

Kesäkuussa 2012 Esa Pitkäaho sai alle vuoden elinaikaa, nyt hän on seitsemänkymppisenä elämänsä kunnossa

Antioksidantit nujersivat haimasyövän

Ravitsemushoito antioksidanteilla paitsi paransi Esa Pitkäahon aggressiivisen haimasyövän, se korjasi myös hänen aineenvaihduntansa. Paino pysyy nelikymppisen lukemissa ja suolisto toimii kuin unelma. Virtaa miehellä riittää.

Ruukissa, nykyisessä Siikajoen kunnassa Pohjois-Pohjanmaalla asuva **Esa Pitkäaho**, 69, sairastui kesällä 2012 haimasyöpään.

– Kuukauden verran ennen diagnoosia minulla oli ylävatsakipu, myös selkääni pisti oudosti. Tunsin vatsan alueella vyömäistä kipua sekä etovaa oloa. Kovana kahvinjuojana ihmettelin, miksi kahvi ei enää maistu, hän kertoo.

Ruukin terveyskeskuksessa otetussa pienessä verenkuvassa ei ilmennyt mitään hälyyttävää. Ultraäänitutkimuksessa haimassa näkyi terveyskeskuslääkärin mielestä vaaraton kysta.

– Ruukin terveysasema toimi asiassani kiitettävän nopeasti ja pääsin 6.6.2012 viipalekuvauksen Raahen sairaalaan.

– Raahen sairaalan lääkäri totesi minulle viipalekuvat nähtyään, että asiat ovat nyt huonolla mallilla, sinulla on haimassasi syöpä, Pitkäaho muistelee.

Seuraavaksi päiväksi hänelle järjestettiin tutkimusaika Oulun yliopistolliseen sairaalaan. Pitkäahon vointi

huononi dramaattisesti. Hän muuttui iholtaan ja silmiensä kovakalvoiltaan keltaiseksi.

Kasvain verisuonten ympärillä, kokonaispoisto ei onnistu

Oulun yliopistosairaalassa hoidoksi suunniteltiin syöpäkasvaimen ja haiman kokonaispoistoa leikkauksella. Leikkaus tehtiin 12.6.2012.

Leikkauksessa kuitenkin selvisi, että Pitkäahon syöpäkasvain oli levinnyt ja kietoutunut ylemmän sisälmysvaltimon ympärille, joten päätettiin luopua kasvaimen radikaalileikkauksesta.

Sen sijaan hoitotiimissä päätettiin tehdä välttämättömiä oireita lievittäviä toimenpiteitä eli sappitiedien ohitusleikkaus yhdistämällä täysin ahtautuneet sappitiet ohutsuoleen. Haimassa oleva syöpäkasvain oli vaurioittanut Pitkäahon sappia.

Lisäksi tehtiin pohjukaissuolen ahtautuman ohitus mahalaukun ja suolen ohitusleikkauksen avulla.

Leikkauksen jälkeen Pitkäaholle tuli voimaks infektio ja hänellä epäiltiin sappiteiden tulehdusta. Infektiota hoidettiin suonensisäisellä antibi-

oottilääkityksellä. Antibioottikuurin aikana Pitkäahon maksa-arvot nousivat radikaalisti.

Paino laski parissa kuukaudessa parikymmentä kiloa

Leikkauksen jälkeen Pitkäaho oli kuukauden verran kotona odottelemassa, että leikkaushaava paranisi ja voitaisiin aloittaa sytostaattihoidot. Kotona Ruukissa makaili heikkokuntoinen mies.

183-senttisen miehen paino putosi yli parikymmentä kiloa. Kaiken kaikkiaan parissa kuukaudessa 94 kiloa painanut mies laihtui alle 70-kiloiseksi.

– Olin pelkkää luuta ja nahkaa. Saunanlauteillakaan en pystynyt istumaan, kun luut vain kolisivat penkkiin! Pitkäaho naurahtaa.

Jo ennen 12.6.2012 tehtyä leikkausta Pitkäaholla oli alkanut kiusallinen ripuli. Ripuli jatkui koko kesän 2012.

Heinäkuussa 2012 aloitettiin sytostaattihoidot.

Elokuussa 2012 Esa Pitkäaho oli asiakkaana luontaistuoteneuvoja **Ritva Lopin** vuonna 1985 Raahen perustamassa luontaistuotekaupassa, Ritvan Yrtissä.

