



SYNAPTORI



Terveysfoorumi oodi kohtuudelle

Helsingin kirjastossa Oodissa hyllyt ovat suorassa, kaikki muu on kaarevaa. Terveystieteiden huollon mutkia ei Oodissa laitettu suoriksi, kun siellä järjestettiin Terveysfoorumi 8. lokakuuta 2019. Teema oli yli diagnostiikka, ja priorisointiakin varovasti sivuttiin..

Aiheen merkitykseen suhteutettuna sen käsittely oli säyseää. Jos yli diagnostiikkaa ja ylihoitamista ei harastettaisi nykyisessä laajuudessa, Suomessa ei olisi sairaanhoidon kustannuskriisiä eikä lääkäripulaa. Ongelmamme on keinotekoinen.

Googletakaa Terveysfoorumi, löydätte ohjelman ja esiintyjät. Voitte kuunnella ja katsella luennot tallenteelta. Tilaisuuden aloitti arkkiaatri Risto Pelkonen.

Yli diagnostiikka

Helposti ymmärrettävissä on yli diagnostiikka. Poti-

laalle nimetään tauti, jota ei ole olemassa. Lääketieteen historiassa esiintyy monia "sairauksia", jotka tulivat, olivat muodissa, ja katosivat. Niitä muistellaan hilpeydellä ja vähän noloina.

Yli diagnostiikkaa on epä-määräisten oireiden määrittely taudiksi. Kun oireet kirjoitetaan latinaksi, ne saavat näennäisesti täsmällisen sisällön. Febris e causa ignota. Se on kuume tunte-mattomasta syystä. Jokainen perheenäiti osaa tehdä tuon diagnoosin. Kun mummo soittaa ja kysyy, mikä lapsenlasta vaivaa, hänelle vastataan: "sillä on febris causa e ignota."

Yli tutkiminen

Liian kova pyrkiminen diagnoosiin johtaa ylenmääräisiin tutkimuksiin. Ne ovat turhia ja mahdollisesti vaarallisia. Eräs potilas vaati pitkään

sepelvaltimoidensa varjoai-nekuvausta, ja sai. Hän sai tutkimuksessa sydämen rytmihäiriön ja halvaantui. Valtimoissa ei ollut ahtaumia.

Ylitutkimista harrastetaan terveystarkastuksissa. Jo 1900-luvulla tiedettiin, että suuntaamattomat terveystarkastukset ovat hyödyttömiä. Laboratoriokokeissa voi ilmetä patologinen luke-ma, jolla ei ole merkitystä. Kehityksmaissa, missä on hoitamattomia tauteja mutta ei sairaanhoitoa, terveystarkastukset ovat antoisia. Niin Suomessakin – oli 1940-luvulla.

Ylihoitamista

Jos lukumääriä tarkastellaan, suurin osa kaikista hoidoista on hyödyttömiä. Eniten turhaan hoidettuja ovat lievä, alle 38 asteen lämmönnousu ja ohimenevät kiputilat. Jos hoidosta ei ole hyötyä, sen ainoa vaikutus on haitta.

Synaptori nro 4

**Pääkirjoitus
sivu 2**
Murhaamaton
lääkäri

**Riitele tehokkaasti
sivu 2**

Pakina sivu 3
Lätsä päässä
maistuu

**Kirjasto Oodi
sivu 3**

**Tietoisku
lääkkeistä
Dosetti sivu 4**

**Aleksin
kuvakulma
Aaro Matinlauri
sivu 5**

**Vaaran paikka
sivu 5**

**Pötyhöpön
kukkasia sivu 6**

**Yhden euron kokki
sivu 7**

**Onko vakavaa
sivu 7**

Ilmoitukset sivu 8

Pääkirjoitus

Murhaamaton lääkäri

Kun on lääkärinä työskennellyt yli 40 vuotta, monet ongelmat ovat aikaisemmin kohdattuja. Ei aina.



Jyrki Joensuu, päätoimittaja.
jyrki.joensuu@synaptori.fi

Vieraan kulttuurin moitiskelu ei aina ole rasismia. Monikulttuurisuuden nimissä ei hyväksytä tyttölasten sukuelinten silpomista eikä kunniantonta murhaamista.

Synaptori on epäpoliittinen, mutta politiikka vaikuttaa kaikkeen. Jotkut piirit reagoivat raivolla pikkuasiaan ja vaikenivat murhaamisesta. Suvaitsevaisuus ja suvaitsemattomuus ovat sulassa sovussa.

Mikä on mielipide ja mikä on totta? Uskon sen, mitä näen. Pidän tosina tapahtumia, jotka kohtaan. Totuuksia on kertynyt potilastyössä.

Nainen päätyi psykiatrilte masennuksen vuoksi. Hän oli sukulaisineen muuttanut Suomeen Marokon ja Kiinan väliltä, ja sieltä peräisin olivat hänen uskontonsa ja arvomaailma.

Suomi osoittautui pahaksi paikaksi, jossa sattui perhetragedia. Aikuinen tytär alkoi seurustella vääräuskoisen kalpeanaaman kanssa. Kotimaassa niitä ei ollut.

