

Petra Loukiainen katsoo, että Anu ja Jori tekevät ensimmäisen tehtävän oikein.



Vertaistapaaminen opetti ja virkisti

IHMISEN MUISTI on kummallinen, se hyppii ja poimii asioita epämääräisessä järjestyksessä. Tämä kirjoitus on juuri sellainen, mutta uuden oppiminen on myös samanlaista. Vaikka kuuntelee ohjeet hartaasti, niin harjoituksissa huomaa, että monta yksityiskohtaa on mennyt ohi. Näin kävi, kun aloin harjoitella pistämistä aluksi iloinen appelsiini edessäni.

Mutta palataanpa alkuun: olin mukana Aivolisäke-potilasyhdistys Sella ry:n pistos- ja ensiapuopetuksessa Jyväskylässä. Vauhdikkaat ja ammattitaitoiset ohjaajat olivat Valmetin Rautpohjan ensiapuryhmästä. **Tapani Koikkalainen** on ensiapuryhmän johtaja ja **Petra Loukiainen** innokas jäsen. Heidän ammattimaista ja vauhdikasta esitystään oli ilo

seurata, mutta samalla oppi imeytyi – toivottavasti syvälle takaraivoon.

Ensiksi oli pistosopetus, jota antoi Petra. Kuvassa hän näyttää ruiskun täyttämistä. Jos on nähnyt kuinka pistetään, mutta ei ole koskaan sitä itse tehnyt, yllättyi miten käsi alkaa täristä eikä tottele lainkaan. Minulla ei ole piikkikammos ja luulin, että on helppoa tuikata piikki pylyyn tarvittaessa. Ensiksi selvisi, että juuri pylyyn ei kannatakaan pistää, vaan reiden ulkoreunan vahvaan lihakseen (onneksi on tullut kerättyä pehmustetta reiden ympärille).

Piikkiä lihaan

Ensimmäinen tehtävä oli sekoittaa aine ja lämmittää liuosta niin kauan, että se muuttui kirkkaaksi. Lääke-

rin määräämässä lääkkeessä on tarkat ohjeet, joten en kopioi niitä nyt tähän. Sekä ruisku että neulat avattiin pusseistaan yläpäästä niin, ettei itse neuloihin koskettu. Ihmettelin ensin, miksi neuloja tarvitaan kaksi. Toinen oli paksumpi ja sillä imettiin aine pullosta ruiskuun. Neula pyydettiin laittamaan tiukasti paikalleen, ettei aine pääse karkuun. Minulla taisi olla liiankin tomerat otteet, koska en saanutkaan neulaa enää ruiskusta pois, vaikka olisi pitänyt vaihtaa ohuempi

neula pistämistä varten. Avuliaan naapurin avulla vaihto sitten onnistui.

Kun pieni neula oli ruiskussa onnistuneesti, pulpautettiin ilmat pois ja neula iskettiin tikkamaisesti appelsiiniin. Siinä vaiheessa oli hyvä vaihtaa kättä ja painaa sisältö hitaasti sisään. Koska harjoituksessa käytettiin vettä, alkoi appelsiini itkeä. Itselleni tuli kumma olo, kun ajattelin, että tuo appelsiini voi joku kerta olla oma reisilihas.

Moni paikalla ollut olikin tarvinnut pistosapua ja he



TULI KUMMA OLO, KUN AJATTELIN, ETTÄ TUO APPELSIINI VOI JOKU KERTA OLLA OMA REISILIHAS.

Tapani Koikkalainen näyttää kääntämistä Petra Loukiaisen kanssa. Kääntämisessä olisi hyvä olla auttaja tai pari. Petra Loukiainen vihjaisi, että esimerkiksi farkun kauluksesta saa hyvän otteen. Toisessa kuvassa näkyy käsien hyvä asento lopussa. Jos potilas

esimerkiksi oksentaa, se ei jää kohtalokkaasti kurkkuun.

Meitä oli aika monta, ainakin kahdeksan pöytää tarvittiin. Ne järjestettiin yhteen, jotta kaikki olivat saman pöydän ääressä ja näki ja kuuli paremmin.



sanoivat, että itse on hätätilanteessa vaikea pistää, koska kädet tärisivät. Olisi hyvä, jos olisi läheinen, joka voisi myös opetella pistostavan. Meillä siis syödään tulevaisuudessa tavallista enemmän appelsiineja. Eihän pieni vesitilkka appelsiinia pilaa, ainakin Jyväskylässä appelsiineista tuli erityisen makea.

