



Hanna Lehikoinen

LL, erikoislääkäri
Anestesiologia ja tehohoito, Helsingin yliopisto
HUS, Leikkaus- ja tehohoitokeskus
hanna.lehikoinen@hus.fi

Palapeliharrastuksessa yhdistyvät nopea päätöksenteko ja työstä palautuminen

Finnanestin toimitus haastatteli anestesiologian ja tehohoidon erikoislääkäri Hanna Lehikoista hänen elämää suuremmasta harrastuksestaan.

Mitä harrastat?

Harrastan palapelejä, nykyisin erityisesti nopeuskasaamista, ja kilpaillen siinä. Palapeleissä kilpaillaan yksilö-, pari- ja joukkuesarjoissa (neljän hengen joukkue).

Miten olet päätenyt harrastuksen pariin?

Olen tehnyt palapelejä läpi elämäni. Ravensburgerin palapelit kuuluvat

lapsuusmuistoihini. Kokosin samoja palapelejä kymmeniä kertoja. Muistan myös lapsuudenkodissani järjestettyjä leikkimielisiä palapelikilpailuita, joissa eri ikäisillä kilpailijoilla oli eri palamäärillä olevat palapelit. Teini-ikäisenä kokosimme palapelejä yhdessä parhaan ystäväni kanssa samalla maailmaa parantaen.

Aikuisiällä palapelien tekeminen keskittyi vuosikausia vain loma-aikoi-

hin. Koronan ja lasten kasvun myötä palapeleille alkoi löytymään aikaa arjessakin. Viime vuosina olenkin koonnut useita satoja palapelejä vuodessa. Koronan alkuaikoina kokosin palapeliä ja kuuntelin samalla covid-aiheisia podcasteja. Palapelit toivat mielenrauhaa nopeasti muuttuvassa maailmantilanteessa.

Nykyisin kokoan palapelejä pääosin aikaa vastaan ja kuuntelen



SM-kisojen yksilöalkuerässä huhtikuussa 2025. Reunojen kokoaminen jäi tämän pelin kohdalla poikkeuksellisesti viimeiseksi. Kuva Teemu Poutiainen, 2025.

samalla nopeatempoista musiikkia. Hitaasti kootessa kuuntelen usein äänikirjaa tai tv-sarjaa tai juttelen ystävien kanssa puhelimesta. Pidän myös yhdessä perheen ja ystävien kanssa kokoamisesta, sillä palapeliä tehdessä on mukava vaihtaa kuulumisia ja jutella kaikesta.

Törmäsin palapelien MM-kilpailuihin sosiaalisessa mediassa tammikuussa 2024 ja hyllystäni sattui löytymään kilpailuissa käytetty palapeli. Testattuani tuota peliä huomasin, että olisin päässyt MM-finaaliin. Saman toistuessa toisenkin pelin kohdalla innostuin toden teolla ja viikon sisällä minulla olikin sitten jo MM-kilpailuilmoittautuminen tehtynä ja joukkue koottuna. Sittemmin olen osallistunut SM-kilpailuihin, PM-kilpailuihin, EM-kilpailuihin ja kahdesti MM-kilpailuihin.

Millaisia kokemuksia MM-kilpailut ovat olleet ja mikä on jäänyt erityisesti mieleen?

MM-kilpailut Espanjan Valladolidissa syyskuussa 2024 olivat ensimmäiset oikeat kilpailuni. Olin aiemmin osallistunut ainoastaan eurooppalaiseen etäkilpailuihin, joissa peli kootaan videopuhelun aikana oman kodin rauhassa. MM-kilpailut olivat kaaottinen kokemus. Melua ja häiriötekijöitä riitti: pöytä jaetaan toisen kilpailijan kanssa, tuomarit ja videokuvaajat ovat välillä ihan kiinni pöydässä ja yleisö kannustaa äänekkäästi. Minua jännitti todella paljon, mutta kilpailut sujuivat hienosti. Minulla oli reissussa mukana äitini ja kaksi kolmesta lapsestani, joista nuorimman silloin 11-vuotiaan kanssa myös kilpailimme parikilpailussa. Ihastuimme kaikki lämminhenkiseen palapeliyhteisöön ja saimme uusia ystäviä ympäri maailman. Yhdysvaltalainen sielunsiskoni vierailikin jo Suomessa viime keväänä luonani, ennen kuin matkustimme yhdessä Ranskaan 24 tunnin palapelimaratonille.

