

Mikä aivovamma? -podcast

Jakso: Rakkaudesta lajiin / Urheilujakso

Robson: Moi! Olen Robson, ja minulla on aivovamma.

Matilda: Moikka! Olen Matilda, ja minulla on aivovamma.

Robson: Jääkiekossa ei esiinny aivovammoja. Piste.

Matilda: Onko se niin, että vasta sitten kun isot herrat saavat aivovammoja, tapahtuu muutos?

(Podcast-sarjan tunnusmusiikki ja siihen kuuluvat puheosuudet alkavat.)

Juontaja: Mikä aivovamma?

(taustalta kuuluu tunnusmusiikkia)

Henna: Pystytkö aivovamman saanut harrastamaan seksiä?

Anna: Miksi lätkässä ei esiinny aivovammoja?

Henna ja Anna: Vai esiintyykö?

Henna: Moi, minä olen Henna!

Anna: Moi, minä olen Anna!

Henna: Me olemme psykologi...

Anna: Ja elokuvantekijä...

Henna: Ja meitä kiinnostaa, millaista on elää aivovamman kanssa. Siksi me teimme tämän podcastin.

Juontaja: Mikä aivovamma?

(Tunnusmusiikki päättyy.)

Juontaja: Suomessa rekisteröidään vuosittain noin 20 000 eriasteista aivovammaa. On arvioitu, että niistä noin neljä tuhatta on urheilun aiheuttamia, vaikka totuus voi olla aivan toinen. Suurin osa urheilussa tapahtuvista lievistä aivovammoista, eli kansankielellä aivotärähdyksistä, jää edelleen rekisteröimättä. Arvion mukaan esimerkiksi Suomen jääkiekkoliigassa sattuu viidestäkymmenestä sataan aivotärähdyksiä kauden aikana, joita ei tilastoida minnekään.

(taustalta kuuluu taustamusiiikkia)

Matilda: Minulla oli kaksi vakavaa aivotärähdyksiä jääkiekosta. Viimeinen isku, josta tuli aivovamma, oli vuonna 2016 elokuussa. Olin koululiikunnassa poikien liikunnassa.

Joukkueeni maalivahti yritti "ilmuria", eli aloituspotkua, minun ylitseni. Potku lähtikin aivan laakana ja osui minua kasvoihin vasemmalle puolelle, suoraan ohimoon. Siitä tuli sitten

aivovamma sekä niskan retkahdusvamma. Kun sain sen iskun, muistan, että minulle tuli aivan käsittämätön kipu. Se oli viiltävä ja pistävä, mutta painemainen niin, että se tuntui räjähtävän pään sisällä. Luulen, että minulta lähti taju sen kivun takia. Kipu oli niin suuri, että sitä ei enää kestänyt, joten taju lähti. En ole ikinä kokenut mitään niin suurta kipua ja sen jälkeen mikään ei ole oikeastaan enää sattunut. Se oli jotain aivan käsittämätöntä. Vaikka pallo tulikin päähän niin tiedostin jo siinä vaiheessa, että nyt meni jotain pahasti rikki. Minua talutettiin terveydenhoitajan luokse ja kaaduin yhtäkkiä koulun käytävällä, kun minulta lähti taju. Sitten minut vietiin sairaalaan. Pääsin sinä samana iltana takaisin kotiin diagnoosilla ”aivotärähdyks”, vaikka oikeastihan minulle tuli silloin aivovamma. Sitten minulta lähti puhekyky: puhuin todella hitaasti enkä löytänyt sanoja. Myöskään kävelystä ei tullut mitään, vaan aloin ontumaan älyttömästi. Nukuin seitsemäntoista tuntia putkeen. Sitten menimme takaisin sairaalaan. Noin kuukausi ja viikko myöhemmin tuli diagnoosi, että minulla on aivovamma.

