



Association Internationale Aphasie (AIA)

Mikä on afasia?

Afasia on kenties äskettäin koskettanut elämäsi ensimmäistä kertaa. Afasia varmasti herättää mielessäsi monenlaisia kysymyksiä: Mikä afasia on? Mistä se johtuu? Mitä liitännäisoireita voi esiintyä?

Afasia on kielen häiriö

Kaikki ihmiset käyttävät kieltä. Kielenkäyttömme osa-alueita ovat muun muassa puhuminen, oikeiden sanojen löytäminen, puheen ymmärtäminen, lukeminen, kirjoittaminen ja elekieli. Aivoissa tapahtuneen vaurion seurauksena yhden tai useamman kielen osa-alueen toiminta voi häiriintyä. Tätä häiriötä nimitetään afasiaksi. Sana "afasia" tulee kreikan kielestä: "a" (kieltomuoto) "phasia" (puhuminen). Siten henkilö ei pysty ilmaisemaan ajatuksiaan muille.

Aivoverenkiertohäiriön liitännäisoina voi esiintyä halvausten lisäksi ongelmia myös esimerkiksi seuraavilla osa-alueilla:

- tietoinen toiminta
- ympäristön havainnointi
- keskittymis- ja aloitekyvyn ongelmat sekä muistiongelmat
- kahden tai useamman asian tekeminen yhtä aikaa.

Monet meistä tietävät, miltä tuntuu ulkomailla, kun ei pysty sanomaan mielessä olevaa asiaa vieraskieliselle henkilölle tai ei ymmärrä, mitä hän yrittää sanoa. Maissa, jonka kielen hallitsemme huonosti, kommunikaatiokykymme on rajoitettua – jopa oikean ruoka-annoksen tilaaminen ravintolassa voi osoittautua mahdottomaksi. Myös niissä maissa, jonka kielen hallitsemme suhteellisen hyvin, voi tulla ongelmia esimerkiksi lääkärintähtien yhteydessä. Henkilöt, joilla on afasia, kohtaavat tällaisia ongelmia päivittäin arkisissakin tilanteissa.

Afasia on jokaisella erilainen. Häiriöiden laajuus ja vaikeusaste riippuvat muun muassa aivovaurion sijainnista ja vakavuudesta, aikaisemmista kielellisistä kyvyistä ja henkilön persoonallisuudesta. Osa henkilöistä, joilla on afasia, ymmärtävät kieltä hyvin, mutta heillä on vaikeuksia löytää oikeita sanoja tai muodostaa lauseita. Jotkut taas puhuvat paljon, mutta heidän puheensa ei ehkä ole kovin ymmärrettävää keskustelukumppanille ja heillä on vaikeuksia ymmärtää toisen puhumaa kieltä. Afaattisten henkilöiden yleinen kielikyky on yleensä jossain näiden kahden ääripään välissä. On tärkeä muistaa, että henkilöillä, joilla on afasia, on kielikyvyn puutteista huolimatta edelleen täydet älylliset kyvyt.

Lähes aina sen jälkeen, kun henkilö on saanut afasian, hänen kielelliset kykynsä alkavat vähitellen palautua. Palautuminen on kuitenkin hyvin yksilöllistä. Kielellisten kykyjen koheneminen vaatii jatkuvaa harjoittelua, yrittämistä ja pitkäjänteisyyttä.

Afasian syyt

Afasia johtuu aivoissa tapahtuneesta vauriosta. Vaurion alkuperänä on useimmiten aivoverenkierohäiriö (AVH). Muita syitä afasialle voi olla esimerkiksi traumaattinen päävamma (kova isku päähän esimerkiksi liikenneonnettomuudessa) tai aivokasvain.

Aivomme tarvitsevat happea ja glukoosia toimiakseen. Jos verenkierto jollain aivojen alueella häiriintyy, aivosolut tuhoutuvat siltä alueelta osittain tai kokonaan. Aivoissa on useita alueita,

joilla jokaisella on omat tehtävänsä. Useimmilla ihmisillä aivojen kielialueet sijaitsevat vasemmassa aivopuoliskossa. Kielialueiden vaurioituminen johtaa afasiaan.

