

Heidi Mäkinen  
LÄÄKETIETEEN  
SANAKIRJA



LIND&CO

**LÄÄKETIETEEN  
SANAKIRJA**



*Heidi Mäkinen*

**LÄÄKETIETEEN  
SANAKIRJA**

**ROMAANI**

LIND&CO

[www.lindco.se](http://www.lindco.se)

[info@lindco.se](mailto:info@lindco.se)

ISBN 9789181202175

KL 84.2

© Heidi Mäkinen ja Bokförlaget Lind & Co, 2026

Kansi: Laura Noponen

Taitto: Markus Paajala

Kustantaja: Bokförlaget Lind & Co Ab,

Box 1052, 101 39 Stockholm, Sverige.

Paino: Libri Plureos GmbH, Hampuri, Saksa

*Häpeällä siitä selviää.*

*(Ystäväni S.)*



# HILPPA

## INSOMNIA, UNETTOMUUS

**E**n ollut asunut vielä viikkoakaan uudessa kodissani Kallevassa, kun kuulin porraskäytävästä ovikellojen helähtävän, yhden toisensa perään. Ovikellohäiriikkö lähestyi uhkaavasti oveani.

Eteisessäni lojui muuton jäljiltä muovisia muuttolaatikoita, pullea jätösäkki, rullalle kääritty räsymatto, akkuporakone ja ämpäri, jossa tökötti harmaaksi kauhtunut lattiamoppi. Lipaston päällä seisoivat tyttäreni Helmin keramiikkaveistos, jota en ollut ehtinyt siirtää ikkunalaudalle rönsyliljan taakse. Veistos oli jonkun mielestä abstrakti, toinen näki siinä punaisen ruusun ja kolmas naisen sukupuolielimen. Riippui katsojasta ja siitä mistä suunnasta taideteosta tarkasteli. Minulle teos oli naisen sukupuolielin.

Yleisesti tiedetään, että ovi kannattaa avata ainoastaan silloin, kun odottaa ennalta sovittua vierailua, ruoka- tai tavara-lähetystä. Muutoin pitää teeskennellä, ettei ole kotona.

Istuin keittiön pöydän ääressä syömässä jogurttia lihakset piukeiksi jännitettyinä, mutta kun ovikelloni kilahdi, riensin

automaattisesti eteiseen, ja avasin porraskäytävään johtavan oven. Reagoisin sisälle pyrkimisiin, koputuksiin ja vieraista numeroista tuleviin soittoihin, vaikka se ei ollut enää tapana eikä edes järkevää. Tottumus oli peräisin isovanhemmiltani, kuten moni muukin elämäni hankaloittava tapa. Isovanhempien maalaistalon ulko-ovea ei lukittu koskaan ja naapurit kulkivat sisään ja ulos miten lystäsivät. Kävivät lainaamassa lihamylyä, edellisellä viikolla postilaatikkoon tipahtanutta Kotiliesi-lehteä tai sokeria, vaikka kukaan ei olisi ollut edes paikalla.

Mummoni hautajaisiin osallistui satakolmekymmentä vierasta. Laulettiin mummon mielivirsiä, muisteltiin mummoa, itkettiin ja naurettiin. Tarjolla oli kotikaljaa, maksalaatikkoa, karjalanpaistia, kuoriperunoita, kahvia ja pullakranssia. Mummoni olisi nauttinut niistä juhlista.

Nyt porraskäytävässä seisoivat sataviisikymmensenttinen iäkäs nainen, jonka yllä roikkui avonainen kevyt ulkoilutakki. Naisen hiukset peittyivät liian suuren punaisen villamyssyn alle. Löysän resorin alta tillittivät hailakansiniset kyynelnesteessä kylpevät silmät.

”Voisitko lainata parikymppiä, että saisin ostettua lääkkeit. Maksan ensi viikolla, kun eläke tulee tilille.”

Nainen asui samassa rapussa. Olin joskus törmännyt häneen porraskäytävässä ja nähnyt talon edustalla kävelysauvoihin nojailemassa.