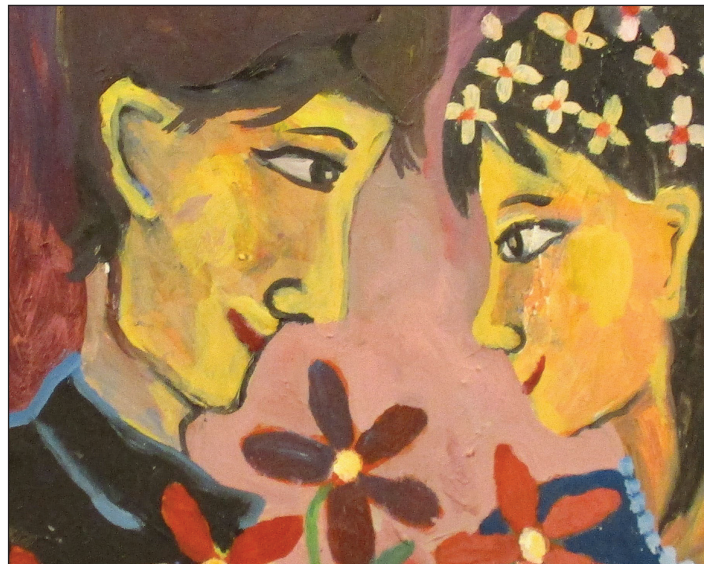
Jotta perheen kunnia säilyisi puhtaana ja raikkaana, äiti määräsi aikuisen poikansa tappamaan tyttärensä eli sisarensa. Poika kieltäytyi. Poikaan oli tarttunut suomalainen kunniantunnon puute. Vankilatuomio ei hirvittänyt, koska suomalainen vankila on suloinen lepokoti verrattuna kotimaan vankityrmään. Tyttären asianmukainen murhaaminen jäi hoitamatta. Se tuntui äidistä raskaalta pettymykseltä, jonka ajattelemisesta hän ei päässyt eroon.

Masennus seurasi. Ei mistään saanut äiti sydäntä keventävää helpotusta. Lopulta hän päätyi suomalaiselle psykiatrilte.

Tulkin välityksellä äiti vuodatti puhetta kiihkeästi, eikä hän malttanut pitää tulkkaukselle tärkeitä taukoja. Aluksi lääkäri luuli ymmärtäneensä koko murheen väärin, koska tulkki ei vaikuttanut järkytynyt. Kulttuurierot estivät lämpimän vuorovaikutuksen, ja lääkärin empatiakyvyt ylittyivät. Hän ei noudattanut hoitokäytäntöä, jossa vaikutetaan ongelmien syihin eikä vain oireisiin. Lääkäri ei pyytänyt potilaalta vinkkejä tyttären olinpaikasta, jotta olisi käväissyt tappamassa mokoman.

Lääkäri ei edes tiedustellut oikeaoppisen kunniamurhan tekniikkaa. Viilletäänkö auki kaulavaltimot vai riittääkö siisti tikarin pisto sydämeen? Kaulavaltimosta veri lentää parin metrin päähän, joten silloin murhaamisessa pitää käyttää verenpitävää suojapukua. Vai onko erityisen kunniaakasta murhaajan kastua yltä päältä vereen?

Länsimaisen koulutuksen saanut lääkäri tunnisti rajoittuneisuutensa ja suositteli potilasta jatkamaan masennuslääkkeiden syömistä. Jos potilas tekisi valituksen piittaamattomuudesta, huonosta hoidosta, rasismista ja syrjinnästä, kyllä hän viranomaisille jonkinmoisen selityksen rustaisi.



Riitele tehokkaasti!

Synaptorin ja Uutistorin aikaisemmat numerot ovat luettavissa. Jos haluat muistella menneitä niiden parissa, löydät kaiken arkistosta. Jos jaat kiinnostavan tai hyödyllisen tekstin tutuille, annat hänelle vinkin: Päijät-Media Uutisportaali, ja aloitussivu, ja klik! Sieltä löytyy. Ei maksa mitään.

Riitelemisen perusasiat esitin Synaptorissa nro 3. Mennään varsinaisiin ohjeisiin. Aihe on niin makoisa ja lavea, että se päättyy vasta seuraavassa Synaptorissa.

1. Älä yritä viimeiseen saakka välttää riitaa, kun se on tullakseen. Jos yhteinen ongelma on olemassa, ja sitä ei ole onnistuttu ratkaista neuvottelemalla, se kasvaa, hiljakseen oireitaan voimistaen kuin paise. Kun se joskus se paiseen lailla puhkeaa, moska pursuaa esiin. Helpommalla pääsee, kun ottaa kipeän asian käsitelyyn ajoissa.

2. Älä yritä olla liian kiltti. Se kostaatuu. Liiallinen kiltteys on aina haitallista. Iloluontoisia marttyreja ei ole. Jos pakottaa itsensä kiltteyteen, seuraa tunne epäoikeudenmukaisuudesta, väärin kohdelluksi tulemisesta. Mitä enemmän sellaista kertyy, sitä pahempi tulee väistämätön riitatilanne olemaan.

