

PSILOSYBIINISIENTEN KÄYTTÖÖN LIITETTYJEN TERVEYSVAIKUTUSTEN  
KOKEMUKSET PSILOSYBIINI.INFO -SIVUSTON KESKUSTELUPALSTALLA

Ville Kurki

Kandidaatintutkielma

Kulttuuriantropologia

Itä-Suomen yliopisto, Joensuu

Huhtikuu 2015

1 JOHDANTO .....	1
1.1 Tutkielman tavoitteet ja rakenne .....	1
1.2 Keskeiset käsitteet .....	3
Psilosybiinisienet .....	3
Psykedeelinen kokemus .....	4
Koettu terveys .....	6
1.3 Historiallinen ja kulttuurinen tausta .....	6
2 TUTKIELMAN AINEISTO JA TOTEUTUS .....	8
2.1 Psilosybiini.info -sivusto .....	8
2.2 Analyysimenetelmät .....	11
3 PSILOSYBIINISIENTEN KÄYTTÄMINEN SUOMESSA .....	12
3.1 Sienet viihdekäytössä .....	13
3.2 Sienet itsetutkiskelussa .....	14
3.3 Sienet henkisyiden työkaluina .....	15
3.4 Sienet itselääkinnässä .....	16
4 KOETUT TERVEYSVAIKUTUKSET .....	17
4.1 Psyykkiset vaikutukset .....	17
4.2 Fyysiset vaikutukset .....	18
4.3 Sosiaaliset vaikutukset .....	20
4.4 Spirituaaliset vaikutukset .....	21
5 YHTEENVETO .....	22
5.1 Tutkielman johtopäätökset .....	22
5.2 Tutkielman asemoituminen .....	23

## LÄHDELUETTELO

## LIITTEET

Liite 1. Psilosybiini.info -keskustelupalstan julkisten osioiden viesti- ja aihemäärät (23.2.2015)

# 1 JOHDANTO

*Minulla on ollut hortonin neuralgia jo yli 30 vuotta. Olen kysynyt sienistä, eli psilosybiinistä hoitomuotona yli tusinalta lääkäreitä, enimmäkseen neurologeja. Aina sairauden erikoisosaamisenaan tuntevat lääkärit ovat tyrmänneet tämän hoitomuodon. Internetistä ei kuitenkaan oikeastaan löydy epäonnistumistarinoita. Mitä enemmän olen aiheita tutkinut ja yrittäessäni tätä tietoa minua hoitaville lääkäreille jakaa, olen saanut entistä enemmän vastustusta; 9 10:stä neurologista ei suostu edes katsomaan potilaan tarjoamia tietoja. Tällainen on hortonin neuralgian suhteen tilanne tällä hetkellä. Potilaiden sekä hoitavien osapuolten suhtautuminen sekä sieniin että muihin hoitomuotoihin kuin lääkkeisiin on minun kokemukseni mukaan lähinnä vihamielistä. Esimerkiksi facebookin hortoilijat ryhmä koostuu pääasiassa sairastajista ja siellä ei saa nykyään edes keskustella sienihoidosta - kyyti on kylmää jos uskaltaa kyseenalaistaa mitään. Hortonpotilaista suurin osa olisi mahdollista saada takaisin "elävien kirjoihin" mutta nykypäivänä se on suomalaisessa yhteiskunnassa täysi mahdottomuus.*

Yllä oleva lainaus on yksi esimerkki psilosybiinisten käyttöön liitettyjen terveysvaikutusten kokemisesta ja kokemusten ristiriitaisuudesta suhteessa virallisiin lääketieteellisiin auktoriteetteihin. On olemassa huomattava joukko kirjoituksia, joissa yksityishenkilöt kuvailevat kokemuksiinsa perustuen tällaisia terveysvaikutuksia. Näissä yksityishenkilöiden kokemuksissa virallisten instituutioiden suhtautuminen psilosybiinisiin ei aina vastaa heidän omia kokemuksiaan. Tämä saattaa näyttäytyä ristiriitaisena psilosybiinisten tietoa etsivälle ihmiselle ja herättää vastustusta vallitsevaa yhteiskunnallista suhtautumista kohtaan. Lisäksi, on olemassa kasvava joukko tieteellistä tutkimusta, joka myöskin on joiltakin osin ristiriidassa monien virallisten instituutioiden tarjoaman tiedon kanssa. Kun tavallisten ihmisten kokemukset eivät vastaa virallista näkemystä jossakin asiassa, saattaa syntyä vastakkainasettelua, joka puolestaan voi tappaa rakentavan ja informoidun keskustelun.

## 1.1 Tutkielman tavoitteet ja rakenne

Tämän tutkielman tavoitteena on selvittää, millaisia terveysvaikutuksia psilosybiinisten käytöllä koetaan olevan. Vertailukohtana käytetään tuoreita kliinisten tutkimusten tuloksia psilosybiinisten vaikutuksista ihmiseen. Tarkasteltavana ovat sekä välittömät että pitkäaikaiset vaikutukset. Tavoite on kuitenkin laajemmin selvittää erilaisia koettuja

terveysvaikutuksia, eikä niinkään kuvailla laajasti välittömiä ja käyttötilanteen aikaisia kokemuksia.

Lisäksi pyrkimyksenä on selvittää, millaisia merkityksiä terveydellisillä vaikutuksilla on käytön perusteleminen. Tutkielman lopussa arvioidaan myös, millainen asema internetyhteisöllä on psilositybiinisten aiheuttaman psykedeelisen kokemuksen kontekstualisoinnissa ja merkityksellistämisessä. Tähän liittyen pohditaan, miten internetyhteisö saattaa ehkäistä psilositybiinisten käyttöön liittyviä terveydellisiä riskitekijöitä.

Tämän tutkielman relevanssi kytkeytyy sekä psilositybiinisiä käyttävien ihmisten äänen esilletuomiseen että psilositybiinin potentiaalisista lääkinnällisistä ja terapeuttisista vaikutuksista käytävän keskustelun esittelyyn. Tutkielma on siis sekä katsaus psilositybiinisten kulttuuriseen asemaan Suomessa että aineistona käytetyn keskustelupalstan terveysvaikutuksia käsittelevien kirjoitusten analyysi. Koska suoraan aiheeseen liittyvää kulttuuritieteellistä tutkimusta on olemassa melko vähän, yhdistyy tutkielmassa useat eri tieteiliset lähestymistavat. Tutkielmassa hyödynnetään aineiston lisäksi hieman lääketieteellistä tutkimuskirjallisuutta. Koska en kuitenkaan pysty arvioimaan lääketieteellisen kirjallisuuden sisältöä yksityiskohtaisesti asiantuntijuuden puuttumisesta johtuen, vertailen sitä aineistoon melko pinnallisella tasolla ja keskityn lähinnä eroavaisuuksien ja yhtäläisyyksien hahmotteluun.

Tutkielma rakentuu viidestä luvusta. Ensimmäisessä luvussa eli johdannossa avataan tutkielman kannalta keskeisimmät käsitteet eli *psilositybiiniset*, *psykedeelinen kokemus* ja *koettu terveys* sekä tehdään lyhyt katsaus psilositybiinisten kulttuuriseen ja historialliseen asemaan ja nykytilanteeseen. Lisäksi perustellaan tutkielman relevanssia ja taustoitetaan hieman psilositybiinisten aiheuttamaa muuntuneen tietoisuuden tilaa.

Toisessa luvussa käsitellään tutkielman aineistoa ja analyysin toteutusta. Lisäksi pohditaan internetaineistojen sekä -etnografian metodologisia haasteita ja mahdollisuuksia.

Kolmas luku on ensimmäinen varsinainen analyysiosio, jossa esitellään aineiston pohjalta psilositybiinisten käyttöä Suomessa. Tarkastelavana ovat käytön merkitys, syyt, käyttökokemukset ja käyttöön liittyvät puheet. Tämä osio johdattaa neljänteen päälukuun, jossa tiivistyvät terveysvaikutusten kokemukset.

Neljännessä pääluvussa pyritään vastaamaan aineiston ja aiemman tutkimuksen perusteella tutkimuskysymyksiin: *Millaisia terveysvaikutuksia psilosybiinisten käyttöön liitetään?* ja *Miten lääketieteellisen tutkimuksen tulokset liittyvät koettuihin terveysvaikutuksiin ja onko niillä yhtäläisyyksiä?*

Viimeisen pääluvun tarkoituksena on koota yhteen analyysin ja taustan tarjoama tieto. Lähtökohtana ei ole vahvistaa tai kumota mitään yksittäistä hypoteesia, vaan yhdistää analyysin kuvaileva ote historiallisiin ja kulttuurisiin kehityskulkuihin ja muodostaa visioita tulevaisuuden suhteen sekä pohtia jatkokeskustelun ja -tutkimuksen mahdollisuuksia.

## 1.2 Keskeiset käsitteet

### Psilosybiiniset

Taikasienet, huumesienet, myrkkysienet, pyhät sienet, psykedeeliset sienet. Tunteita herättävällä organismilla on monta nimeä. Kaikilla näillä nimityksillä on viitattu *psilosybiini*-nimistä kemiallista yhdistettä sisältäviin sieniin. Psilosybiiniä sisältävillä sienillä on myös ollut erittäin keskeinen rooli joidenkin etnisten ryhmien keskuudessa esimerkiksi Meksikossa ja niihin viittaavia nimityksiä onkin löydetty sieltä yli kaksisataa kappaletta (Guzmán, ym. 1998, 190). Suomessakin niistä puhutaan monilla eri nimityksillä, jotka usein juontuvat esimerkiksi sienilajikkeista (*semi*, *cubis*, *GT*[*Golden Teacher*], *suippis*, *madonlakki*, *silokki*) niiden vaikutuksista (*matka*, *matkaliput*) ja ulkomuodosta.