Kukaan järkevä tyyppi ei sekaantunut vieraan ihmisen raha-asioihin, eikä sen puoleen tutunkaan. Ne olivat yksityisasiaita. Kunnon kansalainen lahjoitti rahaa Unicefille, sillä silloin tiesi mihin raha meni. Ei ainakaan päihteisiin. Nuuhkaisin ilmaa naisen ympärillä, hän tuoksui miellyttävästi Nivealle ja mummolan vintille, ei alkoholille tai tupakalle.

Oliko nainen saanut tietää, että olin lääkäri? Leikkasin varmuuden vuoksi nimeni ja osoitteeni Lääkärilehdistä ennen ke-

räyslaatikoon heittämistä. Jos naapureille selviäisi ammattini, olisi riski, että joku heistä vaatisi ilmaista vastaanottoa epämielittäviin vuorokaudenaikoihin tai pyytäisi reseptin uusintaa. Purkaisu pettymyksiä, joita oli terveydenhuollossa kohdannut, sillä niitä kokivat kaikki.

”Minulla ei ole täällä kotona yhtään rahaa.”

Valehtelin. Olin varautuja, varastoin kaapeissani säilykkeitä, näkkileipää, pastaa, kaurahiutaleita, rusinoita ja pähkinöitä tulvien, sähkökatkosten, uuden pandemian, sodan ja säteilyonnettomuuden varalle. Säilytin rahaa maksuliikenteen toimimattomuutta ajatellen. Olin varannut kaappiini yhteensä kymmenen litraa vettä litran pulloissa. Hamstrasin vessapaperia. Omistin patteriradion ja toimivan taskulampun. Kaapistani löytyi pari paketillista FFP2-kasvomaskoja. Pidin kattavaa kotiapteekkia. Olin selviteltyt, voisiko kerrostaloparvekkeelle hankkia aggregaatin. Ei voinut.

Naapuri oli hivuttautunut eteiseen ja kurkki Mustia, joka oli kiirehtinyt ovelle vierasta tervehtimään.

”Kis, kis, komea kissa.”

Nainen laskeutui helposti syväkyökkyyyn ja ojenteli kättään kohti kattia. Musti pyöri vanhuksen ympärillä ja hioi leukapeiriään hänen hihoihinsa. Kehräys kuulosti museoauton moottorilta. Aikansa kyykistelyään naapuri ponkaisi kevyesti pystyyn. Tuijotin kissan ja naisen kohtaamista. Musti oli valikoiva ihmisten suhteen. Se ei ollut koskaan välittänyt muista kuin Laurista, mutta joutui nykyään tyytymään minuun. Laurin lähdön jälkeen Musti oli viettänyt paljon aikaa sohvan alla, pissannut mihin sattui ja syönyt huonosti. Eläinlääkäri oli harkinnut fluoksetiinin aloittamista, mutta vastustin lemmikkieläimen masennuslääkitystä.

”Mikä tämän nimi on?”

”Musti.”

”Miksi sillä on koiran nimi?”

”En tiedä, kissa on kodin vaihtaja. Tuli minulle täysikasvuisena. Muistin juuri, että onhan minulla viisikymppinen.”

Hain vierashuoneen kaapista sileän keskeltä taitellun viidenkymppin setelin, jonka oli piilottanut papusäilykepurkkien alle.

Nainen oli siirtynyt olohuoneeseen. Ojensin rahan hänelle. Minun oli vaikea tuottaa kenellekään pettymystä. Nainen vaikutti sitä paitsi kunnan kansalaiselta, hallituksen leikkausten uhrilta. Musti lötkötti jo rennosti alakerran naapurin sylissä, minun syliini se ei suostunut tulemaan. Täytyy myöntää, että olin vähän mustasukkainen.

”Minulla ei ole antaa rahasta takaisin”, naapuri sanoi. Ikään kuin hän olisi maksanut kahdenkymppin ostoksesta.

