

DILUTUS

KUOPION FARMASIAN OPISKELIJOIDEN JULKAISU

NUMERO 4/2013



VUOSIJUHLAT ● RISTEILY ● KOULUTUKSIA ● UBDC ● FUKSIEN TOIMIKUNTA ● JA PALJON MUUTA

DEVISOL

Luotettava
D-vitamiinin
lähde ympäri
vuoden

7,5
mikrog

10
mikrog

mansikan
makuinen
10 mikrog

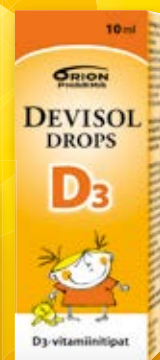
20
mikrog

50
mikrog

100
mikrog

sokeriton ja
aromiaineeton
10 mikrog

D₃-tipat



UUSI
VAHVUUS!

devisol.fi



Orion on
suomalainen
avainlippuyritys.

ORION
PHARMA

Hyvinvointia rakentamassa

TÄSSÄ LEHDESSÄ

VIOSIJUHLAVIIKKO



14



LAITOKSEN SYMPOSIUM

16



22

UBDC



34

Farmasian opiskelijoiden työpaikat
FARMAVERKKO www.farmaverkko.fi

FARMASIAA JA KOULUTUKSIA

- 05 PÄÄKIRJOITUS
- 06 FORTIKSEN NUIJAN VARRESSA
- 07 FLOP: KOLMESSA VUODESSA OPITTUA
- 08 ACTAVIKSEN IHOTAUTIKOULUTUS
- 09 ASPIRIN-ILTA

ESITTELYT JA TIEDOTTEET

- 10 FUKSIEN TOIMIKUNTA
- 12 NIMITYKSIÄ
- 13 APTEEKKARILIITON TIEDOTE

TAPAHTUMAT JA KULTTUURI

- 14 FORTIKSEN VIOSIJUHLAVIIKKO
- 18 LAITOKSEN JUHLASYMPOSIUM
- 19 AHTISAARI-PÄIVÄ
- 20 MYYJIÄ MÄ METSÄSTÄN
- 21 MIELIPITEET
- 21 YLIOPIILASKUNNAN EDUSTAJISTO
- 22 SFAO-RISTEILY
- 23 MUKIT HUKASSA
- 24 FA-GOTS: RITSEILYHOMMAT
- 26 FORTIKSEN PIKKUJOULOT
- 27 FROM MARCOS WITH LOVE
- 28 VITABALANS-EXCU
- 29 HUNTERIN PIKKUJOULOT
- 30 PARITANSSIKOULUTUS
- 31 MAGNESIUM
- 33 MARKO-SEDÄN PÄHKINÄSEKOITUS
- 34 FA-GOTS: UBDC

JULKAISIJAT

Farmasian opiskelijayhdistys Fortis ry.

Fortis ry / DILUTUS

PL 1627
70211 KUOPIO

Puh. 050-5817671 (Pulliainen)
dilutus-list@lists.uef.fi
fortis.fi/dilutus

PÄÄTOIMITTAJA

Outi Pulliainen
outip@student.uef.fi

TOIMITTAJAT

Tiia Tammi
tmtammi@student.uef.fi

GRAFIikka JA TAITTO

Okko Alitalo
okkoa@student.uef.fi

ILMOITUKSET

Arsi Janhonen
amjanhon@student.uef.fi

ILMESTYMINEN JA HINTA

Neljästi vuodessa,
4 numeroa / 30€

TILAUKSET

Outi Pulliainen
outip@student.uef.fi

Särkyyn ja kuumeeseen

PARAMAX[®]

FORTE 1000 mg



LÄHILÄÄKE
valmistettu Suomessa

Hei, nimeni on Max, Paramax Forte!

Olen edullinen, kotimainen ja laktoositon parasetamolia sisältävä kipu- ja särkylääke.

Olen lähilääke, koska minut on valmistettu Hämeenlinnassa ja minut tekevät suomalaiset työntekijät.

Tue suomalaista työtä ja tuotantoa, valitse siis Max, Paramax Forte!

Pakkauskoot: 5 ja 15 tabl.

Särkyyn ja kuumeeseen. Vaikuttava aine parasetamoli. Tilapäiseen kipuun ja kuumeeseen aikuisille ja yli 12-vuotiaille lapsille ja nuorille. Jatkuvaan käyttöön vain lääkärin ohjeen mukaan. Tutustu pakkauksen käyttöohjeeseen. Apteekista.

Suomalaista lääkealan osaamista 30 vuoden kokemuksella

Vitabalans oy

www.vitabalans.com

Vähiin käy, ennen kuin loppuu

Marraskuun alussa Fortis piti jälleen sääntömääräisen syyskokouksensa. Sen yhteydessä myös Dilutukselle valittiin uusi toimituskunta. Vaikka syksyn kuluessa useampikin uusi kasvo ilmaisi halukkuutensa lehden toimittamista kohtaan, loppujen lopuksi ehdolle asettui vain kaksi. Olen erittäin iloinen saadessani ilmoittaa, että **Kaisa Kyttä** istuu vuoden vaihteessa päätoimittajan tuoliin ja Dilleen jo kauan kirjoittanut **Marko Lamminsalo** saa viimeinkin painattaa nimensä kultaisin kirj... eh, siis saa viimeinkin nimensä apinalaatikkoon. Tervetuloa uusvanhoille toimituskuntalaisille! Ja tervetuloa myös **Okko**, joka jatkaa taittajana sekä **Outi** (eli minä), joka hoitelen jatkossa päättömän toimittajan virkaa.

Vuoden viimeinen Dilutus ilmestyy ennätysmyöhään. Joko opiskelu tai sitten opiskeluelämä on ilmeisesti syönyt näin (luku)vuoden lopussa ihmisten aikaa tai energiaa, mene ja tiedä. Oli syy mikä tahansa, Dilutus ei saanut deadlineen mennessä yhtään tekstiä, ei luvattuja eikä mustia hevosia. Teemme tätä lehteä todella mielellämme ja tykkäämme totta kai itsekin kirjoittaa, mutta kuten jo vuosijuhlissa sanoin – Dilutusta ei ole ilman teitä! Tarvitsemme ja toivomme tekstejä ihan kaikilta; aiheeseen, pituuteen, kielioppiin tai muihin seikkoihin katsomatta. Fortis on Itä-Suomen yliopistossa ja jopa maanlaajuisesti ainutlaatuinen ainejärjestö siinä suhteessa, että meillä on hyvä ja säännöllisesti ilmestyvä lehti. Ollaan ylpeitä siitä! Olen kuullut syksyn aikana todella monta hyvää ideaa, jotka ovat alkaneet suunnilleen näin: "Olen ajatellut, että voisi kirjoittaa jotain aiheesta..." Toteutetaan ne ideat!

Nyt, kun suurin osa on lopettanut lukemisen fanaattisen paasauksen puolivälissä, voin turvallisesti siirtyä tekemään paljastuksia 2000-luvun upeimpien vuosijuhlien jatkoilta. Tai siis voisin, jos olisin huomannut jotain. Totuuden nimissä suurin osa ajasta kului paljussa, saunassa tai tanssilattialla, enkä ehtinyt nähdä mitään kohahduttavaa. Juhlat olivat kuitenkin niin upeat, että kun Fortis viettää viisikymppisiä, toimikunnalla on tekemistä, että saavat paremmat bileet aikaiseksi!

Olen itse ollut mukana Fortiksen touhuissa jo kuuden vuoden ajan. En tiedä, mikä oli ainejärjestön tilanne ennen minun aikaani, mutta tämän kuuden vuoden aikana Fortiksen toiminta on kehittynyt hurjasti, enkä tarkoita nyt ainoastaan vuosijuhlia. Kaikki kehitys ei välttämättä näy jäsenistölle asti, mutta se on silti osa sitä elintärkeää tukirankaa, joka pitää ainejärjestömme toimivana. Kokouskäytäntöjen uudistaminen tai tapahtumaraporttien kirjoittaminen saattaa kuulostaa tylsältä, mutta niiden avulla varmistetaan, että tieto siirtyy aina opiskelijasukupolvelta seuraavalle ja vanhojen virheiden toistamisen sijasta voidaan käyttää enemmän aikaa opiskelijoiden edun valvontaan. Sitä varten Fortis on olemassa.

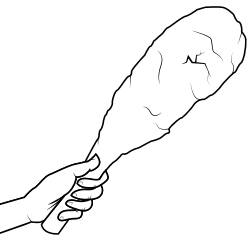
Emme kerro tässä lehdessä kokouskäytännöistä eikä meillä ole toimintaohjetta tapahtumaraportin kirjoittamiseen. Sen sijaan keskitymme muistelemaan Fortiksen vuosijuhlia sekä pistäydymme myös eteläisten kollegoidemme kanssa laivalla. Ehkäpä tarjoilemme jotain asiapitoistakin pureskeltavaa.

Näillä eväillä siirrymme Jouluuun ja ensi vuonna palaamme uudestaan ääneen.

Iloista vuodenvaihdetta kaikille!



OUTI PULLIAINEN
PÄÄTOIMITTAJA



Fortiksen Nuijan Varressa: Fortiksen oma lehmä ojassa?

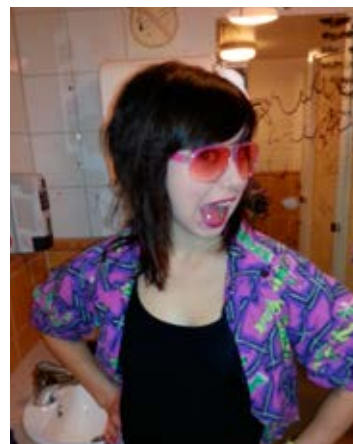
On kulunut reilut neljä vuotta siitä, kun minut valittiin Fortiksen hallitukseen. Siitä alkoi aikakausi, jonka aikana opin itsestäni ja muista enemmän kuin koskaan. Tunsin olevani tärkeä ja minulla oli hauskaa, vaikka välillä hommia tuli haalittua itselleni ehkä liikaakin. Kasvoin neljän kauden aikana huimasti ihmisenä. Opin, että kiroilu ja riehuminen eivät välttämättä nopeuta asioiden etenemistä, eikä tiikerinaarasmainen huolenpitokaan auta aina asioiden hoitumisessa...

Eläköitymisen kynnyksellä pohdin, minkälainen ihminen hakeutuu ainejärjestötoimintaan mukaan? Voisi kuvitella, että sellaiset, jotka ovat huolellisia, ahkeria, tunnollisia, itsevarmoja, sosiaalisia, kilttejä, rohkeita, auttamishaluisia.. listaa voisi jatkaa loputtomiin, mutta kukaan yksin ei ole tuollainen superihminen, jolla olisivat kaikki listatut ominaisuudet. Toinen on hiljainen ja ujo, mutta ahkera tekijä. Toinen on temperamenttinen ja sosiaalinen, mutta hieman asioita unohteleva. Eri laisten ihmisten erilaiset ominaisuudet yhdessä tekevät tiimistä supervahvan. Kaikkia meitä tarvitaan. Jokainen on yhtä tärkeä osa tiimiä ja toimivaa hallitusta. Ja edelleen osa ainejärjestöä.

Tällä hetkellä maailma ja oma alamme kehittyvät hurjaa vauhtia. Lääketeollista ja farmaseuttista tutkimusta tehdään jatkuvasti. Lääkealan lainsäädäntökin on kokenut viime aikoina muutoksia. Ja tulevaisuudessa on varmasti lisää tulossa.

Myös ainejärjestötoiminnan kehittämistä ei voi koskaan tapahtua liikaa. Esimerkiksi lisääntyneen kahvin juonin seurauksena myös maidon kulutus on lähtenyt toimistolla kasvuun. Tästä syystä kuulin toimistolla isännän ehdottavan oman lehmän hankintaa. Siinäpä tuleville sukupolville pohdittavaa. Lehmän voisi sijoittaa esimerkiksi koe-eläinkeskuksen yhteyteen. Ja nuijanvarret voi jatkossa otsikoida paremmin.

Pitäkää lippu korkealla! Minä lähden, en Pohjois-Karjalaan, vaan riviopiskelijaksi.



ANNA KAISA TOLVANEN
PUHEENJOHTAJA
FORTIS RY

Kolmessa vuodessa opittua

Rakkaat toverit, kohta se loppuu. FO-Kuopio loppui jo keväällä, ja vuodenvaihteessa päättyy elämässäni toinenkin kausi, kun FLOpin uusi hallitus jatkaa toimintaansa ilman minua.

Kolme hallitusvuotta Farmasialiiton toiminnassa on sinänsä lyhyt aika, mutta se pitää sisällään melkein koko opiskeluaikani. Pari vuotta ATK-vastaavana ja vuosi puheenjohtajana ovat tuoneet opiskeluarkeen tervetullutta vaihtelua, säästäneet tylsyyden hetkiltä ja joskus myös tenttiin lukemiselta. Koukusta irti päästäminen on vaikeaa.

Opiskelijatoimijana liitossa olen saanut olla järjestämässä opiskelijatovereille kivaa vapaa-ajan toimintaa sekä oppinut tuntemaan edunvalvontaa ja järjestöjen ja organisaatioiden toimintaa. Uutta on ollut myös päästä vaikuttamaan ja päättämään monista asioista liittovaltuustossa ja opiskelijavaliokunnassa. Työmarkkinoiden toimintaakin ymmärrän ihan eri tavalla kuin ennen ammattiliiton kelkkaan hyppäämistä.

