

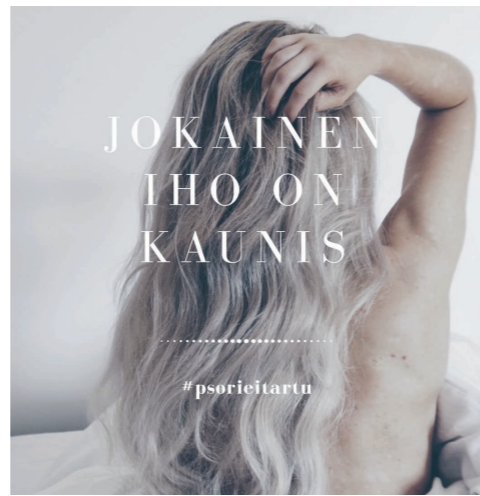
Psori on vain osa
sinua, se ei
määritä sinua
ihmisenä.

#PSORIEITARTU



JOKAINEN
IHO ON
KAUNIS

#psorieitartu



PSORIN HYVÄKSYMINEEN VEI AIKAA

JOKAINEN
IHO ON
KAUNIS

#psorieitartu

Emmi Kangaste

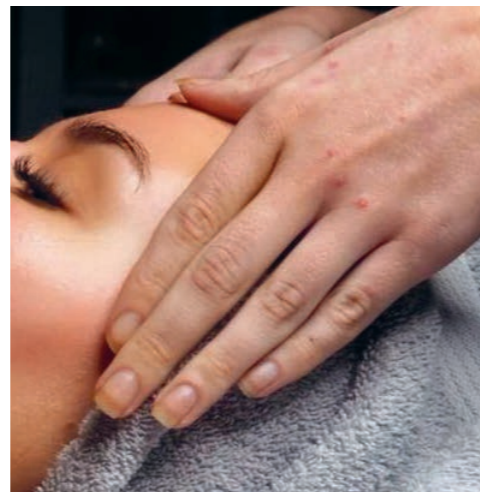
IKÄ 21

KOTIPAIKKA Espoo

AMMATTI Kosmetologi, kauneus-
hoitolayrittäjä, opiskelee sairaan-
hoitajaksi

HARRASTUKSET Twerkkaus,
koiran kanssa lenkkeily, kuntosali

MOTTO "Meissä kaikissa on
jotain kaunista."



Just be you,
be beautiful and
be comfortable in
your own skin.

#psorieitartu



TAPASIMME
Emmi Kangaste

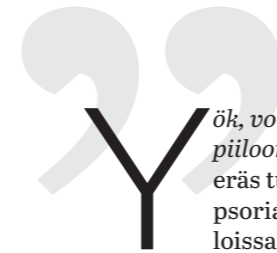
TEKSTI

Susanna Kaaja

KUVAT

Emmi Kangaste

Susanna Kaaja



Yök, voitko sä laittaa tuon
piiloon! Näin tokaisi
eräs tuttuni, kun näki
psoriasisihottuman ja-
loissani. Kyllähän se sa-
tutti, vaikka tiedän, että ihmiset
eivät välttämättä tarkoita pahaa.

Onneksi olen itsekin aika suorasa-
nainen ja osaan puolustaa itseäni.

Enemmän kuin ajattelematto-
mat kommentit, minua ärsyttä-
vät hyvää tarkoittavat vinkit. Jo-
kaisen psoriasis on erilainen, eikä
yksi hoitokeino välttämättä toimi
toiselle.

Kiinnostaako terveydenhuoltoa?

Avasin oman kauneushoitolan kak-
si vuotta sitten ja samaan aikaan
läheiselläni todettiin vakava au-
toimmuunisairaus. Olin tuolloin
tosi stressaantunut. Silloin jalkaa-
ni ilmaantui ensimmäinen kutise-
va läiskä. Pian niitä tuli lisää. Olin
kosmetologiopinnoissani lukenut
ihosairauksista ja aika nopeasti
ymmärsin, mistä oli kyse.

Sinnittelin vuoden ja menin ta-
paamaan lääkäriä vasta, kun läis-
kät levisivät koko vartalolle. Odo-
tin, että nyt saan apua ja pääsen
eroon tästä taudista. Ihan niin hie-
nosti se ei mennyt. Sain kahden
viikon kortisonivoidekuurin ja pe-
rusvoidetta, siinä se. Lääkäri ei
kertonut eri hoitovaihtoehdoista
eikä kehottanut tulemaan seuran-
taan. En saanut edes puhelinaikaa.
Käynnistä jäi rahastuksen maku.