Ritva Loppi kysyi Pitkäaholta, haluaisiko tämä mennä kirurgian erikoislääkäri **Kaarlo Jaakkolan** vastaanotolle, kun Jaakkolalla on 14.8.2012 vastaanotto Oulussa. Pitkäaho päätti mennä. Jaakkolan vastaanotolle horjui



Kaarlo Jaakkolan ravitsemushoitojen lisäksi
Esa Pitkäaho kiittää hyvien ystäviensä
korvaamatonta tukea sekä neljän vahvan naisen
tukiverkostoaan, joka piti hänet elämässä kiinni
silloinkin kun tuntui, että elämä loppuu.

syövän ja ripulin runtelema, heikkokuntoinen, vakavaa anemiaa poteva mies. Suusta ei mennyt alas kuin vähän jäätelöä. Elämänhalu oli sekin mennyttä.

Laboratoriomittauksilla selvitettiin tärkeimmät pienoisravintotekijät

Ennen ravitsemushoidon aloittamista Kaarlo Jaakkola suosittelee, silloin kun se on mahdollista, tehtävän tarkat mittaukset, joissa laboratoriotestien perusteella selvitetään, millaisia mahdollisia puutoksia elimistössä on eri hivenravintoaineista.

Mittausten lisäksi Jaakkola haastattelee asiakkaansa perusteellisesti ja tekee myös muita tarvittavia tutkimuksia. Laboratoriomittausten, niiden analysoimisen, haastattelun ja muiden tutkimusten perusteella hän laatii asiakkaalle suosittelemansa ruokavalio- ja ravintolisäohjelman.

Näin toimittiin myös Esa Pitkäahon kohdalla: haastateltiin, tehtiin laajat laboratoriotestit ja suunniteltiin, että aloitetaan laaja ravitsemushoito syöpähoitojen rinnalla.

– Ensimmäisellä kerralla olin Jaakkolan vastaanotolla 2,5 tuntia. Tehtiin paljon tutkimuksia. Lisäksi meillä ke-

miat synkkasivat erittäin hyvin yhteen. Juteltavaa riitti muun muassa Suomen terveydenhoidon tilasta, kertoo ambulanssiyrittäjänä yli 40 vuotta toiminut Pitkäaho.

Verinäytteissä suuria puutoksia vitamiineista ja mineraaleista

Laboratoriotesteissä 14.8.2012 otetuissa verinäytteissä selvisi, että Esa Pitkäaholla oli melko matala seerumin kalsiumtaso, huomattavan matala foolihapon, A-vitamiinin, E-vitamiinin ja beetakaroteenin taso sekä melko matala B12-vitamiinin taso. Lykopenin taso oli erittäin matala. Ubikononi- eli Q10-arvo oli myös matala.

B1-vitamiinin taso oli alhainen, B2-vitamiinitaso oli melko alhainen ja B6-vitamiinitaso hyvin alhainen.

Solunsäisissä hivenainemittauksissa todettiin erittäin matala seleenitaso, kohtalaisen matala punasolujen kupari ja lievästi matala sinkkitaso. Mangaani oli myös selvästi alle tavoitetason.

Maksatutkimuksissa selvisi, että Pitkäahon kaikki maksa-arvot olivat koholla.

Energiaa lihassoluihin varastoivan kreatiinin taso oli hyvin alhainen. Se kertoi, että Pitkäahoa vaivasi vahva lihaskato eli katabolia.

Vaikeitakin sairauksia voidaan auttaa ravitsemushoidoilla

– Ensimmäisellä vastaanottokerralla Kaarlo Jaakkola sanoi minulle, eettä vaikeitakin sairauksia voidaan hoitaa ravitsemushoidoilla, joihin sisältyvät erityisesti keskeiset antioksidantit, mutta sinulla on pitkä tie kuljettavana, Esa Pitkäaho kertoo.

Pitkäaho päätti lähteä Jaakkolan suosittelemalle tielle ja hankki Jaakkolan reseptiin kirjoittamat antioksidantit.

– Osa haettiin yliopiston apteekista, loput luontaistuotekaupasta, Pitkäaho sanoo.

Syyskuussa 2012 saatiin todeta elimistön olevan korjausprosessissa

Antioksidantit alkoivat nopeasti kohentaa Esa Pitkäahon kuntoa. Sairaalan kontroleissa voitiin magneettikuvauksissa todeta haiman syöpäkasvaimen pientyneen.

Elokuisen ensimmäisen käynnin jälkeen Pitkäaho tuli seuraavan kerran Kaarlo Jaakkolan vastaanotolle 13.9.2012.