Jos koet olevasi eniten vääryyttä kokenut osapuoli, jollain kierolla tavalla tulet kärsimyksesi kostamaan.

Tilanteet mutkistuvat. Lisää harmia syntyy!

3. Älkää esittäkö ”me ei koskaan riidellä mistään”. Jos se on totta, pahoittelen. Jäävät yksilölliset elämä elämättä. Tai ihmiset ovat epärehellisiä niin itselle kuin muille.

4. Älkää riidelkö kännissä. Tehkää periaatepäätös: jos humalassa tulee riitaa, lopetetaan aiheesta puhuminen välittömästi. Toinen menee television ääreen ja toinen kävelyllä raikkaassa ulkoilmassa.

Ei tarvinne perustella? Kaikkea kamalaa tapahtuu juovuksissa. Ilman alkoholia ei olisi väkivaltaa! Toinen, epätodennäköinen harmi: Humalassa pääsisittekin todelliseen sopuun, ja kumpikaan ei muista mikä se hieno ratkaisu oli.

5. Riitelyn välttämisen turmiollisuus (vrt kohta 1). Riidan ainekset toimivat lumivyörynä. Jos olosuhteet pysyvät, kinos kasvaa vaarallisiin mittasuhteisiin. Lumivyöry kerää itseensä hallitsematonta massaa.

On parasta riidellä riita pois, kun se vielä on yksinkertainen. Aika tekee pahaa. **Asiat mutkistuvat, paisuvat, ja muisti vääristää. Ei saada tolkkua mikä riidan alkuperäinen aihe oli.** Jos ei enää tiedetä, mistä pitää sopia, jatketaan riitelyä varmuuden vuoksi. Voidaan aina kinata, kuka aloitti.

Lätsä päässä ruoka maistuu

Osa 3

Ruokapaikoissa monet miehet syövät lätsä päässä. 1970-luvulla maanviljelijät suosivat lakkia, jossa luki SIKA tai KOMPOSTI. Nykyisin mustassa lippiksessä on aasialaista kirjoitusta, josta harva tietää että siinä lukee suomeksi ”mä oon tollo”.

Maku on haju

Lätsäpäiden tieteelliset tutkimukset julkaistiin Synaptorin numeroissa 2 ja 3. Löydät ne arkistosta. Tieteilijät ovat jatkaneet tutkimuksia. Nyt etsitään selityksiä makuaistimusten biologiasta.

Ihmisen kieli maistaa vain perusmaut hapen, makean, suolainen ja karvas. Ruokien ja juomien nautittavat makuominaisuudet ihminen **erottaa hajuaistillaan.**

Kun ravintoa pureskellaan suussa, siitä leviää kaasuja nielusta ylös, nenään. Nenäontelon aistinsolut lähettävät nämä tuoksut (maku!) aivojen analysoitavaksi.

Jos ei halua nauttia ruoan aromeista, suun sisältö huuhtaistaan ruokatorveen nesteiden avulla. Myös nesteen maun voi jättää havaitsematta. Jos ei tykkää oluesta ja joutuu sitä ottamaan, se juodaan suoraan pullonsuusta. Hyvällä tekniikalla pystyy kaatamaan pullollisen suoraan ruokatorveen. Loro-loro-puli-puli. Makuaistimus muodostuu perästä päin, kun röyhtäisee.

Lippa tehostaa makua

Nenästä siis välittyvät makujen hienoudet. Mitä lisätä makunautintoa, kun on lempiruokansa kimppeun päässyt? Lätsän lippa auttaa, jos se on käännetty eteenpäin. Lippa niskassa on hyödytön.

Ruokailija kehittää maiskuttavan pureskelutekniikan. Syödessä hän aukoo suutaan mahdollisimman laveasti. Tästä syntyvä ääntely ottaa pikkumaisia kanssaihmisistä korvaan eli päähän. Heille selvitetään, että kyseessä on tieteellisesti hyväksi todistettu ruokailumenetelmä.

Maiskuttaminen, mussuttaminen edesauttaa suussa muodostuvien kaasujen virtaamista sierainten kohdalle. Nenän kautta sisään hengittäessä aromiaineet pääsevät nenäontelossa aistinalueelle. Maku voimistuu! **Lätsän lippa estää hyviä tuoksujia karkaamasta ylöspäin!** Lätsä päässä ruoka maistuu enemmän. Kaikki, jotka uskovat tämän tieteellisen selityksen, tunnistetaan ravintoloissa. Heidän ymmärryksensä aste on silmin nähtävissä ja korvin kuultavissa.

Tämä juttu on kolmas ja viimeinen pötyhöpö ruokailusta lätsä päässä.

Synaptori ja Uutistori aina luettavissa

Synaptorin ja Uutistorin aikaisemmat numerot ovat luettavissa. Jos haluat muistella menneitä niiden parissa, löydät kaiken arkistosta. Jos haluat jakaa kiinnostavan tai hyödyllisen tekstin tutuille, annat vinkin: Googlaa Päijät-Media, aloitussivu, ja klik! Synaptori tai Uutistori. Ei maksa mitään.



