



Sulkavan soudut; Kirkkoveeneet maalissa Sulkavan soutustadionilla. Kuva: Lehtikuva / Jussi Nukari

## Kesällä Suomi pysähtyy

**Suomessa eletään** yhdeksän kuukautta kesää varten, jolloin Suomi pysähtyy – myös sairaaloissa. Henkilökunta jää lomille, ja potilaat eivät halua hoitoon. Hoitotakuu unohtuu, molemmin puolin. Leikkaukset eivät tunnukaan enää niin välttämättömiltä. Pitäisikö hoitotakuukin panna kolmeksi kuukaudeksi tauolle? Toisaalta sairastaminen on kesällä kaksinkertainen murhe, kun vuoden tärkein aika tuhlautuu sairastamiseen. Pitäisikö hoitoa itse asiassa saada kesällä tavallista nopeammin ja tehokkaammin?

Onneksi nykyisen lääkäritiheyden ansiosta mökkinaapurustosta löytyy usein nopea apu kesäisiin vaivoihin, joista voi lukea myös vaikkapa Aikakauskirjan kesänumerosta. Lehdessä on käsitelty lievempiä vaivoja, kuten eläinten puremia, loisten aiheuttamia infektioita, kesäkorvaa ja allergioita mutta myös vakavia ongelmia kuten hukkuneen elvlytystä tai lasten trampoliinivammoja. Alkoholinkäytön haitat ovat myös näitä vakavia, usein kesään liittyviä ongelmia. Vaikka viime aikoina on nähty orastavaa valoa alkoholinkäytön lisääntymisen taittumisessa ja nuorten suhtautumisessa juomiseen, kesä on edelleen alkoholin suurkulutuksen aikaa. Jos talvella alkoholin suurkuluttajia on maassamme yli 300 000, kesällä määrä varmasti tuplaantuu. Suomen kesä täyttyy erilaisista tapahtumista, joita useita leimaa alkoholinkäyttö. Poikkeuksena voidaan mainita esimerkiksi Jukolan viesti ja Suviseurat, mutta tapahtumaa voidaan jopa markkinoida alkoholilla, kuten on laita Kaljakellunnan tapauksessa.

Kesätapahtumille ominaista ovat usein lähes ylimitoitettut monotoniset urheilusuoritukset, joissa rasitusvammat, nirhaumat ja

hankaumat ovat lähes sääntö. Eteläafrikkalaisessa 65 865 puolimaratonin tai 56 kilometrin matkan juosseen henkilön aineistossa juoksupäivänä hoitoa vaativan lääketieteellisen ongelman ilmaantuvuus oli 8,27 ja henkeäuhkaavan komplikaation 0,56 tuhatta juoksijaa kohden (1). Kaksi juoksijoista kuoli sydäntapahtumaan, molemmat puolimaratonilla. Tavallisimpia ongelmia olivat rasitukseen liittyvä pyörtyminen (postural hypotension), iho-ongelmat, tukielinvammat ja vaikeat lihaskrampit. Lievät ongelmat olivat tavallisempia pitemmän matkan juosseilla, mutta vakavampia ongelmia esiintyi yhtä paljon molemmilla matkoilla. Vaativimpiin suorituksiin kuten triatloniin lähdetään kuitenkin yleensä hyvin valmistautuneina, mikä vähentää osaltaan vammojen syntymistä. Toisaalta Sulkavan soudun kirkkovenesarjaan taas voidaan ilmoittautua hyvinkin olemattomalla harjoituksella naapurisoutajaan luottaen, jolloin hankaumat, krampit ja pienet rasitusvammat ovat tavallisia. Keskeyttäminenhan ei kuulu suomalaisen massatapahtuman henkeen, vaikka kuinka tekisi kipeää. Soutajien rasitusvammat kohdistuvat puolessa tapauksista selkään tai polviin, ja akuutteja vammoja on todettu 98 soutajan aineistossa 4,5 %:lla (2).

Urheilutapahtumiin voi liittyä yllättäviäkin terveydellisiä ongelmia, kuten Tanskassa triatlonkilpailussa 2010 (3). Kaikkiaan 838:sta osallistujasta 42 % sai rankkasateen jälkeen merivedessä uituaan gastroenteriitin, joka oli kampakylobakteerin, giardian tai kolibakteerin aiheuttama.

