

# *Vanhenevan miehen alkoholinkäyttö*

*Jouni Tourunen*

Suomen väestö alkaa vähetä ja vanheta ensi vuosituhatteen vaihteessa: syntyvyys pienenee ja vanhusten osuus väestöstä kasvaa. 65 vuotta täyttäneiden osuus kasvaa vuoden 1985 12,7 prosentista liki neljäsosaan väestöstä vuoteen 2030 mennessä (Harmaantuva Suomi. . .1986, 15—16 & 60). Vuosituhatteen vaihteen jälkeen vanhusten määrää lisää erityisesti ns. suuren ikäluokan vanheneminen.

Varsin vähän on kiinnitetty huomiota siihen, että tämä suuri ikäluokka, jonka vanheneemisesta ollaan ”huolissaan” vanhustenhuollon palvelujen riittävyyden tai kasvavan kansantaloudellisen eläkerasituksen vuoksi, on samalla ns. märkää sukupolvea, runsaasti alkoholia käyttävää ikäpolvea. Lisääntykö vanhusten alkoholinkäyttö määrän sukupolven vanhetessa, kun jo nykyistenkin vanhusten alkoholinkäytön ongelmat ovat lisääntymässä (esim. Saastamoinen 1988, 236—237)? Miten vanheneminen itse asiassa vaikuttaa alkoholinkäyttöön — tai päinvastoin?

Tämän kirjoituksen tarkoituksena on lyhyt ekskursio vanhenemisen ja alkoholinkäytön väliseen suhteeseen pääasiassa neljän vanhenevan, eläkkeellä olevan ja ”alkoholiongelmaisen” miehen haastattelujen kautta. Vanheneminen määrittellään väljästi ”virallistetun” 65 vuoden ”vanhuusrajan” lähestymiseksi, siirtymävaiheeksi kypsästä keski-ikästä vanhuuteen.

## ***Biologinen, psyykinen ja sosiaalinen vanheneminen***

Gerontologia jakaa vanhenemisen biologiseen, psyykkiseen ja sosiaaliseen vanhenemiseen (esim. Hervonen & Ruth 1983, 23—30). Biologiset, geneettiset tekijät määräävät ihmi-

sen elintoimintojen ja elinajan rajat, jotka muovautuvat sosiaalisessa todellisuudessa — elin-, asuin-, työ- ja kulttuuriympäristössä — psyykkisiksi valmiuksiksi, persoonallisuudeksi ja elämäntavaksi. Vanhenemisen määrittävät biologiset, psyykkiset ja sosiaaliset muutokset yhdessä.

Biologinen vanheneminen on väistämätöntä: elimistön toimintareservit hupenevat, aistitoiminnat heikkenevät, reagointi- ja koordinaatiokyky pienenevät sekä elimistön tasapainon ylläpitämiskyky vaikeutuu jne. Erilaisten fysiologisten toimintojen mittaustuloksia yhdistämällä saatava indeksiluku, ns. biologinen ikä, muuttuu huomommaksi itse asiassa jo 25—30 vuoden iästä alkaen (Heikkinen 1979, 6). Vanhenemismuutokset ja niiden yhteys sairauksiin eivät kuitenkaan ole niin selviä kuin aiemmin on luultu.

Psyykkisen vanhenemisen tutkimuksissa on yritetty tutkia persoonallisuuden, minäkäsityksen, mielenterveyden ja erilaisten psyykkisten toimintojen kuten oppimisen, muistamisen tai luovuuden muutoksia sekä erilaisten stressien ja kriisien vaikutuksia (Ruth & Ruoppila 1983, 161—163). Psyykkisten kykyjen kokonaisuudessa ei uusimpien pitkittäistutkimusten mukaan tapahdu niin suuria muutoksia kuin aiemmin uskottiin poikittaistutkimusten antamien, ikäkohorttieroista johtuneiden tulosten perusteella (Heikkinen 1979, 6). Esimerkiksi älykkyystestien mitattu suorituskyky säilyy hyvänä ainakin 70-vuotiaaksi asti, ja senkin jälkeen havaittu taantuminen on todennäköisesti enemmän aivoston sairauksien kuin vanhenemismuutosten seurausta.