(taustalta kuuluu taustamusiikkia)

Juontaja: Kaksi aivovammoille tyypillistä vammamekanismia ovat iskuvamma ja venytysvamma, eli diffuusi aksonivaurio. Aksonivaurio syntyy, kun pää retkahtaa voimakkaasti, mutta ei kolahda minnekään. Tällöin aivot heilahtavat kallon sisällä ja niskat, aivojen syvät osat sekä aivorunko ovat kovilla. Iskuvamma syntyy, kun pää iskeytyy johonkin, ja aivokudos jatkaa kallon sisällä matkaa. Kallon sisällä on sen verran ylimääräistä tilaa, että aivot pääsevät iskeytymään myös iskun vastakkaiselle puolelle. Tällöin tuloksena on isku ja sen vastaiskuvamma.

(taustalta kuuluu taustamusiikkia)

Robson: Kahdeksastoista päivä helmikuuta vuonna 2016 pelasin jääkiekkoa viidennessä divisioonassa. Tapahtui puhdas taklaus, olkapää olkapäätä vasten. Pääni iskeytyi jäähän ja olin kolme minuuttia tajuttomana. Muistan siitä päivästä sen, että menin jäälle, ja ottelun tilanne oli 2–2. Muistan miettineeni, että kun vielä vähän pinnistäisimme, voisimme voittaa ottelun. Kun minut herätettiin tajuihini, en muistanut enää, mitä viime jouluna oli tapahtunut. Se oli tärkeää siksi, että olin ollut juuri lähes kolmen viikon mittaisella matkalla kaverini kanssa tammikuussa, ja olin juuri täyttänyt kolmekymmentä vuotta. Enkä muistanut näitä asioita. Ensimmäinen muistikuvani on ambulanssista, kun minut oli sidottu päästä varpasiin kiinni. Lisäksi minulla on lyhyt muistikuva siitä, että joku selittää viereisessä sängyssä minulle, kuinka jääkiekko on niin vaarallinen laji, että se pitäisi kieltää laissa. Seuraava muistikuvani on se, että joku nainen tulee hakemaan minua sairaalasta. Hän käyttäytyy todella tuttavallisesti, mutta minä en tunnista häntä enkä muista, miksi hän on niin tuttavallinen. Hän oli äitini. Pääsin kotiin sairaalasta ja nukuin vanhemmillani sen yön. Seuraavana päivänä en saanut aamiaislusikkaa tai oikein vesilasiakaan suuta kohti, joten menimme uudestaan sairaalaan. Siellä sanottiin vain, että kaikki on kunnossa. (taustalta

kuuluu taustamusiikkia) Minulta otettiin itseasiassa vain TT-kuvat, mikä oli suuri virhe. Elin kaksi viikkoa normaalisti ja sen jälkeen löysin itseni keskeltä katua niin, etten tiennyt enää kuka olin ja minne olin ollut menossa. Siitä alkoikin uusi elämä. Olin jostain syystä säästänyt talvitakkini taskuun aivovammapoliklinikan lapun ja muistan, että soitin sinne. Sitten alettiin selvittämään sitä, miksi en muista kuka olen tai missä olen töissä. Tai miksi nukun niin paljon kuin nukun, ja en pysty tekemään perusasioita. Mutta kesti siis tosiaan kaksitoista viikkoa, että minut laitettiin magneettiröntgenkuvauksiin. Meni kaksi päivää, kunnes tuli puhelinoitto neurologilta. Hän kyseli puhelun alkuun, että istunko ja vastasin, että istun. Neurologi sanoi, että meidän tulee keskustella minun tilanteestani. He olivat löytäneet kuvista kahdeksan aivoverenvuotoa, ja hän halusi keskustella kanssani siitä, miten tämä tulisi vaikuttamaan koko loppuelämäni. Juttelimme 45 minuuttia. Kun lääkäri kysyi minulta, että onko minulla aikaa jutella, sain shokiltani sanottua vain, että kalenterini on hyvin tyhjillään. Olin silloin sairaslomalla. (taustalta kuuluu Robsonin naurua) Eli se pieni rasvapallo pään sisällä on aika tärkeä.

