

## Vapaaehtoisuus vahvistaa: Kuuntelija Tuomo

Tuomo Tenhunen toimii vapaaehtoisena, jotta muilla sairastuneilla olisi helpompaa.

Alku oli tyly. Kun Tuomo Tenhunen sai kuulla sairastavansa inkluusiokappalemyosiittia, tietoa oli tarjolla niukasti. Reumahoitajalta saatu esite kertoi, kuinka todennäköisesti diagnoosin saanut olisi viiden vuoden päästä elossa.??

”Ajattelin, että eihän tämä ensitiedon antaminen näin voi mennä.”?

Halu tehdä asiat helpommiksi muille sai Tenhusen hakeutumaan mukaan Reumaliiton vertaistukijaksi.?? Tenhunen oli tehnyt jo pitkään vapaaehtoistyötä kriisipalvelussa ja kehitysvammaisten parissa.??

Inkluusiokappalemyosiitti on hitaasti etenevä lihassairaus, jossa elimistö hyökkää omien lihassolujen kimppuun. Se kuuluu harvinaisiin reumasairauksiin ja siksi tietoa oli tarjolla vain vähän. Vertaistuessaa tiedon jakaminen ei kuitenkaan ole tärkeintä.???

”Vertaistukijana olen ennen kaikkea kuuntelija. Tehtäväni ei ole neuvoa. Kerron omista kokemuksistani vain, jos niistä suoraan kysytään.”?

Työuransa Tenhunen on tehnyt erityisopettajana ja rehtorina. Ne roolit pitää jättää vapaaehtoistyössä syrjään.??

”Vertaistukija on tavallinen ihminen, joka on samassa tilanteessa.”?

Parasta on, jos voi omalla toiminnallaan helpottaa jonkun toisen sairastavan tilannetta.??

”On hienoa, kun joku kertoo, että tukeni on auttanut. Ne hyvän mielen hetket ovat todella arvokkaita. Varmaan tämä on myös vähän luonnekysymys. Olen aina halunnut tukea ja auttaa muita, jos vain pystyn.”?



Kuva: Marjaana Malkamäki

## Vapaaehtoisuus vahvistaa

[Lue lisää Vapaaehtoisuus vahvistaa -kampanjasta.](#)