Sosiaalisen vanhenemisen kannalta tärkeitä ovat yksilön yhteiskunnallisessa asemassa, rooleissa ja tehtävissä (yleensä sosiaalisissa suhteissa) tapahtuvat muutokset, joita vanheneminen (erityisesti eläkkeelle siirtyminen) aiheuttaa. Esimerkiksi ns. irtaantumisteoria nä-

Kirjoitus perustuu sosiaalityön pätevyyskoulutuksen Helsingin kurssin III lopputyöhön ”Vanhenevan miehen alkoholiongelma”.

kee ”luonnollisena” ja toivottavana vanhenemisen myötä tapahtuvan syrjään vetäytymisen, sosiaalisista ja yhteiskunnallisista suhteista irtaantumisen. Ns. aktiivisuusteorian näkemys on päinvastainen: elämä nähdään elinikäiseksi sosialisatioksi, ja myös vanhana on kaikki edellytykset uuden oppimiseen, uuden ”elämänuran” aloittamiseen (Hervonen & Pohjalainen 1983, 36).

Joidenkin tutkijoiden mielestä valtaosa vanhenemisen vaikutuksista johtuu nimenomaan sosiaalisista syistä (yhteiskunnallisista instituutioista ja asenteista). Psykkisesti ja biologisesti ihminen on vanhana pääosin sama ihminen kuin nuorempaanakin.

”Vanhuuden useimmat haitat ovat yhteiskunnassamme sosiaalisia, sovinnaisia ja keksittyjä. . . Vanhuus sellaisena kuin sen käsitämme on olemassa vain sellaisissa yhteiskunnissa, jotka luovat sen. . . Vanhuus sellaisena kuin sitä nyt markkinoidaan, on mielikuvitus, joka on olemassa vain niin kauan kuin uskomme sen olevan olemassa ja sysäämme sen ihmisille erilaisten taloudellisten ja sosiaalisten pakotteiden avulla.” (Comfort 1979, 31 & 203)

### ***Vanhenemisen ja alkoholinkäytön suhde***

Runsas alkoholinkäyttö aiheuttaa tunnetusti fyysisiä, psyykkisiä ja sosiaalisia haittoja; alkoholinkäyttö vaikuttaa ihmisen kaikkiin olemispuoliin, kehoon, tajuntaan ja situatioon (Tourunen 1986, 16). Samalla alkoholinkäyttö nopeuttaa vanhenemistä: biologinen, psyykinen ja sosiaalinen ikä karttavat ”normaalia” nopeammin ja ”ennenaikaisen” kuoleman riski kasvaa.

Kuten muidenkin fyysisten toimintojen rajat vanhetessa madaltuvat, myös kyky juopotella vähenee vanhenemisen myötä. Alkoholinsietokyky alenee ja käytön vaikutuksista toipuminen pitenee. Vanhana ei jaksa nuorempien malliin eikä alkoholinkäyttö yleensä kuulu sosiaalisesti sallittuun ”hyvään” vanhenemiseen (Wiman 1986, 4). Myös kulutustutkimuksissa on todettu miesten jonkin verran raitistuvan iän karttuessa (Sulkunen 1985, 38 & 41 & 53), joskin myös 50—69-vuotiaiden miesten alkoholinkulutus ja juomistiheys ovat nousseet vuodesta 1968 vuoteen 1984 (Simpura 1985, 59 & 61). Ensimmäinen hypoteesi onkin, että

vanhenemisellä on taipumus vähentää alkoholinkäyttöä.