Tieteellisessä tutkimuksessa psilosybiiniä sisältäviä sieniä on kutsuttu niiden aiheuttamien subjektiivisten vaikutusten mukaan joskus *hallusinogeeniseksi*, *psykotrooppiseksi*, *psykoaktiiviseksi* tai *psykedeeliseksi sieneksi*. Nämä nimitykset pohjautuvat niiden tuottamiin psyykkisiin vaikutuksiin, joihin lukeutuvat muutokset aistihavainnoissa, minäkäsityksessä ja keskittymiskyvyssä, derealisaatio, depersonalisaatio, muuntunut ajan ja paikan havaitseminen, hermostuneisuus, tunteiden heilahtelu (ahdistuneisuudesta äärimmäiseen iloisuuteen ja mielihyvään), epätavallinen ajattelu (esimerkiksi taikauskoiset tai harhaluuloiset ajatukset) ja intuition muutos (Tylš ym. 2014, 7). Toisaalta niistä on käytetty myös yhdessä muutamien muiden samankaltaisia vaikutuksia aiheuttavien aineiden kanssa nimitystä *enteogeenit*, joka viittaa niiden kykyyn tuottaa mystisiä ja uskonnollisia

kokemuksia (Griffiths ym. 2011). Psilosybiinin ihmiselle aiheuttamat vaikutukset johtuvat tämänhetkisen tutkimuksen mukaan pääasiassa psilosybiinin ja sen johdannaisen psilosiinin sitoutumisesta aivoissa välittäjäaine serotoniinin reseptoreihin (Tylš ym. 2014, 4).

Tässä tutkielmassa käsitellyt sienet on rajattu ryhmäksi niiden käyttöön liittyvän ja niitä yhdistävän kemiallisen rakenteen perusteella. Ryhmä pitää sisällään useita eri sienilajeja, joista yleisimmin käytettyjä ovat *Psilocybe*-sukuun kuuluvat lajikkeet, kuten Suomessa-kin luonnossa kasvava suippumadonlakki [*Psilocybe Semilanceata*] ja yleisesti kasvatuksessa suosittu huurumadonlakki [*Psilocybe Cubensis*] (Hillebrand, ym. 2006, 16). Tällä rajauksella on pyritty valitsemaan kielellisesti mahdollisimman neutraali lähestymistapa. En siis aio puhua psilosybiiniä sisältävistä sienistä *taikasieni*, *huumesieni*, *myrkkysieni*, tai *pyhä sieni* -termien tarjoamien kehysten kautta.

Tutkielman ulkopuolelle rajautuvat muun muassa muut monilta osin samankaltaisia vaikutuksia aiheuttavat synteettiset ja orgaaniset aineet, kuten usein *psykedeeliksi* luokiteltavat LSD, DMT, LSA ja meskaliini. En ole myöskään sisällyttänyt tutkielmaan toista päihdyttävän vaikutuksen vuoksi käytettyä sieniryhmää eli karpässieniä, joiden ainesosat, kuten muskariini, iboteenihappo ja sen hajoamistuote muskimoli, toimivat neurokemiallisella tasolla eri mekanismeilla kuin psilosybiini. Karpässienten subjektiiviset vaikutukset eroavat myös käyttökokemusten perusteella merkittäväällä tavoin psilosybiiniä sisältävien sienien.

Psilosybiiniä sisältävillä sienillä viitataan siis siihen ryhmään sieniä, jotka sisältävät merkittäviä pitoisuuksia psilosybiiniä ja sen hajoamistuotetta psilosiiniä ja joita käytetään monissa eri tarkoituksissa. Kutsun näitä sieniä tässä tutkielmassa yksinkertaisuuden vuoksi nimellä *psilosybiinisienet*.

## Psykedeelinen kokemus

Toinen tutkielman kannalta olennainen käsite on *psykedeelinen kokemus*. Sen määrittely on haastavaa, koska sillä viitataan subjektiiviseen kokemukseen, jonka ominaisuudet vaihtelevat yksilöstä ja tapauksesta riippuen. Se on lähellä muuntuneen tietoisuuden tilan käsitettä (ASC eli Altered State of Consciousness<sup>1</sup>), jolla usein tarkoitetaan tavallisesta

<sup>1</sup> Lisää ASC:stä esimerkiksi teoksessa Culture and health (Winkelman 2009, 178; 386-387 ja 392-405).

valvetilasta poikkeavaa tietoisuuden tilaa ja johon luetaan REM- ja syvän unen lisäksi niin kutsuttu *integratiivinen tietoisuus*. Integratiivisen tietoisuuden käsitettä on käytetty yläkäsitteenä eri muuntuneen tietoisuuden tiloille, kuten shamanistiselle, possessiiviselle, meditatiiviselle ja fysiologiselle muuntuneen tietoisuuden tilalle. (Winkelman 2009, 393–394.) Itse psykedeelistä kokemusta puolestaan on luokiteltu joissakin tutkimuksissa esimerkiksi seuraavan jaon mukaan: psykoottiset, psykodynaamiset, kognitiiviset, esteettiset ja mystiset psykedeeliset kokemukset (Majić ym. 2015, 2).

Muuntuneen tietoisuuden tila (ASC) ja siten myös psykedeelinen kokemus on mahdollista saavuttaa useilla eri menetelmillä, joista esimerkkeinä mainittakoon (Winkelman 2009, 394, suom. VK.):

- hallusinogeenit ja muut kasvi- tai sieniperäiset lääkinnälliset aineet
- tanssiminen ja muut fyysisen rasituksen ja väsytyksen muodot
- äänien avulla tuotettu stimulaatio mukaan lukien rummutus, helistimet, veisaaminen ja laulaminen
- erilaiset aististimulaatiot mukaan lukien karut olosuhteet, kuten fyysinen paine ja lämpötilan ääritilat
- aistieristäminen ja -deprivaatio
- ruoan ja veden puutos, tunnemanipulaatio ja sosiaalinen eristäminen

Arkisemmassa käytössä sanaa psykedeelinen käytetään usein kuitenkin melko laveasti kuvaamaan lähes mitä tahansa erikoista, ihmeellistä tai uudenlaista kokemusta. Sanan etymologinen juuri on kreikan kielen sanoissa *psychē* (sielu, mieli) ja *dēloun* (tehdä näkyväksi, paljastaa). Arkisten käyttöyhteyksiensä vuoksi sen merkitys on laventunut ja hämärtynyt. Tässä tutkielmassa viitataan kuitenkin *psykedeelisellä kokemuksella* nimenomaan psilositybiinin aiheuttamaan muuntuneen tietoisuuden tilaan (ASC). Psykedeelistä kokemusta lähellä ovat myös yleisesti erilaisia muuntuneita tajunnan tiloja kuvaavat puhekieliset ilmaukset, kuten esimerkiksi *trippi* ja *matka*, joita tämänkin tutkielman aineistossa käytetään.

Aineistosta käy myös ilmi, että terveysvaikutuksia koetaan olevan sekä psykedeelisen kokemuksen aiheuttaneilla huumaavilla käyttöannoksilla että huomattavia psykedeelisiä vaikutuksia aiheuttamattomilla annoksilla. Siispä akuutti psykedeelinen kokemus ei pelkästään riitä käsitteellistämään terveysvaikutusten kokemista, vaan myös vain somaattiset sekä pitkäaikaiset, akuutista kokemuksesta riippumattomat, terveysvaikutukset on huomioitava.

## Koettu terveys

Terveysvaikutusten kokemisen käsittelyn kannalta olennaista on myös käsitteellinen jako *subjektiivisesti koettuun terveyteen* ja *biomedikaaliseen terveyteen*. Koetulla terveydellä viitataan itse ilmoitettuun, subjektiivisesti koettuun terveydentilaan:

Koetulla terveydellä tarkoitetaan henkilön ilmaisemaa kokemusta omasta yleisestä terveydentilastaan. Koettu terveys ennustaa kuolleisuutta, toimintakykyä ja terveyspalvelujen käyttöä väestössä. (THL 2015)

Tarkastelenkin tässä tutkielmassa nimenomaan psilosybiinistä johtuvia *koettuja* terveysvaikutuksia suhteessa biomedikaalisen tutkimuksen tämänhetkiseen tietämykseen psilosybiinin terveysvaikutuksista ja virallisten instituutioiden esittämään tietoon psilosybiinin vaikutuksista.

Tämän lisäksi huomioin klassisissa terveyden jaotteluissa korostetun terveyden kolmiulotteisuuden. Terveys nähdään tämän kolmijaon mukaan somaattisen, psyykkisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin kokonaisuutena. Sosiaalinen terveys ja sen huomioiminen on olennaista nimenomaan kulttuuri- ja medikaalianthropologisen näkökulman kannalta. (Winkelman 2009, 15–24.) Sen vuoksi hahmottelenkin seuraavaksi psilosybiinisienten kulttuurista ja sosiaalista asemaa modernissa yhteiskunnassa niin käytön kuin virallisten yhteiskunnallisten instituutioidenkin suhtautumisen suhteen.

