

korttelissa.

Käsittääkseni kaikki tämä tuottajien ja kauppiaiden tapaaminen, haastattelu ja tietojen kerääminen on kuitenkin ollut sitä "täsmätoimintaa". Valmistajat ja kauppiat kaipaavat tutkittua tietoa, jonka avulla saadaan tehtyä laskelmat tulevan yrityksen kannattavuudesta. Eivät he voi harjoittaa hyväntekeväisyyttä, kuten sanottu. Yhdistyksemme kerää jäsenistöltä kokotietoja ja tilastoi ne sekä välittää eri tahojen tutkimuspyyntöjä ja lähettää saamansa tiedot tilastoina mm. yrittäjien käyttöön. Jäsenten tulisi oivaltaa, että kyselyihin vastaaminen parantaa viime kädessä palveluita. Kaikkien osallistuminen on tärkeää - aivan kuin valtakunnallisissa vaaleissa!

"Täsmätoimintaa" on ollut nähdäkseni myös yhdistyksen edustajien läsnäolo kokouksessa, joka järjestettiin yhdistyksen aloitteesta Kauppa- ja teollisuusministeriön toimesta. Siinä oli läsnä myös liike-elämän edustajia. Meille tehtiin selväksi, ettei ketään voida pakottaa valmistamaan ja myymään erikoiskokoja. Mikä kannattavuus, mitkä olisivat asiakasmäärät, onko erikoiskokoja Suomessa, mitkä ovat erikoiskokoja?

Jäsenistölle on tarjottu tilaisuuksia joukkovoiman näyttöön "täsmätoiminnassa". Vatevan messuilla, nykyisillä Helsingin muotimessuilla on ollut mahdollisuus käydä kahdesti vuodessa tutustumasa siellä näytteilleasettajina olleisiin valmistajien edustajiin sekä paikalla olleisiin sisäänostajiin ja puhumaan heidän kanssaan suoraan toiveistaan. Vatevan messut on tarkoitettu tuottajille ja sisäänostajille, eikä messuille pääse asiakas yksityishenkilönä. Yhdistyksen ryhmänä se on onnistunut, vaikka aluksi pääsy tuntui tyssäävän. Jäsenistöä on toivottu myös mukaan käynnille Mantereen kenkätehtaaseen keskustelemaan suoraan valmistajan kanssa.

Jäsenille on osoitettu eri seuduilla yhteyshenkilö, jolle ilmoittautumalla he voisivat yhdessä kääntyä toiveineen jonkun paikallisen yrittäjän puoleen ja täten harjoittaa paikkakunnallaan "täsmätoimintaa". Tarjotut tilaisuudet eivät ole herättäneet jäsenten kiinnostusta toivotulla tavalla. *Onko sinulla jokin hyvä idea, jota ei tähän mennessä vielä olla huomattu käyttä?* Kerrohan, ole hyvä!

Laajennettua "täsmätoimintaa" ovat erikoiskokoisten tuotteiden myyntimessut. Keskuudessamme syntyi varsin pian idea suuremmasta tapahtumasta, jossa jäsenistölle olisi saatavilla monenlaisia erikoiskokoisia tuotteita samalla kertaa, ja myös myyjät saisivat selville asiakkaiden määrän ja heidän tarvitsemansa koot. Jäsenlehtemme eri numeroissa on tarkemmin kerrottu tavoitteista.

Ensimmäiset messut Tampereella kevätpuolella 1998 olivat "näytön paikka". Se ilmoitettiin selvästi jäsenlehdissä. Jäsenistön kiinnostus tapahtumaan ei kuitenkaan ollut riittävä. Nyt ERIKO-messuja vuodelle 2000 suunniteltaessa tämä vähäinen kiinnostus kostautui saadessamme silmillemme kärkeviä huomautuksia joiltakin yrityksiltä, joita pyysimme osallistumaan messuillemme, kuten esim. "Eihän siellä teidän edellisillä messuillanne kovin paljon kävijöitä ollut. Emme nyt taida viitsiä vaivautua, sillä messuille myyjäksi tulosta on niin kova homma ja paljon menoja. Pitää palkata eri ihmiset sinne messuille meiltä viikonlopuksi, eikä oikein ole resursseja... Ja tuleeko niitä kävijöitäkään...? Toisaalta ne, jotka osallistuivat Tampereen messuillemme, olivat tyytyväisiä ja haluavat edelleenkin tehdä yhteistyötä kanssamme. *Onko sinulla jokin vielä käyttämättä jäänyt idea tähän kohtaan? Otetaan kiitollisuudella vastaan.*