Vähentymisvaikutus ei ole kuitenkaan selviö. Elämäntapatutkimusten mukaan on opituilla käyttäytymistavoilla taipumus säilyä vanhetessakin, ja toisaalta pitkäaikainen alkoholinkäyttö aiheuttaa sekä fyysistä että psyykkistä riippuvuutta ja kaventaa elämäntavan alkoholin ympärille. Toinen mahdollinen hypoteesi on, että vanheneminen ylläpitää alkoholinkäyttöä. Mitä kauemmin alkoholia on käyttänyt, sitä vaikeampi käytöstä on luopua.

Elämänmuutosteoriat pitävät vanhenemistä ja eläkkeelle siirtymistä yhtenä elämänkaaren mahdollisena kriisivaiheena (Eskola 1982, 224—227). Työstä syrjäytyminen, sairaudet, puolison tai ystävän kuolema saattavat laukaista alkoholinkäyttöä. Elämän mielekkyys saattaa kadota, varsinkin kun kulttuurimme arvostaa työntekoa, tehokkuutta, tulevaisuuteen orientoitumista ja itsenäistä selviytymistä (Rantala 1986, 33—34). Kolmas vaihtoehtoinen hypoteesi on, että vanheneminen saattaa johtaa alkoholinkäytön aloittamiseen tai sen lisääntymiseen.

### ***Jussi, elämän kiertolainen***

Mitäpä siitä että nuoruus antoi rakkautta ja risuja, jättäähän vanhuus meille sentään ystävät ja viinin.

Stephen Leacock

Vanha puutalo valtatievarressa uhmaa päättäväisesti syksyn ensi räntäsateita. Keittiössä vanha mies mittailee tarkasti syksyn saateissa turvonnutta saunan ikkunanpokaa. Höylä ja puukko odottavat valmiina pöydällä. Samalla mies mittailee tarkasti, odottavasti vierailijaa, nuorempaa. Silmien katse välähtää tarkkana, terävänä kasvojen uurteiden keskelä.

”Viimeksi oli puhetta, että puheltaisiin oikein nauhalle?”

”Niihän sitä tuumailtiin. . .”

”Käytäs vähän läpi sun elämänvaihteas?”

”Niin. . . mä oon kuitenkin ajatellu, että jos antas sittenki olla, toistaseks. . . mitä sitä suotta vanhoja muisteleen. . . menny mikä menny. . . puhuttas näin, muuten vaan. . .”

Jussin kainostelemaan elämäntarinaaan sisältävät avioliitto, 6 lasta, avioero, lisääntyvä juopottelu, kiertely työn perässä, työttömyys, asuntopulmat. Kolme vuotta sitten Jussi pääsi työttömyyseläkkeelle, 55-vuotiaana. Reumatismi kolottaa välistä ilkeästi olkapäässä, muuten terveys on säilynyt hyvänä. Ensimmäiset silmälasit odottavat vasta ostamistaan.

Pari viime vuotta Jussi on asunut yhdessä toisen vanhenevan miehen kanssa kunnan ostamassa ja ”pojille” vuokraamassa vanhassa talossa. Purku-uhka on lähivuosina päällä, mutta kunnalta on luvassa silloin uusi asunto.

”Mikä, hyvähän tässä. Ei sentään seinät jäädy sisäpuolelta niinku edellisessä paikassa. . . ja sauna on hyvä, kovasti kylvetään. . . makuupaikka on kyllä kylmä, talvella joutuu nukkuun keittiössä. . . valitsin aikanaan väärin, kaverin huoneessa on kunnan kaakeluuni, tarke-  
nee paremmin. . . vaikka hyvä näinkin.”

Jussi käyttää alkoholia omaan tahtiinsa ystävien seurassa, kotona tai kavereiden tykönä; olutta, joskus kirkkaampia. Baareissa hän vie-  
railee harvoin. Jussi ei mielellään puhu juomistaan tarkemmin, mutta silloin tällöin olo on aamuisin ankea, vapiseva.

