



Kipumatkani alkoi lasketteluonnettomuudesta

KIPUMATKANI ALKOI 13-VUOTIAANA, vuonna 1988. Olin liikkuva nuori ja harrastin monenlaista urheilua ja vahinkojakin sattui. Ratsastus oli yksi rakastamistani lajeista, talvisin hiihto ja laskettelu. Tuolloin sattuiakin ensimmäinen isompi tapaturma - lasketteluonnettomuus, jossa oikea polveni ja kyynänpääni vaurioituivat pahoin, ristsiteet repeilivät ja polveni meni paikoiltaan. Jalkaa hoidettiin kipsillä, koska lapsena en suostunut heti leikkaushoitoon. Sain viikon aikaa miettiä leikkausvaihtoehtoa.

Kipu oli ensimmäistä kertaa elämässäni kova ja jatkuva, en kuitenkaan saanut lääkkeitä. Kun kuuden viikon jälkeen sain kipsin pois, jalka oli todella heikko. Kuntoutus aloitettiin ja jalkaa vahvistettiin fysioterapiassa säännöllisesti, jotta jalka kuntoutuisi. Hoito ei kuitenkaan toiminut. Polvi lonksui ja nuoren tytön menoissa taas sattui ja tapahtui. Polvi meni usein osittain pois paikoiltaan ja myös takaisin paikoilleen, mikä teki todella kipeää ja liikkuminen oli hankalaa. Urheilua enkä harrastuksiani en kuitenkaan jättänyt.

Kipu alkoi kuitenkin pikkuhiljaa nuoren tytön elämässäni rajoittaa tekemisiäni. Samoin pelko kovista kivuisista nosteli päätään, koska enhän tiennyt kivunhoidosta oikeastaan mitään. Kotona opittua oli, ettei saanut valittaa, joten en sitten valittanut, vaikka toisinaan kipua oli niin kovaa, etten pystynyt edes nukkumaan. Opettelin välttelemään arjessa tilanteita, jossa polvi voisi lonksahtaa ja aiheuttaa kipua. Liukas alusta tai kivi kengän alla pystyi aiheuttamaan varomattomana suurta kipua jalan lonksahtaessa. Esimerkiksi kerran hevosen selkään noustessa oikea jalkani petti ja lonksahti ponnistaessa. Jäin roikkumaan jalustimeen vasemmasta jalastani. Tämän jälkeen ryhdyin kiipeämään hevoseni

selkään aidan päältä, ettei minun tarvinnut ponnistaa. Konstit olivat monet ja elämä oli välillä kivuttomampaa, välillä kivuliaampaa. No pain, no gain.

Nuoret ne jaksavat kipua valittaa

Vuodet kuluivat ja nuoruus oli kaikesta huolimatta ihanaa aikaa. Vuonna 1991 jouduin sairaalaan leikkaukseen ja minulle laitettiin epiduraalipuudutus, joka puhkasi durakalvon. Tätä seurasi välitön päänsärky ja pahoinvointi aina päätäni nostaessa. Tilannetta korjattiin välittömästi veripaikkauksella ja salissa tulikin jo pieni hätä, jolloin minut nukutettiin kiireesti ja olinkin tiedoton pari päivää, kunnes minua heräteltiin pimeässä huoneessa. Päänsärky oli lähes sietämätöntä, samoin näköhäiriöt ja pahoinvointi. Lisäksi sain sairaalabakteerin samaisella reissulla, ja olin sairaalassa liki kuusi viikkoa. Vointini romahti täysin ja kivut polttivat koko kehossa. Ensimmäisinä

päivinä sainkin niin voimakkaita kipulääkkeitä, että taju miltei lähti, mutta kolmen päivän jälkeen vain Panadolita. Muistankin erään sairaanhoitajan sanoneen pyytävässäni kovempaa särkylääkettä, että lääkettä ei tipu ja kuinka onkaan, että nuoret ne aina jaksavat sitä kipua valittaa. Nämä sanat viilsivät syvän haavan ensimmäisen kerran sisimpääni. Jäin miettimään, valitanko minä usein kivuistani? En todellakaan, pikemminkin olin opinut peittelemään niitä, kuin että huutaisiin niistä suureen ääneen. Tämän jälkeen en myöskään iljennyt enää pyytää lääkkeitä ja hoitajan sanat jäivät mieleeni.

