



# Sairaus, jota on vaikea käsittää

- Lapsen ruokkiminen kuuluu äidin perusviettiin.
- Joskus lapsi voi kuitenkin lopettaa syömisen. Silloin koko perhe kokee kriisin.

**Marianna Langenoja**  
Forssan seutu

Ilta alkaa pimetä, mutta kukaan

ei ole huomannut laittaa valoja. Syömishäiriöliiton SYLI:n kevään viimeisen luennon olisi pitänyt päättyä jo tunti sitten.

Sohvilla istuu yhä vakavia ja hiljaisia naisia. On jääty puhumaan tunteista: syyllisyydestä, voimattomuudesta, suunnattomasta huolesta. Nämä kaikki riipivät syömishäiriötä sairastavien omaisten elämää.

SOHVILLA ISTUVAT Hilikka ja Tarja tietävät, millaista on taistella oman pojan syömishäiriötä vastaan useiden vuosien ajan. Mo-

lempien pojat ovat jo täysi-ikäisiä, joten äitien mahdollisuudet auttaa ovat rajalliset. He voivat vain tukea.

lempien pojat ovat jo täysi-ikäisiä, joten äitien mahdollisuudet auttaa ovat rajalliset. He voivat vain tukea.

Tiinan teini-ikäinen tytär on vasta saanut diagnoosin. Koko perhe opettelee nyt elämää anoreksian kanssa.

Minna on sen sijaan itse sairastanut anoreksian joitakin vuosia sitten, mutta parantunut sairaudesta. Nykyisin Minna pyrkii elämään rennompaa elämää, nauttimaan.

– Vaikka tytäreni on se, joka sairastaa, niin hoitajat kävivät läpi koko minun elämäni syntymästä alkaen. Minulle tuli sellainen olo, että tässä yritetään et-

– Vaikka tytäreni on se, joka sairastaa, niin hoitajat kävivät läpi koko minun elämäni syntymästä alkaen. Minulle tuli sellainen olo, että tässä yritetään et-

– Vaikka tytäreni on se, joka sairastaa, niin hoitajat kävivät läpi koko minun elämäni syntymästä alkaen. Minulle tuli sellainen olo, että tässä yritetään et-

– Vaikka tytäreni on se, joka sairastaa, niin hoitajat kävivät läpi koko minun elämäni syntymästä alkaen. Minulle tuli sellainen olo, että tässä yritetään et-

– Vaikka tytäreni on se, joka sairastaa, niin hoitajat kävivät läpi koko minun elämäni syntymästä alkaen. Minulle tuli sellainen olo, että tässä yritetään et-

– Vaikka tytäreni on se, joka sairastaa, niin hoitajat kävivät läpi koko minun elämäni syntymästä alkaen. Minulle tuli sellainen olo, että tässä yritetään et-

## SYÖMISHÄIRIÖ

### Näistä piirteistä voi tunnistaa syömishäiriön

- Anoreksiaan liittyy usein voimakas syömisen rajoittaminen ja alipaino.
- Sairastunut saattaa kieltäytyä ruoasta ja ilmoittaa jo syöneensä, vaikka perheenjäsenet eivät ole nähneet hänen syöneen.
- Saraistuneella voi olla tarve kuluttaa mahdollisimman paljon kaloreita liikkunnalla ja muilla tavoilla, kuten katsomalla televisiota seisaallaan.
- Sairastunut voi kokea yletöntä kiinnostusta ruokaa ja ruoanlaittamista kohtaan, muttei itse juurikaan syö.
- Sairastunut jakaa ruokalajeja usein sallittuihin ja kiellettyihin.