Valtiovoiman puoleen kääntyminen. Tässä olemme, aiomme kääntyä uudelleen valtiovoiman puoleen asiassamme, koska näyttää siltä, että tarvitsemme erinäisiä valtiovoiman tukitoimia asiaamme täsmätoiminnan lisäksi. Jäsenlehdessä on selostettu mm. työryhmän perustamisen tarve. Yksinomaan trendikkäiden muotikenkien tarve ei herätä millään taholla vastakaikua. Emme voi lukeutua otsikon "Naiset-Muoti-Kauneus" alle, jota paikkaa yhdistykselle on näihin asti tarjottu. Meidän täytyy kertoa muutkin epäkohdat ja tuoda asiaamme esille perustaen ne laaja-alaisista ongelmistamme tehtyihin tutkimustuloksiin. Tähän yhteyteen kuuluu voimien ponnistus "Selviytymisoppaan" aikaansaamiseksi. Tässä tarvitaan kaikkien jäsenten yhteistoimintaa ja aktiivisuutta yhä enenevässä määrin.

Pannaan kaikki 1000 viisasta päätämme yhteen ja toimitaan!

MAIJU HAVINEN

TERVEYSASIAA

"Varpaani ovat menneet luonnonkiharalle",

sanoi *Juha Mieto* erään yhdistyksestämme kertovan lehtijutun yhteydessä. Niin on meistä monelle muullekin käynyt, koska saatavilla ei ole ollut sopivan kokoisia kenkiä. Seuraava, kirurgi *Jukka Viinamäen* haastattelu syntyi juuri näiden "kiharavarpaidemme" aiheuttamista pohdinnoista.

VAIVAISENLUUN JA VASARAVARPAAN HOITO.

Esitin kirurgisten tautien erikoislääkärille Jukka Viinamäelle kysymyksiä vaivaisenluun ja vasaravarpaan hoidosta. Sain seuraavat vastaukset:

Kysymys 1: Miksi vaivaisenluu tai vasaravarvas syntyy?

Vastaus: Vaivaisenluun syntyy vaikuttaa jossain määrin jalan rakenne, joka on periytyvä ominaisuus, mutta pääosa vaivaisenluusta on itse hankittu. Mahdollisuus vaivaisenluun syntymään on suuri silloin, kun nämä molemmat yllä mainitut syyt ovat sitä edesauttamassa.

Vasaravarvas on harvinaisempi ongelma. Sen synnyssä jalan rakenteella on suurempi merkitys kuin vaivaisenluun synnyssä. Myös jalkaterän rakennetta muokkaavat nivelsairaudet, kuten reuma, aiheuttavat vasaravarvasmuodostusta.

Kysymys 2: Mikä on kenkien merkitys? / Isojalkaisuus?

Vastaus: Kapeakärkinen kenkämuoti 1960-luvulla lisäsi vaivaisenluun esiintyvyyttä selvästi niillä, jotka olivat tuolloin kasvuiässä. Jos kapean kärjen lisäksi kengässä on vielä huomattavan korkea korko, niin varpaat ahtautuvat kengän kärkeen lisäten riskiä. Tilapäinen juhlakengän käyttö ei sitä tee, vaan siihen tarvitaan pitempiäaikainen "korkokengän" käyttö.

Usein isojalkaiset naiset varsinkin kasvuiässä, jolloin ei haluta erottua muista, käyttävät liian pieniä kenkiä, mikä myös edesauttaa vaivaisenluun ja vasaravarpaan muodostumista.

Kysymys 3: Esiintyykö näitä enemmän naisilla kuin miehillä?

Vastaus: Ei rakenteellista, mutta naisilla on enemmän hankittua vaivaisenluu- ja vasaravarvasmuodostusta kuin miehillä.

Kysymys 4: Missä iässä virheasento yleensä muodostuu?

Vastaus: Rakenteellista virheasentoa voi nähdä jo lapsilla tai ainakin varhaisnuorisolla.