### 1.3 Historiallinen ja kulttuurinen tausta

Hallusinogeenisten kasvien ja sienten käytön historia ulottuu, ainakin joidenkin arkeologien ja kulttuurihistorioitsijoiden mukaan (esimerkiksi Guerra-Doce 2015; Samorini 1992; Akers ym. 2011) erittäin pitkälle ihmiskunnan ja -kulttuurin kehityksen alkuvaiheisiin. Psykoaktiivisten sienten varhaisimpien kuvauksien arvellaan joidenkin teorioiden mukaan löytyvän vuosina 9000–7000 ennen ajanlaskun alkua tehdyistä, Tassilista, Saharan autiomaalla Kaakkois-Algeriassa sijaitsevasta luolasta löydettyistä luolamaalauksista (Samorini 1992 & Akers ym. 2011). Lisäksi mesoamerikkalaisten kansojen, kuten atsteekkien ja mayojen arvellaan käyttäneen rituaalisissa menoissaan psilosybiiniä sisältäviä



sieniä (Samorini 1992, 71–72; Guzmán ym. 1998, 190–191; Akers ym. 2011, 1). Myös Espanjasta sekä Pohjois-Siperiasta ja Ruotsista löydetyissä luolamaalauksissa esiintyvien rituaalimenojen arvellaan joidenkin tutkijoiden mukaan syntyneen psykoaktiivisten sienten innoittamana, tosin Siperian ja Skandinaavisten alueiden perinteissä käytetty sieni on luultavimmin ollut punakärpässieni, *Amanita Muscaria* (Akers ym. 2011, 1–2 ja Samorini 1992, 2–6). Psilosybiiniä sisältävien sienten rituaalinen ja sakramentaalinen käyttö on jatkunut nykyhetkeen saakka ainakin Meksikossa useiden eri etnisten ryhmien keskuudessa (Guzmán 2008).

Länsimaiselle yleisölle psilosybiinisienet tulivat tutuiksi vuonna 1957, kun Robert G. Wasson yhtenä ensimmäisistä länsimaalaisista osallistui sienirituaaliin Meksikossa ja raportoi tästä Life-lehdessä ilmestyneessä kuvaesseyssään (Wasson 1957). 1950-luvun lopusta alkaen niitä alettiin enenevässä määrin sekä tutkia tieteellisesti että käyttää päihteenä (Tylš ym. 2014, 1–2). Psilosybiinisienten määrittäminen vaaralliseksi huumausaineiksi alkoi Yhdysvalloista vuonna 1968 ja sen on nähty liittyvän Vietnamin sotaa ja monia yhteiskunnan valtarakenteita kritisoineen yhdysvaltalaisen vastakulttuurin vastaiseen taisteluun (Wark & Galliher 2010).

Vuoden 1971 YK:n Psykantrooppisia aineita koskevassa kansainvälisessä yleissopimuksessa psilosybiini monien muiden psykoaktiivisten aineiden tavoin määriteltiin huumausaineeksi (UNODC 1971). Tämä lopetti lääketieteellisen tutkimuksen käytännössä kokonaan. Sittemmin psilosybiinisienten laillista asemaa on tarkennettu ja tulkittu eri tavoin eri valtioiden lainsäädännössä, mutta tällä hetkellä esimerkiksi Suomessa huumausainelainsäädännön perusteella niiden hallussapito, kasvatus, käyttö ja myyminen on laitonta. Lisäksi esimerkiksi psilosybiinisieniä käsittelevä uutisointi on usein liittynyt Tullin tekemiin takavarikoihin ja psilosybiinisieniin liittyviin huumausainerikoksiin.<sup>2</sup> Suomessakin on kuitenkin kirjoitettu myös muutamia kansainvälisiä tieteellisiä tutkimuksia käsitteleviä lehtijuttuja.<sup>3</sup>

Laittomuudesta huolimatta psilosybiinisieniä käytetään Suomessa, mutta niiden käyttö on muihin huumausaineisiin verrattuna joko marginaalista tai se ei nouse esiin huumausai-

<sup>2</sup> Esimerkiksi: <http://www.vantaansanomat.fi/artikkeli/268720-hullusta-tulee-viela-hullumpi-sieni-ilmio-tukkii-nyt-tullia>, <http://www.mtv.fi/uutiset/kotimaa/artikkeli/uusi-huumeilmio-taikasienia-kasvatetaan-muovilaatikoissa/3393514> ja [http://www.iltalehti.fi/uutiset/2012090516044099\\_uu.shtml](http://www.iltalehti.fi/uutiset/2012090516044099_uu.shtml).

<sup>3</sup> Esimerkiksi [http://yle.fi/uutiset/huumesienista\\_apua\\_syopapotilaille/1960283](http://yle.fi/uutiset/huumesienista_apua_syopapotilaille/1960283), [http://www.hs.fi/tiede/a1415077416131\\_](http://www.hs.fi/tiede/a1415077416131_) [http://www.hs.fi/tiede/a1410839278448\\_ja](http://www.hs.fi/tiede/a1410839278448_ja) <http://www.hs.fi/ulkomaat/a1305554235268>

neiden käyttöä koskevissa selvityksissä. Tuoreimmasta Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen *Huumetilanne Suomessa 2014* -raportista (Varjonen 2015) en esimerkiksi löytänyt erillistä mainintaa psilosybiinisenistä. Tämä raportti tosin käsitteli huumetilannetta Suomessa erityisesti terveyden näkökulmasta, ja siinäkin lähinnä ongelmakäytön kannalta. On kuitenkin huomionarvoista, että Euroopan huumausaineiden ja niiden väärinkäytön seurantakeskuksen (EMCDDA) vuonna 2006 julkaisemasta tapaustutkimuksesta käy ilmi, että psilosybiiniä sisältävien sienten käyttö on lisääntymässä ja sitä pidetään kasvavana trendinä (Hillebrand ym. 2006). Samassa tutkimuksessa viitataan tässä tutkielmassa aineistona käytetyn psilosybiini.info-sivuston edeltäjään yhtenä psilosybiinisenien käytävien henkilöiden vertaistiedon lähteenä.

## 2 TUTKIELMAN AINEISTO JA TOTEUTUS

### 2.1 Psilosybiini.info -sivusto

Tutkielmassa käytetty aineisto koostuu *www.psilosybiini.info* -verkkosivuston keskustelupalstalle kirjoitetuista psilosybiinisenien käyttökokemus-kirjoituksista, sekä muutamista muista erityisesti terveysvaikutuksia käsittelevien viestiketjujen kirjoituksista. Psilosybiini.info -sivuston keskustelu keskittyy pääasiassa psilosybiiniseniin, ja sivustoa kuvaillaankin etusivulla seuraavasti:

Sivustomme toimii keskustelupalstoinen suurimpana suomalaisena tietolähteenä sekä keskustelukanavana aiheen<sup>4</sup> käsittelylle ja tarkoituksenamme on edistää objektiivista tiedonvälitystä koskien psilosybiininkäytön mahdollisia hyötyjä ja realistisia riskejä.

[Psilosybiini.info, etusivu, 23.2.2015]

Sivuston julkisesti näkyvällä keskustelupalstalla<sup>5</sup> on keskustelua hyvin monista eri aiheista ja se on jaettu neljään teemaan. Nämä teemat ovat *Yleistä*, *Sienestäminen*, *Sienten*

<sup>4</sup> Sanalla ”aihe” viitataan lainausta edeltävään tekstikappaleeseen, jossa sivuston nimenä käytetty psilosybiini määritellään seuraavasti: ”*Psilosybiini on yli 200:ssa sienilajissa luontaisesti esiintyvä, tajuntaan vaikuttava aine jota käytetään lääkkeenä mm. migreeneihin, Hortonin syndroomaan, terapiakäyttöön tutkimusolosuhteissa mielenterveysongelmien hoidossa sekä suhteellisen yleisesti myös päihteenä monimuotoisten vaikutustensa vuoksi. Aineen molekyylirakenne pohjautuu ihmiskehossakin esiintyvään dimetyyllitryptamiiniin (DMT) ja muistuttaa läheisesti elimistömme keskeistä välittäjäainetta serotoniinia vaikuttaen nimenomaan sen yhteydessä toimiviin välittäjäainereseptoreihin.*”

<sup>5</sup> Löytyy osoitteesta: <https://www.taikasieni.net/smf/index.php>

*kasvattaminen* ja *Muu keskustelu*. *Yleistä*-teeman alla on kolme lähinnä sivuston tekniiseen puoleen ja sääntöihin keskittyvää osiota: *Infopiste*, *Ongelmatilanteet* ja *Anna palautetta*. *Sienestäminen*-teema on jaettu osioihin *Sienet luonnossa* ja *Sienten tunnistaminen*. *Sienten kasvattaminen*-teeman alla puolestaan on osiot *Yleistietoa kasvattamisesta* ja *Kysymyksiä kasvattamisesta*. *Muuta keskustelua* -teema koostuu osioista *Sienet päihteinä ja lääkkeinä*, *Sienigalleria*, *Muu sienikeskustelu* ja *Vapaa aihe*.<sup>6</sup> Lisäksi on muutamia ainoastaan keskustelupalstalle kirjautuneelle käyttäjille näkyviä osioita, joita en tässä erittele eettisistä syistä.

Keskustelupalstan *Sienet päihteinä ja lääkkeinä* -osiosta löytyy käyttökokemuksiin keskittyvä alakategoria, jossa on 151 aihetta ja 880 viestiä (23.2.2015). Tämä alakategoria on osion tavoin täysin julkinen ja avoin myös kirjautumattomille käyttäjille. Tämän alakategorian lisäksi olen sisällyttänyt aineistooni muutamia muita viestiketjuja, jotka käsittelevät terveysvaikutuksia.

Koska tutkielman aineisto koostuu internetiin kirjoitetuista kirjoituksista, täytyy sitä kuitenkin käsitellä hieman eri tavalla kuin perinteisiä kirjoituskyselyillä tai haastatteluilla kerättyjä aineistoja. Internetaineistojen tutkimisessa tulee ottaa huomioon internetin erityislaatuisuus ja sen tuomat haasteet. Kevin Steinmetzin (2012, 27, suom. VK.) mukaan nämä haasteet tulee huomioida tutkittaessa internetissä tapahtuvaa vuorovaikutusta ja niihin lukeutuvat:

1. ajan ja paikan käsitteiden sovittaminen virtuaalisessa kenttätyössä,
2. identiteetin ja autenttisuuden sovittaminen digitaalisessa vuorovaikutuksessa
3. eettisten ongelmien hallinta virtuaalisessa kenttätyössä.