Kivut koittivat ottaa niskalenkin

Elämä jatkui ja kivut kulkivat mukana. Päästiin vuoteen 2001, oma pieni perhe, kolme pientä lasta, työ ja koti, sekä jatkuvat kivut. Kivut vaikuttivat koko elämään

”*Vointini romahti täysin ja kivut polttivat koko kehossa.*”

ja koittivat ottaa niskalenkin. Työterveyslääkäriltä lähte fysiatriille, kipulääkkeitä vaihdeltiin ja eräs kuuluisa fysiatri sanoi vastaanotollaan vertauskuvaannollisesti, että jos minä olisin matkapuhelin, hän sammuttaisi minusta virrat kolmen kuukauden ajaksi ja pistäisi minut lepäämään. Käynnistäisi minut sitten uudelleen ja olisin eheämpi kuin aiemmin. En ymmärtänyt viittausta, ennemminkin loukkaannuin hieman. Apua en saanut. Puhuttiin ääneen TOS-oireyhtymästä, kun oireet, väsymys ja kivut rupesivat jo vaikuttamaan jokapäiväiseen elämään ja työntekoon, tavarat tippuivat käsistä ja kipu oli yötä päivää elämää rajoittava tekijä. Lapsiperheen äidillä ei vain ollut mahdollisuutta pysähtyä. Työsäkävän perheenäidin elämä jatkui kipujen kanssa.

Oravanpyörä alkoi muodostua

Elämä jatkui kaikesta huolimatta ja sisu kasvoi kivun kanssa elämisessä. Sosiaaliset suhteet rupesivat jäämään ja elämä alkoi olla suorittamista, koti, perhe, työ. 2005 kuitenkin kohtasin uuden tapaturman, ja vasemman jalan kehräsluu sekä sääriluu katkesivat vaurioitteen myös hermoja. Leikkaus tehtiin päivystyksessä spinaalipuudutuksessa saman tien ja jalka kasattiin levyillä ja ruuveilla. Ensimmäinen yö sairaalassa meni melko hyvin, mutta aamuyöllä iskivät kivut. Kivunhoitoon oli määrätty keskivahvoja opioideja, jotka veivät terävimmän kivun pois, mutta myös pistivät minut nukkumaan. Viikon sairaalassaolon jälkeen pääsin kotiin matkassani kipulääkereseptit tilapäiseen kivunhoitoon. Kuuden viikon varauskielto, kovat kivut ja keppiä kanssa perheen hoitaminen veivät voimia ja oravanpyörä alkoi muodostua. Keppiä kanssa liikkuminen kipeytti niskan ja kädet. Tässä vaiheessa kivut olivat jo kroonistuneet ja elämänlaatua häiritsevät, mutta näihin ei otettu mitään kantaa lääkärikäynneillä. Kesällä 2005 myös henkinen kipu astui kuvaan menetettyäni kaksoisveljeni äkillisesti. Tämän jälkeen olin turta, omassa kipukuplassani. Henkinen kipu yhdistettynä fyysiseen kipuun oli lähes lamaannuttava, mutta suorittaminen jatkui ja pistin itseni syrjään kaikesta muusta.

