

Selviytystarina

Minna Marttinen

”Taide auttaa kestämään kipuja”

Minna Marttinen oli kättilö ja kilparatsastaja, kun hän sai tietää sairastavansa harvinaista sidekudossairautta. Hän joutui luopumaan niin unelmatyöstään kuin hevosharrastuksestaan. Taiteen avulla hän on päässyt vaikeimpien vaiheiden yli.

■ teksti Pirjo Houni ■ kuvat Timo Pyykkö

■ Musta avustajakoira Martti istuu emäntänsä vierellä ja on valmiina uusiin palveluksiin. Rambo-chihuahua saa touhuta lemmikkikoiran roolissa.

”Hyvänä päivänä saatan kävellä nopeastikin. Huonona en pääse edes sängystä ylös. Onneksi niitä päiviä on harvemmin.”

Vantaalaisen omakotitalon ovesta on mustan koiran kuva ja viesti tulijoille: ”An-nathan minulle työ-rauhan! Olen Martti ja opiskelen avustajakoiran tehtäviä. Ethän huomioi minua.”

Nuori labradori tervehtii innokkaasti, ja pieni chihuahua säestää vierellä.

”Kun kuulin, että koiran nimi on Martti, tiesin sen kuuluvan meidän perheeseen”, **Minna Marttinen**, 36, sanoo avustajakoirastaan.

Kaksivuotias labradorinnoutaja osaa jo sytyttää kuonollaan valot, auttaa takin riisumisessa ja nostaa pudonneet tavarat.

Perheen pojat, **Jesper**, 8, ja **Jeremi**, 7, ovat koulussa. Olohuoneessa on esillä Minna Marttisen lastenkirjakuvituksia. Niissä punatukkainen tyttö seikkailee sadun maailmoissa. Maalaaminen täyttää nyt päivät.

Kuutisen vuotta sitten Minnan elämä oli vielä täysin toisenlaista. Espoolaisessa taiteilijaperheessä varttunut nuori nainen työskenteli synnytyssairaalassa kätilönä. Hänellä oli miehensä kanssa kaksi pientä lasta, ja vapaa-aikanaan hän harrasti aktiivisesti ratsastusta. Kouluratsastuksessa hän kilpaili omalla hevosellaan, Asililla.

”Asil oli unelmieni hevonen. Herkkä ja tunteikas arabiruuna, joka rakasti kilpailemista”, Minna sanoo.

Lasten syntymän jälkeen vuonna 2009 oli menossa hyvä kisakausi, kun Minna alkoi tuntea outoja, kovia selkäkipuja. Aluksi kivut tuntuivat vain ratsastaessa, mutta pian selkä kipeytyi myös töissä ja autolla ajaessa. Lääkäri tutki ja totesi kipujen johtuvan yliliikkuvista, löysistä nivelistä.

Onneksi ei mitään sairautta, Minna ehti ajatella silloin. Sairaanhoidtajana hän alkoi kuitenkin hakea netistä lisätietoa vaivoistaan. Oireet vaikuttivat täsmäävän perinnölliseen sidekudossairauteen.

Työterveyslääkäri arveli, ettei kyse voisi olla niin harvinaisesta sairaudesta. Minna ei kuitenkaan antanut periksi, vaan hakeutui toiselle, tautiin paremmin perehtyneelle lääkärielle.

Tutkimuksissa Minnan todettiin sairastavan perinnöllistä sidekudossairautta eli Ehlers-Danlosin oireyhtymää. Samalla saivat selkäkipujen ohella muutkin omat ja suvun tuntemat oireet selityksen.

”Lääkärin diagnoosi oli lopulta helpotus. Omituiset vaivani ratkesivat. Ne eivät olleetkaan psykosomaattisia ja korvien välissä.”

Taudin oireisiin kuuluvat yliliikkuvien nivelten lisäksi närästys, tyrät, samettinen iho ja sydämen epäsäännöllinen syke.



■ Hevosten maalaaminen lievittää ahdistusta, jonka ratsastuksesta luopuminen aiheutti.