(taustalta kuuluu taustamusiikkia)

Juontaja: Taklaukset ovat jääkiekossa tavallisin lievien aivovammojen aiheuttaja. Tilastojen mukaan yli puolet jääkiekkoilijoiden vammoista syntyy näin. Kaukalossa tapahtuvien vammojen vakavuutta ei voi mitenkään silmämääräisesti ennustaa. Aivotärähdyksen syntyminen ei aina vaadi iskua päähän. Riittää, että pää retkahtaa voimakkaasti esimerkiksi tönäisyn voimasta tai äkkijarrutuksessa. Juuri siksi aivotärähdyksen tunnistaminen on iso haaste ammattilaisillekin. Aivotärähdyksen tyypillisiä oireita ovat ajan, paikan ja tajun hämärtyminen, muisti- ja tasapainohäiriöt sekä tajuttomuus.

(taustalta kuuluu taustamusiikkia)

Robson: Mielestäni jääkiekkoon kuuluu fyysisyyttä. Siksi itse pelasin, ja rakastan jääkiekkoa. Ja tiedän, että myös jääkiekkoon, ja ylipäätään elämäänkin, kuuluu virheitä. Tahallisia virheitä ja tahattomia virheitä. Mutta kun näen taklauksen, jossa on edes promillen mahdollisuus sille, että se on mennyt väärin, koko oma kuntoutusprosessini välähtää silmiäni edessä. En voi sille mitään.

Matilda: Kun näen, että joku taklaa, minulla välähtää mustavalkoisena silmiäni edessä sellainen elokuva. Ja siinä elokuvassa se, joka makaa jäällä, yrittää itsemurhaa. Se on käsittämätöntä. En oikein pysty seuraamaan jääkiekkoa tällä hetkellä vielä, mutta toivottavasti jossain vaiheessa. Joka kerta kun näen taklauksen tai sellainen edes meinaa tulla, varsinkin ollessani paikan päällä katsomassa jääkiekkoa, välähtää se sama mustavalkoinen elokuva mielessäni. Samalla tulee viha sitä ihmistä kohtaan, joka taklasi tai yritti taklata toisen. Hän ei ymmärrä eikä tajua, mitä hän taklauksellaan aiheuttaa.

Robson: Kohdistuuko se viha siihen pelaajaan jääkiekkopelaajana vai henkilönä?

Matilda: Kun näen, että tulee taklaus, niin vihani kohdistuu sitä tietämättömyyttä kohtaan. Ja sitä kohtaan, mitä se taklattu henkilö joutuu kärsimään. Ei se ole niin henkilökohtaista. Eli jos näkisin kyseisen taklaajan kadulla, en suuttuisi sille henkilölle. Se on vihaa elämää kohtaan. Sitä kohtaan, että nyt tuolle taklatulle tapahtuu tämä sama kaikki tuska kuin minulle.

Robson: Eli se on enemmänkin sellainen ”etkö sinä tajua” -reaktio?

Matilda: Kauniisti sanottuna juuri noin.

(taustalta kuuluu taustamusiikkia)

Robson: Olin kolmekymmentä. Olin ollut täysipäiväisesti työelämässä ehkä noin kahden vuoden ajan. Ja minulle on kotikasvatuksessa taottu aina päähän, että olet kunnan kansalainen, kun teet töitä, pidät itsestäni huolta ja maksat veroja. Silloin yhteiskunta kyllä antaa takaisin. Sitten istutkin 30-vuotiaana ja sinulle sanotaan, että tässä on paperi. Ja siihen paperille on tekstimuodossa kirjoitettu se, miten arvoton olet, koska on päätetty, ettei sinua kuntouteta. Ja sinulle sanotaan, että mene kotiin. Odota kolme vuotta. Käytä ne kolme vuotta siihen, että nukut. Koska ne oireet, mitä on vielä kolmen vuoden jälkeen jäljellä, jäävät sinulle loppuelämäksesi. Ja muuten, sinulla on niin isot kuvantalöydökset, ettet enää ikinä tule tekemään töitä tai urheilemaan. Silloin ärsytti.