Turhaan odottaa Janne Valkeeniemi kirjastovirkailijan kohtaamista

Helsingin uusi keskuskirjasto Oodi on tutustumisen arvoinen, vaikka kirjoista viis veisaisi. Niin siellä asiointiin näyttävät monet suhtautuvan. Lasten leikkipaikkoja ja sisä-picnic-alueita on useita. Erinomaista on, että lapset jo pieninä oppivat käymään kirjastossa. Joskus he lainaavat kirjojakin.

Kirjavalikoiman suppea testi osoitti puutteen. Janne Valkeeniemi Lääkäri, ihminen oli kirjaston listoilla. Ainoan kappaleen piti tuleman takaisin kahden viikon kuluttua, jos ei lainausaikaa jouduta pidentämään.

Lahjoitin Lahden kirjastolle 11 kappaletta Janne

Valkeeniemeä. Talvella tilanteesta kysyessäni kaikki olivat lainassa. Kaksi viikkoa on toivottoman lyhyt lainausaika 680-sivuiselle teokselle.

Taidan lahjoittaa muutamia kappaleita Jannea Helsingin kirjastolle. Muuten kuluu satoja vuosia ennen kuin kaikki kirjaston käyttäjät sen saavat luettavakseen.

Tämä ei ole kritiikkiä Oodiin kohtaan. Suurin osa Suomen kirjastoista omistaa 0 kappaletta Janne Valkeeniemeä.

Tekniikka on kehittynyt, kuten kuvasta näkyy. Kirjan palauttaja ja kirja eivät ihmisistä kohtaa.



Jyrki Joensuu: Tietoisku lääkkeistä

Dosetti on oikean annostelun kuningas

Lääkkeiden annostelussa tehdään virheitä jopa sairaaloissa. Melkoisen mahdollonta on oikea annostelu, jos asunnossa lääkkeet pidetään purkeissa, joista muistinvärisesti otetaan ”niitä valkoisia soikeita ja vihreitä pyöreitä pillereitä”. Aivan ehdoton apuväline on dosetti, lokeroannostelija. Vaikka potilaan äly olisi partaveitsi ja käytössä vain yksi lääke, yksi tabletti päivässä, kannattaa hankkia dosetti.

Antaa tuon yksinkertaisen laatikon nousta kuninkaaksi lääkeannostelun valtaistuimelle! Kuulostiko riittävän mahtavalta? Dosetin täyttö ja käyttö ovat periaatteessa yksinkertaisia, mutta käytännössä on tullut esille mo-

nenmoisia ongelmia. Niihin tullaan yksityiskohtaisesti paneutumaan Synaptorissa nro 5/19. Se on lääkeshoidon erikoisnumero.

Täyttäminen vaatii keskittymistä

Dosetin tarkan täytön mahdollinen pieleen meneminen alkaa olosuhteista. Sekamelskan keskellä syntyy sotkuja, erehdyksiä ja virheitä.

Kun dosetin täyttäjää aloittaa askarensa, pitää työalue laittaa siistiksi.

Ympäristön pitää olla ehdottoman rauhallinen. Jos taloudessa elelee muita ihmisiä, heidät pitää hiljentää. Dosetin täyttäjää sanoo: Minä täytän dosettia nyt! Se tarkoittaa, että nyt häntä ei saa häiritä, täyttäjälle ei

saa sanoa mitään! Jos toiset eivät ymmärrä dosetin täyttäjän tarvitsemaa työrauhaa, he ovat tyhmiä, mutta ei kai sille mitään voi? Täyttäjän pitää siirtää työtilansa toiseen paikkaan.

Järjestelmällisesti!

Lääke otetaan vain yhdestä pakkauksesta kerrallaan. Kyseisen lääkkeen tabletit tai kapselit laitetaan kunkin viikonpäivän ja ajankohdan lokeroon. Sitten tämä lääke laitetaan alkuperäiseen pakkaukseen ja sivuun, talteen. Vasta sitten otetaan annosteltavaksi toinen, käytössä oleva lääke.

Kuvassa on kolme lääkepakkausta. Tabletit näkyvät alumiinifolioissa nätteinä pullukoina. Kaikki ovat jok-

seenkin saman näköisiä!! Jos dosetin täyttäjää ottaa ne käsiteltäväksi yhdellä kertaa, on ensimmäinen sekoaminen tapahtumassa.

Siis, vain yksi lääkevalmiste kerralla jaettavaksi. Ja siinä vaiheessa muut lääkkeet pidetään pakkauksissaan odottamassa.

Tämä voi vaikuttaa pikumaiselta jankuttamiselta. Siitä ei ole kysymys, vaan lääkeshoidon onnistumisesta. Tarkkuus ja järjestelmällisyys ovat tärkeitä. Minä tein kokeiluja tätä ohjeistoa varten, ja sekosin jo ensimmäisiä foliopakkauksia käsitellessäni!

Jatketaan dosetin täyttöä seuraavassa Synaptorissa.



Aleksin Kuvakulma

Tällä palstalla julkaistaan Aleksi Joensuun taideaiheisia juttuja.

