



Kirja-arvio: Tietokirja ketamiinista, sen käytöstä ja aikaansaamista kokemuksista

Karl Jansen (2001/2004) *Ketamine: Dreams and Realities*. Second Edition. Sarasota, FL: MAPS. 355 s.

Sari Sjöberg

Miten kummassa anestesia-aineena tunnettu ketamiini voi kiinnostaa laittomien aineiden viihdekäyttäjää? Miten nukutusainetta muka voi käyttää huumeena? Millä tavalla ketamiinin aikaansaamat vaikutukset muistuttavat kuolemanläheisyyskokemuksia? Näitä ja monta muuta kiinnostavaa kysymystä selvittää englantilainen neurofarmakologi ja psykiatri Karl Jansen selkeässä ja informatiivisessa kirjassaan *Ketamine: Dreams and Realities*.

Jansenia voi varauksetta pitää yhtenä johtavista ketamiiniasiantuntijoista. Nykyään Lontoossa psykiatrina toimiva Jansen on aiemmin tutkinut ketamiinin aineenvaihduntaa ja tehnyt reseptoritutkimusta Oxfordin yliopistossa. Kirjaa varten hän tutustui aiheeseen myös kenttätöitä tekevänä antropologina: hänellä oli lehti-ilmoituksia, joissa hän etsi haastateltavaksi ketamiinia käyttäviä tai sitä käyttäneitä henkilöitä. Lisäksi hän tapasi ja haastatteli potilaita ja potilaiden lääkäreitä, joilla oli kokemusta ketamiinista anestesiassa. Haastattelujen ohella hän on hyödyntänyt tutkimusmateriaalina myös lehtijuttuja ja populaarikulttuurista aineistoa.

Jansen on jakanut kirjan kolmeen pääosaan. Ensimmäisen osan hän on nimennyt "Valoisaksi puoleksi". Siinä hän tarkastelee ketamiinin historian ja lääkinnällisen käytön ohella sen viihdekäyttöä eli sen käyttöä ilman lääketieteellistä indikaatiota, vaikutuksia ja aikaansaamia kokemuksia sekä pohdii niitä kuolemanläheisyyskokemusten ja kvanttifysiikkaan perustuvien teorioiden valossa. Toisessa osassa, joka on nimetty "Synkäksi puoleksi", Jansen kartoittaa ketamiinin kääntöpuolta ja sen kielteisiä vaikutuksia, sen aiheuttamaa riippuvuutta, epämiellyttäviä ja ei-toivottuja kokemuksia, pakonomaisen käytön seurauksia, ketamiiniriippuvuudesta toipumista, mutta myös sitä, millä tavalla viihdekäytön haittavaikutuksia ja riskejä voidaan vähentää. Kolmas, "Ykseydeksi" nimetty osa, käsittelee ketamiinin käyttöä alkoholi- ja opiaattiriippuvuuden hoidossa.

KETAMIINI ANESTEETTINA JA "PSYKEDEELISENÄ" HUUMAUSAINENA

Jansen lähtee liikkeelle ketamiinin alkuvaiheista. Se kehitettiin vuonna 1962 etenkin 1950-luvulla anestesikäytössä olleen fensyklidiinin tilalle, joka aiheutti erittäin paljon kielteisiä vaikutuksia heräämisen yhteydessä. Jansenin tekemät haastattelut paljastivat, että ketamiinin ei-lääketieteellistä käyttöä esiintyi ensimmäisiä kertoja jo vuosina 1967–1968, kun lääkeyhtiö Parke-Davis oli patentoinut ketamiinin ihmis- ja eläinlääketieteelliseen käyttöön vain vuotta aikaisemmin eli vuonna 1966. Sen viihdekäyttö esimerkiksi Yhdysvalloissa oli jo 1970-luvulla FDA:n tiedossa. Jansen tekee myös pikakatsauksen lainsäädännön kehittymiseen. Hänen huomionsa keskittyvät luonnollisesti Ison-Britannian ja Yhdysvaltojen tilanteeseen. Ketamiini on myös Suomessa anestesikäytössä ja pieninä annoksina sitä voidaan käyttää kivun hoitoon. Käytön haittana pidetään heräämiseen liittyviä epämiellyttäviä unia ja hallusinaatioita.