Vaikka olen farmasialla alunperin siksi, että halusin töihin luonnontieteelliselle alalle, on tätä kautta avautunut ihan uusia maailmoja ja kiinnostus yhteiskunnalliseen vaikuttamiseen on herännyt. Olen oppinut, ettei farmasian ammattilaisten tunnettuutta lisää mikään muu kuin me itse. Järjestötasolla meitä promotaan jo menestyksekkäästi. Yksi hyvä esimerkki on farmasistien tuominen THL:n potilasturvallisuutta taidolla -työryhmään. Alunperin farmasisteja ei oltu kutsuttu mukaan, mutta Farmasialiitto ja Apteekkariliitto menivät itse väliin, ja nyt siellä edistetään myös lääkitysturvallisuutta.

Hyviä esimerkkejä farmasistien sopeutuvuudesta ja monipuolisuudesta tulee jatkuvasti: kliininen farmasia kasvaa, kuntafarmaseutteja on jo muutamia, lääkehoitojen tarkistusta tehdään projektiluontoisesti ja sitä rataa. Lisäksi töitä tehdään koko ajan enemmän myös muuten kuin kasvotusten: nykyiset ja vielä tuntemattomat puhelin- ja verkkopalvelut keräävät työntekijöitä. Kiinnostus yrittäjyyttä kohtaan kasvaa ja erilaisia tutkintoja yhdistetään saumattomaksi laaja-alaiseksi asiantuntijuudeksi. Minusta tämä on loistava suuntaus, ja meidän pitääkin muuttua ja muokata ammattikuvaamme maailman mukana. Meidän on pakko viimeistään, jos ja kun alamme sääntely vähenee.

Loppuun sananen epämukavuudesta: se on paras opettaja. Haastaminen kehittää ja helppous laiskistaa. Virheet kannattaisi kääntää voitoksi häpeämisen sijaan. Tiedän että tiedätte tämän, siis toimikaa. Minäkin yritän.



JOHANNA YLI-ÖYRÄ
PUHEENJOHTAJA
SUOMEN FARMASIALIITON
OPISKELIJAT FLOP RY

Actaviksen ihotautikoulutus 27.11.2013

Actavis ei pettänyt meitä tänäkään vuonna, vaan järjesti oikein mahtavan ja kuvapitoisen koulutuksen ihon erilaisista kasvaimista. Luento pitämässä oli ihotautien ja allergologian erikoislääkäri Sari Hulkko-Tarvainen. Hänestä tulisikin monen luennoitsijan ottaa mallia, sillä hän todella osaa vangita yleisönsä huomion omalla persoonallaan.

Luento aloitettiin luomista. Luomet ovat ihon luonnollisia kasvaimia ja niitä on meillä jokaisella. Noin 40 ikävuoteen mennessä niiden määrä on kasvanut maksimiin, minkä jälkeen niiden määrä alkaa vähentyä ja tilalle tulee ns. vanhuuden luomet eli rasvaluomet. Vanhetessa luomet ovat alttiimpia muuttumaan pahanlaatuisiksi. Vanhuuden luomet sotketaan joskus melanoomaan. Ne voidaan erotella siten, että vanhuuden luomi kohoa ihosta, mutta melanooma on ihonmyötäinen.

Monelle on apteekista tuttu tilanne, kun asiakas kysyy: "Onko tämä syöpää?" ja näyttää samalla käsivarttaan. Mutta mistä sitten tunnistan ihosyövän? Luennoitsija kehottaa jättämään diagnosoimisen suosiolla ihotautilääkäreille, sillä heidänkin on usein vaikea sanoa ilman ottamatta koepaloja onko kyseessä hyvä- vai pahanlaatuinen kasvain. Nyrkkisääntönä voidaan kuitenkin pitää VARO-sääntöä eli tarkkaile:

V – Väri epätasainen

A – Alue halkaisija on yli 6mm

R – Reuna epäsäännöllinen

O – Osat epäsäännölliset

Ihokasvaimia on joka lähtöön. On melanoomaa, okasolusyöpää ja basaliomaa eli tyvisolusyöpää. Ihosyöville on omat tunnusmerkkinsä, kuten melanoomalla mustan, punaisen ja ruskean sävyt. Tavalliset pigmenttiluomet ovat lähes poikkeuksetta symmetrisiä, mutta ihosyöpä ei. Kasvaimet voivat levitä hallitsemattomasti suurille alueille, mikäli niihin ei ajoissa puututa. Osa syöivistä kohoa ihosta ja osa taas ei. Osa kasvaa nopeasti kuukausien kuluessa ja toiset vuosien kuluessa. Luomia kannattaa siis tarkkailla. Koko kehon luomet ovatkin kaikki samaa jengii, joten muusta jengistä erottuvia luomia kannattaa tarkkailla. Luennoitsija antoi kaikille kotiläksyksi katsoa illalla kotona kaikki kehon luomet läpi ja tarkkailla niitä vähintään vuosittain. Ryhmätyömahdollisuutta ei suljettu pois ;) Joskus tavallisista sairauksilta tai vaivoilta näyttävät ihosairaudetkin voivatkin olla ihokasvaimia. Esimerkiksi aurinkokeratoosi voi näyttää psoriasikselta ja basalioma tavalliselta ihottumalta. Helppona erotusdiagnoosina voidaan todeta, että kasvaimet eivät yleensä kutise eivätkä parane perusvoiteilla tai kortisonilla.

Lähteet:

Seinäjoen keskussairaala: PDT (fotodynaaminen hoito; valohoito). Haettu Internetistä 16.12.2013 Saatavilla http://www.epshp.org/kotisivut/korvat/uusi_sivu_18.htm

Miten ihokasvaimia hoidetaan? Kasvaimet eivät poistu itsestään, vaan yleisemmin ne leikataan pois kirurgisesti. Joskus hyvin pahanlaatuisissa tapauksissa kasvainta ympäröivää ihoa joudutaan poistamaan 5 cm marginaalin verran. Myös paikallishoitoon käytettäviä lääkkeitä on olemassa, kuten esimerkiksi imikimodi, diklofenaakkinatrium 3-% geeli ja ingenolimebutaatti. Sairaaloissa ja klinikoilla käytetään myös nestetyyppijäädystystä ja PDT- eli Photodynamic therapy -menetelmää, joka soveltuu aurinkokeratoosin ja basalioman hoitoon. Hoito perustuu voiteessa olevan lääkeaineen ja valon yhteisvaikutukseen. Fotodynaamisessa hoidossa kasvainalueelle levitetään voidetta, jonka vaikuttava aine on metyyliaminolevulinaatti. Syöpäsolut ottavat vastaan voiteessa olevan aineen, joka solujen sisässä muuttuu valoherkäksi protoporfyrini IX:ksi. Kun kasvainalue noin kolmen tunnin kuluttua valaistetaan punaisella valolla, tapahtuu fotokemiallinen reaktio ja syöpäsolut tuhoutuvat.

Miten sitten voin välttyä ihosyövältä? Tähän kysymyksen tietävät kaikki kolmen V:n vastauksen:

V – vaatteet

V – varjo

V – (aurinko)voide

Varsinkin valoalueet eli alueet, jotka jäävät auringolta suojaamatta (kasvot, niska, kaula, kädet) ovat alttiimpia alueita ihokasvaimen kehittymiselle. Myös syntymämerkit eli verisuoniluomet ovat alttiita malignisoitumaan. Joskus kuitenkin kasvain saattaa yllättää, vaikka olisit kuinka suojellut ihoasi kesät ja talvet. Melanoomakin on siitä häijy, että se kehittyy vain 20–30 % tapauksissa luomeen. Yleensä se ilmaantuu täysin terveeseen ja luomettomaan kohtaan. Myös jotkin lääkkeet, kuten immunosuppressantit, altistavat ihokasvaimille. Melkein poikkeuksetta immunosuppressanteja käyttävät saavat ihomuutoksia 5–10 vuoden kuluttua lääkityksen aloittamisesta. Tämä kannattaakin mainita hienovaraisesti asiakkaalle apteekissa, kun toimitat immunopuolustukseen vaikuttavia lääkkeitä. Luomia kannattaakin tarkkailla, sillä mitä aikaisemmin ihomuutokset havaitaan, sitä helpompi ne on hoitaa.

Koulutuksen sanoma tiivistettynä: *KOOLLA ON VÄLIÄ* – ainakin kun puhutaan luomista.

RIINA RYTKÖNEN
YRITYSYHTEISTYÖVASTAAVA
FORTIS RY

Aspirin-ilta 12.11.2013

Elettiin vuotta 1897, kun asetyylisalisyylihapo eristettiin. Vuonna 1899 sitä myytiin jo ympäri maailmaa ja vielä reilun sadan vuodenkin jälkeen vuonna 2013 se on yhä myynnissä. Kansan keskuudessa se juurtuneesti kulkee Bayerin nimellä Aspirin.

Tilaisuus avattiin vartti akateemisen vartin jälkeen lyhyellä Bayerin esittelyllä. Monikansallinen yritys työllistää Suomessa lähinnä Turussa (635 työpaikkaa) ja Espoossa (102 työpaikkaa). Epäsuorasti osansa saavat myös apteekit, sillä suurien mainoskampanjoiden kautta luodaan kysyntää apteekkeihin. Lääkkeiden lisäksi Bayer tekee kasvilannoitteita (CropScience) sekä erilaisia materiaaleja (MaterialScience). Heillä on käytössä ISO 14 001 -ympäristösertifikaatti.

Aspirin-asiantuntijana toimi proviisori Anne Kanerva. Syksy kaikkine flunssineen, influenssoineen, päänsärkyineen ja kiputiloineen on erityisen otollista aikaa tulehduskipulääkkeille kuten Aspirinille, jota löytyy myös juotavassa muodossa esimerkiksi Finrexinistä. Kemiallisen rakenteensa (kuva 1) ansiosta Aspirin hydrolysoituu nopeasti johtaen hyvin lyhyeen puoliintumisaikaan (15-20 min), jolloin vaikutus saadaan nopeasti. Lyhytaikaisessa käytössä Aspirinin haittavaikutukset ovat lieviä luonteeltaan ja harvinaisia. Aspirinia ei kuitenkaan suositella alle 16-vuotiaille, sillä se voi aiheuttaa Reyen syndroomaa.

TEKSTI MARKO LAMMINSALO

Lähteet:

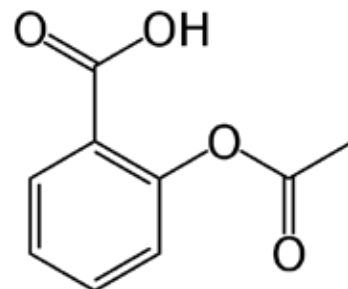
Aspirin-luento.

en.wikipedia.org/wiki/Aspirin, haettu 12.12.2013.

Tiesitkö?

Aspirinin nimen

- "A" tulee vaikuttavasta aineesta asetyylisalisyylihapposta.
- "spir" tulee mesiangervon eli niittymesiangervon (Filipendula ulmaria, kuva 2) vanhasta latinankielisestä nimestä Spiraea ulmaria. Mesiangervo sisältää luonnostaan salisyylihappoa.
- "in" on vain yleinen loppupääte.



Kuva 1. Asetyyilisalisyylihapon rakenne, yksinkertainen ja helposti hydrolysoituvu.



Kuva 2. Mesiangervo. Kasvi, jota vanhempasi ovat joskus kasvionsa keränneet.



Fuksien toimikunta esittäytyy



PIA NOUSIAINEN

Pia Nousiainen, blondi Fa1-diktaattoriemäntä Siilinjärven pienestä pitäjästä.

Emäntänä pidän ohjat käsissäni, tai ainakin yritän. Potkin ihmisiä ja yritän luoda motivaatiota rakkaisiin alaisiini.

Diktaattorina olemisen lomassa leikin urheilijaa aina kamppailulajeista pitkänmatkanurheiluun ja tanssiin. Niin, olen myös tuleva Fortiksen tapahtumavastaava.

Luovalla hulluudella eteenpäin!



LAURA JUHOLA

Moikka! Olen Laura Juhola ja olen vuosikurssimme proviisoriemäntä. Auttelen siis farmaseuttiemäntää sekä muuta toimikuntaa. Maailmalle olen lähtenyt Turun lähetyviltä Loimaalta ja on tässä välissä tullut Turussakin vietettyä vuosi jos toinenkin. Vapaa-aika kuluu lähinnä kaikenlaisen sporttailun merkeissä ja matkailu ympäri maailmaa on myös ihan parasta! :)



ANTON JAAKKOLA

Farmaseutti-isäntä. Seinäjoelta Kuopioon ajautunut "opiskelija". Toimikunnassa tehtäviin kuuluu proviisori-isännän kanssa eriväristen juomien valmistus, jotka saattavat sisältää alkoholia. Lisäksi muiden toimikuntalaisten auttaminen ja yhteisiin projekteihin (bileisiin) osallistuminen. Harrastuksiin kuuluu urheilua ja bilettämistä, joista molemmista suoriudun vaihtelevalla menestyksellä.



