

## ”Lääketieteen edistys on antanut meille kyvyn pidentää elämää, mutta meille ei ole opetettu mitään siitä, kuinka kuolla.”

Elizabeth ja Peter Fenwick: Kuolemisen taito – Matka toiseen olemisen tilaan.  
Käännös Risto K. Träff. Rasalas-kustannus 2010.  
Ean 9789525421507, 320 sivua. Hinta 35,90 €

Lääkäreille, joiden potilaat tapaavat olla matkalla kotiin, tahtoisin mainita tänä vuonna ilmestyneestä kirjasta: ”Kuolemisen taito: Matka toiseen olemisen tilaan”. Kirjan ovat kirjoittaneet neuropsykiatri Peter Fenwick sekä kirjailija/toimittaja Elisabeth Fenwick tutkimustulostensa sekä laajan elämännäkemyksen pohjalta. He kuvaavat potilaiden, heidän läheistensä ja henkilökunnan kertomaa ”kuoleman lähikokemuksista”, joissa potilas on ollut hetken kliinisesti kuolleena ja palannut elämään sekä ”kuoleman kokemuksista”, joissa kuoleva on saanut vapauttavan kokemuksen ennen kuolemaansa, esimerkiksi nähnyt edesmenneitä läheisiään, jotka ovat tulleet noutamaan kuolevaa. Kirjan alku kertoo autenttisesti omaisten kertomuksia läheisen ihmisen kuoleman hetkestä, ruumiin äärellä tai kaukana siitä. Sitä seuraa kerätyn aineiston analysointi, vertailu aiemmin julkaisuun materiaaleihin sekä hedelmällinen pohdinta esitellen laajasti myös historiallisia ja kulttuurillisia näkökohtia.

Mielenkiintoista on kuoleman kokemuksen yleisyys ja yhtenevyys sekä se kuinka vaikealta kulttuurissamme tuntuu kokemuksista kertoa. Liekö vaikenemisen taustalla hulluksi leimaantumisen pelko. Yksikään haastatellusta ensihoidon henkilökunnasta ei ollut kertonut kokemuksiaan kenellekään aiemmin. Omaiset ja potilaat itsekin olivat kulttuurissamme taipuvaisia esittämään kokemuksia epäillen. Saattokotien henkilökunta heräsi havainnoimaan kuoleman kokemuksia tutkimuksen tiimoilta ja vuotta myöhemmin niihin suhtauduttiin jo luontevasti ja jopa osattiin odottaa.

Omaisille ja kuolevalle on tärkeää, että olemme avoimia heidän kokemuksilleen, mikäli he uskaltautuvat näistä kertomaan. Potilaat kokivat lähes aina ”kuolemankokemukset” lohdullisina ja haastateltu hoitohenkilökunta näki ne hyödyllisinä, sillä potilaat kokivat niiden jälkeen rauhallisen kuoleman. Näin myös hoitohenkilökunta sai mielenrauhan. Hoitohenkilökunta koki kuitenkin kautta linjan olevansa riittämättömästi koulutettua tukemaan potilaan henkisiä tarpeita, tunnistamaan niiden osuutta oirehinnasta ja ymmärtämään niitä.

Lopussa on tervetullut pohdinta aiheesta ”hyvä kuolema”. Meidän olisi kyettävä kohtaamaan levollisena ajatuksena oma kuolemamme, jotta voisimme auttaa omaisia ja potilaitamme elämään onnellisen ja seestyneen kuolemaa edeltävän ajan ilman kiirettä ja henkilökunnan turhaa hyörinää. Erityisen onnistunut on pohdinta kotikuoleman sosiaalisista ja käytännön mahdollisuuksista muuttuvassa yhteiskunnassamme. Olemmeko me ja yhteiskuntamme vieraantuneet siitä mikä on välttämättöntä jokaiselle, joka on syntynyt? Tohtori älkää viekö toivoa – tohtori kertokaa totuus! – Eväitä tämän yhtälön täyttämiseen koin saavani tästä kirjasta, uskonnottomasti... ja tekisi kovin mieli sanoa, evidence based! ☐

Terhi Puhto  
LL, erikoistuva lääkäri  
OYS, Anestesian ja tehohoidon vastuualue  
terhi.puhto[a]ppshp.fi