Puolen vuoden kuluttua lääkäri antoi uuden ennusteen, ja se oli musertava. Tilanne pysyisi samana tai huononisi. Kivut olivat silloin jo niin kovat, että kaupassakäynti tuntui tuskaiselta. Minna pystyi kävelemään, mutta odottelu pitkässä kassajonossa oli koettelemus. Töissä jopa lääkekaappin avaimen kääntäminen sattui ranteisiin.

”Työyhteisömme sairaalassa oli hyvä. Luopuminen kätilön työstä tuntui senkin vuoksi raskaalta”, Minna sanoo.

Kovinta oli kuitenkin kuulla, ettei hän voisi enää ratsastaa.

Kun on mieluisaa tekemistä, kipuja kestää paremmin. Sen Minna Marttinen on huomannut kuluneiden vuosien aikana.

Olessaan kotona sairauslomalla Minna lainasi eräänä päivänä hetken mielijohteesta poikien vesivärejä ja päätti pitkästä aikaa kokeilla maalaamista. Se oli tuttua jo lapsuudenkodista ja teinivuosilta, mutta jäänyt moneksi vuodeksi muiden harrastusten ja perhekiireiden vuoksi.

”Minulle tuli vahva tarve maalata. Samalla se osoittautui hyväksi kipulääkkeeksi. Kun keskityin johonkin oikein paljon, se vei ajatukseni sairaudesta ja oli helpompi sietää särkyä.”

Minna Marttisen sairastaman sidekudossairauden oireet ovat samantyyppisiä kuin reumassa. Kipuja voidaan lievittää lääkkeillä, mutta varsinaista hoitoa tautiin ei ole.

”Minun on helpompi liikkua nopeasti kuin hitaasti. Tasaisella saatan nyrjäyttää nilkani, ja kevyitä kotitöitä tehdessäni voin vahingossa tehdä virheliikkeen niin, että olkapää menee sijoiltaan.”

Seisominen on lähes mahdotonta, mutta sen sijaan Minna pystyy harrastamaan kilpa-

tansseja, koska niissä liikkeet ovat opittuja ja hallittuja.

Kuntoilu pitää lihakset lämpiminä ja vetreinä, mutta jos liikkuu liikaa, kipeytyy entisestään. Päivät vaihtelevat paljon.

”Muiden on vaikea ymmärtää tätä sairautta, koska näytän terveeltä ja saatan hyvänä päivänä kävellä nopeastikin. Huonona en pääse edes sängystä ylös. Onneksi niitä päiviä on harvemmin.”

Sairauden alkuvaiheessa Minna oli viettänyt neljä kuukautta kotona neljän seinän sisällä, kun toimintaterapeutti ehdotti hänen käyttöönsä pyörätuolia.

”Pyörätuoli merkitsi minulle silloin vapautta. Pääsin sen avulla taas liikkumaan ulkona ja käymään ruokakaupassa.”

Samoihin aikoihin muiden suurten elämänmuutosten kanssa päättyi Minnan avioliitto.

”Psykologi arveli minun paenneen vaikeaa parisuhdetta töihin ja harrastuksiin, mutta sairastumisen jälkeen en pystynyt karkaamaan enää mihinkään. Ongelmat oli kohdattava. Suhteessamme oli mennyt pitkään huonosti, ja kun sain viimein sanottua, että haluan eron, oloni helpottui.”

Pojat olivat silloin vielä pieniä. Nuorempi, Jeremi, oli vain parivuotias ja Jesper kolmen, kun Minnasta tuntui, ettei sairauden vuoksi olisi turvallista olla lasten kanssa yksin kotona.

Hän soitti kaupungin viranomaisille saadakseen apua. Vammaispalvelut eivät ole tarkoitettu lapsiperheille, vastattiin puhelimesta ja ohjattiin perhetyöhön. Perhetyön palvelut eivät ole tarkoitettu vammaisia varten, kuului sieltä.

Minna tiesi kuitenkin tarvitsevansa oikeasti apua ja jatkoi sinnikkäästi. Lopulta apua järjestyi. Neljän vuoden ajan Minnalla on ollut avustaja, joka auttaa häntä arkiaskareissa ja liikkumisessa.

Olohuoneen seinällä on maalaus, joka esittää kaunista arabiratsua vaaleaa taustaa vasten. Taulu oli mukana näyttelyssä, jonka Minna Marttinen piti viime keväänä helsinkiläisessä galleriassa.