### **Aatu, Jeesuksen ottopoika**

Vanhuus ja sairaus tuovat esiin luonteen olennaiset piirteet.  
Felix Frankfurter

Aatun jalasmökki ei koolla eikä näöllä ko-  
meile. Liesiuuni, jääkaappi, pieni pöytä, pari tuolia, vanha nojatuoli, lipasto ja hylly; perällä makuusoppi ja televisio. Seinältä katsovat arvokkaasti paikallisen kotipalvelun ohjaajan ja Paavo Väyrysen valokuvat. Vanha seinäkello raksuttaa vieressä omaa monotonista tahtiaan. Piti kunnan talokin nousta, mutta jäi. . .

Aatu kertoo mielellään tarinaansa, väri-  
käästi ja tarkasti: paimenpoikana, kiertokou-  
lussa, maatöissä, kotirintamalla vartiossa, sep-  
pänä, laitoshiehenä, kuorma-autoilijana, van-  
kilassa, saarnamiehenä, tehtaan duunarina, eläkkeellä; ihmisiä, aikoja, tapahtumia. Kuu-  
dessakymmenessä vuodessa aineksia elämäker-  
taan siinä missä jollakin Volvo-Markkasella-  
kin. Paljon mielessä pettymyksiäkin, katke-  
ruutta; ”hyväuskoisuuttaan” saanut kokea pal-  
jon vääryyttä.

Sairaudet ja uudelleen virinnyt uskonnolli-  
suus määrittävät tämänhetkistä elämää. Jo  
nuorempana Aatu kiersi jonkin aikaa saarna-  
miehenä, hyvä puhuja kun oli. Hengenasioiden  
kanssa on tullut painittua läpi elämän. Viime  
aikoina Iso Kirja on jälleen ollut ahkerassa  
käytössä.

”Kavereillekin yrittänyt puhua, mutta ku juovuksis tu-  
levat. . . turha niille on mitään selittää nääs. . . mää  
nykyään ajankin pois, en päästä pullojen kans sissää.”

Alkoholia on matkan varrella kulunut välillä  
reippaasti, välillä ei yhtään. Nykyään juomiset  
jäävät vähiin. Sydän reistailee ja vatsa, sairaa-  
lareissut ovat tulleet tutuiksi. Alkoholin kanssa  
on oltava varovainen jo terveyden vuoksi.

”Kyl silloin oli kun ero tuli. . . mää olin ihan tulel, ihan  
ku tulel. . . poikakin oli niin korvaamaton nääs, semmo-  
ne, ai jai. . . mutta nyt ei voi ottaa, lääkkeit nääs, nitrot ja  
rauhoitavat sun muut, ei pysty, korkeintaan saunakaljan  
varovasti.”

### **Topi, nuori oloneuvos**

Neljäkymmentä on nuoruuden vanhuus,  
viisikymmentä vanhuuden nuoruus.  
Victor Hugo

Radioesitelmä alkoholismista toi Topin A-  
klinikalle. Viikon päivittäinen juopottelu oli  
saatava loppumaan. Vaimo lupautui mukaan,  
vaikkei miehen ”muuttumiseen” enää juuri us-  
ko. 22 vuotta on kuitenkin ilot ja surut jaettu  
yhdessä; omakotitalo rakennettu ja poika kas-  
vatettu aikuiseksi, maailmalle.

Topi joutui reuman vuoksi eläkkeelle kuusi  
vuotta sitten, 42-vuotiaana. Työnjohtajan kii-  
reet vaihtuivat oloneuvoksen päiviin. Elämän-  
muutos oli suuri, äkillinen ja lopullisen tuntui-  
nen, noin vuoden sairastelusta huolimatta.

”Kyllähän se löysät otti pois, työstä ja vielä liikkumi-  
sestakin, tuli siihen aikaan päkiät ja polvet niin huonoon  
kuntoon ettei ajottain liikkua päässy. . . tyhjän päälle  
laitto, alamaihin. . . onneks tuli sitten tää talonrakennus,  
se se minut pelasti. . .”