Ketamiinin viihdekäytön historiaa Jansen valottaa kahden amerikkalaisen hyvin tunnetun alan pioneerin Marcia Mooren (1928–1979) ja John C. Lillyn (1915–2001) kautta. Harvardin käynyt Marcia Moore oli kuuluisa astrologi, New Age –kirjailija ja terapeutti. Moore kirjoitti ketamiinikokemuksistaan kirjan *Journeys into the Bright World* (1978). Siinä Moore kutsuu itseään "Jumalatar Ketamiinin Papittareksi" ja kuvaa kokemustensa eri tasoja, joihin hän on hakenut inspiraatiota hindulaisuudesta. Ketamiini koitui lopulta Mooren kohtaloksi. John C. Lilly taas oli koulutukseltaan lääketieteen tohtori, joka teki elämäntyötään muun muassa aivo- ja delfiinitutkimuksen parissa. Hän oli 1950-luvulla mukana kehittämässä kelluntatankkia, jonka ideana oli luoda täydellinen sensorinen deprivatio eli tila, jossa kaikki ulkoa tulevat aistiärsykkeet on suljettu pois ja tällä tavoin aikaansaada muuntuneita tajunnantiloja. Lilly vietti itse kelluntatankissa pitkiä aikoja sekä ketamiinin vaikutuksen alaisena (Jansenin mukaan Lilly on luultavasti maailman eniten ketamiinia käyttänyt henkilö) että "selvin päin". Jansen tapasi vuonna 1998 Lillyn, jonka kanssa käymänsä keskustelun hän on sisällyttänyt kirjaan.

Ketamiinin käyttö alkoi yleistyä laajemmin vasta 1980-luvun lopulta alkaen, kun uusi juhlimiskulttuuri (joka tunnetaan myös tekno- tai ravekulttuurina) alkoi saavuttaa suosiota. 1990-luvun loppupuolella ketamiini, joka tunnettiin nyt sellaisilla lempinimillä kuin "Kit-Kat", "Special" tai "Vitamin K" tai yksinkertaisesti vain "K", alkoi näkyä myös populaarimusiikissa epäsuorina viittauksina kappaleiden tai levyjen nimissä ja sanoituksissa, ja se oli teemana myös joissakin televisiosarjoissa ja elokuvissa. Samaan aikaan ketamiini herätti myös median kiinnostuksen ja se pääsi monien lehtien etukansaiheeksi.

Jos ja kun ketamiinin anestesikäytössä sen mahdolliset psyykkiset sivuvaikutukset koetaan ongelmallisina, mutta juuri näiden sivuvaikutusten takia sitä kohtaan koetaan kiinnostusta viihdekäytössä – niin millaisia vaikutuksia sillä sitten on ja millaisia kokemuksia se aikaansaa? Ketamiini saa aikaan niin sanotun dissosiativisen anestesian. Sillä tarkoitetaan tilaa, jossa henkilö ei tunne kipua eikä reagoi ulkomaailman ärsykkeisiin, mutta silti elintärkeät refleksit, kuten esimerkiksi hengitystoiminnot säilyvät. Dissosiativisen tilan syvyys on annosriippuvainen: viihdekäytössä annokset ovat pienempiä

kuin nukutusikäytössä, jossa pyritään aina täydelliseen anestesiaan. Pienet annokset voivat pelkästään stimuloida. Jansenin mukaan myös käyttötapa (nasaalinen, rektaalinen tai injektio) vaikuttaa kokemuksen kestoon ja syvyyteen.

Ei varmaankaan ole turhaa korostaa sitä, että psykedeelisiä huumeita tai ketamiinin kaltaisia aineita käytettäessä käyttömotiiveissa painottuvat erilaisten psyykkisten kokemusten tavoittelu ja etsiminen, ei fysiologisen mielihyvän tai euforian tunteen saaminen. Kuvatessaan ketamiinin aikaansaamaa kokemusta Jansen on käyttänyt paljon lainauksia informanteiltaan. Monissa Jansenin esiin nostamissa informanttien kokemuksissa tulee esiin rauhan tai ilon ja onnellisuuden tunne, tunnelin kokeminen, pyörivä liike, siirtyminen toiseen todellisuuteen, valon tai valo-olennon kohtaaminen ja tunne oman kehon menettämisestä ja tajunnan irtaantumisesta kehosta. Ikuisuus tuntuu olevan läsnä. Kokija on usein hyvin vakuuttunut siitä, että on kuollut. Jansen ei sen enempää analysoi näitä kokemuksia, mutta tällaisessa tietokirjatyyppisessä esityksessä ei tarvitsekaan.