Toiset MM-kilpailuni syyskuussa 2025 sujuivat rennommin, sillä kilpailukokemusta oli ehtinyt karttua reilun 40 etäkilpailun lisäksi SM-, PM-



MM-kisojen parisemifinaalissa sisälämpötila oli n. 40 °C, joten olimme parini Rosan kanssa onnellisia, kun saimme pelin valmiiksi ja pystyimme siirtymään ulos. Kuva Hanna Lehikoisen kotialbumi, 2025.

ja EM-kilpailuista. Syksyinen helleaalto nostatti kisapaikan lämpötilan 40 asteeseen ja jouduimme parini Rosan kanssa käyttämään kilpaillessa pöytä- ja kaulatuulettimia viilentyäksemme. Lisäksi kastelimme paitojamme ja pidimme märkiä pyyhkeitä viitoin selässämme. Reissun kohokohta oli toki kansainvälisen joukkueeni kanssa voitettu joukkuemaailmanmestaruus, mutta unohtamattomasti mieleen jäivät myös upea palapeliyhteisö, ystävien kanssa illallisten jälkeen yhdessä vain vasemmalla kädellä kootut palapelit (kaksikätisesti hupi olisi loppunut liian lyhyeen), hieno menestys parikilpailussa Rosan kanssa (sijoitus 11/650) ja äitini ja Rosan äidin kannustaminen, kun he tällä kertaa kannustamisen lisäksi myös kilpailivat jokaisessa sarjassa.

Mikä harrastuksessasi innostaa eniten? Mikä palapelien ratkaisussa kiehtoo ja millaisia ovat suosikkipalapelisi?

Palapelien kokoaminen on koukuttavaa puuhaa. Jokaisen palan napjahtaminen paikoilleen palkitsee >>

Hanna Lehikoisen palapelikilpailusaavutukset 2025

- **Yksilösijoitukset:**
SM-hopea, PM 10. sija, EM 16. sija, MM 26. sija
- **Parisijoitukset:**
PM 4. sija, EM 9. sija, MM 11. sija
- **Joukkuesijoitukset:**
SM-hopea, PM-kulta, EM-kulta, MM-kulta (SM- ja PM-kisat suomalaisen joukkueen kanssa, EM- ja MM-kisat kansainvälisen joukkueen kanssa)



Maailmanmestarijoukkueeni EJJ Squad eli puolalainen Wiktor, italialainen Chiara, saksalainen Kathi ja minä. Kuva Hanna Lehikoisen kotialbumi, 2025.

ja nopeudesta kisatessa touhuun uppoaa helposti täysillä. Pelaamiseen keskittyessä arjen haasteet unohtuvat. Toisaalta palapeliä kootessa ajatukset myös järjestyvät ja ongelmille löytyy ratkaisu tai ainakin löydän mielenrauhaa elää keskeneräisten asioiden ja ajatusteni kanssa.

Erityisen onnellinen olen löydettäni palapelikisaamisen myötä uusia samanhenkisiä ystäviä ympäri maailman. Palapeliparini Rosan kanssa

tapaamme lähes viikoittain ja jaamme harjoittelun lomassa arkea ja juhlaa. Kansainväliseen joukkueeseeni kuuluvat puolalainen Wiktor, saksalainen Kathi ja italialainen Chiara ja heidän kanssaan minulla on ollut hulluttoman hauskaa treenatessa ja kilpaillessa. On ollut hienoa päästä osaksi kansainvälistä palapeliyhteisöä eri-ikäisten ja -taustaisten ihmisten kanssa.

Lajin suosio on viime vuosina noussut huimaa tahtia, joten yhteisö

kasvaa koko ajan. Viime MM-kisoihin osallistui noin 1000 yksilökilpailijaa. Joukkue- ja paripelaaminen on vielä suosituempaa, sillä yhdessä kilpailemiseen on matalampi kynnyks. Tulevissa SM-kilpailuissa joukkuesarja tuli täyteen nopeasti ja jonotuslistalla on toistakymmentä joukkuetta. SM-parikilpailuun on ilmoittanut yli 210 paria ja yksilösarjaan yli 260 kilpailijaa. Iso hauska tapahtuma on siis tiedossa!