Silloin saatiin todeta Pitkäahon voimien kohentuneen, myös pahasti ripuloinut suolisto oli alkanut rauhoittua. Liikunta oli väsymyksen vuoksi vielä vähäistä, mutta vieraita Pitkäaho oli jo jaksanut ottaa vastaan ja seurustella heidän kanssaan vuorokauden uupumatta.

13.9.2012 Jaakkola sai todeta Pitkäaholla olevan selvä anabolinen eli elimistön korjausprosessin kausi.

Sytostaattikuureja Pitkäaho oli tuohon mennessä saanut seitsemän. Hoitosuunnitelmassa oli kaikkiaan kymmenen sytostaattikuuria. Niiden ohella hänellä oli Jaakkolan suosittelema vahva tukilääkitys ravitsemushoidolla eli antioksidanteilla.

Kolmannen kerran Esa Pitkäaho tuli Kaarlo Jaakkolan vastaanotolle 14.11.2012. Silloin ravitsemushoitoa oli jatkunut neljä kuukautta.

Tuolloin hänellä oli kerrottavaan erinomaisen hyviä uutisia.

Pitkäaho oli jatkanut ravitsemushoitoja täsmällisesti Jaakkolan kirjoittamien reseptien mukaisesti. Etenkin B12-vitamiinipistokset olivat olleet käännteentekeviä Pitkäahon voinnille.

– Jo ensimmäisen B12-pistoksen jälkeen tapahtui suuri muutos jaksamissani, Pitkäaho kertoo.



– Tämä on sitä elämän eliksiiriä, Esa Pitkäaho naurahtaa antioksidanttijuomaa siemaillessan.

Kaarlo Jaakkolan reseptin mukaisesti antioksidanttijuomaan sekoitetaan 5 desiä vettä, 50 grammaa Remiksi-palautusjuomajauhetta, yksi Vahva Neurolipidi-uutepakastepala sekä pari, kolme Green+ -pakastettua vehnäoras-spiruliina-chorella-vihreätee juomatiivistepalaa.

Kaiken kaikkiaan hän sai Kaarlo Jaakkolan suosittelemia B12-vitamiinipistoksia yhteensä kuusi.

Sairaalan syöpäkontroleissa syöpämarkkerin oli todettu laskeneen kesäkuun 2012 arvosta 270, arvoon 23 (viitearvo on alle 37). Ultraäänitutkimus osoitti 18.10.2013, että haimassa ei ole enää mitään hälyyttävää, tuumorialueella on kysta ja haiman pään alueella ikään kuin arpeutunutta kudosta. Sytostaattikuurit Pitkäaho oli kestänyt hyvin ja myös toipunut niistä ilman, että kunto olisi romahtanut. Ilman ravitsemushoitoa se ei olisi ollut Jaakkolan mielestä mahdollista. Kipulääkkeitä hän ei ollut enää juurikaan tarvinnut ravitsemushoidon aloitettuaan.

Jaakkolan vastaanotolla 14.11.2012 Pitkäaho kertoi myös aloittaneensa metsätöiden tekemisen.

Jaakkola ja Pitkäaho sopivat tuolloin marraskuussa 2012, että hän tulee Jaakkolan vastaanotolle uudellen kolmen kuukauden kuluttua, ja silloin tehdään uudet, tarkat laboratoriotestaukset. Siihen saakka hän jatkaa tukilääkitystä Jaakkolan suunnittelemaalla ravitsemushoidolla.

Paino nousi mukavasti ja aina oli nälkä!

Kun Pitkäaho tuli 12.3.2013 Kaarlo Jaakkolan vastaanotolle, hän sai ilokseen kertoa olevansa entistä paremmassa kunnossa. Tuolloin ravitsemushoitoa oli jatkunut seitsemän kuukautta. Paino oli noussut mukavasti. Ruoka maistui niin hyvin, että miehen oli aina nälkä! Erityisesti kaikki kalaruoat olivat Pitkäahon mieleen.

Sairaalan kuvantamistutkimuksissa ei alkuvuodesta 2013 enää näkynyt lainkaan vanhaa kasvainmassaa. Syöpämarkkeriarvot olivat myös pysyneet reilusti alle viitearvojen.

14.5.2013 Jaakkolan vastaanotolle tullessaan iloiset uutiset jatkuivat. Pitkäahon paino oli noussut 80–82 kiloon, jossa se on tälläkin hetkellä.

