



Kemia-lehden pakinoitsija
Keemikko väittää katsovansa
maailman menoa erlenmeyerlasien läpi.
Valkoisen takin alla piilee kuitenkin
monitaitoinen maailmankansalainen,
jolle mikään inhimillinen
ei ole vierasta.

Mopohiiren molekyylit

NYKYAJAN VASTINE kirkonmenoille on käynti punttisalilla. Sinne kuuluu kulkea mopolla tai mopoautolla, kuten jokainen katu-uskottava teinikin tekee. Kun kulkupeli on saatu parkkiin, sen omistaja voi omistautua spinningille.

Kuten asiaan vihkiytyneet tietävät, spinning tarkoittaa ryhmäkuntopyöräilyä viikon sävelten tahdissa. Päämääränä ei ole määränpää eikä edes matka vaan uusien pyöräilyvarusteiden esittely.

Jos kuntoilijan ongelmana on pömpöttävä vatsa, kannattaa lahkeiden heiluttelun sijaan kokeilla punttien nostoa. Suuret lihakset polttavat paljon energiaa. Teoriassa ylipainosta pääsee painoilla.

Käytännössä asia on toisin. Aivoissa on nimittäin keskus näläntunnetta varten. Puntit ja haarukka tuppaavat liikkumaan samaan tahtiin, joskin eri aikaan.

Jokainen salia harrastava oppii nopeasti varomaan katabolismia. Treenin jälkeen keho ottaa energian sieltä, mistä sen helpoiten saa. Jos suussa ei ole proteiinipatukkaa, energia irtoaa lihaksesta.

LIHAKSET SAA kasvamaan jokainen, mutta lääkärin loitolla pitäminen on toinen juttu. Kakkostyyppin diabe-

testa voi juosta pakoon, mutta sokeri-arvot tulevat perässä. Mitä enemmän urheilee, sitä suurempia sokerihiippuja ja -laaksoja on luvassa. Jos sokeriä vielä saa tasapainoon, fysiologia kostaa toisella tavalla.

Adenosiinitrifosfaatti, lihassupistuksen ainoa energialähde, hajoaa vuorokaudessa esimerkiksi kreatiiniksi.

”Puntit ja haarukka tuppaavat liikkumaan samaa tahtiin.”

Mitä enemmän kunnostaan huolehtii, sitä nopeammin päätyy kemialliseen ansaan. Mitä kovempaa juoksee lääkäreitä pakoon, sitä varmemmin fysiologia kostaa.

Lopulta on seliteltävä valkotakeille korkeita kreatiinipitoisuuksiaan. Silloin voi kokeilla vaikkapa repliikkiä, että ”ei munuaisissa vikaa ole, tuli vaan vähän supisteltua lihaksia”. Medicuksen silmissä lausunto pudottaa kuntoilijan samaan kastiin, jossa alkoholisti puolustelee maksa-arvojaan.

Verenpaineen ja kolesterolin kanssa painivan kannattaa tutustua uusiin Keski-Euroopassa päivitettyihin lukuihin. Paineita mittailtaessa on käynyt ilmi, että vanhoilla suositusarvoilla on

nostettu kansanterveyden sijaan ainoastaan lääketieteellisuuden voittoja.

KUNNON KOHOTTAMISEEN liittyy paljon riskejä, joista ylikunto ei ole pienin. Kemistille syntyy vastustamaton kiusaus vetää mutkat suoriksi molekyylitasolla.

Kuten jokainen metaboliaa peruskurssin verran harrastanut tietää, happo- ja energiakierron välissä pyörivät sopivasti nikotiini-amidi-adeniini-dinukleotidit eli nadit. Ne ovat kuin vaihteisto, jolla saa sekä moottorin että pyörän käännettyä alkuasentoon.

Rypyt katoavat, kun niistä kehitetty muskeli-patteja. Nadeja nappaamalla nykyajan alkemisti pystyy ohittamaan vuosikymmenten kokopäiväisen salitreenin. Kunnon tujaus $C_{21}H_{27}N_7O_{14}P_2$:a uudistaa kummasti reissussa rähjäntynyttä kudosta. Kuusikymppinenkin saa muutamalla napilla teini-ikäisen lihaksiston.

Varmuudella näin tosin käy vain siinä tapauksessa, että on taksonomialtaan hiiri ja ammatiltaan koe-eläin. Tästä kumpuaa nykyfilosofian kuumin peruskysymys: miksi kaikki kiva tapahtuu jyrksijöille? □

Keemikko

Hotbody-spinningiä harrastava
mopoautoileva hiiri