



Mika Arramies moittii nykyistä suomalaista päihdehoitoa. Se saattaa alkoholistiä usein entistä huonompaan jamaan. - Alkoholismi on sairaus, mutta sairautena sitä ei Suomessa hoideta.

”Sain elämäni takaisin ja lapset isän

Raitistunut alkoholisti: Nykykonstein ei viinaan sairastuneen alamäkeä pysäytetä. Sairauden sijaan Suomessa hoidetaan viinasta riippuvaisen oireita ja se on tuhoittoman kallista.

OUTI KERÄNEN
Rovaniemi

Arramiehen perheen 12-vuotias pellavapäinen vesa päätti kokeilla. Vanhempien viinapullosta saattoi hyvin ottaa osan itselle ja täyttää pullon vajauksen vedellä. Paras kaveri mukaan ja urheilukentän laidalle ryyp-päämään. Voi sitä naurun remakkaa ja viinasta syntyneitä suurta mielihyvää.

Mika Arramies, 44, muistaa yhä loistavasti tuon pikkupoikana koetun tunteen. Pojan kokeilu ei jäänyt kerraksi, vaan pian tuli toinen ja kolmas.

Päihhteistä koitunut tunne oli niin mahtavaa, että sille oli helppo antaa nuorena aikuisena-kin ohjukset kunnes 36-vuotiaana nousi seinä vastaan. Vaimo ja lapset olivat kaikonneet, oma elämäntyö kirjapainoalan yrittäjänä uhkasi mennä. Jäljellä oli enää iso talo ja jatkuvasti kiinni olleet sälekaihtimet. Elämää ei ollut talon sisällä, ei ulkona eikä alkoholisoituneen miehen sisällä.

Arramiestä onnistui. Hän hakeutui ja pääsi hoitoon. Keski-ikää lähestynyttä ei tarvinnut kirjata niiden yli kolmen tuhannen vuosittain kuolevan juomarin joukkoon, joiden välitön kuolinsyy on viina. Juuri tästä alkoholistin kurjuudessa on kysymys. Hän palaa elämään tai kuolee ennenaikaisesti, mies sanoo.

Oltuaan viisi vuotta raittiina Arramies soitti kiitospuhelun Tampereelle sille johtavalle sosiaalityöntekijälle, joka kirjoitti hänelle maksusitoumuksen.

-Hän edesauttoi minut uudelleen elämään. Sain itseni takaisin, lapset saivat isän, firma toimitusjohtajan, työnantajan ja yhteiskunta tuottavan veronmaksajan.

Kuin rallimiehet varikolla

Nyt, kun Mika Arramiehen raittiutta on kestänyt lähes kymmenen vuotta, hän on uinut syvältä siihen tietoisuuteen, että alkoholismi on sairaus. Hän raitistui Minnesota-hoitofi-

losofian avulla ja ohjaa työkseen alkoholisteja samojen ajatusten mukaan. Hoitoyrittäjä on avannut uusimman yksikkönsä Rovaniemelle.

- Ihmiset jotka ovat itse kokeneet juomisen helvetin ja siitä toipuneet, ovat paras auktoriteetti apua tarvitseville.

Arramiehen mielestä Suomen päihdehoito on suuren rakennemuutoksen edessä. Nykyiset perinteiset keinot eivät pure. Juomarit käyvät katkaisuhoidoissa kuin rallimiehet varikolla ja juominen vain jatkuu. Rahaa syydetään erilaisiin ohjelmiin ja kampanjoihin, mutta silti maassa on 400 000 alkoholista, joista suuri osa työikäisiä.

- Alkoholismissa on kyse biologisesta keskushermostosairaudesta, joka oirehtii kaikilla ihmisen osa-alueilla.

- Maailman terveysjärjestö WHO on luokitellut jo ajat sitten alkoholismin sairaudeksi, jolla on oma diagnoositu luokitus. Suomessa tätä ymmärrystä ei ole.

Pillerit pyörivät apuun

Arramiehen mielestä alkoholistien hoito ja tutkimus lähtivät Suomessa vinoutumaan jo 1950-luvulla. Alkoholismi alettiin mieltää vain syrjäytyneiden ongelmaksi.

- Ja nykyisin päihhteet yhdistetään mielen-terveysongelmiin. Apuun annetaan pillereitä, kun päihdyttäviä kemiallisia aineita pitäisi päinvas- toin välttää.