Tutkimuseettisistä syistä käsittelen siis aineistoa anonymina ja luottamuksellisena, sillä kyseessä on erittäin arkaluontoinen aihe ja sivuston käyttäjät ovat esittäneet huolensa kirjoitustensa julkisuuden mahdollisesta haitallisuudesta. Pyrin tekstiä muokkaamalla häivyttämään mahdollisuuden löytää käyttämiäni tekstiotteita suoraan keskustelualueelta hakemalla niitä esimerkiksi internetin hakukoneilla. Lisäksi käsittelen kirjoitusten taustalla olevia sivuston käyttäjiä anonymisti, enkä heidän sivustolle antamallaan nimimerkeillä. Tällä pyrin minimoimaan riskin yksittäisten kirjoittajien tunnistamiseen ja kirjoitusten

---

<sup>6</sup> Lisää keskustelupalstan osioista, kts. Liite 1.

paikantamiseen. Aineistoon viitattaessa puhun aina *psilosybiini.info*-sivuston keskustelupalstalle kirjoitetuista kirjoituksista, joten en mainitse aineistoa erikseen siihen viitattaessa.

Ajan ja paikan sovittamisen haasteeseen liittyen olen pyrkinyt hahmottamaan tutkimuskenttäni ja aineistoni rajauksen etnografisena, jatkuvana kenttätöinä, jossa Christine Hinen (2009, 18. suom. VK.) ajatusten mukaisesti:

Päätös siitä mistä aloittaa, mihin lopettaa (kenttätö) ja mihin mennä välillä, ei ole etnografiensa itsenäisen, tutkimuskentästä riippumaton (päätös), vaan erottamaton osa suhdetta siihen. Kenttätöön rajat ovat lopputulos projektissa, ei niinkään sen edeltäjä. Päätös siitä mitä tutkia tehdään yhteistyössä tutkimuksessa tapahtuvien kohtaamisten kanssa..

En siis ole rajannut tutkimusaineistoani tutkielman missään vaiheessa tietyksi rajatuksi joukoksi kirjoituksia, vaan ollut jatkuvassa kanssakäymisessä keskustelupalstan käyttäjien kanssa ja syventynyt kentällä tapahtuvaan havainnointiin. Näin ollen näkisin menetelmäni olevan lähimpänä osallistuvaa havainnointia, vaikka en ole suurimpaan osaan aineistoni henkilöistä ollutkaan yhteydessä. Olen kuitenkin keskustellut keskustelualueen pikakeskustelussa ja aloittanut viestiketjun tutkielmaani liittyen sekä keskustellut siellä tutkielmani tavoitteista ja saanut palautetta kirjoitusten käyttämisestä aineistostani. Lisäksi muutamat aktiiviset käyttäjät ovat suositelleet aiheeseen soveltuvimpia viestiketjuja.

Lisäksi, aiemmin mainituista anonymiteettiä koskevista syistä, en myöskään voi tutkielmassani osoittaa yksiselitteisesti mistä aineisto tarkalleen on peräisin, vaan viittaan ainoastaan *psilosybiini.info* -sivustoon kenttänä, josta aineisto on hankittu.

Identiteettiä ja autenttisuutta pohtiessani olen pyrkinyt ottamaan huomioon sivuston mahdolliset kirjoituksiin ja kokemuksiin vaikuttavat tekijät, kuten sen, onko yleinen suhtautuminen *psilosybiinisieniin* positiivinen ja kuinka se vaikuttaa siihen, millaisia kirjoituksia sinne kirjoitetaan. Sivustolla on tehty hyvin karkea ja pienimuotoinen äänestys, jossa 63:sta äänestykseen vastaajasta 50 piti *psilosybiinisieniä* hyvänä asiana, 0 huonona asiana, 8:lla ei ollut asiaan kantaa ja 5:llä oli jyrkkään hyvä/huono -kahtiajakoon soveltumaton näkemys. Tästä ei sinällään kuitenkaan voi tehdä minkäänlaisia johtopäätöksiä suhtautumisesta *psilosybiinisieniin*, mutta yhdessä sivuston kirjoitusten kanssa on perusteltua olettaa, että yleinen suhtautuminen on avoimen kiinnostunut ja positiivissävytteinen, muttei kuitenkaan ainakaan täysin sokean hyväksyvä tai haittoja ja riskitekijöitä väheksyvä.

Koska en ole tavannut ketään kirjoittajaa kasvotusten, katoaa identiteetin merkitys perinteisessä mielessä ja on otettava huomioon mahdollisuus sillä leikittelyyn, kuten useiden käyttäjätunnusten luomiseen, tyylin vaihteluun tai tarkoitukselliseen provokaatioon. (Steinmetz 2012, 30-31.) Oman identiteettini ja asemani olen kuitenkin pyrkinyt alusta asti tuomaan selvästi esille esiintymällä keskustelualueella omalla koko nimelläni ja tarjoamalla sähköpostiosoitteen, johon on sivuston omien yksityisviestien lisäksi ollut mahdollista ottaa yhteyttä.

## 2.2 Analyysimenetelmät

Analyysini perustuu tekstuaalisen aineiston sisällönanalyysiin ja teemojen erittelyyn. Lisäksi pyrkimyksenäni on kuvaillen tuoda esiin terveysvaikutusten kokemuksia. Olen pyrkinyt erittelemään aineistosta eri terveysvaikutuksia, jotka olen käyttämäni WHO:n terveyden määritelmään (WHO 1946) perustuvan kolmijakoisen mallin mukaisesti jakanut psyykkiseen, fyysiseen ja sosiaaliseen. Taustoittaessani tutkielman aihetta olen kiinnittänyt erityishuomiota sosiaaliseen ja kulttuurisen taustaan, jonka näen olevan erityisen merkittävää, kun tarkastellaan psilosybiinisten käyttöä.

Lisäksi olen ottanut huomioon Mórón & Noreikan (2011) ehdottaman neljännen ulottuvuuden huumausaineiden instrumentaalista käyttöä tarkastellessa. Tämä lähestymistapa huomioi sakramentaalisten ja rituaalisten käyttötapojen olemassaolon ja tässä tutkielmassa sen rooli on psilosybiinisten aiheuttaman psykedeelisen kokemuksen kontekstualisoinnin ja merkityksellistämisen tarkastelussa. Se sitoutuu osittain psyykkisen ja sosiaalisen terveyden risteymiin, mutta viittaukset hengellisiin kokemuksiin ovat aineistossa niin yleisiä, että tämän ulottuvuuden erottelu on perusteltua.

Näin ollen olen siis jakanut koetut terveysvaikutukset neljään kategoriaan. Nämä kategoriat ovat *psyykkiset*, *fyysiset*, *sosiaaliset* ja *spirituaaliset vaikutukset*. Lisäksi käyttöön liittyvät merkitykset olen aineistolähtöisesti jakanut neljään osa-alueeseen, jotka tosin usein toimivat päällekkäin muodostaen merkitysten kentän, jossa psilosybiinisten käyttö asettuu osaksi elämää. Nämä osa-alueet ovat *viihdekäyttö*, *itsetutkiskelu*, *henkisyys ja it-selääkintä*.

Analyysi keskittyy erittelemään kokemuksia terveydestä, joten tutkielman kannalta ei ole tarkoituksenmukaista paneutua kieleen liian tarkasti. Kirjoitusten autenttisuuden arvioimisen kannalta on kuitenkin olennaista ottaa huomioon mahdollisimman hyvin niin intertekstuaaliset kuin tekstin sävyynkin liittyvät kielelliset valinnat. Lisäksi käyttäjän muiden kirjoitusten perusteella muodostuvaa koherenssia ja puhetapaa on mahdollista hyödyntää arvioitaessa autenttisuutta. Näitä asioita olen arvioinut jatkuvasti aineistooni tutustuessani ja sitä analysoidessani.

### 3 PSILOSYBIINISIENTEN KÄYTTÄMINEN SUOMESSA

Aluksi on todettava, että psilosybiiniä käytetään usein eri motiivein, eikä selkeiden kategorioiden muodostaminen ole välttämättä paras tapa tarkastella käyttöä. Lisäksi eri käytötavat sekoittuvat yksilöllisesti eikä ole aina selkeää, mikä ensisijainen tarkoitus käytöllä on. Esittelen kuitenkin seuraavaksi joitakin yhdenmukaisuuksia. Jaottelen käytötavat neljään väljään kategoriaan: viihdekäyttöön, psykologiseen ja fysiologiseen itsetutkiskeluun, henkisyyden toteuttamiseen ja itselääkintään.

Tässä jaottelussa hyödynnän Müllerin ja Schumannin (2011) esittämää mallia riippuvuutta aiheuttamattomasta huumausaineiden välineellisestä käytöstä. Mallissa riippuvuutta aiheuttamattomalla huumausaineiden käytöllä pyritään saamaan aikaan muutoksia omassa käyttäytymisessä ja toiminnassa, jotka eivät välttämättä ole välittömässä yhteydessä huumausaineen hetkellisiin vaikutuksiin ja jotka liittyvät joihinkin yksilöllisiin tavoitteisiin. Hyödynnän mallin lisäksi siihen kohdistunutta keskustelua, erityisesti Mórón & Noreikan (2011) ehdottamaa sakramentaalisen ja spirituaalisen käytön mallia.

