

*Anssi Halmesvirta*

## Lääketiede ja urheilu Suomessa sata vuotta sitten

Lääketieteen suhde urheiluun määräytyi 1800-luvun lopulla ja 1900-luvun alussa Suomessakin sen urheilijoille tarjoamien asiantuntijapalveluiden kautta, joskaan ei tietenkään niin institutionalisoituneena, professionaalistuneena ja tieteellisenä kuin nykyään. Siinä missä opettajat, järjestömiehet ja -naiset tai vaikkapa urheilujournalistit omilla keinoillaan silloin vaikuttivat urheilijan imagoon ja habitukseen, lääkärit, jotkut jo erikoistuneina urheilulääketieteeseen ja sen tutkimukseen tai joutuessaan praktiikoillaan hoitamaan ja valistamaan urheilijoita, olivat ainutlaatuisen etuoikeutetussa asemassa asettamaan heille standardeja ja malleja, joiden varassa kuva ihannekehosta ja sen fyysisestä kunnosta muodostui ja muodostettiin. Ja he pyrkivät olemaan spesialisteja myös mielenterveyden ongelmissa ja yleensä sen määrittelemisessä, mikä olisi urheilijalle myös henkisesti ja moraalisesti terveellistä ja oikein. Papit jäivät sielunhoitoineen vähitellen tappiolle kansanterveyden, hygienian, psykologian ja psykiatrian erikoislääkäreiden astuessa moderneine tieteineen ja laitoksineen heidän rinnalleen ja ohitseen.

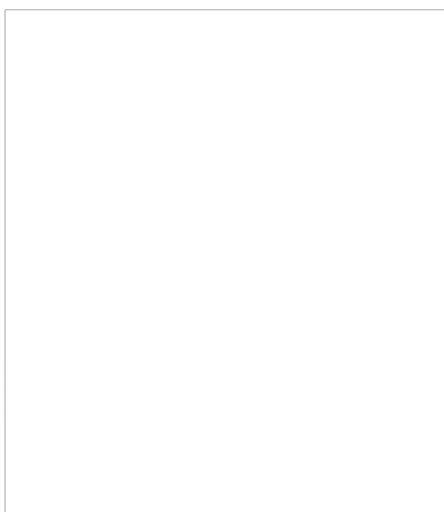
Lääketieteessäkin oli kyse porvarillisten ihanteiden mukaisesti laskelmoidusta, uudesta rationaalisuudesta: jos teet niin kuin reseptissä, terveysohjeissa ja -säännöissä tai *Kodin Lääkärikirjassa* sanotaan, pysyt terveenä ja henkisesti tasapainossa ja voit jopa voittaa. Olihan urheilussa tuolloinkin lopulta aina kyse voittamisesta, vaikka tätä ajatusta kovasti myös vastustettiin. Lääkärit osallistuivat paitsi urheilijan kehon tutkimiseen ja rakentamiseen, myös hänen luonteensa muokkaukseen, jotta hänestä tulisi miehinen (voimistelijana naisellinen), rohkea sekä elin- ja tahdonvoimainen – lääketieteen aikalaisterminologiaa lainatakseni. Itse asiassa lääketiede omaksui auktoriteetin – lähes monopoliaseman – luoda ne termit, joilla kuvata niin sanottua ruumiinkulttuuria, itsessään jo käsitteellisesti ristiriitaista ilmiötä varsinaisen kasvatuksella ja koulutuksella hankittavan kulttuurin ja sivistyksen kilpailijana. Ruumiinkulttuuri oli ikään kuin epä-älyllinen vaihtoehto koulunpenkillä hankittavalle teoritiedolle. Lääkärit olivat holisteja, kokonaisvaltaisesti kehon ja miehen yhteyttä ja harmoniaa ajattelevia, joten heidän intressinään oli pitää kehon ja mielen puolta kamppailussa ei-liikunnallisten toimintojen degeneroivia, rappeuttavia, sukua huonontavia ja kansakuntaa turmioon johtavia paheita (alkoholismi, vapaa rakkaus jne.) vastaan. Sukupuolitautia kantava urheilija olisi suuri häpeä paitsi itselleen, myös urheilulle kansanliikkeenä. Huoli ruumiinkunnosta lääketieteen piirissä kehittyi eräänlaiseksi ruumiinkultiksi, mikä ilmeni sekä urheilevan nuorison urheiluasketismina/atletisminä, tarkan ruokavalion tai tiukan valmennusohjelman noudattamisena. Tällöin urheilu voi yhtäältä latistua pelkäksi lääkäreiden ohjeistamaksi treenaukseksi treenauksen vuoksi, mutta toisaalta tulla monen kansalaiskunnostaan huolestuneen henkilön pelastukseksi.

