



Ootko
valmis
vastaanottamaan

*kun toivees
alkaa
toteutumaan*

*M*ETSÄNHENKI

**Ootko valmis
vastaanottamaan
kun toivees
alkaa toteutumaan**

Metsänhenki
Ari Kettunen - Erja Piironen

**Ootko valmis
vastaanottamaan
kun toivees
alkaa toteutumaan**

*Aina on aikaa ja tilaa haaveille
ja toiveille,
maailmankaikkeus toteuttaa ne
tavallaan ja ajallaan.
Joskus hittaammin
ja toisinaan nopeemmin,
mutta varmasti toteutuu.*

© 2019 Metsänhenki Ari Kettunen, Erja Piironen

Kuvat Ari Kettunen, Erja Piironen

Kannen suunnittelu Hanna-Sisko Onnela

Kustantaja: BoD – Books on Demand, Helsinki, Suomi

Valmistaja: BoD – Books on Demand, Norderstedt,
Saksa

ISBN: 978-952-80-0915-3

Sisällysluettelo

7	Esipuhe	
9	Ari: 2015 syksy	
18	Erja: 2016 tammikuu	
26	Potilaskertomus 14.1.2016	
28	Ari: 2016 tammikuu	
30	Siirtoepikriisi Lahdesta Tampereelle	
32	Arin vanha uusi alku	
37	Ari Tampereella	
43	Erja: Ihania ystäviä, uskoa ja toivoa	
62	Potilaskertomus 19.1.2016	
63	Ari perjantaina 22.1.2016	
74	Loppuarvio Tampereelta kotiutettaessa	
76	Ari ekana aamuna kotona	
82	Potilaskertomus sädehoito	
84	Ari: Hiton kiirettä piti	
88	Erja: Töissä ja Arin tukena Tampereella	
102	Ari: Elämä jatkuu	
112	Erja: Numeroita, numeroita, numeroita	
139	Ari: Kantasolujen palautus ynnä muuta	
162	Erja: Elämän pieniä suuria asioita	
177	Ari: Vuosi 2017	
194	Ari : Vuosi 2018	
199	Potilaskertomus neurologia	
202	Erja: Aivoinfarkti ja toinen	
217	Ari: Toivutaan taas	
223	Erja: Eteenpäin mennään	
237	Kuvia matkan varrelta	

Esipuhe

Tämä kirja on tositarina unelmien toteutumisen tiestä kivikkoineen ja karikkoineen.

Vuoden 2016 alussa Arilla diagnosoitiin multippeli myelooma, luuydinsyöpä, joka vie mennessään kävelykyvyn. Länsimaisen lääketieteen ja vaihtoehtohoitojen avulla Ari tervehtyi mutta kaksi vuotta myöhemmin sairaus nousi uudelleen pintaan ja toi mukanaan aiempaa rankempia koettelemuksia. Miksi näin kävi? Mikä oli sairauden sanoma ja viesti? Sairaus ei koskaan ole paha peikko, jota vastaan pitää taistella vaan päinvastoin. Sairaus on ystävä, jolla on tärkeä viesti, useampikin, sekä sairastuneelle että hänen läheisilleen. Sairauden syvin olemus on puhdas ja pyyteetön rakkaus, jonka tarkoitus on opettaa ja viedä eteenpäin kohti unelmien, haaveiden ja toiveiden toteutumista.

7

Tässä kirjassa kerrotaan sairastumisesta, toipumisesta ja parantumisesta kahden ihmisen näkökulmasta. Kirjoittajina ovat Ari ja hänen puolisonsa Erja. Kumpikin kirjoittaa vahvasti ja elämänmakuisesti oman kokemuksensa tapahtumista. Miten elämä muuttui ensijärkytyksen jälkeen aiempaa paremmaksi. Miten vuosikymmenten unelmat, haaveet ja toiveet alkoivat yksi kerrallaan toteutua.

Ei ole olemassa väärää valintoja, huonoa onnea tai paskaa tuuria. Mikä tässä hetkessä vaikuttaa pahalta,

onkin ajan edetessä onni ja siunaus. Tämä kirja on kertomus mitä kaikkea hyvää ja parasta elämä toi mukanaan unelmien täyttymisen tiellä.