Aaro Matinlauri, muotokuvamaalari kuvassa



Aaro Matinlaurin ura taiteilijaksi kehittyi pikku hiljaa. Hän aloitti 17-vuotiaana opiskelun Limingan taidekoulussa. Elämäntyönsä hän on tehnyt Lahdessa. Taide on käsityötä, joka sopii hänelle hyvin. Tärkeitä hänelle ovat autenttisuus ja ihmisen kohtaaminen. Kun näkee itsensä, näkee myös toisen. Kasvot ovat ihmisen olemisen raja, ja siksi pyhä.

Toista täytyy kunnioittaa. Taidemaalarin mallit ovat yksilöitä, ja heitä ei saa välineellistää. Filosofisesti ”Se” on esineellistämistä, ja ”hän” osoittaa toisen kunnioittamista.

Taide on kommunikaatiota kuvan tekijän ja katsojan välillä. Taiteen avulla tekijä ja katsoja voivat päästä lähemmäs jotain, muuten sosiaalisesti tavoittamatonta. Ihmiset näkyvät iltavarjonsa pituisina. Rajalla olo merkitsee myös kuolevaisuutensa tiedostamista. Tästä on kyse Aaron venytetyissä hahmoissa.

Aarolla on intohimoinen suhde taiteeseen, ja muotokuvamaalaus sopii hänelle. Olemisen tulkinta ihmis-

kehon kautta on hänelle luontaista. Ihmisen kuvassa persoonallisuuden tavoittaminen onnistuu ammattitaidon avulla. Kyse on olennaisen löytämisestä mallista. Me kaikki olemme erilaisia ja siksi kiinnostavia. Muotokuvamaalaus kuuluu taiteen traditioon. Ei ole valmista metodologiaa, ja mallit tulevat ja menevät. Täytyy vain tehdä parhaansa.

Aaro Matinlauri on iso mies, jolla on paljon pensseleitä. Keskustellessa huomaa, että kuvien tekeminen on hänelle muutakin kuin maalaamista. Siinä on syvällä filosofinen ydin.



Vaaran paikka

Hiljaiset murskaajat aamussa vaanivat

Oli synkkä ja sateinen syksyinen yö. Jäi toiset aamulla nukkumaan, kun herätyskello soi, ja työtä tekevä vanhus kampesi kuluneet jäsenensä sängyn laidan yli. Horjuen hän nousi seisomaan.

Viileä suihku piristi kokonaisvaltaisesti. Hän suihkutti pitkään nivelrikkoisia polviaan kylmällä vedellä. Se helpottaa kävelemistä, ja hän pääsee rautatieasemalle asti. Junassa saa levätä ennen kivuliasta rämpimistä työpaikalle toisessa kaupungissa.

Alamäki oli ontuvalle vanhukselle pahempaa kävellä kuin ylämäki. Se oli myös jännittävää! Asematunneliin

tullessa äänettömät murskaajat lähestyivät häntä takapäin nopeudella 10 metriä sekunnissa. Ne ilmestyivät pimeydestä kuin tyhjiydestä, suhahtivat ohitse ja syöksyivät tunneliin.

Vanhus pelkäsi horjahtavansa murskaajan saapuessa kohdalle, tai että murskaaja tekee virheliikkeen polkupyöräänsä ohjatessa.

Monissa haavereissa vammautuneet nivelet eivät tykänneet törmäyksestä. Sai sentään otetuksi kuvan. Illan suussa vanhus osti urheiluvälineliikkeestä jääkiekkoilijan suojavarusteet työmatkapukimikseen.





Pötyhöpön kukkasia

Synaptori 3:ssa kehuttiin pötyhöpön oppikirjaa Paskanjauhantabisnes. Ehdotan ”paskanjauhannan” korvaamista sanalla ”pötyhöpö”. Asia ei nimittelystä muutu. Merkityksetöntä höpötystä ja vääristelyä kumminkin tarkoitetaan.

Radiossa esitetään ihanaa ohjelmasarjaa Aristoteleen kantapää. Se on monipuolisesti kiinnostavaa ja hauska esitettyä. Usein ohjelmassa luetaan näytteitä julkaistusta pötyhöpöstä.

Pötyhöpö palkintopallilla

Helpoimmin pötyhöpöön tutustuu urheilu-uutisista. Keksaisen tekstin rahakkaimmasta ”urheilu”lajista:

”Tiimimme on tehnyt taas erinomaista teknillistä työtä auton kehittämiseksi mahdollisimman nopeaksi. Säädot on viimeistelty niin, että auto kulkee erityisen nopeasti ra-

dan mutkaisilla osuuksilla ja ennen kaikkea suorilla, joita radalla on kurvien väleissä. Kisassa ajamme pehmeillä ja kovilla renkailla ja noudatamme yhden tai kahden, mahdollisesti useamman pysähdysten taktiikkaa.”

100% pötyhöpöä. Ei sanaakaan asiaa.