Käytäntö opettaa

Pistosharjoittelu annettiin kotiläksyksi ja alettiin seurata Tapanin esitystä ensiavusta – ensin kankaalla katsellen ja Tapanin kertomusta kuunnellen. Kertomukset elävästä elämästä auttoivat ymmärtämään, kuinka tärkeää olisi osata auttaa.

On tärkeää osata arvioida, milloin tarvitaan mikään ensiavun vaihe ja mitä pitää tehdä. Kuten **Anu** kertoi, tositilanteessa on harjoittele-mattoman vaikea tietää mitä tehdä, apua on kuitenkin tärkeä antaa. Anu ei kävellyt ohi, kuten muut. Pieni virhe on merkitykseltään verrattuna siihen, että ei tee mitään.

Kaikkea harjoiteltiin sitten käytännössä: hengityksen kuuntelua, kääntämistä ja varsinaista ensiapua. Jos hengitystä ei tunnu, aletaan elvyttää. Ensimmäiseksi tietenkin soitetaan 112:een ja kerrotaan tilanteesta. Siinä vaiheessa olisi hyvä, jos paikalla olisi useampi osaava henkilö.

Tajuttoman ihmisen kääntäminen on tosi vaikeaa. Sen huomasivat ne rohkeat, jotka kokeilivat. Käsien ja jalkojen asennot ovat tärkeitä, että kääntäminen sujuu. Koska oli tuttua porukkaa, eikä ollut todellinen hätä, homma meni välillä makeaksi nauruksi.

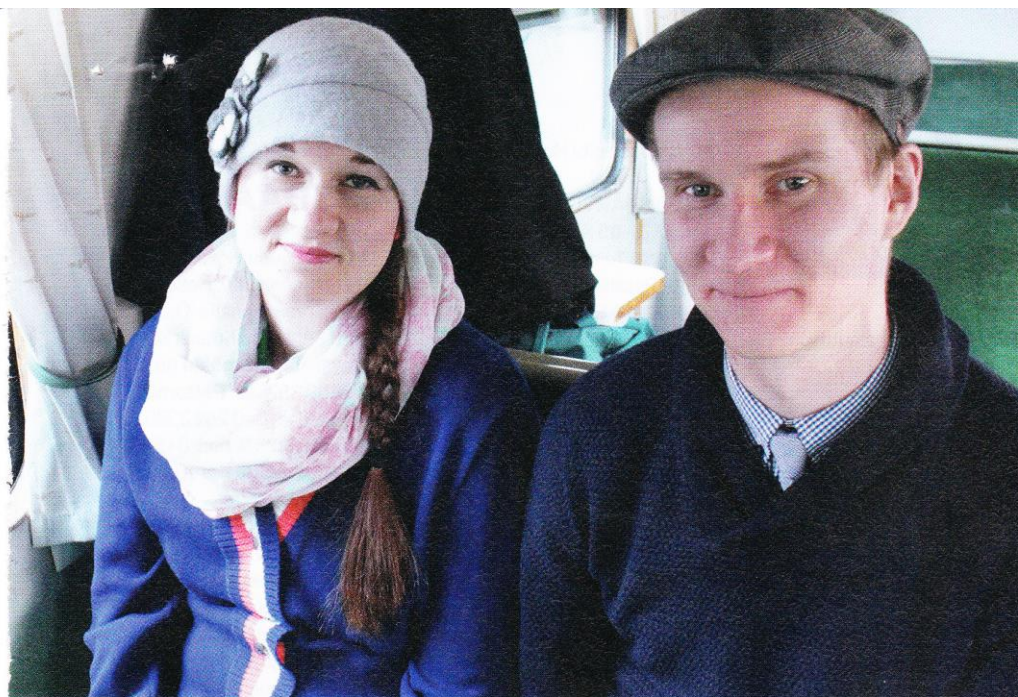
Tapani ja Petra opettivat myös elvytystä Janne-nuken avulla. Koska 30 rytmikästä painallusta on raskasta tehtävää, olisi hyvä olla toinen joka antaisi tarvittavat kaksi syvää hengitystä. Olisi myös tärkeää voida vaihtaa tehtäviä, jos joutuu odottamaan ambulanssia. Painallukset tehdään kyynärpäät suorina ja riittävän voimakkaasti, jotta teosta on tehoa. Pari

murskaantunutta kylkiluuta on pieni vahinko hengenmenetykseen verrattuna.

