



SYKSY 2021

Ascaris Lumbricoides

SUOLET
Suomalaiset eläinlääketieteen opiskelijat Tartossa ry



Hallitus ja Toimikunnat

2021

Puheenjohtaja

Salli Jortikka

puheenjohtaja@suolet.fi

Varapuheenjohtaja

Olga Tammiruusu

varapuheenjohtaja@suolet.fi

Sihteeri

Julia Kinnunen

sihteeri@suolet.fi

Rahastonhoitaja

Wilma Vuontela

rahastonhoitaja@suolet.fi

Hyvinvointivastaava

Hanna Takkinen

hyvinvointi@suolet.fi

Koulutuspoliittinen vastaava

Essi Öljymäki

edu@suolet.fi

Yrityssuhdevastaava

Nora Plym

yrityssuhteet@suolet.fi

Koiratoimikunta

Outi Pyhälä

koiratoimikunta@suolet.fi

Juhlatoimikunta

Olga Tammiruusu

juhlatoimikunta@suolet.fi

Vaatetoimikunta

Essi Öljymäki

vaatetoimikunta@suolet.fi

Vapaa-ajantoimikunta

Wilma Vuontela

vapaa-aika@suolet.fi

Lehtitoimikunta

Nea Neva, Tia Pelkonen & Taru

Laurila

lehti@suolet.fi

Mediatoimikunta

Mona Toikka

Huonevastaava

Hanna Takkinen

Tutorvastaava

Maisa Heikkinen

tuutorit@suolet.fi

Sisällysluettelo

Päätoimittajalta	2
Puheenjohtajalta	4
Fuksit esittäytyy	5
Fuksiaiset	9
Syksyn tapahtumat	10
Hallitus 2022	13
Miten meni harkka?	15
Tuonti- ja vientimääräyksistä	27
Kissapotilaan kohtaaminen	31
Kulmakiviä työskentelyyn Suomessa	34
Hyvinvointipalsta	36
<i>Sponsorit</i>	<i>14, 30, 40</i>

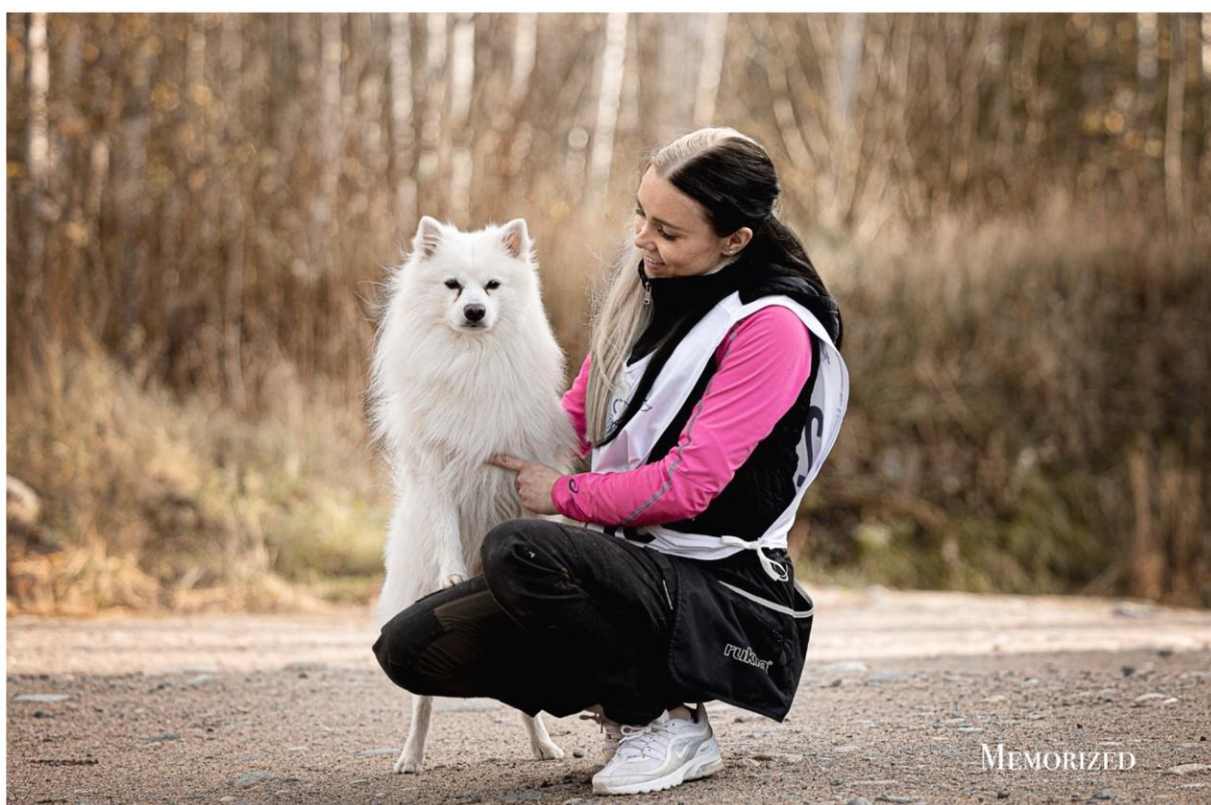
Päätoimittajalta

Eläinlääkäreiden jaksaminen on puhututtanut paljon viimeisen vuoden aikana. Omista kollegatuistakin yhä useampi on viimeisen parin vuoden aikana siirtynyt nelipäiväiseen viikkoon tai jopa tekemään vain paria päivää töitä viikossa eläinklinikoilla ja kokenut näin palautuvansa ja jaksavansa huomattavasti paremmin arjessa.

Omassa yksityisessä somessani toteutin hetki sitten mielenkiinnosta pienimuotoisen kyselyn aiheeseen liittyen, ja kyselyyni vastasi vuorokaudessa 74 tuttuani, joista yli puolet ovat eläinlääkintäalalla töissä tai opiskelemassa (eläintenhoitajia, eläinlääkäreitä, eläinlääkäriopiskelijoita).

Kysyin seuraavat kysymykset:

1. Millainen työarki olisi sulle sopiva, jos saisit juuri nyt päättää? <5pv töitä viikossa, 5 päiväinen työviikko VAI >5pv töitä viikossa?
2. Mikä olisi urahaaveesi seuraavista: Työskennellä aina Suomessa, työskennellä ulkomailla, työskennellä osittain Suomessa ja osittain ulkomailla VAI tehdä esim. työprojekti ulkomailla mutta pääosin työskennellä Suomessa?
3. Haluaisitko työskennellä a) täysin yrittäjänä, b) osittain yrittäjänä, mutta pääosin palkollisena, c) työntekijänä/palkollisena, d) töiden sijaan haluaisin opiskella tai jotain ihan muuta.



Suppean kyselyni mukaan näistä vastaajista suurin osa (49) toivoi tekevänsä <5pv töitä viikossa, suurin osa halusi työskennellä työntekijänä/palkollisena tai osittain yrittäjänä, osittain työntekijänä ja 9 henkilöä halusi mahdollisesti työskennellä tulevaisuudessa yrittäjänä. Vastaukset työskentelymaa-kysymyksen suhteen jakaantuivat melko tasaisesti: 13 halusi työskennellä aina Suomessa, 10 ulkomailla, 28 osittain Suomessa ja osittain ulkomailla, 23 toivoi saavansa tehdä työprojektin ulkomailla, mutta pääosin halusi työskennellä Suomessa.

Tämä kysely ei toki kerro koko Suomen tilannetta, mutta antoi ajattelun aihetta. Onko viiden päivän työviikko oletusarvo, vai onko sosiaalisesti hyväksyttävää haluta tehdä enemmän tai vähemmän töitä? Onko taloudellisesti kuitenkin mahdollista valita harvapäiväisempi työviikko? Miksi harvempi haluaa yrittäjäksi ja toisaalta useampi palkolliseksi? Millaiset eläinlääkintäalalla on mahdollisuudet, jos haluaa toteuttaa työskentelyään osittain yrittäjänä ja osittain työntekijänä? Mitkä ovat yrittäjyyden ja työntekijänä työskentelyn edut ja riskit?

Nyt eläinlääkiksen kolmosvuoden syksynä meillä alkoi etiikan kurssi, jossa nimenomaan ajatuksena on pallotella ja pyöritellä kysymyksiä mikä on oikein ja mikä väärin, mikä hyväksyttävää ja mikä ei. Näitä pallotteluita moni tuntuu tekevän myös työnteon suhteen ja sen suhteen, kuinka paljon "täytyy" jaksaa ja milloin hyväksyttävää kieltäytyä tai tunnustaa ettei ehkä jaksaa.



Niinpä jätänkin nämä mielestäni tärkeät aiheet tähän myös teille muille pohdittavaksi: minkälaisesta (työ)elämästä olet tullut tähän hetkeen missä nyt olet ja mihin päin haluat olla menossa?

*
Nea
*

P.S. Kuvassa ahkera Lehtitiimi vuosimallia 2021 pistämässä syksyn lehteä pakettiin! ;)

Ascaris Lumbricoides on Suolet ry:n jäsenlehti, joka ilmestyy joului- ja tammikuussa. Seuraavan lehden deadline on huhtikuussa.

Materiaali:

teksti .doc tai .docx -muodossa

kuvat erillään .jpg tai .png -muodossa.

Kannen kuvat Valpuri Kankaanpää

Päätoimittajan kolumnin ensimmäinen kuva Eveliina Nokelainen



Puheenjohtajalta

Syksy on taas hurahtanut ohi pikajunan lailla, ja ulkona riehuva lumi-inferno tuo mukavasti kaivattua valoa pimeisiin iltoihin. Vielä muutaman viikon tsemppi ja sitten voikin hiljentyä hetkeksi joulun viettoon.

Syksy on ollut täynnä touhua, ja välillä tuntui, että muutama lisäpäivä viikkoon olisi ollut enemmän kuin tarpeen. Kaiken kiireen ja stressin keskellä oli pakko opetella ottamaan enemmän omaa aikaa, että homma pysyy kasassa ja jaksaa painaa. Kaiken sen puuhailun keskellä, muistelin erään kollegan muutama vuosi sitten antamaa neuvoa: ota tarvittaessa lomaa, ei täältä yhden viikon poissaolon takia ulos lennä ja kaikki on yleensä sovittavissa.

Vaikka kuinka kamalalta ja pahalta alkuun tuntuikin jättää hetkeksi koulutehtävät ja sähköposti rauhaan, oli se enemmän kuin tarpeellista oman jaksamisen kannalta. Ilokseni huomasin, että tämän syksyn aikana moni suolinkainen otti omaa lomaa, ja uskon että hetki eri maisemissa – oli se sitten pidempi viikonloppu kotona tai jossain maailmalla, tekee erittäin hyvää motivaatiolle ja jaksamiselle. Siis uskaltakaa olla lomalla, uskaltakaa rentoutua kunnolla ja unohtaa velvollisuudet hetkeksi!

Onneksi syksyn kalenterissa oli opiskeluiden ja muiden kiireiden lisäksi myös kivoja tapahtumia, joissa vihdoinkin pääsi näkemään suolinkaisia ja nauttimaan yhdessäolosta. Myös kahden vuoden tauon jälkeen pääsin vihdoinkin edustamaan ainejärjestöämme puheenjohtajan roolissa TaSLOn vuosijuhlille. Toivotaan että keväällä saamme vihdoinkin juhlistaa myös omaa ainejärjestöämme, 20-vuotis juhluvuoden merkeissä.

Itselläni nämä vuoden viimeiset viikot ovat myös viimeiset viikot Suolten hallituksessa ja sen puheenjohtajana. Kolmen vuoden ajan olen puuhaillut mukana hallituksessa, ja kahtena näistä olen saanut kunnian toimia puheenjohtajana. Paljon on saatu aikaan, harmillisesti paljon jäi vielä ajatuksen tasolle, kun maailma kääntyi ylösalaisin pandemian vuoksi. Kaikista perumisista, nenäsielutesteistä ja Teamsin teknisistä ongelmista huolimatta, olivat nämä vuodet erittäin antoisat – kiitos niistä jok’ikiselle, joka oli mukana tekemässä ja kokemassa! <3

On ilo antaa puhiksen saappaat seuraajalleni Katrille, toivon hurjasti onnea ja menestystä tulevalle kaudelle sekä uudelle hallitukselle, että toimikunnille. Toivottavasti teidän ei tarvitse perua aivan kaikkea! ;)

Nokka kohti uutta ja
tuntematonta,

Rakkain ja haikein terveisin,

Salli



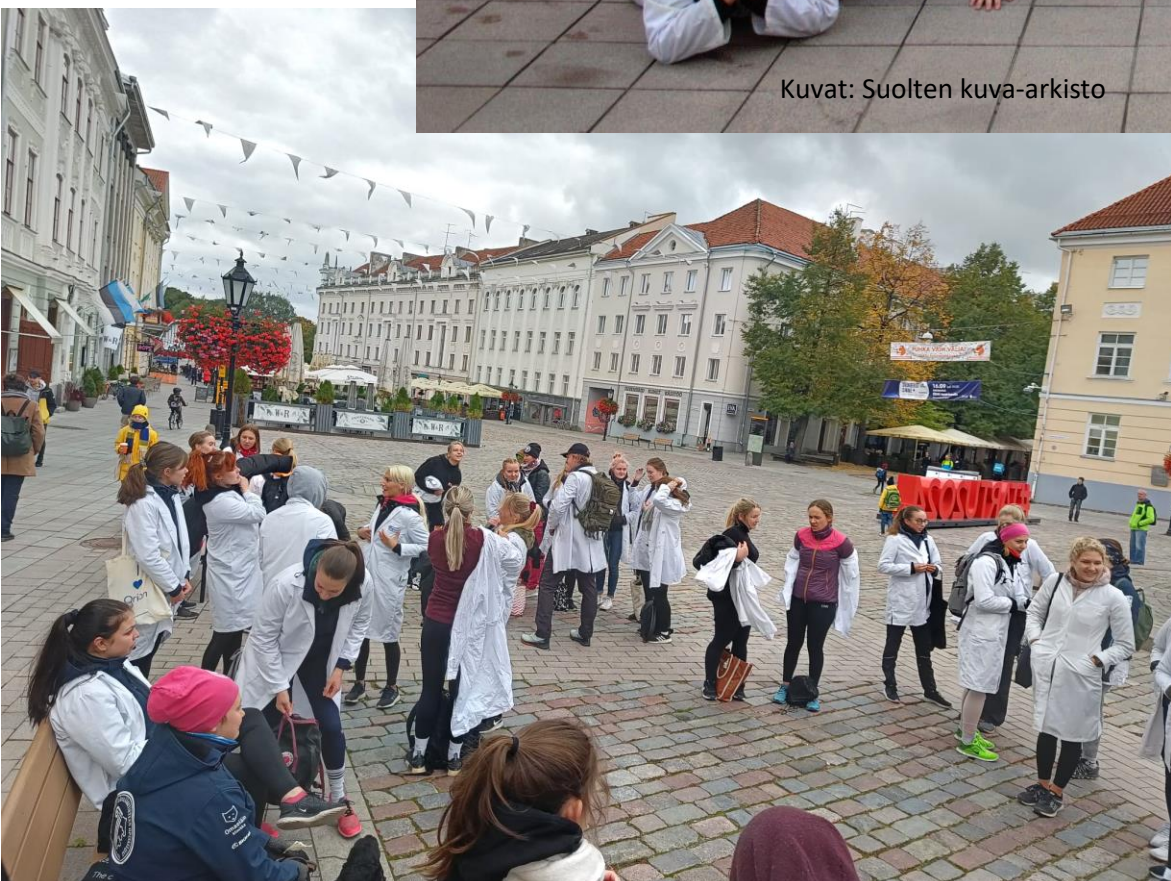
Fuksit esittäytyy

Kyselimme muutamalta uudelta fuksiltamme kysymyksiä!

