

Tarpeeksi vanha kuolemaan?

Ilona Pajari

Vapaa tutkija, sosiaalihistorian dosentti

Barbara Ehrenreich, *Natural Causes. An Epidemic of Wellness, the Certainty of Dying, and Killing Ourselves to Live Longer*. Twelve, New York ja Boston, 2018. 234 sivua.

Kuoleman vältteleminen on nykyihmisen aktiviteeteista hallitsevimpiä. Mistä muusta syystä söisimme terveellisesti, kuntoilisimme rasitusvammoihin saakka, tutkisimme genejämme ja ajattelisimme positiivisesti hampaat irvessä? Toki elämänlaatu sinänsä on tavoittelemisen arvoinen asia, mutta kuoleman lykkääminen mahdollisimman kauaksi on tunnustettu tavoite yksilöiden ja kansanterveyden tasolla. Keskimääräinen elinikä kertoo väestön hyvinvoinnista, kokonaisuutena ja eri ryhmien kohdalla. Tulotaso, koulutus, asuinpaikka ja sukupuoli vaikuttavat kaikki siihen, missä iässä ja miten ihminen todennäköisimmin kuolee.

Barbara Ehrenreichin teos *Natural Causes* on ansioistaan huolimatta melko niukka näiden yhteiskunnallisten erojen suhteen. Yhdysvaltain köyhän valkoihoisen väestön viimeaikainen kuolleisuuden nousu on kiinnostava ilmiö, johon Ehrenreich lyhyesti paneutuu. Köyhyys itsessään on kuolleisuutta nostava tekijä, mutta köyhyyteen sisältyvä toivottomuus ja tulevaisuudenuskon katoaminen lisäävät sitä usein dramaattisesti. Tämä on havaittu niin eri seutujen alkuperäiskansojen keskuudessa kuin Venäjällä Neuvostoliiton hajoamisen jälkeen, ja nyt Yhdysvalloissa.

Ehrenreich on kirjoittanut amerikkalaisen yhteiskunnan merkillisyyksistä paljon aiemmissa teoksissaan, joten asian vähäinen käsittely tässä teoksessa on sikäli

perusteltua. Terveysthuollon osalta hän keskittyy luonnollisesti lähinnä Yhdysvaltain tilanteeseen, jossa kunkin henkilön vakuutuksen kattavuus määrittää hänen saamiensa tutkimusten ja hoidon määrän, ainakin ellei rahaa ole loputtomasti käytettävissä.

Ehrenreich ei sitä aivan suoraan sano, mutta suomalaiselle lukijalle syntyy käsitys monien, jatkuvasti toistuvien tutkimusten pakollisuudesta, jotta vakuutusta voidaan jatkaa. Tämä koskee erityisesti laajasti vakuutettua väestönosaa eli keski- ja yläluokkaa. Näistä tutkimuksista lääkärit ja sairaalat saavat tulonsa, koska vakuutusyhtiöt ovat valmiit maksamaan ne.

Media lehdistöstä viihteeseen saakka taas on täynnä tarinoita amerikkalaisista, joiden sairastaminen tuhoaa perheen talouden, kun vakuutus ei kata hoitokuluja. Teoksen ”me” on kuitenkin selvästi ylempi keskiluokka, jolla on suurimmat taloudelliset mahdollisuudet ja sosiaaliset paineet ylläpitää terveyttään kaikin keinoin.

Natural Causes kokoaa yhteen, joskus hieman hajanaisen tuntuisesti, erilaiset kuoleman lykkäämiseen pyrkivät keinot. Loputtomat tutkimukset on jo mainittu, samoin kuntoilun eli tyylikkäämmin sanottuna fitnessin valtavirtaistuminen ja suoranainen pakollisuus. Mielen hallinta, jonka monet tuntevat parhaiten – samoin englanninkielisellä termillä – mindfulnessina, tähtää henkisen hyvinvoinnin ja aivokapasiteetin tehokkaan käytön lisäksi fyysisen hyvinvoinnin lisäämiseen.

Kehoaan pitää kuunnella. Tämä on jo perustietoutta melkeinpä kaikille. Mutta miten hyvin kehoaan – tai lääkäreitä – kuunteli vaikkapa Steve Jobs, jonka lähinnä hedelmistä koostunut ruokavalio Ehrenreichin mukaan jopa pahensi hänen haimasyöpäänsä? Piilaakso on mindfulnessin kehto, ja kuolemattomuuspyrkimykset ovat siellä erityisen voimakkaita, transhumanismin usko vanhenemisen vapaaehtoisuuteen suosittua. Keho on tässä ajatussuuntauksessa kuitenkin vain mielen väline, ja keho voidaan vaihtaa uuteen, jos ja kun teknologia sen sallii.

Ehrenreich käyttää runsaasti tieteellistä tutkimustietoa teoksensa taustalla. Hän kertoo aluksi, miten on oman ikääntymisensä myötä päättänyt jättää turhiksi tietämänsä

tutkimukset omalta osaltaan väliin. Olisin odottanut, että tähän teemaan olisi palattu teoksen lopussa hieman tarkemmin. Toki Ehrenreich päättää teoksen kauniin lyyrisesti ajatukseen siitä, miten minuudesta luopuminen on osa kuoleman hyväksymistä – vaikka minun elämäni ei jatku, maailma jatkuu ja se on helpottava eikä pelottava ajatus.

