

## Läheisen tarina

Olin itse lähempänä kuuttakymppiä ja perheemme kuopus asui vielä kotona, kun mieheni ohitusleikattiin. Olin jo pitkään ollut huolissani hänen rasisurintakivuistaan ja jaksamisestaan sekä patistellut häntä menemään lääkäriin. Työterveyslääkäri kirjoitti lähetteen EKG-tutkimukseen, jossa paljastui sepelvaltimotauti. Olin helpottunut, kun en ollutkaan patistellut häntä turhan takia ja että hän pääsi alkuun kuntoutusmatkalleen.

Sydänlääkäri laittoi lähetteen kiireelliseen varjoainekuvaukseen, joka paljasti sepelvaltimoissa sellaisia tukoksia, että oli tehtävä ohitusleikkaus. Vajaa puoli vuotta meni ja sitten tuli kutsu leikkaukseen. Siinä ajassa kaikkeen oli ehtinyt valmistautua niin, että pelko ei ollut ensisijainen tunne vaan luottamus terveydenhuoltoon kohtaan.

Leikkaus meni hyvin, mutta sen jälkeen tuli komplikaatioita joiden vuoksi rintakehä avattiin uudestaan. Monta suuren huolen, pelon ja ahdistuksen hetkeä tuli koettua, myös kuolemanpelkoa. Toipuminen leikkauksien jälkeen oli hidasta, hemoglobiini oli alle 80 ja rytmihäiriötä piti korjata sähköisellä rytminsiirrolla.

Ohitusleikkauksen jälkeen toipumisen polulla tuli myös muita terveysongelmia kuten kohonneita maksa-arvoja ja syöpäepäily. Vähitellen kuitenkin vointi kohentui ja terveydentila muuttui vakaaksi.

Mieheni hoidon aikana minua auttoi jaksamaan lähinnä oma työni, sillä olin vielä työelämässä. Asiakastyötä tehdessä ei voi samaan aikaan murehtia omia asioitaan, vaan on pakko keskittyä kuuntelemaan ja siirtää omat huolet taka-alalle. Nuorimmalle lapsellemme emme kertoneet kaikkia yksityiskohtia ja komplikaatioita, sillä emme halunneet kuormittaa häntä ylimääräisellä hädällä. Elämä oli vuosia aikamoista vuoristorataa, pelon ja huolen sekä helpotuksen ja kiitollisuuden vuorottelua.

Miehen sairastuminen on yhdistänyt meitä entisestään tiiviimmäksi tiimiksi. Olemme molemmat kiinnostuneita terveellisestä ruuasta ja teemme yhdessä pitkiä kävelylenkkejä. Miehet ovat siinä mielessä erilaisia kuin naiset, että heitä saa vähän patistella kertomaan omasta voinnistaan ja ajatuksistaan. Välillä kyselen tuntemuksista ja joskus taas pyrin hillitsemään aktiivista ja auttavaista miestäni raskaimpien hommien teossa. Välillä seurailen sivusta, onhan kaikki hyvin. Se on sitä rakkautta.

Vertaistukea minulla ei ollut saatavilla eikä tuttavapiirissäni ollut ketään saman sairauden läpikäynyttä.

Toimin itse nykyään vertaistukihenkilönä. Päätin lähteä mukaan toimintaan, sillä läpikäymäni polku pani ajattelemaan, että voisin auttaa samassa tilanteessa olevia. Yhteydenottoja tulee puhelimitse ja sähköpostilla sekä kuulumisia vaihdetaan luonnollisissa yhteyksissä arjen tilanteissa. Olen kiitollinen siitä, miten luontevia kohtaamiset ovat juuri näissä arjen tilanteissa.

Tunnen ihmetystä ja kiitollisuutta siitä, miten sydäntyö on kehittynyt viimeisen vuosikymmenen aikana. Hoidot ovat kehittyneet ja avun piiriin pääseminen nopeutunut. Vaimon näkökulmasta olen kokenut erilaiset kuntoutumiskurssit tärkeinä ja virkistävinä. Kurssilla saa kokea, ettei ole yksin, vaan kuuluu suureen sydänsairaiden joukkoon.