



MIKKO MÄKKÖNEN

Pohjois-Karjalalan Ilcon vertaistutkimuskieliset Teija Karttunen (vas.), Hannu Ruokolahti ja Anitta Niemi kertovat, että avanneleikkauksesta voi alkaa uusi elämä.

Joensuun kaupunki ohjeistaa halloweenia

Arttu Koistinen

Joensuun kaupunki suosittelee viettämään halloweeniin liittävää karkki vai kepponen -kiertosta perjantaina 31. lokakuuta.

– Kaupunki suosittaa noudattamaan halloweenin vietossa Marjalan asukasyhdistyksen viime vuonna laatimia ohjeita koko kaupungin alueella.

Ohjeiden mukaan kiertosloperetaan kello 19.30, ja kiertoskohdistun vain taloihin, joissa on halloween-koristeita tai kurtitsalyhty.

Kepposet on syytä unohtaa, sillä paikkojen sotkeminen on ilkvallaa.

– Jos karkkia ei ole tarjolla, jatketaan matkaa seuraavaan taloon, tiedotteessa korostetaan.

Kalanviljelylaitokselle lupa poiketa vedenkorkeuksista

Arttu Koistinen

Itä-Suomen aluehallintovirasto kertoo antaneensa kalanviljelylaitokselle väliaikaisen oikeuden poiketa alimmista vedenkorkeuksista Pitkälammessa Kontiolahdella. Hakemuksen teki Pohjois-Karjalan Kalanviljely. Tavoitteena on vähentää kiviin vuodesta kalanviljelylle aiheuttamia vahinkoja.

– Vedenkorkeus Pitkälammessa on huomattavan matalalla. Poikkeuksellisten olosuhteiden vuoksi kalanviljelylaitokselle johdettavan veden virtaamaa on vähennetty. Virtaaman edelleen vähentäminen vaarantaisi laitoksella kasvatettavien kalojen elinvoimaisina säilymisen.

Aluehallintovirasto kertoo, että laitoksella kasvatetaan yrittöille ja Suomen kalataloudelle tärkeitä emokaloja ja myös erittäin uhanalaisen Vuoksen järvitaimenen pienpoikasia.

Päätöksen mukaan vedenkorkeus on palautettava säännöstelyluvan mukaiseksi, kun perusteet vaarantorjuntaan ovat loppuneet. Vedenkorkeus on palautettava viimeistään 10. toukokuuta 2026.

Kuivuus on laskenut järven vedenpintaa sekä aiheuttanut simpukoiden joukkokuolemia ja huolta ekosysteemistä. Karjalalan uutisoi elokuun lopussa.

Useat ranta-alueen asukkaat ovat vastustaneet Pohjois-Karjalan Kalanviljelyn hakemaa poikkeuslupaa. Heidän mukaansa se vaikuttaisi rantamaisemaan, kalala-, lintu- ja rapukantoihin sekä alueen virkistyskäyttöön.



Avannepussseja on erilaisia. Monet miehet ja nuoret suosivat mustaa pussia.

Anitta Niemellä on ollut avanteen kanssa myös iho-ongelmia, jotka ovat ratkennet toiseen malliin vaihtamalla.

– Kannattaa kokeilla eri versi-

oita. Vaihtoehtoja on paljon.

Entäs se avanteen hajuu? Se on kuulemma eniten potilaan korvien välissä.

– Potilaiden silmistä näkee, mi-

ten he pelkäävät, että avanne hai-

see hoitajan nenään. Toki sidoksen vaihdon yhteydessä hajua on,

mutta se ei häiritä hoitajia, Pelli-

nen vakuuttaa.

ristettyä ruokaa sekä pitkiä kuituja, joita on esimerkiksi appelsiinissa. Keitettyä perunaa, pähkinöitä, maissia ja mansikoita on hyvä syödä kohtuullisesti, sillä ne voivat aiheuttaa suolitukoksen.

Jos tukosta ei saa hoidettua kotona omin konstein, se hoidetaan sairaalassa.

– Kotona omahoitodoksi riittää yleensä Coca-Cola ja rypsiöljy. Niitä pitää olla aina jääkaapissa. Hannu Ruokolahti sanoo.

Kun miehiä pohdituttua urheiluharrastusten jatkaminen, naiset arvelevat, etteivät farkut mahdu enää jatkossa jalkaan.

– Kun kerromme, mitä kaikkea teemme itse, moni rauhoittuu. Ja antaahan tämä toiminta paljon itselleenkin, kun huomaa, miten paljon toinen ihminen voi tuesta hyötyä, vertaistutkimuskieliset toteavat.

Heti leikkauksen jälkeen avanne-sidos voi irrota yöllä, joten Virva Pellinen suosittelee alkuun muovi-

viettuä lakana-

Leikatun on hyvä varautua myös yöllisiin vessareissuihin.

– Kun avannepussin tulee yöllä ilmaa, se pitää tyhjentää kerran tai kahdesti yössä.