### 3.1 Sienet viihdekäytössä

Ensimmäinen tarkasteltava psilosybiinisten käytötapa on päihtymykseen ja huumaavaan vaikutukseen ensisijaisesti pyrkivä viiheellinen käytötapa, joka käyttökokemuksissa ilmeni usein haluna irtautua arkitodellisuudesta ja kokea erikoisia aistikokemuksia, kuten hallusinaatioita ja mielihyvää:

Olisin toivonut kokevani jotakin uudenlaista, jotakin suurta ja käänteentekevää – vapauttaa mieleni ja tutustua kokonaan uuteen maailmaan – nauraa ja nähdä yksisarvisia, jotka ovat vaaleanpunaisia sekä kokea että uppoan sänkyyni – Siitä huolimatta että trippini käytännössä olikin vain positiivinen, niin olin sen jälkeen pettynyt. Olin odottanut enemmän. Vaikutusten kesto oli erittäin lyhyt ja en yhdessäkään vaiheessa irtautunut todellisuudesta. Ajattelu oli selkeää ja loogista koko ajan, ja vaikka yritin pimentää huonetta ja makoilla sängyssä ja uppoutua musiikkiin ja tuijottaa näemiäni muotoja, ei tapahtunut mitään erikoista. Peiliinkin katsominen oli normaalia. Itse asiassa kaikkea muuta pitäisin itsesuggestiolla saavutettuina asioina, paitsi tuntemuksien, joita musiikki sen yhden puolituntisen aikana aiheutti. (Tottakai sienillä oli vaikutuksia, mutta erittäin, erittäin lieviä.)

Surffailin mielessäni herkullisissa visuaaleissa, joilla se kuvitti musiikkia ja kierin euforiassa sekä jonkin tyyppisessä parantavassa universaalissa rakaudessa.

Tällaisiin kokemuksiin saattaa vaikuttaa esimerkiksi kirjallisuudesta, vertaiskokemuksista ja muista toisen käden tietolähteistä saadut esitiedot ja olettamukset psilosybiinin vaikutuksista. Esimerkiksi hallusinaatioiden on todettu olevan monilta osin oppimis- ja kulttuurisidonnaisia ainakin kahdella eri tavalla (Luhrmann 2011, 82, suom. VK.):

Ihmiset hankkivat tiettyjä mielen representaatioita paikallisesta sosiaalisesta maailmastaan ja ihmisiä (erityisesti henkisissä pyrkimyksissä) kannustetaan käyttämään mieltään tietyillä tavoilla.

Tämä vahvistaa kokemuksen merkityksellistämisen tärkeyttä ja selittää osaltaan muun muassa keskustelupalstan vertaiskokemuksissa ja ohjeissa korostettua *set and settingiä* eli psykologisen ja ulkoisen tilan sekä olosuhteiden huomioimista psilosybiinisten aiheuttamaan psykedeelisen kokemukseen valmistautuessa.

Tällaiseen käytötapaan liittyi myös monissa tapauksissa muiden päihteiden käyttö yhdessä psilosybiinisten kanssa. Yleisesti käyttökokemuksista tuli ilmi kannabiksen sekä joissain tapauksissa alkoholin, karpässienten tai ilokaasun käyttö psilosybiiniin yhdistettynä. Myös muita harvinaisempia päihdeyhdistelmiä oli ja näitä nimitettiin joskus omilla

nimityksillä, kuten *hippieflip/MX-ohjus* (ilmeisesti psilosybiini + MDMA). Toisaalta jotkut kertoivat varautuvansa psilosybiinisienten aiheuttamaan psykedeeliseen kokemukseen esimerkiksi rauhoittavilla lääkkeillä, jotka heidän mukaansa vaimensivat tai poistivat psilosybiinin vaikutuksia. Jonkin verran keskustelua käytiin erinäisten lääkeaineiden yhteensopivuudesta psilosybiinin kanssa ja mahdollisista vaarallisista yhdistelmistä varoiteltiin.

Termillä viihdekäyttö viitataan yleensä suomenkielisessä tutkimuskirjallisuudessa englanninkieliseen vastineeseen ”recreational use”, joka erottaa huumausaineiden käytössä ongelmakäytön ja kokeilut riippuvuutta aiheuttamattomasta viihdekäytöstä. Viihdekäytöllä tarkoitetaan sellaista huumausaineiden käyttöä, joka on hallittua ja jolla on myönteisiä seuraamuksia. (Salasuo & Rantala 2002, 45–46.)

Mikko Salasuon ja Kati Rantalan (2002, 46) mukaan seuraavat asiat liittyvät yleensä viihdekäytön motiiveihin:

1. juhliminen
2. yhdessäolo ystävien kanssa
3. erottautuminen
4. statuksen hankinta
5. rentoutuminen
6. itsensä henkinen kehittäminen
7. uteliaisuus

Aineistossa selkeästi parhaiten psilosybiinisienten viihdekäyttöä kuvasivat Salasuon erittelemän listan kaksi viimeistä kohtaa; itsensä henkinen kehittäminen ja uteliaisuus. Näin ollen viihdekäytön ja itsetutkiskelun kategorioiden raja näyttäisi olevan vaikeasti hahmotettava. Koska käyttökokemuksissa kuvattiin myös pyrkimyksiä ”mukavaan oloon” ja ”mielen haltioitumiseen”, on perusteltua erottaa nämä kaksi kategoriaa.

### 3.2 Sienet itsetutkiskelussa

Useissa käyttökokemuksissa kävi ilmi tavoite tutkia itseään ja mieltään psilosybiinin avulla. Psilosybiini nähtiin työvälineenä, joka mahdollistaa itsetutkiskelun ja toisaalta myös joidenkin kokemuksellisten asioiden, kuten mielenterveyteen liittyvien ongelmien tarkastelun ja syiden selvittämisen.



Kirjoituksissa käytettiin esimerkiksi psykoanalyysista peräisin olevaa käsitettä *ego* ja siitä nousevaa käsitettä *egokuolema*, jolla kuvattiin luultavimmin depersonalisaation ja de-realisaation kaltaisia ilmiöitä, joita psilositybiinisienten on todettu aiheuttavan (kts. luku 1.2). Lisäksi käyttökokemuksen vaikutuksia tunteisiin, kognitioon sekä oppimiseen pohdittiin useissa kokemuksissa ja viestiketjuissa. Kirjoituksista nousi esiin tapauksia, joissa käytön tavoitteeksi ilmaistiin yhden hengen koeasetelma, jossa omaa hypoteesia psilositybiinin vaikutuksista haluttiin testata. Tämä liittyi sekä psykedeelisen kokemuksen aiheuttavaan annokseen että niin kutsuttuun micro-doseen eli tietoisuuden tilaa merkittävästi muuntamattomien annosten käyttöön. Micro-dosejen käyttö liittyi usein myös somaattiseen terveyteen liittyviin ongelmiin ja tavoitteisiin. Lisäksi itse vaikutuksen aiheuttavan annoksen kynnystä kokeiltiin empiirisesti testaamalla. Usein tällaisessa itse tapahtuvassa kokeilussa taustalla oli kuitenkin jostakin toisen käden lähteestä luettu tai kuultu kertomus, tai jokin tieteellisen tutkimustuloksen soveltaminen johonkin käytännön tavoitteeseen.

### 3.3 Sienet henkisyyden työkaluina

Eräs tyypillinen käyttökokemuksissa korostuva merkitys psilositybiinisienten käytölle oli henkisyyteen, hengellisyyteen, uskonnolliseen tai mystiseen kokemukseen pyrkiminen. Psilositybiinin on kliinisissä kokeissa todettu voivan aiheuttaa mystisiä kokemuksia (Griffiths ym. 2011). Sen lisäksi psilositybiinisienten käytön kulttuurihistoria (kts. luku 1.3) vahvistaa niiden sidettä uskonnolliseen ja sakramentaaliseen toimintaan.

Käyttökokemuksissa tämä ilmeni esimerkiksi viittaamalla ”sienten henkeen”, ”Teonanácatliin”, eli ”jumalten lihaan”<sup>7</sup>, ”luontoäitiin” tai kristinuskon jumalaan. Lisäksi eräs käyttäjä kuvaili sieniä ”tikapuiksi taivaaseen” ja ”luojan puhelimeksi”. Psilositybiinisienistä puhuttiin myös joissakin yhteyksissä enteogeeneinä eli hengellisiä tai mystisiä kokemuksia tuottavina psykoaktiivisina aineina (kts. luku 1.2).

---

<sup>7</sup> Meksikolaisen Nahuatl-alkuperäiskansan käyttämä nimitys, jonka on nähty viittaavaan seremoniallisessa käytössä olleisiin psilositybiiniä sisältäviin sieniin (Guzmán 2008, 405.)

Myöskin shamanismiin ja psilosybiinisten käyttöön sen apuvälineinä osoitettiin kiinnostusta. Toisaalta tällaisia henkisiä pyrkimyksiä kohtaan esitettiin myös kriittisiä näkemyksiä:

Shamanismista en aio juurikaan keskustella, koska se tuntuu olevan jonkunlainen juttu, jolla nuoret eksyneet sielut koittavat selittää päihteiden käyttämistään ja luoda sille jotain kamanvetämistä hienompaa merkitystä.

Joo, kyllähän se on tietysti vähän hassua, että niinkin erilaisesta nykyisestä maailmasta halutaan lähteä matkaamaan vinksinvonksin-landiaan vaikei-  
aina tiedetä oikeasta shamanismista mitään.

En oman havainnointini perusteella hahmottanut mitään yhtä suosituinta henkistä orientaatiota, jota keskustelussa olisi suosittu. Yleisesti ja monessa eri yhteydessä kuitenkin suositeltiin meditaatiota. Sitä ei kuitenkaan säännönmukaisesti liitetty mihinkään yhteen henkiseen traditioon vaan usein sitä ehdotettiin yleisenä harjoitteena esimerkiksi psykedeliseen kokemukseen valmistautumiseen sekä sen käsittelyyn:

-- meditoimalla psykedeliset kokemukset tulevat helpommin ohjattaviksi sekä osa psykedeelien mahdollistamista tiloista tulee meditaation harjoittamisen myötä helpommin esille päivittäisessäkin elämässä – meditaation harjoittaminen ja psykedeelien käyttäminen täydentävät toisiaan täydellisesti.