Matilda: Joo, aivovamma on sellainen tyrmäys ihmiselle. Ainakin minä koin sen niin.

Robson: Kuolemantuomio. Nimenomaan.

Matilda: Kyllä. Ja se on ikuinen. Itse olin viisitoistavuotias. Ei sellaista pysty hyväksymään. Aivotärähdyksiä tulee ja menee, mutta aivovamma on ja pysyy.

(taustalta kuuluu kiekon läimäyksen ääni jääkiekkokaukalossa)

Robson: Minullekin kaksi neurologia kertoi, että minua ei ole mitään järkeä kuntouttaa näiden aivojen vaurioiden kanssa. Peli on menetetty. He sanoivat: ”Mene kotiin ja odota sairaseläkepapereitasi ja katsotaan sitten, mitä sinusta tulee. Mutta ei sinusta kuitenkaan ikinä tule mitään.” He eivät uskoneet minuun yhtään. Tiesin sen, koska kun pyysin päästä fysioterapeutille, en päässyt. He vain totesivat, että olinhan kävellyt sinnekin, joten olin aivan kunnossa.

Matilda: Nyt yli neljän vuoden jälkeen alan olla sujut asian kanssa. Neljä vuotta meni, mutta nyt pystyn sanomaan ilman häpeää, että minulla on aivovamma. Olen kokenut, että aivovamma on minun heikkouteni. Mutta siinä vaiheessa, kun myönsin sen itselleni, pääsin myös kehittämään sitä. Nykyään koenkin, että aivovamma on minun vahvuuteni.

Robson: Pystyn vitsailemaan ja puhumaan aivovammastani. Ja puhun mielellänikin siitä juuri sen takia, että elämä jatkuu aivovamman jälkeen. Erilaisena totta kai, mutta kuitenkin. Puhun asiasta mielelläni myös sen takia, että haluan viestiä vahvasti sen puolesta, että meitä kannattaa kuntouttaa. Kuitenkin joka kerta, kun sanon, että minulla on aivovamma, joku pieni osa minusta kuolee. Se on niin iso asia. Varsinkin ammattiuurheilussa koko elanto riippuu siitä, millä tavalla pystyt suoriutumaan. Urheilu on ollut minulle henkireikä sekä se prosessi, jonka avulla käsittelen kaiken, mitä elämässäni tapahtuu. Jos on huono päivä, menee lenkille. Jos on hyvä päivä, menee lenkille. Jos on ihan ok päivä, menee lenkille. Kunhan urheilee, niin kaikki on hyvin. Olen aina ollut urheilija. Siksi suurin kriisini oli se, että jos en pysty urheilemaan enää, niin mitä elämässäni sitten käy.

(taustalta kuuluu taustamusiikkia)

Juontaja: Ammattilaisuurheilun puolella aivovammojen tunnistamiseksi on tehty paljon töitä ja edistysaskelia. Tutkimustiedon avulla voidaan muuttaa myös asenteita, jotka saattavat istua tiukasti pukukopeissa. Tärkeää olisi, että tieto aivovammoista leviäisi ammattilaistasolta juniori- ja harrastuspeleihin, jotta vammoja osattaisiin tunnistaa paremmin. Varhainen hoitoon hakeutuminen on oleellista tasolla kuin tasolla pelattaessa.

(taustalta kuuluu taustamusiikkia)

