

Annika Tuomensaari

Migge- päiväkirjani



- elämää kroonisen migreenin kanssa

Miggepäiväkirjani

- elämää kroonisen migreenin kanssa

Annika Tuomensaari

Miggepäiväkirjani



- elämää kroonisen migreenin kanssa

© 2022 Annika Tuomensaari

Kustantaja: BoD – Books on Demand, Helsinki, Suomi

Valmistaja: BoD – Books on Demand, Norderstedt, Saksa

Kansi ja taitto: Henni Sulonen

ISBN 978-952-80-6371-1

<i>kohtauksessa</i>	7
<i>hoidossa</i>	37
<i>minuudessa</i>	56
<i>äitiydessä</i>	68
<i>parisuhteessa</i>	79
<i>ihmissuhteissa</i>	86
<i>työssä</i>	101
<i>synkkyudessa</i>	118
<i>toivossa</i>	132

kohtauksessa

Mitä tarvitsen kohtauksessa?

Lääkkeet ja lasi juotavaa!
Sänkyyn alasti, unta, kiitos.
Huh, kroonikkona se on nykyään näin helppoa.

Pitää ilmoittaa töihin, kouluun, päiväkotiin,
hammashoitajalle.
Viestin voi kirjoittaa silmät kiinni: *mig4ee ni*
Toivon, että viesti menee oikeaan osoitteeseen.
Toivon hänen ymmärtävän, keneltä viesti tuli.
Toivon hänen ymmärtävän, mitä viestissä luki.
Toivon hänen ymmärtävän, mikä viestin sisältö oli.
Lähetinkö sen jo vai kirjoitinko vain?
Unohdinko lähettää jollekkin?
Ei mahda mitään, en nouse sängystä.
Paitsi jos on vessahätä.
Tai pitää ottaa lääkkeitä.
Tai jos lapselle sattuu jotain.
Tai jos on pakko oksentaa.

Jos oksettaa, ei uni tule.
Toivottavasti lääkkeet pysyvät sisällä.
Hiukset aina kunnolla nutturalle,
ihan varmuuden vuoksi.
Ilmoitus jollekkin.
Tulkaa joku.
Pidä kädestä kiinni, silitä, älä mene pois.
Jos kuulen toisen hengityksen, sekin riittää.
Toisen läsnäolo tuo turvaa.
Jos kuolen... Tai eihän tähän kuole.
Se vaan tuntuu siltä.
Mutta ei se auta silloin, kun pahin olo on.

Huudan sanattomasti, mutta jokainen sana kuluttaa voimia.
Tarvitsen jokaista voimanripettäni.

Suihkuun.

Tulikuumaa.

Makaan lattialla.

Jos polttaa ihoa, jalalla saa väännettyä kylmemmäksi.

Jos jaksaa nostaa jalkaa.

Ylös pääsee sitten kun pääsee.

Silloin kun hieman helpottaa.

Tai silloin kun joku tulee katsomaan, miten voin.

Tai silloin kun varaajasta loppuu lämmin vesi.

Ellei sitten jää kylmän suihkun alle vielä makaamaan.

Sitten unta.

Kunpa heräisin hengissä.

Jos oksennan,

lääkkeet eivät pysy sisällä.

Ei muuta vaihtoehtoa: vie mut päivystykseen.

Älä vie, se ahdistaa.

Tai siis vie.

Ei tässä muukaan auta.

Pue mut.

Just niin, löysiin vaatteisiin.

Mukaan...

No kyllä sä tiedät.

Paremmiin kuin mä tässä tilanteessa.

Sanaton keskustelu.

Katseet puhuvat, se riittää.

Päivystyksessä

Sinä ajat aivan etuovelle.
Avaat mun turvavyön, avaat mun oven.
Hengitän raikasta ilmaa.
Se on ihanaa pienen automatkan jälkeen.
Pidän silmät kiinni, istun odottamaan.

Sinä ilmoitat mut.
Vaimo joo. Ei jaksa itse puhua.
On ottanut lääkkeit, ei auttanut.
Menee iltaisin Triptyl ja Candemox. Kaks molempia.
Mitäs muita? Relerttii, Migardii, sit joskus muita.
Nii ja Botoxit tietty. Edellisestä kerrasta on aikaa.

Ottavat aina heti sisään.
Sivuovesta, ettei tarvi töpötellä montaa askelta.
Kuljen silmät kiinni. Avaan, jos on pakko. Yleensä ei ole.
Tuttu käsikynkkä taluttaa mut.
Tuttuja käytäviä.
Tutut kilinät ja piippaukset.
Tutut hajut.

Kyyneleet valuvat, kun minut otetaan ensin sisään.
Joku äiti on odottanut lasten kanssa vuoroaan pitkään.
Kyyneleet valuvat, kun olen kiitollinen avusta.
Kyyneleet valuvat, kun kohtaan empaattisia katseita
ja ääniä.
Kyyneleet valuvat kivusta, mutta se on toissijaista.

Tutut sairaalasängyt, oksennuspussi.
Makaamaan, viluttaa.
En halunnut tänne, mutta tiesin sen olevan ainut vaihtoehto.

Annika Tuomensaaren päiväkirjamaiset runot johdattavat lukijan kroonisen kivun ja sen aiheuttamien tunteiden äärelle. Kerronta poukkoilee menneisyyden ja nykyhetken välillä luontevasti. Kroonisen migreenin luonteeseen sukelletaan osuvilla kuvauksilla migreenikohtauksista ja siihen saatavilla olevista hoidoista. Sairautta peilataan erilaisten roolien kautta. Vaikka krooninen kipu vie mennessään synkkyyteen, toivo ja ilo elävät vahvana runoissa. Tasapainottelu elämän erilaisten ristiriitojen välillä on hyvin samaistuttavaa ja pitää lukijan otteessaan.



*Kerron sulle salaisuuden:
Vaikka jaksan kantaa taakkani,
se ei silti ole kevyt.*

