

Skitsofrenia: onko diagnoosi totta?



Karoliina Maanmieli, Tapio Gauffin ja Nisse Suutarinen: Skitsofrenia: onko diagnoosi totta? Helsinki: Basam Books, 2021.

Teksti: Tuuli Jokivartio-Toivonen

Sairaksi lääkityt – onko skitsofrenian hoito väärillä raiteilla?

Filosofian tohtori **Karoliina Maanmieli** on kirjoittanut yhteistyössä Nouseva mieli – Suomen skitsofreniayhdistys ry:n puheenjohtaja, YTK **Tapio Gauffin**in ja asiantuntijahaastattelusta vastanneen matemaatikko ja keksijä, FM **Nisse Suutarisen** kanssa teoksen *Skitsofrenia: onko diagnoosi totta?* Haastavan teeman ympärille sommiteltu teos muodostuu kokoelmasta artikkeleita ja näkökulmia, jotka käsittelevät aihetta monipuolisesti ja kyseenalaistavat perinteisiä näkemyksiä. Kirja on rohkea ja voimakas, psykiatriakriittinen kannanotto skitsofreniaan liittyviä perinteisiä selitysmalleja, lääkehoitoa ja etenkin pitkäaikaislääkitsemistä vastaan.

Tekijät toivovat, että kirjan avulla skitsofreniaa ja sen kokeneita ihmisiä sekä heidän traumataustansa opittaisiin ymmärtämään paremmin ja hoito painottuisi tulevaisuudessa enemmän ennaltaehkäiseviin, kokonaisvaltaisiin sekä yksilöllisiin näkemyksiin. Maanmiehellä on aiheeseen liittyvää näkemystä sekä hoito- että tutkimuspuolelta ja Gauffin ja Suutarinen antavat arvokkaan panoksensa kertomalla omista kokemuksistaan ja ajatuksistaan skitsofrenian hoidosta sekä potilaiden kohtelusta.

Teoksessa puhutaan sekä psykoosista että skitsofreniasta. Maanmieli tarkoittaa, että skitsofrenialla tarkoitetaan yleensä kroonistunutta psykoosia. Psykoosi voi oireena liittyä muihinkin sairauksiin, mutta tässä yhteydessä käsitellään nimenomaan skitsofreniaa, joka on psykoosisairauksista yleisin. Kirjassa kuvataan ja kritisoidaan skitsofrenian perinteistä diagnosointia ja hoitoa, joista jälkimmäinen perustuu pitkälti oireiden lääkitsemiseen. Vaihtoehtoisina hoitomenetelminä kirjassa esitellään muun muassa Keroputaan malli, joka perustuu avoimeen dialogiin sekä tarpeenmukaiseen hoitoon. Myös kirjallisuusterapian mahdollisuudet skitsofrenia-diagnoosin saaneiden auttamisessa saavat oman lukunsa kirjan loppupuolella.

Kirjan alussa esitetyt pääteesit ovat, että skitsofrenia-käsitteestä tulisi kokonaan luopua ja että tällä nimellä kutsuttu kroonistunut psykoosi itse asiassa aiheutuu usein epäonnistuneesta hoidosta. Teesejä tarkennetaan vielä teoksen lopussa, jossa esitetään seitsemän kohtaa sisältävä listaus kirjan tekijöiden näkemyksistä. Heidän mukaansa potilaiden itsemääräämisoikeutta on toteutettava entistä paremmin ja lääkkeetöntä hoitoa tarjottava sitä haluaville. Kirjoittajat peräänkuuluttavat myös psykososiaalisen hoidon kehittämistä ja traumataustan sekä ihmisen biologian huomioimista ennalta ehkäisevässä työssä sekä hoidon suunnittelussa. Neuroleptilääkityksestä on heidän mukaansa luovuttava kokonaan eikä skitsofrenian Käypä hoito -työryhmään kuuluvilla saa olla sidonnaisuuksia lääketeollisuuteen.

