

# Kuoleva ei ole yksin



*Suomalaisen lääkäriseuran perinteikäs terveyden alan aikakauslehti Kotilääkäri uutisoi vuosi sitten maaliskuussa siitä, kuinka kuoleman lähestyessä ihmisen tietoisuus syvenee ja aistit herkistyvät. ”Siksi moni kuoleva näkee ja kokee ihmeellisiä asioita – kuten edesmenneen äitinsä tai sisaruksensa, joka tulee häntä hakemaan.” Lehtijuttu perustuu tuoreeseen terveydenhuollon oppikirjaan kuolevan hoidosta.*

## Maarit Heinonen

Saattohoitotyötä tekeville hoitajille kuolevan ylluonnolliset kokemukset ovat tuttuja Suomessa ja muualla. Kotilääkäri-lehden toimittajan haastattelema tamperelainen tutkija **Elina Grönlund** toteaa, että näitä kokemuksia tunnetaan kuitenkin huonosti hoitotyössä ja moni suhtautuu niihin epäillen. Ne saatetaan sekoittaa lääkkeistä johtuvaan sekavuuteen tai hallusinaatioon.

– Niissä on selvä ero. Sekava ja harhainen ihminen kokee olonsa ahdistavaksi. Kuolinvuodenäky sen sijaan on ihmiselle niin lohdullinen ja todellinen kokemus, että kuolemanpelko hä-

viää. Jos hoitaja tai läheiset ovat näkemässä tilanteen, kokemus on suuri lahja myös heille, Grönlund tämentää.

Sairaanhoidon opettajat **Elina Grönlund** ja **Aili Huhtinen** käsittelevät tuoreessa terveydenhuollon oppikirjassa *Kuolevan hyvä hoito* saattohoitoa kokonaisvaltaisesti ja monen ammatin näkökulmasta. Tärkeässä osassa on hoitotyöntekijä kuoleman kohtaajana. Potilas nähdään arvokkaana, ainutkertaisena ihmisenä, jolla on itsemääräämisoikeus omaan elämäänsä, hoitoonsa ja kuolemaansa.

Kuolevan hyvään hoitoon liittyy lääketieteellisen hoidon ja juridisten säädösten lisäk-

si kuolevan kokemukset ja kuolemaan valmistautuminen sekä kuolemaa edeltävät ja siihen luonnollisena kuuluvat potilaan epätavalliset kokemukset. Grönlund ja Huhtinen kutsuvat näitä kuolevan epätavallisia kokemuksia kuolinvuodenäyiksi.

## Kuolinvuodenäyt

Oppikirjassa viitataan useisiin neurotieteen, lääketieteen ja hoitotieteen tutkimuksiin kuolemaa edeltävistä ylluonnollisista kokemuksista. Grönlund on haastatellut Pirkanmaan Hoito-

kodin saattohoitajia. Tutkimuksissa on haastateltu sairaanhoitajia, lääkäreitä, omaisia ja potilaita useissa maissa ja eri kulttuureissa. Nämä kuolinvuodenäyt ovat samankaltaisia kaikkialla eikä näkyjen näkeminen johtunut lääkityksestä. Grönlundin mukaan tutkimusten pohjalta on mahdollista päätellä, ettei kuoleva ole yksin, vaan hän saa lohdutusta ja turvaa tietäessään, koska lähtee ja minne on menossa. Tämän tiedostaessaan hänen ahdistuksensa ja pelkonsa vähenevät.

Tavallisimmin potilas kokee että, joku rajan taakse siirtynyt läheinen, useimmiten äiti, tulee noutamaan kuolevaa. Potilaan katse on kokemuksen aikana usein kiinnittynyt johonkin tiettyyn kohtaan huoneessa. Ulkopuolisesta tuntuu, että huoneessa on joku, josta kuoleva ei voi irrottaa katsettaan. Kun potilas tunnistaa hahmon, hän tuntee iloa ja osoittaa halua lähteä vieraansa mukaan. Täysin vuodepotilaana ollut saattaa nousta ylös vuoteesta kuin tervehtimään häntä hakemaan tullutta vierasta.

– Paljon on myös enkelikokemuksia. Kuoleva voi nähdä myös lumoavan kauniin paikan. Jotkut aistivat häikäiseviä värejä ja valoja, joiden ylimaallista kauneutta he eivät kykene sanoen kuvaamaan. Joskus ihmisen rinnasta ja päästä nousee kuoleman hetkellä savuvanaa muistuttava nauha, Grönlund kertoo Kotilääkäri-lehden toimittajalle.

– Kuolinvuodenäkyjä ei pystytä selittämään luonnontieteen keinoin. Tietoisuutta ei voi selittää. Kokeminen on aina yksilöllistä ja henkilökohtaista. Kuolinvuodenäyt tunnettiin kuitenkin jo muinaisessa Egyptissä. Suomalaisessa kansanperinteessä on puhuttu kuolemanenteistä, Grönlund jatkaa.

## Tuonen työt

Grönlund on havainnut, että kun potilaalla on aikaa pohtia elämän ja kuoleman merkitystä, hän sopeutuu usein vähitellen vastaanottamaan kuolemaa. ”Potilas näyttää kuin liikkuvan kahden maailman välillä, tämän ja kuoleman jälkeisen.”

Näissä tapauksissa potilaat näyttävät usein tietävän, milloin he kuolevat. Kuoleva saattaa viestittää tästä aktivoituen puuhailemaan, kuten nostelemaan vuodevaatteita tai kurottelemaan ylös vuoteestaan. Suomalaisessa kansanperinteessä on sanonta, että kuoleva tekee tuonen töitä, kun hän hypistelee ja nostelee peittojaan.