Kotisivumme www.metsanhenki.fi

Lahdessa keväällä 2019

Ari ja Erja



Selfie NEKU:lta (neurologinen osasto),
Tampere tammikuu 2016

Ari: 2015 syksy

Isä oli ollut heikommassa kunnossa jo useamman auringonkierron, oli kuolemaa odotellut parikymmentä vuotta, mutta ei toive vielä ollut toteutunut. Muisti alkoi olla kuin tyhjällä maitopurkillä, muu kunto sitä, että useamman kerran vuodessa ambulanssilla ajeli ympäri maakuntia. Henki ei meinannut kulkea eikä pumppu jaksaa pumpata, silti halusi mutsin mukana mökillä kulkea, vaikkei siellä muuta jaksanut tehdä kun maata. Aiemmin teki polttopuut, kävi äidin kanssa kalassa, marjassa ja sienessä, kantoi vedet saunaan ja mökkiin. Myöhemmin seurasi toisten tekemisiä ja istui rukkaset perseen alla kannonpäässä puhisemassa kun ”minen jaksaa ennee ee mittään.” Nyt nieli päivittäiset pillerinsä ja istui tai makasi ja enimmäkseen makasi ja tuijotti kattoon. Äiti sanoi että ”sama kait missä se makkoo kun ei se enää puhukkaan mittään.” Mökistä jonkun matkan päässä oli ulkokuusi, ja siellä käynti vaati useamman huilin matkalla, katetroimaan kun joutui niin liekö välillä kusiputki maahan tippunut ja pula-ajan eläneenä ihmisenä kun mitään ei hukkaan heitetä, niin kohta ambulanssilla ajettiin kovassa kuumessa ja älyttömänä hourailleen. Muutama kerta mu-
nuaisaltaantulehdus kesän aikana taisi olla, mutta aina ne sairaalassa ukon pystyyn nosti ja henkiin pelasti, vaikka liekö aina ollut oma tahto jatkaa kitumista.

Sitä ulkohuussia oli joskus ehdoteltu, että tehtäiskö uusi vähän lähemmäs mökkiä vai sisäkuistille joku systeemi laitettais, mutta kun ”ee, kyllä se minun iän välttää”. Jossain vaiheessa kuistin nurkkaan kulkeutui jonkinmoinen ämpäri/istuin järjestelmä apuvälinevarastolta. Päivänä eräänä pihanperän puucee alkoi olla perseelleen kaatumaisillaan, että muittenkin mukavuussyistä päätettiin rakennelma uusia.

Kotona muun puuhan välissä väsäilin elementit uutta huussia varten, oli mukavampi sähkön luona kasailla kalikoita yhteen. Iltana eräänä peräkärryyn kalikat lastailin ja seuraava päivä kun oli rokokopäivä, ajattelin käydä näppäämässä mietiskelyhuoneen mökille pysyy. Vielä pihavaraston vintiltä muutama lauta kyytiin kun jotain kuitenkin on jäänyt puuttumaan, parempi liikaa materiaalia mukana, kuin että jää jonkun puutteen takia homma kesken. Tikkailla varaston yläluukulle, laudat olalle ja alas. Metrin verran ennen maata pieni horjahdus, kalikat lensi käsistä ja hyppy maahan. Vittu, että teki kipeää lapojen välissä alastulo, ihan tasajalka alastulo noin metristä, ei sen pitäis tuntua missään. Perässä vetämällä yksitellen vein muutaman laudan peräkärryyn. Sellainen fiilis oli että kävikö pahasti. Ilta meni ibuprofeiinia nokan alle työntäessä ja yö asentoa etsiessä että pystyi nukkumaan.

Aamulla paxi poskeen ja baanalle, oli äidin kanssa sovittu että aamulla menen mökille uutta paskahuusia

pystyttämään. Äidilläkin on ikää jo jokunen vuosi kertynyt eikä ole priimakunnossa primadonna vuosikautsiin ollut. Siinä kaksi selkävaivasta yritti pöngätä seiiniä pystyyn. Välillä käytiin parasetamolia vetämässä ja välillä purettiin sitä meidän hommaa. Olis astrologi ollut hämillään tähtien sakaroitten paljoutta ihmetellessä, ei ikinä ollut sellaista kipua missään ja varsinkin selässä kun nyt oli. Kesken homma meiltä jäi, kun mitään ei voinut nostaa, aina oli vastassa tajuton kipu. Muutama päivä myöhemmin kävi kummipoika saatamassa projektin sateelta suojaan vaiheeseen, kiitokset hänelle.