### 3.4 Sienet itselääkinnässä

Erittäin suosittu tapa hahmottaa psilosybiinisten käyttöä oli terveysvaikutuksiin perustuva lähtökohta. Tämä liittyi toki monissa tapauksissa niin viihteelliseen, itsetutkiskele-  
vaan kuin henkisyys- ja suuntautuneeseen käyttöön. Se oli kuitenkin tulkintani mukaan eniten ja laajimmin keskustelua herättänyt lähtökohta.

Kiinnostus terveydellisiin vaikutuksiin oli sekä empiiristä että teoreettista. Lisäksi usein nämä näkökulmat yhdistyivät. Sienten käyttöön liittyen puhuttiin muun muassa niiden ”kuurittamisesta” ja ”terveyshyödyistä”. Esimerkkejä terveydellistä vaikutuksista ja niistä käytävästä keskustelusta annan seuraavassa pääluvussa, jossa analysoin niiden kokemista keskustelualueen kirjoituksissa.

Itselääkintää harjoitettiin sekä somaattisiin että psyykkisiin sairauksiin liittyen. Erityistä mielenkiintoa herätti mielenterveysongelmien hoitaminen psilosybiinisienillä. Toisaalta keskustelussa esitettiin kriittisiä näkemyksiä ja varoituksia siitä, ettei mielenterveysongelmista kärsivien ihmisten tulisi käyttää psilosybiinisieniä tai pitäisi ainakin käyttää erityistä harkintaa. Usein kuitenkin viitattiin esimerkiksi tuoreisiin tieteellisiin tutkimuksiin (kts. mm. Baumeister ym. 2014; Griffiths ym. 2011; Johnson ym. 2014), joissa psilosybiinin kaltaisten aivojen serotoniinijärjestelmään vaikuttavien psykedeelien terapeuttinen potentiaali on osoitettu esimerkiksi riippuvuuden ja masennuksen hoidossa.

Masennukseen ja muiden mielenterveyden häiriöihin liittyen keskustelupalstalla oli joidakin omia viestiketjujaan, joissa pohdittiin sekä mielenterveydenhäiriöiden aiheuttamia riskitekijöitä psilosybiinisienten käytölle että niiden käyttöä näiden häiriöiden hoitamisessa.

## 4 KOETUT TERVEYSVAIKUTUKSET

### 4.1 Psyykkiset vaikutukset

Koetut psyykkiset terveysvaikutukset liittyivät toisaalta akuuttiin psilosybiinin aiheuttamaan muuntuneen tietoisuuden tilaan (ASC) ja toisaalta kokemuksen jälkikäsitteilyyn ja pidempiaikaisiin persoonallisuuteen, tunteisiin, tiedonkäsittelyyn, sekä aistimiseen liittyviin vaikutuksiin. Suurinta huomiota itse käyttökokemuksissa saivat kuitenkin akuutit muutokset tietoisuuden tilassa ja niitä kuvattiin kirjoituksissa hyvin monipuolisesti ja erilaisilla tyyleillä. Toiset raportoivat kokemuksesta päiväkirjamaisesti, toiset puolestaan kokemusmaailmaa kuvailevammin ja vähemmän kronologisesti. Kronologisen kuvauksen haasteellisuutta lisäsi hyvin yleinen kokemus ajan hahmottamisen muutoksista, joka on myös tutkimuksessa yleinen esiin nouseva psyykkinen vaikutus (Mm. Tylš ym. 2014; Griffiths ym. 2011).

Esimerkkejä koetuista pitkäaikaisista psyykkisistä terveydellisistä vaikutuksista olivat yleisen elämänlaadun paraneminen ja positiivisuuden lisääntyminen, ahdistuksen ja masentuneisuuden väheneminen, minäkuvan parantuminen, alkoholin käytön ja pakko-oireisuuden väheneminen. Osalle mainituista terapeuttisista vaikutuksista on myös olemassa jonkinlaista lääketieteellistä näyttöä, joka perustuu tosin vielä melko vähäiseen tutkimusmäärään (Baumeister ym. 2014 & Tylš ym. 2014). Monia tällaisia terveysvaikutuksia pohdittaessa viitattiinkin kirjoituksissa johonkin populaariin tai vertaisarvioituun tieteelliseen artikkeliin, jossa käsiteltiin kyseisen terveysvaikutuksen ja psilosybiinin tai jonkun muun läheisesti sitä muistuttavaan psykoaktiivisen välistä yhteyttä. Toisaalta ”medikalisoitunutta lääketiedettä” kritisoitiin osaltaan mainittujen terveysongelmien osasyllisenä ja psilosybiinisienet saatettiin nähdä ”luonnollisena lääkkeenä”.

Monissa käyttökokemuksissa psyykkisten vaikutusten arviointi kohdistui odotuksiin psilosybiinin vaikutuksista, kuten visuaalisen havaitsemisen muutoksiin, ajan ja paikan hahmottamiseen sekä mielialan muutoksiin. Mielialaa ja psykedeelistä kokemusta jaettiin usein ”hyvään ja huonoon trippiin”. Erilaisia pelkotiloja, ahdistusta ja kontrollin menettämistä nimitettiin usein huonoksi tripiksi. Joihinkin huonoiksi tripeiksi kutsuttuihin kokemuksiin liittyi pelkoja järjen menettämisestä ja siitä, ettei psykedeelinen kokemus loppuisi koskaan. Toisaalta joskus huonotkin akuutit kokemukset tulkittiin käyttökokemuksissa pidemmällä aikavälillä merkittäviksi ja kokonaisuudessaan positiivisiksi ja opettavaisiksi kokemuksiksi.

Lisäksi käyttökokemuksissa raportoitiin erinäisiä yksittäisiä koettuja vaikutuksia, kuten muistikatkoksia käyttökokemusten aikana ja ajalta, sekä itsetuhoisten ajatusten ilmene mistä ahdistavimpien kokemusten aikana tai niillä leikittelemistä. Myöskin pitkäaikaisia haitallisia terveysvaikutuksia yhdistettiin psilosybiinisienten käyttökokemukseen. Jotkut raportoivat joidenkin pysyvien muutosten, kuten aistimiseen liittyvien muutosten olemassaolosta, mutta niiden ei nähty olevan puhtaasti negatiivisia tai positiivisia.

#### 4.2 Fyysiset vaikutukset

Yksi yleisimmistä koetuista fyysisistä vaikutuksista oli huonovointisuus tai oksentaminen psilosybiinisienten vaikutuksen alkaessa. Tämän ehkäisyyn tarjottiin vinkkejä myös käyt-

töön valmistautumista koskevissa kirjoituksissa. Lisäksi esimerkiksi päänsärkyä ja hui-  
mausta raportoitiin useissa kirjoituksissa. Päänsärky on myös ilmennyt kliinisissä tutki-  
muksissa erääksi psilositybiinin vaikutuksista (Johnson 2011). Myöskin sydämen sykkeen  
tihentyminen ja lievä ruumiinlämmön nousu kuuluivat koettuihin akuutteihin fyysisiin  
vaikutuksiin. Yksittäisenä tapauksena eräs sivuston käyttäjä kertoi menettäneensä tajun-  
nan eräällä käyttökerralla, mutta totesi yhdistäneensä kannabiksen polttamisen psilosity-  
biinisienten käyttöön ja epäili tämän vaikuttaneen pyörtymiseen.

Lisäksi pidempiaikaisia vaikutuksia odottaen psilositybiinisieniä käytettiin kokeellisesti  
erilaisten somaattisten sairauksien itselääkintään. Psilositybiinisienten lääkinnällistä vai-  
kutusta testaavia kokeiluja oli Crohnin tautiin, MS-tautiin, fibromyalgiaan, flunssaan ja  
migreeniin liittyen. Nämä jäivät kuitenkin läpi käymässäni kirjoitusaineistossa pääsään-  
töisesti yksittäisiksi maininnoiksi, vaikka niiden taustalla vaikuttavia kemiallisia meka-  
nismeja spekulointia kirjoituksissa. Seuraavat otteet ovat esimerkkejä mainituista ter-  
veysvaikutuksista:

Minulla on tehonnut suippumadonlakit erittäin hyvin nuhaan, yskään, kurk-  
kukipuun, kuumeeseen ja kaikenlaisiin särkyihin. Olen kokeillut viiden-  
kolmekymmenenviiden kappaleen kerta-annoksilla ja joka kerta olen huo-  
mannut positiivisen vaikutuksen.

Minun diagnoosini on fibromyalgia -- vaivani alkoivat noin viisi vuotta sit-  
ten. Ensin säryt keskittyivät ainoastaan sormiin ja pääasiassa talvisin. Li-  
säksi pitkä puristusote jähmetti sormet tikuiksi, reuman kaltaisesti. Vuosien  
kuluessa säryt valtasivat myös melkein kaikki muut nivelet. Sairaus eteni  
tilanteeseen, etten enää pystynyt nukkumaan öisin ja olin todella väsynyt  
tästä myös henkisesti. Lääkäri määräsi Triptyliä unen laadun parantami-  
seen. Toimii. Ei poista särkyä, mutta saa nukuttua. -- tänä syksynä pereh-  
dyin suippumadonlakkien maailmaan -- hieno trippi edessä ja lyhyt hiljai-  
nen hetki. Kuuntelin 'itseäni'. Säryt olivat poissa. Sormet toimivat, pää  
kääntyi ja lonkkien varassa oli jopa mukavaa seisoskella. Täydellinen pa-  
rantuminen. Näitä matkoja olen tehnyt tällä hetkellä yhteensä kolmesti ja  
joka kerta sama juttu!

