



Ja nythän on taasen helluntai...

Mikä helluntai?

Helluntai sanana muotoutuu ruotsin kielen sanasta helg, pyhä. Pääsiäisestä on kulunut 50 päivää ja helatorstaista 10 päivää. Kristillinen kirkko viettää helluntaita Pyhän Hengen vuodattamisen ja kristillisen seurakunnan perustamisen muistojuhlana (Uusi Testamentti, Apostolien teot 2:1-4). Kristillinen seurakunta alkoi viettää helluntaita omana juhlanäänä 200-luvun lopulla tai toisen tiedon mukaan v. 425.

Toteamuksia, enteitä, varauksia

Helluntain ajankohta määräytyy pääsiäisestä, joka taas määräytyy kevätpäiväntasauksesta. Helluntai voi siis olla 10.5.-14.6. välisenä aikana. Helluntaita ei ole varsinaisia säämerkkejä, mutta toteamuksia, enteitä ja varauksia kyllä löytyy.

Minkäläinen on helluntain lauantai, sellainen on koko kesä.

Helluntaisauna autuas aina

Kesä otettiin vastaan kylpemällä. Mikäli koivuissa näkyi vihreää, tehtiin uusi vihta, meillä Itä-Suomessa vasta, jokaiselle kylpöijälle omansa.

Helluntaina, lauantaina, uusi vihta vihdotaan, rieskavelli keitetään, lehmä aholle ajetaan. (Vanhemmassa kielessä rieska tarkoitti maitoa.)

Saunasta tultua jokainen heitti vastansa saunan katolle. Vastan tyven asennosta sitten luettiin tulevia, elämän tärkeitä asioita. Nuorelle neidolle tyvi osoitti suunnan, josta sulho tulisi. Jos aikuisen vastantyyppi osoitti kohti kirkkoa tai hautausmaata, se enteili kuolemaa.

Nyt kanssani keinuhan käy, Mun impeni, valkeal liinal;

Nuoret kokoontuivat illalla keinu-

mäelle. Pohjois-Savosta onkin merkitty muistiin seuraavaa:

Helluntaina laulettiin, naurettiin ja otettiin ilolla kesää vastaan.

Nuorilla tytöillä helluntai oli kiireistä aikaa.

En joutunut joululle, enkä päässyt pääsiäiselle, vaan kyllä heilun helluntaina.

Tytöt pukeutuivat parhaimpiinsa. He toivoivat, että poika olisi voinut sanoa:

Heilani on kuin helluntai!

Helluntaina pojat katselivat itselleen mielitettyä.

Jos ei heilaa helluntaina, niin ei koko kesänä.

Kesäheilasta saattoi tulla morsian, ja sitten syksyn myötä elämänkumppani.

Kun ois kesä ja helluntai, eikä milloinkaan talvi ja maanantai.

Kesä keikkuen tuleepi, suvi suuta väristellen

Kevät oli Itä-Suomessa ruoan puolesta köyhää aikaa, jota kuvaa edellä oleva sanontakin. Helluntain aikaan lehmät vietiin laitumelle, ja ruvettiin saamaan maitoa. Kanat virkistyivät ja aloittivat munimisen. Linnut rupesivat pesimään ja munimaan. Linnuille rakennettiin pesiä ja rannoille uuttuja. Niistä kerätiin munia. Ruoaksi kelpasivat lähes kaikkien lintujen munat.

Heleätä Helluntaita! Sirpa Ollikainen

Lähteet: Kustaa Villkuna. Wuotuinen ajantieto. Helsinki 1950
Satu Aalto, toim. Suuri Perinnekirja. Hämeenlinna 2001

Jouko Hautala, toim. Vanhat merkkipäivät. Jyväskylä 1982
Eila Ollikainen, Sinikka Määttä, Mauno Hämäläinen. Hyvvee ja hyvän parasta, Savolainen keittokirja. Saarijärvi 2000

Kesätervehdys apteekista

Me suomalaiset rakastamme kesää. Elämän rytmi ja rutiinit muuttuvat. Liikomme ja olemme ulkona paljon enemmän kuin muina vuodenaikoina. Varkauden katukuvassa yksi mukava muutos on polkupyörällä kulkevien määrän lisääntyminen. Ilman autoa liikkuvat ihmiset luovat kaupunkiin eloisuutta ja kesämeininkiä. Valo ja lämpö saavat ihmeitä aikaan. Kiitos vuodenaikojen kierrolle, kiitos auringolle!

Ulkona oleminen tuo muutoksia lääkekaapin tai kesämenossa mukana pidettävän lääkeliikkeen sisältöön. Varustelista riippuu siitä, mitä aikoo tehdä tai kuinka kaukana taajamasta kesäänsä ja lomansa viettää. Sidetarpeet, kaikille sopiva särkylääke, käärmeenpureman ja ampiaisenpiston ensiapulääkitys, kuumemittari, henkilökohtaiset säännöllisesti käytettävät lääkkeet ja aurinkosuojavoiteet ovat listan tärkeimpiä. Aurinkosuoja muistetaan levitellä iholle etelän matkakohteissa, mutta kotimaassa taitaa tilanne olla toinen. Ensimmäisinä helteisenlämpiminä kesäpäivinä heitämme paidan pois ja nautimme lämmöstä. Joskus nautiskelu jatkuu liian kauan ilman aurinkosuojaa tai luottaen liikaa aurinkosuojavoiteeseen ja iho pääsee palamaan. Toistuva palaminen lisää ihosyöpärisiä. Ensivuoksi auringon polttamalle iholle käy viileä vesi ja viilentävät voiteet ja hoidoksi perus- ja kortisonivoiteet.

