

Sanat voivat muuttaa maailmaa!

Muisti-lehti täyttää tänä vuonna 30 vuotta. Tässä lehdessä muistellaan menneitä ja pohditaan, miten muistityö on muuttunut kolmen vuosikymmenen aikana. Muutos tulee hyvin näkyviin sanojen käytössä. Liiton nimi oli aluksi Alzheimer-keskusliitto ry, kunnes se vuonna 2008 muutettiin Muistiliitoksi. Alzheimerin tauti on yksi muistisairaus monien muiden joukossa, joten nimen muutos oli aiheellinen.

Meillä on kuitenkin vielä sanoja, joista poisoppiminen on yllättävän hankalaa. Edelleen puhutaan dementiaista sairautena, vaikka sellaista sairautta kuin dementia ei ole olemassakaan. Dementia on oireyhtymä, joka esiintyy muistisairauden edetessä tiettyyn vaiheeseen. Muistiyhdistyksetkin olivat aiemmin dementiaiyhdistyksiä, mutta onneksi lähes kaikki yhdistykset ovat jo muuttaneet nimensä. Asian merkitys tulee esille erään sairastuneen kommentissa muutamia vuosia sitten, kun hän kertoi minulle, että dementiaiyhdistykseen hän ei olisi liittynyt, mutta muistiyhdistyksessä on mukava olla.

Kansallisen muistiohjelman tavoitteena on, että Suomi on muistiystävällinen. Tämä tarkoittaa myös sitä, että käytämme puheissamme ihmisiä kunnioittavia emmekä leimaavia ja ihmisarvoa loukkaavia sanoja. Muistiystävällisessä Suomessa asenteiden tulee olla kannusta-

via, eikä asioista puhuessa ja kirjoitettaessa saa tuoda esille sairauteen liittyvää kielteistä leimaa. Ihminen on ennen kaikkea ihminen, ei jonkun sairauden edustaja.

Eräs tällainen erittäin leimaava sana on *dementikko*. Monet muistisairaat ovat kertoneet, että *dementikko*-sana on kuin leima otsassa, ja sen avulla ihmiseltä vietään oma persoonallisuus ja identiteetti.

Sanat ohjaavat asenteita, ja siksi niiden käytössä on oltava huolellinen. Sanat ovat myös vaikuttamisen välineitä. Olenkin surullinen, että mediassa käytetään edelleen sanaa *dementikko*, vaikka Muistiliitto ja muistiyhdistykset ovat antaneet toimittajille palautetta sanaan liittyvästä kielteisestä stigmasta. Eräs toimittaja vastasi palautteeseen: ”Esimerkiksi otsikossa vakiintuneiden termien välttäminen on vaikeaa ja usein mahdotonta. Otsikon pitää olla ytimekäs, jotta se houkuttelee lukemaan jutun – tästä on tilastofaktaa, jota seuraamme päivittäin.”

Moni asia on kehittynyt hyvään suuntaan kolmessakymmenessä vuodessa. Tieto muistisairauksista ja niiden ennaltaehkäisystä, hoidosta ja kuntoutuksesta on ottanut valtavan suurin harppauksia eteenpäin. Myös asenteissa on tapahtunut korjaantumista. Asenteiden muuttamiseksi työtä on kuitenkin jatkettava ja tähän sopiikin hyvin **Mahatma Gandhin** sanonta: ”Ole itse se muutos, jonka haluat nähdä maailmassa.” Jokainen meistä voi vaikuttaa asenteisiin käyttämällä kunnioittavia sanoja. ➡



MERJA MÄKISALO-ROPPONEN

Muistiliiton
hallituksen puheenjohtaja