Palapelit ovat minulle keino rentoutua, eikä nopeuspelaaminen onneksi ole rentoutumista estänyt, vaan luonut vain uuden tason ja intensiteetin tähän harrastukseen. Suosikkipelini ovat värikkäitä ja yksityiskohtaisia. Ennen kilpailemisen aloittamista tein pääosin 1000 palan palapelejä, joita edelleen mieluiten kokoon hitaasti. Nykyisin teen satoja 500 palan pelejä vuodessa nopeusharjoitteluna. Yhdessä palapeliystävien kanssa teen myös isompia 2000–4000 palan palapelejä.

Kuinka aikaa vievä harrastuksesi on? Miten valmistauduit kisoihin? Onko sinulla jokin oma rutiini tai tekniikka, joka tekee sinusta nopean ratkaisijan? Miten voisi oppia nopeammaksi palapelin teossa?

Palapeliharrastus vie juuri niin paljon aikaa, kun sen antaa viedä. Moni kertoo kokoavansa muutaman palan ohi mennessään, mutta itseltäni tuollainen itsekontrolli ei luonnistu vaan 1000 palan palapelin kokoon helposti yhdeltä istumalta noin 1,5–2,5 tunnissa kuvan vaikeudesta riippuen. Nopeusharjoittelu pysyy käynnissä läpi vuoden, mutta ennen isoja kilpailuja harjoittelen tiiviimmin. Ennen MM-kilpailuja pidin intensiivisen kuuden viikon harjoittelujakson, jonka aikana tein 136 kappaletta 500 palan palapeliä. Kaikki nämä pelit olivat kisoissa käytettävän Ravensburgerin pelejä, joiden leikkaus on ollut sama vuosikautia. Opin siis muistamaan myös palojen leikkausta.

Käännän alussa kaikki palat ja erottelen reunat samalla. Lähes

aina aloitan kokoamisen reunoista, jonka jälkeen poimin jonkun värin tai tekstuurin, josta jatkan. Nopeuspelaamisessa on oleellista, ettei jää jumiin haastavaan kohtaan. Hetkellinen maisemanvaihdos virkistää myös palapelejä kootessa ja myöhemmin haastavaan kohtaan palatessa kokoaminen yleensä kummasti sujuuikin paremmin.

Kuten niin monessa muussakin asiassa, myös palapelien kokoamisessa harjoittelu ja kokemus auttavat. Nopeammaksi oppii tekemällä paljon palapelejä. Olen pyrkinyt harjoittelussani keskittymään heikkouksiini ja tekemään itselleni vaikeita kuvia, kuten luontovalokuvia. Yksilökilpailuissa käytetään yleensä 500 palan pelejä, mutta ihan aloittelijan kannattaa kokeilla ensin 200–300 palan pelejä.

Onko anestesia-**lääkärin työssä ja palapeliharrastuksessa jotain yhteistä – vai onko kyse enemmän vastapainosta haastavalle työlle?**

Molemmissa tarvitaan kykyä tehdä nopeita päätöksiä ja poimia pieniä yksityiskohtia suuresta tieto- ja ärsyketulvasta. Palapelien teko on minulle vastapainoa haastavalle työlle. Yksin kokoaminen on ihana rauhoittumisen hetki ja palapelit ovat minulle mindfulnessia. Helpoimpia minulle ovat yksityiskohtaiset palapelit. Ajattelen, että tämän taustalla saattaa olla anestesia-**lääkärin työssä** oppimani taito poimia pieniäkin muutoksia valtavasta tietomäärästä, esim. EKG-muutokset monitorilla. Toisaalta on vaikea sanoa päädyinkö anestesia-**lääkärin** uralle näiden olemassa olevien taipumusten ja luonteenpiirteiden vuoksi vai onko työ harjaanut-

tanut minut niihin. Välillä koen olevani liian nopea itsellenikin sekä töissä että vapaa-ajalla ja palapelit auttavat minua rauhoittumaan ja pidentämään pinnaa.

Raskaan päivystysviikonlopun päätteeksi kollega totesi palkitsevansa itsensä lasillisella viinillä, jolloin minä totesin oman palkkioni olevan 1000 palan palapeli.

Millaisen hintaluokan harrastuksesta puhutaan?