Samana iltapäivänä oli olo tuskainen ja aina kun käsiä nosti, niin hiki pintaan pönähti, eikä se johtunut kuumuudesta. Itsellä alkoi olla ajatus että hermo on pahasti puristuksissa tai välilevy vähintään pettänyt. Illalla kun vaimo tuli töistä, niin ei pitkää keskustelua tarvinnut kun Akuuttiin päätettiin lähteä.

Hoitsun puheille päästiin vaivaa ja tapahtumien kulkua selittämään ja seuraavalle asiantuntijalle. Muutamia pakkoliikkeitä tehtiin ja kartoitettiin että miltä mikäkin tuntuu. Viimenään lyönti nyrkillä päälakeen ja kipu tuntui väärässä paikassa, ei päässä vaan selässä ja samalla menin kalpeaksi ja hikiseksi, niin alettiin sannattomasti olla samaa mieltä että hermoon käy joku muukin kuin vitutus. Sain hoitajalta pillerilajitelman nieluun ja paikan jononjatkoksi lääkärille, joka jatko-toimenpiteet päättää. Ajoittain tulee ajatuksia milloin

mistäkin ja kestäkin. Odotustilassa ihmisiä tuijotellessa ja talonväen seilatessa tilassa eestaas, kulki ohi pari lääkärin näköistä ihmistä, vaimolle totesin että jos nuo on lääkäreitä, niin toivottavasti en joudu tuolle vaan tuolle toiselle. Ja niin kävi, ettei toivomus toteutunut. No, ei siinä mitään lääkäri kun lääkäri. Taas sarja pakoliikkeitä jne.

Kipu oli vähän helpottanut saadun pillerisatsin ansiosta. Kysellessäni, voisiko selkää kuvata, josko sieltä jotain vikaa löytyisi, sain vastaukseksi, että lihasspasmise vaan on, hän voi vaikka näyttää mikä lihas on kyseessä. ”Jos sieltä jotain vikaa löytyisi, niin täytyisi leikata, ethän sellaiseen operaatioon halua.” No, en tosiaan, kun aikoinaan äidin selän oli huumeveikkolääkäri piloille leikellyt ja vajaasta nelikympyisestä työkyvyttömyyseläkkeellä ollut. Toisaalta eläkettä olen vuosikaudet toivonut, ajatuksella ettei terve ruumis työtä kaipaa, menisi aika muutenkin. Helpotus itselle kuitenkin oli, kun ei mitään vakavampaa ollut, kramppi vaan. Sairasloman tarvetta kyseli, paljonko laitetaan. Mitäpä minä sairaslomalla kun yksinyrittäjänä toimin. Ei mun töitäni kukaan olisi tullut tekemään ja jonkinlainen käsitys yrittäjän sosiaaliturvattomuudesta oli, muutama viikko ilman tuloja, oli sairaslomaa eli ei. Ihan ohimennen mainintana, että puliukoilla on edut ilman maksuvelvoitteita. Lääkäri kirjoitti monenlaista taplettia ja kehotti parin kuukauden kuluttua palaaman asiaa jos vaiva ei laannu.

Viikonloppu tuli varovaisesti otettua, mutta eipä ”lihaskramppi” tuntunut helpottavan. Silloin kun oikeissa töissä kävin, en ollut ahkera sairaslomalainen, ja viimeiset kahdeksan vuotta huuhaahoito alalla ollessa ei kertaakaan minkään sairastelun takia tarvinnut keikkaa perua. Nyt joutui asiaa pohtimaan, mutta kun reseptilääkettä oli reilummin käytössä, niin nappi huuleen ja tukka vastatuuleen.

Syksy eteni niin, että töitä tein sitä mukaa kun niitä oli ja loppuajan makasin milloin missäkin paikassa kun kivutonta asentoa koetti hakea. Autolla ajoin niin että tiukka ote ratin yläosasta ja molemmin käsin työnsin tiukasti selän selkänोजaa vasten, oli aika hyvä ajaa. Tasoristeyksen yli vaikka kuinka varovasti meni, niin vittuja ja perkeleitä oli ilma täynnä.

13

Oli sellaista aikaa, että suutarin lapsella oli jalkineet aika huonossa kunnossa tai niitä ilman melkein olin.