1. Kuka olet ja mistä tulet? | *Who are you and where do you come from?*
2. Oliko sinulla elämää ennen Tarttoa? Millaista se oli? | *Did you have a life before Tartu? What was it like?*
3. Miksi Tartto? | *Why Tartu?*
4. Miten vietät vapaa-aikaasi? | *How do you spend your spare time?*
5. Mikä tartuntatauti olisit? | *Which infectious disease would you be?*



Kuvat: Suolten kuva-arkisto





1. Hello everyone! My name is Alina Eronen, 27 years old yogi from Finland, Tampere.

2. Not much of a life before coming here, living in the grey zone, except loving every animal and nature. I feel like now I am finally living the life I have been preparing myself for these past 27-years. Becoming a veterinarian has always been my dream and now I am living my dream fullest. I really like the people here, especially my classmates ;), and nature is really similar to Finland, even better. Me and my dog really loved

the Elva, nature path. Now I am really looking forward that the studies begin, since we foxes had enjoyable and safe Orientation-week behind. Feeling very much welcomed and lucky to be a part of Estonian University of Life Sciences and of course most importantly the Suolet Ry-team. I said back in Finland that I will get in to veterinary school and Suolet-team! Now I am in both of them, feeling unreal, and for the first time in my life, I feel like I belong.

3. Tartu was self-evident for me, since I have read and heard so much good about the University and the life in Tartu. The key of coming here was the fact that the veterinary studies are in English, distance is really small to Finland, and the nature is really green and clean. I felt like I would really enjoy the life here in Tartu, and so far, so good.

4. Most of my spare time I spend with my dog, Lola. She is 10 years old and she has super personality. Feeling like she is the Yoda, from Star Wars, and I am the student. We go out and play mostly, not forgetting the sleep! I also love to be with horses, do yoga, hike, watch good movies and listen to music. Music really helps me to study, so huge bonus. You can also see me on the back of a bike, since I love bicycling around the year.

5. Hah, this was difficult, but if I must say just one then I probably be coronavirus (COVID-19), since I would love to connect with everyone around the world. :D Also it is harming the lungs and I love breathing the fresh air, So I would definitely be in someone's lungs (omg don't hate me).

~ ~ ~



1. I'm Anne and I'm originally from Joensuu, Eastern Finland.

2. I used to have a life but in recent years all I did was work, sleep and work some more (as a nurse). Luckily, I now get to have a life again, yay!

3. I had heard mainly good things about Tartu and the Vetmed program here. It's a perfect city for me and I'm very happy that I got in.

4. Reading books and playing with my cats. I am planning on starting some new hobbies here in Tartu and also socialising with all the great people!

5. Toxoplasmosis because of all the cat litter that I scoop all the time.

1. I am Sara from Helsinki, Finland.

2. After high school I wanted to get a job, focus on my dance hobby, move away from home, and then get into a university. And that's what I did! Before moving to Tartu, I worked as a vice restaurant manager in a busy restaurant in the centre of Helsinki. It was fun to try a managerial job for a while and develop myself further.

3. At first, full time studying abroad wasn't really an option for me. Eventually, moving to another country and studying in English in an international environment started to feel like the best option for me and my future plans. Tartu stood out for me, because it's such a beautiful town and I would be able to also enjoy some of the Finnish type of university traditions with Suolet there!

4. In my spare time I enjoy watching TV-series and movies, hanging out with friends, cooking, doing artsy stuff like painting, playing music and photographing.

5. I would be chickenpox, because of its cute name!



~ ~ ~

1. Olen Alina, 26-vuotias urheiluhullu ja insinööri Espoosta. Muutin Tarttoon kissani Viiman kanssa, ja olemme molemmat viihtyneet täällä paremmin kuin hyvin.

2. Aikaisemmin olen opiskellut itseni tuotantotalouden insinööriksi Metropoliasissa ja työskennellytkin insinöörinä useamman vuoden, mm. VR:llä ja Orionilla kunnossapitopuolella. Orionilla työskentelen edelleen koulun ohessa. Olen myös aina pitänyt kamppailulajeista, ja ennen covid pandemian alkamista ehdin myös otella muay thai kehissä parin vuoden ajan.

3. Alun perin hain eläinlääkikseen Tarttoon, koska kokopäivätyön ohella en olisi mitenkään pystynyt opiskelemaan tarpeeksi päästäkseni Helsingin eläinlääkikseen. Nyt kuitenkin Tartossa asuessa olen huomannut valinnan olleen muutenkin hyvä. Opiskelu englanniksi on ollut mielenkiintoista ja olen päässyt myös oppimaan lisää viron kielestä ja kulttuurista, vaikka lähellä Suomea ollaankin. Lisäksi Fraternitas Fennican kautta olen päässyt tutustumaan virolaiseen järjestötoimintaan ja Virolaisiin ylipäätään.

4. Jos ... tai siis kun opintojen ohessa on joskus vapaa-aikaa, käyn juoksemassa, salilla ja olenpa löytänyt thainyrkkeilysalinkin täältä Tartosta. Vastapainona kaikelle reippailulle rakastan myös bilettämistä, laulamista sekä hyvää olutta. En ole tosin löytänyt vielä karaokebaaria tästä kaupungista, joten sellaista odotellessa.

5. Kukaan ei voi olla vihainen taudille, jonka voi saada niinkin kivasta aktiviteetista kuin pussailusta, vai mitä?



1. Terve! I am Gaspard Larriaga from France (Saint Germain En Laye) and Finland (Helsinki), and I am a 17 years old Fox. I lived In France my whole life and this was the first time that I came to Tartu. I also speak French, English and Swedish.

2. Yes, I was in high school. It was fun but sometimes stressful, but there was always something to do with my boyz.

3. I wanted to study in a northern country, but Finland was not accessible for these studies because of the language barrier, and also because I didn't get accepted in Sweden, which I do not regret. I was also waiting for the snow with enthusiasm :) .

4. I party, do fishing, drink beers with Esko, spend time in the forest, do URBEX (Urban Exploration) and other stupid things with my friends.

5. I would be Staphylococcus aureus, because you can't get rid of me...



~ ~ ~

1. Mari Söderman from Uusikaupunki, Finland

2. Yes I did indeed! I was burning my candles from every possible direction while sitting daytimes at the office, keeping

riding lessons in the evenings and working in a big stud stable during the weekends. Life was sometimes exhausting but yet super fun :)

3. It was time to do something different and see the world again! Last time when I was living abroad it was in Paris, but now I want to be closer to my family in Finland.

4. I have two children (14 and 16 yo) so I spend my well-deserved spare time with them. We have an Icelandic horse, a French bulldog, a Bengal cat and two axolotls in an aquarium. I have always been a huge fan of horses, especially Scandinavian cold-blooded breeds <3

I also like to learn different languages and decorate our home now when the big renovation after 5 long years is almost done.

5. African Trypanosomiasis, the sleeping sickness spread by a tsetse fly sounds like my cup of tea (passionate coffee drinker though!).





Fuksiaiset järjestettiin 17.9., ja päivään mahtui fuksien seikkailurata ympäri Tarton keskustaa, ja ilta päättyi juhlatunnelmissa Kirjanikellä. Fuksiseikkailun voittajajoukkue palkittiin, sekä nimettiin *Vuoden eläinlääkärilupaus* vuosimallia 2020 ja 2021.



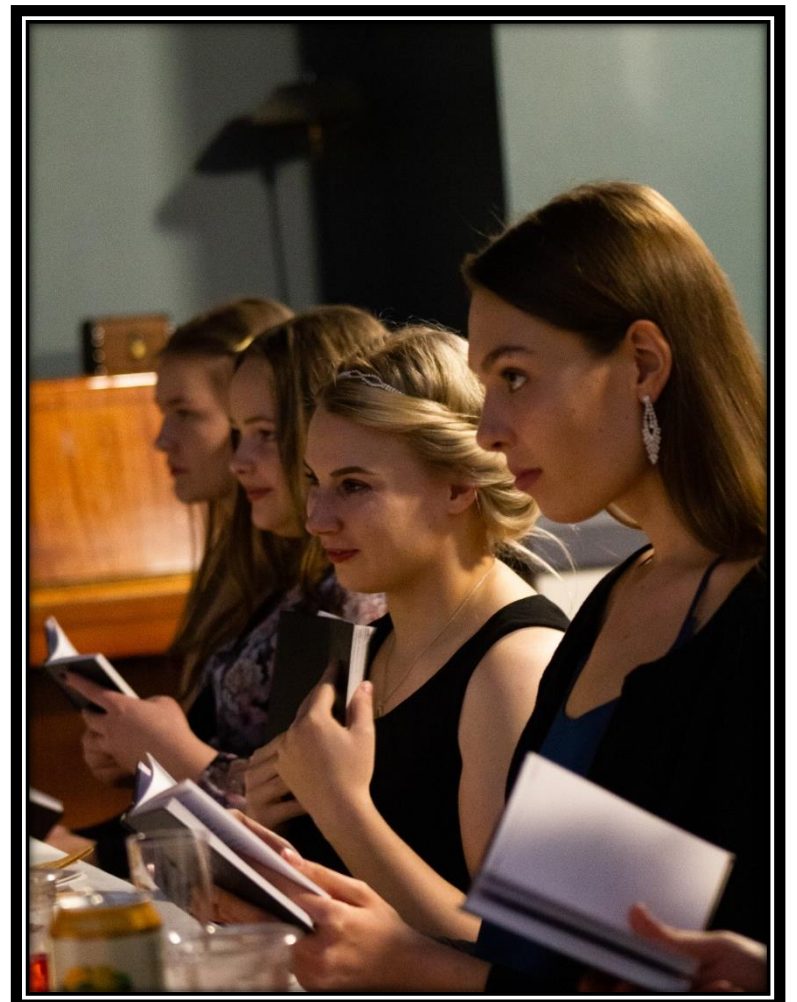


Kuluneen syksyn aikana on tapahtunut kaikenlaista, kuten **Hallitusesittely** fukseille 7.9., itse suuret **Fuksiaiset** 17.9., herkuttelua Suolten huoneella eli **Parempi eväspäivä Cecumilla** 22.9., **Approt** 24.9., **Harjoitussitsit** fukseille 16.10., **Halloweensitsit** 30.10., **Urapolku-**tapahtuma 10.11. ja **Gaala** 27.11., sekä ensimmäistä kertaa ikinä **Hallituskähminät** hallituksen esittelemiseksi 5.11. ja suuri Suolten jäsenistön **Syyskokous** 25.11.

Joulukuussa on tulossa vielä Suolten **Pikkujoulut** 6.12. ja Helsingissä järjestettävät **Eläinlääkäripäivät** 8.-10.12.!

Tarttoapprot 24.9.

Syyskuun loppupuolella päästiin harjoittamaan suomalaista opiskelijakulttuuria ja hämmentämään paikallisia haalarikansallamme lääkis- ja eläinlääkisopiskelijoiden voimin. Tapahtuma alkoi Toomemäen alta, josta jokainen sai itselleen appropassin, johon oli tarkoitus kerätä leimoja eri baareista ansaitakseen lopulta haalarimerkin. Passin taakse oli merkitty tapahtumaan osallistuvat baarit, joita sai kierrellä haluamassaan järjestyksessä. Leiman taas sai ostamalla juoman tai shotin, tai sitten vaikka ruokaa, esimerkiksi Illegardissa nautimme paikallisherkkua küuslauguleibaa ja myöhemmin vielä herkkuleivokset Eesti Pubi Ruunissa. HOPSissa teimme hyvän diilin baarimikon kanssa ja saimme maistaa todella hyvää giniä. Approilu oli kivaa senkin puolesta, että tuli käytyä monissa uusissa paikoissa, joissa ei ollut vielä käynyt. Aina matkalla toisiin porukoihin törmätessä vertailtiin monessako paikassa on jo käyty ja minne ollaan seuraavaksi menossa. Siinä saa viriteltyä pientä kilpailuhenkeä, jos haluaa, vaikka approkierroksen voi suorittaa täysin omalla tavallaan, joko rauhassa nautiskellen tai reippaasti suorittaen. Kierroksen loppupiste ja jatkot olivat Shootersissa, jonne approkansa pääsi mukavasti jonon ohi ja ilmaiseksi sisään, kunhan saapui paikalle ajoissa.



Halloweensitsit 30.10.

Halloween-sitsit järjestettiin 30.10.2021 yhteistyössä IVSA ja EVÜS kanssa. Osallistujia oli kaikista kolmesta yhdistyksestä. Iltaa vietettiin laulaen, syöden ja juoden. Parhaimmasta puvusta palkittiin luurankoasuun pukeutunut Allu Mäkinen.



Urapolku 10.11.

Hygieenikkoeläinlääkärit Pia Haltiala ja Liisa-Maija Huttunen pitivät suolinkaisille luennon osana Urapolku-sarjaa. He edustivat Eläinlääkärihygieenikkojen yhdistystä (EHY ry). Luennolla kerrottiin tarkemmin luennoitsijoiden työnkuvasta ja annettiin konkreettisia esimerkkejä hygieenikkoeläinlääkärin työtehtävistä, sekä miten Haltiala ja Huttunen ovat opiskelun jälkeen päätyneet hygieenikoiksi. Luento sai lämpimän vastaanoton ja hyvän palautteen. Moni suolinkaisista ei ollut aiemmin kuullut mahdollisuudesta työskennellä hygieenikkoeläinlääkärinä. Suuri kiitos alumneillemme!