Kokonaisvaltainen ja paheneva kiputila sekä uupumus

Vuodet vierivät kipujen ja jatkuvan väsymyksen kanssa eläessä, välillä oli parempia hetkiä, välillä huonompia. Vuonna 2007 työssä ollessani lonksupolveni otti viimeisen lonksahduksen särkien sisemmän polvikierukan. Aamulla suoraan työterveyteen mennessäni jalkani oli selkeästi virheasennossa ja kovasti turvonnut. Työterveyslääkäri oli aluksi sitä mieltä, että se olisi vain rasisvamma, mutta määräsi kuitenkin röntgenkuvat otettavaksi. Muisti tosin lauseessaan vähätellä ja sanoa, että tuskin siellä mitään löytyy, kun kärsin kävelläkin jalalla. Kärsimystähän se oli. Röntgenkuvissa näkyi kuitenkin jotain muutoksia ja sain lähetteen ortopedille. Ortopedi totesi, että nivelrikko oli tehnyt tuhoaan jo vuosia jatkuvien lonksahdusten myötä, ja viimeinen lonksahdus oli särkenyt sisemmän polvikierukan kolmeen osaan. Edessä oli leikkaus, jossa polvea korjattiin. Pitkä sairausloma alkoi. Tästä kuntoutuminen ko-

konaisvaltaisen ja pahenevan kiputilan ja sen tuoman uupumuksen lisäksi ei enää sujunutkaan. Alettiin puhua fibromyalgiasta ja se myös diagnosoitiin. Kipulääkkeet vaihtuivat ajan myötä, mutta nyt kuntoutuminen oli todella hidasta kipujen takia. Pitkän kuntoutumisen jälkeen takaisin työelämään palattuani, kivut selkeästi alkoivat ottaa hallitsevan otteen elämästäni. Jo töihin lähtö oli vaikeaa jatkuvan väsymyksen vuoksi. Kotiinpaaluun yleensä itkin kivusta ja väsymyksestä. Olin pattitilanteessa, kipujani ei otettu vakavasti ja elämä perheen äitinä ja työelämässä oli jatkettava, taloudellinen tilanne turvattava. Minusta tuli suorittaja. Elämä tuntui suorittamiselta.

Kipujen takia on luulosairaaksi luultu

2010 jälleen töissä sattui tapaturma ja oikea olkapääni meni sijoiltaan potilassiirrosta. Tätä hoidettiin vain reponoimalla, kipulääkkeillä ja kolmen viikon sairauslomalla. Lääkärin mielestä kuvantamisia ei tarvittu. Tämä olikin viimeinen naula kipuarkkuuni. Olin täysin kahlittuna kipuihini. Kivut jatkuivat ja lukuisat lääkärikäynnit työterveydessä eivät tuoneet tulosta. Ei löydöksiä kuvantamisissa eikä ultraäänessä. Valvoin yöt, valvoin päivät ja sairauslomalle en enää iljennyt jäädä, koska työnantajanikin oli jo vihjaillut sairauslomistani - olivatko ne edes todenperäisiä? Tämä loukkasi tunnollista, jopa ylittunnollista suorittajaa ja työntekijää. Vuonna 2012 olin viimein niin kipeä ja loppu, etten enää pystynyt nukkumaan kuin istuvassa asennossa ja pätkittäin. Varasin ajan yksityiselle työterveyteen erikoistuneelle lääkärielle, jolle kerroin tilanteen ja sanoin, että olen varmaan luulosairas, koska vikaa ei löydy ja kivut alkavat olla sietämättömät. Lääkäri kirjoitti lähetteen kiireellisenä ortopedille ja soitti perään. Pääsin saman tien hänen vastaanotolleen. Tuntui, että minulla olisikin hieman toivoa. Ortopedi-käsikirurgi tutki vuonna 2010 otettuja röntgenkuvia ja sanoi heti, että olkapääni on täysin kappaleina. Hän totesi myös, että ikävä kyllä usein ennenvanhaankin on olkapään kipujen takia luulosairaaksi luultu ja hoidettu mielenparantolassa, tosin huonoin tuloksin. Hän myös selvensi tilannetta, että tämännkaltaiset vammat ovat usein vaikeita havaita. Kiertäjänkalvosimeni oli poikki, hauisjänne rispaantunut, rustorengas irti ja olkahermo puristuksissa. Käsi kantositeeseen ja parin viikon päästä olikin edessä leikkaus. Lottovoitto minulle, en ollutkaan luulosairas!