Itseaiheutettu virheasento hankitaan nuorena kasvuiässä, mutta oireet lisääntyvät ja hoitoa vaativat muutokset nähdään useimmiten vasta aikuisella. (Muistanemme entisessä Kiinassa tapahtuneet tyttölasten jalkaterän kasvun estämisen jalkaterän sitomisella tai eräissä afrikkalaisissa kulttuureissa käytössä ollut kaulan pidentäminen metallirenkaita kaulaan lisäämällä.)

Kysymys 5: Miten virheasennon voi torjua ennakolta?

Virheasennot torjutaan välttämällä edellä mainittuja jalkaterän virheellisiä asentoja. Lisäksi kannattaa välttää ylipainon syntymistä.

Kysymys 6: Miten voi itse hoitaa vaivaisenluuta ja vasaravarpasta?

Vastaus: Vaivaisenluun hoitoon on saatavilla varvasväliin asetettavia "tyynyjä" ja erilaisia venytyslaitteita, jotka hidastavat sairauden etenemistä ja jonkin verran myös parantavat sitä.

Vasaravarpaan hoitoon ei ole kovin hyviä apuvälineitä, sen sijaan "vasaran" päälle muodostuvaa känsää voidaan hoitaa raspilla, pehmentävillä laastareilla tai antaa hoito jalkahoitajan tehtäväksi.

Kysymys 7: Olisiko parasta heti hakeutua leikkaukseen?

Vastaus: Oireilevat vaivaisenluut ja vasaravarpaat leikataan. Kipu on selkeä syy hakeutua leikkaushoitoon. Myös silloin kun jalkineiden löytyminen alkaa olla ongelma, kannattaa hakeutua leikkaushoitoon.

Kysymys 8: Onko ikäraja korjaukseen menolle?

Vastaus: Leikkausta ei mielellään tehdä vielä kasvuiässä, ellei kysymyksessä ole jalkaterän nivelsairaus (esim. reuma). Yläikärajaa ei ole. Leikkauksen tarve määritellään potilaan kunnon ja esim. vanhuksilla liikkumiskyvyn ja -tarpeen perusteella.

Kysymys 9: Onko erilaisia tapoja korjata?

Vastaus: Tapoja on hyvinkin monia. Kirurgi valitsee leikkaustyyppin yksilöllisesti huomioon ottaen varpaan virheasennon asteen, nivelen kunnon ym. seikat, joskin ns. "perusleikkaukset" ovat tavallisimpia.

Kysymys 10: Miten leikkaukseen hakeudutaan?

Vastaus: Se tapahtuu lääkärin lähetteellä, jonka voi saada terveyskeskuksesta tai yksityislääkäriltä.

Kysymys 11: Mikä on onnistumisprosentti?

Vastaus: Sekä vaivaisenluu- että vasaravarvasleikkaukset onnistuvat erittäin hyvin. Harvoin näkee huonoja lopputuloksia. Kirurgin on kuitenkin muistettava, että hyvä lopputulos on potilaan ja kirurgin yhteistyön tulos. Jälkihoito-ohjeiden noudattaminen on potilaalle yhtä tärkeää kuin leikkaus.

Kysymys 12: Onko vakavampia seurauksia, jos ei leikkauta?

Vastaus: Eipä juuri. Joskus hankalissa virheasunnoissa varpaitten ristiinmeno invalidisoi potilasta. Silloinkin vielä voidaan leikata, ja potilaan tilanne paranee huomattavasti, mutta lopputulos ei enää ole ihan yhtä hyvä kuin "aikoinaan" korjattaessa.

Kysymys 13: Onko saavutettu korjaustulos pysyvä?

Vastaus: Yleensä on, ellei potilaalla ole reumaa tai muuta etenevää nivelsairautta.

Kysymys 14: Kuinka pitkä on sairausloma leikkauksen jälkeen?

Vastaus: Potilaan työkyvyttömyysaika riippuu hänen ammatistaan, mutta molemmiin-

puolisen vaivaisenluuleikkauksen jälkeen se on noin 4-6 viikkoa, leikkauksen jälkeen 4 viikkoa ja vasaravarvasleikkauksen jälkeen noin 3 viikkoa.

Kysymys 15: Minkä hintainen leikkaus on?

Vastaus: Leikkauksen kokonaiskustannukset ovat noin 3000-5000 markkaa. Julkisessa terveydenhuollossa ts. sairaalassa leikattaessa potilas maksaa siitä noin 400 markkaa, ja loput maksaa kotikunta yhteisistä verovarjoista.