Matilda: Esimerkiksi oikean puolen kyljen sivuvatsalihakseni eivät aktivoituneet kävellessäni, joten se vaikutti siihen, miltä kävelyni näytti. Kun itse kävelet, mietitkö, miten aktivoit omia sivuvatsalihaksiasi? Kaikkia tällaisia asioita minun täytyi käydä fysioterapeutilla läpi. Aina kun otti askeleen, joutui jokaisen kohdan vartaloni oikealta puolelta käskyttämään erikseen. En varmaan olisi näin hyvässä tilanteessa aivovammani kanssa, jos minulla ei olisi ollut urheilutaustaa. Olen harrastanut laidasta laitaan kaikkea, aina taitoluistelusta jääkiekkoon. Jääkiekko oli päälajini, jonka aloitin viisivuotiaana. Ja vammautumiseni myötä jouduin lopettamaan sen viisitoistavuotiaana. Kaikenlaista on kuitenkin tullut harrastettua, myös esimerkiksi jalkapalloa ja sulkapalloa. Lajien monipuolisuus auttoi sekä jääkiekossa, että nyt aivovammakuntoutumisessa. Uskon omalla tavallani siihen, että on paremmat edellytykset kuntoutumiseen, koska on koko elämänsä kehittänyt itseään ja tehnyt uusia ennestään tuntemattomia asioita.

Robson: Juuri näin.

Matilda: Nyt se lähtee vain alusta. Ja se on vaikeaa. Etenkin, jos on urheilijan motivaatio ja intohimo tehdä sitä toimintaa. Minä ajattelin aivovammutumisen haasteena niin, että minulle on nyt tullut tällainen haaste ja minulla on tavoite, ja aion saavuttaa sen. Sama asia kuin vaikkapa jääkiekossa maajoukkue.

Robson: Juuri näin. Juuri näin.

(taustalta kuuluu taustamusiikkia)

Robson: Nämä synapsit, mistä kaikki puhuvat. Mitä aivoissa siis on, kuulemma, ja mitä meilläkin on kuollut varmaan aika monta. Yritän erotella toisistaan nyt kaksi asiaa, tiedon ja tunteen. Kun moni meidän kohtalotovereistamme menee lääkäriin, katsoo lääkäri otettuja kuvia, kuten esimerkiksi röntgenkuvia, magneettikuvia tai TT-kuvia, ja sanoo, että ”täällä ei näy mitään, sinulla ei voi olla mitään”. Ja urheilijana tiedät, että hetkinen, miten se on mahdollista. Minulle esimerkiksi kävi niin, että en pystynyt käymään enää pissalla seisten. Miten voi siis muka olla niin, että olisin täysin kunnossa? Olen kuitenkin ajanut motocrossia ja pelannut jääkiekkoa, pystynyt tekemään näitä asioita. Ja lääkäri toteaa vain: ”niin, mutta sinä et ole lääkäri, joten et tiedä”.

(taustalta kuuluu taustamusiikkia ja golf-pallon lyönnin ääni)

Matilda: Kun minulle tuli jääkiekosta aivovamma, siirryin golfiin. Joudun käyttämään golfautoa, sillä en pysty kävelemään koko kierrosta. Vaikka minulla onkin golfauto, saan silti pahoinvointikohtauksia. Olen yrittänyt kuvailla sitä muille ihmisille sanomalla, että yrittäkää juosta niin kauan, että olette tässä samassa kunnossa. Annan kaikkeni itsestäni niin, että olen niin huonossa kunnossa, että oksentelen koko kentän ja auton täyteen. Kun minulla tulee näitä pahoinvointikohtauksia, minulla tulee lisäksi myös tajunnan alenemista, oikean puolen jalkani ei toimi ollenkaan ja puheeni heikkenee. Pariin otteeseen on täytynyt kutsua myös ambulanssi. Ihmisten suhtautumiseen vaikuttaa se, ettei heillä ole tietoisuutta aivovammoista. Esimerkiksi aluksi ollessani kansainvälisissä kisoissa saatoin saada tuntemattomilta ihmisiltä kommenttia. He valittivat esimerkiksi omia jalkakipujaan ja kysyivät, että saavatko hekin nyt golfauton.

Robson: Totta kai, ota tuosta vain golfauto, mutta otatko sitten myös nämä minun muut oireeni?