VIRPI EEROLA

Olen Virpi, toinen toimikuntamme monistevastaavista. Toimin siis eräänlaisena välikätenä kurssinvetäjien, Kopijyvän ja vuosikurssin välillä, milloin monistetilauksen tarvetta ilmenee. Harrastukseni ovat tällä hetkellä varsin sekalaisia, mutta ainakin pidän lukemisesta, pelailusta ja liikunnasta. Kuopiossa parasta on vihreys ja rauhallisuus. Kotoisin olen Kangasalta.



KATI LUMILA

Heips, olen Kati Lumila ja toimin nyt ekan vuosikurssin toisena monistevastaavana. Luentomateriaalia koskeva tiedotus ja jakelu kuuluvat esimerkiksi hommiini bileiden järkkäystä unohtamatta! Oulusta päädyin tänne suoraan Karjasillan lukiosta. Tykkään vapaa-ajalla käydä salilla ja ratsastamassa, mutta tasapainoksi liian rauhalliselle elämälle juon myös joskus lasin (tai viisi) valkoviiniä.



SAMPSA PÖYHÖNEN

Olen koko vuosikurssin tärkein elin, eli monitoimimies. Työnkuvaani kuuluu huulieni rasvaamisen ohella kaikki mitä muut toimikuntalaiset eivät viitsi tehdä, tai näin ainakin periaatteessa. Todellisuudessa olen vain toimikunnan jäsen, jolla ei ole mitään muuta tekemistä kuin autella bileiden järkkäilyssä, ja niistäkin hommista on tullut pääosin vältyttyä. Kotoisin olen Lahdesta, vaikka rakkaan lapsuuden kärsinkin Helsingissä.



ELINA SOISALO

Moro! Olen Elina Soisalo aka. Soikkis, vuosikurssimme tiedottaja. Tehtävänäni on spämmätä opiskelijoita facebookin, intran ja sähköpostin välityksellä päivän polttavista aiheista. Pyrin siis pysymään ajan tasalla ja pitämään muutkin kiinni tiedon syrjässä, toisinaan vaihtelevalla menestyksellä. Harrastuksiini kuuluu musiikki, valokuvaus ja kirjoittaminen. Kotipaikkani on Etelä-Savon ja Päijät-Hämeen rajalla Pertunmaalla ja ennen Kuopioon rantautumista asuin lukiovuodet Mikkelissä.



MAIJU LEPPÄNEN

Olen Maiju Leppänen, 22-vuotias ja yleensä paljasjalkainen tamperelainen. Toimikunnassa hääriän kirjavastaavana eli yritän saada kaikille oikeat kurssikirjat oikeaan aikaan! Opiskelusta ylijäävä aika minulla kuluu yleensä töissä puurtaessa tai 2-vuotiaan labradorinnoutajani Vikin kanssa harrastaessa.



EETU RAATIKAINEN

Olen Eetu Raatikainen, -94 syntynyt juniori ja vuosikurssimme proviisori-isäntä. Asun Siilinjärven Toivalassa, kaukaisessa metsässä varttikilsan päässä Kuopiosta. Tavoitteena muutto jonnekin päin Kuopiota ennen valmistumista. Toimin vuosikurssini toimikunnan ylijumalana, mestarina, hallitsijana ja kuninkaana. Tehtävänäni on keittää viiniä yhdessä farmaseutti-isännän kanssa, kaikki oikeat tehtävät kuuluvat muille jäsenille. Harrastan keilausta, ja soitan pianoa/koskettimia bändissä (nimeltään Classified, ottakaa yhteyttä jos kaipaatte tasokasta bilebändiä juhliinnee!). Tykkään myös lukea kirjoja ja lehtiä, Me Naisia kuitenkin vain äärimmäisessä hätätapauksessa. En ole vakiotilaaaja.



JAAKKO LEHTINEN

Hei! Olen 21v farmaseuttiopiskelija Kuopiosta. Toimin toimikunnassa rahastonhoitajana. Kirjoitin Kuopion Lyseosta keväällä 2012, jonka jälkeen tein yhden vuoden muailman paras-ta ilmatilanne kuvvoo Rissalassa.

Nimityksiä



Itä-Suomen Yliopiston Ylioppilaskunnan ISYYn edustajistovaaleissa Fortiksen lista sai 272 ääntä. 8 ehdokkaasta edaattoreiksi valikoitui 5 fortislaista: Laura Juhola, Marko Lamminsalo, Väinö Vähämäki, Johanna Yli-Öyrä ja Mari Puurula.

Fortiksen syyskokouksessa 6.11.2013 valittiin ainejärjetömme hallitus sekä Dilutuksen toimituskunta vuodelle 2014.

Fortiksen hallituksen puheenjohtajaksi valittiin Eeva Hippi.

Muut hallituslaiset:

Okko Alitalo	Eeva-Leena Kotiranta
Meriminttu Hollming	Jere Leskinen
Silja Jokinen	Jarmo Maaranen
Taneli Kamunen	Niina Marjoniemi
Lotta Kosonen	Pia Nousiainen

Dilutuksen päätoimittajaksi valittiin Kaisa Kyttä.

Muut toimituskuntalaiset:

Okko Alitalo	Outi Pulliainen
Marko Lamminsalo	



Suomen Farmasialiiton opiskelijat FLOP ry:n syyskokouksessa 14.11.2013 valittiin hallitus vuodelle 2014. Puheenjohtajana on Anni Warttinen Helsingistä.

Muut hallituksen jäsenet ovat:

Arto Heinonen (Helsinki)	Teea Sarvela (Helsinki)
Laura Juhola (Kuopio)	Mikaela Söderström (Turku)
Pilvi Myllymäki (Helsinki)	Alpo Turunen (Kuopio)
Mari Puurula (Kuopio)	Maarit Vornanen (Kuopio)



Suomen Farmasian opiskelijajärjestöt SFaO ry:n syyskokouksessa 17.11.2013 Farmasian päivillä valittiin vuoden 2014 hallitus.

Puheenjohtajaksi valittiin Elina Niemeläinen.

Hallituksen muut jäsenet:

Heidi Jäntti	Laura Saarelainen
Matti Karhu	Suvi Sivula
Jarno Kotajärvi	Hanna Viisainen
Saara Ruokonen	Krista Väänänen



Fortiksen ulkomaanapurahojen myöntämisestä päätettiin Fortiksen hallituksen kokouksessa 6.11.2013. Apurahat päätettiin myöntää seuraaville hakijoille:

Jarno Kotajärvi	Riikka Virtasalo
Minna Häkkinen	Henna Hiltunen
Maria Sissonen	

Onnittelut uusille edaattoreille, hallituslaisille, toimituskuntalaisille sekä apurahan saaneille!

Reseptilääkkeiden hinnat muuttuvat vuodenvaihteessa

Yli 41 euroa maksavat reseptilääkkeet halpenevat ja sitä halvemmat kallistuvat. Kaikkein kalleimmat lääkkeet halpenevat jopa satoja euroja. Suurin hinnan nousu on 1,40 euroa.

Hinnanmuutokset johtuvat vuoden alussa voimaan tulevasta lääketaksan muutoksesta, josta valtioneuvosto päätti lokakuussa. Lääketaksa on hinnoittelukaava, jonka mukaisesti lääkkeen vähittäishinta apteekissa määräytyy lääkkeen tukkuhinnan perusteella.

Apteekeista ilman reseptiä myytävien itsehoitolääkkeiden hinnoitteluun ei tule muutoksia, sillä muutos koskee vain reseptilääkkeitä. Itsehoitolääkkeiden hinnat säilyvät vuodenvaihteessa ennallaan ellei lääkeyritys muuta lääkkeensä tukkuhintaa.

Lääkkeet ovat jatkossakin samanhintaisia kaikissa apteekeissa, sillä apteekkien on noudatettava lääketaksaa lääkkeitä hinnoitellessaan. Myös lääkkeiden arvonlisäverokanta (10 %) säilyy vuodenvaihteessa ennallaan.

Uudistus muuttaa potilaiden ja Kelan välistä maksuosuutta korvattavissa reseptilääkkeissä. Muutosta on tarkoitus tasata alentamalla lääkekustannusten vuosittainen omavastuukatto eli ns. lääkekatto 670 eurosta 610 euroon. Lääketaksan uudistus ja lääkekaton alentaminen hyödyttävät potilaita, jotka joutuvat käyttämään kalliita lääkkeitä tai joiden vuosittaiset lääkeomavastuut ylittävän lääkekaton.

Lääketaksan uudistuksella turvataan myös lääkkeiden maankattavaa saatavuutta. Tavoitteena on, että apteekin myyntipalkkio reseptilääkkeen toimittamisesta perustuu nykyistä enemmän apteekin asiantuntijatyöhön ja lääkeneuvontaan ja nykyistä vähemmän lääkkeen tukkuhintaan.

Apteekille uudistus on kustannusneutraali; uudistuksesta hyötyvät ne apteekit, joiden myynti painottuu halpoihin reseptilääkkeisiin. Apteekit, joista ostetaan hintavia reseptilääkkeitä, häviävät uudistuksessa.

Lääketaksan uudistus perustuu Lääkealan turvallisuus- ja kehittämiskeskus Fimean toissa kesänä tekemään ehdotukseen lääketaksan muuttamisesta.

Näin reseptilääkkeen hinta muuttuu:

Hinta 31.12.2013	Hinta 1.1.2014	Muutos vähittäishinnassa
10,00	11,10	+ 1,10
20,00	20,75	+ 0,75
50,00	49,68	- 0,32
100,00	97,82	- 2,18
500,00	481,31	-18,69

Esimerkit kuvaavat tilannetta, jossa asiakas ostaa apteekista reseptilääkettä yhden pakkauksen. Hinnoissa on mukana arvonlisävero (10 %) ja lääkkeen toimitusmaksu (2,17).

Lisätietoja ja lisäesimerkkejä hintamuutoksista:

Erkki Kostiainen, viestintäjohtaja, proviisori, Suomen Apteekkariliitto, p. 050 566 8188

Fortiksen vuosijuhlaviikko 28.10.- 3.11.2013



Maanantai 28.10.2013

Hieman sateisena ja harmaana alkoi 40-vuotiasta Fortista juhlistava viikko, joka huipentuisi vuosijuhliin lauantai-iltana. Maanantaina ohjelmassa oli juhlararssi sekä Nenäpäivän hyväksi järjestetyt leivonnaismyynti ja Tekken-turnaus. Ilahduttavan paljon fortislaisia oli kokoontunut puolenpäivän aikaan toimiston edustalle, mistä juhlararssi lähti kiertämään ympäri kampusta.

Ensimmäinen pysähdyspaikka oli Canthian ruokala, jossa laulettiin Paljon onnea vaan. Ruokalan jälkeen kävimme Opparissa, missä saimme raikuvat aplodit lauluesityksestämme. Matka jatkui kiertäen farmasian laitoksen eri käytäviä. Meidät ja tarjoamamme karkit otettiin ilolla vastaan. Tuntui siltä että onnistuimme piristämään muidenkin kuin juhla-kulkueseen osallistuneiden päivää. Vaikkei Farmasian laitoksen johtaja Seppo Lapinjoki ollutkaan toimistossaan marssikulkueseen aikaan, hän sai varmasti osansa juhlatunnelmasta tyhjentäessään karamelleillä täytettyä postilaatikkoaan. Matkalla Snellmanialle pysähdyimme laulamassa myös Lukemalla, minkä ansiosta saimme julkisuutta myös Uljaksen nettisivuilla. Snellmaniassa kävimme valtaamassa Kultihuoneen täyttämällä sen farmasistella, karkeilla ja juhlatunnelmalla. Samaa yritettiin tehdä myös Kuolon toimistolle ja Mikrovitriinille, mutta ne olivat kiinni.



Tiistai 29.10.2013

Lukeman kappeliin oli kerääntynyt innokkaita laulajia, sillä tiistaina oli perinteinen vuosijuhlaviikon lauluilta. Lauluillassa harjoiteltiin tuttuja ja vähän tuntemattomampiakin lauluja ja etikettiä tulevia juhlia varten sekä nautittiin pientä purtavaa ja juotavaa. Tilaisuuden juonsi vuosijuhlatoimikunnan puheenjohtaja Jere Leskinen. Esimerkin puheesta antoi Ilari Tarvainen, joka yllätti puheellaan jopa itsensäkin. Tilaisuudessa toden totta taisi olla vain yksi aito savolainen ja hän oli Antti Kauttonen.



Keskiviikko 30.10.2013

Keskiviikkona uusi ja vanha kohtasivat Henry's Pubissa, kun juhlittiin Fortiksen uuden laulukirjan, Festivus pilulaen, julkistamista sitsien muodossa. Sitsien teemana olivat vuosikymmenet, ja teeman mukaisesti moni oli tehnyt löytöretkiä omaansa ja vanhempiensa vaatekaappeihin sekä kirpputorille. Suosituin vuosikymmen taisi olla ysäri, mutta myös muut vuosikymmenet olivat kattavasti edustettuina.

Illan aloitti laulukirjatyöryhmän johtaja Antti Louna lyhyellä puheella, jonka jälkeen siirryttiin koelaulamaan vastapainettua. Lauluperinne tempaisi sitsaajat mukaansa niin voimakkaasti, että monet huomasivat taukojen alkaneen ennen kuin ollenkaan kerkisivät syödä sitsiruokaaansa. Fuksien eroottinen Pieniä käärmeitä -tanssi antoi jo esimakua tulevasta: sitsien jälkeen ilta jatkui Henkassa ysäridiskolla, jossa spottivalot ja ysärihitit saivat tanssijat lähes liekkeihin. Aivan kuin Backstreet boys ja Spice girls eivät olisi koskaan poistuneet.