Nainen laski Mustin lattialle, sujautti setelin beigeihin rintaliiveihinsä, ja kohenteli sen jälkeen liivit ja muunkin vaatetuksen kohdilleen. Olin kerran osallistunut juoksutapahtumaan ja työntänyt taitellun kahdenkymmenen euron setelin urheiluliiveihini. Jos vaikka tarvitsisi ostaa jotain matkan varrelta tai tilata taksi. Kun menin juoksun jälkeen uimahalliin, eräs nainen osoitti tissiini liimautunutta paperirahaa ja kysyi ”Mikä tuo on?”

”Maksat sitten, kun saat eläkkeen”, rauhoittelin naapuria ja itseäni. Epäilin, etten saisi rahojani koskaan takaisin, mutta olin väärässä.

Yllättäen vanhus levitti kätensä, tarttui vyötärööni ja painoi poskensa merinovillaiselle paidalleni. Irrottauduin naisen syleilystä heti kun se tuntui sovelialta.

Ohjasin naisen eteiseen, avasin oven, työnsin hänet porastanteelle ja vedin toisella kädelläni ovea kiinni. Nainen joutui väistämään, ettei olisi rusementunut oven väliin. Musti yritti työntyä editseni vanhuksen luokse, mutta estin sen tukkimalla

vapaaksi jääneen kolon jalallani. Ovi sulkeutui ja lukko napsah-  
ti. Avasin olohuoneen ikkunan tuulettaakseni vieraan ihmisen  
tuoksun asunnostani.

Yritin nostaa Mustin syliini, mutta se raapaisi kättäni ja ryö-  
mi sohvan alle. Vetäisi viimeiseksi häntänsä näkymättömiin.

Siitä päivästä lähtien kurkistin varmuuden vuoksi ovisil-  
mästä porraskäytävään poistuessani kodistani. Minulla ei ollut  
tarvetta keskustella kenenkään kanssa, sillä tapasin työssäni  
liikaa ihmisiä.

**VIIKON** kuluttua postiluukusta oli pudonnut kirjekuori, joka  
sisälsi kaksi ruttuista kahdenkymppin ja yhden kymmenen eu-  
ron setelin. Kuoreen oli sujautettu vihkosta repäisty ruutupä-  
peri, johon oli kirjoitettu särisevällä kaunokirjoituksella *Kiitos*  
*lainasta. Toivoo Naapuri, asunto C 75.*

Eikös naapuri kirjoiteta pienellä alkukirjaimella? Kiikutin  
setelit henkilökohtaiseen katastrofirahastooni säilykepurk-  
kien alle ja jatkoin kirjojeni järjestelyä, johon olin käyttänyt  
jo useamman illan. Pyyhkäisin jokaisesta opuksesta pölyt ja  
asettelin hyllyyn värin mukaiseen järjestykseen. Olisi ollut  
luontevaa luopua osasta kirjoja ennen muuttoa, mutta tyttäre-  
ni Helmi ei halunnut moisesta edes keskustella. Minä pelkäsin  
ja rakastin Helmiä.

Järjestellessäni mielikirjojani makuuhuoneen kirjahyllyyn,  
huomasin Lääketieteen sanakirjan, jonka olin hankkinut opis-  
keluaikoinani. Sanakirjan olivat kirjoittaneet herrat Pesonen  
ja Ponteva. Nimet kuulostivat lastenkirjan inhimillistetyiltä,  
onnellisilta tuotantoeläinhahmoilta. En ollut tarvinnut sana-  
kirjaa enää vuosiin. Sitä voisi käyttää jumpatessa käsipainona  
tai kirjan kansista voisi askarrella ruman laukun.

Olin aina pärjännyt koulussa, ollut tunnollinen ja ahkera.  
En koskaan aiheuttanut häiriöitä ja noudatin kaikkia ohjeita,

typeriäkin. En kyseenalaistanut mitään. Olin opettajien toiveoppilas. Kun oli aika miettiä uravalintaa, oli mahdollista valita mieleisin.