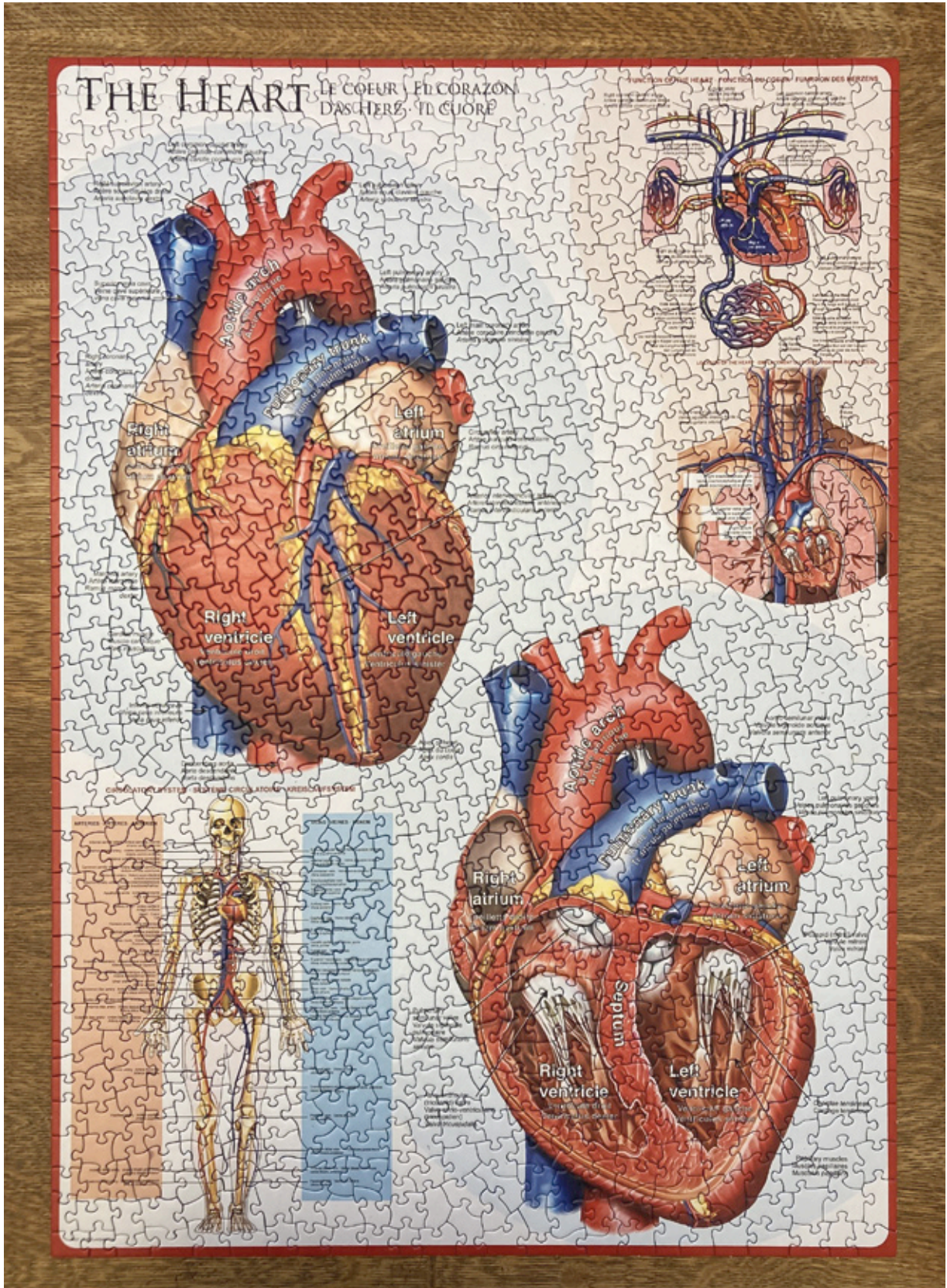
Palapeliharrastusta voi toteuttaa monenlaisella budjetilla. Palapelejä on paljon tarjolla kierrätettyinä eli hyvin edullisesti pääsee harrastuksen alkuun, eivätkä suurimmat palapelimerkit ole kovin kalliita uusinaakaan, noin 8–15 euroa. Toisaalta tarjolla on myös luksuspalapelejä hintaluokassa 30–45 euroa. Suosittelen kokeilemaan >>



500 palan ensimmäisen yrityksen nopeusennätykseni 30 min 5 s syntyi tällä [speedpuzzle.eu:n](https://speedpuzzle.eu/) "What a colorful life"-pelillä etäkilpailussa maaliskuussa 2026. Kuva Hanna Lehiköisen kotialbumi, 2026.