Skitsofreniaan ja sen selittämisen sekä ymmärtämiseen liittyvää häilyvyyttä ja monimutkaisuutta kuvaillaan teoksessa valaisevasti. Oireiden puhkeamisella on taustansa, mutta myös tulevaisuuteen suuntautuvat seurauksensa, jotka jäävät pääosin diagnoosin saaneen yksilön kannettaviksi. Sairastuminen on monen, esimerkiksi yksilön elämänhistoriaan ja elinympäristöön liittyvän asian ja pitkällisen prosessin seurausta, eikä oireiden puhkeamiseen liittyviä syiden ja seurausten ketjuja pystytä tarkasti osoittamaan. Skitsofrenian oireet myös vaihtelevat eri henkilöillä, ja toisaalta hoidon tuloksia voi olla haastavaa arvioida. Kaiken lisäksi psykiatriassa on vallalla kaksi eri koulukuntaa, joista toinen tarkastelee asioista psykososiaalisesta, toinen biologisesta näkökulmasta. Psykoosi on monelle tuntematon, pelottava ja vaikeasti kuvailtava tila, jota vierestä seuraajan on vaikea ymmärtää. Tuntuu, että moni skitsofreniaan ja sen hoitoon liittyvä seikka on myös asiantuntijoille hämärän peitossa ja vaikeasti määriteltävissä. Nämä asiat herättävät minussa lukijana huolen siitä, miten potilas voidaan saada tuntemaan, että hän on osaavissa käsissä hoitopolullaan.

Skitsofrenian kokeneiden omakohtaisille tarinoille on annettu runsaasti tilaa teoksessa. Niihin tutustuminen auttaa asiaan perehtymätöntä ymmärtämään, minkälaisesta ilmiöstä on kyse. On tärkeää, että kirja tuo diagnoosin saaneiden ihmisten kokemuksia esille. Pidän näiden henkilöiden tarinoita teoksen

arvokkaimpana osana. Kerrankin annetaan puheenvuoro heille, joiden näkemystä tai mielipidettä niin usein unohdetaan kysyä. Potilaan arvostava kohtaaminen on asia, josta ei voi liikaa puhua. Tärkeä viesti on, että kuka tahansa meistä voi reagoida elämän traumoihin ja haasteisiin menemällä psykoosiin, mutta vaikean vaiheen jälkeen voi päästä jaloilleen ja esimerkiksi kiinni opintoihin tai työelämään. Psykoosisairauksista voi parantua eikä stigman tarvitse eikä pidä seurata ihmistä koko loppuelämää.

Teoksessa esitetään vaihtoehtoisia toimintamalleja voimassa oleville hoitokäytänteille ja psykoosiin liittyville selitysmalleille. Psykologian tohtori Tomi Bergströmin haastattelu kertoo 1980-luvulla alkunsa saaneesta Keroputaan mallista eli avoimen dialogin menetelmästä, joka perustuu tarpeenmukaiseen hoitoon, vastavuoroisen dialogisuuteen ja perheterapeuttiseen lähestymistapaan. Mallia on kehitetty ikään kuin alhaalta ylöspäin, yksilön tarpeista lähtien kohti hoitokäytänteitä. Se on vaatinut hoitohenkilökunnalta aikaisemmista asenteista ja ennakkokäsityksistä luopumista. Hoito on toteutettu potilaan omassa elinympäristössä, verkosto vahvasti huomioiden. Jäin tässä yhteydessä kaipaamaan tarkempaa tietoa siitä, millä tavoilla verkoston jaksaminen on varmistettu. Mitä jos sille varattu rooli onkin liian raskas kantaa ja läheisten voimavarat kuluvat loppuun?

