

Jenni Ansio (35 v.)

Syömishäiriö toi osteoporoosin

Sain tutustua **Jenni Ansioon** Luustoliiton järjestämässä ammattilaiskoulutuksessa Jyväskylässä. Jenni oli tullut tilaisuuteen kokemusasiantuntijan roolissa kertomaan oman kuntoutujatarinansa.

Jenni oli normaali, iloinen ja aktiivinen – tai ehkä hiukan normaalia aktiivisempi – nuori, jonka ympärillä oli rakastava perhe. Liikunta oli lähellä sydäntä. Jenni harrasti tanssia, lumilautailua ja jalkapalloa. Liikunta oli toisinaan myös melko raisua, ja luunmurtumatkin tulivat liikunnan myötä tutuiksi.

Kaikki oli periaatteessa hyvin. Lukio tuli käytyä ja opiskelu Laurea ammattikorkeakoulussa sujui. Oli poikaystävä ja kavereita. Vaikka Jenni oli ollut aina hoikka, ruokahalu oli hyvä ja herkutkin maittoivat.

Syystä tai toisesta Jennin ollessa 21-vuotias hän alkoi vähitellen keventää ruokailuaan ja samalla lisätä liikuntaa entisestään. Siitä alkoi hitaasti etenevä, aluksi huomaamaton kierre. Vähä vähältä kuitenkin kaikki syöminen aiheutti pakon liikkua syöty pois. Siihen kierteeseen lopulta upposi. Lopulta pelkkä yhden kirsikkatomaatin syöminen laukaisi pakottavan tarpeen liikkua.

Kyse Jennin kohdalla ei missään nimessä ole ollut tiedon puuttumisesta. Lisäksi Jenni ei silloin ollut enää mikään teini-ikäinen vaan itsenäistä elämää elävä nuori, kaunis ja älykäs nainen, jolla oli elämä edessä.

– Isä sanoikin, että miten noin fiksu ihminen voi sairastua noin epäloogiseen sairauteen, Jenni kertoo.

”Lopulta pelkkä yhden kirsikkatomaatin syöminen laukaisi pakottavan tarpeen liikkua.”

Syömishäiriön loppuvaihe

Vuonna 2009 Jennin ollessa kolmekymmenvuotias syömishäiriön kierre oli edennyt jo loppuvaiheeseen monista sairaalajaksoista huolimatta. Hän oli hengenvaarallisessa tilassa: painoa oli enää kolmekymmentä kiloa.

– Käytännössä en jaksanut pysyä hereillä, sillä siihen eivät enää voimat riittäneet, Jenni muistelee vakavana. Silloin sairaalahoito kesti kaikkiaan 9 kuukautta.

– Sitä ei voi ulkopuolinen ymmärtää, mitä tällaisessa tilassa olevan ihmisen päässä liikkuu, Jenni toteaa.

Osteoporoosidiagnoosin Jenni sai muun syömishäiriöön liittyvän hoidon yhteydessä.

– En tiennyt mitä se tarkoitti. En voinut käsittää, että minä, nuori nainen, voisin sairastua sairauteen, joka kuuluu vanhoille ihmisille, Jenni puuskahtaa.

”En ole mikään tyhmä blondi, joka ihannoii hoikkuutta.”

Jenni ei saanut osteoporoosilääkitystä. Lähtökohtana on, että Jenni söisi riittävästi. Lisäksi Jennillä on D-vitamiini ja kalsium lisänä ja liikuntaa hän harrastaa edelleen. Tosin nykyisin Jenni kertoo varovansa riskialttiita liikuntalajeja, sillä murtumariski on ilmeinen.

Pitkäaikaissairas tarvitsee tukea

Koska Jenni sairastaa kahta pitkäaikaissairautta osteoporoosia ja syömishäiriötä, hänen oma sitoutumisensa omaan hoitoonsa on ratkaisevassa roolissa toipumisessa. Hän kaipaisi omaan hoitoonsa enemmän tukea. Hänellä ei esimerkiksi ole selkeää tahoja joka hoitaisi osteoporoosia tai syömishäiriötä ja jonka puoleen hän voisi tarvittaessa kääntyä.

”Ruuassa on jotakin pelottavaa.”

Jenni olisi myös toivonut lisää tietoa sairautensa alkuvaiheesta siitä, mitä kaikkea syömättömyys aiheuttaa. Hän toivookin, että terveydenhuollon ammattilaiset kertoisivat nykyistä selkeämmin syömishäiriötä sairastaville, mitä syömättömyys todellisuudessa tarkoittaa: Kyseessä on mielen sairaus, joka ilmenee fyysisesti.

Toipuminen on alkanut

Jenni kertoo, että hän on vasta jälkeinpäin ymmärtänyt, miten vakavasti hän oli sairas. Jenni sanoo varmalla äänellä, että syömishäiriön kanssa ei ole leikkimistä vaan kyseessä on hengenvaarallinen mielen sairaus:

– En ole mikään tyhmä blondi, joka ihanoi hoikkuutta, hän tokaisee. Nyt toipuminen syömishäiriöstä on vasta alussa.

Kun kysyn Jenniltä, miten hän lopulta alkoi toipua sairaudestaan, hän katsoo suoraan silmiin ja hymyilee:

– Minulla on koko ajan ollut läheisten tuki ja sisälläni halu parantua.

Jenni tunnustaa, että hänellä on edelleen vaikeuksia syödä riittävästi:

– Söisin kuin rekkamies, jos vain pystyisin. Ei ole siitä kyse, että ei maita vaan siitä, että ruuassa on jokin pelottavaa.

”Minä selviän tästä”

Nykyisin Jenni opiskelee Jyväskylän yliopiston kauppakorkeakoulussa. Opinnot eivät ole edenneet normaalissa tahdissa, sillä voimat eivät ole aina riittäneet opintoihin.

Jenni kävi viime vuonna Keski-Suomen sairaanhoitopiirin ja Kaste-hankkeen yhdessä organisoiman kokemusasiantuntijakoulutuksen. Marraskuussa Jenni oli Luustoliiton järjestämässä koulutuspäivässä kokemusasiantuntijan roolissa kertomassa oman tarinansa terveydenhuollon ammattilaisille.

Jennille kuntoutuminen voi olla elämän pituinen tehtävä. Sen Jenni tietää ja katsoo kaikesta huolimatta luottavasti tulevaisuuteen:

– Olen jotenkin aina uskonut siihen, että minä selviän tästä.

ANSA HOLM

”Olen jotenkin aina uskonut siihen, että minä selviän tästä.”