1000 palan pelin nopeusennätykseni 1 h 11 min 34 s syntyi tällä Happily-merkin Cooked-palapelillä. Kuva Hanna Lehiköisen kotialbumi, 2025.



Palkintoni sydänanestesiologian lisäkuulustelun läpikäymisestä oli 1000 palan sydämen anatomia-aiheinen palapeli. Kuva Hanna Lehiköisen kotialbumi, 2022.

ensin kierrätettyinä, mistä merkeistä ja minkälaisista kuvista pitää, niin on sitten helpompi uusien pelien viidakosta valikoida mieleisensä. Itse kokoaan valtaosan peleistä vain yhden kerran ja myyn sitten, paitsi 500 palan harjoituspelejä teen useita kertoja. Suosin käytettynä ostamista ja käytän paljon Vintediä ja Facebookin kierrätysryhmiä.

Palapeli-reissujen budjetti onkin sitten jo ihan eri hintaluokkaa, mutta reissut ovat kyllä olleet jokaisen euron väärti. Toistaiseksi olen pysytellyt Euroopassa, vaikka kutsu kävi mm. Yhdysvaltojen kansallisiin kisoihin vierailijaksi. Olen päässyt kutsuttuna osallistumaan brittiläiseen ja ranskalaiseen etäkilpailuun, ja tuoreimpana tulossa on osallistuminen intialaiseen etäkilpailuun.

Millaisia ihmisiä houkuttelisit mukaan harrastuksen pariin ja onnistuuko harrastuksen kokeileminen kelle vaan?

Palapeliharrastus sopii lähes kaikille. Palapeleistä löytyy eri palamääriä ja erilaisia kuva-aiheita laidasta laitaan, joten haastetta ja hauskuutta pystyvät löytämään kaikenikäiset. Palapelit luovat mainion tilaisuuden kohdata yhteisen tekemisen äärellä ja samalla on helppo puhua kaikenlaisista asioista. Jokainen voi löytää oman tapansa nauttia palapelien kokoamisesta, joko nopeasti aikaa vastaan tai rauhassa nautiskellen, yksin tai yhdessä.

Aiotko jatkaa kilpailemista ja onko esimerkiksi seuraavia tavoitteita jo mielessä?

Ehdottomasti jatkan kilpailemista, sillä tapahtumissa pääsen tapaamaan palapeliystäviäni ympäri maailman. Eurooppalaiseen etäkilpailuihin osallistun 1–3 kertaa kuukaudessa. Tätä juttua kirjoittaessa valmistaudun 18.–19.4.2026 Espoossa järjestettävään Suomen Palapeliurheiluliiton SM-kilpailuihin sekä sitä ennen osallistun Ranskassa 24 h palapelimaratonin kansainvälisellä huippujoukkueella. Maratonilla kilpailemme 8 hengen



Ensimmäiset Pohjoismaiden mestaruuskilpailut järjestettiin kesäkuussa 2025 Göteborgissa. Yksilösarjan peli oli minulle haastava maisemavalokuva. Kuva Hanna Lehtiköisen kotialbumi, 2025.

joukkueena, joista 4 pelaajaa saa olla kerralla kokoamassa. Eniten paloja vuorokaudessa koonnut joukkue voittaa. Vappuna osallistun Münchenissä järjestettävään uudenlaiseen kuuden haasteen yksilökilpailuun, jossa tiedossa on mm. kokoamista ilman mallikuvaa, pyöreän pelin haaste ja erilaisia kuvia. Kevään kisakauden huipentaa Pohjoismaiden mestaruuskilpailut Kööpenhaminassa toukokuun lopulla. ■

Lisätietoja:

- Suomen Palapeliurheiluliitto, www.palapeliurheiluliitto.fi
- Suomalaisia (etä)kisoja, tapahtumia ja kursseja: Palasina Studio, www.palasina.com
- Instagram-tilini @hannapuzzles