Kun kansakunta lähti Suomessa massoittain liikkeelle ja voimistelu- ja urheiluseuroja ja -kenttiä perustettiin joka kylään, ilmaantui pian voimakas kysyntä lääkäreiden terveydenhoitopalveluista, mikä näkyy muun muassa niistä sadoista kirjeistä, joita sairastuneet, luulosairaat tai hermoheikot urheilevat tai muuten terveydestään huolehtivat ihmiset lähettivät *Suomen Terveystieteiden lääkäripalstalle* 1880-luvun alusta lähtien. Bourdieulaisittain ilmaistuna, tässä niin kuin muillakin henkisen pääoman alueilla, palvelujen tuottaminen auttoi lisäämään niiden kysyntää. Samoin kuin lääketieteen hahmottelema urheilijan habitus ja taipumukset

tulivat kasvavan kysynnän kohteiksi, alkoi urheilija itsessään manifestoida ja toteuttaa niitä. Voisi todeta: ihminen oli sata vuotta sitten urheileva eläin myös siinä mielessä, miten darwinistinen ja sosiaalidarwinistinen lääketiede kokeineen etsi eläinmaailmasta urheilijalle sopivia analogioita, joiden varassa harjoitella ja kilpailla. Samoin varhaisessa dopingissa käytettiin rinnan niin ihmis- kuin eläinkunnankin tuotteita: reipashenkisissä kokeissa saatettiin urheilijan suoneen ruiskuttaa siemennestettä tai antaa hänen juoda eläinten (sonnin tai sian) kiveksistä puristettua uutetta.

Muistettakoon myös ne *Suomen Urheilulehdelle* ulkomailta tihkuneet tiedot, joiden mukaan kilpahevosten sydämet olivat tavallisten työhevosten sydämiä suurempia, millä perusteella urheilijalle voitiin suositella maratonia sydämen laajentajana ja vahvistajana. Ulkomaisten vaikutteiden suurta merkitystä suomalaisen urheilulääketieteen nousuun muutoinkin kuvastaa se, miten juuri maratonin fysiologisiin vaikutuksiin kiinnitettiin sen alkuvaiheissa lääkäripiireissä suurta huomiota. Lontoon olympialaisissa nimittäin sattui maratonilla urheilumaailmaa kuohuttanut draamaattinen sammuminen. Italian edustajan Dorando Pietrin tajunta hämärtyi kalkkiviivoilla ja hänet talutettiin maaliin. Monet ajan urheilulääkärit vetivät tapauksesta sen *Urheilulehden* tietojen kanssa ristiriidassa olevan johtopäätöksen, että ylipitkät juoksumatkat olisi urheilijoita räakkäävinä kokonaan lopetettava. Nyt arveltiin, ettei urheilijan sydän todellakaan kestä maratonin yletöntä rasitusta.

Kiistan ratkaisemiseksi ryhdyttiin eräässä Helsingin yliopiston laboratoriossa tekemään urheilijoilla myös sydämen toimintaan liittyviä rasituskokeita. Lääkäripiireissä oli jo pitkään yleisemmällä tasolla spekuloitu rasituksen vaikutuksesta urheilijan keholle, mutta myös koko kansakunnan terveydelle ja työtehokkuudelle. Aikakauden fysiologian uusimpia tutkimustuloksia esiteltiin Suomessa jatkuvasti erilaisissa populaarijulkaisuissa ja lukijoita kehoitettiin noudattamaan niistä johdettuja ohjeita ja neuvoja. Ennen edellä mainittua Pietrin tapausta ei sydämen rasittamista pidetty Suomessakaan terveydelle haitallisena, vaan sen uskottiin ajan mittaan vain lisäävän urheilijan ja työtätekevän ihmisen kestävyyttä. Kansalaisia jopa kehoitettiin työpäivän jälkeen tekemään sydäntä rasittavia askareita, kuten halonhakkuuta tai opettelemaan erilaisia voimistelu- liikkeitä työtehon lisäämiseksi.