Gaala 27.11.

Tartossa pimeän illan katuja valaisi lempeästi laskeutuva kirkas lumi ja tätä kylmenevää iltaa lämmitti Rotalian sisältä huokuva lämmin valo sekä sisältä kuuluva iloinen nauru ja railakas laulu. Semesterin viimeisten sitsien teemana oli "Gaala" - hienommat sitsit, johon yhdistettiin elementtejä Suolten vuosijuhlien etiketistä. Kahden peruuntuneen vuosijuhlan takia oli aika muistuttaa jäsenistöä siitä kaikesta ihanasta mikä (toivottavasti) odottaa meitä ensi keväänä järjestettävissä vuosijuhlissa. Iltaan osallistui noin 47 henkilöä ja menүн tarjoili Köömen catering. Kiitämme siis kaikkia osallistujia, järjestäjiä ja etenkin ihania sponsoreitamme: Orion Pharma, Movet, Prevett, Faunapharma, Vetcare, Suomi-Seura ja erityisesti kahta vuosisponsoriamme: Biofarm ja Omaeläinklinikka.



Hallitus 2022

Puheenjohtaja: Katri Tähtinen

Hallituksen jäsenet: Nea Neva, Anne Lodders, Anne Jääskö, Tia Pelkonen, Esko Kuusamo, Julia Kinnunen, Nicola Jousimies, Toren Thompson, Helmi Halttunen



Toimikunnat 2022

Koiratoimikunnan vastaava: Outi Pyhälä

Juhlatoimikunnan vastaava: Olga Tammiruusu

Lehtitoimikunnan vastaavat: Mari Söderman ja Hanna Takkinen

Mediatoimikunnan vastaava: Nora Plym

Vaatetoimikunnan vastaava: Taru Laurila

Vapaa-ajan toimikunnan vastaava: Anne Jääskö

Tutortoimikunnan vastaava: Ilijana Ivanov

♥️ VUOSISPONSORIMME ♥️



Omaeläin
klinikka



BIOFARM



149 leikkausta ja puolikas palli – leikkauskurssi Romaniassa

Pandemia pauhasi täysin voimin laittaessani ensimmäisen kerran viestiä muuan romanialaiselle eläinsairaalle alkuvuonna 2021. Koronarokotusten ajankohta oli vielä yhtä kysymysmerkkiä, ja lentoliikenne junnasi paikoillaan kuin perin paksu anaalirauhaserite.

Ihme kyllä, syyskuussa minä kuitenkin astelin into piukeana rokotus- ja testitodistukset kourissani Helsinki-Vantaan lentokentän lähtöaulaan. Puskaradio oli laulanut, ja olin näin saanut matkaseurakseni kaksi kaveriani samalta vuosikurssilta, Emman ja Annastiinan.

Laskeutuessamme sunnuntaiehtoolla Otopenin lentokentälle kahdeksan kilon käsimatkatavaroiden kanssa meitä oli vastaanottamassa sairaalan järjestämä kuljettaja Daniel. Kolmenkymmenen minuutin ajomatka sairaalalle sujui joutuisasti keskustellessamme rikkinäisellä englannilla maailmalla kytevästä kissakriisistä ja romanialaisten suhtautumisesta pandemiaan.



Tämä Center of Hope-niminen sairaala tosiaan paikantuu Piteascaan kylään Ilfovin piirikuntaan. Uudehkon rakennuksen alakerrassa sijaitsevat odotusaula, vastaanottotilat, leikkaussalit, toimenpidehuoneet sekä ultraääni- ja röntgenlaitteisto. Yläkerrassa on asuinhuoneita, olohuone, henkilökunnan keittiö ja toimistotiloja. Sairaalan taakse rakennetaan kookasta lisärakennusta sterilointeja ja potilastiloja varten.

Center of Hope on avannut ovensa keväällä 2017 ja siitä lähtien tarjonnut eläinlääkinnällistä apua vähävaraisille perheille ja kodittomille eläimille. Sairaalan yksi päätavoitteista on

sterilointi- ja kastraatiokampanjoiden järjestäminen. Tavoitteena on toteuttaa 10 000 leikkausta vuodesta, eikä tämän tavoitteen saavuttaminen ole tällä hetkellä kaukana.

Vietimme sairaalalla yhteensä kaksi viikkoa. Tähän ajanjaksoon sisältyi 10 leikkauspäivän lisäksi myös viikonloppuvapaa. Leikkauspäivät alkoivat aamulla liukuvasti kello yhdeksän ja yhdentoista välillä. Eläimet tuotiin sairaalalle joko omistajien toimesta tai ne haettiin keskitetysti kauempaa sairaalan omalla kyydityksellä. Me saimme aamuisin auttaa leikkausvalmisteluissa (leikkaussalin järjestäminen, lääkkeidenanto, kanylointi, intubaatio, leikkausalueen preppaus). Leikkaussalin puolella käytössä oli leikkauksesta riippuen joko inhalaatioanestesia tai TIVA.

Saimme perinpohjaisen ohjeistuksen leikkausten kulusta ennen ensimmäisiä operaatioitamme. Alusta lähtien meille annettiin tunti aikaa potilaan operoimiseen. Mikäli emme tässä ajassa ennättäneet sulkemaan haavaa, tuutorimme tuli viimeistelemään leikkauksen. Potilaiden turvallisuuden takaamiseksi haluttiin välttää turhan pitkä anestesian kesto.



Jokaisena leikkauspäivänä tuutorimme oli meistä näköetäisyydellä ja tuli tarvittaessa meitä myös auttamaan.

Pitää myöntää, että tuutorin apu oli kinkkisissä tilanteissa korvaamaton. Komplikaatioiden ilmaantuessa meidän annettiin kuitenkin usein ratkaista tilanteet itse ohjeistuksen avulla. Kehityimme hurjasti lyhyessä ajassa, kiitos taitavan opetuksen. Myös leikkaustahtimme parani päivien edetessä ja itseluottamuksen kasvaessa – viimeisinä päivinä steriloidimme kissan noin 20 minuutissa ja koiran vajaassa 45 minuutissa. Kymmenessä päivässä ehdimme kolmeen pekkaan steriloidaan ja kastroimaan yhteensä 149 koiraa ja kissaa (plus puolikkaan pallin – anestesiakomplikaation vuoksi tuutorimme joutui hyppäämään kehään ja kastroimaan erään kissan erittäin nopealla aikataululla).



Leikkauspäivien jälkeen saimme jäädä avustamaan klinikalle ja seuraamaan potilastilanteita. Saimme myös liittyä steriileiksi avustajiksi mm. traumaattisen tyrän korjaukseen ja reisiluun pään poistoleikkaukseen. Ehdimme matkamme aikana vierailla Bukarestin nähtävyyksien parissa,



tutustua kylän asukkaisiin, maistaa laitoshuoltaja Ginan tekemään mamaligaa, ja viettää aikaa tuutorimme Sashan seurassa keskustellen mm. romanialaisesta eläinlääketieteen opiskelusta. Sairaalan vastaava eläinlääkäri Dr. Aurelian Stefan piti henkilökohtaisesti huolta kurssimme sujuvuudesta ja meidän viihtymisestämme.

Koko matka ylitti ehdottomasti odotukseni, ja on hyvin todennäköistä, että tulen tekemään uusintamatkan Piteascan kylään tässä muutaman vuoden sisällä. Saattaa myös hyvin olla, että saan mukaani tuttua matkaseuraa.

~ Sanna Kristiina Korhonen, VM5

Maatalousharjoittelu hollantilaisella luomumaitotilalla

”Mun ystävä muutti Hollantiin syksyllä 2018 ja vierailen hänen luonaan joka vuosi. Kun kuulin, että meidän koulun harjoittelujaksot saa tehdä ulkomailla, tiesin, että tonne mä muuten meen ekaks. Tuttu maa ja turvaverkkoa ympärillä, ihmiset puhuu hyvää englantia ja on ystävällisiä. Hollanti on lisäksi lyhyen lennon päässä, ja sen maatalouskulttuuri on yks maailman parhaita, tai niin mä oon ainakin kuullut. Otin yhteyttä farmiin vuosi ennen harjoittelua. Mulle vastattiin parissa päivässä, toivottaen mut tervetulleeksi. Pitkään jänniteltiin pandemiaa ja sitä, pääsisinkö lähtemään reissuun. Ja niinhän meitsi pääs! Haluan kiittää Suomen Eläinlääkäriliittoa matkani sponsoroinnista: opiskelijoiden matka-apuraha mahdollisti reissuni toteutumisen. Farmilta mulle tarjottiin yösija sekä ruuat; kiitos myös perhe Hartogille!

Kuva: Katri Tähtinen



Matkustin Amsterdamiin toukokuun 2021 lopussa. Tila sijaitsi Abcoude -nimisen kaupungin laidalla, jossa maisemat oli kuin jostain hollantilaisesta lastensadusta: maailman söpöimpiä, nukkekotimaisia maalaistaloja, tuulimyllyjä, ja tulppaanipeltoja silmien kantamattomiin. Lehmät loikoili helteessä ja ankanpoikaset ui kanaalissa. Illalla katsoin kun valkoiset hevoset juoksivat auringonlaskun halki vehnäpellolla.

Satumaisia maisemia tasapainottamaan tehtiin oikein urakalla töitä. Mun farmiharkka osui juuri sadonkorjuun kohdalle, joten tehtävää riitti. Perus lehmähommien eli ruokinnan, lypsylle haun, vasikoiden hoivaamisen, ja sen semmoisen lisäksi tehtiin rehua. 25 asteen helteessä, parhaimmillaan 13 tuntia päivässä. Tilalla oli noin 120 lehmää sekä koiria, kissoja, muutama possu, hevosia, lampaita, sekä kanoja. Lehmien ja muiden eläinten hoitamisen lisäksi ajelin traktorilla, siivoilin, ja laitoin perheelle ruokaa. Perheen tytär on eläinlääkäri, joten hänen kanssaan pääsin näkemään ja kokemaan paljon. Pitkien päivien jälkeen hypättiin koko perheen voimin viereiseen kanaaliin uimaan. Viikonloppuisin reissasin kaupungista toiseen ja näin ystäviäni.

Harjoitteluni Hollannissa oli upea ja ikimuistoinen. Suosittelen jokaista suolinkaista tekemään edes yhden harjoittelujakson ulkomailla, mikäli olosuhteet sen sallivat. Matkalippu on ostos, joka rikastuttaa. :)”

~ Olga Tammiruusu, VM3

Olgan tarkemman kirjoituksen maatalousharkasta voi lukea tulevasta SELL:n Eläinlääkärilehdestä. Myös Meri Nurmen harjoittelusta koe-eläinkeskuksessa voi lukea Eläinlääkärilehden numerosta 7/2021.



Centre Hospitalier Vétérinaire Equin de Livet

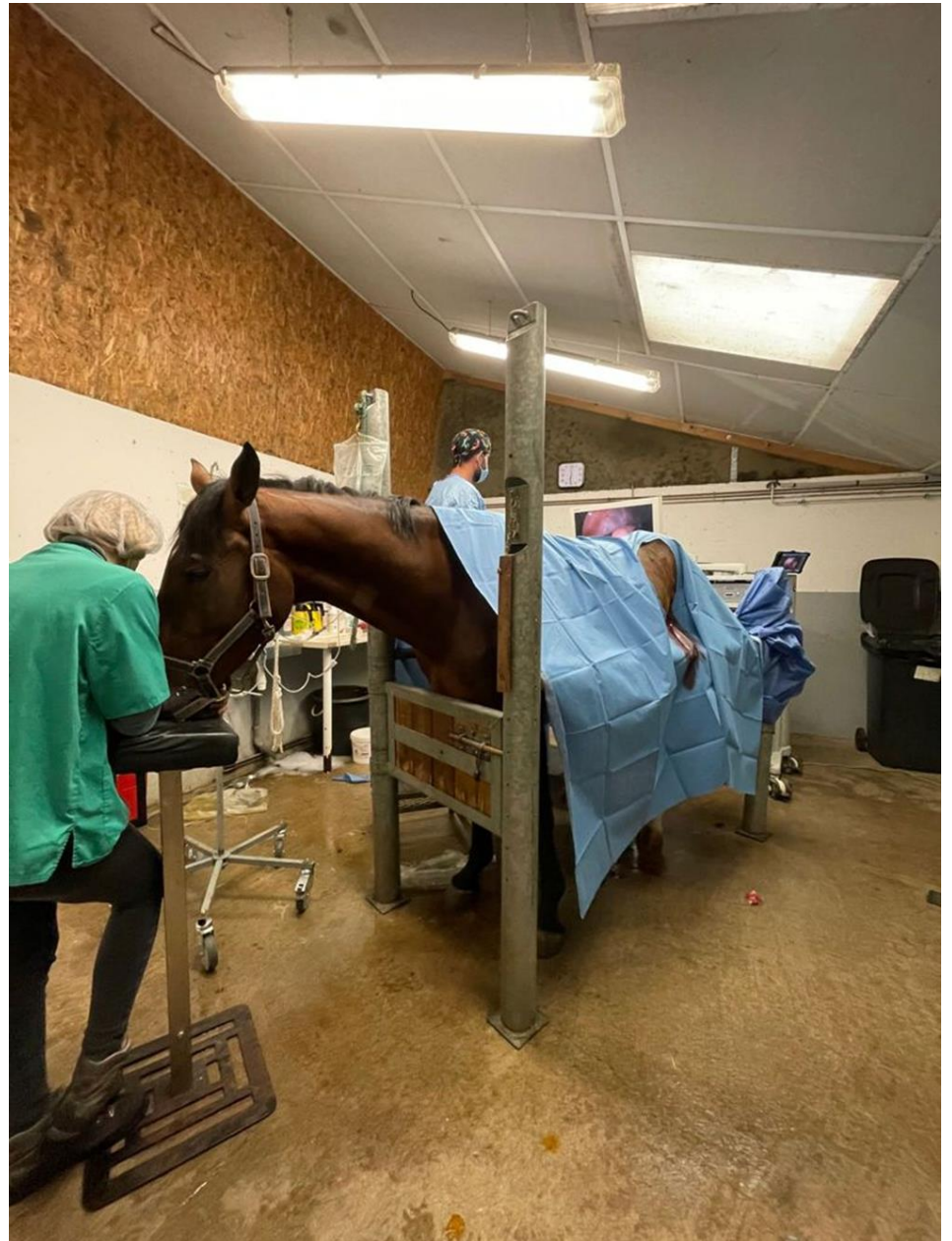
Vietin viime kesänä heinäkuun Ranskan Normandiassa ylimääräisessä palkattomassa harjoittelussa arvostetulla hevosklinikalla. Hevosperheessä kasvaneena alueen maine ammattitaitoisena hevostalousalueena on tullut tutuksi jo lapsesta saakka. Oli siis unelmien täyttymys päästä kutsumusammattinsa lisäoppiin juuri Normandiaan. Sain koronarokotukset Virosta ennen reissuun lähtöä, joten matkustaminen oli hyvinkin sujuvaa.



