

Lapsuuden traumailla on pitkät jäljet

Lapsena koettu pahoinpitelyn, heitteillejätön ja vanhemmista erottamisen on nähty vaikuttavan terveyteen vielä aikuisenakin. Haitat eivät ole ainoastaan psykologisia. Varhaislapsuudessa koettu stressi näyttäisi vaikuttavan myös fyysiseen terveyteen.

Professori **Johan Eriksson** on tutkinut lapsuudessa koettujen traumojen vaikutuksia seuraamalla, miten sotalapsuus vaikuttaa terveyteen.

– Sotalapsikokemus oli hyvin traumaattinen. Lapsi erotettiin vanhemmistaan ja lähetettiin vieraaseen maahan vieraiden ihmisten luo. Monesti sisaruksetkin erotettiin toisistaan, hän kertoo. Talvisodan ja jatkosodan aikana Ruotsiin ja Tanskaan evakuoitiin noin 70 000 suomalaista lasta. Tarkoituksena oli suojella heitä sodan julmuudelta ja sen aiheuttamalta köyhyydeltä. Kaikilla perheillä ei ollut rahaa lasten ruokaan tai vaatteisiin. Silloin lapsen lähettäminen ulkomaille saattoi tuntua lapsen pelastamiselta.

Erikssonin mukaan sotalapsi on tavallaan kokenut trauman kaksi kertaa.

Ensimmäinen trauma syntyi, kun lapsi erotettiin perheestään ja toinen kun lapsi erotettiin uudesta perheestään. Osa lapsista joutui kokemaan lähdön ja paluun jopa kolmesti. Heidän stressinsä moninkertaistui.

– Lähtö muutti lapsen elämässä kaiken: perheen, puhutun kielen, ruoan ja tavat, Eriksson kuvaa.

Tutkimuksessa 1 778 sotalasta

Erikssonin johtama tutkimus tehtiin Helsingin syntymä-kohortin avulla. Kyseessä on suomalainen pitkittäistutkimus, johon on osallistunut 13 345 Naistenlinikalla ja Kättilöopistolla vuosina 1934–1944 syntyntä miestä ja naista. Tästä joukosta sotalapsia oli 1 778. Sotalapsitiedot käyvät ilmi Kansallisarkiston lastensiirtoarkistosta.

Eriksson huomauttaa, että todennäköisesti sotalapsia on ollut suurempikin joukko, sillä osa lapsista lähetettiin ulkomaille ystävien ja sukulaisten avulla. Näistä siirroista ei ole jäänyt arkistoon jälkiä.

Vaikutukset biologisia ja psykologisia

Mitä lapsena koettu trauma siis tekee keholle ja mielelle? Erikssonin mukaan ainakin sotalapsien kohdalla vastaus riippuu siitä, kuinka kauan lapsi oli ulkomailla ja kuinka nuorena hänet erotettiin perheestään.

– Sotalapset olivat erottamisen hetkellä hyvin eri-ikäisiä. He olivat sylivauvoista aina kymmenvuotiaisiin. Ulkomailla asuminen puolestaan vaihteli muutamasta kuukaudesta jopa kahdeksaan vuoteen. Selvisi, että vaikutukset olivat sitä suuremmat, mitä nuorempi lapsi oli erotuksen hetkellä ja mitä kauemmin ulkomailla asuminen kesti, hän kertoo.

Psyykkiset seuraukset näkyivät lisääntyneenä mielenterveyshäiriöriskinä, erityisesti persoonallisuus- ja päihdehäiriöinä. Entiset set sotalapset myös kärsivät aikuisiän masennuksesta enemmän kuin muut ikäluokkansa ihmiset.

Erikssonin mukaan jonkinlaisia psyykkisiä vaikutuksia osattiin odottaa, mutta yllättävää oli se, että sotalapsuus vaikutti myös fyysisesti. Kävi nimittäin ilmi, että entisillä sotalapsilla on aikuisina enemmän sepelvaltimotautia ja tyypin 2 diabetesta. Lisäksi heillä oli korkeampi verenpaine.

Erikssonin mukaan syy oireisiin löytyy elimistön stressihormonijärjestelmästä eli kortisoliaineenvaihdunnasta. Sotalasten stressihormonijärjestelmä ohjelmoitui koetun stressin takia uudestaan ja sen vaikutukset olivat pysyviä. Kortisoliaineenvaihdunnalla on suuri merkitys niin masennuksen, sepelvaltimotaudin, diabeteksen kuin verenpaineenkin kehityksessä.

