



Minä, skeptikko: Anni Saukkola

”Lääkäriin pitää olla siellä, missä potilaatkin: somessa.”

PERHEESEENI KUULUU lääkäripuoliso ja Kyösti-koira. Olemme juuri muuttaneet uuteen kotiin Jyväskylään. Alunperin olen kotoisin Uudeltamaalta Karkkilasta, jossa vietin lapsuuteni ja ison osan nuoruudesta.

Synnyin vuonna 1993 ja kasvoin opettajaperheessä kolmen pikkusisaruksen ja vanhempieni kanssa. Kotimme oli satavuotias puutalo metsän reunalla. Vietin paljon aikaa metsässä ja kiinnostuin luonnosta ja myöhemmin luonnontieteistä.

Lukioikäisenä menin kouluun Espooseen, kun pieni paikkakunta alkoi tuntua ahtaalta. Vierailu lukion fyysiikan ryhmän kanssa hiukkastutkimuskeskus Cernissä Sveitsissä oli vaikuttava kokemus. Cern on ennemminkin kaupunki kuin tutkimuskeskus, ja oli upeaa nähdä, millainen ekosysteemi tutkimuksen ympärille voi kehittyä.

KOKEMUS YLILUONNOLLISESTA VOI OLLA TOSI

LAPSUUDENPERHEEMME ei ollut uskonnollinen, mutta suomalaisen tapaan tapakristitty joulukirkkoineen. Olin mukana seurakunnan toiminnassa nuorena, mutta jälkikäteen ajateltuna siinä oli tärkeintä kaverit ja seura. Muistan pienenä lukeneeni iltarukousta, mutta vahvaa jumaluskhoa minulla ei koskaan ole ollut. Erosin kirkosta aikuistuttuani, koska sen toiminta ei enää tuntunut omalta.

Olin lapsena taikauskoinen. Saatoin ajatella, että jos rappusissa on kolmetoista askelmaa, viimeinen pitää hypätä yli. Tai jos ajattelen jotain pahaa, se voi tapahtua. Jälkikäteen ajateltuna taisin olla herkkä ja hiukan pelokas ja varustettu vilkkaalla mielikuvituksella. Olen aina rakastanut tarinoita ja kaikkien ikäisteni tapaan odotin 11-vuotiaana kutsua Tylypahkaan.

Nykyään ajattelen uskonnoista, että uskonnonvapaus mahdollistaa minulle oikeuden olla uskomatta, mutta yhtä lailla toisille oikeuden uskoa. Joudun joskus muisuttamaan itseäni jälkimmäisestä.

Ajattelen, että uskonnot voivat tuoda ihmisen elämään paljon rikkautta, mm. yhteisöllisyyttä. Minusta on kiinnostavaa tarkastella uskontoja tieteellisestä näkökulmasta ja pohtia, mikä saa ihmisen uskomaan, mikä nyky-yhteiskunnassa on ottanut uskontojen paikan ja kuinka uushengellisyys näkyy yhteiskunnassa. On ollut kiinnostavaa puhua teologiystävien kanssa esimerkiksi hyvin rajoittavien dieettien samankaltaisuuksista uskonnollisten lahkosten kanssa.

Kokemus yliluonnollisesta voi olla tosi ihmiselle, eikä kokemusta voi kyseenalaistaa. Potilastyössä näen paljon sitä, kun ihmiset haluavat löytää mitä moninaisimmista asioista syitä oireilleen. Tämä muistuttaa joskus taikauskoa.

40 000 SEURAAJAA, LÄÄKÄRIPODI, TIEDENAISET RY...

KOULUTUKSELTANI OLEN lääketieteen lisensiaatti. Olen yliopiston kirjoilla jatko-opiskelijana tekemässä YEK-koulutusta eli yleislääketieteen erityiskoulutusta, mutta tällä hetkellä vain paperilla. Opiskeluajoista asti olen työskennellyt lääkäriinä. Opiskeluajana olin töissä Kustannus Oy Duodecimissa, joka on lääketieteellinen kirja- ja tietokantakustantamo.

Lääkäriksi aloin haluta lukiossa, kun tajusin, miten paljon minua kiinnostaa eri luonnontieteet. Tuolloin en toki ymmärtänyt, miten paljon lääkärin työssä on kyse vuorovaikuttamisesta. Sairastuin teininä vakavasti ja tuo kokemus on varmasti ollut myötävaikuttamassa ammatin valintaan. Muistan katselleeni lukiossa

biologian kirjan kuvaa aivoista ja ajatelleeni, että tuosta haluan oppia lisää.

Somessa lääkärinä esiintyminen on minulle luontevaa, koska olen somesukupolven nuori ja minusta lääkärin pitää olla siellä, missä potilaatkin, eli muut ihmiset. Minusta on ollut kiinnostavaa kokeilla, miten somea voi hyödyntää terveystiedon välittämiseen. Nostan siellä keskusteluun ajankohtaisia ja kiinnostavia terveysaiheita ja kerron lääkärin työstä ja elämästä. Olen puhunut mm. ihosyövistä, kuukautisterveydestä, endometriosisista, mielenterveysaiheista, ja pyrkinyt valottamaan ymmärrettävästi tieteen ominaisuuksia ja tieteellisen tiedon syntyä.

Olen myös kertonut julkisesti, että olen läpikäynyt masennusjaksoja ja psykoterapiaa. Olen halunnut puhua asiasta, koska mielenterveyteen liittyy valtavasti tabuja ja ennakkoluuloja. Ajatellaan esimerkiksi, että lääkäri ei voisi sairastaa. Minua on helpottanut, kun olen sisäistänyt, että masennus on sairaus siinä missä fyysisetkin sairaudet, eikä se tee minusta ihmisenä huonompaa. Se ei näy aina ulospäin, sitä voidaan hoitaa ja kohalotovereita on paljon.

