Allergia− ja Astmaliitto ry Tiedote

2.2.2009

Tue terveyttä älä allergiaa

Kansallinen allergiaohjelma pyrkii keskittämään terveydenhuollon voimavaroja vaikeiden allergioiden hoitoon ja opettamaan ihmisiä hoitamaan järkevämmin lieviä allergioitaan. Allergiassa ei ole pahenemisen lakia, vaan lievät allergiat useimmiten pysyvät lievinä koko elämän.

Allerginen voi elää tavallista elämää allergiasta huolimatta ja siedättyä samalla ympäristön allergeeneille.

− ***−Liika allergeenien välttäminen ja ylihygieeninen elämäntapa pikemminkin pahentaa allergiaa, kuvaa allergianeuvoja Anne Vuorenmaa Allergia− ja Astmaliitosta.***

Länsimaiden hygieenisessä elinympäristössä elimistön karaistuminen ja altistuminen erilaisille mikrobeille jää liian vähäiseksi, jolloin elimistö puolustautuu viattomia allergeeneja, kuten siitepölyjä, kohtaan.

Monissa tutkimuksissa on huomattu, että erilaisille mikrobeille altistuminen jo lapsena, esimerkiksi maatilalla eläminen, suojaa allergioilta.

Allergiaohjelman myötä on lanseeraattu käsite allergiaterveys, jolla tarkoitetaan fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista hyvinvointia allergiasta huolimatta. Ihminen voi olla oireeton ja toimintakykyinen vaikka onkin allerginen. Allergia on enemmän yksilön ominaisuus kuin sairaus silloin kun allergian aiheuttama haitta on vähäinen.

Allergian taustalla on elimistön immunoglobuliini E−vasta−aineiden (IgE) epätarkoituksenmukainen toiminta. Näitä vasta−aineita on kaikilla ihmisillä, ne ovat ihmisen perusominaisuus. Niiden tehtävä on suojata ihoa ja limakalvoja pieneliöiden, loisten ja mikrobien hyökkäyksiltä. Oikeiden vihollisten puuttuessa ne hyökkäävät esimerkiksi siitepölyhiukkasen kimppuun, vaikka siitepölystä ei ole vaaraa elimistölle.

− Allergeenien välttäminen on toki tarpeen silloin kun oireilu on voimakasta, mutta vakavissakin allergioissa sietokykyä voi kasvattaa lääkärin valvonnassa. Allergisen elämänlaatu paranee, kun ei tarvitse pelätä vakavaa, henkeä uhkaavaa kohtausta.

Allergiaohjelma pyrkii edistämään allergiaterveyttä. Päämäärään pyritään lisäämällä allergisten tietämystä allergian suojatekijöistä, riskitekijöistä, kulusta ja ennusteesta. Ihmisiä pitää rohkaista terveyttä ja immuunipuolustusta vahvistavaan elämäntapaan, kuten liikuntaan ja luonnossa tapahtuvaan toimintaan. Tämä on erityisen tärkeää lapsille.

Kysy neuvoa:

Allergianeuvonta vastaa numerossa 0600 14419 maanantaisin, tiistaisin, keskiviikkoisin ja perjantaisin klo 9™3 ja torstaisin klo 13™7. Puhelujen hinnat 0,87 e/min + paikallisverkkomaksu.

Lisätietoja toimituksille:

· tiedottaja Maarit Rautio, p. (09) 4733 5317, 040 549 1003

· allergianeuvoja Anne Vuorenmaa, p. (09) 4733 5202, 040 558 3714

www.allergia.fi