Yksityisissä sairaaloissa potilaan osuus on 2000-3500 markkaa, ja loput maksaa Kela sairausvakuutustaksan mukaisena palautuksena. Nykyisin monet kunnat ostavat leikkauspalveluita yksityisiltä lääkärikeskuksilta, jolloin potilaan kustannukset kunnasta riippuen ovat 250-400 markkaa, ja kunta maksaa loput samalla periaatteella kuin ostaessaan julkiselta palveluntuottajalta.

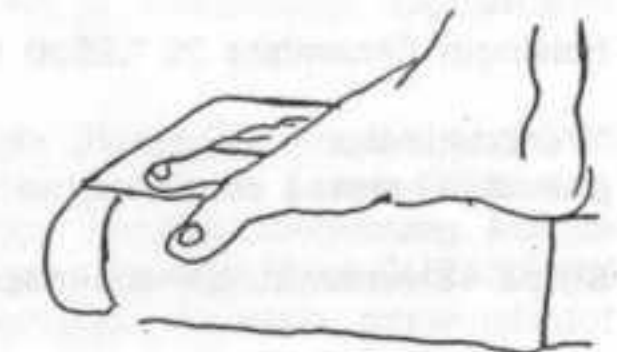
Kysymys 16: Voiko varpaan päästä katkaista vähän pois, jotta löytyisi helpommin sopivan kokoinen kenkä?

Vastaus: Muista varpaista voi lyhentää, muttei ukkovarpaasta, koska se häittäisi kävelyä.

* * *

Kitty Seppälä kirjoittaa MADAME-lehdessä:

Vaivaisenluun estäminen ja hoito.
Koukistele isovarvasta korokkeen päällä niin alas kuin saat. Jännitä 6 sekuntia. Toista 10 kertaa.



ISOKOKOISEN LAPSEN HOITO-OHJEITA 30-LUVULLA.

Edessäni on professori (sittemmin arkkiatri) Arvo Ylpön 5.4.1934 päivää kirje. Se on professorin ja isäni käymää kirjeenvaihtoa, joka koski isokokoisien lapsen, "Maiju-tyttösen", terveyttä. Ylppö kirjoittaa:

"Isokasvuisille ja roteville lapsille syntyy sangen helposti pitkäaikaisia ruumiinlämmön kohoamisia tilapäiskuumetautien jälkitilana. Tavallista nopeampi kasvu jo sellaisenaan tavallaan aiheuttaa liikalämpöä. Isoilla (ns. lymfaattisilla) lapsilla ovat imurauhaset tavallista suuremmat, ja niihin jää tautien jälkeen basilleja pitemmäksi aikaa kuin muilla lapsilla. Ruumiillinen liikunta synnyttää tällaisilla lapsilla helposti ns. "työkuumetta". Kun tyttö lepää keskipäivällä 1½ tunnin ajan, on kuume taas hävinnyt. Kylpyveteen voisitte sekoittaa ¼ paketin sisällöstä Ozonion-jauhetta, jolla saadaan aikaan ns. happikylpy. Viikossa 2 kertaa 37 asteinen kylpy 3 minuutin ajan..."

Minua kiinnostaisi tietää, onko joku teistä muista isokokoisista kokenut vastaavaa kuumeilua, ja mitä siltä on teille lääkäri sanonut. Onko tuollainen kuumellu vain "entisaikaa" ja myös Ylpön ohje vanhanaikainen? Jos asiasta on jotakin tietoa jollakulla, niin kerro. Tervelsin

MAIJU HAVINEN

PS. Suututti, kun piti kouluikään saakka nukkua ne päiväunet. Alistuin kuitenkin kuuliaisesti määräyksiin.

* * *

KONDOMIEN STANDARDIT.

EU-direktiivin mukaiset kondomin mitat: leveys 52 mm, pituus 178 mm. Näitä on suurin osa tuotteista.

Standardia suurempia ovat:

Durex Comfort, leveys 63 mm, kapein 55 mm, pituus 205-220 mm,
Hot rubber-Easy, leveys 55 mm, pituus 195 mm,
Durex Avanti, leveys 64 mm, pituus 180 mm, silikonia, sopii kumiallergikolle.

Standardia pienempiä ovat:

Mamba, leveys 47 mm, pituus 170 mm, tällä hetkellä saatavissa vain Ruotsista tai Tallinnasta. Suomeen ei vielä tuoda.
After Nine, leveys 47 mm, pituus 170 mm. Ongelmana ovat tuote-erissä ilmenneet kokoerot.

