

Tuoksuyliherkkyys vaivaa keski-ikäisiä naisia

Tuoksuyliherkkyys tarkoittaa erilaisten tuoksujen ja hajujen aiheuttamia fyysisiä oireita, kuten nuhaa, astmaa, päänsärkyä, pahoinvointia, sydämentykytystä, huimausta ja ahdistusta. Jotkut reagoivat vain yhteen tai muutamaa tuoksuun, toiset suureen joukkoon erilaisia hajuja.

Tuoksuyliherkkyys ei ole allergiaa, vaan kyseessä on keskushermoston poikkeavan voimakas reaktiotapa tuoksuun. Tuoksuyliherkkyyttä on eniten keski-ikäisillä ja ikääntyvillä naisilla, paljon harvemmin miehillä. Tuoksuherkkiä on 10–40 prosenttia väestöstä. Tyypillisiä aiheuttajia ovat tupakansavu, hajuvedet, hien haju, aamulehden tuoksu ja homeen haju.

– Oireet alkavat yleensä lähes heti tuoksun aistimisen jälkeen, kuvailee allergianeuvoja Anne Vuorenmaa Allergia- ja Astmaliitosta.

– Oireilu on joillakin niin voimakasta, että he eivät esimerkiksi voi lukea aamun sanomalehteään muualla kuin liesituulettimen alla tai vasta iltapäivällä. Kokouksissa tuoksuyliherkkä välttää hajuvettä tai partavettä käyttäneen työtoverin läheisyyttä.

Tuoksuyliherkkyyden diagnoosi perustuu oireilijan haastatteluun. Antihistamiini tai nenään suihkutettava kortisoni saattavat auttaa vähän, mutta ainoa tehokas keino oireiden vähentämiseen on tuoksuton ympäristö. Lääkkeettömistä keinoista parhaiksi ovat osoittautuneet sisäilman laadun parantaminen, ilmanvaihdon lisääminen, yleinen siisteys ja staattisen pölyn vähentäminen ja ennen kaikkea partavesien, hajuvesien ja muiden tuoksuvien kosmeettisten aineiden välttäminen sekä kotona että koko työyhteisössä.

Useimmat tuoksuyliherkkät sietävät hyvin luonnontuoksuja, joilla kannattaakin karaista itseään. Eristäytyminen ei kannata, vaan hajuja pitäisi yrittää sietää, koska karaisu saattaa auttaa.

Vaurio hajuepiteelissä voi laukaista tuoksuherkkyyden

Liuoittimien tuoksu ja hyönteismyrkyt voivat laukaista tuoksuherkkyyden. Niiden katsotaan vaurioittavan hajuepiteeliä siinä määrin, että epiteelin herkkyys lisääntyy tai aivomuutokset laskevat oirekynnystä. Myös pakokaasujen arvellaan voivan aiheuttaa samanlaisen vaurion.

Vesivahingoissa rakenteiden bakteeri- ja homebakteerit nousevat voimakkaasti. Huoneilmaan erittyy niiden myrkkyaineita toksiineita, joiden kemiallista rakennetta ei juuri tunneta. Niiden joukossa on

ilmeisesti sellaisia kemikaaleja, jotka aiheuttavat runsaasti limakalvo-oireita ja psyykkistä pahoinvointia. Niin sanottu sairass rakennus –oireyhtymä lienee ainakin osittain tuoksuherkkyyttä.

Uniapnean ja muiden hengityshäiriöiden aiheuttama hapenpuute saattaa myös olla merkittävä tekijä tuoksuherkkyyden synnyssä tai pahentumisessa. Aihetta on tutkittu vähän.

Tuoksuherkkyyks on Suomen tapaisissa kylmissä maissa voimakkaampaa talvella kuin kesällä. Ei tiedetä, johtuuko talven vaikutus ilman kylmyydestä ja kuivuudesta vai esimerkiksi auringon ultraviolettisäteilyn puutteesta.

Hajusteita on erityisesti kosmetiikassa ja henkilökohtaisen hygienian tuotteissa kuten hajuvesissä, deodoranteissa, partavesissä, voiteissa, shampoissa ja saippuoissa. Hajusteita voi olla myös yllättävissä tuotteissa kuten leluissa, cd-levyissä tai terveysiteissä.

Hajusteet aiheuttavat myös allergiaa

Hajusteet voivat aiheuttaa myös allergista kosketushottumaa. Allergiaoireet kosmetiikalle alkavat yleensä muutaman päivän viiveellä altistumisesta. Jos epäilet kosmetiikka-allergiaa, ota yhteyttä lääkäriin, joka antaa lähetteen tarvittaessa ihon kosketustesteihin.

Hajusteet merkitään tuoteselosteeseen nimillä aroma, fragrance tai parfum. Hajusteiden koostumukset ovat tavallisesti liikesalaisuuksia, joista on vaikea saada tarkkoja tietoja. EU-direktiivi määrää, että yleisimmät 26 allergiaa aiheuttaa hajustekemikaalia on merkittävä nimillä pakkauksen aineosaluetteloon.

Hajusteallergia aiheuttaa iho-oireita tavallisimmin kasvojen alueelle (silmämeikit, kasvovoiteet, huulipunat), kainaloihin (deodorantit) sekä käsiin (käsivoiteet, saippuat). Varsin tyypillisesti on ensimmäinen oire silmäluomi- tai kainaloihottuma. Silmäluomi-ihottuman taustalla voi olla allergia paitsi silmämeikkien ja silmänympärysvoiteiden, myös hiustenpesuaineiden hajusteille.

Vaikka hajusteallergikko on allerginen vain yhdelle tai muutamalle hajustekemikaalille, joutuu hän yleensä välttämään kaikkien hajustettujen tuotteiden käyttöä. Allergian aiheuttanut hajustekemikaalia saattaa olla yhtenä aineosana hyvin monissa erilaisissa tuotteissa. Markkinoilla on kuitenkin runsaasti hajusteettomia tuotteita, jopa useita kokonaan hajusteettomia kosmetiikka- ja pesuainesarjoja. Niin sanottu luonnonkosmetiikka sen sijaan sisältää usein runsaasti hajusteita, ja hajusteallergia onkin varsin tavallisesti syntynyt luonnonkosmetiikan käytöstä.

Kysy neuvoa:

Allergianeuvonta vastaa numerossa 0600 14419 maanantaisin, tiistaisin, keskiviikkoisin ja perjantaisin klo 9TM3 ja torstaisin klo 13TM7. Puhelujen hinnat 0,85 e/min + paikallisverkkomaksu.

Lisätietoja toimituksille:

- tiedottaja Maarit Rautio, p. (09) 4733 5317, 040 549 1003
- allergianeuvoja Anne Vuorenmaa, p. (09) 4733 5202, 040 5583714