Klinikalla työskentelin eri osastoilla ja vastuuosasto vaihtui aina viikoittain rotaation mukaan. Klinikakompleksin eri osastot ovat kirurgia ja anestesiologia, teho-osasto, ontumatutkimukset ja ortopedinen kuvantaminen sekä tallikäynnit.

Kirurgian ja teho-osaston viikoilla myös yö- ja viikonloppupäivystykset kuuluivat töihin. Arki oli hektistä, mutta antoisaa ja sain kullanarvoista rutiinia jatkoa varten. Onnekseni klinikalla myös opiskelijoille annettiin paljon vastuuta ja pääsin tekemään paljon kaikkea.

Eläinlääkäreitä Livetissä on 25 ja kuukausittain asiakkaana on noin 4500 hevosta. Hevosmäärän ollessa suuri pääsin näkemään myös harvinaisempia sairauksia. Pääsin myös näkemään hyvin kontrastin siitä miten jokaista hevosta voidaan hoitaa ja auttaa pienemmälläkin budjetilla, mutta myös sen miten kilpahevosta voidaan hoitaa kun raha ei ole omistajille ongelma. Käytännön esimerkkinä eräs sateinen ja kiireinen perjantai: päivällä ihasteltiin EM-esteratsua ostotarkastusta tehdessä sekä useamman Groupe 1 tason ravilähdön voittanutta ravuria, mutta yöllä klo 2.00 hoidimme ojasta löytynyttä ähkyilevää takkuturkkista kaviokuumeponia aivan yhtä

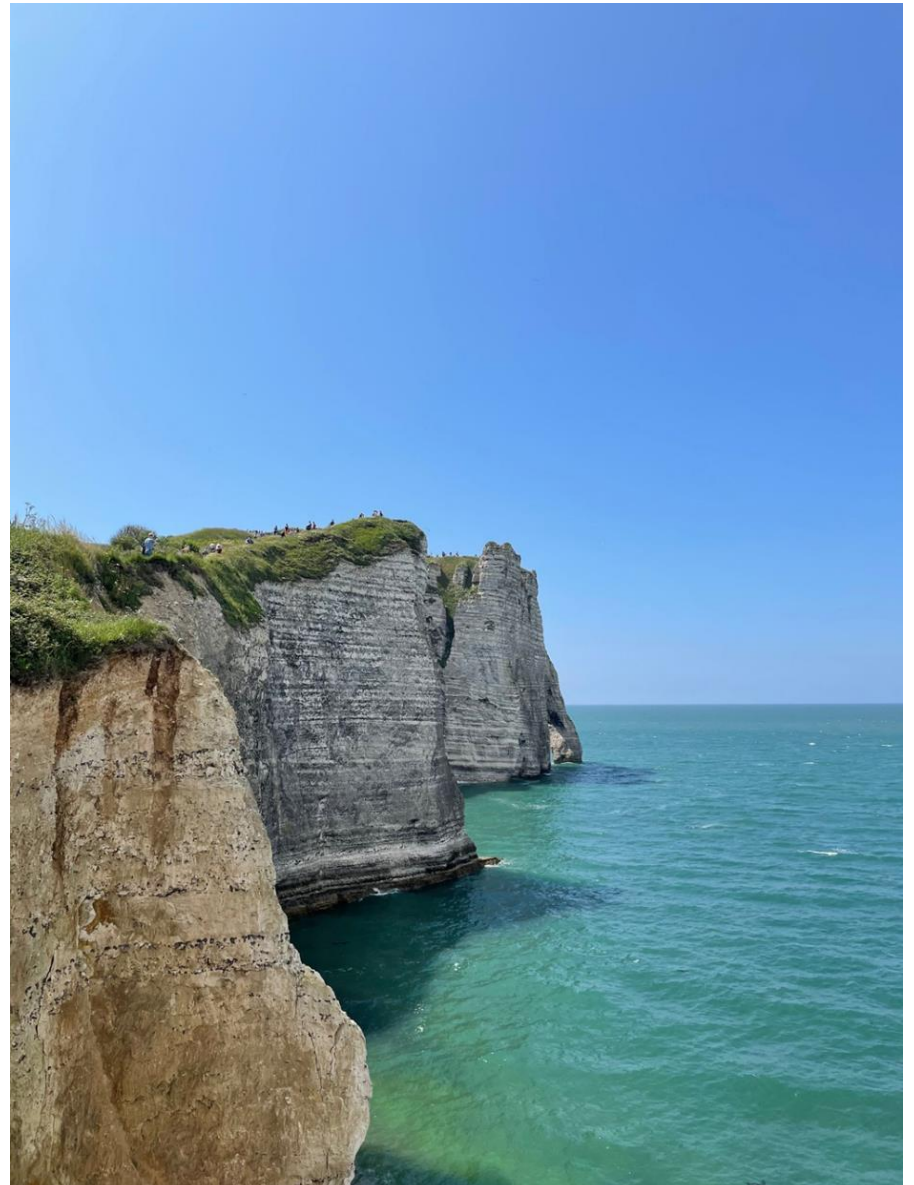


antaumuksella. Hevonen ansaitsee arvostaan riippumatta parasta mahdollista hoitoa. Livetissä kaikessa tekemisessä pystyi aistimaan arvostuksen hevosta kohtaan, jota henkilökohtaisesti pidän erittäin tärkeänä.

Tiesin Livetiin mennessäni, että työskentelykielenä tulee olemaan ranska. Olen opiskellut ranskaa 7 vuotta koulussa, mutta varsinkin alkuun lääketieteelliset termit eri kielellä aiheuttivat lisätöitä iltaisin. Muutoin selvisin mielestäni hyvin, vaikka muutama koominen kömmähdys saattoi käydäkin. Onpahan tullut kokeiltua asiakaspalvelua myös Ranskaksi. :)

Vapaa-ajalla kävin tuttuja kanssa raveissa ja ajamassa hevosia. Kaiken kaikkiaan harjoittelu oli todella antoisa ja kasvatti minua niin ihmisenä kuin tulevana eläinlääkärinä.

~ Petra Hytönen VM4



Korkeasaarikesä

Olin kesän töissä Korkeasaaren eläintarhassa kesätyöntekijänä eläinten hoidon puolella. Työpisteeni oli Trooppisissa taloissa, tarkemmin ottaen Amazonia-talon apinakäytävällä.

Amazonia-talon lajisto koostuu trooppisten alueiden, lähinnä Amazonin sademetsien, lajistosta, kuten uuden maailman apinoista, papukaijoista, kaloista, aguteista, nuoli-myrkkysammakoista sekä matelijoista. Apinakäytävällä minulla oli hoidettavanani viisi valkopääsakia (*Pithecia pithecia*), kolme kultatamariinia (*Leontopithecus rosalia*), kaksi keisaritamariinia (*Saguinus imperator subgriseus*), sekä seitsemän pikku-marmosettia (*Cebuella pygmaea*). Lisäksi käytävällä asui kolme hiilikilpikonnaa (*Chelonoidis carbonarius*), kolme Amazoninjoki-kilpikonnaa (*Podocnemis unifilis*), kolme isomarsua (*Cavia magna*), sileäotsakaimaani (*Paleosuchus trigonatus*) sekä pitkähäntäkissa eli margai (*Leopardus wiedii*).



Apinakäytävällä oli aina kaksi hoitajaa, joiden työtehtävät oli jaettu kahteen osaan, niin sanotusti ”vihreän” ja ”punaisen” puoleen tehtäviin. Punaisen puolen hoitaja vastasi pääasiassa apinoiden, ruokinnoista, yleisöruokinnoista, seuraavan päivän ruokien teosta sekä tilojen siivouksesta, pohjamateriaalin huollosta sekä tilan kosteustasapainon huolehtimisesta. Vesiletkun kanssa pääsi siis leikkimään paljon kesän aikana. Vihreä hoitaja huolehti keskusaltaan eläimistä, eli sileäotsakaimaanin ja jokikilpikonniin ruokinnoista ja altaan siisteydestä ja huollosta, sekä eläimille optimaalisten olosuhteiden ylläpidosta. Lisäksi vihreä

hoitaja auttoi apinakäytävän eläintilojen siivouksessa sekä juoksevien asioiden hoidossa, kuten jätekuorman viemisessä, kuivikkeiden ja virikkeiden hakemisessa, tiskaamisessa sekä viikoittaisten siivous- ja huoltotoimenpiteiden tekemisessä. Apina-käytävälle kuului myös oma

hyönteiskasvattamo, jossa kasvatettiin kulkusirkkoja, kenttäsirkoja ja jauhomatoja apinoille ruoaksi. Sen päivittäiset hoitotyöt kuuluivat myös vihreälle hoitajalle.

Työpäivät alkoivat liukuvasti 7 ja 9.30 välillä, ja päivittäinen työaika oli 7,5h. Tämä oli melko teoreettinen, sillä kuten eläintenhoitoalalla yleensä, työpäivät olivat täynnä puuhaa, ja aina tuntui, että olisit voinut tehdä vielä vähän jotain lisää. Apinakäytävä onkin melko kiireisen työpisteen maineessa koko Saarella, mutta kun rutiineihin pääsi kiinni, työ sujui mukavasti ja aikaa jäi kyllä vähän onneksi myös eläinten kanssa seurusteluun ja niiden ihailuun työn lomassa.

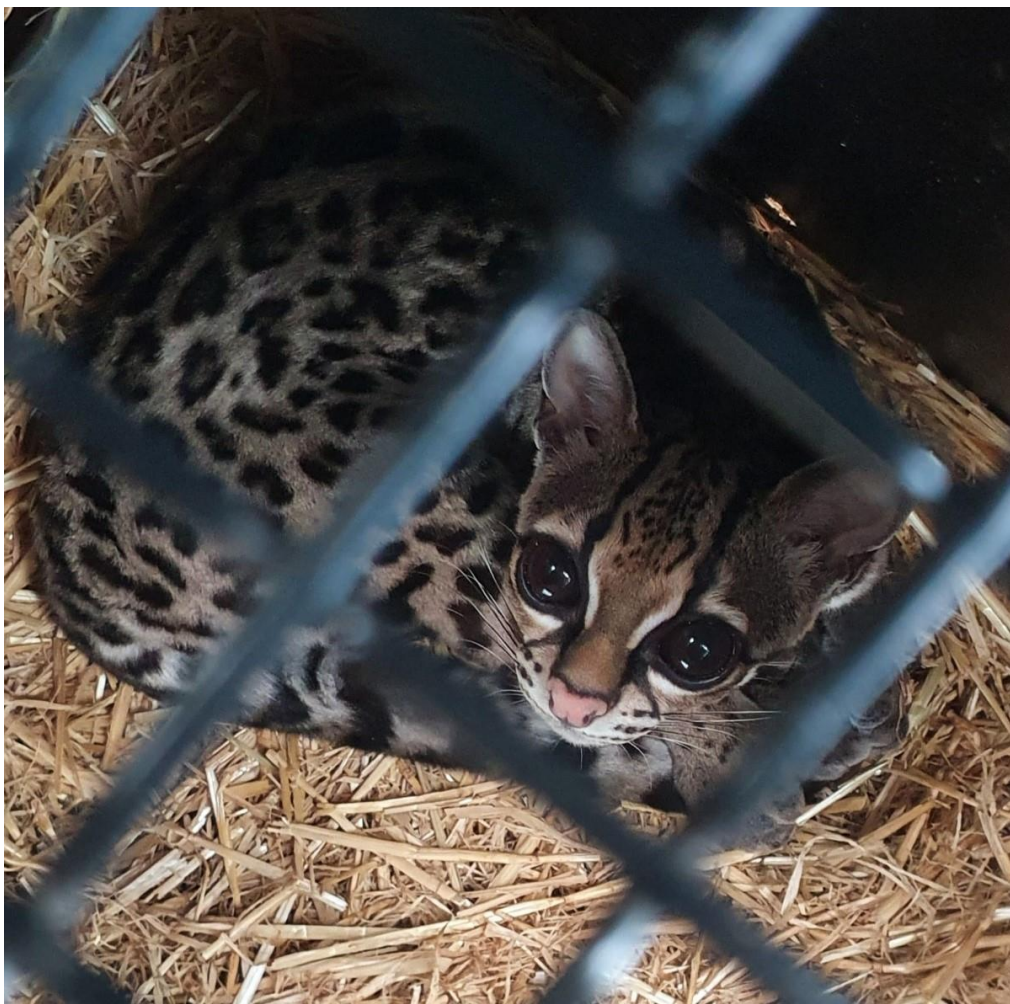


Lisämausteen kiireeseen toi keskusaltaan remontti alkukesällä, jonka aikana jokikilpikonnat ja kaimaani asustelivat eri tiloissa ja minkä vuoksi niiden hoitorutiinit muuttuivat kesken perehdytykseni pariin kertaan. Kaikesta kuitenkin selvittiin, ja uudesta altaasta tuli todella viihtyisä, ja aiemmin melko ujo ja vetäytyvä kaimaanimme Schnappikin selkeästi piristyi uudessa kodissaan.

Lisähaasteita kesän kiireeseen toivat myös Suomessa jylläävä korkeapatogeenin lintuinfluenssaepidemia, jonka vuoksi talojen lintujen hoitoa ja tiloihin kulkemista koskivat erilliset tautisuojaukset, sekä tietysti korona, jonka vuoksi myös meillä kädellisten hoitajilla piti olla aluksi maski ja hanskat aina eläinten tai niiden ruokien kanssa työskenneltäessä. Myöhemmin kesällä tiedon lisääntyessä saimme onneksi eläinlääkärin suostumuksella jättää maskit pois eläintiloissa, sillä kuten arvata saattaa, trooppisten lajien hoito tapahtuu melko trooppisessa ympäristössä, jolloin

maskin kanssa hengittäminen käy melko tukalaksi, varsinkin helteisinä päivinä.