Jansen tuo selvästi esiin sen, ettei ketamiinia voi suoralta kädeltä verrata LSD:hen, tunnetuimpaan ja tutkituimpaan hallusinogeeniin, jonka käyttöön ja käyttömotiiveihin ketamiini usein helposti yhdistetään. Sekä ketamiinin vaikutukset että sen neurofarmakologinen vaikutusmekanismi eroavat klassisista psykedeelisistä huumeista. Vaikka joitain yhtäläisyyksiä löytyykin, eroavuudet ovat merkittävämpiä. Jansenin mukaan kasvipööräinen ibogaiini voisi olla lähimpänä ketamiinin vaikutusta. Hän käyttääkin kirjassa termiä psykedeelinen merkityksessä "tajuntaa valaiseva tai paljastava" (mind-revealing). Siksi itse käytän tässä kirjoituksessa sanassa "psykedeelinen" lainausmerkkejä, mikäli viitataan sillä Jansenin määritelmään.

Edellä mainitun valoisan puolen lisäksi ketamiinilla on myös synkkä kääntöpuolensa, joka pahimmillaan voi olla lähestulkoon pimeä. Jansen ei väheksy ketamiinin kielteisiä vaikutuksia ja haittoja. Päinvastoin. Hän varoittaa jyrkin sanoin sen vaaroista. Käytöstä seuraava välitön vaara liittyy etenkin suureen annokseen: koska suuren annoksen vaikutuksen alaisena on mahdoton reagoida ulkomaailman ärsykkeisiin, epäsuotuisat olosuhteet voivat johtaa vaaratilanteisiin. Toisin kuin klassiset psykedeeliset huumeet, ketamiini voi aiheuttaa myös vaikeaa psyykkistä riippuvuutta. Kirjan toinen osa, puolet kirjasta, käsittelee ketamiinin pakonomaista käyttöä ja siitä toipumista. Myös tätä Jansen tuo esiin informanttien kokemusten kautta. Joidenkin tutkimusten mukaan ketamiini aiheuttaisi pysyviä muutoksia keskushermostossa, mutta Jansenin mukaan tätä ei ole aukottomasti pystytty todistamaan. Ketamiinin synkästä puolesta huolimatta hän uskoo, että sitä voitaisiin käyttää psykoterapiaprosessissa apuvälineenä. Jansen onkin ohjannut kirjan tuoton 100 %:sti ketamiiniavusteiseen psykoterapiatutkimukseen.

KETAMIINI JA KUOLEMANLÄHEISYYSKOKEMUKSET

Ketamiinin aikaansaama kokemus muistuttaa hyvin paljon kuolemanläheisyyskokemusta tunneleinen, valon kokemuksineen ja toisine todellisuuksineen. Jansenin mukaan ketamiinilla onkin mahdollista saada aikaan kaikki klassisen kuolemanläheisyyskokemuksen fenomenologiset piirteet, mikäli annostuksen lisäksi set (johon kuuluu kokijan senhetkisen mielentilan lisäksi koko persoonallisuus) ja setting (eli paikka ja olosuhteet) ovat oikeanlaiset, vaikkakaan näillä ei yleisesti ottaen ole ketamiinia käytettäessä yhtä suurta merkitystä kuin psykedeelisten aineiden käytön yhteydessä. Jansen tarkastelee kuolemanläheisyyskokemuksia esittelemällä sekä aihepiiristä kirjoitettua populaaria kirjallisuutta että eri filosofisia näkökulmia, joilla näitä kokemuksia on yritetty selittää.

Useissa omissa julkaisuissaan Jansen on käsitellyt ketamiinin keskushermostovaikutuksia ja kuolemanläheisyyskokemuksia ja pohtinut, voisiko kuolemanläheisyyskokemuksille löytyä jokin neurofysiologinen selitys – onhan hän koulutukseltaan lääketieteilijä eikä kulttuurintutkija. Jansenin oman teorian mukaan kuolemanläheisyyskokemus, jonka psyykkiset vaikutukset aivot ikään kuin tuottaisivat vain sivuvaikutuksena, voisi olla aivojen oma suojakeino sitä uhkaavaa fyysistä vauriota vastaan. Neurofarmakologisessa esityksessä hän on pyrkinyt mahdollisimman yksinkertaiseen ilmaisuun. Lähdeviitteet, joita on kymmeniä, on merkitty huolellisesti. Mikäli lukija haluaa syventää tietämystään ketamiinin neurofarmakologiasta, lisätietojen etsiminen ei ole vaikeaa.