Suhteellisen ison leikkauksen jälkeen sairauslomani oli pitkä ja kuntoutuminen hidasta, olkapää jäätty ja edessä olisi uusi toimenpide. Narkoosimanipulaatio ei kuitenkaan poistanut ongelmaa kuin osittain, liikerajoite jäi. Sairauslomani aikana vasen käsi ylikuormittui ja oravanpyörä jatkui, vasemman käden "kiukkuhermo" kyynärpäässä oli tulehtunut ja pitkältä matkaa puristuksissa. Kyynärhermon vapautusleikkaus oli edessä, toipuminen pitkäaikaista. Toipumisen jälkeen alkoi työnteko olla kipujen ja rajoittuneiden käsien vuoksi haasteellista, unettomuus kipujen vuoksi jatkui. Käsien leikkausten myötä vierähti pari vuotta. Kipulääkityksenä tässä vaiheessa oli jo kipulaastari, ibuprofeeni sekä vahvat opioidit läpilyöntikipuun eli korkeimpiin kipu-

piikkeihin. Käsikivut olivat koko käsissä, CMC-nivelten nivelrikko todettiin tässä vaiheessa ja kroonistunut epikondyliitti molemmissa käsissä.

Syy kivuille olisi hyvä selvittää ja sairaudelle saada nimi

Käsien myötä kaularankaoireet olivat lisääntyneet ja MRI-kuvissa löytyi oikeavoittainen prolapsi, sekä mahdollinen hermojuurivaurio. Tästä lähete kipupoliklinikalle, jossa myös psykologin haastattelut. Alavireisyys oli havaittavissa, masennuslääkkeitä suositeltiin lisätäväksi repertuaariin. En tahtonut masennuslääkkeitä. Kerroin, että syy kaikille kivuille olisi hyvä selvittää ja saada sairaudelle nimi, yhteinen nimittäjä tälle kaikelle maanpäälliselle helvetille, sekä hoitoa, olisi se sitten lääkettä tai lääkkeitöntä. Kipupolilla minulle kerrottiin olevani haasteellinen kipupotilas kroonistuneiden kipujeni vuoksi. Ensimmäinen lääkkeetön hoitokokeilu oli tens- laite, josta ei suurta hyötyä kuitenkaan ollut ja lääkehoidolla ei enempiä ollut tehtävissä. Kivut nakersivat ja söivät minua sisältä. Tämä kaikki vaikutti jo kaikkeen elämässäni ja eräänä päivänä nuorin lapsistani kysyikin minulta: "Miksi äiti et enää puhu meille?" Heräsin tähän kysymykseen ja huomasin, että kivut ovat ottaneet jo niin ison roolin elämässäni, että se vaikutti täysin jo perheeseenikin. Lapsienkin huoli oli todellinen äidin persoonankin muuttuessa, äidin väsyessä. Lapsetkin näkivät jo sen, mitä koitin peitellä.

Kärsi, tyttö kärsi

Vuonna 2016 selkäkivut räjähtivät päälle kuin hyökyaalto. Selästä löydettiin koko rangan rappeuma ja kulumat, spondyloosi. Kipupiikeillä ja kipulääkityksellä pystyyn ja takaisin töihin, kun pahin kipu olisi voitettu. Työrajoitelausunto. Päästiin vuoteen 2017 kunnes rakkaan harrastuksen parissa hevonen hyppäsi takaapäin molemmille akillesjänneille. Oikean jalkani akillesjänne rispaantui ja luuruhjeita tuli molempiin nilkkoihin. Kivut olivat jäätävät ja molemmat jalat paketissa. Liikkuin kyynärkeppien varassa kipeiden käsien ja kaularangan kanssa. Akilleksen haavaan jäi kaksi eri bakteeria ja tulehduskierre alkoi. Haavaa hoidettiin joka toinen päivä pitkään, kunnes tulehdus lopulta oli pois. Haava ei enää umpeutunut ja uusi leikkaus oli edessä. Kipulääkityksenä oli edelleen kipulaastari, ibuprofeeni sekä vahvat opioidit. Leikkaus meni hyvin, mutta kiristi akillesjänneeni niin tiukalle, että kivut olivat melkoiset jälleen opetellessani uudelleen kävelemään. Kipukaruselli pyöri, elämä jatkuu.