– Kortisolitaso muuttuu stressin aikana, sillä se nostaa sen hetkistä suorituskyykyä. Se tavallaan valmistaa henkilön pakenemaan tai taistelemaan, Eriksson kertoo.

Miksi tutkitaan vasta nyt?

Eriksson ihmettelee sitä, että sotalasten hyvinvointia ei ole tutkittu aikaisemmin.

– Syynä saattaa olla se, että sotalapsuutta pidettiin lähtökohtaisesti hyvänä asiana. Lapsiahan lähetettiin turvaan sodalta, hän pohtii.

Sotalapsuudesta tuli suomalaisissa perheissä myös tabu. Siitä ei haluttu keskustella.

Perheenjäsenet olivat kokeneet tilanteen hyvin eri tavoin. Vanhempia saattoi kalvaa syyllisyys lapsen lähettämisestä pois. Lapsi saattoi kokea syyllisyyttä siitä, että hän kaipasi toisia vanhempiaan.

– Ehkä sodasta on nyt tarpeeksi pitkä aika? Muitakin sodan jättämiä traumoja on vasta viime vuosina alettu tutkia, Eriksson toteaa.

Syyn löytyminen sairauteen

Eriksson on saanut paljon palautetta entisiltä sotalapsilta.

– Palaute on ollut 90 prosenttisesti myönteistä. Moni entinen sotalapsi on oivaltanut, miksi sairastaa jotain tiettyä tautia. Tutkimus on avannut myös sellaisten ihmisten silmiä, jotka ovat kokeneet trauman lapsuudessaan.

Eriksson kertoo, että eräs tutkimukseen osallistunut nainen sairastaa tyypin 2 diabetesta. Nainen ei voinut ymmärtää, mistä oli sairauden saanut. Hän kertoi aina olleensa normaalipainoinen ja syöneensä terveellisesti.

– Kun hän sai tietää, että lapsuudessa koettu stressi lisäsi hänen riskiään sairastua tyypin 2 diabetekseen, hän oli helpottunut. Sairauden puhkeamiselle löytyi jokin järkevä syy ja se toi naiselle lohtua, Eriksson kertoo.

Tutkimuksessa havaittiin myös, että sotalapsuudella oli vaikutus taloudelliseen hyvinvointiin. Sotalapsuus näkyi heikompana tuloskehityksenä koko työssäoloajan ja suurentuneena todennäköisyyteen joutua taloudellisesti heikompaan asemaan kuin oma isä.

– Vertasimme myös sotalapsipoikien menestystä armeijan kognitiivisissa testeissä. Kävi ilmi, että sotalapsipojat pärjäsivät tovereitaan heikommin. Kun teimme testin uudelleen vanhuusiässä, entiset sotalapset saivat edelleen keskivertoa heikompia tuloksia. Sotalapsuus ei kuitenkaan vaikuttanut vanhenemiseen liittyviin kognitiivisiin muutoksiin, Eriksson kertoo.

Traumoja sodankin jälkeen

Eriksson huomauttaa, että lasten traumat eivät ole kadonneet mihinkään toisen maailmansodan jälkeen. Vastaavaa stressiä kokevat vielä nykypäivänkin lapset.

Suomessa lasten pahoinvointia lisää pahoinpitely, alkoholismi ja perheestä erottaminen. Myös ulkomailta muuttaneet pakolaislapset voivat oireilla sotalasten tavoin tulevaisuudessa.

Erikssonin mukaan vielä ei ole olemassa parannuskeinoa lapsena koettua ikävää kokemusta vastaan. Ainoa toimiva ratkaisu olisikin estää traumojen syntyminen.

– Se kuitenkin auttaa, että henkilö tiedostaa olevansa tietyissä riskiryhmissä kokemustensa takia. Niiden henkilöiden, jotka ovat kokeneet lapsuudessaan trauman, kannattaa kiinnittää huomiota syömiseensä ja verenpaineeseensa. Tutkimus todistaa mielestäni sen, että lasten hyvinvointiin pitäisi panostaa entistä enemmän. Lasten huonovointisuus näkyy vielä pitkällä tulevaisuudessa ja oireilu tulee yhteiskunnalle kalliiksi, Eriksson sanoo.

Johanna Nykopp

toimittaja

Johanna Nykopp, *Lapsuuden traumoilla on pitkät jäljet*. Potilaan lääkärilehti, 5.12.2014.
<http://www.potilaanlaakarilehti.fi/artikkelit/lapsuuden-traumoilla-on-pitkat-jaljet/>