Jansen nostaa esiin myös radikaalit – ja taatusti kiistanalaiset – kvanttifysiikkaan perustuvat teorit, joilla on yritetty selittää ketamiinin (ja muiden vastaavien aineiden) vaikutuksia ja aikaansaamia muuntuneita tajunnantiloja. Näiden teorioiden mukaan ketamiinilla (ja muilla vastaavilla aineilla) olisi mahdollista päästä muihin todellisuuksiin. Jansen selvittää ensin vanhaa newtonilaista maailmankuvaa ja sen jälkeen modernin kvanttifysiikan löydöksiä. Tarkemmin hän selvittelee Timothy Learyn asian tiimoilta esittämiä näkemyksiä, vaikka ne hänen mukaansa ovatkin ”melko omituisia, mutta niin on nykyfysiikkakin” (s. 152). Kiinnostavaa on myös lukea, millä tavalla tätä tematiikkaa on hyödynnetty science fiction elokuvissa ja kirjallisuudessa. Vaikka atomien maailmasta onkin todellinen kvanttihypyy ihmisten maailmaan, Jansenin mielestä nämä teorit olisivat siitä huolimatta pohtimisen arvoisia. Aika varovasti (onneksi, se täytyy kai sanoa) hän kuitenkin asiaan suhtautuu.

HERKKUJA USKONTOTIETEILIJÄLLE

Kuolemanläheisyyskokemuksia käsittelevä luku on uskontotieteilijän näkökulmasta katsottuna kirjan kiinnostavin osuus – se on myös kirjan pisin yksittäinen luku. Uskontotieteellä on pitkät perinteet mystiikan tutkimuksessa, jonka piiriin kuolemanläheisyyskokemustenkin voidaan katsoa kuuluvan. Niistä on kirjoitettu lukuisia, mutta valitettavan usein populaareja ja melko kritiikittömiä teoksia, ja nimenomaan juuri tätä kirjallisuutta on myös valitettavan kiitettävästi suomennettu. Aihepiiri on varmaankin monille ainakin jollain tavalla tuttu – kiitos hyvin varustellun kirjastoluokan 15.

Uskonnolliset tai mystiset kokemukset ja kuolemanläheisyyskokemukset liittyvät jollain tavalla aivojen toimintaan, siitä tuskin on epäilystä. Jansen esimerkiksi huomauttaa, ettei Alzheimerin tautia sairastava potilas, jonka tietyt hermosolut ja aivoalueet ovat tuhoutuneet taudin seurauksena, koe ketamiinista tyypillistä kuolemanläheisyyskokemusta.

Erilaiset muuntuneet tajunnantilat, on ne sitten saatu aikaan eri psykoaktiivisilla aineilla tai vaikkapa aiemmin mainitulla kelluntatankilla, herättävät kuitenkin kiinnostavia kysymyksiä. Miksi aivot luovat tällaisia kokemuksia edes sivuvaikutuksena, mikäli oletetaan, että Jansenin teoria pitää paikkansa. Tarvitaanko tällaisia kokemuksia loppujen lopuksi mihinkään? Esimerkiksi onnettomuuden tai sairauskohtauksen yhteydessä kuolemanläheisyyskokemuksen kokeneet sanovat usein kokemuksen vaikuttaneen syvästi heidän elämäänsä ja arvomaailmaansa ja muuttaneen heidän asennettaan ja suhtautumistaan elämään.

Entä millä tavalla pitäisi suhtautua (laittomilla) psykoaktiivisilla aineilla aikaansaatuihin muuntuneen tajunnantilan kokemuksiin? Voisiko ketamiinilla tai muilla samankaltaisilla ”psykedeelisillä” aineilla aikaansaaduilla kokemuksilla olla vastaavanlainen elämänkatsomuksellinen ulottuvuus, vaikka niistä puuttuukin ”aidon” kuolemanläheisyyskokemuksen äkillisyys, yllätyksellisyys – ja viime kädessä kuolemalta pelastuminen kokijan kokiessa, että saakin jatkaa elämäänsä? On aivan liian näkemyksetöntä leimata suoralta kädeltä ainakin laittomilla aineilla aikaansaadut kokemukset aivojen häiriötilaksi, siis huumeiden (sic!) aiheuttamiksi merkityksettömiksi harhoiksi ja osoitukseksi mielenhäiriöstä, jolla ei olisi mitään psykodynaamista merkitystä kokijalle itselleen – tai miksei jopa ympäröivälle kulttuurille.