Minulla on Instagramissa 40 000 seuraajaa. Spotifyssa on kuunneltavissa ”Lääkäripodi”. Se on minun ja kollegani Jenni Puolivälin yhteinen projekti, jossa puhutaan terveysaiheista ymmärrettävällä tavalla.

Valtava enemmistö saamastani somepalautteesta on ollut myönteistä. Kollegat ovat myös kannustaneet, mikä on merkinnyt paljon. Isoimmat palauteaiheet ovat, että on tuoretta ja raikasta nähdä lääkäri somessa ja että teen tieteestä ja terveydestä helpommin lähestyttävää. Valitettavasti muutamia kertoja minua on maalitettu, etenkin rokotekeskustelussa.

Tiedenaiset ry syntyi pari vuotta sitten täysin virtuaalisesti, kun me, kahdeksan nuorta korkeakoulutettua naista tutustuimme Instagramissa. Perustimme sinne Tiedenaiset-profiilin tieteelliseen näyttöön perustuvan terveystiedon levittämiseksi somessa. Aikaisemmin kaikki edistivät omilla tahoillaan tieteellisen tiedon asemaa, mutta me päätimme yhdistää voimamme ja kokeilla yhteistyötä. Pyrimme tavoittamaan etenkin ihmisiä, jotka eivät muuten altistuisi tutkitulle tiedolle. Tällä hetkellä olemme Instagramin suurin suomalainen tiedeyhteisö. Meillä on yli 43 000 seuraajaa.

Tiedenaisten perustajiin kuuluu lisäksi anesteologiaan erikoistuva lääkäri Jenni Puoliväli, opettajat Minni Nevalainen (TM) ja Sanni Saarinen, ravitsemustieteilijät Jasmiina Pöntinen (ravitsemusterapeutti), Anniina Halonen ja Heidi Kinnunen sekä fysioterapeutti Jemiina Kemppainen. Toukokuussa meiltä ilmestyi kirja ”To do: terveys”.

JAA TIETOA, EN VAKUUTTELE

SKEPSIS ON MINULLE tuttu yhdistys. Olen jo aiemmin kiinnittänyt huomiota Huuhaa-palkintoihin, ja liityin

hiljattain jäseneksikin. Skepsiksen toiminta on erittäin arvokasta ja olen ilolla mukana! Mielestäni Skepsiksen tulisi jatkaa hyvän keskustelukulttuurin ja tieteellisen maailmankuvan edistämistä. Tieteen popularisoinnin tukeminen on myös tärkeää. Itse olen huolissani myös valtion tutkimusrahoituksen näivettymisestä.

Kuva skeptikoista saattaa joskus olla negatiivinen. Luulen, että tämä johtuu siitä, että ihmismielen on hankala muuttaa mielipiteitään ja olla eri mieltä muiden kanssa. Siksi kriittisyys saatetaan mieltää negatiivisuudeksi. En usko, että yhdistys itsessään on tehnyt mitään väärin.

Huolestuttavinta huuhaata tällä hetkellä ovat valheet, joita leviää koronarokotteista. Rokote on ainoa tiemme ulos pandemiasta, ja on erittäin huolestuttavaa, jos rokote jätetään ottamatta valheellisiin tietoihin perustuen. Omalla toiminnallani tarjoan mahdollisuuden saada luotettavaa tietoa, mutta ihmiset kuitenkin lopulta itse päättävät, mihin uskovat. Sen sijaan että käyttäisin aikaa ihmisten vakuuttelemiseen, yritän tehdä tieteestä ja tieteellisestä tiedosta mahdollisimman kiinnostavaa ja ymmärrettävää.

Korona-ajassa positiivista on ollut se, että lääketiede ja luonnontieteet ovat olleet poikkeuksellisen paljon ot-sikoissa. Tieteen merkitys arjen kannalta on noussut vallokeilaan: tiede ei ole jossain kaukana yliopiston kam-mioissa, vaan toteutuu ihmisten arjessa.

NUORIA PITÄÄ AINA KANNUSTAA

MITÄ HARRASTAN? Kaikkea luovaa. Sisustus, romaanit, käsityöt, puutarhatyöt ja viherkasvit ovat tällä hetkellä lähellä sydäntä. Pyrin myös liikkumaan fiiliksen mukaan.

Tärkein lukemani kirja? ”Taru sormusten herrasta”-trilogia. Se on opettanut minulle paljon luonnosta, ihmisyydestä ja moraalista.

Ihminen, joka on tehnyt minuun vaikutuksen? Teini-iässä olin katsomossa, kun Dalai Lama vieraili Suomessa. Hänen suuruutensa ei perustu itsensä, vaan muiden nostamiseen. Kesken esityksen hän pyysi yleisön nuoria nostamaan kätensä ylös. Luokkamme viittasi hämmentyneenä. Hän sanoi: ”Tässä ovat kaikkein tärkeimmät ihmiset tässä yleisössä.” Nuoria pitää muistaa aina rohkaista ja kannustaa.

Mitä odotan tulevaisuudelta? Tällä hetkellä odotan, että rokotuskattavuus saadaan korkeaksi ja koronakurimus taltutettua.

Millainen olisi täydellinen maailma? Sellainen, jossa ihminen eläisi tasapainossa luonnon kanssa maapallon kantokykyä kunnioittaen.

Mikä on elämän tarkoitus? Tehdä itselleen merkityksellisiä asioita olemalla merkityksellinen muille. Ja nauttia!