- Anorektikolta saattaa lähteä hiuksia, hän palelee paljon ja hänen pulssinsa sekä verenpainensa laskevat.
- Sairastunut on usein ärtynyt.
- Bulimiaan liittyy sairastuneen katoaminen vessaan heti ruokailun jälkeen.
- Vessasta tulon jälkeen silmät punottavat oksentamisen seurauksena.
- Sairastuneen jäljiltä löytyy piilotettuja karkkipapereita ja keksipaketteja.
- Sairastunut käyttää suuria määriä rahaa ruokaan ja herkkuihin.
- Sairastuneen ääni saattaa

- muuttua käheämmäksi ja hammaskiille vaurioitua.
- Sairastunut laihduttaa, paastoa ja liikkuu runsaasti.
- Ahmintahäiriöön liittyvät usein jatkuvat laihdutuskierteet ja jojo-laihdutus sekä ahmimis-kohtaukset.
- Henkilö saattaa liioitella, koska ahmintahäiriöön ei liity oksentamista, ulostuslääkkeitä tai pakonomaista liikuntaa.
- Häiriöstä kärsivä kokee voimakasta häpeää ja psyykkistä ylikuormittuneisuutta.

Lähde: [syomishairioliitto.fi](http://syomishairioliitto.fi)

Mielikin tiloissa on järjestetty syksystä asti säännöllisiä tapaamisia syömishäiriöisille ja heidän omaisilleen. Tilaisuuksiin on saanut tulla ilmoittautumatta, joten osallistujamäärät ovat vaihdelleet yhdeksästä kolmeen. Osallistujat ovat olleet pääsääntöisesti Forssan seudulta.

Lounais-Suomen SYLI:n toiminnanjohtajan Sami Heimon mukaan Turussa järjestettävät ryhmät keräävät saman verran osallistujia kuin Forssan ryhmät. Heimon mielestä tämä kertoo siitä, että vertaistuelle on Forssassa huutava tarve.

Suuremmissa kaupungeissa vertaistukiryhmät tavoittavat tyypillisesti nuoria, korkeakoulussa opiskelevia naisia, mutta Forssassa näkyy selkeästi se, ettei syömishäiriö katso ikää eikä sukupuolta.

Tapaamisiin on osallistunut vuoden aikana teini-ikäisiä, eläkeläisiä, miehiä ja naisia. Jotkut osallistujista ahmivat, toiset oksentavat ja kolmannet kärsivät syömättömyydestä.

Heidän joukossaan on myös ryhmä, joka usein unohdetaan: omaiset. Tänä päivänä omaiset ovat jääneet vaihtamaan kokemuksiaan.

– OLEN AJATELLUT, että ehkä meidän poika sairastui, koska hän ei juonut rintamaitoa, aloittaa Tarja.

– Tai ehkä se johtuu perheestä. Pojan suhde sisaruksiin on aina ollut vähän vaikea. Ehkä me vanhemmat emme ole tukeneet tarpeeksi, hän jatkaa.

Hilikka voi vain nyökytellä. Hänkin syyttää itseään.

Hän teki liikaa töitä, oli liian etäinen, ei pystynyt käsittelemään omia sota-ajaisia jääneitä traumojaan, meni naimisiin väärän miehen kanssa...

Sytä riittää niin paljon, että niistä voitaisiin puhua koko loppuyö.

Ja vaikka omainen ei tuntisi-kaan syyllisyyttä läheisensä sairastuessa, niin terveydenhoitoalan henkilökunta saattaa sen laukaista.

Niin kävi Tiinalle.

– Vaikka tytäreni on se, joka sairastaa, niin hoitajat kävivät läpi koko minun elämäni syntymästä alkaen. Minulle tuli sellainen olo, että tässä yritetään et-

– Vaikka tytäreni on se, joka sairastaa, niin hoitajat kävivät läpi koko minun elämäni syntymästä alkaen. Minulle tuli sellainen olo, että tässä yritetään et-

– Vaikka tytäreni on se, joka sairastaa, niin hoitajat kävivät läpi koko minun elämäni syntymästä alkaen. Minulle tuli sellainen olo, että tässä yritetään et-

– Vaikka tytäreni on se, joka sairastaa, niin hoitajat kävivät läpi koko minun elämäni syntymästä alkaen. Minulle tuli sellainen olo, että tässä yritetään et-

## Lähes aina syömishäiriön taustalla on jokin ongelma, jonka oireilua sairastunut yrittää pitää hallinnassa kontrolloimalla syömistään.

siä syöllistä tyttäreni sairaudelle. Selvityksen jälkeen aloin ajatella, että ehkä tämä todella on minun vikani, Tiina kertoo.