Selvästi eniten keskustelua herättänyt somaattinen sairaus, johon haettiin apua psilositybi-  
nisienten käytöstä, oli Hortonin neuralgia, eli sarjoittainen päänsärky. Sitä on kutsuttu sen  
aiheuttamien kipujen vuoksi joskus myös itsemurhapäänsäryksi:

[Sarjoittainen päänsärky] on äärimmäisen kivulias päänsäryn muoto, joka  
esiintyy lyhytaikaisina sarjoina silmän seudussa. Kipu on polttavaa, repivää  
ja läpitunkevaa. Kipuun liittyy silmän punoitusta ja vetistystä sekä saman  
puoleisen sieraimen tukkoisuutta ja eritystä. (Atula 2014)

Hortonin neuralgiaa käsitteli oma viestiketjuna, jossa oli 133 viestiä (5.4.2015). Viestiketjussa ja sekä muutamassa käyttökokemuksessa kuvattiin muille hoitotavoille resistenttien sarjoittaisten päänsärkykohtausten hoitamista psilositybiinisienillä. Eräs käyttäjä kuvaili päiväkirjamaisessa raportissaan puolisonsa elämää lamaannuttavaa Hortonin neuralgiaa, sekä sen hoitoa psilositybiinisienillä. Hän totesi heidän olevan kyllästyneitä virallisten lääkehoitojen tehottomuuteen. Vallitseva näkemys sarjoittaista päänsärkyä käsittelevässä keskustelussa oli, että psilositybiinisienistä apua sairauteensa kokee saaneensa hyvin monet ihmiset, mutta institutionaalinen lääketiede on haluton kuuntelemaan potilaiden kokemuksia laittomien psilositybiinisienten käytöstä.

#### 4.3 Sosiaaliset vaikutukset

Sosiaalisista terveysvaikutuksista keskustelua käytiin analysoimassani aineistossa vähemmän kuin psyykkisistä tai fyysisistä. Merkittäviä sosiaaliseen elämään vaikuttavia tekijöitä kirjoituksissa koettiin kuitenkin olevan sienten laittomuus, joka aiheutti ahdistusta ja kiinnijäämisen pelkoa, sekä sienten käytön salailua läheisiltä ihmisiltä. Joskus kiinnijäämisen pelko aiheutti akuutteja ahdistus ja pelkotiloja itse käyttökokemuksen aikana.

Toisaalta usein psykedeelisen kokemuksen tueksi haluttiin joku läheinen ihminen, jota kutsuttiin muun muassa ”trippivahdiksi”. Useissa kokemuksissa kuvailtiin yhdessä muiden ihmisten kanssa tapahtuneita psilositybiinisienten käyttökokemuksia, joissa ihmissuhteen syventyi psykedeelisen kokemuksen aikana. Lisäksi joissakin yksin tapahtuneissa käyttökokemuksissa kuvailtiin sosiaalisten pelkojen vähenemistä ja itsensä hyväksymistä, sekä empatian ja avoimuuden lisääntymistä ja ihmissuhteiden parantumista.

Sosiaalinen terveys nähtiin suhteessa ympäröivän yhteiskunnan sairaalloisuuteen ja sen ymmärtämiseen, mutta myös psykedeelisen kokemuksen aiheuttamien persoonallisuuden muutosten vaikutuksena sosiaalisiin suhteisiin:

Olen ymmärtänyt sienten avustamana, että loppumattoman ahneen yhteiskuntamme henkiset ja fyysiset sairaudet johtuvat hyvin pitkälti siitä, että ylitsevuotavan runsauden ja näennäisen rikkauden keskellä unohdamme helposti, mitkä asiat todella ovat olennaisimpia hyvinvointimme kannalta.

Suhtaudun kohtaamiini ihmisiin lempeämmin- huomaan toki satunnaisen raadollisuuden edelleen, mutta ärsyyntymisen sijaan koen ennemminkin myötätuntoa.

-- pidänkin psilosybiinikokemuksiani eräänä tärkeistä tekijöistä, jotka ovat mahdollistaneet onnellisen ja pitkä(hkö)n parisuhteeni

#### 4.4 Spirituaaliset vaikutukset

Viimeisenä käsittelen omana kategorianaan henkisiä tai hengellisiä, eli spirituaalisia vaikutuksia. Eräs toistuva teema käyttökokemuksissa oli kokemus yliluonnollisesta voimasta, korkeamman tietoisuuden heräämisestä tai jumalhahmosta. Yleensä tämä liittyi psykedeelisen kokemuksen huippukohtaan, eli intensiivisimpään kokemuksen vaiheeseen:

-- leikkisyyden keskellä huomasin liikkuvani syvissä vesissä. Aloin ymmärtää matkan spiritualistista puolta -- alkoi tuntua siltä, että maailma on vähän kerrassaan heräämässä johonkin. -- Aloin tajuamaan kristinuskoa ja muita uskontoja, tai että ainakin lähes kaikkien uskontojen edustajat voivat herätä siihen samaan spiritualistiseen todellisuuteen ja kokemukseen, jota minä kävin läpi.

-- pääsin kurkistamaan tuonpuoleiseen ja tajusin miten täydellinen luonto on, mutta ihminen tuhoaa sen ylpeydessään.

Minä en tavallisesti usko mihinkään yliluonnolliseen tai vastaavaan mutta sienitripeillä tulee erittäin usein jotain äitimaa / henkiolento tyylisiä juttuja ja sellainen tunne että sienet ovat joitain maan ja ihmisten välisiä tietopankkeja.

Toinen spirituaalisuuteen terveyteen osoittava tekijä oli lukuisat viittaukset itse psilosybiinisieniin jonkinlaisena jumaluutena tai korkeampana voimana. Näiden kohtaamista pidettiin usein jonkinlaisena taitekohtana kokemuksessa, joka puolestaan saatettiin liittää terveydellisten vaikutusten osasyiksi, ainakin psyykkisistä terveydellisistä vaikutuksista ja yleisen elämänlaadun kokemuksesta puhuttaessa. Sienistä puhuessa käytettiin myös esimerkiksi ilmaisuja ”sienten hengetär/henki”, ”Sienetär” ja ”Teonanácatl” (kts. luku 3.3). Myös kokemuksia ”valaistumisesta” tai ”hengellisestä heräämisestä” raportoitiin useissa kirjoituksissa ja psilosybiinisienet nähtiin monissa yhteyksissä nimenomaan työkaluina henkisessä kasvussa.

## 5 YHTEENVETO

### 5.1 Tutkielman johtopäätökset

Tässä tutkielmassa käytetyn aineiston perusteella psilosybiinisienten käyttöön liitettyjen terveysvaikutusten kokemuksista voidaan ainakin todeta, että niitä pidettiin merkittävänä osana käytön perustelemista ja käytön positiivisia vaikutuksia. Tämän lisäksi näen terveysvaikutusten kokemiseen liittyen kaksi erottuvaa kategoriaa. Ensiksi, terveysvaikutuksia pyrittiin hakemaan jo olemassa oleviin, usein diagnosoituihin sairauksiin, joihin virallisten hoitomenetelmien ei koettu tehoavan tai tehoavan huonosti. Toiseksi, psilosybiinisienten käyttökokemuksen jälkikäsitellyssä arvioitiin yleiseen terveydentilaan liittyviä muutoksia ja vaikutuksia, kuten psyykkistä hyvinvointia, elämänlaatua ja koettua somaattista terveyttä.

Psilosybiini.info -sivuston merkitys psilosybiinisieniin kohdistuvassa tutkimuksessa onkin siellä käytävän keskustelun ja sieltä löytyvien käyttökokemusten lisäksi tiedonvälityksessä ja psilosybiinisieniä kokeilevien ihmisten ohjeistamisessa ja neuvomisessa. Suurimpia koettuja psilosybiinisienten käyttöön liittyviä riskejä olivat väärien, mahdollisesti myrkyllisten sienten kerääminen ja syöminen, jota pyrittiin ehkäisemään tunnistamalla keskustelijoiden lähettämiä kuvia psilosybiiniä sisältäviksi sieniksi arvelemistaan sienistä. Lisäksi ohjeistusta annettiin varsinaisen psykedeelisen kokemuksen kohtaamiseen, joka intensiivisyydessään saattaa aiheuttaa erinäisiä aiemmin kuvailtuja haittoja. Näitä haittoja keskustelupalstalla pyrittiin ehkäisemään vertaistukea ja –tietoa tarjoamalla, sekä joitain yleisiä ohjeita antamalla.

Muutamissa käyttökokemuksissa keskustelupalstan pikakeskustelun koettiin tarjonneen apua akuuttiin psyykkiseen ahdistukseen ja pelkotiloihin. Monet kokivat toisten käyttökokemuksista lukemisen auttaneen heitä käsittelemään omia vaikeita kokemuksiaan. Kokemuksia osattiin siis merkityksellistää ja sitoa arkitodellisuuteen paremmin keskustelun tarjoaman viitekehyksen avulla paremmin. Useissa kokemuksissa sivuston muodostama yhteisö koettiin merkittävänä osana psilosybiinisienten käyttöä. Siten voidaan sanoa tällä internetyhteisöllä olevan potentiaalia ehkäistä psilosybiinisienten käyttöön liittyviä terveydellisiä haittoja ja riskejä.