Liitännäisoireet

Usein afasian yhteydessä esiintyy muitakin oireita. Aivoverenkiertohäiriön seurauksena häiriintyy yleensä useamman kuin yhden aivoalueen toiminta. Esimerkkejä liitännäisoireista:

- *Hemiplegia* eli toispuolihalvaus ("hemi" = puoli, "plegia" = halvaus) tarkoittaa lihastoiminnan häiriötä toisella puolella kehoa. Henkilöllä, jolla on afasia, tämä häiriö ilmenee usein kehon oikealla puolella.
- *Näkökenttäpuutokset*, esimerkiksi toispuoleinen kenttäpuutos eli hemianopia ("hemi" = puoli, "opsia" = nähdä). Usein tässä liitännäisoireessa henkilö näkee kaiken, mitä hänen terveen puolen näkökentässään näkyy, mutta oireilevan puolen näkökyky on osittain tai kokonaan puutteellinen.
- *Apraksia* eli kyvyttömyys suoriutua opituista tahdonalaisista liikkeistä (a" = kieltomuoto, "praxia" = suoriutua). Yksinkertaisista, aikaisemmin opituista tehtävistä suoriutuminen kuten puhetta tukevien keinojen käyttäminen, pukeutuminen, syöminen ja juominen saattavat muodostua ongelmaksi. Apraksiassa henkilö voi esimerkiksi olla kyvytön puhaltamaan tulitikkua sammuksiin pyydettyäessä (tiedostettu toiminta), mutta jos hän pitää tulitikkua kädessään, hän kykenee kuitenkin automaattisesti (alitajuisesti, tiedostamattomasti) puhaltamaan sen sammuksiin, ennen kuin se polttaa sormia.
- *Dysfagia* eli syömis-, juomis- ja nielemisongelmat ("dys" = ei hyvin, "phagia" = nieleminen). Aivojen vaurion seurauksena syömisestä ja nielemisestä vastaavat lihakset voivat halvaantua, muuttua erittäin herkiksi tai jopa täysin tunnottomiksi. Tällöin syöminen ja juominen on usein vaikeaa. Poskien lihasten halvaantuminen ja tuntoaistin puute voi aiheuttaa sylkivuotoa suupielestä.
- *Muistiongelmat*. Kielellä on iso rooli muistitoiminnoissa. Kieliongelmiensa takia myös muistin voi huonontua. Tämän takia läheisten on hyvä kirjoittaa muutamia avainsanoja tapahtumista – se helpottaa afaattista henkilöä muistamaan asioita.
- *Käyttäytymismuutokset*. Joskus AVH-kuntoutujien reaktiot tapahtumiin ovat hyvin erilaisia kuin ennen sairastumista. Tunteiden ilmaisun hallitseminen voi olla vaikeampaa kuin ennen. Henkilö saattaa nauraa tai itkee useammin. Voi myös olla, että tunneilmaisujen lopettaminen on vaikeaa.
- *Epilepsia*. Kun aivot palautuvat vauriosta, niihin muodostuu arpikudosta. Joskus arpikudos muodostaa oikosulun aivoissa. Tällöin henkilö voi saada epileptisen kohtauksen, jossa keho kouristelee, voi tulla hengitysvaikeuksia ja lopulta tajunnanmenetyks. Epileptinen kohtaus kestää yleensä muutaman minuutin ajan, mutta alkaa usein ilman ennakkovaroitusta. Äkillisiin kohtauksiin liittyvä pelko voi olla ongelma erityisesti kohtauksen saaneelle, mutta myös hänen läheisilleen.

Yllä oleva lista liitännäisoireista ei ole täydellinen – myös muita liitännäisoireita voi tulla afasian jälkeen. Afasia ja sen mahdolliset liitännäisoireet ovat jokaisella erilaisia. Kaikille liitännäisoireita ei tule, mutta toisille voi tulla useampiakin.

Afasian kuntoutuminen

Yleensä afaattiset henkilöt ovat olleet sairaalahoitossa jossakin vaiheessa. Sairaalahoidon on usein aloitettu heti aivoverenkiertohäiriön tapahtuessa. Sairaalasta kotiin pääsemisen jälkeen monet tarvitsevat kuntoutusta eikä aina ole selkeää, kenen puoleen avun tarpeessa voi kääntyä.

Saat lääkäritäsi lisätietoja oman asuinalueesi tukipalveluista. Puheterapeutit vastaavat afasiakuntoutuksesta. Jokaisella, jolla on afasia, on oikeus saada puheterapiaa. Kuntoutuksen kesto riippuu siitä, kuinka nopeasti kuntoudut afasiasta ja millaiset mahdollisuudet ja rajoitukset asuinmaassasi on kuntoutuksen antamiseen.

Ohjeita afaattisen henkilön kanssa kommunikointiin

Afasian vuoksi henkilön kyky ymmärtää asioita tai ilmaista itseään on vaikeaa. Afaattisen henkilön kanssa kommunikoidessa kannattaa käyttää mahdollisimman paljon vielä jäljellä olevia kommunikaatiotaitoja. Henkilöt, joilla on vaikea afasia, ymmärtävät lauseesta usein tärkeimpiä sanoja eli ”avainsanoja”. Valitettavasti ainoastaan avainsanojen ymmärtäminen voi aiheuttaa väärinkäsityksiä ja viesti voidaan tulkita väärin. Usein terveen henkilön ja afaattisen henkilön välisestä keskustelusta jää vaikutelma, että kummatkin ymmärtävät toistensa viestit hyvin, mutta myöhemmin saattaa ilmetä, että ymmärtäminen on ollut puutteellista molemmiin puolin.