Kuoleva on usein huolissaan jälkeensä jäävistä rakkaistaan. Hän koettaa saada asiansa järjestykseen ennen kuolemaansa ja hän saattaa viestittää jostakin henkilöstä tai asiasta, jota tarvitaan asian selvittämiseksi. Jotta potilas voi kuolla rauhallisesti, hoitaja voi auttaa potilasta

järjestämällä kuolevalle mahdollisuuden kaivatun henkilön tapaamiseen.

Toisinaan asioiden sovittamisen tarve näkyy kuolemisen ajankohdassa, niin että potilas pitkittää kuolemistaan, jotta häntä tapaamaan tuleva rakas ihminen ehtii paikalle. Tai potilas kuolee tärkeän perhejuhlan jälkeen.

Moni haluaa olla paikalla, kun hänelle rakas ihminen kuolee. Näin ei aina kuitenkaan käy, sillä kuoleva voi järjestellä asioita siten, että hän lähettää omaisensa esimerkiksi sairaalan kahvioon ja kun he palaavat, potilas on kuollut. Näyttää siltä, että kuoleminen heidän poissa ollessaan oli kuolleen tahto.

## Luonnollisia kokemuksia

Hoitotyöntekijöille suunnatussa oppikirjassa painotetaan useaan otteeseen sitä, kuinka nämä kuolinvuodenäyt lievittävät kuolevan hätää ja ahdistusta, poistavat kuolemanpelkoa sekä lohduttavat myös omaisia. Nämä kokemukset ovat potilaalle luonnollisia ja todellisia eikä niitä voi jättää ottamatta huomioon. Hoitotyöntekijän on suhtauduttava niihin kunnioittavasti, myötätuntoisesti ja ymmärtävästi.

Kirjaan on laadittu käytännönläheiset ohjeet hoitajalle viime vaiheiden hoitotilanteisiin. Hoitajaa kehoitetaan aktiivisesti kuuntelemaan ja myönteisellä suhtautumisella tukemaan potilasta ja rohkaisemaan häntä puhumaan ylluonnollisista kokemuksistaan.

Avoimin mielin ja tarkkaavaisesti kuunnellen hoitaja voi ymmärtää viestejä, joita kuoleva välittää usein symbolien ja vihjeiden avulla. Useimmiten symbolikieli liittyy kasvien kasvamiseen, nuppujen aukeamiseen ja hedelmien kypsymiseen. Potilaan näyt ja unet liittyvät usein myös matkoihin paikasta toiseen sekä juhliin ja juhla-aterioihin. Iäkäs naispotilas saattaa kertoa, että lehmät on lypsettävä ennen lähtöä ja hevonen on ruokittava ennen matkaa. Perheenäiti saattaa pyytää puuttavaksi hänen juhlapukunsa, vaikka juhlaa ei ole tiedossa, koska hän halusi olla hyvin puettu, kun hän ”lähti juhliin” eli siirtyi tuonpuoleiseen.

Kotilääkäri-lehden artikkeli ja oppikirja hoitotyöntekijöille, joissa käsitellään luonnollisena ilmiönä kuolevan potilaan henkimaailman kokemuksia, antavat lupauksen siitä, että yhteystyöstä henkimaailmaan voi vähitellen tulla yhteiskunnassa luonnolliseksi katsottu osa ihmisen kokemusmaailmaa.

## Lähteet:

**Grönlund, Elina ja Huhtinen, Aili.** *Kuolevan hyvä hoito.* Edita, Helsinki, 2011.

*Viimeinen lahja. Kotilääkäri*, maaliskuu 2012, s. 24–27.

## Henkimaailman halaus kuolevalle

### Maarit Heinonen

Selvänäkijä ja meedio **Christina Walli** toimi neljä ja puoli vuotta Terhokodissa Helsingissä vapaaehtoisena saattohoitotyössä. Henkimaailman tervehdyksennit kuolevan luona ovat Christinalle tuttuja ja luonnollisia tapahtumia.

Christina kertoo esimerkin henkimaailman ja potilaan kohtaamisesta. Potilas oli iäkäs nainen, joka oli erittäin väsynyt. Hän makasi vuoteessa usein silmät kiinni eikä jaksanut liikuttaa käsiään.

– Eräänä päivänä, kun jälleen istuin potilaan vuoteen ääressä, hämmästykseni hän nosti molemmat käntensä ylös kyynärpäistä kaareutuen kuin halatakseni jotakin. Aistin selvästi, että henkimaailmasta henki oli tullut potilasta halaamaan. Se oli erittäin lämminhenkinen halaus. Halauksen jälkeen potilaan kädet repsahtivat takaisin alas.

– Minulle tämä oli todiste henkimaailman huolenpidosta. Potilas näki henkisillä silmillään ja jaksoi nostaa käntensä halaukseen, Christina pohtii. Jos haluat saattohoidon vapaaehtoiseksi, ota yhteys hoitokotiin. Esimerkiksi Terhokodissa Helsingissä järjestetään noin kahden vuoden välein vapaaehtoisille suunnattu kurssi.

– Terhokodin vapaaehtoisiksi hakevat haastatellaan ja heistä valitaan soveltuvimmat neljä kuukautta kestäväälle kurssille. Kurssin jälkeen uusi vapaaehtoinen työskentelee kokeneen vapaaehtoisen ohjauksessa aikansa ennen kuin on valmis työskentelemään itsenäisesti, Christina kertoo.