Eikä siinä vielä kaikki... Lisäksi kesän kiireiden ja remonttien aikana riesaksemme levisi ilmeisesti jokin kasvin mukana torakoita, jotka pesiytyivät lämpimiin ja kosteisiin eläintiloihin ja viihtyivät niissä hyvin. Torakat olivat vaarattomia eläimille ja ihmisille, itseasiassa laji oli yksi potentiaalinen eläinten ruoaksi tarkoitettu laji, mutta tietysti ei-toivottu kanta koitettiin saada pysymään hallinnassa. Kaikkien eläintilojen pohjamateriaalit tyhjennettiin useaan kertaan käsipelillä sekä myös imuauton voimin, tiloja myrkytettiin ja desinfioitiin ja huuhdeltiin, ja jopa kasvit multineen käytettiin kuuma-vesihoidossa. Tämän jälkeen tilat sisustettiin uudestaan torakoiden torjumista silmällä pitäen, esimerkiksi kasviruukut nostettiin irti maasta, jotta ne eivät tarjoaisi piilopaikkoja torakoille.



Kaikki tämä toteutettiin tietysti eläinten turvallisuutta ja hyvinvointia silmällä pitäen, joten niitä jouduttiin siirtelemään tilojen välillä valitettavan paljon. Pääsivät ne myös tekemään oman osansa torjuntatoimissa, sillä esimerkiksi pikkumarmosetit ovat hakoja metsästäämään hyönteisiä, ja ne saivatkin huolehtia joidenkin tilojen loppusilauksesta torakoiden osalta. Se toimi niille oivana virikkeenä. Korkeasaassa panostetaan paljon eläinten virikkeelliseen arkeen, ja

esimerkiksi apinoiden kaikki ruoka tarjottiin aina erilaisista purnukoista, putkiloista, lautapeleistä, laatikoista ja milloin mistäkin viritelmistä. Sekaan laitettiin usein lehtiä, heiniä, olkia, ruohoa, paperia, salaattia tai esimerkiksi vettä, jotta eläimet saisivat viettää ruokansa parissa mahdollisimman paljon aikaa tonkien ja kaivellen, kuten ne tekevät luonnossa. Ajan salliessa osa ruoasta tarjottiin myös koulutuksen yhteydessä. Mielikuvitusta pääsi siis käyttämään, ja varsinkin apinat olivat kovin kiinnostuneita aina kaikesta uudesta. Myös tilat oli sisustettu mahdollisimman virikkeellisesti, ja eläimillä oli paljon mahdollisuuksia kiipeilyyn, piiloutumiseen ja sosiaalisten tarpeiden ylläpitoon. Lisäksi niillä oli pääsy koko ajan myös ulkotarhoihin. Kesän aikana

saikin kumarrella, kiipeillä, ryömiä ja kyykkiä jos minkälaisten oksien ja puskien alla ja välissä.

Hoitotoimenpiteiden ja asiakaspalvelun lisäksi eläintarhahoitajan työnkuvaan kuuluu oleellisesti eläinten kouluttaminen, ja Korkea-saaressa eläimillä onkin melko kattavat kirjalliset koulutussuunnitelmat. Nykyään eläintarhahoitajaksi voi opiskella Suomessa vain eläinten kouluttajan tutkinnon kautta, ja työkavereissanikin oli muutamia juuri tutkintoaan suorittavia hoitajia. Oli mielenkiintoista olla heidän näyttövideoillansa koulutuskokelaana, ja pääsin muun muassa tutustumaan kultatamariinien sekä sinikurkkuarojen target-koulutukseen. Pyrin myös ylläpitämään kultatamariinien koulutusrutiinia kesän läpi, ja oli hienoa päästä luomaan suhdetta niihin ja huomata, kuinka ne rohkaistuivat, kun oppivat tunnistamaan minut.

Sain ottaa vastuulleni myös sileäotsa-kaimaani Schnapin koulutus- ja ruokintasuunnitelman tekoa ja sen target-koulutuksen aloittamista, mikä oli todella mielenkiintoinen ja silmiä avaava kokemus. Pääsin sukeltamaan hieman krokotiilieläinten kognitiomaailmaan, sekä tietysti samassa tuli tutuksi eläimen ruokavalio ja sen mieltymykset sekä kehonkieli. Olikin mielenkiintoista seurata ja raportoida, kuinka eläin pitää mielenkiintoa yllä koulutustilanteissa erilaisten makupalojen kanssa. Esimerkiksi kala ei ollut kovin mieluisa makupala enää teini-ikäiselle kaimaanillemme, mutta hiiret ja broilerinsiivet maistuivat hyvin. Jos kalaa oli liikaa, tai sitä tuli liian monta kertaa peräkkäin koulutuksen aikana, Schnappi menetti mielenkiintonsa koko touhuun. Oli hienoa seurata, miten se pikkuhiljaa rohkaistui ja rupesi yhteistyöhön, kun ymmärsi sille suunniteltujen signaalien merkityksen.

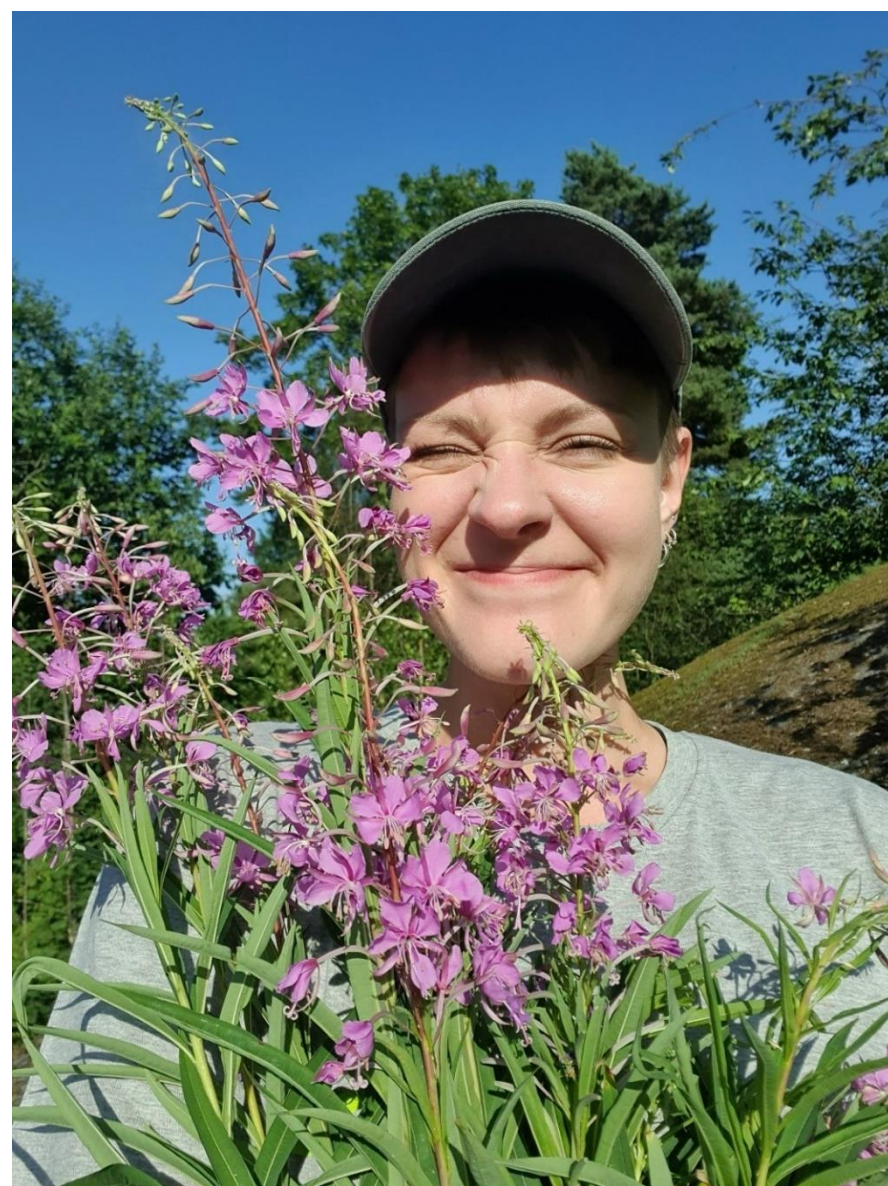


Korkeasaarella lähes kaikille eläimille pyritään keksimään omat nimet, ja niitä kohdellaan yksilöinä. Monet lajeista kuuluvat EEP-suojeluohjelmaan (EAZA Ex-situ Programme). Ohjelmaan kuuluvista eläimistä pidetään kantakirjaa, ja niiden siirtymistä eläintarhojen välillä valvotaan ja säädellään lajikoordinaattorien ohjeiden mukaisesti. Eläintarhamaailmassa eläinten

siirtyessä raha ei koskaan vaihda omistajaa. Tarkoituksena on näin ylläpitää mahdollisimman elinvoimaista ja hyvinvoivaa kantaa lajeilla, joiden villit kannat ovat uhanalaistuneet tai jo kadonneet, ja joiden elinympäristöt ovat vaarantuneet. Näin mahdollistetaan lajien suojelu sekä luontoonpalautusohjelmien täytäntöönpano, kun ympäristöolosuhteet on saatu kestäväälle tasolle. Korkeasaari vastaa markhorien, metsäpeurojen sekä tunturipöllöjen kantakirjojen ylläpidosta, ja on lisäksi jäsenenä monien lajien lajikomiteoissa.

Kesätyöpaikkana Korkeasaari on hyvin organisoitu, ja työsuhde-edut ovat hyvät. Parasta kesässä oli se uusien asioiden määrä, mitä omaksuin, sekä niin erikoisten ja upeiden eläinten kanssa tekemisissä oleminen ja niiden luottamuksen saavuttaminen. Työporukka oli todella mukava ja vastaanottavainen, ja olin positiivisesti yllättynyt ja kiitollinen siitä vastuun ja luottamuksen määrästä, mitä sain. Sain tehdä työni omalla tavallani, ja sain olla mukana vaikuttamassa eläinten hyvinvoinnin ja työpisteen yleiseen toimivuuden suunnitteluun. Palautteeni ja ideani otettiin vastaan mielenkiinnolla, ja monesti kysyessäni toimintaohjeita, sain vastauksekseni ”miten itse näkisit parhaaksi tehdä?” Se kasvatti luottamustani omaan tekemiseeni ja motivoi etsimään tietoa ja ratkaisuja pelkkien valmiiden vastausten sijaan. Pitkistä ja kiireisistä päivistä huolimatta töihin meneminen tuntui koko kesän ajan enemmän harrastukselta kuin työltä.

~ Katri Tähtinen, VM3



TUONTI- JA VIENTIMÄÄRÄYKSET, SEKÄ 48 TUNNIN SÄÄNTÖ

Tulevina eläinlääkäreinä meillä jokaisella on velvollisuus noudattaa eläinten tuontiin ja vientiin liittyvää lainsäädäntöä ja erityisesti tarttuvien eläintautien ehkäisyä bioturvallisuudella. Omalla käytöksellämme viestimme asian tärkeydestä. Leimoja ei kerätä viranomaisia varten, vaan tarttuvien eläintautien leviämisen estämiseksi! Huomioitava on myös se, että maahantuonti ja -vientimääräykset saattavat poiketa näyttelyiden rokotusmääräyksistä.

Alla olevista linkeistä sekä QR-koodeista pääset EU:n, Ruokaviraston, sekä Veterinaar- ja Toiduametin nettisivuille!



Matkustaminen Euroopan Unionissa lemmikkien ja muiden eläinten kanssa:

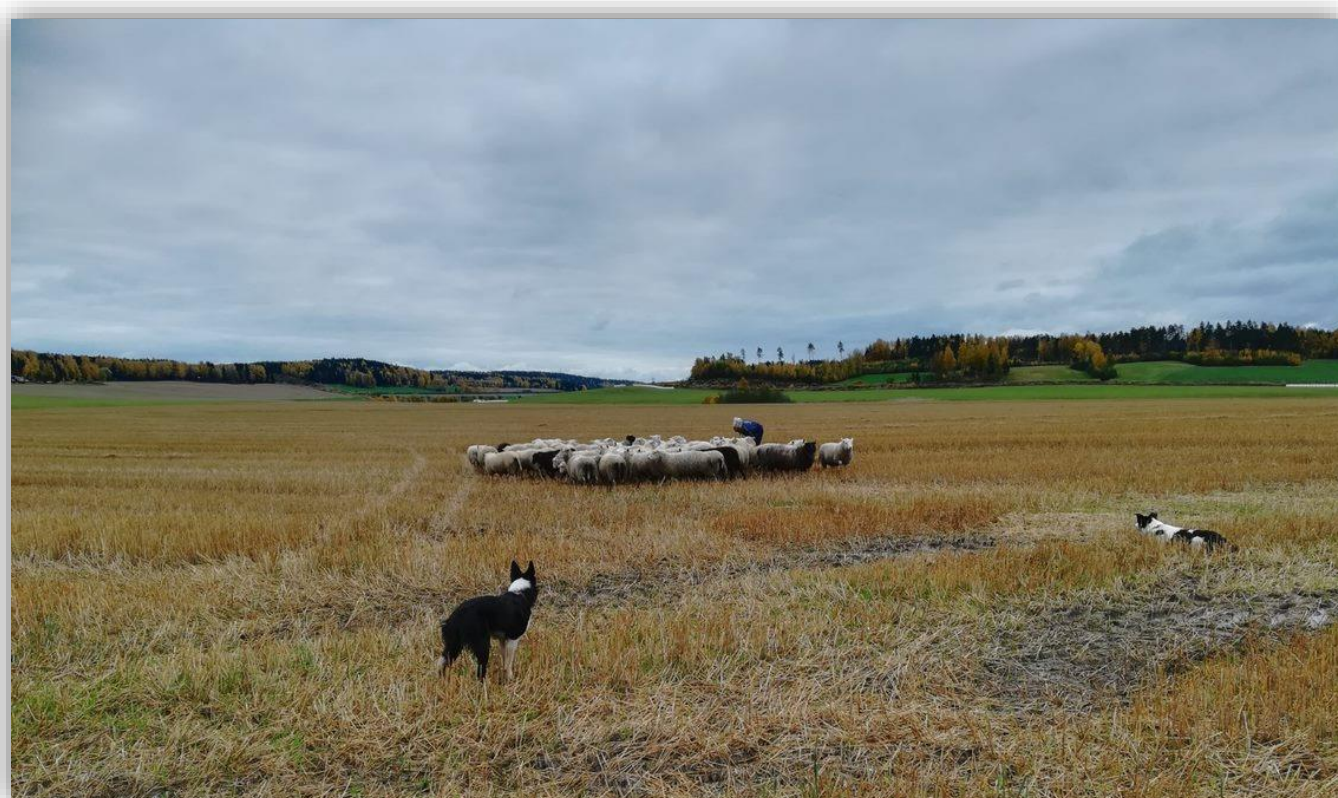
https://europa.eu/youreurope/citizens/travel/carry/animal-plant/index_fi.htm?fbclid=IwAR0OCD9a3zrJnw0wCp7WwSbe1G6w1XYfWWbl9SWbeYLRax1f8EsVA_UNuQw

