





Janne Rapola, Oskari Heikinheimo, Aki Rovasalo ja Heikki Mäkisalo

Sopeutuminen – alistumista vai selviytymistä?

Viruspandemia koettelee ihmiskuntaa. Vaikka kulkutauteja on esiintynyt jo vuosisatojen ajan, ovat sekä COVID-19-taudin leviämisen vauhti että ihmiskunnan reagoinnin nopeus olleet ennenäkemättömiä. Yhteiskunnat ovat reagoineet pandemiaan hyvin eri tavoin, mutta näyttää siltä, että kansan kuuliaisuus ja ”alistuminen” tiukkoihin rajoituksiin parantaa selviytymistä. Lopullinen analyysi pystytään tekemään vasta vuosien kuluttua, ja jälkiviisauden määrää voimme vain arvailla. Mutta ihmiskunta ei ole ainoa sopeutuja, myös virus sopeutuu ja parantaa omaa menestystään.

Kun ihminen sairastuu, mieli ja ruumis ovat yksituumaisesti hakemassa voimavaroja puolustautumiseen sairautta vastaan ja toisaalta säästämässä vähiä voimia sopeutumiseen ja tulevaan toipumiseen. Sairauskäyttäytymisen kirjo akuutisti sairastuneella on hämmästyttävän samanlainen ihmisellä ja vaikkapa jyrksijällä, joka eroaa ihmisestä vain sukimisen vähenemisen ja kesyyntymisen osalta. Sairaana linnun oireyhtymän tapaan luovuttaminen voi olla myös ihmiselon suurinta viisautta, eikä se silloin ole masennusta, pikemmin surua, mutta myös toivoa.

Kuinka nopeasti totuimmekaan ajatukseen ilmastonmuutoksen ja luontokadon etenemisestä? Poliitiikan ja teollisuuden edustajilta kuullaan puheenvuoroja, joita vielä pari vuotta sitten kuultiin vain Greta Thunbergin ja hänen hengenheimolaistensa suusta. Alistumista, sopeutumista, vai – viherpesua? Ilmastonmuu-

toksen ja luontokadon kohdalla sekä taistelu että sopeutuminen ovat välttämättömiä, alistuminen ei tule kyseeseen.

Sopeutumista ilmastonmuutokseen voidaan nähdä monilla elämäalueilla. Sääpalvelut auttavat meitä muokkaamaan toimintaamme ennakoimalla tulevia sääolosuhteita, olipa kyse sitten varautumisesta liukkauteen työmatkalla tai äärimmäisiin lämpötiloihin terveydenhuollon yksiköissä.

Sääpalveluiden avulla voidaan viisaasti toimien vähentää niin luunmurtumia kuin helle- ja pakkaskuolemiakin. Tottumista Etelä-Suomen pitkään ja pimeään talveen kuvannee kuitenkin parhaiten – alistuminen.

Ympäröiviin olosuhteisiin sopeudumme koko elämämme ajan – jo sikiöaikana äidin ravitsemustila säätelee geeniemme toimintaa ja valmistaa meitä kohdun ulkoiseen elämään. Syntymän jälkeen sopeudumme meitä ympäröivään kulttuuriin. Sydämemme sykkii vahvasti Suomelle, mutta jos olisimme sattuneet syntymään toisessa maailmankolkassa sykinän kohde olisi toinen. Ajopuuteoria ohjaa usein nuorta ylioppilasta ammattiinsa, eikä se ole kokonaan tuntematon käsite nuoren lääkärin hakeutuessa erikoisalalleenkaan. Gynekologina, kardiologina, kirurgina ja psykiatrina edustamme kuitenkin lajeillemme tyypillisiä käyttäytymismalleja. Emme ehkä osaa enää kuvitellakaan toimivamme millään muulla alalla.

Joulunumerotoimituskini on joutunut sopeutumaan uuteen tilanteeseen. Aikakauskirjan positiivisen ongelman (käsikirjoitusruuhka)

Ympäröiviin olosuhteisiin sopeudumme koko elämämme ajan

JOULUTEEMA: SOPEUTUMINEN

vuoksi kokonaista numeroa ei tänä vuonna voitu omistaa joulunumeroksi, vaan kirjoitukset julkaistaan teemana.

Jouluteeman kuvituksesta vastaa kuvataiteilija Emmi Kähkönen. Hän kertoo itse upeiden kuviensa taustoista (s. 2765).

Toimitus toivottaa lukijoillemme rauhallista joulua. Haluamme myös muistaa niitä tuhansia ammattilaisia, jotka tämänkin joulun vastaanottavat työnsä ääressä – kiitos! ■

JANNE RAPOLA (kardiologia), **OSKARI HEIKINHEIMO** (naistentaudit), **AKI ROVASALO** (psykiatria) ja **HEIKKI MÄKISALO** (kirurgia)