Talvella emme keskustele hyönteisistä, mutta keväällä keskustelu viriää taas. Ensimmäiset itikat iholla saattavat kiroiluttaa. Kesän mittaan hyttysasia asettuu ajatuk-

sissamme oikeisiin mittasuhteisiin. Totumme itikoihin edellisten kesien kokemuksella. Ja onhan hyttyskarotteet olemassa ja antihistamiinit puremaoireiden ennaltaehkäisyyn ja hoitoon ja kortisonivoide iho-oireiden helpottamiseen. Punkit heräsivät kesään tavallista aikaisemmin kuluneena keväänä. Moni lemmikinomistaja onkin jo suojannut koiransa tai kissansa näiltä äänettömiltä hiiptäjiltä punkkipannalla tai lääkeliuoksella. Ihmisten käyttöön ei ole punkkikarkotinta. Jokaisen, joka liikkuu kesällä metsässä tai heinikoissa, kannatta tehdä koko kehon punkkitarkastus samana päivänä ja irrotella ihoon kiinni tarttuneet punkit. Punkinpoimija on kätevä apuväline irrottamiseen eikä se paina paljoa retkirepussa.

Reippaat, ehkäpä haasteita ja riskejäkin ottavat kesäliikkuajat, sulkavansoutajat ja maratonaarit tietävät kokemuksesta, mitä tarvitsevat. Liikuntaa he eivät jätä väliin esim. rakkojen pelossa, sillä rakkojen muodostumista voi ennaltaehkäistä. Mahdollisen loukkaantumisen ensiapuvälineet ovat heillä mukana. Myös tavallisen kesäliikkuajan ja mökkiveneen soutuajan oloa helpottavat tarpeen tullen rakonesto- ja hoitotuotteet sekä nivel- ja lihasvammojen ensiavussa kylmäpakkaus ja puristusside. Osa kesän hyvinvointituotteista ovat kuin vakuutus: ne kannattaa varata ennakolta.

Keskustelemalla asiakkaiden kanssa selvitämme, mitä kukin tarvitsee, mikä on käytännöllistä.

Kevät on siivouksen aikaa. Ainakin kerran vuodessa kannattaa

tehdä myös lääkekaapin suursiivous. Vanhentuneet, lääkityksen muututtua käyttämättä jääneet tai mökillä talvella jäätyneet ja kostuneet lääkkeet ovat ongelmajätettä, jonka voi tuoda apteekkiin. Väärin säilytetyn lääkkeen laatua ja tehoa ei valmistaja takaa, vaikka käytetty ennen -merkinnän mukaan käyttöaikaa olisikin vielä jäljellä. Lääkejätteen lajitteluohjeita voi kysyä apteekista.

Meiltä apteekista kysytään joskus, palvelemmeko normaalisti läpi kesän. Vastaus on kyllä. Kesä ei tuo muutosta palveluihin, aukioloaikoihin eikä Varkauden apteekkien päivystysviikkojen kiertoon. Tiedot löytyvät netistä ja päivystyskalenterista, joita saa apteekista. Kalenteri taittuu vaivatta taskuun tai lompakoon. Varkauden terveyskeskuksen Taulumäen ja Käpykankaan terveysasemat sulkeutuvat edellisten kesien tapaan juhannuksen jälkeen seitsemän viikon ajaksi. Siispä säännöllisesti käytettävien lääkkeiden reseptien uusinnat kannattaa pyytää riittävän ajoissa ennen juhannusta. Kuljetamme tuttuun tapaan reseptejä uusittavaksi terveysasemille. Kiireellistä hoitoa vaativissa vaivoissa ja reseptien uusinnassa, joihin ei voi varautua, saa toki apua läpi kesän. Koko Suomi ei mene heinäkuuksi kiinni, vaikka jo kuluneeksi käynyt väite niin kertoo.

Meillä kaikilla on odotuksia ja toiveita kesään liittyen. Toivotaan, että odotuksemme täyttyvät. Oikein hyvää kesää kaikille toivottaen

Sari Majjanen
proviisori, Taulumäen Apteekki

Itä-Suomen Pelastushelikopterin Tuki Ry:n puheenjohtaja Arto Seppälä

"Ilmari – "amatööristä ammattilaiseksi"!