Torstai 31.10.2013

Torstiaamupäivänä oli vuorossa perinteinen opiskelijoiden ja henkilökunnan välinen sählyottelu. Opiskelijat olivat jo julistamassa itsensä voittajiksi, kun vastustajajoukkuetta ei näkynyt vaikka ottelun alkuun ei ollut viittäkään minuuttia. Viime hetkellä toinen joukkue kuitenkin saapui ja peli päästiin aloittamaan. Fortiksenvihreisiin sonnustautuneiden opiskelijoiden joukkueen kapteenina toimi Mikko Holopainen ja koutsina kentän laidalla Ilari Tarvainen. Kokomustaan luottaneen henkilökunnan joukkueen kapteeni oli Ari Kauppinen. Ottelussa pelattiin kolme 15 minuutin erää ja se oli erittäin tasainen taistelu, kunnes opiskelijat siirtyivät johtoon kolmannen erän puolivälissä. Johto piti loppuun saakka ja opiskelijat voittivat lopulta 4-3. Henkilökunta on voittanut viimeksi vuonna 2008, joten opiskelijoiden hieno voittoputki sai jatkoa tänäkin vuonna.



Ottelun jälkipuinti ja voitonjuhlat toteutettiin saunaillan muodossa. Perinteen mukaisesti voittajajoukkue myös muisti häviäjäjoukkuetta lohdutuspalkinnoin vuosijuhlilla. Tänä vuonna henkilökunnan joukkue sai muun muassa salibandyyn säännöt aloittelijoille, kynsiviilan taktiikkojen hiomista varten sekä sidetarvikkeita haavojen paikkailuun. Voittajajoukkueen pokaali puolestaan on nähtävillä Fortiksen toimistolla.

Perjantai 1.11.2013

Kaikille avoin 40-vuotisjuhlasymposium pidettiin Tietotekninan auditoriossa alkaen kello 13. Symposiumin ohjelmassa oli erilaisia puheita, joissa muisteltiin Fortiksen neljää vuosikymmentä sekä musiikkia, josta vastasi Kuopion mieslaulajat. Juhlapuheen piti laitoksen johtaja Seppo Lapinjoki ja terveystieteiden tiedekunnan tervehdyksen toi varadekaani Paavo Honkakoski. Tilaisuuden yhteistyökumppania Yliopiston Apteekkia oli edustamassa Inka Puumalainen. Alumnien puheenvuoron käytti akateeminen rehtori Jukka Mönkkönen, joka viihdytti yleisöä näyttämällä kuvia ja muistelemalla omaa opiskeluaikaansa. Opiskelijoiden puolelta puheenpitäjäksi oli valittu Ilari Tarvainen. Kaikki juhlapuhujat toivat esille farmasian laitoksen ja opiskelijoiden lämpimät välit, jotka ovat alusta alkaen säilyneet nämä 40 vuotta. Myös vapaa sana sai monen osallistujan lausumaan muutaman sanan Fortiksen kunniaksi ja osalla oli jopa mukanaan lahjoja, joista mieleenpainuvimpana varmasti Jussi Tervosen kaksi karjalanpiirakkaa. Symposiumin lopuksi nautimme kakkukahvit.



Lauantai 2.11.2013

Varsinainen juhlapäivä oli lauantaina. Juhlallisuudet alkoivat Kuopion kaupungintalon juhlasalissa cocktail-tilaisuudella, jossa kutsuvieraat saivat jättää tervehdyksensä Fortikselle, ja jatkuivat hotelli IsoValkeisella iltajuhlalla. Noin puolenyön aikaan halukkaat juhlijat pääsivät jatkamaan iltaa Vitriinillä.

Kauniita naisia pitkissä mekoissaan ja komeita miehiä puvuissaan alkoi kerääntyä Hotelli IsoValkeisella hyvissä ajoin ennen viittä. Kun halukkaat olivat käyneet kuvauttamassa itsensä proviisori Juuso Leikkaan tilapäisstudiossa, oli varsinainen ohjelma valmis alkamaan. Illan emäntä Riina Rytönen ja isäntä Jere Leskinen lausuiivat tervetuliaissanat ja pian sen jälkeen saimme nauttia alkuruuasta, joka tänä vuonna oli kuha-kylmäsavusiikaterriiniä. Alkuruuan jälkeen Fortiksen puheenjohtaja Anna Kaisa Tolvanen vertasi puheessaan Fortiksen olevan maailman paras rockyhtye.

Juhlapuhujaksi oli pyydetty Fortiksen ensimmäinen puheenjohtaja, apteekkari Jorma Ahonen. "Vanha jorma juhkakunnossa puhujapöntössä" muisteli yhdistyksen alkuaikoja. Puheiden välissä tarjoihtiin pääruoka, joka oli poron ulkofileetä.

Viimeinen ohjelmaan merkitty puhe oli puhe naiselle, jonka piti tänä vuonna proviisori Antti Isotalo. Puheen jälkeen miehet perinteen mukaan ojensivat aveceilleen ruusut ja lauloivat Niin minä neitonen sinulle laulan. Illan aikana laulettiin muutenkin paljon aina sopivissa kohdissa, joten ruoan syöminen oli ennemminkin nopeuslaji kuin hitaasti nautittava ateria. Illan ohjelmaan kuului myös musiikkiesitys ja palkintojen ja kunniamerkkien jako. Vuoden ohjaajan palkinnon sai Jouni Ahonen, joka kiitospuheessaan toivoi "että meidän kaikkien sydämessä asuu kliininen farmasisti". Suomen farmaseuttisen yhdistyksen proviisoripalkinnon sai Emmi Immonen. Fortiksen ansiomerkkejä jaettiin kahdeksan ja kunniajäsenyyksiä kaksi (taulukko 1). Vanhat Ketut Jorma Ahonen, Ilkka Kari, Hannu Svärd ja Pekka Karttunen ilahduttivat esityksillään ja näyttivät mallia meille nuoremmille fortislaisille. Omat tervehdyksensä juhlaan toivat myös muiden ainejärjestöjen edustajat, joita oli tänä vuonna paikalla YFK:sta, Premiosta, Kultista, Dentinasta ja KuoLOsta. Vielä ennen tanssia nautimme suklaakakusta, kahvista ja avecista sekä vapaan sanan puheenvuoroista. Loppuilta IsoValkeisella sujui rennon seurustelun ja tanssin merkeissä, mikä tosin loppui monen mielestä harmittavan lyhyeen. Oli siis aika siirtyä jatkoille!

Jatkojen näyttämönä toimi Vitriini ja sen läheiset piha-alueet. Jatkojen kohokohtia olivat ehdottomasti monet yllättänyt DragQueen ja palju, joka oli jatkuvasti ääriään myöten täynnä juhlijointa. Tanssilattialakin hyvinviihtynyttä bileporukkaa viihdytti dj Toni Saikkonen. Fuksit olivat valmistaneet pientä purtavaa ja olipa paikalla baarimikko Jegorikin tekemässä juomia janoisille. Vitriinillä juhlat jatkuivat pitkälle aamuun, mutta jossain vaiheessa, noin puoli seitsemän, oli pakko luovuttaa ja lähteä kotiin nukkumaan.

Sunnuntai 3.11.2013

Viikon väsyttämät farmasistin alut palautettiin jälleen elämään King's Crownin silliksellä, mikäli sinne asti selvisi. Muutama varmastikin selviämisen saapumalla paikalle suoraan jatkoilta. Tarjolla oli vaahtokarkkeja sekä muuta vihreää ja virkistävää kuten huikeaa seuraa. Olihan meitä paikalla yli toistakymmentä. Edellisillan



vanhojen kettujen esityksiä muisteltiin vielä nuorien kettujen pöydässä pitkään. Pian kuitenkin henkilökunta avuliaasti alkoi ohjata muistelijoita kohti ulko-ovea, sillä olimme ylittämässä varattua aikaa ja vaahtokarkit olivat loppu. Mitäpä olisikaan sillis ilman jatkoja? Alepubi oli sopivan lähellä... ja kuuleman mukaan muutama päätyi myös Somppikselle. Seuraavana yönä tehtiin nukkumisennätyksiä.

TEKSTI KAISA KYTTÄ,
MARKO LAMMINSALO

Taulukko 1. Vuosijuhlissa palkitut.

ANSIOMERKIN SAANEET:

Ville Valkonen
Minna Heinäheimo
Joonas Salo
Outi Pulliainen
Anssi Siikanen
Anita Elomaa
Jori Vaissalo
Elina Turunen

KUNNIAJÄSENET:

Jukka Mönkkönen
Riitta Koistinen

Kiitos vuosijuhlatoimikunnalta

Farmasian opiskelijayhdistys Fortis ry juhlisti 40-vuotispäiväänsä kokonaisen viikon ajan ja sekyllä näkyi Kuopion kampuksella. Kuten edellisten aukeamien jutusta näkee, jokaiselle päivälle oli tarjolla jotakin. Itse pääjuhla sujui mallikkaasti: lauluja laulettiin runsaasti, ruoka syötiin pääosin kylmänä, kuultiin koskettavia puheita ja jaettiin runsaasti kunnianosoituksia. Toivottavasti juhlaiviikkoon osallistuneille tämä tapahtumien ketju oli ikimuistoinen hetki opiskeluelämässä. Itse nautin viikosta suuresti ja haluankin kiittää kaikkia viikon tapahtumiin osallistuneita sekä tietysti myös kaikkia järjestelyissä mukana olleita. Vielä kerran: Paljon onnea Fortis ja kaikkea hyvää tuleville vuosille!

JERE LESKINEN
PUHEENJOHTAJA
VUOSIJUHLATOIMIKUNTA

Juhlasymposium: Muutosten vuosikymmen 2003-2013

Hieman Fortiksen jälkeen myös Farmasian laitos juhli 40-vuotista taivaltaan. 28.11. Mediteknian auditorio täyttyi pääosin kutsuvieraista ja farmasian laitoksen sekä entisen farmasian tiedekunnan väestä, kun Kuopion farmasian opetusta juhlittiin 40-vuotissymposiumin merkeissä.

Symposiumin aluksi laitoksen johtaja Seppo Lapinjoki piti katsauksen menneeseen vuosikymmeneen. Kulunutta vuosikymmentä hän kuvaili muutoksen vuosikymmeneksi yliopiston rakennemuutoksen vuoksi. Myös terveystieteiden tiedekunnan dekaani Hilikka Soininen pohti juhlapuheessa muutoksen vaikutusta ja ennen kaikkea sen tuomia mahdollisuuksia. Hän toi esille että monipuolinen terveystieteiden tiedekunta mahdollistaa yhteistyön, jossa on osajia monelta eri alalta ja että farmasian osaajilla on keskeinen rooli erilaisissa tutkimusryhmissä.

Tilaisuuteen oli kutsuttu puhumaan myös entisiä Kuopion yliopiston kasvattaja. Aikoinaan täältä tohtoreiksi valmistuneet puheenpitäjät työskentelevät nykyään eri farmasian alan sektorilla lääketeollisuuden, Fimean, sairaala-apteekin ja avoapteekin palveluksessa. Heidän kaikkien mielestä farmasian koulutus antaa hyvän pohjan työskennellä erilaisissa työtehtävissä, mutta töitä on edelleen tehtävä, jotta asia olisi jatkossakin näin. Meidän tulee tuoda osaamistamme esille ja kehittää sitä.

TEKSTI KAISA KYTTÄ,
MARKO LAMMINSALO
KUVA RAIJA TÖRRÖNEN

Kuopion/ Itä-Suomen yliopistosta on valmistunut vuosien 1973-2013 aikana:

noin **3800** farmaseuttia
noin **1200** proviisorina
noin **200** tohtoria



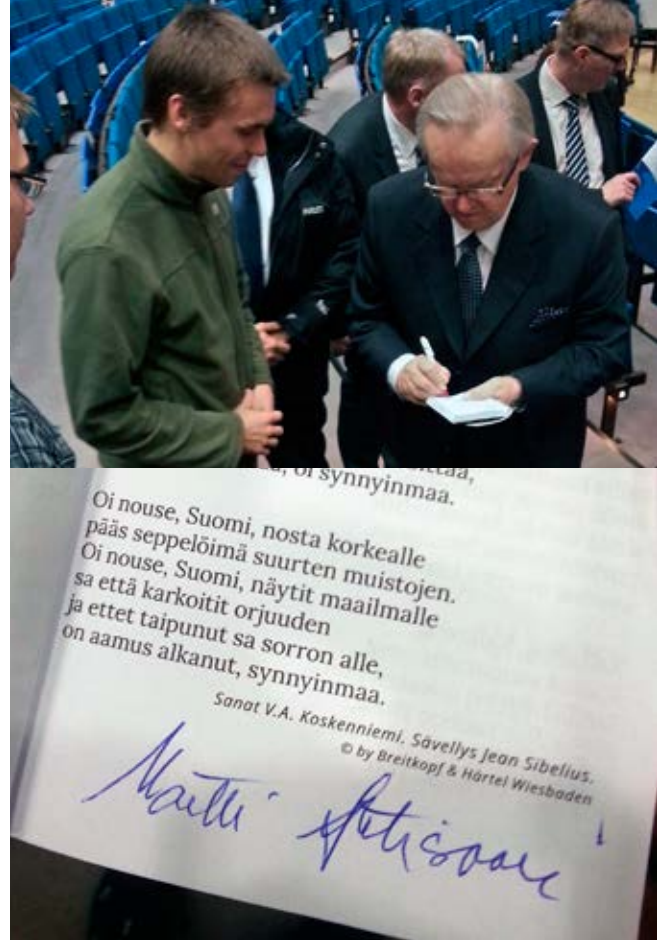
Ahtisaari-päivä 7.11.2013

Vuotuisen Ahtisaari-päivän päänäyttämönä toimi tänä vuonna Kuopio. Päivän aikana presidentti Martti Ahtisaari muun muassa vieraili hänen mukaansa nimetyllä koululla ja osallistui Snellmanialla pidettyyn yleisötilaisuuteen yhtenä panelistina. Ahtisaari-päivän tarkoituksena on lisätä tietoa rauhanvälityksestä.

