

Terveystalokonsernin asiakaslehti Terveystalo (1/2008): ”Huumori on hyvä kasvualusta

Lehtijutussa asiantuntijalääkäri Martti Aukee kertoo muistisairaudesta, sen ilmenemismuodoista, muistisairauden testaamisesta ja antaa neuvoja muistisairautta epäileville.

Sen jälkeen jutussa on Eevasta ja minusta kuva, jossa me halaamme toisiamme poski poskea vasten.

Tekstiosuus meistä:

Omaishoitaja Petter Pulkkinen: Huumori on hyvä kasvualusta

Petter Pulkkinen hoitaa kotonaan Alzheimerin tautia sairastavaa vaimoaan Eevaa. Hän pitää erittäin tärkeänä vaikeidenkin asioiden varhaista tunnistamista. Se avaa mahdollisuuden parhaaseen mahdolliseen asiantuntija-apuun, ongelmien jakamiseen ja vertaistukeen, mikä ratkaisevasti helpottaa selviämistä ja jaksamista.

Eeva ja Petter Pulkkinen asuvat omakotitalossa Espoon Aurinkoniityllä. Eeva on entinen sairaanhoitaja ja Petter on tehnyt uran valtionhallinnossa. Nyt molemmat ovat eläkkeellä. He ovat yhteisymmärryksessä rakentaneet elämänsä tärkeiden peruspilareiden varaan. On tärkeätä, että kalenteri on täynnä ja huomisille on tekemisiä, jotka antavat elämälle sisältyä ja odotusarvoa ja huolehtivat viiden tärkeän peruspilarin toteutumisesta, sanoo vaimonsa omaishoitajana toimiva Petter.

Nämä viisi tärkeätä asiaa ovat: ilo, positiivisuus, huumori, kiitollisuus ja toivo.

Kaikki ovat osaltaan tärkeitä, mutta nostaisin kolme ylitse muiden. Kiitollisuus on lyhin tie onneen, huumorintaju on arvo ja kasvualusta, jota ilman muut arvot eivät edes toimi ja toivo on Pentti Haanpään mukaan resurssi, jonka varassa astumme huomiseen, Petter toteaa.

Nämä eivät ole helppoja tai itsestään selviä asioita, kun jokin ulkopuolinen asia, kuten elämänkumppanin sairastuminen tulee lupaa kysymättä ja sotkee totutut ympyrät. Ulkopuolinen voi hyvin kuvitella, että katkeruus ja viha ovat vahvoja tunteita. Asia kerrallaan. Kun ongelmat ovat suuria, täytyy muistaa kysymys:

Kuinka norsu syödään? Oikea vastaus on **haarukalla ja pala kerrallaan**, Petter nauraa. Hänen mukaansa muistisairaiden hoidossa väkisinkin keskitytään siihen, että potilas ei pysty muistamaan. Se on totta, mutta meillä Eeva muistaa monia vanhoja asioita paremmin kuin minä. Sen vuoksi kannattaa keskittyä siihen tilanteeseen, mikä on ja toimia sen mukaan. Alan järjestöt tarjoavat runsaasti toimintamahdollisuuksia vertaisryhmissä.