Ohjeita keskusteluun afaattisen henkilön kanssa:

- Varaa aikaa keskustelulle. Istu mukavasti alas ja luo katsekontakti.
- Jos olet itse epävarma keskustelutaidoistasi afaattisen henkilön kanssa, kerro ensin jotain yksinkertaista itsestäsi ja kysy afaatikolta kysymyksiä, joihin tiedät vastauksen. Voit tukea afaatikon vastauksia oman tietämyksesi avulla.
- Puhu rauhallisesti ja pidä lauseet lyhyinä. Painota lauseen avainsanoja.
- Kirjoita paperille tärkeimpiä sanoja omasta puheestasi. Kertaa viestisi ja anna afaattiselle henkilölle lista sanoista, joita kirjoitit. Henkilö, jolla on afasia, voi käyttää sanalista hyödykseen omassa ilmaisussaan.
- Auta omalla toiminnallasi afaattista henkilöä: osoita, elehdi, piirrä tai kirjoita. Kysy, voiko afaattinen henkilö itse osoittaa, käyttää eleitä, piirtää tai kirjoittaa jotain asiaan liittyvää, jotta ymmärtäisit häntä paremmin.
- Käyttäkää yhdessä apuvälineitä, kuten viestivihkoa, kalenteria, karttoja tai kommunikointikansiota.
- Jos afaattinen henkilö haluaa kertoa sinulle jotain, selvitä ensimmäiseksi, kenestä hän yrittää kertoa, mitä tapahtuu tai on tapahtunut, ja milloin ja missä kyseinen asia tapahtuu tai on tapahtunut. Kysy oikeita kysymyksiä, ole luova ja kekseliäs. Yritä edetä keskustelussa niin systemaattisesti kuin mahdollista.
- Kysy kyllä- ja ei-kysymyksiä. Muista kuitenkin, että afasiassa kyllä- ja ei-sanat saattavat mennä sekaisin.
- Kun kysyt monivalintakysymyksiä, kirjoita mahdolliset vastausvaihtoehdot selkeästi paperille.

Kommunikoinnin apuvälineet

Kommunikaatiokansiossa on sanoja ja kuvia. Keskustelua afaattisen henkilön kanssa voidaan helpottaa kansion sanoja tai kuvia osoittamalla. Keskustele lääkärisi tai puheterapeutin kanssa, olisiko kommunikaatiokansioita saatavilla. Jos niitä ei ole, voit tehdä kuvakirjoja itsekin. Liitä sivuille piirroksia, kuvia ja sanoja, jotka ovat tärkeitä afaattiselle henkilölle. Kuvakirja tai -kansio auttaa teitä keskustelemaan asioista.

Kun kommunikoitte kuvakirjaa apuna käyttäen, selatkaa kirjaa ja etsikää sanoja ja käsitteitä, jotka ovat tärkeitä keskustelun etenemiselle. Ottakaa mukaan kommunikaatiotilanteeseen myös kynä ja paperia. Voitte kirjoittaa tärkeimmät avainsanat muistiin, mikä helpottaa keskustelun seuraamista ja sen sisällön muistamista.

Suomessa kommunikoinnin apuvälinearviointeja tekevät puheterapeutit yhdessä muiden asiantuntijoiden kanssa. Vaativimmat arvioinnit tehdään keskussairaaloiden apuvälineyksiköissä, Tietotekniikka- ja kommunikaatiokeskus Tikoteekeissa tai vastaavia palveluita tuottavissa yksiköissä. Lisätietoja: www.papunet.net/tikoteekkiverkosto/

Kärsivällisyys on hyve

Keskustelu henkilön kanssa, jolla on afasia, vaatii usein paljon aikaa ja kärsivällisyyttä. Vinkeistä huolimatta on mahdollista, että keskustelukumppanit eivät ymmärrä, mitä toinen tarkoittaa. Tässä tapauksessa kannattaa jättää aihe ”hautumaan” vähäksi aikaa ja kokeilla keskustelua myöhemmin. Todennäköisesti silloin asiat onnistuvat paremmin!

Lisätietoja

Kansainvälisen afasialiiton (A.I.A.: Association Internationale Aphasie) kotisivuilta www.aphasia-international.com löydät lisätietoja afasiasta useilla eri kielillä. Siellä on myös linkkejä eri maiden afasiajärjestöihin, joilta saat tietoa afasiasta omalla kielelläsi.

Verkkosivuston tarkoitus on välittää tietoa afasiasta ja innostaa ihmisiä luomaan tukiverkostoja afaattisten henkilöiden ja heidän omaistensa tueksi – ja näin estää afasian aiheuttamaa syrjäytymistä.