Talon valmistuttua, elämisen ja olemisen  
tasaannuttua alkoholikäyttö lisääntyi. Yhä  
useammin Topi istui lähibaarissa, jonne lähi-  
seudun eläkeläisiä ja nuorempiakin kokoontuu  
aikaa viettämään, turinoimaan ja olutta sie-

mailemaan. Kolmen viime vuoden aikana Topi ei muista olleensa viikkoakaan yhtäjaksoisesti raittiina. Muutaman kerran vuodessa käyttö lisäksi riistyy useamman päivän mitaiseksi kovemmaksi juomiseksi.

”Sitä aikaa olevinaan. . . aatteli ettei sillä niin välikään vaikka vähän ottaa, kun ei oo pahemmin vastuuta mistään, kun lainat ja pakolliset maksaa. . . eikä nuo eläkeläisten riennot kiinnosta, ovat sentään parikymmentä vuotta vanhempiä. . . vaikkei vaimo siitä tietysti tykkää, jos äijä juo aina kaikki ylimääräiset, haluis sek in joskus osansa.”

### *Ville, sotaveteraani*

Ellei ihminen ole rakastanut,  
ollut sodassa ja kokenut vanhuutta,  
ei hän elämästä mitään tiedä.  
Olaf Lagercrantz

Hieman tukevoitunut, vanttera vanha mies istahtaa pöydän ääreen. Nojaa etukumaraan kävelykeppinsä varaan, hengähtää. Katkaisuhoitoaseman rappujen nouseminen ottaa huonokulkuisen voimille. Varsinkin kun takana on ”turhan kostea” juhannus.

”Tää on nyt ensimmäinen paikka missä mä tällain oon hoitopaikassa, sotasairaalan jälkeen.”

Sota-aika ja sotiminen ovat jättäneet vahvat muistot. Jäljet tuntuvat vieläkin. Itse asiassa Villen eläkkeelle joutuminen kymmenisen vuotta takaperin johtui osittain sodassa haa-voittumisesta: selkä ja jalka eivät enää kestäneet kovaa työntekoa. Lääkitykset ja hoidot eivät enää auttaneet.

”Kannaksella, siellä mä haaavottuisin, sirpaleet meni tonne sissään ja käsivarteen ja kantapähän. . . kaikki ne siellä on vieläkin, ei keritty pois raappiin. . . jätti jälet niin, kyllä se teposensa teki. . .”

Muuten Ville on elämäänsä tyytyväinen. Työtä on riittänyt ja toimeen tultu, vaikka niukemminkin. Lainaa otettu ja talo rakennettu, myöhemmin mökkikin. Asiat ei ole koskaan menneet kovasti ”nurin päin”. Paitsi vaimon kuollessa kolme vuotta sitten; tuntui yksinäiseltä, tyhjältä, alkoholiakin alkoi kulua.

Toista vuotta sitten löytyi onneksi uusi seuralainen. ”Huushollia ja kuria pitämään”, Ville naureskelee puoliksi leikillään, puoliksi tosis-

saan. Kevät ja kesä sujuvat mukavasti mökillä, pikku puuhailuja riittää. Kaupungissa ei niinkään tekemistä löydy. Lähibaarissa tulee istutua liikaakin, olutta nautittua; viikonloppuisin kotona väkeviäkin.

”On saanu uus ystävä pysymään sut aisoissa?”

”Aika hyvin, aika hyvin. . . tää kaveri on kovana, sano että oo kovana vaan. . . sillä on kyky panna juomiset piiloon, sitten ku on oikein ankeeta ni sit se sanoo vasta että no, kyllä hällä vähän on. . .”

### *Vanhenemisen vaikutukset miesten alkoholinkäyttöön*

Kaikki haastatellut ovat selkeästi kokeneet vanhenemisen fyysiset vaikutukset alkoholin- käyttöä vähentävänä tekijänä.

”Eihän siitä mittään tuu. . . jaksaa enää, kestä paikat . . .nuorempana jaksoi painaa työssä. . . ja viinanki kans.”

Oman viehätöksensä juominen on kuitenkin säilyttänyt, kovin radikaaleja muutoksia juomisessa ei ole tapahtunut.

