„Offita er ekki persónulegt val“

Finnski læknirinn og prófessorinn Kirsi Pietiläinen hefur haft mikil áhrif á viðhorf til offitu og sykursýki, bæði í heimalandi sínu og víðar. Kirsi kemur til vinnufundar Nordic obesity network á Íslandi í október og heldur erindi á ráðstefnu Félags fagfólks um offitu í Salnum, Kópavogi 31. október. *Læknablaðið* tók hana tali

Olga Björt Þórðardóttir

Kirsi Pietiläinen er ekki aðeins virt vísindakona, heldur einnig persónuleg baráttukona gegn fordómum og einföldum staðalímyndum um offitu. Hún hefur helgað starfsævi sína rannsóknum á líffræði offitu og sykursýki, en einnig lagt áherslu á mannlega og skilningsríka nálgun í meðferð. Fyrr á þessu ári hlaut hún heiðursverðlaun frá Samtökum evrópskra offitufræðinga fyrir meira en aldarfjórðungs verk í vísindum og læknisfræði. Í dag, rúmlega 250 birtum greinum síðar, er hún enn í fremstu röð og stýrir fimmtán manna teymi sérfræðinga.

„Alla mína æsku dreymdi mig um að verða dýralæknir. Við áttum nokkra hunda og það var mín helsta ástríða,“ rifjar hún upp. „En seinna áttaði ég mig á því að dýralæknar þurfa ekki aðeins að lækna dýr heldur einnig að svæfa þau og taka af lífi. Það var eitthvað sem ég gat ekki hugsað mér.“ Sama hugleiðing varð til þess að hún útilokaði kvensjúkdómalækningar sem sérgrein. „Ég hef ekkert á móti þungunarrofi, en vildi ekki sjálf framkvæma þau. Þannig varð ég að finna nýja leið. Ég hafði alltaf áhuga á næringu og líffræði og það varð upphafið.“

Fjölskylda sem flutti fjöll

Kirsi er einkabarn. Foreldrar hennar, sem unnu sem verkfræðingur og í hagfræðilegum verkefnum, höfðu ekki tækifæri til að mennta sig í háskóla. „Við bjuggum í dreifbýli þar litla vinnu var að fá og við lifðum við mörk fátæktar. Mamma og pabbi tóku þá erfiðu, en afdrifaríku ákvörðun að flytja til Helsinki. Þar opnuðust ný tækifæri fyrir þau og síðar einnig fyrir mig.“ Hún bendir á að pólitísk ákvörðun í Finnlandi á áttunda áratugnum hafi verið lykillinn. „Stjórnvöld ákváðu að menntun skyldi vera nánast eða alveg gjaldfrjáls. Ef svo hefði ekki verið, hefði ég líklega aldrei komist í háskóla. Þetta er áminning um hversu mikilvægt það er að menntun sé öllum aðgengileg.“

Heppni, ástríða og mikið puð

Eftir fimm ára háskólanám í næringarfræði áttaði Kirsi sig á því að engin störf biðu hennar í þeim geira í höfuðborginni. Hún ákvað því að sækja um í læknisfræði. „Ég lærði eins og brjálæðingur í þrjá mánuði fyrir inntökuprófin og komst inn. Það var stór sigur.“ Á þessum tíma kynntist hún prófessor Ailu Rissanen, brautryðjanda í rannsóknum á offitu og átröskunum sem varð leiðbeinandi hennar. „Hún kynnti mig fyrir tvíburarannsóknum og þar hófst minn eigin rannsóknarferill. Ég hafði heppnina með mér en vann líka óhemju mikið. Í Finnlandi er erfitt að fá prófessorstöðu, en árið 2012 losnaði staða í Helsinki. Ég var á réttum stað á réttum tíma, með nægar rannsóknir í farteskinu, og fékk starfið.“

„Fjölmiðlar og samfélagsmiðlar ýta undir einfalda mynd; að fólk þurfi bara að borða minna og hreyfa sig meira“.