Upeaa pötyhöpöä

Lokakuussa Terveysfoorumeissa Helsingissä käsiteltiin priorisointia, sairaanhoidon tehtävien asettamista tärkeysjärjestykseen. Esitettiin julkaistu teksti, sanatarkasti tässä:

”Poliittiset päätökset priorisoinnin kriteereistä ja käytännöistä tulee tehdä laajan, kansalaisia ja potilasjärjestöjä osallistavan ja monialaista osaamista hyödyntävän keskustelun pohjalta.” Miltä kuulostaa?

Kuulostaa älykkäältä ja loppuun saakka mietityltä

ehdotukselta. Siis täyttä pötyhöpöä!

Kukaan osallistettu normaali ihminen ei säilytä objektiivista ajattelua, kun kyseessä on häntä itseä tai hänen läheisiään koskeva priorisoinnin kohde.

Kaikki, jotka ottavat priorisointiin kantaa, ovat samanlaisia tavallisia ihmisiä. Jos heidän omakohtainen sairautensa sattuu olemaan äärimmäisen harvinainen ja kallis hoidettava, se on juuri se tauti, jota ainakaan ei millään kirotuilla kriteereillä ruveta karsimaan.

Mössökäsitteet

Pötyhöpöä syntyy käsitteistä, joita ei voi konkreettisesti määritellä. Tulokseksi ei tule mitään täsmällistä ja todellista. En halua väittää enempää. Lukijan kannattaa analysoida edellistä tekstiä.

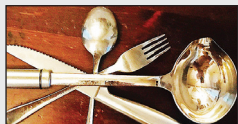
Aluksi kuvitellaan millaista on ”laaja, kansalaisia osal-

listava keskustelu”. Missä keskustellaan? A-studioon kaikki mukaan? Pohjanmaan lakeuksilla? Sinne mahtuu keskustelijoita.

Miten potilasjärjestöt, edunvalvontaorganisaatiot, keskustelevat? Mitä oikeastaan tarkoittaa monialainen osaaminen ja sen hyödyntäminen? Mitä työkoittaa monialainen? Mitkä monet ”alat” otetaan mukaan? Miten alojen edustajat valitaan? Miten määritellään ”osaaminen” tässä yhteydessä?

Pötyhöpö olisi muuten hauskaa, mutta sen varjopuolena on hoidettavien asioiden jumiintuminen kuin liukkaassa savivellissä rämpäsi. Pohja ei kannu. Ponnistus pettää. Mihinkään ei pääse.

Jos hoidon ja tutkimusten priorisointia edistetään, noudetaan Rooman tasavallan menettelyä, kapea-alaistamista. Diktaattorit valtaan, kunnes homma on hoidettu.



Yhden euron kokki -halvalla hyvää

Tällä palstalla Yhden euron kokki esittelee ruokareseptejä, joita noudatettaessa aterian hinnaksi tulee yksi euro. Reseptit on suunniteltu neljälle hengelle valmistettaville aterioille.



Yhden euron kokki soseuttaa herkuksi

Sosekeitot ovat ennen kaikkea lasten mieleen. Vielä enemmän niistä tykkäävät vanhukset. Innokkaampia sosekeittojen hotkijoita ovat nuoret aikuiset, ja aivan erityisesti keski-ikäiset. Siis: Kaikki rakastavat sosekeittoja, niin myös Yhden euron kokki, koska tämän helpompaa ruoanlaitto ei voi olla. Hinta jää alle yhden euron/ruokailija.

Samoista aineksista erilaista

Perusaines on peruna. Peru-noista pestään mullat ja ne lohkotaan peukalon kokoisiksi paloiksi. Peukaloa ei leikata malliksi. Koolla on väliä sen verran, että kokonaisia perunoita on vaikea soseuttaa.

Kaikki kasvikset sopivat sosekeittoon. Joku pitää selleristä, toinen lantusta, kolmas sipulista ja neljäs chilistä. Kaupan valikoiman mukaan ostetaan. Tämän sosekeiton aikaan paprikat olivat puoli-ilmaisia.

Sattumilla sävyjä

Sosekeittoon ei soseuta kaikkea. Porkkananpaloja tai parsakaalia keitetään erikseen. Nämä lisätään lopuksi pääsoseeseen keitinliemineen.

Kaikkea ei keitetä yhtä pitkään. Paprikan suikaleet lisätään soseeseen vasta viime sekunneilla. ”Sekunneilla!” Hienoa, täsmällistä! Haha.

Maitoa, kermaa, soijaa tai ketsuppipullon huuhtelujämiä lisätään. Jääkaappi pitää kummiskin tyhjentää tähteistä. Yhden euron kokin ruokahävikki vuoden 1968 jälkeen on 0 grammaa. Jos suomalaiset tajuaisivat kurjuuden ihmisten maailmassa, he eivät heittäisi kelloista ruokaa roskikseen!

Sauvasekoitin

Sauvasekoitin on parhaita apulaisia. Teen sillä kiisselit, sienisalaatin – ja sosekeiton. Teräosan puhdistuksessa tarvitaan järkeä. Kun sauvan virtajohto on seinässä,



ei kosketella terää. Meinaa ruokahalu kadota, kun ajattelee, että kokki nuoleskelee kermavaahtoa terästä, ja käsi sattuu puristamaan käynnistysnappia.