"Viimeisillään oleva keuhkotautinen." (Kodin lääkärikirja, 1913)

Pietrin tuupertumisen hälyttämien saksalaistutkijain testitulokset pitkän matkan juoksijoilla siis tekivät kuitenkin suomalaiset urheilulääkärit varovaisemmiksi suosituksissaan sydämen rasittamiseksi. Leipziginlaisen fysiologi ja lääkäri F.A. Schmidin rasituskokeita arvioidessaan *Suomen Urheilulehteä* avustanut Kaarlo Pulkkinen huomautti, että urheilijan sydän rasittui merkittävästi jo maratonia lyhemmilläkin matkoilla. Hän ehdotti, että maratoonarin harjoittelua monipuolistettaisiin ja kevennettäisiin englantilaisten antamia oppeja Suomeen soveltaen. Hänen urheilijaihanteensa ei ollut moderni ammattiatleetti, "sairaalloinen punnertaja", kuten hän tyypin olemusta kuvasi, vaan helleenistyyppinen, harmoniset muodot ja sopusuhtaisen kehon rakentanut moniottelija. Tuolloin tiedemiespiireissä pelkoa aiheuttaneen degeneraation, eli suvusta huonontumisen syyn Pulkkinen siirsi sydäimestä keuhkoihin, joiden rakkuloihin väärä, liian raju harjoittelu, kuten pitkät juoksumatkat ja raskaitten painojen nostelu hänen omien tutkimustensa mukaan aiheutti repeytymiä ja muita sairaalloisia muutoksia.

Monipuolisen harjoittelun ohella Pulkkinen suositteli kehon regeneroimiseksi maratoonareille kasvisravintoa, sillä se ei rasvoittaisi sydäntä. Suomalaisjuoksijoilla ei siis ollut varsinaista sydämeen paikallistettavaa

syytä luopua maratonjuoksusta ja sen vaatimasta harjoittelusta, kunhan se vain ei ollut liian repivää ja yllirasittavaa. Hän muistutti kohtuullista rasitusta vastustaneita kollegojaan siitä, että olihan saunominenkin sydäntä rasittavaa, mutta saunaan kuoltiin vain ani harvoin. Tähän näkemykseen yhtyi myös tuolloin urheilun propagandatyötään aloitteleva Lauri Pihkala huomauttaen, että eikö olisi ollut järkevämpää kantaa huolta niistä kansalaisista, jotka tahallaan kapakoissa yömyöhille rymyten tai ylellisessä ympäristössä liikunnan puutteessa rappeutuen laiminlöivät alkeellisimmatkin terveydenhoidon ja hygienian ohjeet kuin saarnata maratonjuoksun kauheudesta.

Tärkeintä urheilussa monille lääkäreille oli, että 1900-luvun alkuun asti heidän näkökulmastaan lähes liikunto- ja urheilukyvyttömät alamaiset – Pihkalan sanoin: ”kuin talviruokolla olevat lehmät” – kehittyisivät urheilun, voimistelun ja muun liikunnan avulla terveiksi, iloisiksi ja työtehoisiksi ja kovan paikan tullen kansallis- tai puolustuskuntoisiksi kansalaisiksi. Tämä vaatimus alkoi koskea myös naisia, joiden reproduktiiviset kyvyt ja itsensä toteuttaminen voivat tulla esiin niin voimistelussa kuin myöhemmin 1910-luvulta lähtien myös urheilussa.

Degeneraatioteorioiden rantautumisen vanavedessä toivat lääkärit silloisilta konferenssi- ja opintomatkoiltaan Euroopan tiedekeskuksista myös yleiseurooppalaisia rotuhygieenisiiä oppeja, joita sovellettiin maamme oloihin vaihtelevalla menestyksellä. Suomalaisen rodun olivat lääkärit muun muassa kutsuntatilaisuuksissa havainneet olevan varsin ”raihnaisen” ja osan rekryyteistä jopa niin sanottuja ”hylkiöitä”, mikä huolestuttavana ilmiönä vaati valtiovallan puuttumista. Lääketieteellisissä julkaisuissa kuten *Duodecim*-lehdessä ja kansanomaisessa *Suomen Terveystieteiden lehdessä* käytiin vilkasta keskustelua siitä, mihin toimiin ryhtyä ’Suomen suvun’ tai ’suomalaisen rodun’ vaarantavan, kenties sukupuuttoon johtavan suunnan kääntämiseksi. Urheilijoille oli tässä varattu uranaukaisijan rooli.

