

HELI TIKKANEN

ARSSI TIKKANEN

Valtataistelu kivun kanssa



Valtataistelu kivun kanssa

© 2022 Heli Tikkanen

Taitto ja kansi: Books on Demand

Kustantaja: BoD – Books on Demand, Helsinki, Suomi

Valmistaja: BoD – Books on Demand, Norderstedt, Saksa

ISBN: 978-952-80-4112-2

Valtataistelu kivun kanssa

Alkupuhe

Kerron teille tarinaa kivusta, potilaan näkökulmasta. Pitkään mietin, että miten tämän kirjoittamisen saan aloitettua, kun en ole itse koskaan kirjoittanut mitään ihmeellistä aikaisemmin. Koska käteni eivät ole toimintakykyiset, äiti toimii kirjoittajana. Kirjan tekeminen toimii myös jonkinlaisena traumaattisten kokemusten eheyttävänä ja voimaannuttavana terapeuttisena menetelmänä. Ajatukseni on tuoda esille, millaista elämä on kivun kanssa mikä näyttää ja tuntuu olevan todellakin erittäin vahva ja voimakas. Suoraan sanottuna tappavalta tuntuva ja armoa ei ole. Kirjan etenemisessä pääsin tarkastelemaan asioita mitkä tekevät merkityksellisen elämään vaikeina aikoina. Voisinkin kuvailla tätä matkaa suureksi haasteeksi henkisen ja fyysisen kasvun taipaleeksi. Myrskyä ja jäljellä on vain toivoa ja uskoa, että tyyntä olisi olemassa joskus. Vai onko tyyntä enää koskaan? Tai mikä on sen sanan määritelmä tässä taistelussa?

Tuntuu siltä kuin tätä sairautta ennen emme olisi tienneet mitä on toivoa, uskoa ja olla vahva, kunnes ne alkoivat olla ainoat oljenkortemme selviytymiseen päivissämme. Kun on tunne ja pelko ettet selviä ja kuolet, nämä kolme asiaa tekevät elämästä todellakin merkityksellistä isolla M:llä.

Minä sairastuin polvivamman seurauksena vaikeaan CRPS- krooniseen hermokipusairauteen. Nopeasti sairaus muuttui erittäin vaikea ja voimakas asteiseksi CRPS 2, jossa olen tällä hetkellä täysin invalidisoitunut ja toimintakyvytön.

Sisällys

Alkupuhe	5
Kivun valta.....	9
Tapahtuman kulku, avoin päiväkirja Vuosi 2012	12
Vuosi 2013	15
Vuosi 2014.....	20
Vuosi 2015.....	27
Vuosi 2016.....	35
Vuosi 2017	43
Vuosi 2018.....	49
Vuosi 2019.....	54
Mitä on CRPS?	57
Kiitos oikein paljon.	62

Kivun valta

Kutsumaton vieras, joka tulit ja valtasit pala palalta kehoni, soluni. Miten elämä voikaan muuttua odottamatta sellaiseksi, mistä aiemmin ei ollut tietoaakaan. Mitä tämä on, mietin usein. Kuka tai mikä on tuo pirulainen, joka on tullut ja tunkeutunut kehooni jäädäkseen kutsumatta. Vaikka muut ihmiset eivät sinua näe ja usko, minä tunnen kehossani sen, että olet todellinen. Kovista vastusteluistani huolimatta sinä tarraudit minuun loppuelämäkseni ja kasvoit voimakkaammaksi. Minulta lupaa kysymättä tai varoittamatta satutat minua lähes koko ajan, kipu tuntuu kuin kuumalla silitysraudalla koskettaisi tai saunan kuumien kiuaskivien päällä makaisin, teräaseella viilletäisi ja lasinsirujen päälle astuisin. Välillä kipukohtaukset niin valtavia, että tuntuu kuin hapen saanti heikkenee ja elämä loppuisi. Sinua ei kiinnosta mikä vuorokauden aika on milloinkin. Veit yöuneni ja annoit sen tilalle uupumuksen ja horrostilan. Aiheutat minulle ihomuutoksia, turvotusta, mustelmia ja haavoja ilman mitään syytä. Olet saanut keskushermostoni niin ylikuormittumaan, että unikaan ei ole palauttava. Lepohetketkin ovat enimäkseen suorituksia, eikä rentouttavia. Suoritus jotta taas jaksan hitusen verran seuraavan iskusi yrittää kestää. Sinun juhlimista kehossani ei voi ennustaa, saat pienestäkin kimmokkeen aloittamaan myrskyn. Sinä tykität ja tykität raivokkaasti salamaniskujasi ja minkään paperin reuna ei riitä näyttämään edes piirtoviivan kipuhuipun korkeutta. Yllät korkealle ja jäät sinne pitkäkestoiseksi, ennen kuin päätät hitaasti valua alas, jotta saan haukattua happea.