Matilda: Juu. (taustalta kuuluu Matildan naurua) Ennen olen ehkä ollut huomion keskipisteenä sen takia, että olen pelannut tyttönä poikien joukkueessa tai kaksitoistavuotiaana naisten joukkueessa. Eli sen takia, että olen hyvä jossakin. Mutta nyt yhtäkkiä joku katsoo minua oudoksuen, koska kävelen nykyien ja tärysten. Tai sen takia, että

pelaan golfautolla. Aloin ajattelemaan niin, että minua tuijotetaan nyt sen takia, että olen niin huono.

(taustalta kuuluu taustamusiikkia)

Juontaja: Aivojen vaurioituminen voi estää urheilijaa huomaamasta heikentyneitä tilaansa kesken pelin tai treenin. Aivojen etuosassa sijaitsee ihmisen toimintaa kontrolloiva lennonjohto, jonka vahingoittuminen voi johtaa siihen, että oman toiminnan ja voimien arviointi hämärtyy. Tästä syystä urheilijan vastuulla ei voi olla jarrujen painaminen kesken ottelun, sillä se ei aina ole mahdollista.

(taustalta kuuluu taustamusiikkia)

Robson: Jääkiekossa ei esiinny aivovammoja. Piste. Aivovammoista puhutaan sillä tavalla, että ”joo, on todella harmi, että niitä tapahtuu ja voi, kun niitä saataisiin kitkettyä pois. Voi, kun voisimme jotain. Voi, kun on harmi niiden pelaajien kannalta, joille tulee aivovamma ja kyllä pitää parantaa tätä järjestelmää.” Voi sitä ja voi tätä. Mutta kun televisiokamerat ja nauhurit sammutetaan, ei tapahdukaan mitään.

Matilda: Ei. Ei haluta ottaa vastuuta. Siinä on kyse niin suuresta asiasta. Aivovammaisen elämä menee täysin uusiksi. Todennäköisesti olet sitten työkyvyttömyyseläkkeellä. Puhuimme Robsonin kanssa juuri puhelimitse siitä, että aivovammaisen henkilön yleisin kuolinsyy on itsemurha. Se on siis erittäin rajua, mitä aivovammasta seuraa. En tiedä kenen pitäisi saada aivovamma jokaisessa organisaatiossa tai tahossa, jotta näihin asioihin saataisiin muutos. Onko se niin, että vasta sitten kun isot herrat saavat aivovammat, tapahtuu muutos? Mitä olen kuullut, ja mitä Tommi Kovanenkin on tuonut esille, niin SM-liigan suhtautuminen aivovammoihin ja vastuun ottamiseen niistä on lievästi sanottuna negatiivinen. Jos nämä asiat otettaisiin tosissaan, niin kuin toivottavasti jossain vaiheessa tapahtuu, se tulisi muuttamaan lajia. Ja he eivät halua, että jääkiekko lajina muuttuu.

Robson: Kun pelaajalta lähtee taju jäällä, hän ei pääse näkemään neurologia tai lääkäriä, vaan fysioterapeutin. Monesti myös kysytään suoraan kyseiseltä pelaajalta, että mitä hän haluaa tilanteessa tehdä. Me pelaajat olemme niin tyhmiä, ja meillä on uho päällä, että totta kai vastaamme aina haluavamme pelata. Olen myös kuullut monesti, että ammattiliigoissa pelaajasta tulee hylkiö, jos hän hakee apua joukkueen ulkopuolelta.

Matilda: Kyllä. Jos itsekin sain pelatessani iskun päähän tai muun vamman, huusin aina ensimmäisenä, että ”ei ambulanssia eikä lääkäriin”. Kilpaurheilija ei halua yleensä lääkäriin nuorena, koska sieltä tulee aina käsky, ettei saa pelata kuuteen viikkoon. Siksi myöskään ammattilaistasolla ei mennä aivovamman jälkeen lääkäriin, vaan koetaan, että kyseessä on aivotärhdys ja sen voi hoitaa itse kuntoon. Ei haluta diagnoosia. Ilman diagnoosia saa

pelata, mutta jos tulee diagnoosi, loppuu pelaaminen siihen. Niissä jääkiekkjoukkueissa, joissa itse pelasit, me pelaajat olimme niin nuoria, että ajattelimme olevamme kuolemattomia. Emme uskoneet, että meille edes voi sattua mitään. Niin aivovammasta tulee tabu, tai asiasta ei vaan puhuta. Mutta nyt asiaa on alettu nostaa enemmän esille ja uskon, että aiheesta aletaan myös puhumaan enemmän. Mitä enemmän me aivovammautuneet tulemme esille, sitä enemmän tietoisuutta aivovammasta pystytään levittämään. Siten pystymme myös näyttämään, mitä se oikeasti on.