– Tässä painossa minun on hyvä olla, Esa Pitkäaho totesi 18.2.2014 ja jatkoi:

– Olen sitä mieltä, että antioksidantit paitsi paransivat syöpäni, myös pitävät aineenvaihduntani kunnossa ja painoni minulle optimaalisessa lukemassa eli 82 kilossa riippumatta siitä, mitä syön. Reilut 30 vuotta sitten painoin tämän verran, ja nyt on olo samanlainen kuin tuolloin nelikymppisenä! mies naurahti silmäänsä iskien.

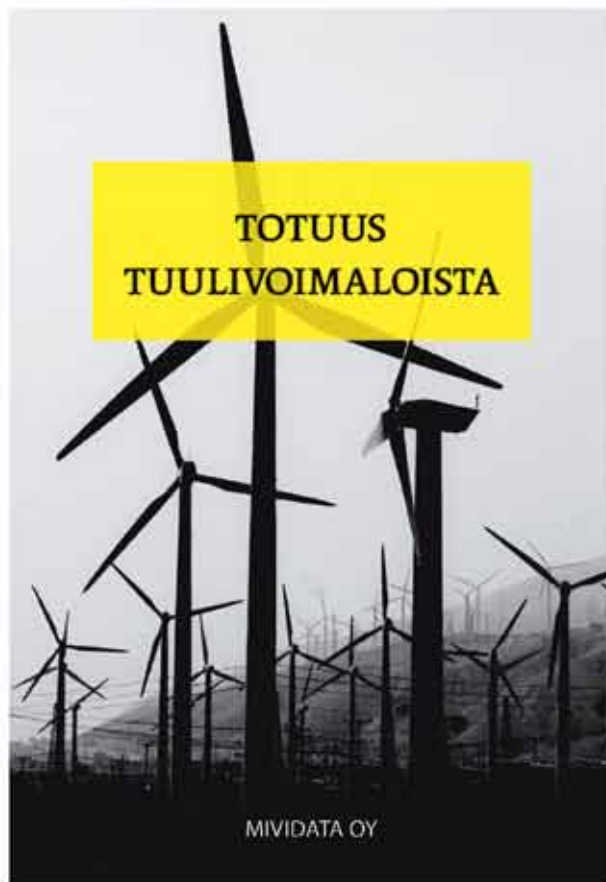
Neljä vahvaa naista pitivät elämässä kiinni

Ensi kesänä yli 30 vuotta tennistä pelannut Esa Pitkäaho mieli takaisin tenniskentälle. Pariin vuoteen hän ei ole jaksanut pelata tennistä. Tosin viime kesänä Pitkäaho jaksoi tehdä erittäin paljon fyysisiä rakennustöitä muun muassa naapurissa ja sisarusten yhteisellä kesämökillä.

Viimeisen sytostaattikuurin Pitkäaho sai 4.5.2013. Kontrollit syöpäosastolla jatkuvat edelleen.

– Sairauden selättämisessä iso kiitos kuuluu Kaarlo Jaakkolan ravitsemushoidoille, kertoo Pitkäaho.

Kaarlo Jaakkolan hoitojen lisäksi Esa Pitkäaho kiittää hyvien ystäviensä korvaamatonta tukea sekä neljän vahvan naisen tukiverkostoan, joka piti hänet elämässä kiinni silloinkin kun tuntui, että elämä loppuu. Naisystävänsä **Marjan** lisäksi Pitkäahon naisverkostoon kuuluvat hänen kaksi tyttärtään, **Sanna** ja **Satu**, sekä hänen **Kaarina**-sisarensa. ♦



VAIKKA SUOMALAISET PÄÄOSIN KANNATTAVAT TUULIVOIMAA, LAAJA JOUKKO ASUKKAITA JOUTUU KÄRSIMÄÄN TUULIVOIMALOIDEN AIHEUTTAMISTA HAITOISTA.

Uusia voimaloita on tulossa, ja asukkaat ovat huolissaan etenkin melu- ja maisemahaitoista. Tuulivoimaloiden lähiasukkaiden on ollut vaikea saada puolueetonta tietoa voimaloiden vaikutuksista ja niihin liittyvistä ongelmista.

Totuus tuulivoimaloista on katsaus suurten tuulivoimaloiden vaikutuksista ihmisen terveyteen, ympäristöön, eläimiin, maisemiin ja luonnonrauhaan.

Suomalaisten on aika herätä tietämään, että kyseessä eivät ole vain harmittomat myllyt vaan suuret teollisuuslaitokset, joiden haitat on otettava huomioon ennen rakentamista.

**Kysy Totuus tuulivoimaloista
-kirjaa kirjakauppialtasi!**