Rannsóknir sem breyttu viðhorfum

Í dag leiðir Kirsi teymi 25 þjálfara á sjúkrahúsinu sem styðja fólk í sjálfbærri þyngdarstjórnun með nýstárlegum, stafrænum verkfærum og umhyggjusamlegri nálgun sem dregur úr fordómum. „Við rannsökum hvers vegna sumir fá þessa sjúkdóma en aðrir ekki. Þetta er ekki spurning um viljastyrk eða persónulegt val – heldur flókið samspil erfða, líffræði og umhverfis.“ Þessi mannlega nálgun hefur vakið athygli og dregið úr fordómum. „Fjölmiðlar og samfélagsmiðlar ýta undir einfalda mynd: að fólk þurfi bara að borða minna og hreyfa sig meira. En þannig er þetta ekki. Þess vegna legg ég mikla áherslu á fræðslu og að útskýra líffræðina á mannamáli.“



Kirsi hefur helgað starfsævi sína rannsóknum á líffræði offitu og sykursýki, en einnig lagt áherslu á mannlega og skilningsríka nálgun í meðferð. Mynd aðsend.

Verðlaunin sem staðfestu allt starfið

Þegar hún hlaut heiðursverðlaun Evrópusamtaka offitufræðinga árið 2025 upplifði hún þau sem stærsta augnablik ferilsins. „Ég var í skýjunum og er eiginlega enn. Þetta var ekki bara viðurkenning fyrir mig, heldur allt teymið mitt. Við höfum unnið saman í áraraðir og þetta var staðfesting á að vinnan okkar hafi raunveruleg áhrif.“

Kirsi varð eiginkona og móðir ung. „Ég eignaðist tvo syni, 25 og 28 ára gömul. Þeir eru nú orðnir 30 og 27 ára. Annar fór í efnafræði, hinn í netöryggi. Þeir kusu sína eigin leið, og ég er stolt af þeim báðum.“ Eftir skilnað hefur hún síðustu níu ár verið í sambandi við mann sem á dóttur úr fyrra sambandi og er mjög hamingjusöm í dag.

Nýjustu rannsóknir og framtíðarsýn

Nýjustu verkefni Kirsi snúast um hlutverk hvatbera líkamans við offitu og efnaskipti. „Við sjáum að starfsemi hvatbera í vefjum batnar verulega eftir offituaðgerðir. Við viljum skilja hvers vegna og hvernig við getum nýtt þessa þekkingu til að bæta meðferðir.“ Tækniteymið hennar hefur þegar unnið með yfir tíu þúsund manns. „Þetta sýnir hversu mikilvægt það er að fá fjármögnun. Þetta snýst ekki bara um einstaklingana heldur allt heilbrigðiskerfið. Með réttri meðferð getum við bæði bætt lífsgæði og minnkað álag á kerfið.“

Fyrsta heimsókn til Íslands

Í október kemur Kirsi til Íslands í fyrsta sinn, til vinnufundar Nordic obesity network sem vinnur að því að búa til kennsluprógramm fyrir heilbrigðisstarfsfólk á Norðurlöndum. Hún verður einnig með erindi á ráðstefnu Félags fagfólks um offitu í Salnum, Kópavogi 31. október.

„Ég hlakka mjög til að ræða rannsóknir okkar á því hvernig heilinn stjórnar matarlyst og hvers vegna við erum svo ólík í því hvernig við þyngjumst. Ég mun einnig ræða lyf, skurðaðgerðir og vinsælar nýjar meðferðir og fjalla um hvað raunverulega virkar.“ Með brosi bætir hún við: „Og auðvitað ætla ég að fara í Bláa lónið og vonast til að sjá fallega haustlitina í Reykjavík og nágrenni.“

Kirsi Pietiläinen er bæði vísindamaður og samfélagsrödd. Hún hefur lagt grunn að dýpri skilningi á offitu og sykursýki, en einnig unnið gegn fordómum með mannlegri nálgun. Saga hennar sýnir hvernig samspil persónulegrar ástríðu, góðrar leiðbeiningar og félagslegs réttlætis getur skapað brautryðjanda sem hefur áhrif langt út fyrir landamæri Finnlands.

„Ég hlakka mjög til að ræða rannsóknir okkar á því hvernig heilinn stjórnar matarlyst og hvers vegna við erum svo ólík í því hvernig við þyngjumst. Ég mun einnig ræða lyf, skurðaðgerðir og vinsælar nýjar meðferðir og fjalla um hvað raunverulega virkar.“