Yleisötilaisuuden keskustelijoina olivat presidentti Martti Ahtisaaren lisäksi Kriisinhallintakeskus CMC:n johtaja Jukka Tuononen, Ihmisoikeuskeskuksen juristi Kristiina Kouros ja sosiologian professori Juho Saari Itä-Suomen yliopistosta. Teemana oli vihapuhe, konfliktinratkaisu ja sosiaalinen oikeudenmukaisuus. Yleisötilaisuuden juontajana toimi Savon Sanomien päätoimittaja Jari Tourunen.

Tilaisuuden lopuksi Ahtisaari vastasi yleisön kysymyksiin sekä jakoi nimikirjoituksia. Fortiksen 40-vuotisen taipaleen kunniaksi julkaistu Festivus pilulae on tiettävästi ainoa Fortiksen laulukirja, jonka rauhaa välittävää vaikutusta on tehostettu Martti Ahtisaaren nimikirjoituksella.

TEKSTI KAISA KYTTÄ,
MARKO LAMMINSALO
KUVA ANTTI KAUTTONEN



Mukanasi alusta lähtien!

Suomen Farmasialiitto



Farmasia

farmasialiitto.fi

Myyjiä mä metsästä

FLop Kuopio ja Farmasialiiton Savon alueverkosto järjestivät yhdessä myyntikoulutuksen Kuopiossa. Osallistujia oli seitsemisenkymmentä ja kouluttajana toimi innostava *Kimmo Rauhala* Synergy Partnersilta. Koulutuksen jälkeen teki pitkää aikaa mieli myydä jotain. Kokosimme tähän kollaasin koulutuksen annista ja ajatuksista. Ajattele lisää ja kuuärrää itsesi FLOpin foorumille!

Skannaa koodi!



TEE JOKA TYÖPÄIVÄSTÄ ERILAINEN JA HYÖDYNNÄ OMAA TIETOTAITOASI.

Millään muulla ammattikunnalla Suomessa ei ole itsehoidon ja itselääkinnän asiantuntemusta. Mikä potentiaali meissä piileekään!

MYynti PERUSTUU LUOTTAMUKSEEN.

Ollaksesi luotettava, sinun täytyy olla uskottava. Ollaksesi uskottava, täytyy olla asiantuntemusta.

Ajattele asiakkaan arkea (esim. jalkavaivainen diabeetikko) ja mieti, mitä ITSE tarvitsisit!



Hyvä asiakaspalvelu ei ole sama asia kuin nopea asiakaspalvelu.

ASIAKKAAT OVAT JO APTEEKISSA, JOTEN KUMPPAA ON HELPOMPI KASVATTA: ASIAKSMÄÄRÄÄ VAI KESKIOSTOSTA?

MITÄ SINÄ TEET TYÖKSESI? Tutkimuksen mukaan 65 % farmasian ammattilaisten työajasta apteekissa menee muuhun kuin asiakkaiden kohtaamiseen.

ÄLÄ EPÄROI. Asiantuntijana kehittyminen tapahtuu epämukavuusalueella. Hankkiudu sinne, jos haluat tulla erinomaiseksi asiantuntijaksi ja siten palvella asiakastasi parhaimman mukaan. Yksikin onnistunut myyntipuhe kymmenestä on parempi kuin tuppisuuna olemisen varma nollatulot.

TYRMÄÄ ASIAKKAAN EI! Miksi asiakas sanoo ei? 1) Hän ei ymmärrä? 2) Hän ei luota sinuun? 3) Ei ole rahaa. Mihin näistä voit käytökselläsi vaikuttaa?

ASIAKASTYYTYVÄISYYDEN MITTAAMINEN ON TURHAA.

Asiakas pitäisi saada myös palaamaan apteekkiin. Mitä väliä on asiakastyytyväisyydellä, jos ei saavuteta asiakasuskollisuutta?

TUNNETKO PISTON RINNASSASI?

Miksi jätät kysymättä asiakkaalta jotain? "Mitä jos se suuttuu" "Mitä jos minut torjutaan" "Mitä jos se kysyy jotain, mihin en osaa vastata"

TEKSTI JOHANNA YLI-ÖYRÄ,
SANNA-MARI MÄÄTTÄ



Mielipiteet.

Mieli Pide. Eli mieli ja pide. Selvästi johdettu sanasta 'pitää' merkityksessä "pitää kiinni". Pide, vähän niinkuin side. Side voi tarkoittaa myös ei-fyysistä sitomista. Pide on sitten ei-fyysistä kiinni pitämistä?

Mielen pitäminen vaikuttaisi olevan jotain, mitä ei muuteta. Se ei kuitenkaan ole mielen lukitsemista, sementointia, jäädyttämistä, vangitsemista, tuhoamista tai pysäyttämistä. Eli ehkä mielen pitäminen ei ole irreversiibeliä vaan kilpailevaa? Kun jotain mielipidettä syötetään tarpeeksi pitkään, se syrjäyttää vanhan mielipiteen? Kun sama tehdään tarpeeksi monille, saavutetaan laumamielipide? Toisten mielipiteet ovat vahvoja, toisten heikkoja. Heikot mielipiteet tarvitsevat enemmän toistoja.

Miksi mielen pitäminen on niin tulenarkaa, jopa räjähtävää? Monilla on suuria mielipiteitä ja ajatuksia, mutta vähintään yhtä monet eivät uskalla sanoa niitä ääneen, jolloin ne eivät tule todeksi muulle maailmalle. Toiset taas sanovat mielipiteitään liiankin kovaan ääneen. Jotkut sanovat "väärää" mielipiteitä, toiset "oikeita". Toisille väärä on oikeaa ja oikea väärää. Jotkut eivät osaa päättää. Joskus mielipide kokee infaation, joskus se vastaa kysyntään. Kuka päättää, mikä on oikeaa? Voiko sitä päättää muiden puolesta? Monet varmasti myös sanovat olevansa jotain mieltä, vaikka todellisuudessa eivät olekaan tai eivät tiedä, ovatko.

Mielipiteen ilmiäsu vaikuttaa sen vastaanottoon. Ilmiäsu lähtee mielipiteen lausujasta, hänen ilmiäsustaan, hänen vaikutuksestaan muihin. Miten suhtaudut lausujaan, joka nousee puistonpenkiltä rähjäisenä ja humalassa (kuunteletko edes)? Entä taiteilija? Puolueen edustaja? Insinööri? Raksamies? Tutkija? Humanisti? Henkilö, joka on aiemmin lausunut jotain yleisesti tyhmäksi tuomittua? Kuka saa lausua mitään, ja mistä? Miksi? Voivatko mielipiteet sekoittua tai mennä sekaisin? Entä yhdistyä?

Ilmiäsuja ovat myös mielipiteen esittämiseen käytetyt sanat. Käytetäänkö sanoja, joita kukaan ei ymmärrä? Käytetäänkö liian yksinkertaisia sanoja, jolloin viestiä ei oteta vakavasti? Käytetäänkö liian tunteita herättäviä sanoja, jolloin viesti menee ohi? Liian tylsiä sanoja, jolloin viesti ei myöskään osu maaliinsa?

Kuinka vaikeaa on olla omaa mieltä ääneen? Mistä hinnasta mielipiteitä ollaan valmiita muuttamaan? Pystytäänkö olemaan muuta kuin sitä mieltä, joka tuntuu hyvältä?

Pitäisikö joskus katsoa vain sitä, mitä sanottiin? Ja muodostaa oma mielipide.

TEKSTI ANONYMI

Ylioppilaskunnan edustajisto ja sen vaalit

Ylioppilaskunnan edustajisto on ylioppilaskunnan päättävien elin ja vuosien 2012-2013 edustajisto päätti nostaa jäsenmaksua 108 eurosta 114 euroon. Lisäksi ylioppilaskuntaan tulee muutoksia ja se muuttuu maksulliseksi alkaen tammikuusta 2014.

Edustajiston vaalit järjestettiin marras-joulukuun vaihteessa ja vaalien tulosjulistettiin 6.11.2013. Vaaleissa oli ehdolla huomattavasti vähemmän ehdokkaita kuin edellisissä vaaleissa kaksi vuotta sitten. Sama koski myös Fortiksen ehdokaslistaa, mutta listallamme oli selvästi äänekkäämpiä ehdokkaita, sillä vaalissa kävi osaltamme hyvin. Fortiksella oli tavoitteena saada ryhmälleen neljä varsinaisen edaattorin paikkaa edustajistoon, mutta toisin kävi. Fortis teki vaalivoiton ja sai viisi varsinaisen edaattorin paikkaa. Se on siis kaksi paikkaa enemmän kuin edellisellä kaudella.

Uusi edustajisto järjestäytyi kokouksessaan 7.12. ja Fortiksen edaattori valittiin edustajiston 1. varapuheenjohtajaksi. Fortiksen edaattorit ottivat osaa myös muodostettuihin valiokuntiin: ViTu:n valiokuntaan (Viestintä- ja tulevaisuusvaliokunta), TYtTi-valiokuntaan (Talous-, yritysryhteytyö- ja tilavalio-kunta), mutta HV-valiokuntaan (Hyvinvointivaliokunta) ei valitettavasti Fortikselta riittänyt edustusta. Ylioppilaskunnan hallitukseen valittiin Kuopion kampukselta vain yksi henkilö. Tulevaisuudessa hallitukseen tarvitaan Kuopiosta enemmän hakijoita ja kannustan opiskelijoita aktiivisuuteen myös ylioppilaskuntarintamalla.

VÄINÖ VÄHÄMÄKI
FORTIKSEN EDAATTORI 2012-13
SEKÄ 2014-15

Farmasian Opiskelijoiden risteily 24.-25.10.

33 vuoden iän saavuttanut Suomen Farmasian Opiskelijajärjestöt ry, SFaO, tarjosi tänäkin vuonna ystävyyttä yli ainejärjestörajojen Itämeren aalloilla. Perinteisen SFaO-risteilyn lähtöpaikkana oli Turku, jossa majesteetillinen Baltic Princess otti huomiinsa helsinkiläiset, turkulaiset ja kuopiolaiset farmasian opiskelijat.

Osa I: Turku

Keskeiset käsitteet: Ex tempore, Turku City Race, Bayer, Paavo Nurmen kivekset, Hesburger, soittorasias, satama

Kun haluaa mennä full-retard, on lähdettävä aamubussilla Turkuun. Koska Bayerin lääketehdas oli tuttu ja ehkäisy kunnossa, suunta oli kohti tuomiokirkkoa ja Turku City Racea. Heti pihalla yhdyimme helsinkiläisten ja turkulaisten kanssa ja levisimme Turun kaduille.

Turku, tuo rannikon hyljeksitty helmi, paljastui kuorestaan sisarainejärjestömme Ex temporen kehittämän matkaoppaan avulla. Missaamatta eivät jääneet Paavo Nurmen valtaiset kivekset, Aurajoki siltoineen tai kaupungin joka nurkan kotileipomot, Hesburgerit. Hämmentäviä ostoksia pystyi tekemään joenvierusmarkkinoilla ja kaupahallilla; savonlinnalainen energisoiva lörtsy ja vaaleanpunaisen pantterin sävelmällä varustettu kammella toimiva soittorasias vaihtoivat kättä. Läheltä piti -tilanteiltakaan ei välttytty: opiskelijakollegamme Tomi joutui panhuilistia kuunnelllessaan väkevän emotionaalisen tunnekuohon valtaan niin, että melkein tuli pyörällä yli-ajetuksi.

Tuomiokirkolta viimein siirryimme kohti satamaa, missä yhdyimme turkulaisten ja päiväbussilla tulleiden helsinkiläisten ja kuopiolaisten kanssa. Oli aika astua laivaan.

Osa II: Baltic Princess

Keskeiset käsitteet: pistaasipähkinä-Okko, SFaO:n vuosijuhlashow, hyttisitsit, lihaton lokakuu, kansibileet, hyttibileet

Astuttuamme Baltian prinsessaan oli monella edessä rejuvenaatio- ja tax free -hetki. Pian huomasin Okon rejuvenoivan hyttisissäni kera pistaasipähkinöiden ja lörtsyn. Se teki minusta valmiin SFaO:n vuosijuhlashowhun.

Shown aikana niin farmasistikonsentraatio kuin tunnelmakin nousivat kattoon jopa niin, että mukavuusalueelle palatakseen oli vähennettävä vaatetusta. Esitys latasi selvästi energioita, sillä sen jälkeen ihmiset poukkoilivat villisti eri suuntiin tanssilattialla, hytteissä ja kansilla. Lisälatausta hankittiin myös esimerkiksi sulkemalla tusina farmasistia yhteen hyttiin, jolloin heidän äänensä alkoivat resonoida Lammaslaulun ja Internationalin melodioidella, tai muutama farmasisti Jekku- ja Väiski-sedän kanssa yhteen hyttiin, jolloin henki sai ravintoa lihattoman lokakuun syvimmän olemuksen pohtimisesta.