Eviran tuonti- ja vientisäännöt:

https://www.ruokavirasto.fi/yritykset/tuonti-ja-vienti/eu-maat-norja-ja-sveitsi/elaimet/koirat-kissat-ja-fretit/koirien-kissojen-ja-frettien-tuonti-eu-maista-suomeen/?fbclid=IwAR0pWL_N2QjgLmvBJVkyH-pvfwvXX1eFrDYt0jiBVwXSEC193cwarP_csw

Viron Veterinaar- ja Toiduametin säännöt:

https://pta.agri.ee/en/animals/travelling-pet?fbclid=IwAR1O65c_9c8ubvoOrhZSVQPR0g0KPnBqijlWwTK8vMCcwg0XIToRwNtCRVA



MATKUSTUSASIAKIRJAT

- **Passi**, jossa lemmikin tunnistustiedot ja merkinnät rokotuksista
- Lemmikin tulee olla **tunnistusmerkitty** mikrosirulla tai selkeästi luettavalla tatuoinnilla (jos tehty ennen vuotta 2011)
- Koirat, kissat ja fretit: **rabiesrokotus** vähintään joka kolmas vuosi (aikuinen), ja 21vrk sääntö ensimmäisestä annoksesta, paitsi jos **voimassaoloaika** ei ole mennyt umpeen
- Koiralle **ekinokokkoosilääkitys**
- Jos matkustat lemmikin kanssa, jota et omista, on suositeltavaa täyttää vapaamuotoinen paperi allekirjoituksineen lemmikin omistajan kanssa siitä, että sinulla on lupa viedä lemmikki Suomen rajojen ulkopuolelle ja palata sen kanssa takaisin Suomeen. Näin vältetään suuremmilta väärinkäsityksiltä.



KOIRALLE

- Rabies
 - Viron kennelliiton tapahtumat (näyttelyt): aikuisella koiralla passin mukaan, max. 3 vuotta voimassa
 - Muut tapahtumat Virossa: aikuisella koiralla 2 vuotta voimassa
- Ekinokokki
 - aina 24-120h ennen Suomeen saapumista tai
 - 28. päivän sääntö: kaksi kertaa ennen matkalle lähtemistä, uusiminen aina 28 päivän sisällä ja yksi annos Suomeen palattua.
- Leptospiroosi
 - ei pakollinen, mutta suositeltu Virossa
 - rokotus + tehoste kuukauden päästä
- Kennelyskä
 - ei pakollinen, mutta suositeltu Virossa
 - Tartossa yleensä syksyisin kennelyskäepidemia
 - sisältyy nelosrokotteeseen
 - uusittava vuosittain

KISSALLE

- Rabies: joka kolmas vuosi aikuiselle kissalle

TARTTUVIEN ELÄINTAUTIEN EHKÄISY TILOILLA

- **48h sääntö:** jos olet vieraillut eläinsuojassa/tuotantoeläintiloilla ulkomailla, älä mene eläintiloille Suomessa kahteen vuorokauteen (vice versa)
 - jos vierailu eläintiloilla on välttämätöntä aiemmin, on henkilön suositeltavaa käydä saunassa taudinaiheuttajien hävittämiseksi iholta ja hiuksista
- vaatteet ja tarvikkeet: ei suositella käytettävän esim. samoja haalareita ja saappaita Suomessa ja Virossa
 - ns. navettakamppeet suositellaan hävittämään/antamaan eteenpäin Virosta poistuttaessa
 - saappaat desinfioitava tilakäyntien välissä (esim. Virkon)
 - vaatteet pestävä vähintään +60C tilakäyntien välillä
 - koulun bussiin ei mennä likaiset haalarit ja saappaat päällä
- käyttäytyminen: tarpeettoman ruokintapöydällä kulkemisen välttäminen
 - myös eläinten koskettelua kannattaa välttää
 - huom vasikat: etenkin zoonoosit kryptosporidioosi ja ringworm viihtyvät vasikoissa

Yksinkertaisilla toimilla vähennämme omaa ja läheisten tautipainetta ja pienennämme tarttuvien eläintautien leviämiskä. Ollaanhan siis tarkkoina ja skarppeina! ♡

Teksti: Taru Laurila ja Tia Pelkonen, VM3.

Lähteet: Ruokavirasto, Viron kennelliiton sivut, Janne Orro Loomaklinik, Viron Veterinaar- ja Touduamet.

Kuvat: Katri Tähtinen ja Nea Neva.



Kiitos kaikille haalareita sponsoroineille! Haalarit on tilattu ja niistä kirjoitetaan lisää kevään lehdessä!

EVIDENSIA

zoetis **KLINIQ**



SUOMEN ELÄINLÄÄKÄRILIITTO
FINLANDS VETERINÄRFÖRBUND

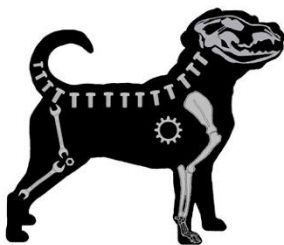


www.emu.ee

Eesti Maaülikool
Estonian University of Life Sciences

Veterinary OrthopedicS
ScandinaviA

FaunaPharma 



info@voscanadinavia.com

<http://www.voscanadinavia.com>



LABORATORIOPALVELUT
MOVET

ORION
PHARMA
ELÄINLÄÄKKEET

P R E V E T

vezer

VET 
CARE

VETMEDIC

KISSAPOTILAAN KOHTAAMINEN

Kissan kuljettaminen klinikalle on jo itsessään monelle kissalle suuri stressin aiheuttaja; Kissa kidnapataan yhtäkkiä ja laitetaan kantokoppaan, jossa se ei välttämättä ole koskaan tottunut olemaan ja kokee kantokopan pelottavaksi ja ahdistavaksi rajoitteeksi. Kissa ei välttämättä ole tottunut autossa kulkemiseen ja voi kärsiä matkapahoinvoinnista. Lisäksi jos kissa kuljetetaan julkisen liikenteen kautta klinikalle, kissa joutuu kuulemaan ja näkemään monenlaista hälyä ja vieraiden hajujen määrä on valtava. Klinikalle saapuessa kissa on jo valmiiksi jännittynyt, ja odotusaulassa se kuulee läheltä koirien haukkumisen ja haistaa muiden lemmikkien ja ihmisten jännittyneisyyden. Klinikalla vieraat kädet mahdollisesti työntyvät häkkiin ja kiskovat pelokkaan kissan vieraalle pöydälle tutkittavaksi eikä pakoteitä tai piiloutumismahdollisuuksia ole. Vaihtoehtoina on Fight, Flight tai Freeze.

Kun klinikkakäynti kissan kanssa menee taisteluksi eikä toimenpidettä saada tehtyä, tämä tarkoittaa väistämättä:

- 1) lisää stressiä kissalle, kun se tuodaan klinikalle taas uudestaan
- 2) lisää rahankulua omistajalle, mistä omistajat eivät yleensä hypi ilosta
- 3) lisätöitä sinulle tai kollegallesi. Siispä ei kannata kissaa kiihtyneeseen mielentilaan, kun vaihtoehtojakin on! Vaihtoehtoiseen kissan kohtaamiseen klinikalla olen koonnut ajatuksia alle.

Tähän koottujen vinkkien ja ajatusten on tarkoitus tarjota vaihtoehtoja eläinlääkärille ja klinikkaeläinhoitajalle kissaystävällisempään kohtaamiseen kissan kanssa.

Huom! Akuutit ensiaputilanteet ja kissan hengen pelastaminen ovat tilanteita, joissa alla olevia ei varmasti ehdi toteuttaa. Alle kootut vinkit kissan kohtaamiseen ovatkin tarkoitettu käytettäväksi kiireettömissä tilanteissa eli useimmissa ajanvarauspotilastilanteissa.



©Emilia Välipakka

ALUKSI

- On muistettava, että kissat ovat yksilöitä, ja omaavat erilaisia persoonallisuuksia.
- Myös kissoilta löytyy Fight/Flight/Freeze-perusreaktiot, mutta usein niitä ei osata lukea tarpeeksi hyvin!
 - o osa kissoista käyttää Freeze-reaktiota klinikalla tutkimustilanteessa ja kissa saattaa päällisin puolin meidän hoitohenkilökunnan silmin vaikuttaa kiltiltä ja helpolta käsitellä, vaikka todellisuudessa kissa on toimintakyvytön stressistä johtuen.
- Lisäksi monet kissat tulevat omistajille traumaattisista taustoista, joten lähtökohtaisesti moni kissa jännittää kaikkea uutta ja erilaista.

KLINIKAN TOIMESTA JÄRJESTETTÄVÄT

- **Turvallisuus:** koiraton, rauhallinen ja hälytön alue kissoille
 - o oma kulku klinikalle
 - o kissojen oma odotustila ilman hälyä ja koirien hajua
 - o mikäli ei ole arkkitehtuurisesti mahdollista toteuttaa klinikoilla, saatavilla on melua estäviä irtoväliseiniä, joilla voi rajata kissoille omaa aluetta yhteiseen aulaan. Näin vähintään suora näköyhteys koirien ja kissojen väliltä estetään.
 - o mikäli klinikalla ei ole mahdollista rajata kissoille omaa odotustilaa, kissapotilaan voi harkita pyytää etukäteen tutkimushuoneeseen odottamaan, jos huoneita on tarpeeksi käytettävänä. Rajattu tila/huone voi itsessään jo rauhoittaa, etenkin jos kissa pääsee halutessaan huoneessa vapaasti tutkimaan ja haistelemaan turvallisesti paikat. Huom! Tartuntapotilaita ei saa päästää vaeltamaan ympäriinsä pitkin huonetta!!
 - o Heräämöhäkit mieluummin plexsiset kuin kalterihäkit, jotta kissa ei jää jumiin kaltereiden väliin. Huom. myös plexsien ilmanvaihtoaukot oltava sellaiset, ettei kissa saa tassuaan tai leukaansa jumiin aukkoon.
- **Tähystyspaikat:** Korkeat vankat hyllyt, johon kissan kantokopan voi laskea ja kissalla mahdollisuus tähyillä ympäristöään. Jos hyllyjä ei ole, nosta kissan kantokoppa vähintään tuolille, jotta kissan ei tarvitse kokea olevansa uhattuna lattialla. Huom! Tason, johon kissan boxin lasket, on oltava niin tukeva, ettei boxi heilu sen päällä tai putoa, jos kissa liikehtii kuljetuskopassaan!
- **Turvapaikat:** Esim. pyyherullia ja pahvilaatikoita heräämöhäkkeihin, jotta kissa voi kokea ne turvalinnoitukseksi eikä linnoittaudu hiekkalaatikkoon.
- **Tarpeeksi tilaa** odotusaulassa ja feromonipeitot kissojen kantokoppien päälle, jotta:
 - o kissojen ei tarvitse tuijottaa toisiaan silmästä silmään
 - o minimoidaan pisaratartuntojen leviäminen
- **Feromonisuihkeet/-haihduttimet** kissojen odotusaulaan ja tutkimushuoneisiin leivittämään stressiä. Huom. suihkeet laitettava noin 30min aiemmin tiloihin ennekuin kissa saapuu tilaan, jotta feromonisuihkeen alkoholiainesosa ehtii hälvetä. Voimakas alkoholin haju ärsyttää monia kissoja.
- **Tarpeeksi** monta erillistä kissahuonetta klinikalla, jotta

- o huone, jossa on ollut tartuntatautipotilas, voidaan puhdistaa ja eristää tarvittavaksi ajaksi ennen seuraavan kissan vastaanottamista samaan huoneeseen
- o klinikalla hermostuneen tai aggressiivisesti käyttäytyneen kissan jälkeen samaan huoneeseen ei tarvitse ottaa heti seuraavaa kissaa. Fight-reaktion aikana kissa jättää huoneeseen hajuja, jotka voivat aiheuttaa myös seuraava, huoneeseen astuvan, kissan käyttöksessä voimakkaan reaktion. Jos kissa raivostuu hoituhuoneessa, hoituhuone olisi suositeltavaa puhdistaa ja tuulettaa huolellisesti hajuista ennen seuraavan kissan vastaanottamista huoneeseen.

Ideaali tutkimushuone kissalle

- o himmeä valaistus, ei kirkkaita valoja
- o ei voimakkaita parfyymeja tai hajuja. Ei edellisen kissan stressihajuja (puhdistus ja tuuletus AINA ennen seuraava potilasta!)
- o Feromonisuihkeita/-haihduttimia voi käyttää. Huom! Lisää suihke huoneilmaan tai tekstiileihin 30min ennen kuin kissa saapuu!
- o ikkuna, josta kissa voi tarkkailla ulos
- o paljon tiloja, mihin kissan on helppo päästä sisälle piiloon ja ulos. HUOM! toki EI saa olla sellaisia piiloja, mistä kissaa ei tarvittaessa saa helposti pois TAI vaarallisia/kalliita rikkoutuvia tarvikkeita esillä. Lisäksi huomioi tartuntariskit!! Tartuntapotilaita ei päästetä vaeltamaan kaikilla pinnoilla!!
- o lämpimiä paikkoja/alusia/tyynyjä, joihin kissa voi hakeutua (esim. Snuggle Safes helppo puhdistaa ja pysyy lämpimänä tunteja)
- o äänieristys klinikan muuta melua (kuten koiranhaukunta, pesukoneet, ihmisten puhe, liikenne) vastaan.
- o lämmitetyt pöytälevyt voivat saada kissan kokemaan tutkimuspöydällä olon vähemmän epämiellyttäväksi. Vähintään luistamaton kumimatto olisi hyvä olla pöydän päällä. Rätiseviä ja rapisevia pintoja vältettävä.
- o Tutkimushuoneesta löytyy kaikki tarvittava, jotta huonetta ei tarvitse vaihtaa kissan kanssa. Mahdollisuuksien mukaan vältä kissan kuljettamista ympäri klinikkaa ja sen sijaan toteuta mahdollisimman moni toimenpide samassa huoneessa. Esim. jos kissalle tehdään ultraäänitutkimus, ohjataan kissapotilas suoraan ultraäänihuoneeseen tai vaihtoehtoisesti etukäteen tuodaan ultraäänilaite tutkimushuoneeseen, jotta muuttujia/stressitekijöitä on kissan käynnin aikana mahdollisimman vähän.
- o Ota KAIKKI tarvittavat tavarat esim. verinäytteen ottoon VALMIIKSI ETUKÄTEEN pöydälle, jotta sinun ei tarvitse kolistella ja kaivella laatikoita kissan jo ollessa huoneessa. Ylimääräiset rapistelut ja kolistelut voivat lisätä kissan stressiä ja lisäksi aikaa kuluu enemmän, jollei tavarat ole helposti valmiina. Jo pelkästään neulan avaaminen suojakuorestaan aiheuttaa paperinrapinaa, mikä saattaa jo aiheuttaa herkässä kissassa reaktion. Huom! Hygieniasyistä johtuen ei tietenkään ole ideaalia avata neulapakkausta etukäteen.

