

→ Jatkuu edelliseltä aukeamalta.

SALAKAVALASTI ALKOI myös Minnan sairaus.

Minnalle oli aina tärkeää keltava ihmissille ja miellyttää. Hän oli koulussa kympin oppilas. Suorittaminen kuului jokapäiväiseen elämään.

Koska kaikkien elämän osa-alueiden piti olla kontrolloitua, myös syöminen oli saatava kuriin. Kontrolli meni niin pitkälle, että sitä alettiin kutsua anoreksiaksi.

Sairauden edetessä suorittamisen paine vain kasvoi. Minna suunnitteli tarkasti kaikki päivän ateriat jo hyvissä ajoin etukäteen, eikä mikään saanut tulla suunnitelmien tielle.

– Siitä ei hyvää seurannut, jos jokin esti päiväohjelman toteutumisen.

Minnan kannalta pelastus oli kuitenkin opiskelijavaihto. Vaihtojakso ulkomailla oli ollut Minnan suuri unelma jo pitkään, mutta anoreksiaa sairastavana häntä ei sinne olisi päästetty.

Niinpä Minnan oli pakko myöntää, että syömättömyydestä oli tullut ongelma. Sairauden myöntäminen oli toipumisen alku.

KESKUSTELUTILAISUUTEEN osallistuneet omaiset ovat erityisen kiinnostuneita Minnan tarinasta. He haluavat ymmärtää syömishäiriöstä kärsiviä omaisiaan paremmin ja siksi heille on tärkeää kuulla sairaudesta parantuneiden tarinoita.

Usein sairastuneet eivät suotu itse puhumaan ongelmastaan. Esimerkiksi Tarjan poika ei ole koskaan kertonut äidilleen syömishäiriönsä taustoista. Tarja on jäänyt yksin pohtimaan, mihin poika pyrkii kontrolloimalla syömistään.

– Onko syömättömyys rangaistus? Yrittääkö poika rangaista sillä itseään, vai kenties minua?

Tarjan mukaan oman lapsen sairastuminen tekee erityisen kipeää, koska lapsen ruokkiminen on äidin perusvietti. Tuntuu pahalta, kun sitä ei pystykään toteuttamaan.

Syömishäiriö on kuitenkin mielen sairaus, eikä sairastunut välttämättä näe tilannettaan. Hänen on mahdotonta ymmärtää läheistensä suurta huolta.

Syömishäiriöinen saattaaakin reagoida omaisten apuun tai sanomisiin yllättävillä tavoilla:

– Kerran sanoin tyttärelleni, että hän näyttää laihuutensa vuoksi kaamealta. Hän vastasi, että ehkä hänen olisi sitten parempi kuolla, kertoo Tiina.

ANOREKSIA JA MUUT syömishäiriöt saattavatkin näyttäytyä omaisille huomionhakuksena kiukutteluna.

Kontrolloimisen tarpeen lisäksi sairauteen liittyvät jatkuvat mielenmuutokset. Se, mikä sairastuneelle sopii tänään, saattaa huomenna olla myrkyä. Läheiset eivät koskaan tiedä,

mikä milloinkin kelpaa.

Sairastunut on usein niin syvällä huonommuudentunteessaan, että etsii sille ympäriltään jatkuvasti todisteita.

– Syömishäiriötä sairastava voi yrittää tuottaa ympäristölleen pahaa oloa. Kun läheiset väsyvät, hän saa yhden lisätodisteen sille, että on muita huonompi ihminen, Sami Heimo kertoo.

Se, mikä siis vaikuttaa ulkopuolisen silmin kiukuttelulta, onkin sairauden luonteesta ja sairastavan omasta epävarmuudesta johtuvaa oireilua.

Läheisten pitäisi vain pysyä vahvoina.

MUTTA MITEN olla vakaa kuin kallio, kun pelko ja huoli vrottavat voimia?

Sami Heimon mukaan vastaus on ammattiavussa. Omaiset tarvitsevat ammattiapua siinä missä sairastavatkin. Yhden

Voiko sairastavaa pakottaa syömään? Kannattaako hänelle asettaa tarkat ruoka-ajat vai sallia syöminen silloin, kun hän itse haluaa? Kuinka paljon sairastavaa voi huijata? Voiko hernekeittoon lisätä purkin kermaa kertomatta siitä? Saako sairastavan liikuntaa rajoittaa pakolla?



perheenjäsenen syömishäiriö on koko perheen kriisi silloinkin, kun sairastava on jo aikuinen.

Tätä ei kuitenkaan aina ymmärretä.

Esimerkiksi Tiinalla on huonoja kokemuksia sairaalan henkilökunnasta. Hän ei ole saanut ymmärrystä tai tukea arjessa selviämiseen.

Tiina kaipaisi asiantuntijoiden apua kaikenlaisissa arjen peruskysymyksissä: Voiko sairastavaa pakottaa syömään? Kannattaako hänelle asettaa tarkat ruoka-ajat vai sallia syöminen silloin, kun hän itse haluaa? Kuinka paljon sairastavaa voi huijata? Voiko hernekeittoon lisätä purkin kermaa kertomatta siitä? Saako sairastavan liikuntaa rajoittaa pakolla?

Tällaiset kysymykset ovat jääneet Tiinan oman harkinnan varaan.

SAMI HEIMO jakaa kevään viimeiseen tapaamiseen osallistuneille pahviset kortit ja pyytää heitä kirjoittamaan niihin yhden toiveen tulevalle kesälle.

Osallistujat sulkevat kortit kirjekuoriin ja asettavat kuoret pinon lattialle. Heimo lupaa postittaa kuoret omistajilleen kahden kuukauden päästä. Silloin jokainen voi kysyä itseltään, onko toive toteutunut tai onko sen eteen edes tehnyt töitä.

Kukaan ei tiedä, millaisia toiveita muut osallistujat kirjoittivat kortteihin. Silti kaikilla liepee pieni aavistus.

Lattialla lepäävien kuorien sisällä ei toivota materiaa tai parempaa ulkonäköä.

Niissä pyydetään elämää. **FL**

Jutussa esiintyvien omaisten ja sairastaneen nimet on muutettu sairauden arkaluontoisuuden vuoksi.

☎ Syömishäiriöliitto SYLI:n koontumiset jatkuvat Forssassa ensi syksynä. Lisää tietoa kokoon-tumisista tulee kesäkuun aikana syliin.fi-verkkosivuille. Kokoon-tumiset ovat ilmaisia, eikä niissä kerätä