Kun Jansen siteeraa Lester Grinspoonia ja James B. Bakalaria teoksessa *Psychedelic Drugs Reconsidered* (1979/1997): ”A psychedelic drug -- tell[s] us more about how mind constructs reality, personality, a sense of meaning and sacredness, and other features of the mental landscape, without necessarily inducing a toxic delirium.” (s. 40), ei oikeastaan voi olla eri mieltä. Erilaiset psykoaktiiviset aineet ja niiden aikaansaamat vaikutukset, tai joillekin aineille ominaiset suoranaiset kokemukset, voisivat tuoda paljonkin lisävalaistusta muun muassa aivotutkimukseen, eikä pelkästään neurofarmakologisesta näkökulmasta katsottuna.

Myös kokemusten sisältö, vaikka se subjektiivista onkin ja siten perinteisen tieteellisen mielenkiinnon ulkopuolella, olisi tutkimuksen arvoista. Ennakkoluulot ovat kuitenkin juurtuneet syvään, ja luonnollisesti myös lainsäädännölliset seikat estävät tutkimusta. Ketamiini tosin on tässä mielessä toisenlaisessa asemassa, koska sillä on jo virallinen status hyväksyttynä lääkeaineena.

KATTAVA JA KIINNOSTAVA TIETOPAKETTI AIHEPIIRISTÄ

Jansen on onnistunut kokoamaan yksien kansien väliin kokonaisuutensa ketamiinista, sen psykoaktiivisista vaikutuksista, ei-lääketieteellisestä käytöstä ja ketamiinin käyttäjistä eri konteksteissa unohtamatta ketamiinin kielteisiä puolia. Hän on tutustunut aiheeseen monesta eri näkökulmasta käsin: laaja-alainen lähestymistapa on kirjan valttikortti. Kirja ei taida jättää vastaamatta yhteenkään ketamiiniin koskevaan kysymykseen, joita lukijalle on saattanut tulla mieleen kirjaa lukiessa.

Vaikka Jansen kenttätyötä tekikin, kirjaa ei voi pitää varsinaisesti tieteellisenä tutkimuksena. Se on ennen kaikkea yleistajuinen tietokirja ketamiinista ja siihen läheisesti liittyvistä teemoista. Siinä samassa se tarjoaa jonkun verran aihepiiristä myös yleistietoa. Joku voisi tietysti syyttää häntä liiallisesta popularisoinnista. Jansen itse sanoo esipuheessa, että kirja on tarkoitettu maallikolle ja siksi kirjan kielessä on pyritty selkeyteen (s. 14–15). Tässäkin hän on onnistunut hyvin. Lukija ei juuri tarvitse edes perustietoja aiheesta pysyäkseen kärryillä. Kiitoksen kirja ansaitsee mittavasta lähdeluettelosta; viitteitä on kaiken kaikkiaan 635. Kirjan toiseen painokseen on lisätty 39 uutta lähdetä, mutta itse teksti ja sisältö ovat muuten pysyneet samana. Huomattava osa lähteistä on eri lääketieteellisissä lehdissä ilmestyneitä artikkeleja, minkä luulisi tyydyttävän vaativaakin lukijaa. Toisen kiitoksen kirja ansaitsee melko laajasta hakemistosta. Kirjaan kannattaa tutustua jokaisen, joka on kiinnostunut muuntuneista tajunnantiloista ja erilaisista tavanomaisuudesta poikkeavista kokemuksista. Kirjaa kirjoittaessaan Jansenin mielessä oli myös käytöstä koituvien haittojen minimoiminen, koska käyttöä kuitenkin tapahtuu kaikista huumeiden vastaisista kampanjoista huolimatta (s. 17). Suomessa ketamiinin käyttö on vaikuttanut toistaiseksi vähäiseltä. Sitä on löydetty pääsääntöisesti vain takavarikoiduista ekstaasitableteista. Silti myös huumesektorilla työskentelevien kannattaisi tutustua kirjaan – aiheen välillä provosoivasta käsittelytavasta huolimatta.

<http://www.maps.org/kdreams/>

<http://www.ketamine.com/>