## 5.2 Tutkielman asemoituminen

Psilosybiinisienten käyttöön liitettiin myös hyvin moninaisia merkityksiä ja onkin perusteltua todeta, että niiden tarkastelussa ja tutkimisessa tulee huomioida niissä yhdistyvät monet eri puhe- ja käyttötavat. Ihmiset käyttävät niitä hyvin monissa eri tarkoituksissa eikä niiden kategorisointi ja luokittelu pelkästään huumausaineiksi kerro juurikaan niiden käytöstä. Tämän vuoksi on mielestäni perusteltua tarkastella niitä, kuten joitakin muitakin psykedeelejä, joiltakin osin irrallaan muusta huumausainetutkimuksesta, joka usein ei välttämättä edes huomioi psykedeelejä, saati psilosybiinisieniä omana ryhmänään. Toisaalta luvussa 3 esittämäni mallia huumausaineiden välineellisestä käytöstä on mahdollista hyödyntää psilosybiinisieniäkin käsittelevässä tutkimuksessa.

Psilosybiinisienten käyttöön liittyy ainakin luvussa 3 erittelemäni käyttötavat ja näiden yhdistelmät. Lisäksi niiden kulttuurihistoria ja yhteiskunnallinen asema ovat väistämättä sidoksissa niiden käyttöön. Siinä missä esimerkiksi THL:n *Huumetilanne Suomessa* –raportit käsittelevät huumausaineiden käyttöä yhteiskunnallisena ilmiönä, ei niissä huomioida kulttuurista puolta juurikaan. Tässä tutkielmassa olen pyrkinyt nostamaan esiin erilaisia psilosybiinisienten käyttöön liittyviä seikkoja, joiden huomioiminen niiden käytön haittojen vähentämiseksi on olennaista. Toisaalta myöskin psilosybiinisienten mahdolliset lääkinnälliset ja terapeuttiset vaikutukset tulisi ottaa huomioon sitä koskevan tieteellisen tutkimuksen ja tässäkin tutkielmassa käsiteltyjen anekdotaalisten raporttien lisääntyessä. Kuitenkaan esimerkiksi kulttuuriantropologisen huumausaineita koskevan tutkimusperinteen suora jatkumo ei tarjoa psilosybiinisienten Suomessa tapahtuvan käytön tutkimiselle täydellistä viitekehystä.

Huumausaineiksi luokiteltavien kasvien, sienien ja aineiden antropologisella tutkimuksella on pitkä historia. Antropologian alkuvaiheista lähtien tutkittavien ihmisryhmien suhde lääkintään ja päihdyttäviin aineisiin on kiinnostanut etnografioiden kirjoittajia. Se on kuitenkin alussa ollut lähinnä yksi osa näitä laajoja kuvauksia kokonaisista kulttuureista. Tämän jälkeen tutkimus on keskittynyt tiettyjen hallusinogeenien ja kulttuuristen perinteiden yhteyteen traditionaalisissa, ei-länsimaalaisissa kulttuureissa. (Ember & Ember 2004, 377.) Tässä tutkielmassa olen pyrkinyt tuomaan esiin psilosybiinisieniä länsimaaisessa yhteiskunnassa käyttävien ihmisten ääntä, sillä se on pitkälti sivuutettu huumausainetutkimuksessa (Móro ym 2011). Uskon että jatkossakin yksilöiden kokemuksesta lähtevä kulttuuriantropologinen tutkimus voi tarjota merkittävän lisän huumaavien kasvien, sienien ja aineiden tutkimukselle.

## LÄHDELUETTELO

Akers, Brian P.; Ruiz, Juan Fransisco; Piper, Alan & Ruck, Carl A. 2011. A Prehistoric Mural in Spain Depicting Neurotropic Psilocybe Mushrooms? *Economic Botany* 65(2), 121–128.

Atula, Sari 2014. *Sarjoittainen päänsärky*. Lääkärikirja Duodecim. Duodecim 3.2.2014. [www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p\\_artikkeli=dlk00431&p\\_haku=hortonin](http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00431&p_haku=hortonin). Haettu 5.4.2015.

Baumeister, David; Barnes, Georgina; Giaroli, Giovanni; Tracy, Derek. 2014. Classical hallucinogens as antidepressants? A review of pharmacodynamics and putative clinical roles. *Therapeutic Advances in Psychopharmacology*. Vol. 4 (4) 156–169.

Ember, Carol R. & Ember, Melvin. (toim.) 2004. Encyclopedia of Medical Anthropology. New York: Kluwer Academic/Plenum Publishers.

Griffiths, Roland R.; Richards, William A.; Richards, Brian D.; McCann, Una; Jesse, Robert 2011. Psilocybin can occasion mystical-type experiences having substantial and sustained personal meaning and spiritual significance. *Psychopharmacology*. Julkaistu online-versiossa 15.6.2011. Löytyy osoitteesta: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pub-med/21674151>. Haettu 17.2.2015

Guzmán, Gastón; Allen, John W.; Gartz, Jochen 1998. A Worldwide geographical distribution of the neurotropic fungi, an analysis and discussion. *Ann. mus. civ. Rovereto*. Vol. 14 (1998), 189–280.

Guzmán, Gastón 2008. Hallucinogenic mushrooms in Mexico: An overview. *Economic Botany*, 62(3), 404–412.

Guerra-Doce, Elisa 2015. Psychoactive Substances in Prehistoric Times: Examining the Archaeological Evidence. *Time and Mind: The Journal of Archeology, Consciousness and Culture*. 8:1, 91–112.

Hillebrand, J., Olszewski, D.; Sedefov, R. 2006. Hallucinogenic mushrooms: an emerging trend case study. *European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction (EMCDDA), Lisbon*.

Hine, Christine 2009. *How Can Qualitative Internet Researchers Define the Boundaries of Their Projects?* Teoksessa Markham, Annette N. & Baym, Nancy K. (eds.) 2009. *Internet inquiry: conversations about method*. Los Angeles: Sage. s.1–19.

Johnson, Matthew W.; Sewell, R.A.; Griffiths, R.R. 2011. Psilocybin dose-dependently causes delayed, transient headaches in healthy volunteers. *Drug and Alcohol Dependence* 123, 132–140.

Johnson, Matthew W.; Garcia-Romeu, Albert.; Cosimano, Mary P.; Griffiths, Roland, R. 2014. Pilot study of the 5-HT<sub>2A</sub>R agonist psilocybin in the treatment of tobacco addiction. *Journal of psychopharmacology*. Julkaistu online-versiona 11.9.2014. Löytyy osoitteesta: <http://jop.sagepub.com/content/early/2014/09/06/0269881114548296>. Haettu 5.11.2014.

Luhrmann, T.M. 2011. Hallucinations and sensory overrides. *Annual Review of Anthropology* 40, 71–85.

Móro, Levente; Simon, Katalin; Bárd, Imre; Rácz, József 2011. Voice of the Psychonauts: Coping, Life Purpose, and Spirituality in Psychedelic Drug Users. *Journal of Psychoactive Drugs* 43:3, 188–198.

Móro, L. & Noreika, V. 2011. Sacramental and spiritual use of hallucinogenic drugs. *Behavioral and Brain Sciences*, 34(06), 319-320.

Müller, Christian B. & Schumann, Gunter. Drugs as instruments: A new framework for non-addictive psychoactive drug use. *Behavioral and Brain Sciences*, 34(06), 293–347.

Salasuo, Mikko & Rantala, Kati 2002. *Huumeiden viihdekäyttö ajankuvana*. Teoksessa Kaukonen, Olavi & Hakkarainen, Pekka (toim.) *Huumeiden käyttäjä hyvinvointivaltiossa*. Helsinki: Gaudeamus, s. 38-67.

Samorini, Giorgio 1992. The oldest representations of hallucinogenic mushrooms in the world (Sahara Desert, 9000-7000 BP). *Integration* 2(3), 69–78.

Steinmetz, Kevin F. 2012. Message Received: Virtual Ethnography in Online Message Boards. *International Journal of Qualitative Methods*, 11(1)

THL 2015. *Koettu terveys*. Osoitteessa <https://www.thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveys/eriarvoisuus/terveys/koettu-terveys>. Haettu 19.3.2015.

Tylš, Filip; Páleníček, Tomáš; Horáček, Jiří 2014. Psilocybin – summary of knowledge and new perspectives. *European Neuropsychopharmacology*. Vol. 24, Issue 3, 342–356. Löytyy osoitteesta: <http://dx.doi.org/10.1016/j.euroneuro.2013.12.006>. Haettu 5.11.2014.

United Nations 1971. *Convention on psychotropic substances 1971*. Löytyy osoitteesta: [http://www.unodc.org/pdf/convention\\_1971\\_en.pdf](http://www.unodc.org/pdf/convention_1971_en.pdf). Haettu 17.3.2015.

Varjonen, Vili 2015. Huumetilanne Suomessa 2014. THL – Raportti: 2015\_001. Löytyy osoitteesta: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-302-414-4>. Haettu 19.3.2015.

Wark, Colin & Galliher, John F. 2010. Timothy Leary, Richard Alpert (Ram Dass) and the changing definition of psilocybin. *International Journal of Drug Policy* 21, 234–239.

Wasson, R. G. 1957. Seeking the magic mushroom. *Life* 49, no. 19 (May 13): 100–102, 109–120

WHO 1946. Preamble to the Constitution of the World Health Organization as adopted by the International Health Conference, New York, 19-22 June, 1946; signed on 22 July 1946 by the representatives of 61 States (Official Records of the World Health Organization, no. 2, p. 100) and entered into force on 7 April 1948. Löytyy osoitteesta <http://www.who.int/about/definition/en/print.html>. Haettu 23.3.2015.

Winkelman, Michael 2009. *Culture and health: Applying medical anthropology*. San Francisco: John Wiley and Sons.

## LIITTEET

Liite 1. Psilosybiini.info -keskustelupalstan julkisten osioiden viesti- ja aiheäärät  
(23.2.2015)