Olet nähtävästi päättänyt, että en voi muuta kuin istua koko ajan. Voi kuinka haluaisin olla joskus vaaka-asennossa ja laskea pääni vasten ihanaa untuvatyynyä, mutta ilman tainnutusta se on ihan hirveätä. Pidät huolen, että se on mahdotonta, sattuu ihan liian paljon. Alaraajat eivät kestä kosketusta alustaan, mikäli näin käy, saat siitä kimmokkeen polttaa minut elävältä. Annat minulle hetkellistä armoa ainoastaan, mikäli kukaan tai mikään ei kosketa ja hipaise raajojani. Et edes tykkää pienestäkään tuulen vireestä tai saatikka toisen ihmisen lämmöstä lähelläni. Pienetkin ilman väreilyt tunnen kehossani viiltävinä veitsen iskuina. Kaipaan ystäviä ja läheisiä ympärille, mutta sinä et tykkää sosiaalisista tilanteista. Huolehdit siitä, että olen ilman energiaa, aiheutat kipukouristuksia. Jos olet hyvällä tuulella, selviän niin että koko kehoa vain särkee ja olen aivan totaalisen väsynyt niin etten kykene kommunikoidaan ja silmät eivät pysy auki. Laitat minut välillä huutamaan tuskasta. Toivot ihmisten luulevan minun tulevan hulluksi. Naurat ja tanssit pirullisesti kehosani, kun kuulet ihmisten toivottavan minulle pikaista paranemista. He eivät ymmärrä, että olet minussa ikuisesti. Kun ihmiset kysyvät eikö raajaa voida amputoida, repeät likaiseen nauruun, sillä tiedät että se ei sinua poista, siirryt toiseen raajaan ja leviät. Ystävät jaksavat tukea aikansa, ja katoavat aikanaan koska kyllästyvät siihen, että olen aina niin kipeä ja voimaton. Kun hoitohenkilökunta toittottaa psykiatrin, psykologin tai terapeutin tärkeyttä, saat hirveät naurut, koska olet päättänyt, että harva lääkäri ymmärtää sinun voimaasi hallita, Terapiatuokioista ei tunnu olevan täydellistä hyötyä, ennen kuin sinut saadaan edes osittain hallintaan. Sinä et ole mielikuvituksen tuote.



Koskettava ja sydäntä särkevä tositarina nuoren miehen sairastumisesta krooniseen hermokipuun. Millaista elämä on erittäin voimakkaan ja vahvan, tappavalta tuntuvan kivun kanssa. Kipu, joka ei anna armoa. Kipu, joka polttaa elävältä. Kipu, jonka piirtoiviiva ylittää paperinreunan ja ei ole tietoa valuuko se sieltä alas koskaan.

Mitkä asiat tekevät elämästä merkityksellisen vaikeinakin aikoina?

Matkaa voisi kuvailla suureksi haasteeksi henkisen ja fyysisen kasvun taipaleena. Jäljellä on vielä toivoa ja uskoa, että myrskyn jälkeen olisi tyyntä – vai onko?

BoD



9 789528 041122