Eri tavoin kerätty valtaisa määrä energiaa muuttui lopulta kineettiseksi energiaksi. Hopeisen kuun luodessa merelle siltaa ja tuulen asettaessa optimaalisen lämpötilan täyttyi laivan ulkokansi farmasian opiskelijoiden muodostamasta massasta. Musiikin loputtua hyttejä täytettiin bilemassalla.

Osa III: Ylösnousemus

Keskeiset käsitteet: päivätanssit, laivatelevisio, James Bond -tietovisa, buffet-lounas, Tea Hiilloste

Uusi aurinko toi uuden virran, jonka varrella oli monia hyttejä sekä kansikuvia ja joka lopulta päättyi päivätanssiin. Taneli paljasti partaveitsen elkeensä; vaikka silmät olivat lähes umpeen muurautuneet, keho reagoi kaik-



keen humpasta foksiin. Hän pääsi jopa laivatelevisioon asti ja sai parin tanssin ajaksi puumaseuraa. Bönthö-Antilla ei käynyt yhtä hyvä onni: Bond-kisan juontaja 40+ käski kauniisti kysyä, jos tytöt antaisivat Antille jotain.

Kiinteää piristettä päivään pystyi hakemaan jaksamansa määrän lounasbuffetista. Ei se ruoka vaan yleinen tieto. Valotikkujen nestettä ei esimerkiksi kannata käyttää alkoholin korvikkeena, ja 5 h energydrinkin nauttiminen voi aiheuttaa insomniala. Ja jos lounas ei vielä riittänyt, kuutoskannella esiintyi Tea Hiilloste.

Juuri kun tunnelma alkoi jälleen kohota, ja ihmiset löysivät televisiossa näkyneiden farmasistien avulla tanssialttian, luukut lyötiin kiinni. Käytävällä kuului vain yksinäinen kettulaulu.

Osa IV: Matka

keskeiset käsitteet: kollegat, tulevaisuus, uusinta vuoden päästä

Satamasta bussit veivät matkustajat määränpäähänsä lähtöpaikkaansa. Mutta tärkeintähän on matka eikä päämäärä. Jälleen oli SFaO-risteily, tuo monen farmasistin matkan eräs virstanpylväs, valtaisa psykofyysissosiaalinen elämys! Jälleen näki tuttuja ympäri Suomea ja jälleen monesta tuntemattomasta tuli tuttu ja monesta tutusta juttu. Suuri kiitos, SFaO!

TEKSTI MARKO LAMMINSALO
KUVA KAISA KYTTÄ

Mukit hukassa

Fortiksen vuosijuhlaviikko sai yllättävän käänteeseen, kun Fortis ry:n Isäntä Jere Leskinen takavarikoi Toimistolta kahvinkeittimen kannun sekä kahvin. Syynä tähän rankkaan ratkaisuun olivat kadonneet kahvikupit. Fortiksen Toimiston kahvi on tietävästi kampuksen parasta ja siksi opiskelijatkin käyvät hakemassa kuppосensa mieluummin Toimistolta kuin yliopiston lukuisista kahvioista. Tämä on oikein ja hyvin, mutta toiminnan seurauksena Toimiston kahvikuppivarannot kävivät hälyttävän olemattomiksi.

Kaikki tietävät, että kahvi maistuu parhaalta luentosalissa nautittuna, mutta Isännän ja etenkin tämän episodin jälkeen myös kaikkien muiden Toimiston kahvia kannattavien jämäkkä toive on, että kahvikupit palautuvat luentosalista toimistolle. Tällä kertaa kuppeja löytyi naulakoilta ja käytäviltä, mistä kaksi ahkeraa ja reipasta mieshenkilöä kävi ne keräämässä. Jotta vastaavalta kollektiiviselta rangaistukselta vältyttäisiin tulevaisuudessa, olisi suotavaa, että jokainen palauttaisi lainaamansa kupin jatkossa välittömästi itse tai siirtyisi käyttämään kertakäyttökuppeja.

TEKSTI OUTI PULLIAINEN

Hyödyllinen.

Vastuullinen.

Yhteisöllinen.

Avoin.



PROVIISORIYHDISTYS

*Proviisorin profession puolesta
jo vuodesta 1983*

Ritseilyhommat

Koska tuntuu olevan pop aloittaa reissukuvaukset ja mitkäläie kannikronikat aina seuraavan päivän hapotuksesta, kokeilen innovatiivisuuden nimissä nyt aloittaa avant garde -tyyliin tarinan keskeltä eli siitä kun laiva saapui Stuckholman satamaan. No, niin kävi. Paska aloitus.

Kronologista kerrontaa kunnioittaen aloitan sittenkin alusta. Matka alkoi hyvin kun Sean Conneryn pilotoima TravelBussi, jota ei pidä sekoittaa siihen saksalaiseen melkein vastaavaan, kyyditti valtavan joukon sivistyneesti alkoholia nauttivia varmanistejä Silja Linen terminaaliin Turkuun. Aulassa innokkaasti laivaa odottava väkijoukko viihdytti itseään esimerkiksi keskustelemalla muiden kaupungin kollegojensa kanssa, paloittelusurmaamalla matkapuhelimia sekä kalastamalla kaljapilkillä Itä-Eurooppalaisia pullopappoja. Lopulta kuitenkin laiva lastattiin niiden muutaman väärän risteilyn valinnee lapsiperheen lisäksi enemmän tai vähemmän lääkkeitä kiinnostuneilla ihmisillä ja päästiin aloittamaan itse risteilytoiminta. (Noniin, nyt vasta saatiin pois alta se pakollinen laiva on lastattu -referenssi.)

Maukkaan buffet-illallisen - tai vaihtoehtoisesti pummattujen happolörtsyjen - jälkeen paras ainejärjestö ikinä, Fa-Gots, esitti pikkuhousut pudottavan eroottisen tanssiesityksen SFaOn ohjelmassa. Tästä eteenpäin bile-eliöt hajaantuivat ympäri paattia. Entropia oli kenties suurinta 8-kannen käytävällä, jossa ihmismassaa vaikutti olevan pahimpina hetkinä vähintäänkin kolmessa kerroksessa. Samalla käytävällä sijaitsi myös paardihytti, joka houkutteli luoksensa väkijoukkoa lupaillemalla mainoskylteissään kosteita kimuleita ja sarvekkaita miehiä. Jälkimmäiset kuulostivat mielenkiintoisilta luonnontieteellisessä mielessä, kunnes tajusin niillä viitattavan varmaankin Purtsiin ja hänen viikinkikypäräänsä. Autopilutilla [sic!] ympäri laivaa kimpoilevat risteilyohjukset olivat suhteellisen haasteellista seurattavaa, mutta onneksi vakiokohtaamispaikka, DJ Ekin limadisko, pysyi sijainniltaan staattisena. Seikkailut veivät kahden päivän lähes nukkumattoman humppamaratoonin aikana esimerkiksi epäonnistuneisiin vessanpönttötemppeihin, levottomiin pilkkiretkiin ja useisiin etanolihöyryisiin hyttikalmistoihin, mukaan lukien omaani, jossa sängyssäni epäonnekseni rojotti tuntematon raato 505 mysteerihaalareissa. Sängystä sihi kuolevan tontun äänellä: "Anteeksi."

Hytinvaltaajalle pisteet kotiin hyvistä käytöstavoista. Huhu kiersi myös erään henkilön pakaroista: käytävällä vaelsi kasvava joukko ihmisiä, jotka halusivat jättää merkinsä vieraskirjaan. Paljaan pinnan ja tussin vahinkoa tuottava rakkaustarina oli kaiken lisäksi multifunktionaalinen, sillä upeiden "most kuli" tekstien ikuistamisen lisäksi vierailu ilmeisesti poisti Snookin Jersey Shoresta.

Lopulta kansibileet uuvuttivat rankimmatkin koreomaanit jopa 5 Hour Energy -juoman voimien ulottumattomiin, ja koitti aika raatoutua järkevien ihmisten heräillessä aamiaiselle. Ihmismielen rajallisen sietokyvyn merkkipaaluna toimi delirianttinen taikakääpiö, jonka vain kaksi kuuden hengen joukosta vannoo nähneensä.

Seuraava päivä lähti hyvin käyntiin projektiodarrassa iskelmäbaarissa sekä piristävää sKräkkiä ja tormentoiduista sieluista valmistettuja hedelmämakeisia maistellessa. Juomapelin "aina kun hajottaa - juo" ja huonosti laulettun karaoketangon suhteellisen epästabili kombinaatio toimi räjähtävänä rakettikännipolttoaineena ja siivitti etenkin 4-bussin elinvoimaisen fuksijoukon laskuhumalattoman perjantain läpi samalla kun muut, etenkin vanhemmat, hajoilivat oloihinsa. Fyysisesti kalakukkokaupunki löytyi lopulta kello 2 aikaan yöllä, mutta henkisesti osa on kait vielä matkalla. Ei mitenkään niinq siis diipisti henkisellä elämän matkalla, vaan niinku silleen että mitäs siellä das bootilla taas tapahtuikaan, kun muisti ei aina pelaa. Se kääpiö oli silti oikeasti olemassa.



DR. DRUNKENSTEIN
SMARAGDIPROFESSORI
FA-GOTS



Fortiksen pikkujoulusitsit 4.12.2013

Joulun tunnelmaan pääsi viimeistään joulukuun ensimmäisen viikolla, kun joulumaa löytyi Onnelan sydäimestä. Pikkumustiin ja tummiin pukuihin pukeutuneet tonttulakilliset farmasistin alut sitsitunnelmaan johdatti Festivus Pilulaen avulla pohjoiskarjalalainen härkäpari, toastit Marko Lamminsalo ja Jere Leskinen.

Nyt-sikermän myötä ilta uhkasi lähteä täysin käsistä. Laulu raikui ja esiintymisvuorolla palkittiin epäsitimäisestä käytöksestä, johon lukeutui erityisesti sitsien maksamisen unohtaminen. Robinin Boom kahin oopperatulkinta kuitenkin viimeistään räjäytti pankin. Ensimmäiseen taukoon mennessä tunnelma oli katossa, siiderit ja litsimehut juotu sekä tytöt olivat oppineet viiheltämään syötyään piparia. Hengen ravinnoksi tarjottiin lisäksi esityksiä kondomeista, jouluevankeliumista, apteekkitilanteista sekä tanssi Vi vill ha mera. Ruumin ravinnoksi sitsitoimikunta tarjosi puuroa sekaan piilotetulla mantelilla, piparia sekä glögiä teräksellä.

Sitsien päätyttyä tunnelma kohosi Onnelan yläkertaan jatkoille. Paikalle ilmeistyi myös itse joulupukki tyhjentämään säkkejään. Pukki jakoi kovaa ja pehmeää pakettia kaikille, joilla oli rakkauden symboli kädessään. Esimerkiksi Okko sai mm. pehmoisen vihreävaakaritaset alushousut, joissa takapuolella luki "Fa-Gots this way", sekä miehisyttä nostattavia pipareita. Tuhmat saivat

kovaa kättä jos sitäkään. Raskaan illan jälkeen pukki rentoutui liikkumalla tanssinomaisesti hehkeän kauniiden ja sulavaliikkeisten Fa-mourettesien tyttöjen ammattilaismaisen tanssiesityksen tahdissa.

Illan ohjelmaosuus päättyi Ms. Fortiksen ja Mr. Fa-Gotsin valintaan. Erittäin tasavertaisen ja erotiikkaa tihkuvan kilpailun hallitsijoiksi nousivat lopulta Pia "BB-Niko" Nousiainen sekä "ei-BB" Niko "makoisa banaani" Hassinen, jolle poikkitieteellisesti kilpailleet serverimiehetkin joutuivat antautumaan. Kilpailun ja koko illan meininki oli suorastaan Aufviidersseen ja jingelool tö vei tai kuten eräs kuuluisa suomalainen räpartisti kuvailisi: "Aa!"

TEKSTI MARKO LAMMINSALO
KUVAT MAIJA RANTALA,
EINI YLÄ-SULKAVA



Alun kankeutta

*Tulee päivä uusi ja alussa kapina,
sillä silloin kiihdytys on vikkelin.
Opit ei tuu torkutelles, vaikka
kurseilla petrataankin lopussa.
Ja ne hirveet tentit. Mut' hei, fuksi,
tämä on aatos sinulle, kuiskaus läksijälle,
pakollinen rimputus, Väinöllekin karkkia.
Ei tarvitse olla farmasian Spede
näyttääkseen kundeille mallia.*

TSNEH

*Opparissa penkki, penkillä poika
Vieressä lopputyö ja hiljaisuus
Kirjoittaa ois hyvä
Mut sanat niin kuin toimiston sohvaan takertuu
Sekavat lähteet vieraan kielen
aidoksi synteesiksi muovautuu
Kuumottava deadline ja totinen on poika
Kun kumartuu ja kuiskaten lausuu
Mä tykkään susta niin että halkeen

Töissä takki, takissa hihat
Ja aseptisen omatunnon imeneet
Kädet jotka tarkistaa tuotteen laadun ja
Jälkeen vuosikymmenten
Muistavat Kuopion
Muistavat ahdistuksen
Tuskin muistavat sanat jotka kirjoitettiin
Voi kunpa vielä
Voi kunpa elämä ois huoletonta niin*



Vitabalans-excu, eli matka jännän äärelle ja takaisin

Vitabalans Oy on suomalainen yksityisomisteinen lääketehdas. Yritys valmistaa resepti- ja itsehoitolääkkeitä sekä ravintolisäitä. Vitabalansilla on Hämeenlinnassa kolme tehdasta: yhdessä valmistetaan lääkkeet, toisessa ravintolisät ja kolmannessa maitohappobakteereja sisältävät tuotteet. Myös yrityksen pääkonttori sijaitsee Hämeenlinnassa. Vitabalans työllistää noin 160 henkilöä, joista 50 työskentelee tytäryhtiöissä vientimaissa.



