist.

Järeldused

Eesti kaitseväelaste suitsetamislevimuse uuring näitas, et suitsetamise sagedus oli 2008. aastal väiksem (48,8%) kui 1996.-1999. aastal (66,5%), mis võib olla seotud vabariigis vastuvõetud seaduste, suitsetamise preventisioonilase tegevusega, samuti üldise avalikkuse hoiaku muutumisega elanikkonnas. Igapäevasuitsetajate sagedus on võrreldav suitsetamisega elanikkonnas (12).

Kinnitused üldlevinud teadmised suitsetamisharjumuse tekkimisest lapseas. Suitsetamisharjumused on erinevad mees- ja naissoost kaitseväelastel, kuid ei erine ametite järgi, mis samuti ühtib eelnevate uuringutega Eestis (12). Suitsetamisest loobuda oli proovinud 63,5% uuritutest. Teatud hulk juhusuitsetajaid (23,7%) luges end mitteduitsetajaks, mis näitab, et harva suitsetamist ei loeta püsivaks negatiivseks harjumuseks.

Suitsemisalane nõustamine ei ole veel piisavalt Eesti Kaitseväes arendatud ja edaspidi oleks põhjendatud selle tegevuse laiendamine. 2009. aastal jätkame suitsetamislevimuse uuringuga kaitseväe ajateenijate seas, selgitamaks muutusi suitsetamise staatuses kaitseväes teenimise ajal.

Kasutatud kirjandus

1. Novikov O, Kiivet R-A. Ajateenijate kehaline areng ja haigestumine. Eesti Arst 2004;83(2):70-73

2. Suurorg L, Kaldmäe P, Ausmees M. Kardiorespiratoorne võimekus Eesti kaitseväelastel . Teadus, sport ja meditsiin. Konverentsi ettekanded 17-18.nov. 2000:112-114
3. Kaldmäe P, Suurorg L. Kopsufunktsiooni seosed suitsetamisega noorukitel . Teadus, sport ja meditsiin. Konverentsi ettekanded 17-18.nov 2000:37-39
4. Sahi ,T. Varusmiesten terveys. In Suomalaisten terveys, 2005
5. Jormanainen V. Varusmiesten päihteiden, huumeiden ja lääkkeiden käyttötottumukset. Sotilaslääketieteen laitoksen julkaisuja, 2002;1;2:38-40
6. Palmer C. Tobacco use on the rise among military personnel. DoD Military Health System Web site
7. Basu J. , Smith E, Blackman V. Tobacco industry pressure keeps cheap smokes available to military. Tobacco Control, 2007;2
8. Stetz M .Spike in use by troops feared by health experts. Union –Tribune staff writer, 2004
9. Bingham-Teissala C, Suihko J, Koponen P, Ohrankäämen O, Sahi T. Tupakointi, alkoholikäyttö ja fyysinen kunto. Kansanterveyslaitoksen julkaisuja, 2008;16:33-34
10. Bernat DH,Erickson DJ,Widome R,Perry CL. Adolescent Smoking Trajectories:Results from a Population –Based Study. Journal of Adolescent Health.2008;43;4:334-340
11. Suurorg ,L,Tur I. Tallinna kooliõpilaste tervise ja käitumise uuring. Eesti Laste CINDI programm. Tallinn 2008, 89 lk.
- 12.Lipand A. Tubakasuits-inimese elukeskkonna mürgitaja. Rahvusvahelise konverentsi „Tubakavaba keskkond haiglast kodudesse” materjalid 31.05.2007.,lk2-3