Vasta jälkikäteen Minna oivalsi, että hänen maalaamansa taulu kuvasi talvista metsäretkeä, viimeistä pitkää ratsastusta, jonka hän pystyi hevosellaan tekemään.

Kuusi vuotta sitten Minna vietti vielä paljon aikaa tallilla Kirkkonummella.

”Muistan, kuinka lähdin taas kerran ratsastamaan metsälenkille. Pakkasta oli lähes 20 astetta ja lunta oli paljon. Ratsastin ilman satulaa, jotta tuntisin paremmin hevosen lämmön. Metsätie oli kaunis, ja puista ▶

”Olisin jäänyt paljosta paitsi, jollen olisi sairastunut. Vammautuminen on vienyt paljon, mutta tuonut vielä enemmän.”

putoili hiljalleen lunta hevosen selälle.”

Keväällä 2010 lääkäri sanoi Minnalle suoraan, että ratsastamiset oli nyt ratsastettu. Siinä vaiheessa ei ollut enää toivoa, että olo kohenisi entiselleen.

Pitkään aikaan hän ei pystynyt edes käymään talleilla. Asil on ollut ystävän tallilla hoidossa, ja sitä on vuokrattu muille ratsastajille.

Hevosia Minna alkoi maalata tauluihinsa vasta viime talvena.

”En pystynyt käsittelemään niitä aiemmin taiteessani, aihe oli liian kipeä. On vieläkin haikeaa nähdä muiden ratsastavan. Ikävä hevosen selkään on niin kova, että pala nousee kurkkuun. Olen kuitenkin jo hyväksynyt tilanteen. Käyn taputtelemassa Asiliakin talleilla.”

Hevosten maalaaminen lievittää ahdistusta, ja Minnalla on taas uusi syy käydä talleilla. Hän valokuvaa hevosia pystyäkseen maalaamaan niitä kotona tai työhuoneella.

”Nyt ajatukseni ovat siinä, mitä tulisin tekemään, eivät siinä, mitä olen menettänyt. Se helpottaa tallikäyntejä.”

Martti jää tulevaisuudessa Minnan avustajakoiraaksi, vaikkei läpäisisikään virallisia testejä. Paljon se on ehtinyt jo oppia. Se purkaa lattialla olevan kassin ja nostaa tavarat pyörätuolissa istuvan emäntänsä syliin, hakee kännykän ja noutaa kaukosäätimen.

”Meillä on nykyisin huomattavasti siistimpää kuin ennen Marttia”, Minna sanoo naureskellen.

Innokas labradori käy nykyisemässä haastattelulehtiöstäkin siltä varalta, että emäntä haluaisi tarkistaa muistiinpanot.

Minna sanoo aina uskoneensa siihen, että kaikella on tarkoituksena. Kun hän vei vanhaa taulua kunnostettavaksi **Harri Silanderin** taideliikkeeseen, hän mietti, rohkenisiko samalla näyttää tälle omia töitään.

”Galleristi ihastui taulujeni herkkyyteen. Hän on rohkaissut minua sen jälkeen kulkemaan taiteessani modernimpaan suuntaan ja etsimään sitä, mikä tulee syvemmältä sisältäni. Meistä tuli Harrin kanssa ystäviäkin. Hän on tukenut minua vaikeina aikoina.”

Minnan molemmat vanhemmat olivat kuvataiteilijoita, ja isä **Lasse Marttinen** tunnettu muotokuvamaalari. Lapsuuskodissa oli aina esillä ”ukkoja”, syntymäpäivää viettäviä tai muuten ansioituneita henkilöitä, joita isä ikuisti maalauksiin. Kuvataidepainotteista lukiota käyväälle tyttärellekin vanhemmat opettivat muotokuvamaalauksia.

”Nuorena mietin usein, mitä maalaisin. Nyt näen kaikkialla ideoita, joita haluaisin



■ Jälkikäteen Minna huomasi kuvanneensa maalauksen viimeisen pitkän ratsastuksensa.

toteuttaa. Katselen maailmaa eri tavalla, ja valotukset kiehtovat minua.”

Toisinaan Minna maalaa kotona sängyssä puoli-istuvassa asennossa. Hyvinä päivinä hän lähtee työhuoneelleen.