Kun pyydän koko 2000-luvun Ilmarin tukiyhdistyksen puheenjohtajana toiminutta **Arto Seppälää** arvioimaan, miten Ilmarin ja sen tukiyhdistyksen toiminta on muuttunut tuona aikana, vastausta ei tarvitse kauaa odotella:

- Kaari on tosi upea, koska toiminnallisella puolella on harpattu niin paljon eteenpäin. Toimintahan täyttää kaikki laatukriteerit, ja uutta osaamista on tullut aivan valtavasti. Uskon, että Ilmarin potilas ja asiakas ovat tosi hyvässä hoidossa! Tämän Ilmarin seitsemän vuoden ajanjakson voisi kiteyttää sanaparilla

"amatööristä ammattilaiseksi". Ja aikajanalla katsottuna kaikki on tapahtunut lyhyenä aikana.

Arto Seppälä viittaa Itä-Suomen lääkäri- ja pelastushelikopteri Ilmarin värikkääseen historiaan. Kymmenen toimintavuoden aikana on näet käyty useampikin "helikopterisota"; milloin on käyty kiistaa helikopterin paikasta, rahoituksesta tai jopa olemassaolosta.

- Ja ensihoitajien sijoituspaikasta, hän lisää. - Nyt on löydetty heidän sijoituspaikakseen Etelä-Savon pelastuslaitos ja sitoutuminen on ollut ihan toisenlaista. Ja kyllä on korostettava sitä osaamista, mitä lääkärit ovat tuoneet Ilmarin toimintaan. Sehän on upea juttu, kun lääkäri vieään paikalle tai sairaankuljettaja voi konsultoida hänen kanssaan.

Media vahvana tukena

Puheenjohtaja Seppälä painottaa, että eritoten lehdistö, mutta myös muu media, on koko ajan olleet vahvasti meidän puolellamme kun näitä "taisteluita" on käyty.

- Erityisesti on kiitettävä median panosta vuoden 2005 kesällä, jolloin käytiin kädenväntöä sairaanhoitopiirin kanssa Ilmarin rahoituksesta. Välillä tuntui, ettei ollut yhtään tukijaa, mutta media jaksoi tukea meitä ja loi painetta ihan aidosti! Ja sillä on painoarvoa tosi paljon tällaisessa tilanteessa.

- Ei pidä unohtaa, miten paljon - median ohella - myös kentällä tapahtuva toiminta on ollut autta-

massa ja vienyt myönteistä viestiä eteenpäin. Vielä 90-luvulla saatettiin ajatella, että lääkäri- ja pelastushelikopteritoimintaa on vain pääkaupunkiseudulla, mutta täällähän sitä nimenomaan tarvitaan. Täällä, Kehä 3:n ulkopuolella, missä ovat pitkät etäisyydet ja paljon vesistöjä, Ilmari on oiva väline.

Euroopan vilkkain!

Itä-Suomen pelastushelikopteri aloitti toimintansa syyskuussa vuonna 1997, ja tuolloin vajaa neljän kuukauden aikana kopterille kirjattiin 114 hälytystä. Viime vuonna lääkäri- ja pelastushelikopteri Ilmari ja sen maayksikkö saivat 2 512 tehtävää. Vuosina 1997 - 2006 on kirjattu yhteensä 11 216 hälytystehtävää! Tilastojen valossa Ilmarin tukikohta onkin yksi Euroopan vilkkaimmista - ja toiminta-alueen asukaslukuun verrattuna ilmeisesti vilkkain!

- Näinkin suureksi kasvaneen toiminnan on mahdollistanut Ilmarin upea henkilöstö. Mutta tässä yhteydessä on ehdottomasti mainittava - Varkauden kaupungin ja itäsuomalaisen asukkaiden ohella - kansanedustaja Kari Rajamäen osuus toiminnan käynnistämässä ja myöhemmin Ilmarin vankkumattomana puolesta puhujana.

- Korostan myös edellisen hallituksen sitoutumista pelastushelikopteritoimintaan. Asioita, mahdollisuuksia ja eri vaihtoehtoja selvitettiin, ja pidettiin keskustelua



yllä. Ja toki muodostettu työryhmäkin on vienyt tätä hyvää asiaa eteenpäin. Omasta helikopterista on haluttu pitää kiinni; vaikka tukikohtakeskusteluja on käyty, on aina palattu takaisin Varkauden lentokentälle Joroisiin.

Ensi syksynä juhlietaan Itä-Suomen ikioman pelastushelikopterin 10-vuotistaivalta. Miltä sitten tulevaisuus näyttää, puheenjohtaja Arto Seppälä?

-Toiminta on vakiintunut ja on nykyisin ammattimaisella tasolla. Minulla on vahva luottamus siihen, että valtiovalta tulee jatkossa sitoutumaan tähän entistä paremmin.

Teksti:
Martti Kähkönen



Itä-Suomen Pelastushelikopterin Tuki Ry:n toimisto ja myymälä

Osoite:
Kiertotie 5, 78210 Varkaus
Puhelin: 010 549 700
Faksi: (017) 551 2566

www.ilmarihems.fi

Pankkitili: OP 550039-239300
Keräyslupnumero: ESLH-2006-10893/Tu-52
(voimassa 1.11.2006 - 31.10.2008 koko maa Ahvenanmaata lukuottamatta)

Pidetään yhdessä Ilmari ilmassa!