Urheilumiehenäkin kunnostautunut *Suomen Terveystieteiden lehdessä* toimittaja, piirilääkäri Konrad Reijo Waara ei kannattanut saksalaista tai amerikkalaista, suvun jatkamista rajoittavaa rodunjälöstusta, eli positivistista eugeniikkaa kuin ääritapauksissa. Vain kaatumatautiset ja parantumattomat alkoholistit hän olisi antanut steriloida. Sen sijaan vähemmän degeneroituneille hän ei suositellut edes avioliittokieltoja, koska Suomen kansa oli muutenkin kovin vähälukuinen ja sen vähäiset ’rodulliset’ poik-

keavuudet tai sairaalloisuudet voitiin hänen mielestään ajan mittaan eliminoida siten, että niitä kantavat henkilöt ja heidän jälkeläisensä omaaloitteisesti välttivät kaikkea elimistölle ja sielulle vahingollista ja opettelivat vahvistamaan ruumistaan eri keinoin, varsinkin ryhtymällä kukin taipumustensa mukaan ja ruumiinvian tai taudin aiheuttamat rajoitukset huomioonottaen urheilemaan. Itse asiassa urheilu oli ReijoWaaralle varsinainen yleislääke, jolla voi koettaa parantaa lähes kaikkia sellaisia sairauksia, jotka eivät vaatineet leikkausta. On kyllä todettava, että tämä ReijoWaarana epäortodoksinen käsitys urheilun mahdista sai monet häntä akateemisesti oppineemmat ja valtionhallinnossa, lääkintöhallituksessa korkeammilla paikoilla istuvat kollegansa vähintään hämilleen, ja yritettiinpä hänen etenemistään urallaan piirilääkäristä ylöspäin toden teolla myös jarruttaa.

Tahko Pihkala, joka monien muiden tapaan innostui rodunjalostuksesta, olisi ottanut positiivisen eugeniikan käyttöön, mutta amatöörinä asianomaisen tieteen alalla ei voinut lääketieteen piirissä vallitsevaa vastustusta voittaa. Hän joka tapauksessa uskoi sen pyrkimysten eli suomalaisen 'rodun' ominaisuuksien parantamisen olevan yhdensuuntaiset urheilun tavoitteiden kanssa. Mistä päästä parantaminen olisi pitänyt aloittaa, käy ilmi hänen eräästä lausahduksestaan, jonka hän oli lainannut erään eugeniikkakonferenssiin osallistuneen asiantuntijan suusta: "Olisin kiitollisempi jos isäni olisi pikemminkin roteva murtovaras kuin keuhkotautinen piispa". Tästä voi jokainen tehdä oman johtopäätöksensä siitä, kuinka rotupuhdasta urheilijatyyppejä Pihkala etsi.

Urheilun parantavien ja ennaltaehkäisevien ominaisuuksien puoltajina ja tukenaan ReijoWaaralla oli kuitenkin myös sellaisia maallikoita, jotka mielivät nostaa urheilun lääketieteellisten argumenttien voimin valtion avokätisemmän rahallisen tuen piiriin. Erityisesti Lontoon ja Tukholman olympialaisten lähestyessä urheilulääketieteellinen propaganda kiihtyi ja turvautui rodunjalostuksen ajankohtaiseen sanomaan puolustaessaan urheilun merkitystä kansan "parantajana ja voimistajana", kuten ylioppilasvoimistelun uranuurtaja ja *Suomen Urheilulehden* perustaja Ivar Wilskman asian ilmaisi. Toivottiin erityisesti ylioppilasnuorison, kansankynttilöiden, sivistyksen etujoukkona ryhtyvän levittämään urheilun lääketieteellä vahvistettua aatetta kansan syviin riveihin. Ikävä tosiasia kuitenkin yhä oli, ettei vastaperustetulta SVUL:ta löytynyt resursseja maankattavaan

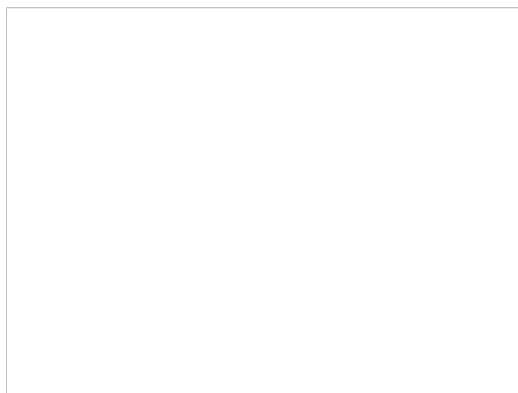
kampanjaan, puute, josta kovasti valitettiin. Vuonna 1906, kun liiton säännöt oli viimein hyväksytty, Wilskman päätti ryhtyä tositoimiin: hän ensin pehmitti sen ajan suppeaa yleistä mielipidettä *Suomen Urheilulehdessä* muistuttamalla siitä, että valtio käytti vuosittain noin 100.000 markkaa hevosjalostukseen, mutta jätti suomalaisen ”ihmisrodun ruumiillisen jalostamisen hunningolle”. Päätäjien oli hänen mielestään aika muiden sivistysmaiden johtajien tavoin ymmärtää ihmisen jalostamisen olevan sentään ”sonnien ja oriitten” jalostamista tärkeämpää, semminkin kun eläinjalostukseen uhratut varat useimmiten menivät ruotsinkielisen suurmaanomistajaluokan taskuihin. – Suomen olympiajoukkue saikin varsin kohtuullisen avustuksen Lontoon kisoja varten.