Aikaisesta herätyksestä ja kylmästä ilmasta huolimatta kaikki excu-ilijat olivat ajoissa yliopistolla, ja pääsimme lähtemään kohti Hämeenlinnaa. Matka sujui rauhallisesti, sillä suurin osa torkkui. Noin viidentuntin ja kahden lyhyen pysähdyksen jälkeen saavuimme Vitabalansille. Meidät otti vastaan markkinointipäällikkö Camilla Ahlsved, joka myös piti lyhyen esittelyn yrityksestä. Saimme tietoa myös Vitabalansin reseptilääkkeistä ja apteekkipuolen ravintolisistä. Itse yllätyin reseptilääkevalikoiman laajuudesta, sekä siitä, että Vitabalansin valikoimiin kuuluu myös kuumemittareita, joita he tosin eivät itse valmista. Myös poretabletit valmistutetaan muualla, mutta muuten Vitabalansin tuotteet valmistetaan Hämeenlinnassa.

Noin tunnin luento-osuuden jälkeen alkoi matkan jännittävin osuus: tehdastiloihin tutustuminen. Puimme päällemme suojatakkit ja laitoimme myssyt sekä kengänsuojukset, otimme korut pois ja olimme valmiita seikkailuun. Kierros alkoi valmistusprosessin alusta punnitushuoneesta. Punnitushuoneesta siirryimme ikään kuin massan mukana katselemaan sekoitinta. Sekoittimen jälkeen vuorossa oli high shear -rakeistus ja raemassan kuivaaminen leijupedillä. Vitabalansilla on käytössään kolme keskenään hieman erikokoista tabletointikoneetta. Näimme myös miten tabletteja päällystetään, kun siniset tabletit pyörivät päällystysrummussa. Varsinaisen valmistusosuuden jälkeen pääsimme tutustumaan myös pakkaamiseen. Näimme miten tabletteja pakattiin purkkeihin ja blistereihin. Selvisi myös miten pakkausseteli saadaan pahvipakkauksen sisään: kone taittelee sen ja survaisee pakettiin yhdessä purkin kanssa. Erilaiset koneet ovat kuulemma harmittavan usein rikki: nytkin yhtä tabletointikoneista huollettiin ja pakkauskoneet jouduttiin pysäyttämään, koska sekundääripakkaukset menivät ryttyyn.

Tehdaskierroksen jälkeen kävimme vielä lounaalla ennen Kuopioon suuntaamista. Bussissa oli jälleen rauhallista, vaikka ainakin etupenkissä koettiin ajoittain kauhunhetkiä bussikuskin ohitellessa muita autoja ystieillä. Takaisin Kuopiossa olimme seitsemän aikoihin. Vaikka 13 tunnin reissu oli vähän rankka, suosittelen silti lähtemään Vitabalans-exculle, varsinkin jos lääkkeiden teollinen valmistaminen kiinnostaa.

TEKSTI KAISA KYTTÄ

Vie mut bingoon Hunteriin

Ilma oli jälleen kauniin luminen, ja kirpeä pikkupakkaneen piristi matkaamme, kun vaelsimme Nepaliin. Maanantaina 9.12. oli jälleen perinteisten Hunterin pikkujoulujen aika. Tunnelmallinen anniskeluravintola Neulamäen sydämessä täyttyi vihreistä haalareista ja tonttulakeista hyvissä ajoin ennen bingon alkua. Paikalla oli tottakai myös ravintolan kantaasiakkaita.

Kello lyödessä 21 oli aika illan ohjelman, jota monet olivat odottaneet malttamattomina ja varmoina voitostaan. Bingo vaati osanottajilta sääntöjen tuntemusta, keskittymiskykyä ja hieman tuuria. Ilta oli voitokas järjestävälle kolmannelle vuosikurssille, sillä kaikki kolme onnellista voittajaa edustivat kyseistä vuosikurssia.

”Nyt on vuhuu! Ekaa kertaa Hunterin bingossa ja voitin!” iloitsi Elina voiton jälkeen.

Myös Iida oli iloisesti yllätynyt voitostaan: ”Ainutlaatuinen hetki ja oli hirveen jännittävä peli. Niinkin yksinkertainen peli kuin bingo ja silti sai aikaan niin paljon jännitystä.”

”Useesti oon käynyt ja aina haaveillu voitosta. Nyt osu kohdalle. Tää on suuri päivä”, fiilisteli Ilona ja jatkaa: ”Täällä on ainutlaatuinen tunnelma ja tapahtuma. Vaikka on onnellisesti muuttanut pois Nepalista, niin on aina mukava palata muistelemaan vanhoja bingon pariin.”

Myös Elinan mielestä Hunter on tutustumisen arvoisen paikka: ”Hunter oli positiivinen yllätys, erityisesti wc-tilat olivat tilavat ja siistit. Tästä paikasta tulee selaset Kumman kaa -fibat. Hyvä harrastaa välillä maaseutumatkailua ja tutustua uusiin paikkoihin. Voisin tulla uudestaan tänne.”

Vaikka tapahtuma saikin paljon kiitosta, myös parannettavaa löytyy. Monia osallistujia harmitti työnteekijöiden vähyys ja keittiön aikainen sulkemisaika. Itselfänikin jäi makkarakori syömättä, kun keittiö meni kiinni jo yhdeksältä.

TEKSTI KAISA KYTTÄ

Meillä on mistä valita

- >> Laadukkaita lääkkeitä edullisesti
- >> Tunnettuja tuotemerkejä
- >> Innovatiivisia alkuperäisvalmisteita

ratiopharm

TEVA

Group Member

Pikkujoulut Hunterissa - runoutta

Kello 23 jälkeen Antti 045 1233400 runoili:

Synkkä musta yö

*Aamulla kun mä heräsin
kelloa mä katselin,
silmiäni häikäisi
auringon valo.
Tunteita aamulla.
Onnellisiako?
Surullisia.*

[tunnetaan myös nimellä krapula-aamu]

Punainen kuu

Se jätti mut yksin. Surun tunne. Puu kasvaa.

Yksin veneillessä

*Aalto rantaan lyö,
köydet mä irti sain.
Todellisuus.
Aalto rantaan löi,
kone käyntiin lähtenyt ei.
Laiturillako seison?
Ei, veneessä.
Kuutamoa paistaa,
moottori paistaa.
Käyntiinkin lähti.*

”Pieni askel miehelle, suuri harppaus naiselle”

Fortiksen vuosijuhlien tanssikuvioita pystyi hiomaan etukäteen Suomen Farmasialiiton opiskelijat FLOp ry:n järjestämässä paritanssikoulutuksessa 10.10. ja 17.10. Haapaniemellä. Tanssiseura J&V:n ohjastaman entistä kuumemman menon mahdollisti kesällä hankittu kattotuuletin ja haastavat liikesarjat (taulukot 1 ja 2). Miesten oli jälleen muistettava antaa tilaa naisille ja pitää fuskukäsimatalalla, kun taas naisten oli heittäydyttävä miesten vahvoille käsivarsille ja antauduttava rytmin vietäväksi. Rytmiksi osan pareista jopa niin mukaansa, ettei maksettu puolitoistatuntinenkaan riittänyt tyydyttämään tanssia kohtaan syttynyttä intohimoa.

Taulukko 1. Valssin ja tangon opitut salat.

Perusaskel
käännös oikeaan
käännös vasempaan

Taulukko 2. Fuskun liikkeitä miehen näkökulmasta.

perusaskel (suljettu ja avoin asento)
oikean käden ali
vasemman käden ali
nainen pyörii paikallaan
sooloilua

TEKSTI MARKO LAMMINSALO
KUVAT KAISA KYTTÄ



Magnesiumum on elimistön oma supersankari

Magnesiumia saadaan kasvikunnan tuotteista, etenkin täysjyvätuotteista ja siemenistä sekä lisäksi jonkin verran maitotuotteista ja kalasta. Kivennäisvesiin on usein lisätty magnesiumia ja sitä löytyy myös kahvista. Aikuisen miehen suositeltu päiväsaanti on n. 350 mg, naisilla taas 280 mg. Terve, monipuolisesti syövä ihminen saa tarvitsemansa magnesiumin ravinnosta mutta jotkut tekijät heikentävät magnesiumin saantia tai lisäävät sen eritystä.

Magnesiumin imeytymishäiriön takaa löytyy usein jokin suolistonsairaus, kuten keliakia tai Chronin tauti. Myös runsas oksentelu tai railakas, pitkäkestoinen ripuli voivat estää magnesiumin imeytymistä. Ikääntyminenkin vaikuttaa magnesiumin saantiin, sillä yhdysvaltalaisen tutkimusten mukaan ikääntyvillä on usein sekä vähemmän magnesiumia ravinnossaan että heikentynyt imeytyminen suolistossa. Ikääntyvillä myös magnesiumin erittyminen voi olla lisääntynyttä, sillä magnesium erittyy munuaisten kautta. Terveet munuaiset pystyvät säätelämään magnesiumin siirtymistä virtsaan mutta erilaiset munuaistaudit voivat lisätä erittymistä. Myös huonossa tasapainossa oleva diabetes, pitkään jatkunut alkoholin liikakäyttö ja osa nesteenoistolääkkeistä voivat olla lisääntyneen erityksen takana.

Magnesiumin puutos voi olla aluksi vaikea huomata, sillä lievä puutos ei aiheuta yleensä oireita. Myöskään verikokeissa elimistön alhainen magnesiumipitoisuus ei yleensä heti näy, sillä puolet elimistön magnesiumista on luustossa, noin puolet soluissa ja vain alle prosentti veressä. Siksi elimistön magnesiumivarastot voivat laskea huomattavastikin, ennen kuin veren magnesiumipitoisuus muuttuu.

Tavallisia puutosoireita ovat väsymys, vapina ja lihasnykäykset, oksentelu sekä rytmihäiriöt. Magnesiumin puutokseen liittyy usein myös veren alhainen kaliumipitoisuus sekä kalsiumineenvaihdunnan häiriöt. Usein elimistön alhainen magnesiumipitoisuus korjataan suoraan suoneen annettulla magnesiumlisällä. Mikäli puutos johtuu magnesiumin liiallisesta erittymisestä, sitä voidaan kompensoida suun

kautta annettavilla valmisteilla. Magnesiumin tehoa on tutkittu myös mm. rytmihäiriöiden ja diabeteksen hoidossa mutta tulokset eivät ole yksiselitteisiä. Myöskään suonenvetojen ehkäisyssä magnesiumilla ei ole osoitettu olevan tehoa, vaikka sitä siihen tarkoitukseen paljon käytetäänkin. Magnesiumvalmisteista sitraattimuotoinen suola on todettu bioekvivalenssiltaan tehokkaimmaksi Suomessa myytävistä tuotteista.

Magnesiumilla on elimistössä monipuolinen rooli. Se vaikuttaa niin erilaisten entsyymien toimintaan kuin hiilihydraatti-, proteiini- ja rasva-aineenvaihduntaankin. Magnesium osallistuu verenpaineen säätelyyn sekä on merkittävässä osassa hermoston ja lihasten normaalissa toiminnassa. Lisäksi magnesium on tärkeä luustomineraali.

TEKSTI OUTI PULLIAINEN



Kuvassa paljon magnesiumia sisältäviä ruokia, kuten vehnälese-muffinseja, kurpitsansiemeniä, jogurttia ja pinaattia.

Lähteet:

Lääkärin käsikirja, Duodecim

Vitamiini- ja hivenaineopas, Ferrosan Oy

National Institutes of Health: Dietary Supplement Fact Sheet – Magnesium

Apteekkarin Gefilus ja Lysi -tuotteet saatavilla vain apteekeista

Gefilus Apteekkarin Plus

Kaiken ikäisille sopivat Gefilus Plus kapselit sisältävät maailman tutkituinta, Lactobacillus GG maitohappobakteeria. Yksi kapseli päivässä riittää. Pakkauskoko 50 kapselia.



Gefilus Apteekkarin Plus+D3

Yksi kapseli sisältää Lactobacillus GG maitohappobakteerin lisäksi 10 µg vastustuskykyä tukevaa D-vitamiinia. Sopii myös lapsille. Pakkauskoko 50 kapselia.



Gefilus Apteekkarin Tipat+D3, 15 ml

Maailman tutkituin maitohappobakteeri Lactobacillus GG sekä vastustuskykyä tukeva D-vitamiini samassa tipassa. Pakkauksesta riittää 50 päiväannokseen.