MITÄ SINÄ VOIT HOITOHENKILÖNÄ TEHDÄ TAI OLLA TEKEMÄTTÄ

- Älä esitä sankaria! Jos sinä pelkääät tai jännität kissaan koskemista, kissa kyllä aistii sen ja pahennat kissan stressiä. Jos koet epävarmuutta kissan käsittelyn suhteen, pyydä rohkeasti apua klinikan muilta työntekijöiltä (mahdollisuuksien mukaan), jotka ovat tottuneita toimimaan rauhallisesti ja itsevarmasti kissojen kanssa.
- Myös kissoja voi palkita positiivisesti klinikalla. Kommunikointi omistajan kanssa on tärkeää, sillä hän tietää, mistä kissa pitää ja mistä hermostuu. Moni kissa ei suostu syömään vieraita herkkuja tai edes omia herkkuja klinikkaolosuhteissa, mutta esimerkiksi kissanpennut ja nuoret kissat innostuvat helposti leikittamisestä, jonka voi toteuttaa esimerkiksi penturokotuksen jälkeen tilanteen rentouttamiseksi. Osa kissoista taas ottaa mielellään rapsutuksia vastaan juuri tiettyihin kohtiin, joten kannattaa kysyä omistajalta, mistä kissa tavallisesti eniten pitää.

KISSAN KLIININEN TUTKIMUS

- **ELEET.** Huomioi kaikki mitä kissa elehtii sinulle! Kissat kertovat todella hyvin fiiliksensä, kunhan vai tarkkailet niiden käytöstä ja ennakoit.
 - o taakse käännetyt, lättänät, luimussa olevat korvat= aggressiivisuus, hyökkäysvalmius, puolustautumisvalmius
 - o hännän vispaaminen tai tuijotus= ärtyneisyys, valmiusasemissa reagoimaan
 - o sähinästä tai murinasta kannattaa lähes aina (riippuu tilanteesta!) luovuttaa ja antaa kissalle hengähdysvetki tai mielellään jo harkita rauhoitusta, sillä sähistessä ja muristessa kissa on jo todella peloissaan. Toimenpiteen tai tutkimuksen keskeyttäminen EI ole heikkoutta! Väkinen taisteleminen ja kissan ajaminen pelkoshokin partaalle kertoo siitä, että kissan kanssa edettiin väärällä tavalla.
- **VAPAUDEN TUNNE.** Vältä ahdistamista. Pidä kiinni niin vähän kuin mahdollista ja anna kissalle vapauden tunne. Jos kissa kokee joutuvansa ahdinkoon, sen ensimmäinen reaktio usein on ”tee mitä tahansa, jotta pääset ahdingosta!” ja jos kissa kiihtyy voimakkaasti, sen palautuminen rauhalliseen mielentilaan vie helposti 30min tai sitten luottamus on sen päivän osalta kokonaan menetetty ja esim. verinäytteiden otto voidaan joutua siirtämään toiselle päivälle.
 - o Vetsol-maskit ovat kissaystävällisempiä kuin kangasmaskit, sillä kissalla on vapaampi olo hengittää ja jotkut kissat myös haluavat nähdä mitä tapahtuu. Toiset kissat taas rauhoittuvat, kun niiden näköyhteys peitetään kevyesti.
 - o Älä revi tai kaiva tai kaada kissaa kuljetuskopasta väkisin, ellei ole aivan pakko. Anna kissan tulla itse. Jos mahdollista, ota rauhallisesti kissan kuljetuskopan kansi pois ja tutki kissa kopassaan.
 - o Pyyhekikka! Osa kissoista kokee turvallisemmaksi, kun saavat pistää pään pyyhkeen alle piiloon omassa boxissaan. Esimerkiksi injektoiden pistäminen voi olla huomattavasti helpompaa, kun kissa saa lymyillä omissa oloissaan pyyhkeen alla ”piilossa” ja pistos suoritetaan takaa päin. Pyyhe hidastaa ja vaimentaa myös kissan raapaisuja tai puremista, mikäli kissa päättäisi puolustautua.
- **KOMMUNIKOI.** Elehdi niin, että ilmaiset selkeästi, ettet ole uhka kissalle
 - o Kissoille ”hymyily” eli silmien sulkeminen hitaasti
 - o Laskeudu kissan tasolle. ÄLÄ kumarru tai lähesty yläpuolelta, sillä kissa kokee sen helposti hyökkäävänä (sama juttu kuin koirienkin kanssa)!
 - o Joskus kissat kokevat olonsa turvallisemmaksi, kun saavat pitää omistajan edessään kiintopisteenä ja omistaja rapsuttelee kissaa. Sillä välin eläinlääkäri pystyy auskultoimaan ja palpoimaan kissan läpi rauhassa takaapäin. Huom. tarkkaile tilannetta, sillä usein omistajat jännittävät lääkäritilannetta itse niin paljon, että tahtomattaan myös lietsovat kissaa jännittyneeseen tilaan.
 - o Rauhalliset, varmat liikkeet kaikessa mitä teet
 - o Vältä kovaan ääneen komottamista, vaikka se olisi sinulle muutoin luontaista
 - o Vältä ”kiskis”-kiskittelyä ja muutenkin kissalle puhuessa suhu-shhhh-sss-sanoja, sillä osa kissoista tulkitsee tämän sähinänä. Sen sijaan käytä kissan kehäyksen tapaisia ilmaisuja: ”Purrr purrr”, ”Krrrr krrrr”. Youtubesta ja Spotifysta löytyy myös kissan kehäys-soundtrackeja, joita voi laittaa soimaan hiljaisesti taustalle tutkimushuoneeseen.

- MUKAUDU

- Ole aina valmis pysähtymään tai muuttamaan taktiikkaa, jos kissa kiihtyy missä tahansa kohdassa.
- Osalle kissoista pöydällä oleminen voi olla epämiellyttävää, varsinkin jos niillä ei kotona ole mitään lupaa oleilla pöytätasoilla. Täten, jos kissa kovasti pyrkii lattiatasolle, välillä tutkimuksen tekeminen voi joskus onnistua huomattavasti simppelellä lattialla! ☺
- Aloita helpoimmista ja vähiten stressaavista toimenpiteistä!

- PUHU rauhallisesti matalalla äänenkorkeudella selostaen mitä olet tekemässä kissalle, sillä:

- samalla informoit omistajaa koko ajan siitä mitä on meneillään
- omistajalla on mahdollisuus huomauttaa tärkeistä huomioista hänen kissansa käsittelyä koskien ja näin voit välttää kissan hermostuttamista (omistaja voi mainita esim. ”Hei, sanonkin tässä kohtaa, että meidän kissa ei siedä lainkaan häntään koskemista!”)
- asioiden selostaminen rauhoittaa sinun työskentelyäsi etkä hosu kissaa stressaavasti
- selostaminen ääneen pakottaa sinut ajattelemaan seuraavaa siirtoasi hallitusti

KISSAN KULJETTAMINEN KLINIKALLE JA KLINKALTA KOTIIN

- ajanvarauksen yhteydessä kysäise, miten omistaja on ajatellut saapuvansa klinikalle?
 - Kuljetuslaatikko ei saisi olla kissalle esine, jonka kissa kohtaa ensimmäistä kertaa sinä päivänä, kun se kiikutetaan laatikossa klinikalle. Pidä kuljetuslaatikkoa muutamana päivänä esillä, jotta kissa voi tutustua siihen omaa tahtia. Feromonisuihkeen laittaminen boxiin ennakkoon voi helpottaa boxiin tutustumista.
 - jos mahdollista, kissan kanssa matkustaa sellaiseen aikaan, kun ei ole kaikkein ruuhkaisin aika liikenteessä. Tällöin matkustus vie vähemmän aikaa → vähemmän stressiä.
 - jos ajomatka on asiakkaalla kovin pitkä, kannattaa tarjota sellaista aikaa klinikalta, jolloin klinikalla on mahdollisesti hieman hiljaisempaa. Tällöin pitkän stressaavan matkustamisen jälkeen stressiä yritetään minimoida klinikakäynnillä.
 - joitakin kissoja rauhoittaa, kun automatkan aikana radio on päällä hiljaisella. Radion tasaiset äänet häivyttävät liikenteen ääniä.
- joissakin tilanteissa, jos kissa on todella pelokas ja tiedetään käyttäytyvän klinikalla puolustautumis/hyökkäystaktiikalle, voidaan omistajan kanssa keskustella, olisiko kissan rentouttava/rauhottava lääkitseminen vaihtoehto ennen klinikalle matkustamista
- autossa boxi on sijoitettava tukevasti niin, että boxi ei heilu puolelta toiselle matkustuksen aikana. Kissan olotilaa on myös pystyttävä seuraamaan matkustuksen aikana tarvittaessa.
- päältä-avattavat muoviset kantokopat on suositeltavia kissoille klinikakäynneille koska
 - muoviset boxit on helppo desinfioida ja puhdistaa. Pehmusteeksi pohjalle voi laittaa tutun peiton tai tyynyn. Feromonisuihketta voi suihkuttaa tyynylle ennen matkustusta lievittämään stressiä.
 - kissaa ei tarvitse yrittää vetää laatikosta ulos, vaan boxin katto nostetaan varovasti pois ja kissa saa makoilla boxin pohjalla tuttujen kankaiden seassa
- jos kissoja saapuu useampi klinikalle samalta omistajalta samaan aikaan, kehoita kuljettamaan kissat omissa boxeissaan, jotta minimoidaan riskit tappeluille stressitilanteessa.
- Jos kissa on joutunut viettämään esim. sairaalassa tehohoidossa useamman päivän, sen turkkiin tarttuu aina jonkin verran sairaalan/klinkan hajua. Kun sairaalasta palautuvan kissan kanssa palataan kotiin, jossa vastassa on kodin muita kissoja, vaarana voi olla negatiivinen reaktio tai jopa konfliktitilanne kissojen välillä, kun potilas ei tuoksukaan tutulta vaan sairaalalta. Täten omistajan kannattaa harkita, pitäisikö kissoja ensimmäisen tai pari ensimmäistä vuorokautta erillään, jotta potilas saa kotiutua rauhassa ja sairaalan hajut turkista hälvenevät.

VAIHTOEHTOISIA TOIMINTAMALLEJA KLINIKKAKÄYNNIN SIJAAIN

- Osa eläinlääkäreistä tekee myös kotikäyntejä. Joskus tutkimuksen tekeminen voi olla huomattavasti helpompaa tehdä kissan kotiloissa, missä kissa pääsee piiloutumaan halutessaan aluksi huonekalujen alle ja seuraamaan tilannetta aluksi turvallisen etäisyyden päästä. Kun kissalle annetaan hieman aikaa tutustua tulijaan, lääkäri istahtaa sohvalle kuin olisi tullut vain kyläilemään ja omistajat rupattelevat lääkärin kanssa, monen kissan uteliaisuus vie voiton ja kissa tulee tutkimaan tulijaa. Huomioi kuitenkin, että osa kissoista voi käyttäytyä myös hyökkäävämminkin kotiloissa kuin klinikalla.

Tekstin on koonnut **Nea Neva**, VM3. Haastateltuina ELL Mervi Sulin ja klinikkaeläinhoitaja Susanna Torsti (AlmaVet Cat).



LÄHTEITÄ JA LUKUVINKKEJÄ:

ISFM CAT FRIENDLY VETERINARY PROFESSIONAL <https://icatcare.org/veterinary/isfm/>

[Sarah Heath, Susan Little, ISFM Feline Behavioral Guidelines](#)

KULMAKIVIÄ TYÖSKENTELYYN SUOMESSA

Kaikkeaa Suomessa tapahtuvaa työntekoa määrää Suomen työlait, kuten esimerkiksi työaikalaki. Niistä tarkemmin löytyy Finlexistä (www.finlex.fi). Ongelmatilanteissa kannattaa ottaa yhteyttä omaan ammattitai jäsenliittoon.



Työsuhte sitoo sekä työnantajaa että työntekijää. Sopimus voi olla joko suullinen tai kirjallinen, joista suullisen sopimuksen tekohetkellä kannattaa olla ns. ulkopuolinen kuulija. Molemmat sopimukset ovat yhtä sitovia molempia osapuolia kohtaan ja suullisestakin sopimuksesta tulee työnantajan toimittaa kirjallisesti työehdot.

Työsuhte on yleensä toistaiseksi voimassa oleva. Kyseinen työsuhte päättyy irtisanomiseen virallisen irtisanomisajan jälkeen tai työsuhteen purkamiseen välittömästi ilman virallista irtisanomisaikaa. Irtisanomiseen tarvitaan aina asiallinen, painava syy, joka voi olla esimerkiksi henkilöön, tuotannolliseen tai taloudelliseen puoleen liittyvä – työsuopimusta ei kuitenkaan saa purkaa syrjivillä tai muutoin epäasiallisin perustein. Työsuhte voi olla myös määräaikainen, jos kyseessä on sijaisuus, harjoittelu tai projektiluontoinen työ. Tällöin työsuopimus päättyy määräajan lopussa tai aiemmin jommankumman osapuolen niin halutessa.

Kumpaankin työsuhdemuotoon kuuluu koeaika, jonka aikana kumpi tahansa osapuoli voi lopettaa työsuhteen ilman perusteluita. Määräaikaisessa



työsuhteessa koeaika saa pidennyksineen olla korkeintaan puolet työsopimuksen kestosta, ei kuitenkaan enempää kuin kuusi kuukautta. Jos työnantajaa sitovassa työehtosopimuksessa määrätään koeajan pituus, on työnantajan ilmoitettava soveltamisesta työntekijälle jo työsopimusta solmittaessa.