Sekoittimen putsaa helpoiten heti. Kuumaan veteen pannaan terä pyörimään. Vesi vaihdetaan, teräosa puhdistetaan päältäpäin, sitten

vinhat kierrokset puhtaassa vedessä. Lopuksi annetaan sekoittimen pyöriä ilmassa terä alaspäin. Muuta putsamista ei tarvita.

Vinkki

Sosekeitto käy kastikkeesta. Sosekeittoa kelpaa syödä kylmänä. Kylmät keitot ovat hienoja.

Onko vakavaa?

Keski-ikäinen aviopuoliso kompastui portaalla ja otti kädellä vastaan. Onneksi! Rytäkässä sormi vääntyi. Muutaman tunnin kuluttua särky sormessa voimistui, ja nainen huomasi sen alkavan turvota ja sinertää. Sormusta ei saanut enää pois. Tilanne tuntui pahenevan.

Ystävällinen aviomies halusi auttaa: - Sormi on vaarassa! Minä katkaisen sen!

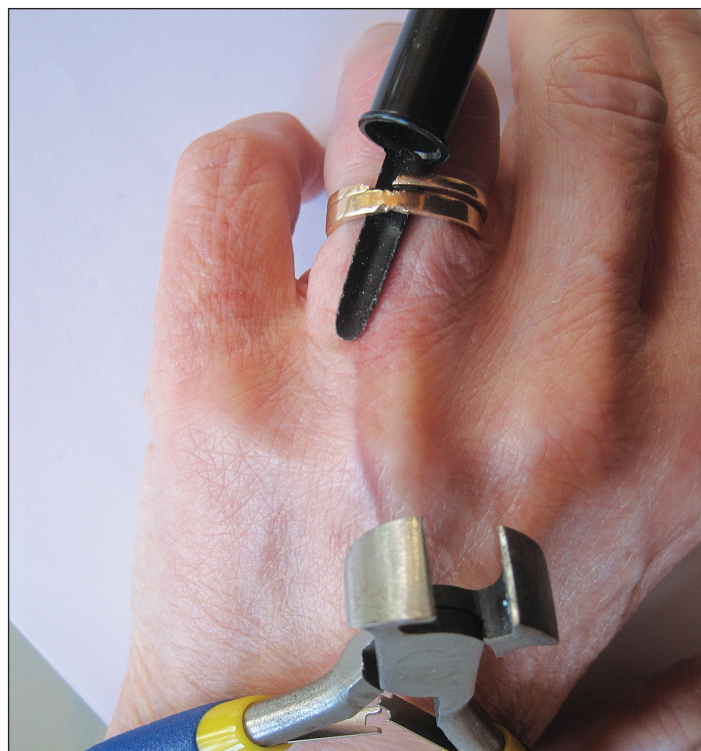
Pian selvisi, että hän tarkoitti sormusta. Mies löysi näppärät pihdit. Kekseliäästi hän laittoi ihon suojaksi kynänpään muovisen tulpan. Kuvan musta esine on sopivasti kourun muotoinen.

Yritys sormuksen katkaisemiseksi onnistui muuten hyvin, mutta kulta oli ih-

meellisen sitkeää, eikä pihdeillä sormusta saatu poikki. Pihdeillä ei voinut renkuttaa ja väännellä, jotta ei syntyisi enemmän vahinkoa.

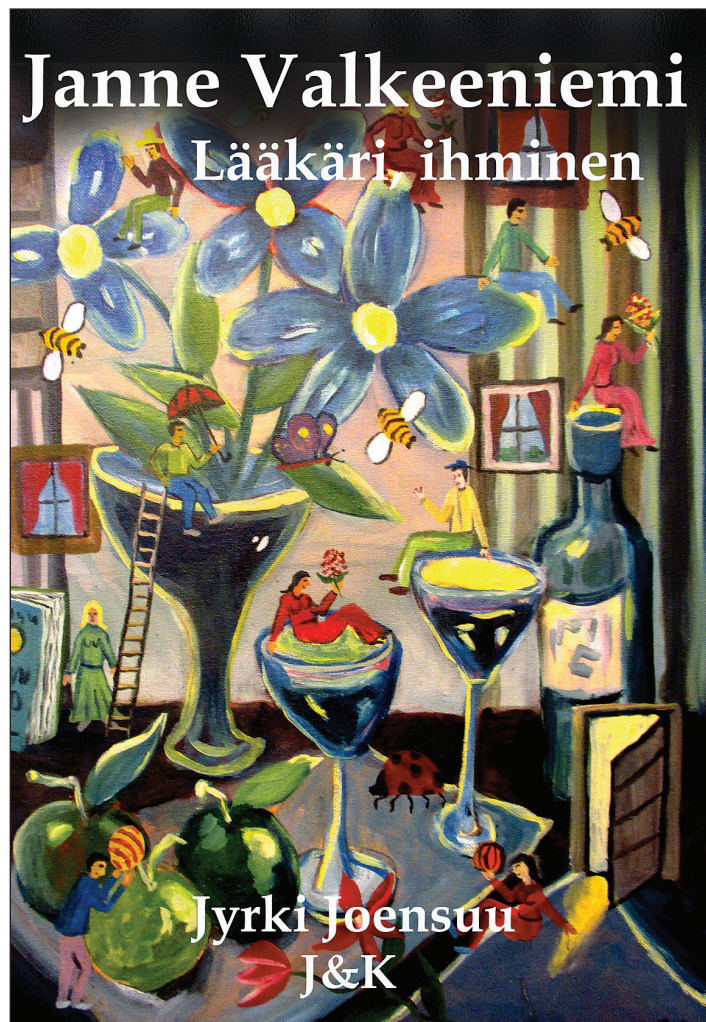
Lahdessa Mariankadun perinteikäs kultasepäntiike H. Viljanen tarjosi avun. Sormus katkaistiin, ja sormen verenkierro palautui normaalisti. Myös sormus korjattiin entiselleen, kuin se ei koskaan olisi poikki ollutkaan.