Nostalgiaa Lättähatussa

Ensiapukoulutuksen jälkeen emme ehtineet kuin hengähtää, kun lähdettiin jo seuraavaan tapahtumaan. Lauantai-illaksi oli järjestetty mahdollisuus osallistua Lättähattu-ajelulle. Keitele-museon juna lähti Joensuusta ja me pääsimme kyytiin Pieksämäeltä. Sinne meidät kyyditti Tapani tyttärensä **Tarjan** kanssa. Olin aivan ihmeissäni tällaisesta ystävällisyydestä ja vaivannäöstä.

Kun juna pysähtyi, konnari tuli hetkeksi ulos ja tarkisti



Kun juna mainostettiin, toivottiin että matkustajat pukeutuisivat ajan henkeen. Kun astuimme junaan, heti ensimmäisessä penkissä oli herttainen nuori pari, joka oli pukeutunut hienosti. Tuli mieleen, että olisi ollut kivaa itselläkin olla jotkin erilaiset vaatteet, mutta niillä nyt mentiin, mitä päällä oli.

Ryhmämme ei ollut suuri, mutta tunnelma oli tiivis ja hauska. Sitä ihmeteltiin koko matkan ajan, että mistä järviä riittikin joka mutkan taakse. Samaa ihmettelin jo tullessamme autolla. Olimme todellisissa järvi-Suomessa.



Matkatunnelmissa Jori ja Kari, sekä takana Oili ja Tarja. Itse istuin vasemmalla Tapanin vaimon Maijan kanssa. Oli hienoa tutustua häneen. Sain myös monenlaista tietoa alueesta ja paikoista, joita ohitimme.

KYLLÄ KERTOESSA JA KUUNNELLESSA KYYNEL TULEE HERKÄSTI SILMÄÄN.

lippumme. Tarja ja Oili yrittivät saada lippuun alennusta lupaamalla laulaa, mutta konnari oli kuullut päivän mittaan niin paljon laulua, että hän uhkasi nostaa hintaa, jos laulaa. Siispä lauloimme vain itseksemme.

Mukavassa seurassa ja hienoja maisemia katsellen matka meni nopeasti ja olimme taas Jyväskylässä. Siellä oli vastassa ystävällinen kuljettajamme, niin pääsimme

taas Laajavuoreen.

Kiitos Tapani tästä elämyksestä ja vaivannäöstäsi meidän hyväksemme.

Kyyneliä ja naurua

Junamatkalta siirryimme suoraan Sellan kahvilaisuu-teen ja illanviettoon. Oli niin mielenkiintoista kuunnella toisten tarinoita sairaudestaan ja selviämisestään, että kamerakin jo unohtui.

Olen uusi sellalainen ja

uusi myös tällaisen aivolisäkkeen kanssa, siksi minulle oli tärkeää kuulla toisten tarinoita. Ja vaikka monelle tarinat ovat tuttuakin, niin kyllä kertoessa ja kuunnellessa kyynel tulee herkästi silmään. Onkin tärkeää, että on jokin paikka ja tilaisuus, jossa voi itseään purkaa. Näin harvinaisesta sairaudesta on vaikea puhua muualla, koska asiaa ei kerta kaikkiaan ymmärretä.

Minulla on kumma aivolisäke, kun sen hiipumiseen ei selvää syytä löydetty. Toisaalta saan olla todella onnellinen, ettei ole monia leikkauksia tarvittu. Ainoa ongelma oli, että kesti tosi kauan, ennen kuin syy voi-

mattomuuteeni ja moniin muihinkin oireisiin löytyi.

On hienoa, että Anu, **Katri** ja **Anneli** ovat nyt kiertäneet monissa tapahtumissa kertomassa näistä harvinaisista sairauksista. Siten sekä terveydenhoitohenkilökunta että uudet sairastuneet saavat tietoa. Olisi tärkeää, että sairaudet tunnistettaisiin nopeammin, se olisi etu kaikille.

Kiitos etenkin Anulle ja Katrille tästä virkistävästä viikonlopusta, myös suuresta työmäärästä, jota teette meidän muiden hyväksi.

Teksti ja kuvat
Uuna Syrjäsuu