Päästiin reilu vuosi eteenpäin, kunnes jo aiemmin operoitu polveni tuli tiensä päähän. Yövuorossa ollessani Bakerin kysta repesi ja luulin veritulpan iskeneen jalkaani. Työterveyteen aamulla työvuoron päätyttyä ja sieltä suoraan tutkimuksiin ja ortopedille. Polvessani luut olivat hanganneet jo pitkään vastakkain ja virheasento oli nähtävissä. Lääkäri suosittelee keino-nivelen laittoa, muu ei enää auttaisi. Näin tapahtukoon. Lääkäri ihmetteli, kuinka pystyin kävelemään ja pärjäsin kipujen kanssa. En osannut enää vastata. Elämänihan oli ollut yhtä kipua jo vuosikausia.

Leikkaus tehtiin 2019 juhannuksena. Olin ensimmäisenä vuorossa ja salissa kello 7.30 puudutusta varten. Leikkaus tuntui kestävän äisyyden ja arvelin jonkin ongelman tulleen leikkauksessa. Ongelma olikin se, ettei patella pysynyt paikoillaan. Seurasin leikkausta tarkasti kuunnellen ja luottavaisin mielin olin edelleen. Usean tunnin jälkeen pääsin heräämään, jossa sain voimakkaita kipulääkkeitä ja tajunnantasoni laski jonkin verran. Pian hoitajat havahtuivat valtavaan verenvuotoon leikatussa jalassani. Kirurgia tavoiteltiin tuloksetta, olihan juhannusaattoilta. Hetkellinen kivuttomuus heräämössä tuntui unelta ja lähes unta se olikin. En pysynyt hereillä voimakkaan lääkityksen vuoksi. En myöskään enää meinannut jaksaa hengittää lääkityksen vuoksi, joten seuraani liittyi happihoito. Pääsin osastolle vasta myöhään illalla.

Yöaikaan kivunhoito oli loistavaa ja yöhoitaja olikin asiantuntija ja ammattilainen isolla A:lla. Hän toteutti kerrankin kivunhoitoa ja kohtaisi minut ihmisenä - elävänä olentona, jolla oli voimakkaat kivut. Hän hoiti minua parhaalla mahdollisella tavalla. Aamun valjettua aamuhoitaja astui kuvioihin, ja maanpäällinen helvetti alkoi. Pyysin kipulääkettä, jotta pääsisin lähtemään aamupesuille ja että elämäni olisi siedettävää voimakkaiden kipujen kanssa. Hän ei sitä suostunut minulle antamaan, vaan toi ibuprofeenin ja tokaisi pois lähtiessään tämän riittävän, koska olin yöllä saanut kovempia kipulääkkeitä. Kivut yltyivät aika nopeasti ja odotin vain iltavuoron saapumista töihin. Ihmisarvoni laski kohisten aamuhoitajan epäinhimillisyyden ja ammattitaidottomuuden vuoksi. Iltavuoron tullessa töihin, kiputilanteeni oli jo niin paha, että päivystävä lääkäri kävi minua katsomassa. Kivunhoitoni aloitettiin alusta. Kerroin lääkäriille tilanteen ja hän suhtautui asiaan hienosti. Pyysin, ettei kyseinen hoitaja osallistuisi enää hoitoni ja haluan tehdä asiasta muistutuksen. Näin tapahtui, mutta hyvin alkanut oikeaoppinen kivunhoitoni alkoi taas nollasta. Sairaalassaoloaikani jatkui.

Leikkaus ei mennyt niin kuin oppikirjoissa ja jalkaan oli tullut lisävaurioita. Jalka oli niin turvoksissa ja jäykkä, ettei se taipunut kuin 60 astetta ja suoristus jäi 5 prosenttia vajaaksi. Ei muuta kuin kotiin toipumaan. Tästä se oravanpyörä taas lähti pyörimään.