Oliko vakavaa? Sormessa oli verenkierrohäiriö, joka olisi pahentanut itse itseään ilman sormuksen poistamista. Ei jääty seuraamaan, kuinka vakavaksi tilanne olisi kehkeytynyt. Periaatteena on, että kaikki turvotusta ja kipua aiheuttavat kiristykset pitää poistaa.



Suurteoksen painos myydään loppuun

Ehdit saada alkuperäisen Valkeeniemi-kirjan. Sen ostat 20 eurolla, mutta vain Alex Grafix Galleriasta, Mariankatu 15, Lahti. Kaupanpäällisiksi saat pakinakokoelman Valkeeniemen arkistot avautuvat (ovh 20 euroa).



Lukijoiden lausumia

”Loppuun päästyäni aloitin uudestaan. Toisella lukemalla vielä parempi!”

”Sujuvaa. Helppo lukea, hyvä tekstityyppi ja tekstikoko.”

”Elämänläheinen, empaattinen, aito.”

”Nauroin niin, että olin tuolilta pudota!”

Arvostelua

”Jannen suorapuheisuus ja härkämäinen periaatteellisuus ajavat hänet työelämässään jatkuvasti sakenevaan liemeen. Jonkinlainen ähkyn vaara romaania lukiessa kuitenkin väijyy. Hersyvää huumoria, mainioita sattumuksia ja toinen toistaan opettavampia tarinoita kirjassa siis riittää. Lukijan kannattaa-kin nautiskella tätä kirjaa sopivin annoksin.”

Tekijän tuumailua

Edit Piaf lauloi Non, je ne regrette rien. En kadu mitään.

En minäkään kadu, että tein ison kirjan. Keski-Euroopassa 700 sivua on ihan ok.

En pahoittele, että tarjoan lukijoille naurun ja ajattelemisen aiheita.

Kirja osoittautui ajankohtaiseksi, esimerkiksi professori Jyrki Korkeilan esittämä muutos psykiatrian avohoidossa. Lahdes- sa tietojärjestelmän hakkerointi ja sen ehkäiseminen - kuin Janne-kirjan lopussa.

Huumori? Humoristeja olivat kaikki kirjailijat, jotka loivat suomenkielisen kirjallisuuden.

Jannen vai Jyrkin elämäkerta?

Janne Valkeeniemi: tyrmättiin pois lääkärin työstä.

Jyrki Joensuu: arvokkaasti vanhuuseläkkeelle psykiatrian ylläkäarin virasta.

Janne: avioliitto ja naissuhteet menivät myttyyn.

Jyrki: yksissä 1969 alkaen, ja 2019 avioliitto jatkuu.

Janne: joutui Yamahalla kohtalokkaaseen onnettomuuteen.

Jyrki: ajoi Hondan talvisäilöön lokakuussa 2019.

Janne ei ole Jyrkin alter ego. M.O.T.

Janne Valkeeniemen traaginen tulevaisuus

Jyrki poistaa Jannen tarinasta 180 sivua. Nykyää tarttee nääs kaikesta leikata.

Joulumyynnin ilmoitukset

Synaptori ja Uutistori ilmestyvät ennen joulua

Numerot 5 ilmestyvät 4. marraskuuta. Se on Synaptorin erikoisnumero lääkehoidosta.

Numerot 6 ilmestyvät 18. marraskuuta. Synaptorissa alkaa tonttu Tomin seikkailu.

Kolmiosaisen tarinan alussa hän tipahtaa lentävän reen kyydistä metsään.

Numerot 7 ilmestyvät 2. joulukuuta. Synaptorissa tonttu Tomi seikkailee jännittävästi.

Hän pääsee salamatkustajaksi kuorma-autoon, joka ei ole turvallinen.

Numerot 8 ilmestyvät 16. joulukuuta. Synaptorissa neuvokkaan tonttu Tomin seikkailu

päätyy onnekaasti. Joulupukki antaa anteeksi koheltamisen porojen kyydissä.

Ilmoitusten koko on ½ sivua tai ¼ sivua.

Ilmoituksen jättöaika 7 päivää ennen julkaisemisen ajankohtaa.

Tiedustelut: ilmoitukset@pmtorit.fi - puh 0400 821 427