

Tiivis ja monipuolinen tietopaketti eräretkille

Nina Kontinen

Field Guide to Wilderness Medicine

Auerbach P, Donner H, Weiss E. Second Edition, Mosby, Philadelphia 2003. ISBN 0-323-01894-7

Kyseessä on ajankohtaistettu versio 1999 ilmestyneestä samannimisestä painoksesta. Kirja on Paul S. Auerbachin (Professor of Surgery, Division of Emergency Medicine, Stanford University School of Medicine) toimittaman kattavan opuksen 'Wilderness Medicine' (4th Ed. 1995) kenttäolosuhteisiin kevennetty kirja, joka on nimensä mukaisesti tarkoitettu mukaanotettavaksi luontoon lähdettäessä. Ohjeet ja ehdotukset nojaavat alkusanojen mukaan painohetken tieteelliseen tutkimustietoon ja yleisesti hyväksytyihin hoitolinjoihin (Pohjois-Amerikassa), mutta mukana on aihepiiriinkin huomioiden paljon myös kirjoittajien käytännön kokemusten sanelemaa. Kirjallisuusviitteitä on kokonaiset kolme. Näitä kenties on enemmän yllämainitussa "emokirjassa".

Sivumäärästään (709) huolimatta kirja on sopivan kokoinen mahtuakseen vaikka rinkan sivutasukuun. Pieneen kokoon on mahdutettu uskomaton määrä asiaa. Kirja on tarkoitettu lähinnä lääkäreille, mutta sen monin paikoin tavattoman pikkutarkan opastuksen turvin voi ohjeita noudattaa vähäisenkin lääke-/hoitotieteellisen koulutuksen saanut retkeilijä, joka joutuu hoitamaan äkillisesti sairastunutta tai loukkaantunutta kanssamatkustajaa kaukana siviilisaatiosta ja kun avun saanti kestää.

Kirjaan on haluttu mahdollistaa laaja panoraama mahdollisia ongelmia, joita luonnossa liikkujalle voi sattua, tavanomaisemmista sairaskohtauksista (kuten diabeetikon kriisit, astma, anafylaksia, sydäntahtumat) ja hätätilanteista harvinaisempiin tapauxiin kuten salaman isku. Monet ongelmat ovat yleislääketieteellisiä, ja hoito-ohjeiden tarkoitus on luonnollisesti se, että retkeä ei tarvitse keskeyttää.

Selkeästi on kuitenkin painotettu, missä tilanteissa ja millä aikataululla sairaalaan toimittaminen ja avun hälyttäminen on tarpeen.

Ongelmakenttä on laaja, esim. krikotyreotomia on tarkkaan kuvattu mutta yhtä ponnekkaasti on paneuduttu myös vähemmän henkeä uhkaaviin skenaarioihin – esimerkiksi miten löytää kadonnut piilolinssi silmästä. Havainnollisesti on myös esitetty vaikkapa avustaminen normaalissa alatie- sekä perätilasynnytyksessä, tietenkin kenttäolosuhteissa.

Kuten yleensäkin kannattaa sisällysluetteloon perehtyä, jotta tarvittava tieto löytyy nopeasti. Kirjan luvut eivät ole kovin selkeästi eroteltu toisistaan. Hakemisto on kuitenkin kattava ja omat "testihakuni" pitivät paikkansa. Lähestymistyyli on keittokirjamainen, teksti suhteellisen helppolukuista. Lääkkeet ilmoitetaan miltei poikkeuksetta geneerisillä nimillä, annos- ja tilavuusmittoina ovat mg ja ml, pituuksista puhuttaessa vaihtelevat tuumat ja sentit.

Kirjan parasta antia on traumatologinen osuus, joka onkin 160 sivun pituinen, käyden läpi eri kehon osien vammojen sekä tavallisimpien murtumien ensihoidon. Hoito-ohjeiden ohella perusteena on näyttää miten käytettävissä olevista materiaaleista saadaan mielikuvituksen ja vähäisenkin sorminäppäryyden avuin milloin mihinkin tilanteeseen toimivia tilapäisratkaisuja. Esim. kuinka rinkan eri osista saa tarvikkeet vaikkapa paareihin, niskatukeen, murtumien stabilointiin ja vetolaitteisiin. Monet ratkaisut muistuttavat kyllä lähinnä ihmemies McGyverin viritelmiä, mutta jos ne toimivat, mikäs siinä.

Anestesiologille eivät tuo uutta tietoa luvut ilmaisten hoidosta, elvytyksestä (esitetty ohje ei myös-

kään aivan vastaa kotimaista suositustamme) eikä kivunhoidosta, vaikka luvussa onkin varsin hyvin opastettu mm. perifeeristen blokkien laittoa.

Pääpiirteittäin käydään läpi korkean ilmanalan ongelmien sekä sukellustapaturmien ensihoitoa. Trooppisia infektoita ja näiden profylaksiaa sekä hoitoa käsitellään ainakin allekirjoittaneen tietämyksen mukaan kohtalaisen ajankohtaisesti. Eläinten puremille ja kasvien aiheuttamille kosketusihottumille ovat omat lukunsa, samoin merenelävien aiheuttamille iho-oireille ja myrkytyksille. Joistakin Pohjois-Amerikan myrkyllisimmistä sienistä, kasveista ja eläimistä on suppea värikuvaliite kirjan lopussa.

Omat lukunsa on myös etsintä- ja pelastusoperaatioista eri maasto-olosuhteissa, mm. lumivyöryalueelle. Monenlaisia potilaan siirto- ja kantotapoja sekä itserakennettuja välineitä tähän tarkoitukseen on havainnollistettu kuvien avulla, samoin esim. ig-lun ja muiden lumisuojiin rakentamista, jos tällaisen tarve matkan päällä sattuisi yllättämään. Muitakin partiolaisoppeja, kuten tulentekotapoja, vedenhankinta ja -puhdistusmenetelmiä, viestintäkeinoja ja eri tarkoituksiin soveltuvia solmuja on esitelty erinomaisesti omissa luvuissaan.

Kirjan lopussa on Appendix-osio, jossa on ”survival kit”-ehdotuksia erityyppisiin retkiin ja erilaisten retkikuntien tarpeisiin lääkityksen ja muiden ensihoitotarvikkeiden osalta. Tavallisimpien antibioottien annosteluohjeet ja varoitukset löytyvät myös kirjan takaa, mutta esim. ensihoitolääkkeistä ei ole vastaavaa nopeasti löytyvää luetteloa.

Vaikka kirja useissa kohdin muistuttaa enemmän sudenpentujen käsikirjaa kuin lääketieteellistä opaskirjaa, löytyy siitä monia hyödyllisiä vinkkejä pidemmille eräretkille. Kirjaa voi suositella, jos moista on suunnitteilla. Kuten alkusanoissa evästetään: ”Be cautious, be safe, and seek every opportunity to help your fellow man”. Voipa kirjan hankkia vaikka auton hansikaslokeroon, vaikka ei kovin kauas erämaille suuntaisikaan! □

Nina Konttinen

LL, anestesia- ja tehohoitoon erikoistuva lääkäri

HUS/Etelä-Pohjanmaan keskussairaala

ninakonttinen@hotmail.com