Myynti: Kondomeriet, Vilhonkatu 4, 00100 Helsinki, p. 09-661154. Myös postimyyntiä.

* * *

PIENI, UUSI TERVEYSTIETO.

Helsingin Sanomista 29.1.2000 on poimittu seuraava tiedonsiru:

"Verkkoklinikan kasvukäyrä näyttää helposti ja havainnollisesti oman lapsesi pituuden ja painon suhteessa suomalaisten lasten keskimääräiseen kasvutahtiin."

Siispä vanhemmat, sukeltakaapa seuraavaan netti-osoitteeseen:

www.verkkoklinikka.fi

MAIJU HAVINEN

* * *

HEALTH AND DESIGN -SEMINAARI.

Torstaina 25.11.1999 varapuheenjohtajamme, teollinen muotoilija Ari-Jukka Eskelinen osallistui Helsingissä järjestettyyn seminaariin, jonka aiheena oli rakennetun ja valmistetun ympäristön suhde ja vaikutus terveyteen. Seminaarissa käsiteltiin etenkin seniorikansalaisten lisääntyvän osuuden aiheuttamia muutostarpeita ympäristöön. Monissa kohdin nämä ovat samankaltaisia erikoiskokoisten henkilöiden vaatimusten kanssa.

* * *

LÄÄKEASIAA.

Kysy lääkäriltäsi särky- ja muiden käsikauppalääkkeiden kokoosi sopivia annosteluohjeita. Ainakin isoille henkilöille pakkauksiin painetut ohjeet ovat reilusti alimitoitettuja. "Pieniä ovat buranat särkylääkkeiksi."

LIISA LAVI-ESKELINEN

* * *

N-MITAT 2001 -PROJEKTI

Jokaisella naisella on

NYT

mahdollisuus vaikuttaa vaatetuksen istuvuuden ja paremman mitoituksen kehittämiseen uudella vuosituhannella.

N-MITAT 2001 -PROJEKTI

Kuopion Yliopiston vaatetusfysiologian laboratoriossa käynnistyi 1.6.1999.

Mittaamme ja valokuvaamme 2500 suomalaista naista. Analysoimme mitat, vartaloiden muodot ja asennot. Laadimme uudet mittataulukot vaatetusteollisuuden ja vaatetusalan oppilaitosten käyttöön.

Kuopion Yliopiston fysiologian laitoksen vaatetusfysiologian laboratorio vastaa projektin organisoinnista ja tutkimuksesta. Projektin johtajana toimii professori Osmo Hänninen, tutkijana Marja Asikainen ja projektisihteerinä Irja Rytönen. Projekti toteutetaan kahden vuoden aikana, ja se päättyy 31.5.2001. Projektimme toimii osana kansainvälistä EURATEXIN järjestämää mittataulukoiden uudistamisprojektia, jonka tavoitteena on saada mitoitustiedot ajan tasalle eri Euroopan maissa.

SINÄ, MITTAUKSESTA KIINNOSTUNUT NAINEN, ilmoittaudu lähimpään mittausryhmän numeroon. Mittausryhmämme edustaja ottaa yhteyttä, ja voitte sopia tarkemmin käytännön järjestelyistä ja mittauksen suorittamisesta. Mittaus kestää noin tunnin, ja kysymme mielipiteitä vaatetuksen valintaan ja istuvuuteen liittyvistä asioista.

MITTAUSRYHMÄT:

Kuopion Yliopisto/Marja Asikainen, p. 017-163 098, 050-375 5768

Kuopion Käsi- ja Taideteollisuusakatemia/Auli Ilmola, p. 017-308 515.

Pohjois-Savon Ammattioppilaitos/Ulla Eskola, p. 017-616 6296, 040-543 6829

Lahden Käsi- ja Taideteollisuusoppilaitos/Eeva Jaskari, p. 03-828 2266, 050-521 3735

Lahden Teknillinen Oppilaitos/Virva Toivanen, p. 03-828 3056, 040-528 2527

Lapin Yliopisto/Leena Maakanen, p. 016-341 2320

Turun Ammatti-instituutti/Pirjo Saarikko, p. 02-2633 3205

Helsingin Palvelualojen Oppilaitos/Tarja En, p. 09-310 8417

Helsingin Ammattikorkeakoulu/Terttu Emaus, p. 09-3108 4745.