Robson: Siksi tarvitaan se ihminen, joka on kouluttautunut asiaan ja ottaa tilanteen hoitaakseen, kun tapahtuu loukkaantumisia. Hän päättää, mitä tehdään. Esimerkiksi että tehdään baseline-testit, eli aivotärähdykset, tai mitkä testit tehdäänkään, ja katsotaan tilannetta. Ja kun ihmisellä on auktoriteetti ja luottamusta, asiat tehdään oikein. Olen kuullut myös ammattipelaajista, jotka tekevät baseline-testin tahallaan terveenä todella hitaasti. Sitten, kun heille tulee ottelussa aivotärähdys, he ovat testissä yhtä nopeita ja pääsevät siksi takaisin pelaamaan.

Juontaja: Mitä ihmettä?

Robson: Nimenomaan.

(taustalta kuuluu taustamusiikkia)

Robson: Ainoa seuraus omalla kohdallani on julkinen häpeä, joka saattaa seurata siitä, että olen erilainen. Se on ainoa juttu.

Matilda: Jääkiekkoilijoillakin, suurimmalla osalla, on sellainen kova imago ja ego. Siksi on varmaan tuplasti vaikeampaa myöntää, että itsellä on aivovamma. Silloin pelaaja itsekin haluaa ehkä vain olla pimennossa. Luulen, että ne, jotka ovat "kaapissa" aivovamman suhteen eli piilottelevat aivovammaansa, eivät tule vihjaamaan siitä mitään. He eivät halua diagnoosia ja kieltävät koko asian. Ihmisen täytyy hyväksyä asia ensin itse, ennen kuin siitä voi kertoa muille.

Robson: Kun katsot peiliin, mikään ei ole aivovamman seurauksena ulkoisesti muuttunut. Kun taas jos vaikkapa luut ovat murtuneet, sen huomaa. Esimerkiksi murtunut nenä on viisi kertaa isompi ja musta. Mutta nyt kun katsot peiliin, mikään ei ole muuttunut ulkoisesti. Paitsi se, että et osaa kirjoittaa, tai että kestää kymmenen minuuttia nousta sängystä. Etkä pysty katsomaan televisiota, eikä kotonasi voi olla valoja päällä. Myönnä siinä vaiheessa sitten asia itsellesikin. Meillä oli yhden ystäväni kanssa hyvä keskustelu. Hän sanoi: "Luulen, että et voi kuntoutua aivovammasta ilman, että käyt läpi myös masennuksen." Ja minä pysähdyin ja totesin, että tuo oli parhaita asioita, mitä olen saanut kuulla pitkään aikaan. Ja sanoin, että ei. Asia ei ole niin ainakaan minun kohdallani. Eikä hänen kohdallaan.



Matilda: Eikä minun kohdallani.

Robson: Nimenomaan.

(taustalta kuuluu taustamusiikkia)

Juontaja: Kaksia samanlaisia aivoja ei ole. Myös jokainen aivovamma on yksilöllinen. Sama isku kahdella eri henkilöllä voi aiheuttaa hyvin erilaista oireilua ja toipumisaikakin voi vaihdella. Se kuitenkin on yhteistä, että jos aivot saavat useita iskuja, aivojen kyky palautua heikentyy. Lopulta yksikin aivotärähdys voi johtaa uran tai harrastuksen lopettamiseen kenen kohdalla vain. Kunnioitus vastapelaajia kohtaan lisääntyy, mitä enemmän pelaajat tietävät vammoista ja niiden seurauksista.