Voisivatko lääkkeettömät hoidot olla parempi vaihtoehto?

Jalan kuntoutus aloitettiin. Lymfaterapiaa ja fysioterapiaa vuoron perään. Jalan liikkeet olivat kuitenkin rajoittuneet. Jälkitarkastuksessa kolmen kuukauden jälkeen kirurgi totesi vain, että joskus käy näin, enkä voisi enää palata omaan työhöni. Työpaikka alta, seisoen tyhjän päällä. Kirurgin ainoa hoitokeino tuntui olevan polven narkoosimanipulaatio. Kysyin riskeistä ja hän kertoi, että joskus reisiluu voi murtua. Hyvin kylmästi ja välipitämättömästi kirurgi sanoi, että tapaamme ylihuomisaamuna kello 7.00 ja hän suorittaa tämän toimenpiteen apureineen. Kohtalo puuttui peliin välittömästi, sairastuin keuhkokuumeeseen ja toimenpide estyi. Toipilaana tutkiskelin netistä muita hoitomahdollisuuksia ja lääkkeettömiä keinoja. Löysin kuivakuppauksen ja

paljon muutakin. Lähdin toivuttuani hankkimaan lisää tietoa ja koulutusta kyseisiin lääkkeettömiin hoitoihin. Tästä tuli ensimmäinen pieni valonpilkahdus vuosikausiin. Voisivatko lääkkeettömät hoidot olla sittenkin yksi ja parempi vaihtoehto?

Kipulääkitykseni oli pysynyt vuosia samana ja minut potkaistiin kipupoliltakin pois, koska en suostunut venlflaksiinia ottamaan lääkerepertuaariini. Kerroin tässä vaiheessa harkitsevani myös lääkkeettömiä hoitoja. Päästiin kevääseen 2020, jolloin ranteiden kipu oli jo ääri rajoilla. Käsikirurgin vastaanotolla hän totesi, että minulla on moninivelrikko ja ranne on tiensä päässä. Leikkaus on taas edessä. Luudutusleikkauksen jälkeinen luutumisen oli hidasta, mutta poisti myös yhdestä raajasta kipua hyvin. Sairausloma oli pitkä ja kuntoutus hidasta, kunnes puolen vuoden jälkeen oli edistystä alkanut tapahtua. Tänä aikana opiskelin myös kivun kokemusasiantuntijaksi, siitähän minulla olikin jo runsaasti kokemusta. Oli myös ihana tavata ryhmän kautta muita vertaisiaan ja ikävä oli todeta yhteisesti, että suurimmalla osalla meistä kivunhoito oli retuperällä sekä kipupolien suhtautuminen ja toiminta samalla linjalla lähestulkoon maanlaajuisesti.



Silmiini vilahti somemainos lääkkeettömistä hoidoista ja aloin tutkimaan asiaa lisää innostuneena. Neuro Cryo Stimulaatio (NCS) -huippukylmähoitosta kiinnostuneena lähdin lukemaan kokemuksia ja totesin, että minun koko kehoni kaipaisi juuri sitä, jos se vain olisi jossain saatavilla. Selvitystyö jatkui. Olin päättänyt kokeilla NCS-hoitoa ja jos siitä apua saan, tahtoisin laitteen myös itselleni.

Olin yhteydessä Cryonic-laitteiden maahantuojaan ja kerroin hieman tilanteestani. Kyselin myös laitteesta, hoidoista ja mahdollisesta hankinnasta. Sain heiltä myös yhteystiedot itseäni lähimpään Cryonic-palveluntarjoajaan, Bene One -hoitolaan, ja suositukset käydä kokeilemassa ennen hankintapäätöstä ja muutoinkin. Lääkkeettömästä huippukylmähoitosta innostuneena hain lisää tietoa ja ajattelin mielessäni, että jos tämä toimisi minulla ja saisin apua, voisin myös jonain päivänä auttaa muita kipujen kanssa kamppailevia kanssasaria ja -veljiä. Aivan niin kuin jo aiemmin kuivakuppaus oli tuonut minulle apua ja auttanut omakohtaisessa kuntoutuksessani. Pääsin viimein kokeilemaan NCS-huippukylmähoitoa ja hoidon jälkeen olin kuin unessa! Tulin

