ALLERGIA- JA ASTMALITTO RY **TIEDOTE 4.3.2005**

ALLERGIAVIIKKO HERÄTTÄÄ SIITEPÖLYKAUTEEN

Allergia- ja Astmaliitto yhdistyksineen järjestää **4.-10. huhtikuuta Valtakunnallisen ALLERGIAVIIKON** tunnuksella Hoida allergiasi! Tapahtuma- ja tiedotuskampanja järjestetään yhteistyössä Apteekkariliiton jäsenapteekkien, Yliopiston Apteekin ja Ruokakeskon kanssa. Kampanjan tavoitteena on opastaa ihmisiä tunnistamaan ja hoitamaan allergista nuhaa.

Allergiaviikolla jaetaan tietoa ja neuvontaa lukuisissa tapahtumissa eri puolilla Suomea. Allergia- ja astmayhdistysten allergianeuvojat jalkautuvat ihmisten kohtauspaikoille ja tekevät yhteistyötä muun muassa apteekkien ja terveydenhuollon kanssa. Tiedot tapahtumista ja tilaisuuksista tarkentuvat Allergia- ja Astmaliiton verkkosivuille (www.allergia.com > ajankohtaista > Allergiaviikko).

Helsingissä allergiatietonsa voi ensimmäistä kertaa päivittää Allergiaratikassa, joka kiertää 7B:n reittiä keskiviikkona 6.4. ja perjantaina 8.4. klo 10–14. Allergiaratikka pysähtyy Pasilan, Kisahallin, Lasipalatsin ja Hakaniemen pysäkeillä. Ajankohtaista tietoa siitepöly- ja muistakin allergioista on samoina päivinä tarjolla myös Pasilan asemalla klo 14–18.

Aloita allergialääkitys ajoissa!
- Allergisen nuhan oireita ovat nenän kutina ja aivastelu, tukkoisuus ja vesinuha. Nenäoireisiin liittyy usein myös silmien punoitusta, kutinaa ja vetisyyttä. Siitepölyallergia voi aiheuttaa kutinaa myös kitalaessa ja korvakäytävissä, äänen käheyttä, kurkkukipua, yskänärsytystä, päänsärkyä ja vetämätöntä oloa, kertoo Allergia- ja Astmaliiton allergianeuvoja **Hannele Tähti**. Suomalaisista noin 30 % kärsii allergisesta nuhasta.

Siitepölyallergian oireita voi helpottaa lääkkeillä. Lieviin oireisiin riittää antihistamiinitabletti, joita saa apteekista myös ilman reseptiä. Hoitoa voidaan tehostaa kortikosteroidi-nenäsumutteella ja silmätipoilla.
- Jos allergiaoireet ovat aikuisilla runsaita ja aina, jos oireilija on lapsi, on syytä kääntyä lääkärin puoleen tarkempia tutkimuksia ja hoito-ohjeita varten, muistuttaa Hannele Tähti. Reseptillä ostettavista lääkkeistä saa myös Kelan lääkekorvauksen.

Allergialääkitys tulee aloittaa jo ennen varsinaista siitepölykautta. Esimerkiksi nenään annosteltava kortikosteroidisumute tulisi ottaa käyttöön jo noin 1-2 viikkoa ennen siitepölykauden alkamista. Myös astman lääkehoitoa tulee ajoissa tehostaa annettujen omahoito-ohjeiden mukaan, jos astmaan liittyy siitepölyallergiaa. Myös ei-allergiset astmaatikot oireilevat usein siitepölyille ja katupölylle. Atooppinen ihottuma saattaa myös pahentua siitepölykaudella, jolloin ihottuman hoitoa tulee tehostaa.

- Jos oireet oikeasta lääkityksestä huolimatta ovat runsaat, suositellaan siedätyshoitoa. Siedätyshoito aloitetaan syksyllä siitepölykauden päätyttyä. Siinä potilas saa siedätysuutetta nousevin annoksin pistoksena olkavarteen. Hoidolla on saatu hyviä tuloksia siitepölyjen aiheuttamien nuha-, silmä- ja astmaoireiden hoidossa sekä astman puhkeamisen ehkäisyssä.

Leppä kukkii ensimmäisenä
Siitepölykausi alkaa lepän ja pähkinäpensaan kukinnalla kevään edistymisestä riippuen maalis-huhtikuussa. Etelä-Suomessa lepän kukinnan ennustetaan tänä vuonna alkavan maaliskuun puolen välin paikkeilla. Jo sitä ennen siitepölyallergiset voivat saada oireita Viron puolelta tulevista kaukokulkeumista, jos etelätuulet puhaltavat sopivasti.

Suomen siitepölykeväästä ennustetaan keskinkertaista, joskin etelärannikolla koivun kukinta voi olla hieman tavallista runsaampaa. Koivu alkaa Etelä-Suomessa kukkia vapun tienoilla, heinät kesäkuun puolessa välissä ja pujo heinäkuun puolessa välissä. Pohjoisempana kasvien kukinta alkaa paria viikkoa myöhemmin.

Siitepölykevään edistymistä voi seurata Turun yliopiston Aerobiologisen yksikön siitepölytiedotteesta, joka uusitaan päivittäin. Tiedote löytyy muun muassa Allergia- ja Astmaliiton verkkosivujen kautta, www.allergia.com > ajankohtaista > Allergiaviikko.

Lisätietoja:

- tiedottaja Outi Rastas, (09) 4733 5317, 040 7303 851, tiedotus@allergia.com
- allergianeuvoja Hannele Tähti, (09) 4733 5202, 044 530 8125, hannele.tahti@allergia.com
- www.allergia.com