Gefilus Apteekkarin Purutabletti

Gefilus Purutabletit sopivat koko perheelle päivittäiseen käyttöön. Kaksi herkullista makua; raikas omena ja vadelma-mansikka. Riittoiset 60 tabletin pakkaukset vain apteekeista.

Vahva uutuus!



Apteekkarin Lysi Omega-3

120 kapselin säästöpakkaus sopii erityisesti perheisiin, joissa on useampi omega-3-käyttäjä. Jo yksi kapseli päivässä täydentää sydämelle tärkeiden omega-3-rasvahappojen saantia!

Gefilus® ravintolisät on valmistettu Suomessa.

Marko-sedän pähkinäsekoitus

Intuition lisäksi looginen päättelykyky on ihailtava ominaisuus. Seuraavien pähkinän, rusinan ja marjan avulla voit harjoitella ja tulla entistä ihailtavammaksi.

PÄHKINÄ: Käytössäsi on 300 ml ja 500 ml dekat. Kuinka voit mitata dekoilla 100 ml vettä niin, ettei yhtään vettä mene hukkaan?

RUSINA: Testaat myyntitaitojasi 8 tunnin ajan ja huomaat myynnin noudattavan tiettyä matemaattista kaavaa. Geneeristä tuotetta meni tunnin välein mitattuna 1, 1, 2, 3, 5, 8, 13 kappaletta. Kuinka paljon tuotetta meni viimeisen tunnin aikana?

MARJA: Vanhempi naishenkilö tulee apteekkiin testaamaan nokkeluuttasi ja kertoo sinulle tarinan pienestä ja isosta intiaanista: "Pienempi intiaani on isomman poika, mutta isompi ei ole pienemmän isä." Miten selität tilanteen?



EDELLISEN SEKOITUKSEN VASTAUKSET

PÄHKINÄ: 5 €. Jos merkitään pakkauksen hintaa x llä niin lääke maksaa $100+x$, jolloin ratkaisu saadaan yhtälöstä $x+(100+x)=110$.

RUSINA: -30 % -pakkauksessa. Merkitään salmiakin määrää x llä ja asetetaan hinnaksi 1 €. Ensimmäisessä tapauksessa x verran salmiakkia maksaa 0,7 €. Toisessa tapauksessa $1,3x$ verran salmiakkia maksaa 1 €, toisin sanoen x verran salmiakkia maksaa $1/1,3=0,77$ €. Näin ollen -30 % -pakkauksessa on enemmän salmiakkia hintaan nähden.

MARJA: Kyseessä ei ole mies itse vaan hänen poikansa.

Perunat on ituisia

(säv. *Timantit on ikuisia*, san. Cheek, Tomi Havunen, Miika Walamies)

*Jeah, anna mun olla maamies joks halusin tulla
 anna mun antaa se mitä sä halusit multa
 se tarvii kyntöä vaikeisiin hetkiin
 mun täytyy Raidia näihin rikkaruohoihin etsii
 anna mun säilyttää se voima sun sisällä
 se sama voima kun keväällä
 erikoiset ravinteet luo erikoisii multia
 oon yksi heistä, anna jalat maassa silti pitää
 nuori, tyylikäs ja varakas
 ne sanoo et mä räppään vaan sipuleist, perunoist ja maista
 mutsi kysy luuleksä olevas se kuuluisa Jussi
 sanoin en mä tiää, mut jotain samaa meis on*

*Mää en tuu poistuu täältä koskaan
 woo-oo-oo-oo, sipulit on makoisia
 ja mä lupaan pysyy aitona ja aina kyntää koska
 woo-oo-oo-oo perunat on ituisia
 whoo-oo-oo-ou, whoo-oo-oo-oooo-o-oo-o-oo
 perunat on ituisia*



Tanssii liskojen kanssa - UBDC 3.12.2013

Kaikki tähdet ja planeetat sekä terot ja anterot olivat siinä asemassa, että Vitriinillä tulee tapahtumaan asioita. Aamuinen lippumarssi oli unohdettu mutta sitäkin korkeammalla oli lippu teollisuusalueen paratiisia kohti suunnattaessa. Päivä oli tiistai; oli pakko ottaa, oli Ultimate Beer Drinking Challenge UBDC ja sen sivussa Sika- ja Olutjuhlat.

Tarjolla oli kiuas, kinkkua ja kaljaa (ostettava erikseen) Fa-Gotseille ja heidän hyväksymilleen elämänmuodoille. Veljeskunnan apuna kinkkueläimien metsästyksessä oli jälleen perinteisesti Farenta, joka ei yrityksistä huolimatta vielääkään osallistunut oluteläinten metsästykseseen. Illan metsästäjäarvoasteikolla pystyi kohoamaan itsemetsästettyjen eläinten nahkoja veljeskunnan arvovaltaisille näyttämällä. 12 henkilöä tekikin niin!

Nopeuskaljojen jälkeen hengähdystauon tarjosi syyskokous, joka oli kuin Antero: epäjärjestön historian kenties pisin. Tultiin moneen ja mm. siihen tulokseen, että maailman ekonomian realisoituminen sompatien tasolla lisää tarvetta järjestöön kohdistuvalle monikanavarahoitukselle, mikä korostaa sosioekonomisen aseman huomioimista markkinointiviestinnässä. Lopputuloksena järjestön synergistä rakennetta jäsenten ja hallituksen osalta päätettiin entisestään fuusoida tehokkaamman tahtotilan aikaansaamiseksi. Samalla ja erityisesti tuolloin nautittiin kinkkueläimistä. Myöhemmin nuoremmat metsästäjät saivat klaanipäähineensä, tuon joka säällä ja joka aktissa suojausta antavan reliikin - gotsipipon.

“Joka toisen munaa kaivaa, se on ite.”
- Juho laupias somppislainen

Kokoustamisen jälkeen siirryttiin ulos kestävyyslajien pariin. Ennennäkemättömällä suorituksellaan, kaikki puolenkymmentä heittoansa koriin, Samu otti kiinni kärkikaksikko Antonia ja Pietaria. Kestävyyslajien aikana viime vuosien hallitseva mestari, Niko saa, oli vielä kaukana kärjestä. Haastattelussa hän totesi loppukisan taktiikakseen: “Juon enemmän.” Näin tapahtui.

Metsästäjistä ansioituneimmat kohtasivat Tiikerin silmän, joka oli erottava viimeisetkin jyvät akanoista. Siinä missä tavan ihmiset pystyvät nauttimaan neljän minuutin aikana vain 1-2 tölkkiä jumalatarten nektaria, jumalatartensuosiot nauttivat gotsit pystyvät 4-6 tölkkiin. Kosmisessa onnenpyörässä rosmosektorille eksyneet kisaajat taas saivat kohtalokseen miinuspisteitä pöydän maalaamisesta sateenkaarihaukotuksiin.

“Ihme, että oon ylipäänsä tajuissani.”
- Hämeen Daniel

Kun kisa saatiin päätökseen, alkoi jännittävä pisteiden julkistamisen odotus. Termi “rakettikänni” ei riittänyt kuvaamaan Rocky-finaalissa nautittujen virvokkeiden päihdyttävän vaikutuksen saapumista. Alkoholi ei kuitenkaan kohdellut kaikkia tasavertaisesti: kisassa toiseksi tullut fuksihaastaja Anton tippui oluen ja sijoituksensa herättämien euforisten tunteiden vaikutuksesta naamalleen, kun taas juuri gotsipopotemppuvoittanut kaksimetrinen lappalainen näytti vain lievästi päihtyneeltä. Mestareiden juhlimisen jälkeen gotsit liukenivat etanolin liuottamina Vitriiniltä pikkuhiljaa koteihinsa tai siltojen alle yöpuulle. Koska tussit ovat edelleen kiellettyjä kisa-alueella monien vuosien takaisesta onnettomuudesta johtuen, järjestön varoja päätettiin käyttää hyödyksi jäädyttämällä Vitriinin lämmitysjärjestelmä ja jättämällä ovet auki.

TEKSTI MARCOS JA OK
KUVA EMERALDIDOSENTTI

UBDC:N SIIJOITUKSET JA LOPPUPISTEET:

1. Niko “saa” Saarelainen 131p
2. Anton “KYS” Jaakkola 127p
3. Pietari Kopper”-berg” 107p
4. Miinin “Ville” Jegori 106p
5. Samu “1,2,3, Samu” Laitinen 81p
6. Arto “Purre” Puranen 71p
7. Antti “Most good” Uosukainen 61p
8. Antti “Tsunami” Kauttonen 55p
9. Iiro “Jäppinen” Jäppinen 48p
10. Antti “Lounas” Louna 45p
11. “Massi-”Niko Hassinen 40p
12. Sami “Jebou” Gabbouj 39p



Kuva 1. UBDC:n osallistujat havainnollistettuna kuvaajan muodossa. Kuten kuvasta nähdään, fukseja oli monta.

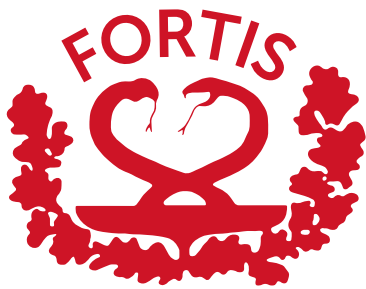


Fortiksen 10. viinijuhlat
— 10.1.2014 —
klo 18:00

Lukema & Puikkari

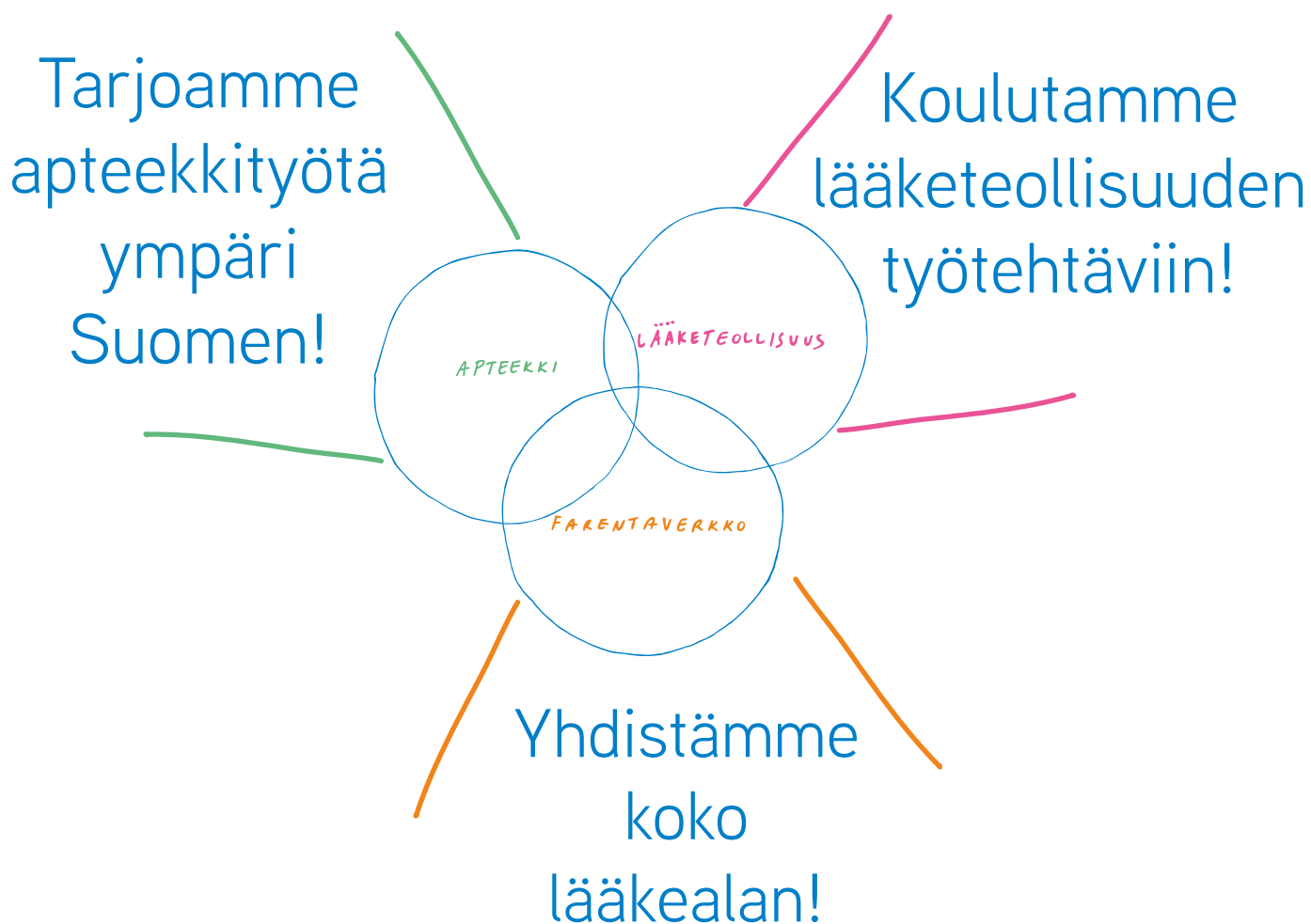
HYVÄÄ JOULUA!

Toivottaa



& DILUTUS
KUOPION FARMASIAN OPISKELIJOIDEN JULKAISU

WAUTSIWAW MIKÄ TYÖPAIKKA!



FARENTA

Alan upeisiin työmahdollisuuksiin pääset käsiksi täyttämällä hakemuksen osoitteessa www.farenta.fi