- Meillä hoidetaan ainoastaan alkoholistien oireita ja viinasta aiheutuvia seurauksia. On kalliita haimaleikkauksia, lasten huostaanot- toja, masennusta ja burnoutteja.

- Alkoholien aiheuttamista haitoista yhteis- kunta maksaa joka vuosi noin 7 miljardin eu- ron menot. Kunnan kukkaraan jokainen raitis- tunut on valtava säästö ja tähän olisi minusta kiinnitettävä huomiota.

Samanaikaisesti Ruotsissa, Norjassa ja vaika- kapa Islannissa, tilanne on aivan toinen.

- Naapurimaissa tarjotaan Minnesota-mallia hoitona paljon enemmän kuin meillä. Esimer- kiksi viinaan kuolleiden osuus noissa maissa



Minnesota-yrittäjyyttä Mika Arra- miehellä on takana viisi vuotta.

Mikä?

Minnesota-malli avohoidossa

Minnesota-mallissa annetaan lää- keetöntä hoitoa alkoholismiin, seka- käyttöön ja läheisriippuvuuteen.

Avohoito alkaa infoluennolla, joka on maksuton. Tiedolla on tarkoitus ha- vaituttaa alkoholisti näkemään sai- rautensa. Mitä siitä seuraa? Millainen perimä on alkoholismissa? Miten se vaikuttaa läheisiin?

Ongelmaiset tulevat **infotilaisuuksiin** usein läheisten tai työnantajan keho- tuksesta.

Hoito jatkuu perushoidolla, joka on opastettua terapiaa ja kestää noin 60 tuntia. Jatkohoito on kymmenen kuukauden mittainen kerran viikossa kokoontuva vertaisryhmä.

Minnesota-mallia tarjoavan yrityk- sen henkilökunnalla on useimmiten omakohtaista kokemusta sairaudesta toipumisesta.

Päihdekliniikka Avominne Oy:n Mika Arramies perusti vuonna 2005. Yri- tyksellä on yksiköt Helsingissä, Tam- pereellä ja Rovaniemellä Hirvaalla, jossa käytännön työ on jo alkanut.

on radikaalisti vähäisempi kuin Suomessa.

Mika Arramies sanoo alkoholismin myös pe- riytyvän. Hän on varma, että kuuluu itse tuo- hon joukkoon, sillä niin suuren mielihyvän vii- na toi aikanaan pienelle pojalle.

Isältä tai papalta pojalle

Suoraan vanhemmiltaan hän ei tuota geeni- perimää saanut, vaan se tuli muualta lähisu- vusta.

- Emme silti peri sairautta, vaan alttiustason sille. Suurimmalla osalla alkoholisteista peri- tyt hermostorakenteet laukaisevat voimakkaan tunne-elämyksen ja sairauden jo ensimmäisel- lä juomiskerralla. Hänen ei tarvitse juoda usein eikä edes paljon, mutta kun hän juo, hän ei pys- ty lopettamaan.

Viinan suurkuluttajista ei kaikista välttämät- tä tule alkoholisteja. He pystyvät pitämään kor- kin kiinni. Sen sijaan rappioalkoholistit ovat jo tipahtaneet ”pohjan läpi” niin, ettei heille avo- hoito sovi ensihätään.

- Kaikista alkoholisteista heitä on silti vain kolme, neljä prosenttia.

Minnesota-mallin tulokset ovat rovanieme- läistyneen yrittäjän mukaan maailmanlaajui- sesti niin hyvät, että ne puhuvat onnistuneen hoitomenetelmän puolesta.

Arramiehellä on ollut avohoitoyksiköitä Suo- messa puolenkymmentä vuotta. Teetetyt sel- vitykset osoittavat tulosten olevan niissä yhtä hyviä kuin muissa maissa.

- Hoidon aloittaneista noin puolet on rait- tiina. Toiseen puoliskoon jääneistä osa löytää raittiuden muuta kautta, osa kuolee ja osa jat- kaa juomista.

- Minnesota-hoidossa olevista 20-23 ihmi- sestä 10 raitistuu. Perinteisessä suomalaisessa hoidossa 10 alkoholistin raitistamiseen tarvi- taan 500 ihmistä. Mitä tapahtuu, kun nuo 490 palaavat kotiin, Mika Arramies kysyy.

Keskustele

→ www.lapinkansa.fi