Kuolemanpelon lievittämiseksi tehtyjä kokeita psykedeeleillä Ehrenreich pitää osoituksena siitä, miten minuus, tuo nykyihmisen tärkein omaisuus ja jatkuva kehittämiskohde, nimenomaan saa ihmisen pelkäämään kuolemaa. Onko maailma ilman minua mahdollinen? Voiko minun maailmani kadota? Psykedeelien tuoma kokemus sulautumisesta ja minuuden katoamisesta on tutkimuksissa saanut esimerkiksi parantumattomasti sairaiden kuolemanpelon katoamaan tai huomattavasti vähenemään.¹

Ihmisen kyky hallita kuolemaa ja kuolevaisuutta on viimeisten vuosikymmenten aikana siirtynyt uskonnollisista keinoista lääketieteeseen. Ehrenreich kuvaa laajasti sitä, miten lääketiede pystyy kyllä tekemään monenlaisia asioita ihmisen parantamiseksi, mutta sairauksien estäminen on paljon vaikeampaa. Ihmiskeho voi toimia myös itseään vastaan: hyvälaatuiset solut voivat muuttua pahanlaatuisiksi kasvaimiksi ja syöjäsolut eli makrofagit ryhtyä jopa yllyttämään syöpäsoluja leviämään. Immuunipuolustus voi kääntyä ihmistä vastaan, kuten diabeteksessa. Elimistö ei vain yksissä tuumin yritä selviytyä, vaan sen sisällä on monenlaisia pyrkimyksiä. Vai voiko yksittäisellä solulla olla pyrkimyksiä? Tätä Ehrenreich pohtii pitkään, onhan se valtavirran tiedenäkemysten vastaista.

Hän päätyy siihen, että kenties animistiset esi-isämme olivat jossain määrin oikeassa ja maailma kuhisee elämää kaikilla tasoilla, joskus myös tietoista toimintaa. Yksijumalaisten uskontojen ja niiden yhä tiukemmin monoteististen muotojen kehittyminen edelsi luonnontieteen valta-asemaa. Samaan aikaan kehittyi minuuden (*self*) käsite, ja itsen esille tuomisesta, analysoinnista ja tarkkailusta alkoi mindfulnessiin päättyvä kehitys. Näitä asioita on toisissa yhteyksissä käsitelty paljon laajemmin ja

¹ Kupferschmidt 2016.

syvämmisemmin, ja tuntuu kuin Ehrenreichilla olisi tullut teoksen lopussa jo hieman kiire, tai halu tehdä suurempia johtopäätöksiä puuttui.

Tai sitten hän arveli kirjan sisällön puhuvan puolestaan. Ehrenreich ei puutu viime vuosien ja vuosikymmenten hyvä kuolema -keskusteluun, ei saattohoitoon eikä sairaalakuoleman ongelmiin. Hänen painotuksensa on toisaalla: kuvitelmassa, että kuoleman voisi jotenkin voittaa hallitsemalla ruumistaan ja mieltään tehokkaasti. Onnistuneen vanhenemisen käsite kuvastaa tätä ajattelua. Kuolema on ehkä sittenkin väistämätön, mutta siihen halutaan päätyä pitkän ajan päästä, nopeasti ja tehokkaasti. Epäonnistunut vanheneminen on vaivojen rampauttamaa, kivuliasta ja avuttomuuden leimaamaa. Aktiivinen seniori pitää jokaisen oleman, kunnes kuolee tyylikkäästi lyhyen sairauden jälkeen.

Natural Causes käsittelee nimensä mukaisesti hyvin pitkälti elimistön toimintaa ja perustuu luonnontieteiden tutkimuksiin. Olisin humanistis-yhteiskuntatieteellisenä tutkijana odottanut siltä hieman laajempaa paneutumista siihen, miten tutkimustieto suhteutuu ihmisten mielikuviin kuolemaan johtavista syistä.

Kuoleman luonnollisuus ei ole nykykulttuurissa, edes tai varsinkaan Yhdysvalloissa niin outo asia kuin Ehrenreichin teos antaa ymmärtää. Pikemminkin teos itsessään on osa liikehdintää, jossa kuolemaa ei enää haluta lykätä kaikin keinoin mahdollisimman kauaksi, eikä peitellä kuoleman todellisuutta. Ainakin Suomessa lääkärit perinteisesti naurahtavat määrätessään yli 80-vuotialle potilaalle lääkkeitä, joilla saattaa olla sivuvaikutuksia kymmenen vuoden käytön jälkeen, eivätkä systemaattisesti kiellä kaikkia herkkuja iäkkäiltä ihmisiltä. Pikemminkin käskevät syömään kunnolla ja edes jotain.