Lääkärin työ vaikutti hyvältä vaihtoehdolta, selkeältä ja konkreettiselta, jota se ei sitten ollutkaan. Lääkäri joutui jatkuvasti tekemään päätöksiä liian vähäisellä tai jopa väärällä informaatiolla. Sietämään epävarmuutta ja tuottamaan pettymyksiä.

Minut työnnettiin sisään lääkiksen ovesta kuin metsästä kaadettu kuusipuu, josta opiskelujen edetessä karsittiin kaikki rönsyt, kuorittiin, hiottiin, kiillotettiin ja heitettiin ulos yliopiston takaovesta valmiina kannattelemaan rakennusta nimeltään suomalainen terveydenhuolto.

Minusta piti tulla terveystieteiden lääkäri. Terveystieteiden opintopöytäkirjassa oli, että päivän potilaslistojen välit olivat sitä varten, että hoitajat saattoivat lisätä niihin potilaita, jolloin muodostui uusia välejä. Päivän lista oli elävä olio, jonka armoilla elin.

Toimin myös koululääkärinä. Kouluterveydenhoitajat kantoivat nuoren lääkärin eteen kaikki koulun ongelmat. Minusta tuntui, että terveydenhoitajat tarvitsivat minua enemmän kuin oppilaat, joilla oli sentään toisensa.

Siihen aikaan keuhkopotilaita hoidettiin sairaalassa, joka sijaitsi kauniilla paikalla järven rannalla. Päätin erikoistua keuhkolääkäriksi.

Helmi oli harmikseni kallellaan uskomushoitoihin ja luotti omaan Reiki-hoitajaansa Keijuun ja naisen järjettömiin neuvoihin. Tyttäreni oli siinä mielessä tyyppinen vaihtoehtolääketieteen suosija, ettei mikään järkipuhe tehonnut häneen.

Musti ryömi esiin sohvan alta ja alkoi vaatia ruokaa. Tyhjensin pussillisen märkäruokaa kissan teräksiseen ruokakuppiin. Musti päästi kärsivän, lampaan määkäisyä muistuttavan äänen, joten lisäsin ateriaan vielä puolikkaan keittokinkkusiivun. Musti rakasti keittokinkkua. Eläin vaikenä ja ryhtyi nauttimaan ateriaansa.

Otin Lääketieteen sanakirjan käteeni ja aloin selaillla sitä. Kirja aukesi i-kirjaimen kohdalta: insomnia, unettomuus.

Kirjan välistä putosi kellertynyt tieteellinen artikkeli, joka käsitteli suippumadonlakkien psilosybiinipitoisuuksia. Artikkelin välistä löytyi kuivunut sieni. Kurssikaverini teki syventävät opinnot sienten psilosybiinipitoisuuksista. Olimme keränneet tutkimukseen tarvittavat sienet ruohikolta yliopiston edestä. Pari kaveriani kokeili sieniä, vaikka sellainen ei kuulunut tutkimusprotokollaan. Toinen heistä sanoi minulle sienipäissään ”Voi miten kaunis musta nainen”. Nykyään psilosybiiniä tutkittiin masennuksen ja riippuvuuksien hoidossa.

Sieni hajosi sormissani ja varisi lattialle. Hain varsi-imurin ja imuroin sienipölyn varmistaakseni ettei Musti nuolisi lattiaa ja alkaisi hallusinoida. Musti keskeytti ruokailunsa, pakeni imuria sohvan alle ja palasi syömään vasta kun vein hirviön takaisin telineeseen, jossa se latautui tuleviin työtehtäviin.

Kaipasin kurssikavereitani, suuria ystäväporukoita, hilpeitä kapakkailtoja ja koko yön valvomista. Olin jo vuosia mennyt nukkumaan viimeistään kymmeneltä. Nukahdin vasta puolilta öin, heräsin aamuyöstä pissalle ja lukemaan kirjaa. Sain uudestaan unta viiden maissa ja heräsin puoli seitsemältä. Kun potilaat valittivat huonoa nukkumistaan, vedin esille oman unianamneesini. Sanoin, että kun yhden yön valvoo, niin seuraavana saa jo nukuttua, mikä oli tietysti pötypuhetta.