Toki lääkärien urheilun ja voimistelun puolesta puhuvat argumentit liittyivät, kuten edellä mainitut degeneraation ja regeneraation käsitteet jo antoivat ymmärtää, nimenomaan kansakunnan niin sanotun *élan vitalin* eli elinvoiman ylläpitämiseen ja vahvistamiseen. Otettakoon tähän kolme edustavaa esimerkkiä tällaisesta ajattelusta:

1. Vuonna 1898 tri Karl Hällberg, joka oli mieltynyt tarkastelemaan kansan orgaanisen elämän suhdetta urheiluun, väitti luonnonlain sanelevan sen, että harjoittamaton ruumis tai sen jäsen veltostuu ja kuihtuu. Tätä atropia-ilmiotä havaittiin erityisesti henkisen työn tekijöiden keskuudessa. Tästä oli varoittavia historiallisia esimerkkejä tarjolla: antiikin Rooma oli tuhoutunut siksi, että siellä ei ollut harjoitettu urheilua eikä voimistelua (Hällberg ei sanonut mitään Kreikasta, jonka Rooma voitti!). Johtopäätös oli, että veltot kansakunnat jäivät suuressa olemassaolon taistelussa voimistelulla ja urheilulla karaistuneiden kansojen jalkoihin. 1800- ja 1900-lukujen vaihteen kansoista Hällbergin mielestä vain britit voivat olla esikuvana: tarmokkaasti urheilua ja muutakin liikuntaa harjoittavana kansana he hallitsivat maailmaa, ja Britannia olisi Hällbergin mielestä vielä voimakkaampi, ellei sen hallitus tuhlaisi varoja asevarusteluun. Jotta Suomen kansa imperialismien aikakaudella säilyisi, sen nuorisoo oli totutettava loma-aikoinaan ”ahkerasti ja säännöllisesti” harjoittamaan kehoaan. Kaikki ”heittiöt”, kuten työttömät ja kaduilla maleksivat jengit oli osin pakollakin saatava urheilun piiriin, sillä ne olivat tulevaisuudessa yhteiskunnalle vain rasite. Jos koko kansalle säädettäisiin urheilu eräänlaiseksi ruumiilliseksi velvollisuudeksi, saataisiin ’rotu’ paranemaan jo seuraavassa sukupolvessa – käsitys, joka perustui ajalle tyyppilliseen ideaan



hankittujen ominaisuuksien periytymisestä. Semminkin kun Suomessa ei enää ollut asevelvollisuusarmeijaa, joka olisi huolehtinut nuorten miesten kunnosta, urheilun oli korvattava se kaikissa yhteiskuntaluokissa. Eräs Hällbergin mainitsema suositus tuli suoraan *British Medical Journal* -lehdessä: työmiehet oli saatava taittamaan työmatkansa polkupyörällä, jotta he säilyttäisivät jokapäiväisen työkuuntensa.



Kehonrakennuslaitteita sadan vuoden takaa. (Terveystieteiden aikakauslehti 2. 1907, 26–27)

2. Lääkärit olivat 1900-luvun alussa raittiusliikkeen ollessa voimissaan hyvin yksimielisiä alkoholin vahingollisuudesta urheilulle ja kansallisen kunnolle yleensä. Vuosisadan vaihteessa aiheesta oli pidetty useita kansainvälisiä konferensseja, joihin suomalaisetkin lääkärit ottivat osaa. Eräästä Berliinissä pidetystä lääkärikokouksesta tuotiin Suomeen vuonna 1907 sekin tieto, että saksalaisten heikko menestys Ateenan olympialaisissa oli johtunut paljosta oluenjuonnista, sillä se "heikensi ruumiinkudoksia, lihaksia, verisuonia ja sydäntä". Erityisesti Münchenin seuduilta tulleet urheilijat olivat oluen turvottamia ja degeneroimia, kun sitä vastoin vuoristoisessa maassa asuvat sveitsiläiset olivat raittiina kansana rappiolta säästyneet. Saksalaisia paremmin ei mennyt myöskään niin sanotulla Välimeren eli romanisella 'rodulla'; se oli rappeutunut liiallisen viininjuonnin seurauksena. Opetus suomalaisille oli selvä: olympialaisiin urheilijain piti mennä lääkärintarkastusten kautta, joissa edustuskelpoi-