”Humalan tunne, se on kyl aluks sama ku ennenki, jopa parempi joskus. . . mutta toinen ja kolomas päivä on kauheita. . .”

Miesten kunto, fysiikka, ei kestä enää mää- rältään yhtä suurta juomista kuin nuorempa- na. Varsinkin juomisen seuraukset, mm. krapula, ovat tulleet entistä tuskallisemmiksi.

”Mun oli ennen kyllä semmone ettei kivistänyt yhtään, en sairastanu krapulaa lainkaan. . . nyt se sitten rupes tekkeen, ton kallotaudin. . . tulee kerta kaikkiaan niin huonoon kuntoon, se kamalaa on. . . se siinä enempi ottaakin pattiin, kuule. . .”

Työelämästä eläkkeelle siirtyneille vanhene- minen on merkinnyt juomiseen mahdollisesti käytettävän ajan lisääntymistä ja ulkoisten rajoitteiden karsiutumista; pakolliset tekemiset ja velvollisuudet ovat vähentyneet. Jos taloudelliset asiat ovat vielä kunnossa, alkoholinkäytölle syntyy helposti ”lisätilaa”. Esimerkiksi Villelle vaimon kuolema aiheutti lisäksi yksinäisyyttä sekä vähensi yhteyksiä sukulaisiin ja tuttaviiin.

”Ei mittään tekemistä oikein oo. . . perhetuttuja ollu, mutta häviäähän ne aina vanhemmiten, kun tuo eukkoki

kuoli, sydän meni laakista. . . jääny nuo harrastukset kaikki pois, pelit sun muut. . . sitten yks juttu, ettei oo puutetta ollu, ettei oo pahemmin tarvinnu sitä markkaa pihistä eikä kerjätä.”

Kaikki edellä hahmotellut vanhenemishypoteesit saavat ”vahvistajansa” jo tässä neljän miehen joukossa: Aatulla juominen on vanheteissa vähentynyt ja sitten kokonaan loppunut (”vähennemisteesi”). Jussilla juominen on jatkunut suurin piirtein entiseen tapaan, ilman merkittäviä muutoksia (”ylläpitoteesi”). Topin ja Villen alkoholinkäyttö on sen sijaan eläkkeellä lisääntynyt ja synnyttänyt vasta nyt ns. alkoholiongelmia (”lisääntymisteesi”). Vanhenemisen vaikutukset ovat yksilöllisiä, kunkin elämäkokemuksiin ja -tapahtumiin kiinnittyviä.

### ***Miesten alkoholinkäytön merkitykset***

Vanhenevien miesten alkoholinkäyttö on todennäköisesti hillitympää ja rauhallisempaa kuin nuorten: suurin ”uho” on kadonnut vuosien varrella. Suurta numeroa miehet eivät halua juomisestaan tehdä; alkoholi kuuluu omalla tavallaan elämään ja sillä selvä. Kovin paljon ei enää jaksakaan eikä viitsi juoda, mutta ilman on vaikea olla. Sen kummempia perusteluja ei välttämättä tarvita, eikä niin monia kuin nuorena.

”Nuorena se kai oli semmonen ujous. . . ja epävarmuus, piti näyttää. . . vanhempana tämä yksinäisyys, joutilaisuus. . . sitä seuraahan sitä välillä hakke. . . semmonen tapa kait sitten on. . .”

Alkoholinkäytön merkitykset kiinnittyvät kaikilla miehillä ajankäytön ja sosiaalisen seurustelun ympärille. Muut harrastukset ja tekemiset ovat vähentyneet, aikaa ”on olevinaan” ja lähibaarista (Topi ja Ville) tai kavereiden tyköä (Jussi) etsitään seuraa ja ajankulua — ja löydetään.

”Joskus se on vähä hyvä ajankulu, jos on hyvää seuraa ja muutkin ottaa, niin mikäs siinä sitten. . . miesvaltasta, siinä baarissa, eläkeläisiäkin, sitten semmosia fiksujakin, parin putelin iltakaljansa ottaa. . . onhan siinä nuorempiakin, siinä kun ne tarinoi ja sitten lottoovat porukalla. . . omavaraisia kaikki, vanhempi ja rauhallisempi asiakunta.”