**SYLLISYYS ON** kuitenkin vain yksi syömishäiriötä sairastavien omaisten tunteista. Myös voimattomuuden tunne on vahva.

– Mitä siinä voi tehdä, kun toinen ei vain suostu syömään, Tarja kysyy.

Yleensä hän yrittää saada pojan syömään kannustamalla ja tuke- malla, mutta pojan tilan menses- sä liian heikoksi hänen on täytynyt turvautua keinoihin, joita pitää itse kyseenalaisina:

– Joskus, kun poika ei ole syönyt moneen päivään, minun pitää alkaa kiristää. Silloin saatan sanoa, että joko sinä syöt tai minä soitan ambulanssin, Tarja kertoo.

**SYÖMISHÄIRIÖ ON** sairaus, jota tervein ihmisen on vaikea ymmärtää.

Syömishäiriötä sairastavan tunteet ovat tuttuja, mutta tunteiden konkretisoituminen on vierasta.

Kaikki tietävät, miltä tuntuu riittämättömyys, epävarmuus, huononmuudentunne, miellyttämisenhalu ja pelko. Juuri näistä tunteista syömishäiriö saa voimansa.

Terveen on sen sijaan vaikea ymmärtää, miksi nämä tunteet yhdistyvät syömisen säätelyyn tai ahmintaan.

– Syömishäiriö on ainutlaatuisen sairaus. Sen logiikkaa on vaikea käsittää, Sami Heimo sanoo.

**LÄHES AINA** syömishäiriön taustalla on jokin ongelma, jonka oireilua sairastunut yrittää pitää hallinnassa kontrolloimalla syömistään.

Ongelma voi olla käsittelemättömän kriisi tai jokin tiedostamaton asia lapsuudesta. Sairastuneet ovat usein herkkiä ihmisiä, eikä heidän herkkyytään ole osattu kohdata lapsuudessa ja nuoruudessa.

Syömishäiriön alkuvaiheessa henkilö uskoo tulevana paremmaksi ihmiseksi ja kelpaavansa hoikempana.

Syömisen kontrollointi tuottaa voimakasta mielihyvää. Hallinnan tunne auttaa henkisesti kivussa ja sekasorrossa. Henkilö saa palkitsevia kokemuksia itsensä voittamisesta.

Sitten hän väsy.

**SAIRAUDEKSI** syömishäiriö muuttuu, kun väsymyksestä huolimatta sairastunut jatkaa syömisensä kontrollointia.

Alkuperäinen ongelma alkaa taas oireilla, mutta sairastunut pyrkii kontrolloimaan sitä yhä tiukemmalla dieetillä. Hän uskoo, että kontrolli auttaa huonoon oloon, koska se on auttanut aiemminkin. Todellisuudessa syömishäiriön edetessä henkinen pahoinvointi vain kasvaa.

Jossain vaiheessa huono olo saattaa tulla niin rajuksi, että fyysinen kipuu, nälän kouristukset, tuottaa hyvää oloa.

Tällaisesta kierteestä on vaikea päästä pois. Syömishäiriöistä pelottaa, että tapahtuu jotain pahaa, jos hän lopettaa äärimmäisen kontrolloimisen.

– Kun syömishäiriötä sairastavalla kysyy, mitä hän oikeastaan pelkää, hän ei välttämättä osaa vastata. Pelko on kuitenkin aina todella voimakas, Sami Heimo sanoo.

→ Jatkuu seuraavalla sivulla.