siksi todettaisiin vain raivoraittiit. Samaa tarkastusmenettelyä suositteli tri Einar Palmén tupakoitsijoiden pois seulomiseksi.

3. Lääkärit olivat huolissaan myös lasten koulunkäynnin aiheuttamista rasituksista. Niiden ajateltiin vaikuttavan negatiivisesti heidän urheilunsa aikuisiässä. Erityisen huomion kohteiksi joutuivat koulupulpetit, jotka monissa testeissä todettiin kehittyvälle keholle vahingollisiksi, koska ne aiheuttivat huonon istuma-asennon takia selän epämuodostumia. Herrasperheitten lapset, jotka eivät tohtori Kaarlo Pulkkinen mukaan saaneet muutenkaan tarpeeksi ruumiin harjoitusta ja liikuntaa ja olivat äitiensä pilalle hemmottelemia, uhkasivat vallan "näivettyä". Istumisen vastapanoksi hän vaati kouluihin lisää voimistelutunteja, jolloin 10–15-vuotiaat pantaisiin leikkimään nopeusleikkejä, pelaamaan palloa, uimaan ja koettamaan kestävyysjuoksua. Tohtori Axel von Hellstenin kokeet treenauksesta vahvistivat sitä käsitystä, että jo nuorena harjoittelemaan oppineet kestivät aikuisina paremmin myös ruumiillisessa työssä, ei vain kestävyyttä vaativissa urheilusuorituksissa. Treenaamattoman henkilön kuviteltiin ikään kuin kuluvan rasituksessa kohtuullisesti harjoitellutta enemmän ja siten alkavan degeneroitua ja menettävän työtehoaan.

## Lopuksi

Eräs johtopäätös edellä esitetystä on, etteivät lääkärit esittäneet vain tieteellisiä tai näennäistieteellisiä argumentteja urheilun puolesta, vaan he toimivat julkisina moralisteina julistamassa kansalaisille sopivia järkipärisiä, fysiologisista lainalaisuuksista johdettuja moraalisaantöjä. Urheilujohtajat puolestaan antoivat heille tukeaan. Esimerkiksi Ivar Wilskman kirjoitti *Suomen Urheilulehdessä* vuonna 1908 urheilijan esikuvallisesta roolista seuraavaa:

”Urheilijan tulee jokapäiväisessä elämässään selvästi näyttää, ettei hän ole muita kansalaisia ainoastaan terveempi, työkykyisempi, vaan että hän samalla pyrkii siveellisestikin kohoamaan yleis-  
tää kantaa ylemmäksi.”

Kuten lainauksesta näkyy, urheilulääketieteestä perillä olevat ja siitä kiinnostuneet eivät olleet ainoastaan tieteellisillä todisteilla argumentoivia asiantuntijoita, vaan heidän oppinsa olivat sidoksissa ajan moraalikäsitteisiin ja ihmisen arvon mittareihin sekä niiden elähdyttämiin aatteisiin, edistyksekkäänä pidettyyn nuorsuomalaisuuteen, mutta ajoittain myös vanhasuomalaisuuteen, jonka edustajat puolestaan usein vastustivat kansainvälisiltä markkinoilta Suomeen kantautuvia radikaaleja, harhaoppisiksi leimaamiaan teorioita. Suomessa urheilulääketiede oli tuon ajan muskelinationalismia, eräs pohjoinen muunnos eurooppalaisesta urheilunationalismin aatteesta. Huolimatta ajoittaisesta suuntautumisestaan Venäjää ja venäläisyyttä tai Suomen ruotsalaisuutta vastaan, sen nimissä ei Suomessa liiemmin isoteltu, vaikka kansaa sillä itsenäisyyteen valmistettiin. Suurvallioista esimerkiksi Saksassa muskelinationalismi sen sijaan oli tukemassa sitä jyrkkää sotilaallista vastakkainasettelua, joka johti ensimmäiseen maailmansotaan.