Vanhenemisen fyysiset vaivat ja sairaudet alkavat olla miesten elämän todellisuutta. Aatun alkoholinkäyttöä sairastelu on vähentänyt selvästi, Topin päinvastoin lisännyt.

”Kyl ne kivut jokapäiväsi tahtoo olla, välillä kovinkin. . . ne on noi juomapäivät ihan kuin lomaa sairaudest, kivut ei tunnu, häviää siks aikaa. . .”

Sairaudet ovat tuoneet elämän rajallisuuden, kuolemankin mahdollisuuden, lähemmäksi, todemmaksi kuin nuorena. Ääneen sitä ei suoraan sanota, mutta ajatusten takana, pohjalla se kuultaa. Kaikessa vähäeleisyydessään ja vaatimattomuudessaan miesten tunnot ovat syvällisemmät kuin nuorten. Elämää on joka tapauksessa puntaroitava ja aseteltava jonkinlaiseen asentoon. Alkoholinkäyttöönkin liittyy pinnan alla elämän eksistentiaalisia ulottuvuuksia ja pohdintoja (vrt. Helminen & al. 1988, 21 & 26).

”Semmosta se niin on ollu. . . vaikka eipä tässä kukaan tartte roikkua enää. . .”

### ***Yksilöllinen elämäkaari***

Miesten haastattelujen perusteella vaikuttaa siltä, että vanheneminen rauhoittaa niiden miesten elämäntapaa ja alkoholinkäyttöä, joilla juominen on aiemmin ollut runsasta ja joille vanheneminen sinänsä ei ole tuonut merkittäviä elämänmuutoksia. Sen sijaan alkoholinkäyttö on lisääntynyt ja alkanut aiheuttaa vaikeuksia niillä miehillä, joille vanheneminen on merkinnyt sosiaalisia muutoksia (työstä eläkkeelle siirtyminen, vaimon kuolema, ihmissuhteiden väheneminen jne.).

Juomisen ja mielekkään elämän etsimisen yhteys korostuu vanhenemisen myötä. Ns. vanhenemisen psykologiset kehitystehtävät (Rantala 1986, 69—70) aktualisoituvat: oman itsensä ja elämänsä arviointi, vanhuuteen sopeutuminen, terveyden heikkenemisen ja kuoleman mahdollisuuden kohtaaminen sekä eheän omanarvontunnon etsiminen. Jos elämänsäältä ”tyhjenee”, ulkoiset rajoitteet vähenevät ja käsitys vanhuudesta piirtyy kielteisenä, vanheneminen voi helposti lisätä alkoholinkäyttöä. Toisaalta vanhetessa elämäntapa saattaa seestyä ulkonaisista puutteista tai sairauksista huolimatta, näkemys vanhuudesta piirtyä luonte-

vana ja juominen vähentyä. Haastatelluista miehistämme Jussi ja Aatu vaikuttavat omassa vaatimattomassa elämässään vanhenemiseen rauhallisemmin sopeutuneilta kuin Topi ja Ville, joille vanhenemisen muutokset ovat aiheuttaneet lisääntyvää alkoholinkäyttöä.

Yhtä ainoata vanhenemismallia ei ole olemassa. Jokainen ihminen piirtää oman yksilöllisen elämänkaarensa, jossa aikaisemmat elämänvaiheet, -kokemukset ja -strategiat vaikuttavat vanhenemiseen. Elämänura ei ole deterministinen edes alkoholinkäytön suhteen; vaihtoehtoja on useita vanhetessakin.

