

Vertaistuki toimii Suomessa ja Afrikassa



Kuva: Tomi Leporinne

Vakava sairastuminen on uhka sille elämäntarinalle, jonka itse kukin meistä on itselleen ehtinyt luoda ennen sairastumista. Sairastuttua ihmisen tarina väistämättä katkeaa, mikä hämmentää ja ahdistaa. Haasteena on tuolloin elämän ymmärrettävyyden palauttaminen ja sairauteen liittyvien kokemusten hyväksyminen. Tuolloin auttavat toisten sairastuneiden kertomukset sairaudesta, sen puhkeamisesta, etenemisestä ja siihen liittyvistä toimenpiteistä. Näitä tarinoita sairastunut kuulee muiden kertovan ja näitä hän kertoo itse muille. Kuuntelemalla toisten kertomuksia samanlaisesta tilanteesta sairastunut saa käsityksen siitä, miten tuohon sairauteen on tapana suhtautua ja mikä voi auttaa häntä muovaamaan omaa suhtautumistaan sairastumiseensa. Usein jo pelkkä tieto siitä, että muillakin on ollut samankaltaisia kokemuksia, voi auttaa eteenpäin.

Epilepsialiitossa on päätymässä kolmivuotinen Virtaa vertaisesta, apua ammattilaiselta -projekti, jossa kehitettiin vertaistuen muotoja. Projektissa on kehitetty avomuotoisia kuntoutuskursseja, tukiryhmiä ja vertaisohjaajakoulutusta, joita on tarkoitus jatkaa projektin loppuun asti. Parhaimmillaan vertaisohjaajan oma tarina normalisoi sairastumisen joksikin tavalliseksi, jonka parissa useimmat ihmiset kamppailevat. Tukiryhmissä on mahdollisuus jakaa kokemuksia ja tunteita, tarjota ja saada tukea sekä uusia näkökulmia ja ratkaisuja eri tilanteisiin sekä omien voimavarojensa tunnistamiseen.

Epilepsiaan sairastuminen on aina rankka kokemus. Silti Suomessa hoitojärjestelmä ja tukiverkot huolehtivat hyvin sairastuneista. Ongelmiin on saatavissa apua ja tukea, jos rohkenee ja jaksaa pyytää. Yhteiskuntamme pyrkii tasa-arvoisuuteen ja tuomitsee syrjinnän. Epilepsialiitto on tänä vuonna juhlinut 40-vuotista taivaltaan yhtenä niistä tahoista, jotka ovat tehneet merkittävää työtä eriarvoisuuden poistamisessa.

Joulun lähestyessä haluamme muistaa niitä epilepsiaa sairastavia, joiden kotimaissa tilanne ei ole yhtä hyvä. Tässä lehdessä on Suomen Punaisen Ristin työntekijöiden kautta saatu kirjoitus Etiopian surullisesta tilanteesta. Vaikka se kuvaa totuudenmukaisesta tilannetta Afrikassa, sen julkaiseminen pelkästään olisi tuntunut jopa liian toivottomalle. Onneksi Malawissa työskentelevä neurologi Terttu Heikinheimo-Connell lähestyi meitä kysyen, voisimmeko aloittaa kummitoiminnan Malawissa perusteilla olevan potilasjärjestön kanssa. Nimensä mukaisesti järjestön projektipäällikkö Action Amos on ryhtynyt sanoista tekoihin. Olen suomentanut lyhentäen hänen upean projektisuunnitelmansa ja ajatuksensa, miten asioihin voisi vaikuttaa. Perimmäiset keinot ovat aivan samoja kuin täällä Suomessakin, vertaistuki toimii. Toivottavasti teistä lehtemme lukijoista löytyy nyt innokkaita tekijöitä mukaan Malawikummitoimintaan.

Lämpimät kiitokset kuluneesta vuodesta kaikille jäsenille, työntekijöille ja yhteistyökumppaneille. Rauhallista Joulua ja Onnellista Uutta Vuotta!

Kiljaisen hetken sinistä taikaa – yhteistyötahojen kiitoksen aikaa!

Kiitämme yhteistyökumppaneitamme, vapaaehtoistoimijoitamme, Epilepsialehden lukijoita ja kaikkia epilepsiatyössä mukana olleita kuluneesta vuodesta Epilepsialehden välityksellä. Tänä vuonna meiltä ei tule perinteistä joulukorttia, vaan kohdennamme joulukorttirahat epilepsiatyöhön.

Hyvää joulumieltä ja Onnellista Uutta Vuotta!

Epilepsialiitto ry