Toisena esimerkkinä mainittakoon kirjassa esitelty ns. klubitalomalli, jossa psykososiaalista kuntoutusta tarjotaan päiväkuntoutuspaikoissa. Toimintaa ohjaavia arvoja ovat ihmisarvo ja -oikeudet, vapaaehtoisuus, tasa-arvo ja yhdenvertaisuus sekä yhteisöllisyys. Nämä arvot näkyvät käytännössä yksilön kunnioittavana kohtamisena ja hänen oman asiantuntijuutensa arvostamisena. Teoksessa kerrotaan myös psykoosin lääkkeettömästä hoidosta ja hengellisestä aspektista, joista viimeksi mainittua valaistaa sairaalapastori Keijo Karvosen ja rajatiedon auttavan puhelimen ylläpitäjän Seppo Laaksosen haastattelujen avulla.

Kun skitsofreniaa tarkastellaan traumanäkökulmasta, ei huomio kiinnity vain oireisiin ja niiden ilmenemiseen. Tätä ajattelutapaa avataan kirjassa psykiatri Anssi Leikolan haastattelulla. Näkökulma kokoaa erilaisia skitsofrenian ymmärtämiseen tähtääviä selitystapoja yhteen viitekehykseen. Kirjassa todetaan Leikolan näkemyksen olevan, että psykiatrisella lääkehoidolla tähdätään liialliseen tunteiden vaimentamiseen, mikä johtaa niiden säätelyn entistä suurempiin ongelmiin. Leikolan kannattaman ajattelutavan mukaan psykiatrisen häiriöluokituksen tulisi perustua trauman tunnistamiseen. Kun psykoosia tarkastellaan traumaoireena, siihen saadaan uudenlainen perspektiivi ja ymmärrys ja yksilön reagointi tulee sidotuksi hänen henkilöhistoriaansa.

Meitä kirjallisuusterapian kontekstissa toimivia kiinnostavat erityisesti Maanmielen huomiot kirjallisuusterapian käytöstä psykoosin ymmärtämisessä sekä toipumisen tukemisessa. Samaa aihepiiriä käsitteli myös hänen vuonna 2015 ilmestynyt väitöskirjansa. Maanmieli nostaa runouden tärkeäksi ja toimivaksi ilmaisumuodoksi psykoottisten ajatusten ja tunteiden ilmaisuun, runoja kirjoittaessa kun on lupa ilmaista "järjettömiäkin" ajatuksia vapaasti ja pidäkkeettä. Maanmielen mukaan tunteiden käsittelyyn liittyvät harjoitukset ovat olennainen osa psykoosiin sairastuneiden kirjallisuusterapiaa. Sen avulla voidaan siis käsitellä juuri sitä osa- aluetta, jota lääkityksen avulla vaiennetaan ja latistetaan. Maanmieli kertoo, että kirjallisuusterapian ja muiden luovien terapioiden avulla voidaan myös auttaa skitsofrenian kokeneita käsittelemään häpeän tunteitaan ja ymmärtämään oireiden taustalla olevia syy-seuraussuhteita. Tärkeänä asiana Maanmieli painottaa myös kirjallisuusterapian käyttöä toivon herättämistä. Sen merkityshän on suuri monissa erilaisissa vaikeuksissa ponnisteleville.

Kirjaan on sisällytetty psykologian tohtori Tomi Bergströmin ja psykiatri Anssi Leikolan näkemyksiä skitsofreniasta ja sen hoidosta. He ovat kumpikin Maanmielen, Gauffinin ja Suutarisen kanssa samoilla linjoilla ja tukevat heidän ajattelutapaansa. Aidon vuoropuhelun muodostumiseksi olisin toivonut tähän kirjaan myös perinteisen psykiatrian edustajien puheenvuoroja. Menettely olisi antanut lukijalle moniäänisempää taustatietoa ja paremman mahdollisuuden muodostaa itsenäisesti oman näkemyksensä. Nyt tuli lukiessa välillä sellainen olo, ettei päätä ole sallittua kääntää kuin yhteen suuntaan. Onneksi siitä suunnasta kuuluu yksilön arvostavaa kohtaamista, hänen henkilöhistoriansa ymmärtämistä ja itsemääräämisoikeutta painottavaa puhetta.

Tuuli Jokivartio on espoolainen kuraattori, kirjallisuusterapiaohjaaja ja kirjoittaja.