

## **Ethän jää muistisairauden kanssa yksin**

Julkaistu Muistiviikolla 2017: Lapin Kansa, Pohjalainen

Suomessa on arviolta 193 000 muistisairasta ihmistä ja heidän läheisiään moninkertainen määrä. Muistisairauden voidaan siis sanoa koskettavan päivittäin jopa miljoonaa suomalaista. Yleisyydestä huolimatta moni kokee jäävänsä kokemustensa kanssa hyvin yksin.

Muistiyhdistykset järjestävät toimintaa ja tarjoavat tukea ympäri maan, Utsjoelta Itämerelle. Pitkien välimatkojen Suomessa vertaisryhmät voivat kuitenkin olla kaukana, tai ryhmiä ei kokoonnu omassa kotikunnassa ihan joka viikko. Pienillä paikkakunnilla harvinaista muistisairautta tai omanikäisiä sairastavia voi olla vain kourallinen, vähemminkin, jolloin vertaistukea ei löydy. Teini-ikäiset tai nuoret aikuiset omaishoitajat eivät välttämättä tunne ketään toista, joka kävisi arjessaan läpi samoja asioita.

Maantieteellistä etäisyyttä voi kuitenkin kuroa pienemmäksi – internetissä. Usein voimaantumisen kokemuksen tarjoaa jo pelkästään tieto siitä, että joku on kokenut saman kuin itse. *En olekaan ihan yksin. Tuo ihminenhän tietää, miltä minusta tuntuu.* Ja se on korvaamattoman tärkeää. Näitä kokemuksia tarjoaa esimerkiksi tällä viikolla avattu Muistini.fi-verkkosivusto. Siellä muistisairaajat ja läheiset kertovat oman tarinansa, omin kasvoin.

Eräs sivustolla tarinansa kertonut nainen sai viestin henkilöltä, jonka isä sairastaa Alzheimerin tautia. Viestin laittaneelle oli tuon videon katsomisen jälkeen tullut ensimmäistä kertaa tunne, että joku oikeasti ymmärtää, miltä hänestä tuntuu, ja ettei hän ole yksin.

Toinen sivustolla kokemuksistaan kertonut nuori aikuinen sanoo, että ”jotenkin tuli helpottunut olo, kun jaoin tarinan myös omalla Facebook-seinällä. Moni kavereistani on varmaan huomannut, kuinka olen parin vuoden aikana muuttunut, ja nyt he tietävät syyn”.

Tällä viikolla vietetään Muistiviikkoa teemalla *Muistisairauden monet kasvot*. Jokaisen sairastuneen ja läheisen tarina on yksilöllinen – mutta samalla muistisairauden kokemus yhdistää suurta osaa suomalaisista. Yksin ei tarvitse jäädä.

viestintäkoordinaattori Heidi Härmä ja viestintäsuunnittelija Minna Hietakangas,  
Muistiliitto ry

---

## **Älä yleistä! Miljoona erilaista tarinaa muistisairauksista**

Julkaistu Muistiviikolla 2017: ESS, Ilkka

Suomessa on arviolta 193 000 muistisairasta ihmistä ja heidän läheisiään moninkertainen määrä. Muistisairauden voidaan siis sanoa koskettavan jopa miljoonaa suomalaista. Miljoonaa yksilöä.

Muistisairaiden ihmisten ja läheisten tarpeisiin ja palveluihin kuitenkin usein viitataan yleistäen – aivan kuin sairaus tekisi tästä suuresta joukosta homogeenisen ryhmän. Tämä on harmillista kahdella tavoin.

Jos muistisairaille ihmisille rakennetaan palveluja vain diagnoosin perusteella, on lopputuloksena todennäköisesti tarpeita vastaamattomia palveluja. Tämä on kustannustehotonta.

Toiseksi on tärkeää huomioida inhimilliset näkökulmat. Ihminen ei katoa muistisairautensa taakse, elleimme me muut häntä sairauden verhon taakse piilota. Emmehän kohta diabetesta tai epilepsiaa sairastavaakaan ihmistä vain sairastuneena, sairautensa värittämänä. Muistisairaana ihmisen kohdalla näin kuitenkin aivan liian usein käy. Tarvitaan tietoa, ymmärrystä, lämpöä ja kohtaamisen taitoa, jotta ihminen kohdataan *ihmisenä* – ei pelkästään sairastuneena, potilaana.

Tällä viikolla vietetään Muistiviikkoa teemalla *Muistisairauden monet kasvot*. Viikon alkajaisiksi avatulle Muistini.fi-verkkosivustolle on kerätty tarinoita elämästä muistisairauden kanssa. Niitä kertovat kaikenikäiset ihmiset ympäri Suomen. Sairaus koskettaa heitä kaikkia, mutta jokaista hieman eri tavoin.

viestintäkoordinaattori Heidi Härmä ja viestintäsuunnittelija Minna Hietakangas,  
Muistiliitto ry