kotiin ja nukuin ensimmäistä kertaa valovuosiin yhtäjaksoisesti liki yhdeksän tuntia kipujen minua herättämättä. Jo ensikokemus NCS-huippukylmähoitosta sai minut vakuuttumaan hoidon toimivuudesta. Tämä oli minulle kuin lottovoitto! Tai parempaakin- löysin keinoon hoitaa itseäni ja saada apua yli kahdenkymmenen vuoden kipuhelvetin jälkeen, lääkkeettömästi.

Päätin hankkia laitteen myös itselleni sekä jatkoin tutkimusmatkaani myös muista lääkkeettömistä hoidoista tietoa hakien ja törmäsin myös Neurosoniciin ja kun luin tämän laitteen vaikutuksista, päätin testata sitäkin. Olin intoa täynnä ja olen pikkuhiljaa saanut menetetyt vuodet ja elämäniloni takaisin ja olen valmis kokeilemaan lähes kaikkea uutta. Vielä viitisen vuotta takaperin olisin pitänyt kiinalaista lääketiedettä, NCS-huippukylmähoitoa ja muita lääkkeettömiä hoitoja vallan höpöhöpö-hoitoina. Luotin aiemmin kaikesta huolimatta lääkehoitoon ja lääketieteeseen kaikkine leikkauksineen ja kipeine toipumisineen enkä osannut edes kuvitella muusta.

Vuosien kipu-uupumuksen jälkeen pystyn nauttimaan elämästäni

Minun ja monen muunkin kipukroonikon kohdalla NCS toimii. NCS-huippukylmähoitoon yhdistettiin kohdallani mobilisointi perinteisen jäsenkorjauksen tyyliin niiltä osin kuin se on minulle mahdollista ja tilanne on kerta kerran jälkeen parempi. Nukun paremmin, jaksan paremmin ja pystyn tekemään asioita paljon enemmän kuin mitä vuosikausiin ilman kipua ja kyyneleitä. Vuosien aivosumun ja kipu-uupumuksen jälkeen pystyn nauttimaan elämästäni ja saan elämäni takaisin pala palalta. Tämä on minun kipumatkaani kohti parempaa ja kivuttomampaa huomista.

Aiemmin luotin täysin lääketieteeseen ja leikkauksiin. Nyt ajattelen, että kenties olisin välttynyt joiltakin leikkauksilta ja kivun kroonistumiselta jo paljon aiemmin, jos minua olisi kuultu ja olisin löytänyt huippukylmähoidon vaihtoehtoisena hoitomuotona. Ihmettelen, kuinka yksikään terveydenhuollon minua hoitanut henkilö ei koskaan edes maininnut NCS-hoidoista.

Saan tänä päivänä kiittää perhettäni ja puolisoani kipumatkani rinnallakulkijana, sijaiskärsijänä ja tukipilarinani, sekä Juha Tenhovaaraa, joka mahdollisti tämän.

Tänä päivänä minulla on oma hoitola, jossa pyrin parhaani mukaan auttamaan ja hoitamaan kipupotilaita. Olen myös tyytyväinen, että saatoin hankkia Cryonic-laitteen ja tarjota NCS-hoitoa omille asiakkailleni. Pyrin myös jakamaan tietoa lääkkeettömistä vaihtoehtoista ja vertaiskokemuksillani vahvistamaan kivusta kärsivien uskoa kivuttomampaan ja parempaan elämään. Haluan edistää kipupotilaiden elämää ja luoda uskoa parempaan huomiseen, siihen meillä kaikilla on oikeus. Yksikin menetetty kipupotilas on liikaa. ♦

Kaikella rakkaudella, uskoa ja ymmärrystä tuoden,
Minna