### **Kirjallisuus**

Comfort, Alex: Paras ikä. Porvoo: WSOY, 1979

Eskola, Antti: Vuorovaikutus, muutos, merkitys. Sosiaalipsykologian perusteiden kriittinen tarkastelu. Helsinki: Tammi, 1982

Harmaantuva Suomi 2030? Helsinki: Taloudellinen suunnittelukeskus, 1986

Heikkinen, Eino: Vanhenemisprosessi ja sitä säätelevät tekijät ja elämänmuodot. Sosiaalinen aikakauskirja 73 (1979): 5, 4–11

Helminen, Veli Matti & Koskela, Kalervo & Sirviö, Jouni: Alkoholismin vaikutustasot ja toipuminen. Alkoholipolitiikka 53 (1988): 1, 21–27

Hervonen, Antti & Pohjolainen, Pertti: Gerontologian

perusteet. Tampere 1983

Hervonen, Antti & Ruth, Jan-Erik: Vanhuuden ulottuvuudet. Teoksessa: Ruth, Jan-Erik & Heikkinen, Eino (toim.): Vanhuus Suomessa. Espoo: Weilin + Göös, 1983

Rantala, Salla: Yhteiskunnan muuttuminen vanhusnäkökulmasta. Sosiaalityön suuntautumisvaihtoehdon pro gradu -tutkimus. Sosiaalipolitiikan laitos, Tampereen yliopisto 1986

Ruth, Jan-Erik & Ruoppila, Isto: Psykkiset vanhenemismuutokset ja vanhuuden kokeminen. Teoksessa: Ruth, Jan-Erik & Heikkinen, Eino (toim.): Vanhuus Suomessa. Espoo: Weilin + Göös, 1983

Saastamoinen, Marketta: Kotipalveluista. Teoksessa: Päihdehuollon lähikehitys. Sosiaalhallituksen julkaisuja 3/1988. Helsinki: Valtion painatuskeskus, 1988

Simpura, Jussi: Alkoholien vuosikulutukset ja sen jakautuminen. Teoksessa: Simpura, Jussi (toim.): Suomalaisen juomatavat. Haastattelututkimusten tuloksia vuosilta 1968, 1976 ja 1984. Alkoholitutkimussäätiön julkaisuja 34. Jyväskylä: Gummerus, 1985

Sulkunen, Pekka: Raittiit. Teoksessa: Simpura, Jussi (toim.): Suomalaisen juomatavat. Haastattelututkimusten tuloksia vuosilta 1968, 1976 ja 1984. Alkoholitutkimussäätiön julkaisuja 34. Jyväskylä: Gummerus, 1985

Tourunen, Jouni: Ensimmäistä kertaa katkaisuhuoltoon hakeutuminen: elämäntilanne ja alkoholi. A-klinikkasäätiön julkaisuja B 3/1986. Helsinki: A-klinikkasäätiö, 1986

Wiman, Ronald: Alkoholismi elämänkaaren osana. Hoitomallien kritiikkiä ja kehittämislähtökohtia. Järvenpään sosiaalisairaalan julkaisuja 24/1986. Järvenpää: Järvenpään sosiaalisairaala, 1986. ~

## **English Summary**

### **Jouni Tourunen: Vanhenevan miehen alkoholinkäyttö (Alcohol use by aging men)**

The Finnish population will begin to decrease and to grow older at the turn of the century. The elderly portion of the populace will start to increase especially as a consequence of the aging of the baby-boom generation, which, it should be noted, is also a generation of relatively heavy drinkers, a "wet generation". The relationship between aging and the use of alcohol is an interesting question for the future. This relationship has been approached in this article by interviewing four retired, aging men with alcohol problems.

Heavy drinking generally accelerates the pace of the biological, psychological and social aging process. Aging,

for its own part, can affect the use of alcohol in three different ways. First of all, the biological affects of aging and illness usually act to reduce the use of alcohol. Secondly, long-term drinking as a learned habit and as a physical and mental dependency can maintain the level of alcohol consumption, regardless of aging. Thirdly, due to significant forms of social aging, a person's life can become empty of content, after retirement, for instance, inducing the individual to start drinking or to increase the amount of alcohol consumed.

The effects of aging on drinking in men vary from one individual to another, and are closely connected with a person's whole life experience: the past, the present and the projected future.