Kesätapahtumat voivat tarjota lisäksi hengen ravintoa, myös sanan varsinaisessa merkityksessä. Liikuntaan liittymättömiä suurempia



tapahtumia on tänä kesänä yhteensä yli 90 ja kirkollisia kesäjuhlia ainakin 20. Australia-laistutkimuksessa määritettiin musiikkifestivaalin jätevedestä laittomia lääkkeitä kahtena vuotena (4). Tavallisia huumeita löydettiin kaikista näytteistä, psykostimulantteja vain tiettyinä päivinä. Vuonna 2011 kannabiksen, kokaiinin ja MDMA:n (ekstaasi) käyttö oli samaa luokkaa mutta metamfetamiinin käyttö vähäisempää kuin edellisvuoden tapahtumassa. Vain MDMA:n käyttö näytti olevan suurempaa festivaaleilla kuin lähikaupungissa tehdyssä analyysissä. Roskilden festivaalien 1 772:tä kävijää haastateltiin vuonna 2009, ja tapahtuman aikana ensimmäisen kerran heistä tupakoi 9,2 % ja käytti kannabista 9,3 % (5). Tupakoinnin aiemmin lopettaneista 24 % tupakoi festivaaleilla, ja kannabiksen käytön aiemmin lopettaneista 30 % käytti sitä tapahtuman aikana. Uusia amfetamiinin, kokaiinin, ketamiinin tai MDMA:n käyttäjiä oli 0,5 % mutta tilaisuuden aikana tähän tapaan palanneita 5–10 %.

Jukolan viesti on suomalaisia suur tapahtumia, johon vuonna 2012 osallistui 16 859 kilpailijaa ja noin 32 000 muuta henkilöä. Karhumäki ym. kuvasivat hienosti lääkintähuollon järjestelyt Aikakauskirjassa viime vuonna. Käyntejä ensiapupisteissä oli yhteensä 478 ja hoidettuja vammoja 324 (6). Järjestelyt onnistuivat erinomaisesti, ja haitat ympäristölle kyettiin minimoimaan. Tähän voimme luottaa muissakin kotimaisissa tapahtumissa, joihin toivotaan runsasta osanottoa ja kesäistä asenetta.

Aikakauskirjan toimitus toivottaa lukijoilleen hyvää ja turvallista kesää. ■

#### KIRJALLISUUTTA

1. Schwabe K, Schwellnus M, Derman W, Swanevelde S, Jordaan E. Medical complications and deaths in 21 and 56 km road race runners: a 4-year prospective study in 65 865 runners - SAFER study I. *Vr J Sports Med*, julkaistu verkossa 15.4.2014.
2. Yang J, Tibbetts AS, Covassin T, Cheng G, Nayar S, Heiden E. Epidemiology of overuse and acute injuries among competitive collegiate athletes. *J Athl Train* 2012;47:198–204.
3. Harder-Lauridsen NM, Kuhn KG, Erichsen AC, Mølbak K, Ethelberg S. Gastrointestinal illness among triathletes swimming in non-polluted versus polluted seawater affected by heavy rainfall, Denmark, 2010-2011. *PLoS One* 2013;8:e78371.
4. Lai FY, Thai PK, O'Brien J, ym. Using quantitative wastewater analysis to measure daily usage of conventional and emerging illicit drugs at an annual music festival. *Drug Alcohol Rev* 2013;32:594–602.
5. Hesse M, Tuenges S, Schlieve S. The use of tobacco and cannabis at an international music festival. *Eur Addict Res* 2010;16:208–12.
6. Karhumäki L, Lommi M-L, Mononen S, Sippo-Tujunen I, Lommi J. Jukolan viesti 2012 ensiavun järjestäminen talkootyönä. *Duodecim* 2013;129:1353–61.



**HEIKKI  
MÄKISALO,**  
toimitussihteeri  
Aikakauskirja  
Duodecim

#### SIDONNAISUDET

Luentopalkkio (AbbVie, Schering-Plough), lisenssitulo tai tekijänpalkkio (Kustannus Oy Duodecim), koulutus/kongressikuluja yrityksen tuella (Astellas, Norgine, Novartis)