Joltain terveydenhuollon ammattilaiselta lisää reseptiä hain ja fysioterapiassa käskettiin käydä ja liikkua enemmän. Jostain sain päähäni ryhtyä autotalliin kuntoiluvälineitä puuhaaman, että saisi petrattua vointia joka ei sallinut minkään tekemistä. Painonnostopenkin kovalle alustalle selälleen ja yksi kerta tyhjällä tangolla riitti siitä kuntoilusta, kun vaati lähes paikallisen palokunnan paikalle että ylös pääsin. Päivät sain päätök-

seen pillereitä syömällä, olihan niitä useammanlaisia, oli punaisen kolmion kanssa ja ilman. Yöt olivat hankalampia, sängyllä ei voinut nukkua ollenkaan, semmoinen mekanismituoli jossa saa puolimakuultaan oltua ja kaltevuutta selälle vaihdettua, antoi muutaman tunnin unta.

Fyssari ehdotti toisenlaista hoitoa, josko kiropraktikkoa tai osteopaattia kävisit kokeilemassa, yhden numeronkin sain. Jotenkin alitajunta tai joku suojeli, etten kiropraktikolle mennyt, ja ehkä sekin että olin hajulla mitä siellä tehdään. Osteopatia oli itselle oudompi asia, siis kokeilemaan. Sieltä hetkellistä lievitystä sain, muttei siitäkään ilo pitkälle riittänyt.

Oli taas arki ja maanantai, oma asiakas ulos ja sitten itse hoidettavaksi. Jätin auton parkkiin kompromissi paikkaan, josta ensin pyrähdys suuntaan ja sitten toiseen, siis yhdenpysähdyksen taktiikalla. Resepti kourassa apteekkiin hölätessä tuntui, että voi vittu, kenen jalat mulla nyt on kun ne on ihan eriparia. Osteopaatille köpötellessä sama tilanne ja sielläkin varmaan kellot kilkutteli, oli sen verran lempeät otteet. Tällä kertaa käsittelystä ei ollut mitään riemua kivun lievitykseen.

Aika sumuinen ja huuruinen oli syksy ollut. Uusivuosi oli aluillaan, mutta nyt pimeys laskeutui ja peitti maan. Maanantaista kun selvisin niin tiistai alkoi siten että

vaikka kaikki maailman tabletit söisin, niin en tästä mihinkään pääse, hyvä kun pystyssä pysyin. Ei auttanut sisu eikä ahneus. Ensin puhelimen kampeen perumaan työkeikkaa, paikka jossa alusta asti olin saanut käydä, kun tätä hommaa olin alkanut tehdä. Kiva olis ollut mennä, mutta kun ei kyennyt. Sitten kai on taas pakko koettaa uskotella jollekin kunnalliselle terveydenhoitajalle olevansa sairas, toivoo josko vähän tutkittais ja kuvattais ruotoa.

Niin tuntui hankalaa olevan minnekään pääseminen, kun ei aiemmin virallisen terveydenhuollon palveluita ollut tarvinnut, niin ei tiennyt mistä itsensä sisälle pyöryttää ainakaan pelkällä puhelimella. Ja olin noita tablettireseptejä saanut niistä tämän kummemmaksi tulematta. Eli tämä päivä maatessa, jospa se tästä rauhoittuu.

Keskiviikko-aamun valjetessa oli sellaiset rintakivut että jos en olis tiennyt että selässä vika on niin naapurista olisin mennyt nitroja kerjäämään ja vatsan alaosassa oli myös omituinen tunne. Aikani googlailtua ja vaimon lähdettyä kuskaamaan löysin itseni jonottamasta oman alueeni terveystasun tai mikälieasemalta. Taas selviteltiin tapahtumien kulkua, sitten lääkäriin.

Vasaralla paukuteltiin pitkin kinttuja ja mitälie muuta tehty. Hermotulehduksesta oli lääkäriillä ajatus, nyt

päksiin (Päijät-Hämeen Keskussairaala) lisätutkimuksiin, siellä syksyllä olin käynyt tutustumassa järjestelmään.

Vaimo soitti töihinsä että tässä menee vähän pidempään ennen kuin pääsee kustannuspaikalle tulemaan. Iltapäivä ja ilta kului asiantuntijoita odotellessa ja heille pakkoliikkeitä tehdessä ja tasapaino -taitoa esitellessä. Pääasia että jotain alkoi tapahtua ja juna kulkea kuvauksiin, röntgeniin, magneetti- ja viipalekuvauksiin, labrakokeisiin jne. Seuraavan yön vietin sairaalassa.

