



KUVA REIJO KOIRIKIVI / STUDIO P.S.V.

Monipuolinen Timo Heikkinen Kokenut kirurgi su

Lihavuusleikkauksen myötä aivot saavat käskyn ”olen kylläinen” aiempaa nopeammin, ja ihminen laihtuu pysyvästi. Näin kertoo Pohjois-Suomen kokenein lihavuusleikkauksia tekevä kirurgi Timo Heikkinen.

Sama mies ilahduttaa ihmisiä omalla musiikillaan.

Jos laihduttaminen ei onnistu ja ylipaino alkaa olla terveysriski, Heikkinen suosittelee harkitsemaan lihavuusleikkausta. Tähytyksessä tehtävän mahalaukun ohitusleikkauksen jälkeen paino alkaa laskea värittömästi ja putoaa kymmeniä kiloja. Jos herkuttelet helposti vaikka koko suklaalevyn kerrallaan, leikkauksen jälkeen pari palaa riittää, eikä enempää tee mieli.

Lihavuusleikkausta suositellaan, jos painoindeksi BMI on yli 40. Jos ylipaino on jo ehtinyt saada aikaan diabeteksen, sydän- ja verisuonitaudin, uniapnean tai kulumia polviin ja lonkkiin, leikkaushoitoa suositellaan jo painoindeksin ylittäessä 35.

DIABETES PARANEE

Laihtuminen parantaa yleiskuntoa ja jaksamista. Koska lihavuusleikkaus pudottaa painoa pysyvästi, monet lihavuuteen liittyvät sairaudet voivat jopa parantua.

”Leikkauksen myötä sokeita ja verenpainetauti paranevat lähes kaikilta kokonaan. Leikkaus ehkäisee sydänkohtauksia ja aivoinfarkteja, myös syöpäkuolemia, ja leikatujen elinikä pitenee. Uniapnea helpottuu tai paranee ja nivelten rasitus vähenee”, Heikkinen luettelee leikkaushoidon hyviä vaikutuksia.

Hän toivookin, että lihavuusleikkaus otettaisiin pian hoitotakuun piiriin, sillä inhimillisen hyvän lisäksi se myös vähentää terveydenhuollon kustannuksia.

Suomessa lihavuusleikkauksia tehdään vuosittain 700, Ruotsissa 7000.

”On laskettu, että leikkaus maksaa itsensä neljässä vuodessa”, Heikkinen kertoo. ODL:llä leikatuihin on tullut kuntien lähettäminä, osa maksaa hoidon itse. Leikkauksia tehdään myös OYS:ssa ja viidellä muulla paikkakunnalla Suomessa. ODL:llä leikkaukseen ei tarvitse jonottaa.

Vatsaelinkirurgian erikoislääkäri Timo Heikkinen tuntee sympatiaa ikuisia laihduttajia kohtaan. Hän muistuttaa, että tasapainoilu syömisen ja energian kuluttamisen välillä tapahtuu ihmisen aivoissa. Jos aivot ovat tottuneet tiettyyn kalorimäärään ennen kuin olo tuntuu kylläiseltä, tottumusta on vaikea muuttaa.

”Laihduttaminen ei sinänsä ole ongelma vaan se, että paino saadaan pysymään alhaalla. Vain noin viisi prosenttia laihduttajista onnistuu tässä”, Heikkinen kertoo.

Vatsaelinkirurgian erikoislääkäri Timo Heikkinen suosittelee tähytyksessä tehtävää lihavuusleikkausta, jos painoindeksi osoittaa vaikeaa tai sairaalloista lihavuutta.

siirtyi kokonaan ODL:lle osittelee lihavuusleikkausta ja säveltää

MUSIIKILLA TOINEN URA

Kesän alussa Timo Heikkinen siirtyi kokopäivätoimiseksi yksityislääkäriksi ODL:lle.

”Täällä on huipputilat ja -välineistö tähestyskirurgiale”, Heikkinen perustelee. Lihavuusleikkausten lisäksi hän tekee paljon myös erilaisia tyräleikkauksia tähestämällä.

Muutoksessa painoivat myös henkilökohtaiset syyt. Kouluaikoina pianon ja oboen

soittoa vakavasti opiskellut lääkäri innostui virittelemään ruuhkavuosina taka-alalle jääneen musiikkiharrastuksensa uudelleen. Hän säveltää pop-, soul- ja funk-tyyppistä musiikkia ja esittää sitä bändinsä *The Doc and The Professional Help* kanssa.

Lisäksi kirurgi soittaa pianoa ja laulaa. Kappaleita on kertynyt jo sen verran, että kesällä äänitettiin ensimmäinen levy, joka ilmestyy marraskuussa.

Tuottajaksi saatiin muun muassa Idolsista tuttu ammattilainen **Leri Leskinen**.

Bändin soitantaa on pääsyt kuulemaan muun muassa Tavastia Clubilla Helsingissä ja Oulussa viimeksi Elo-Jazzeilla.

”Säveltäminen on mukavaa ja nautin myös esiintymisestä. Ammattimuusikoiden kanssa soittaminen on herkkua.” (RT)

Timo Heikkinen

- syntynyt Oulussa 1964
- valmistui lääkäriksi Oulun yliopistosta 1993
- erikoistui kirurgiaan ja väit-teli tohtoriksi 1998
- vatsaelinkirurgian erikois-lääkäri 2000
- dosentti vuodesta 2005
- työskennellyt sairaalassa mm. Kokkolassa ja Tukholmassa sekä vuosina 1996 – 2010 OYS:ssa
- aloitti päätoimisena ODL:n kirurgina 2010
- perheeseen kuuluu Maria-vaimo ja lapset Wilma (12) ja Joonas (15)
- soittaa säveltämänsä musiikkia bändinsä The Doc and The Professional Help kanssa (www.timoheikkinen.fi)
- nuoruudessaan freestyle-hiihdossa ammattimaisesti kilpaillut mies harrastaa myös hiihtoa, golfia, karatea ja laskettelua

KUVA PEKKA HUOVINEN / STUDIO P.S.V.



Musikaalinen kirurgi Timo Heikkinen keikkailee The Doc and The Professional Help -bändinsä kanssa. Tohtorin ammatillisapuna soittaa AP Sipilä (kitara, kuvassa vasemmalla) sekä laulavat Anna Itkonen ja Maria Iivonen. Kuvan ulkopuolelle ovat jääneet Olli Tuomainen (saxofoni, huilu ja koskettimet), Aleksii Itkonen (rummut) ja Jouko Isokangas (basso).

ODL Lääkärikeskus

Kirurgi Timo Heikkisen vastaanotto torstaisin
Ajanvaraus: puh. 010 197 000
Laske oma painoindeksi:
www.painoindeksi.org