Ville, Helmin mies oli auttanut minua kirjajhyllyjen kokoamisessa. Olin muuttanut Hämeenpuistosta tyttäreni perheen naapuriin, kun taloyhtiössä tuli myyntiin kolmio. Samassa talossa asuivat myös veljeni Hannu perheineen ja äitini Armi, joka tarvitsi apuamme.

Tyttäreni Helmi oli koulutukseltaan kuvataiteilija, taiteen maisteri, joka teki tällä hetkellä taidekeramiikkaa, johon oli kouluttautunut jollain täydennyskursilla. Omistin neljä tyttä-

reni veistosta, joiden sijoittelu oli hankalaa. Teokset näyttivät usein ainakin jostain suunnasta katsottuna sukupuolielimiltä. Miesten, naisten tai molempien elinten taidokkailta yhdistelmiltä. Viimeksi mainittuja voisi ehkä kutsua intersukupuoliksi veistoksiksi.

Aina kun Helmi oli tulossa käymään, siirsin teoksia näkyville kukkaruukkujen takaa ja tyttären lähdettyä asettelin teokset takaisin näkymättömiin. Keramiikkaveistokset olivat taitavasti tehtyjä ja omalla tavallaan hyvin kauniita. Olin ylpeä taiteilijatyttärestäni, mutta häpesin salaa hänen taideteoksiaan.

Uuden olohuoneeni pimeimmässä nurkassa kirjahyllyn edessä seisoj vihreä nojatuoli ja pieni pyöreä pöytä, jonka vieressä ojentautui keskiluokkaisen maun ikoni, Artekin jalkalamppu. Helmin mielestä pöydälle sopi pienoisteistos, jonka saattoi nähdä raakana banaanina tai käyränä peniksenä. Näin jälkimmäisen. Kun äitini jaksoi vielä käydä kylässä, hän oli teoksen nähdessään huudahtanut ”Onpa soma kikkeli”. Äiti sai sukupuolielimille nimet vasta sairastuttuaan Alzheimerin tautiin. Lapsuudessani ei puhuttu kuukautisista, vaihdevuosista tai seksistä.

Parisängyn molemmin puolin seisoj yöpöytä. Laskin lääketieteen sanakirjan toiselle pöydälle, toinen oli makuuhuoneessa lähinnä symmetrian vuoksi. Vielä kolme vuotta sitten sänkyni oli jakanut kymmenen vuotta nuorempi aviomieheni. Olin ollut varma, että Lauri lähtisi jonkun nuoren naisen matkaan, mutta niin ei käynyt. Hän lähti itsensä vuoksi. Lauri halusi muuttua, mutta minä seisoj muutoksen esteenä.

Väsyttynä kirjojen järjestelemiseen valmistauduin nukkumaan. Sukkahousuja riisuessani karheat kantapääni tarttuivat sukkaneuokseen. Olin unohtanut jalkavoiteen. Käivoin kylpyhuoneen kaapista rasvan, joka haisi hyönteismyrkyttä, jota mummoni suihkutti kesäisin huoneilmaan. Olin

lapsena usein mummon luona maalla, sillä Armi oli kiireinen ja kunnianhimoinen nainen. Hän opiskeli ja päätyi lopulta rehtoriksi ja kunnallispoliitikoksi. Kolmevuotiaana olin mummolassa niin pitkään, että vierastin minua hakemaan tullutta Armiä. Nykyään Armi ei puolestaan aina tunnistanut minua ja veljeäni.