Eräässä Minnan maalaamassa taulussa siro nainen istuu selin ja sitoo kiinni korsettiaan. Nainen tuo mieleen tanssijan, yksinäisen ihmisen, joka on vetäytynyt omaan maailmaansa. Työhön innoitti **Anders Zornin** maalaama taulu.

”Se herätti minussa niin paljon tunteita, että oli ryhdyttävä maalaamaan samasta teemasta. Naisen korsetti symboloi minulle painavaa ja puristavaa kipua. Halusin vangita tauluun tietyn surumielisyyden. Ehkä annan työlle nimeksi *Kaipaus*.”

Parin vuoden takaisissa tauluissa oli paljon ruskeaa ja tummia värejä.

”Niissä oli sairastumisen aiheuttamaa ahdistusta ja surua luopumisista. Nyt töihini on alkanut tulla vaaleutta ja värejä. Olen ehtinyt sopeutua tilanteeseen. Näen tulevaisuuteni entistä valoisampana. Jatkossa aion

Kirjoita meille

■ **Millaisia ajatuksia** lukemasi herätti? Haluaisitko jakaa ne lukijoihtemme kanssa?

■ **Kirjoita osoitteeseen** eeva@lehdet.fi tai Eeva, Kirje lukijalta, 00081 A-lehdet.

■ **Voit käyttää nimimerkkiä**, mutta kerro nimesi ja osoitteesi: ne jäävät toimituksen tietoon.

maalata enemmän tunnetiloja. Samalla voin käsitellä omia tunteitani.”

Perjantaisin Minna pitää Vantaan Invalidien kuvataidekerhoa. Hän pyörittää myös isänsä Lasse Marttisen nimiin perustettua taideharrastusta tukevaa säätiötä.

Kun elämä on nuoruuden ruuhkaisten vuosien jälkeen ja sairauden takia hiljentynyt, on tullut tilaa taiteelle.

”Olisin jäänyt paljosta paitsi, jollen olisi sairastunut. Vammautuminen on vienyt paljon, mutta mielestäni tuonut vielä enemmän. Ratsastuksen sijaan maalaan. Ennen terveys olisi kuulunut tärkeimpiin arvoihini. Nyt tärkeimpiä ovat läheiset ja itsensä toteuttaminen.”

Sairastuminen on muokannut asenteita aiempaa realistisemmiksi.

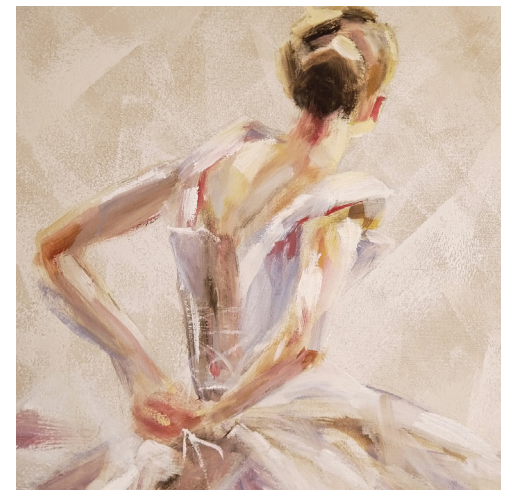
”En pidä enää mitään itsestäänselvänä. Olen tulevaisuuden suhteen optimistinen mutta samalla realistinen. Mikään ei ole varmaa.”

Sairaudessa on jatkuvasti parempia ja huonompia jaksoja. Viime aikoina lonkat ovat alkaneet kipeytyä.

”Olen joutunut taas sopeutumaan uusiin kipuihin ja rajoitteisiin”, Minna sanoo.

Lasse Marttisella oli tapana eläessään sanoa, että jollei hän maalaisi, hän ei olisi olemassakaan.

”Minusta tuntuu nyt samalta kuin isästä aikanaan. Taiteen tekemisestä on tullut niin iso osa minuutta”, Minna Marttinen toteaa. ●



■ Naisen korsetti symboloi Minna Marttiselle painavaa ja puristavaa kipua.

eeva.fi

Katso video, jossa Minna Marttinen kertoo, miten löysi maalaamisen uudelleen.