Onnistunut ikääntyminen toki kiinnostaa meilläkin, onhan vanhustenhuollon todellisuus joskus karkea, eikä kukaan halua odotella kuolemaa vuosikausia laitoksessa. Mutta siihen eivät, kuten Ehrenreich muistuttaa, auta vain omat parhaat

pyrkimykset. Ihmisen elimistö elää sananmukaisesti omaa elämäänsä, joskus sairastuen ominkin päin ilman ulkoisia ärsykeitä.

Juuri tämä harmonian ja hallittavuuden puute on Ehrenreichin teoksen keskeinen teesi. Monien sairauksien syntymekanismit ovat edelleen epäselviä, eikä terveys ole reilu ja tasapuolinen asia. Kuolema on ohjelmoitu meihin kaikkiin, ja toiset se kohtaa aiemmin kuin toiset. Ajatus siitä, että kuolemakin ”on vain itsestä kiinni”, on paikkansapitämätön ja myös julma.

Kuolemaa pidetään ”taistelun häviämisenä”, millä tuodaan suorastaan sotilaallista mystiikkaa tilanteeseen jossa lääketieteen keinot eivät riittäneet ja elimistön omat mekanismit jopa pahensivat tilannetta. Ehrenreich toteaa, että ajatus vaikkapa syöpää vastaan taistelevasta kehosta pitää vain osittain paikkansa. Solujen toiminta on paljon monimutkaisempaa, ja vaikkapa Wikipedian edelleen täysin hyväntahtoisina pitämät syöjäsolut eli makrofagit voivat kääntyä pahiksiksi tilaisuuden tullen.²

Samoin psyyke, johon moni luottaa nykyään rajattomasti, voi tehdä tepposet ja ohjelmoida kuoleman ihmiseen.

The philosopher/immunologist Albert Tauber wrote of the self as a metaphor for the immune system, but that metaphor can be turned around to say that the immune system is a metaphor of the self. Its ostensible job is the defense of the organism, but it is potentially a treacherous defender, like the Praetorian guard that turns its swords against the emperor. Just as the immune system can unleash the inflammations that ultimately kill us, the self can pick at a psychic scar – until a detectable illness appears, such as obsessive-compulsive disorder, depression or crippling anxiety.

Tiivistäen kääntäen: psyyke voi olla immuunijärjestelmän vertauskuva, kuten immuunijärjestelmän voi nähdä psyyken vertauskuvana. Kummankin tehtävä on suojella elävää olentoa, mutta molemmat voivat kääntyä sitä vastaan.

² Ks. *Wikipedia*-artikkeli ”Makrofagi”.

Immuunijärjestelmä voi kehittää tappavan tulehduksen ja psyyke taas pakko-oireita, masennuksen tai ahdistuksen.

Ehrenreich ei ehdota, että luopuisimme lääketieteestä, hoidoista tai edes myönteisestä ajattelusta. Sen sijaan hän esittää, että jossain iässä – hänen oman kokemuksensa mukaan yli 70-vuotiaana – ihminen voi ja saa jo kokea olevansa tarpeeksi vanha kuolemaan. Jokainen epäilemättä arvioi tilanteensa itse, ja kuten eutanasiainkin tapauksessa, kaltevan pinnan argumentti on helppo esittää. Eli tietynikäisiä ihmisiä ei enää hoidettaisi kunnolla, ei tutkittaisi eikä terapoitaisi, vaan ajateltaisiin heidän jo joutavan kuolla.

Ehrenreichin teoksen päätelmä onkin vielä hyvissä voimissa olevan, elämäänsä hallitsevan ihmisen ajattelua. Hänen kokoamansa kuolemaan suhtautumisen ja kuoleman fyysisen todellisuuden tekijät ovat mielenkiintoinen ajankuva ja varsinkin lääketieteestä kiinnostuneelle maallikolle avartava tietopaketti. Kuolemantutkimuksesta ja erilaisista kuolemamyönteisyyden keskusteluista Ehrenreichin teos on kuitenkin melkoisen tietämätön. Ne eivät ehkä olisi kuuluneet aiheeseen, mutta nekin ovat osa aikaa, jossa ihmiset sinnittelevät eläkkeeseen mahdollisimman terveinä mahdollisimman pitkään – joskus turhaan.

Kirjoittaja:

Ilona Pajari on vapaa tutkija ja sosiaalhistorian dosentti Jyväskylän yliopistossa. Hänen tutkimusaiheisiinsa kuuluvat suomalaisten hautajaisten historia, toisen maailmansodan aikainen sankarikuolemankulttuuri, suomalaiset hautausmaat sekä uskonnoton hautajaiskulttuuri Suomessa.

Lähteet

Kupferschmidt, Kai. 2016. "Hallucinogenic Drugs Help Cancer Patients Deal with Their Fear of Death." *Science*, December 1, 2016. Haettu 12.06.2019.

<https://www.sciencemag.org/news/2016/12/hallucinogenic-drugs-help-cancer-patients-deal-their-fear-death>

"Makrofagi," *Wikipedia*. Haettu 12.06.2019.

<https://fi.wikipedia.org/w/index.php?title=Makrofagi&oldid=16927042>