Hoitosuhdetta en ole päässyt
luomaan tämän jälkeenkään. Vaik-
ka olen sanonut, että voiteet eivät
tepsi, terveysaseman lääkäri kir-
joittaa automaattisesti samaa sal-
vaa kuin ennenkin. Kuvaavaa on,
että viimeksi vedin oma-aloittei-
sesti housunpuntin ylös ja näytin
ihottumaani hänelle – lääkäri ei
olisi halunnut edes katsoa ihoani.

Toivon, että joku hoitohenkilö-
kunnasta ottaisi asiani omakseen:
olisi kiinnostunut, seuraisi auttavat-
ko hoidot ja pohtisi yhdessä minun
kanssani vaihtoehtoja. Nyt hoito on
jäänyt yksin omalle vastuulleni.

Ylämäki, alamäki

Kesti kauan hyväksyä, että psoria-
sis on tullut jäädäkseen. Tällä het-
kellä se oireilee ympäri kehoani,
erityisesti päänahassa ja jaloissa.

Psoriasis pahenee, jos stressaan.
Kun hain keväällä Laureaan sai-
raanhoito-opintoihin, pääsykokeis-
sa kynsieni alla oli verta, koska raa-
vin itseäni niin kovasti. Koulu ja työ
ovat väkisinikin välillä stressaavia ja
tykkään myös työskennellä pienen
paineen alla. Toisaalta koen, että
vapaalla on tärkeää saada vain olla
kotona ja rentoutua.

”

**Psorin hoito on
jäänyt yksin omalle
vastuulleni.**

En silti koe olevani sairas. Mi-
nusta psoriasis on vain mukana-
ni kulkeva ominaisuus. Migreeni
rajoittaa elämäni enemmän kuin
psoriasis. En elä kovin säännöllis-
tä elämää, mutta migreenin vuoksi
yritän huolehtia levosta. Olen myös
huomannut, että alkoholi pahentaa
psoriasisista.

Se, että olen työssäni tottunut
hoitamaan ihoa, on helpottanut
myös psorin hoitamista. Totta kai
ylä- ja alamäet vuorottelevat. Välil-
lä piilottelen läiskä ja toisaalta pii-
lottelu harmittaa. Sekin harmit-
taa, kun en voi käyttää esimerkiksi

tiukkoja housuja, koska iho on rik-
ki. Iltaisin mietin psoria paljonkin,
kun pitää läträtä rasvojen kans-
sa. Jos yhdenkin illan jättää välistä,
iho on aamulla heti huonompi.

Tietoa avoimesti

Olen onnekas, koska sain diag-
noosin vasta parikymppisenä. Tei-
ni-iässä taudin puhkeaminen oli-
si varmasti tuntunut pahemmalta,
koska erilaisuus on teininä iso asia.

Olen myös ollut jo pitkään pa-
risuhteessa ja kumppanini on tär-
keä tuki ja tsemppaaja. Alussa oma
iho ahdisti, mutta nyt vitsailemme
asiasta yhdessä.

Tietyllä tavalla sairastuminen
on kasvattanut itseluottamustani.
Koen, että on tärkeää levittää tie-
toa psorista muillekin. Siksi läh-
dimme opiskelukaveriideni kanssa
mukaan Psoriasisliiton #psoriei-
tartu-kampanjaan. Teimme kam-
panjalle Instagram-kuvia ja vide-
on, joissa mallina olen minä. Tämä
oli ensimmäinen kerta, kun näy-
tin psorin sosiaalisessa medias-
sa. Kampanjan jälkeen olen julkais-
nut myös omalla Instagram-tililläni
muutaman kuvan, joissa psoriasis
näky.

Kauneushoitolassani kerron
yleensä asiakkaille avoimesti pso-
rista, jotta he eivät ajattele, että kä-
sissäni on jokin tarttuva sairaus.
Edes terveydenhoitoalalla kaikki
eivät tunne psoria. Yksi opettajani
tokaisi, että "ennen harjoittelua si-
nun pitää kyllä hoitaa tuo ihottuma
käsistä pois". Ihan kuin se olisi tah-
don asia.

Psoriasis on muuttanut suhtau-
tumistani kauneuteen. Olen huo-
mannut, että kaikissa meissä on jo-
tain kaunista. Lohdutaudun sillä,
että vaikka ihoni ei olisikaan aina
ihan parhaassa kunnossa, piirteet
ovat ennallaan. ♦