Kun mummolan sisätiloihin kertyi liikaa kärpäsiä, mummo komensi meidät serkukset ulos, sulki ikkunat ja ulko-oven, suihkutti huoneet hyönteismyrkystä sakeaksi ja pakeni itsekin pihalle. Raidin tehoamiseen vaadittavan luppoajan mummo keräsi nurmikolta risuja ja kitki takapuoli pitkällä kukkapenkkiä, jonka mullasta dahliat nousivat. Mummo nimitti dahlioita jorriineiksi. Samaan aikaan serkut kiusasivat kanoja, jotka juoksivat kaakattaen karkuun. Serkut nipistelivät minua ja aloin itkeä. Mummo torui serkkuja ja käski heidän ottaa minusta esimerkkiä. Itkin vuolaammin, sillä en ymmärtänyt mitä esimerkki tarkoitti. Minua pilkattiin herkäksi. Opettelin pidättelemään kyyneleitä. Kun jotain tarpeeksi pitkään pidättelee niin huonostihan siinä käy.

Kun myrkyttämisestä oli kulunut riittävästi aikaa, palasimme sisälle. Ei sitä kyllä kellosta tarkastettu vaan ihan pelkällä mutulla mentiin. Mummo avasi ikkunat tuulettaakseen myrkykaasut ja lakaisi kärpästen raadot laualattioilta. Kun minä kasvoin, sain tehdä sen.

Kärpästen joukkotuhoamisen jälkeen mummo keitti teetä, johon kastoimme hänen paistamiaan pullakorppuja. Teehengen jälkeen kuuntelimme, kun mummo luki Iisalmen sanomista uutisia hukkumisista ja kuolemaan johtaneista auto-onnettomuuksista. Mummo katsoi minua ja sanoi ”Tämä taitaa olla Hilpalle liian rankkaa” ja halasi minua. Väitän, ettei ollut, mutta en meinannut saada yöllä nukutuksi, sillä mietin onnettomuuksia.

Mummoa oli kiva halata, sillä halaus tuntui höyhentyynyn rutistamiselta. Armi käytti muotoilevia alusvaatteita, eikä ollut yhtä pehmeä kuin mummo.

Minusta mummo oli ikivanha, hänen hiuksensa olivat harmaat, hänellä oli ryppyjä, eikä hän käyttänyt rintaliivejä. Hän oli tuolloin samanikäinen kuin minä tällä hetkellä.

Minua väsytti, mutta se ei tarkoittanut, että saisin unta.

”Ota estrogeeni”, Lauri sanoi.

Lauri oli sisäinen muistuttajani. Otin hormonitabletin, suljin silmäni, ja kun vihdoinkin vaivuin uneen, näin unta kaatuvista kirjahyllyistä.

Aamuyöstä Musti hyppäsi Laurin tyynylle nukkumaan, vaikka eihän se enää ollut Laurin tyyny.

Keuhkolääkäri Hilpan elämä on kieltämättä välillä yksinäistä. Onneksi on kissa nimeltä Musti, taiteilijatyttö Helmi ja tyttärentytär Usva. Yksin kotonaan Hilppa tarttuu vuosikymmeniä sitten hankkimaansa *Lääketieteen sanakirjaan*. Nuorelle Hilpalle lääkärin ammatti tuntui selkeältä, todellisuus paljastui toiseksi.

Hilpan kipuillessa läheisyyden kaipuutaan boheemi Helmi ehdottaa aviomiehelleen avointa suhdetta. Kun Helmi saa tietää isänsä muuttaneen takaisin kotikaupunkiin Tampereelle, sekä Helmi että Hilppa kohtaavat monenlaisia tunteita. Vaikeissakin elämäntilanteissa äiti ja tytär pitävät yhtä, eikä arjen hulluudelta kommelluksiltakaan välttyä.

*Lääketieteen sanakirja* on lääkäritaustaisen kirjailija Heidi Mäkisen kolmas aikuisten romaani.

WWW.LINDCO.SE • 84.2 • ISBN 978-91-8120-217-5

KANSI LAURA NOPONEN • KANNEN KUVAT SHUTTERSTOCK



9 789181 202175