Työaika Suomessa on yleensä maksimissaan 8h/päivä ja 40h/viikko, mutta tästä voidaan poiketa sovittaessa. Ylitöistä on aina sovittava erikseen. Virassa olevien kunnaneläinlääkäreiden työajat ovat löyhemmät, ja yksityinen eläinklinikka ei voi soveltaa niitä, vaikka klinikka hoitaisikin kuntaa ostopalveluna.

Laki ei määritä minimipalkkoja, mutta työstä on maksettava kohtuullista palkkaa. Palkkaukseen vaikuttaa työntekijän työkokemus, osaaminen ja koulutustaso. Suomen eläinlääkäriliitolla on omat *suosituksensa* eläinlääkäreille ja pieneläinhoitajille.

Vuosilomaa kertyy minimissään kaksi päivää per työskentelykuukausi. Vuosilomalta on maksettava täysi palkka. Myös sairausajalta on maksettava palkka sairastumispäivältä ja sitä seuraavilta yhdeksältä päivältä.

Työnantaja maksaa työntekijän eläke-, sairaus ja tapaturmavakuutuksen. Myös mahdolliset hoitovirheet korvaa työnantaja.

Töissä ja työsuhteita solmiessa on noudatettava myös tasa-arvoa ja yhdenvertaisuutta. Sukupuoli, kansalaisuus, ihonväri, sairaus tai äidinkieli eivät saa vaikuttaa työoloihin ja -sopimukseen. Toiminnan on oltava syrjimätöntä ja tasapuolista.

Tekstin pohjana on käytetty livari Järvisen kirjoittamaa kirjoitusta Suolten lehdestä syksyiltä 2012. Uudelleen kirjoittanut Taru Laurila, VM3.

Kuvat Taru Laurila, Nea Neva ja Linda Haikkola.



Hyvinvointipalsta

Syksyllä jäsenistöltä on kartoitettu tarkemmin mielenterveyteen liittyviä tarpeita, ja vahvana teemana on ilmennyt stressi. Sehän ei ketään yllätä, mutta stressin laajakirjoiset vaikutukset ja sen lievittäminen/ennaltaehkäisy jää monesti pohtimatta sen arkisuuden vuoksi. Kaikkia stressaa, tietysti! Olemmehan kuitenkin opiskelemassa eläinlääketiedettä. Mutta jos hetken otamme aikaa pohtia stressiä, voimme oppia jotain uutta ja jopa muuttaa elämäntapojamme, jotka helpottavat nykyisiä ja tulevia stressin vaikutuksia. Stressi aiheutta kartoittaessani luin paljon tutkimuksia. Kuten moni voi jo ennestään tietää, pieni stressi (eustressi) voi auttaa suoriutumaan tehtävissä ja koetilanteissa paremmin kuin ilman, mutta liika stressi taas huonontaa suorituskkyä. Harvalla kuitenkin koettu stressi yliopistossa jää eustressin tasolle. Tämän takia on tärkeää tiedostaa ja pohtia; minkä tasoista stressiä koen? Mitä selviytymismekanismeja käytän stressini lieventämiseen? Auttavatko tapani pitkässä juoksussa vai saanko vain hetkellistä stressin helpotusta?

Kun käsittelemme stressiä aiheena, kuuluisi myös huomioida kolmas osa, josta ei ehkä puhuta yhtä paljon; minäpystyvyys. Minäpystyvyydellä viitataan henkilön omaan arvioon ja uskomukseen omiin taitoihinsa ja kykyyn suoriutua tehtävistä/stressoreista. Crego et al (2016) tutkimuksen löydöksissä todettiin vahvempi ennuste minäpystyvyyden ja akateemisen menestyksen välillä, kuin akateemisen menestyksen ja stressin välillä. Oppilailla, joilla todettiin korkeampi minäpystyvyys, raportoivat alhaisempia koettuja stressitasoja, ja parempaa akateemista menestystä, ja oppilailla, joilla todettiin alhaisempi minäpystyvyys, raportoitiin korkeampia koettuja stressitasoja ja alhaisempaa akateemista menestystä. Tietenkään tämä ei ole niin yksinkertainen asia, että voisi hokea “usko itseesi” mantraa kesken tentti kauden ja näin stressi helpottuisi. Minäpystyvyys rakentuu vuosien varrella ja semesterien aikana onnistuneista ja epäonnistuneista koulusuorituksista, ja miten itse suhtautuu näihin onnistumisiin ja epäonnistumisiin.

Stressin lievitysstrategioista olen listannut tarkemmin stressi-aiheiseen infolehtiseen, mutta lyhyesti vielä niistä. Eri tutkimuksissa ja diskussioissa voidaan nämä strategiat kategorisoida eri tavoilla, mutta yksi kategorisointi on seuraava: “ongelmakeskeinen”, “tunnekeskeinen” ja “välttely keskeinen”. Ongelmakeskeiset ja tunnekeskeiset strategiat pitävät sisällään

enemmän aktiivisia menetelmiä, kun taas välttely keskeinen pitää sisällään enemmän passiivisia menetelmiä. Hyödyllisemmiksi todetut strategiat pitkäaikaisessa stressin hallinnassa ovat ongelma ja tunnekeskeiset strategiat, joihin kuuluu mm. aktiivinen suunnittelu, itsehillintä, pää-stressorin priorisointi ja tukiverkon monipuolinen hyödyntäminen (Carver et al., 1989). Kun arvioi omaa stressitasoa ja stressin lievitys strategiaa, voi pohtia; toimiiko nykyiset strategiat vai onko koettu stressi kuitenkin liian korkea? Mikäli stressitaso on liian korkea ja se on alkanut vaikuttamaan hyvinvointiin, akateemiseen suoritukseen ja arjen kulkuun, on hyvä hakeutua joko psykologin tai muun alan osaavan ohjaajan puoleen.

Stressi kuuluu kouluun, työ- ja henkilökohtaiseen elämään, mutta sen ei tarvitsisi ylittää pistettä, joka johtaa sen vaikuttamaan huomattavasti negatiivisella tavalla mielen- ja kehon terveyteen, arkeen sekä omaan suorituskyykyyn.

Lempää lomanviettoa kaikille toivoen,

Hyvinvointivastaava

Hanna



Viitatu lähteet:

Carver, C.S., Scheier, M.F. and Weintraub, J.K., 1989. Assessing coping strategies: a theoretically based approach. Journal of personality and social psychology, 56(2), p.267.

Crego, A., Carrillo-Diaz, M., Armfield, J.M. and Romero, M., 2016. Stress and academic performance in dental students: the role of coping strategies and examination-related self-efficacy. Journal of dental education, 80(2), pp.165-172.

Stress

and its management in a university setting

When dealing with stress, consider the following:

- **Is my stress beneficial or harmful?**
- **What factors affect how I respond to stress?**
- **Which coping mechanisms work best (for me)?**

Eustress and distress:

Small amounts of stress can lead to positive outcomes such as increased productivity and a better outcome from exams and assignments. This type of stress is termed eustress.



When the level of stress exceeds a certain threshold, it can have more negative impacts such as:



Lowered academic performance



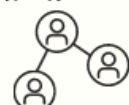
Increased risk for anxiety and depression



Feeling overwhelmed



Self-efficacy



Social support



Coping strategies

How do I respond to stress?

Three areas can be discussed when considering how we respond to stress.

Self-efficacy - person's belief in their own capacity to execute and complete tasks at a certain level.

Social support - the network you rely on to buffer the effects of stress and seek help from.

Coping strategies - they come in a wide range, that may be categorized as "problem-focused", "emotion-focused", and "avoidance-focused" coping.

Coping strategies

Problem-focused

Methodical remedying of an external stressful situation

- Suppression of competing activities - putting other projects aside
- Restraint - finding the right time to act on stressor
- Social support - seeking advice or assistance

Emotion-focused

Ventilating, managing, or relieving one's emotional response to such a situation

- Social support - seeking moral support, sympathy and understanding
- Acceptance - accepting the reality of a stressful situation

Avoidance-focused

Removing oneself mentally or even physically from stressful situations.

- Behavioral disengagement - avoiding the stressor
- Mental disengagement - distracting oneself from thinking about the stressor, denying the stressor (daydreaming, watching TV, etc.)
- Alcohol & drug disengagement (not a recommended strategy)

Which coping strategy is best?

Majority of the strategies alleviate stress at least in the short-term. When put under stress, people don't usually resort to one single method of coping but tend to combine strategies from all categories. However, some coping strategies have better outcomes in the long term than others.

Problem-focused coping that involves a methodical approach with planning and prioritizing has shown to be effective in long term coping with stressors and maintaining good social support has been shown to promote general well-being, buffering the effects of stress.

No single method works for everyone!

Find what works best for you, and if your current strategy is not working, try another strategy or turn to the help of a counsellor who can guide you.

References

Carver, C.S., Scheier, M.F. and Weintraub, J.K., 1989. Assessing coping strategies: a theoretically based approach. *Journal of personality and social psychology*, 56(2), 267-283.

Crego, A., Carrillo-Diaz, M., Armfield, J.M. and Romero, M., 2016. Stress and academic performance in dental students: the role of coping strategies and examination-related self-efficacy. *Journal of dental education*, 80(2), 165-172.

Dwyer, A.L. and Cummings, A.L., 2001. Stress, self-efficacy, social support, and coping strategies in university students. *Canadian Journal of Counselling and Psychotherapy*, 35(3).

Nelson, D.L. and Simmons, B.L., 2003. Health psychology and work stress: A more positive approach.

O'Sullivan, G., 2011. The relationship between hope, eustress, self-efficacy, and life satisfaction among undergraduates. *Social indicators research*, 101(1), 155-172.

Did you know?



Students with higher self-reported stress levels also used more avoidance-focused coping strategies in a study by Dwyer and Cummings (2001)

Students with higher self-efficacy have been found to have better academic performance and tend to use active-coping strategies when it comes to stress (Crego, A., et al., 2016).



Lehtitiimi kiittää kaikkia suolinkaisia kuluneesta
vuodesta ja toivottaa rauhallista ja stressitöntä
joulua kaikille ♥

Kiitämme ja kuittaamme,
Nea Neva, Tia Pelkonen & Taru Laurila

Kiitos sponsoreillemme

Kiitos sponsoreillemme

VETCARE kolmosten stetoskoopeista, sekä
ORION PHARMA ELÄINLÄÄKKEET fuksien labratakeista!



Tulevaisuuden tekijä

– ota paikkasi ammattikunnan ytimessä!

Eläinlääkäriliitto edustaa ammattikuntaa, valvoo sen etuja ja tarjoaa henkilökohtaisia jäsenetuja kaikille jäsenilleen. Opiskelijana edustat ammatin tulevaisuutta – ole kollegiaalinen ja liity osaksi alan ainoaa ammattiliittoa.



"Hain ensimmäistä työpaikkaani eläinlääkärinä. Muistin liiton opiskelijaillassa korostetun kirjallisen työsopimuksen laatimista. Suhtautuminen oli varsin asiallista, kun halusin tehdä sopimuksen ennen aloittamista. Tiukuus kannatti, ja ehkä sekin, että sanoin tarkistuttavani työnantajan sopimusluonnoksen liitossa."

Jäsen, 27 vuotta

AMMATTIASIAA: Suomen Eläinlääkärilehti kahdeksan kertaa & sähköinen jäsenkirje vähintään kuudesti vuodessa.

KOULUTUSTA: Opiskelijoita haetaan palkatuiksi toimitsijoiksi Eläinlääkäripäiville. Tavallisina vuosina opiskelijat pääsevät maksutta näyttelyyn ja opiskelijahinnalla luennoille ja muihin päivien tapahtumiin. Vuoden 2021 paikan päällä osallistumisen ehdot eivät ole vielä lopullisesti selvillä terveystilanteen takia. Vuonna 2021 Suolet ry:lle tarjotaan oma näyttelyosasto. Seuraa tilannetta verkossa: www.elainlaakaripivat.fi.

TAPAHTUMAT: Liittoa esitellään Tartossa mahdollisuuksien mukaan kerran vuodessa. Kandi-ilta, ja 5.-6. kurssin opiskelijoille kerran maksuttomat eläinlääkärin verotus- ja kirjanpitokurssi. Muut jäsentapahtumat ja opiskelijavaliokunnan illat.

KIRJAKAUPPA: liiton omistaman Fennovet Oy:n verkkokauppa. Pyydä kurssillesi tarjous oppikirjoista!

NEUVONTAA: Liiton asiamiehet neuvovat työsuhteasioissa myös opiskeluaikana ja muissa ammatin juridisissa kysymyksissä. Opiskelija työelämässä ja Työelämän lakipaketti verkkosivuilla. Jäsenosion Opiskelemassa-sivu.

VAKUUTUKSET: Liitto maksaa luottamustoimisen jäsenen järjestövuokituksen. Liiton valtuuskunnassa on kaksi opiskelijapaikkaa; vaalit ovat joka kolmas vuosi, seuraavat syksyllä 2022. Opiskelijavaliokunnassa on paikka Tartossa opiskeleville.

OPISELIJOIDEN MATKA-APURAHAT opiskelijoille haettavina kahdesti vuodessa.

MEMBER+ EDUT palvelevat kaikkia akavalaisten liittojen jäseniä lomalla ja arjessa vaihtuen kausittain.

DANSKE BANKIN EDUT: pankkiedut kahden vuoden sisällä valmistuneelle: ELK, ELL ja ELT ja erikoiseläinlääkäri (jopa 700 e vuodessa). Asuntolainaetu. Sijoittamiseen liittyvät edut, vaikka olisit toisen pankin asiakas.

TYÖTÖMYYSTURVA

Palkasaaja voi itse liittyä Lääkärien työttömyyskassaan (vuoden 2022 alusta nimi on Lakimiesten ja Lääkärien työttömyyskassa), vuonna 2021 maksu 21 euroa/ v ja yrittäjä Yrittäjäkassaan. Työttömyyskassaan voi liittyä heti kun tekee eläinlääkärin töitä.

Liittoon hyväksytään jäseneksi eläinlääketiedettä Suomessa tai ulkomailla opiskeleva sekä Suomessa laillistettu eläinlääkärit. Opiskelijajäsenyys ei-praktiikkaoikeudet omaavalle maksaa vuodessa 40 euroa ja praktiikkaoikeudet omaavan jäsenmaksu on 135 euroa. Laillistettujen eläinlääkärien jäsenmaksu on korkeampi ja jäsenetulista pidempi. Liity joukkoon!

Terve ja hyvinvoiva eläinlääkäri tavoitteena jo vuodesta 1892

www.sell.fi