(taustalta kuuluu taustamusiikkia)

Matilda: Mielestäni on etenkin tärkeää tuoda esille sitä asiaa, että vaikka olisit kuinka hyvä pyöräilemään tai luistelemaan, niin joku toinen voi aiheuttaa vammautumisen. Minunkin tapauksessani päähäni potkaistiin pallo. Vaikka olisin kuinka hyvä jalkapalloilija, en voi olettaa, että oman joukkueeni maalivahti potkaisee pallolla minua päähän. Se ei ole välttämättä sinusta itsestäsi kiinni, tai siitä kuinka taitava tai hyvä sinä olet. Joku muu voi aiheuttaa sen sinulle.

Robson: Vähän niin kuin purjehduksessa sanotaan, että ”minä osaan uida, joten en tarvitse pelastusliivejä”.

Matilda: Juu.

Robson: Onneksi olkoon, olet virallisesti idiootti.

(taustalta kuuluu Matildan naurua)

Robson: On kahdenlaisia ihmisiä: niitä, jotka ovat fiksuja ja käyttävät kypärää, sekä niitä, jotka eivät ole fiksuja ja eivät käytä kypärää. Kypärä on pelastanut minut varmaan tuhansia kertoja. Sinulla on vain yksi pää. Sinulla on kaksi keuhkoa, kaksi jalkaa, kymmenen sormea... Niitä sormia on aika monta, niitä ei välttämättä kaikkia tarvitse.

(taustalta kuuluu naurua)

Juontaja: Jatka vain, jatka vain. (taustalta kuuluu naurua) Kuinka monta luuta meillä on?

Robson: 236.

(taustalta kuuluu taustamusiikkia)

Robson: Sinulla on vain yhden aivot. Ja näyttää siltä, varsinkin jos katsoo meidän vammojamme, että jokainen osa niistä aivoista on aika kriittinen. Aivoja kannattaa suojata.

Matilda: Aivovammaa ei kannata pelätä. Mutta se riski saada aivovamma kannattaa ottaa huomioon, ja kannattaa käyttää kypärää. Se on siistiä, että sinulla on kypärä päässä. Mutta se, että ajat ilman kypärää, ei ole siistiä. Se, että pelissä hurrataan, jos tulee törkeä taklaus, on mielestäni naurettavaa, loukkaavaa ja häpeällistä. Sen pitäisi loppua täysin. Kun yleisö hurraa, se ruokkii sitä, että halutaan tehdä törkeitä taklauksia ja halutaan tappeluita. Ja samalla niitä päähän kohdistuneita iskuja. Kun saisimme sen loppumaan, ja enemmän sosiaalisessa mediassa viestiä esille siitä, että tällainen touhu on apinamaista, olisi yleisölläkin vastuu alkaa reagoimaan positiivisella tavalla. He voisivat alkaa ottamaan huomioon sitä, mikä on oikein ja mikä on väärin.

Robson: Yleisöllä on tietysti vastuu. Ehdottomasti. Mutta en usko, että olemme viimeisen kahden tuhat vuoden aikana muuttuneet niin merkittävästi, ettemme haluaisi gladiaattorimeininkiä. Olikohan se Orwell, joka sanoi, että urheilu on vain sotaa ilman aseita.

Matilda: Mutta minun mielestäni lajissa pitäisi keskittyä oikeisiin asioihin, eli siihen mitä me haluamme nähdä. Haluamme nähdä taitoa ja lajinomaisia asioita, emme sitä väkivaltaisuutta. Ei pitäisi ruokkia sitä niin, että yleisö hurraa väkivallalle. Hurrataan maaleille ja sille, kun tehdään hienoja yksilösuorituksia sekä joukkuesuorituksia.

(taustalta kuuluu taustamusiikkia)

Juontaja: Tämä oli Mikä aivovamma? -podcast, jonka sinulle tarjosi Aivovammaliiton Kypärätempu-hanke ja Artlab.

(taustalta kuuluu taustamusiikkia)