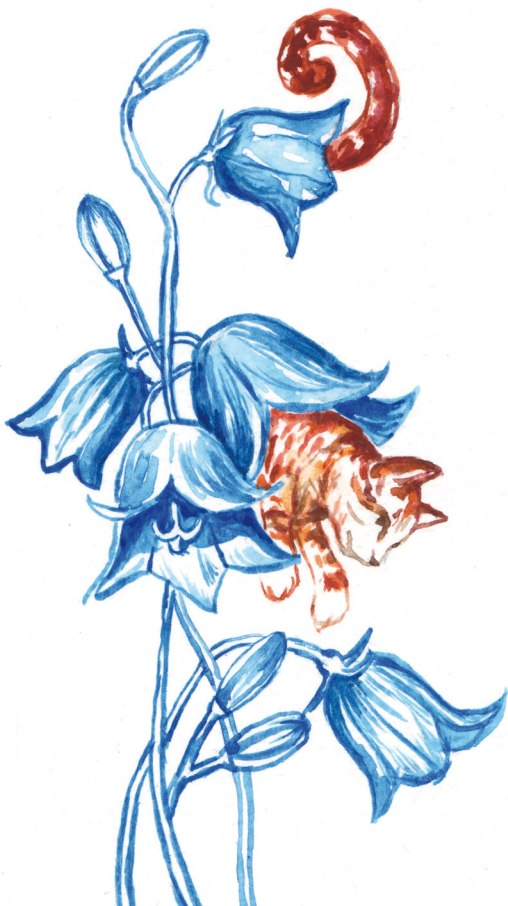
Aamun valjetessa oli selvillä yhtä ja toista. Erja oli illalla lähtenyt kotiin vierailuajan päätyttyä, se olikin mo-
neen vuoteen ensimmäinen yö kun ei nukuttu vierekkäin. Siitä on kymmenisen vuotta aikaa kun Erja oli Stanstedissa Englannissa. Silloin me oltiin viikko kotona poikien kanssa kolmistaan, siis kissojen Konstan ja Johanneksen, ja ikävä meillä oli silloinkin. Sitä edellinen erossa olo kerta oli yli kaksikymmentä vuotta sitten, silloinkin taisi olla Englannin työmatkareissu.

Aamupala oli syöty hyvillä mielin, vessareissuja tehty. Pääsin liikkumaan omin jaloin, ne olivat kyllä tosi omittuisen tuntuiset, ja rinnassa tissilinjalla tuntui kuin tiukka vanne olisi kiertänyt koko rintakehän.

Lääkärikierros oli juuri ollut, ja hän oli kertonut kuulumiset. Soitin Erjalle, joka oli juuri putsailemassa

*M*inulla on unelma. Sinulla on unelma. Tavallisia, yksinkertaisia toiveita ja haaveita. Toisinaan mielen valtaa epätoivo, kun ei millään keksi miten unelmansa toteuttaa. Mutta ei hätää! Kun sinulla on päämäärä johon keskityt niin maailmankaikkeus vastaa toiveisiisi. Unelmat, haaveet, toiveet alkavat toteutua yksi kerrallaan. Sinun ei tarvitse tehdä muuta kuin uskoa, toivoa ja luottaa. Annat itsesi olla maailmankaikkeuden ohjauksessa, seuraat intuitiotasi ja annat elämän virran kuljettaa sinua kohti määränpäättä. Usko ja luota että saat juuri sitä mitä olet tilannut, vaikka matkan varrella voi tuntua joltain muulta. Useimmiten matka kohti unelmien täyttymystä on kivikkoinen, epätoivoinen ja raskas. Mutta luota, kaikella on tarkoitus ja merkitys.

Kaikki johtaa lopulta juuri siihen mistä olet haaveillut



Tämä kirja on tositarina unelmien toteutumisen tiestä kivikkoiseen ja karikkoiseen. Tässä kirjassa kerrotaan sairastumisesta, toipumisesta ja parantumisesta kahden ihmisen näkökulmasta. Kirjoittajina ovat Ari, joka sairastui vakavasti vuonna 2016 sekä hänen puolisonsa Erja. Kumpikin kirjoittaa vahvasti ja elämänmakuisesti miten elämä muuttui ensijärkytyksen jälkeen aiempaa paremmaksi ja miten vuosikymmenten unelmat, haaveet ja toiveet alkoivat yksi kerrallaan toteutua.

*M*ETSÄNHENKI

Ari ja Erjan kotisivut
www.metsanhenki.fi

ISBN 978-952-80-0915-3

Kannen suunnittelu Hanna-Sisko Onnela



9 789528 009153