

27.8.2003

POTILAAN OIREILUN SYYNÄ VOI OLLA HUONO SISÄILMA

**Allergia- ja Astmaliitto ry järjestää
Sisäilmapotilaan tunnistaminen ja hoitaminen –
koulutustilaisuuksia seuraavilla paikkakunnilla:**

- Turku ke 3.9.2003
Mauno Koivisto –keskuksen Bio-City, Tykistökatu 1
- Tampere ke 15.10.2003
Hotelli Victoria, Itsenäisyydenkatu 1
- Lappeenranta ke 26.11.2003
Etelä-Karjalan ammattikorkeakoulu, Valto Käkelän katu 3

Tiedotusvälineesi edustajana olet tervetullut seuraamaan
koulutusta Turkuun, Tampereelle tai Lappeenrantaan.

Ohessa tiedote ja koulutuksen ohjelma.

**Lisätietoja ja ilmoittautuminen sekä
asiantuntijahaastattelujen järjestelyt**

Koulutusvastaava Leila Klemets p. (09) 4733 5202 tai
leila.klemets@allergia.com

Tervetuloa keskustelemaan sisäilma-asiantuntijoiden kanssa!

ALLERGIA- JA ASTMALIITTO RY

Leila Klemets
koulutusvastaava, allergianeuvoja

LIITTEET:

Tiedote: Potilaan oireilun syynä voi olla huono sisäilma
Ohjelma: Sisäilmapotilaan tunnistaminen ja hoitaminen

POTILAAN OIREILUN SYYNÄ VOI OLLA HUONO SISÄILMA

- Ihminen käyttää tavallisesti vuorokaudessa litran verran ruokaa ja kaksi litraa vettä, mutta vähintään 15 000 litraa ilmaa. Tästä valtaosa, jopa yli 90 prosenttia, on sisäilmaa. Meillä kaikilla on oikeus terveelliseen sisäilmaan, toteaa Sisäilma-aseman johtaja, TkT Risto Ruotsalainen Allergia- ja Astmaliiton järjestämässä koulutustilaisuudessa.

Rakennuksen sisäilman laatuun vaikuttavat monet eri tekijät. Tärkeimmät tekijät ovat kunnossa olevat rakenteet ja toimivat ilmanvaihto- ja lämmityslaitteet. Erityisesti allergiaa ja astmaa sairastaville tärkeää on poistaa sisätiloista erilaiset oireita aiheuttavat ja lisäävät tekijät, kuten allergeenien ja epäpuhtauksien lähteet. Esimerkiksi tupakointi, lemmikki-eläimet ja pölyävät materiaalit voivat aiheuttaa erilaisia terveys- ja viihtyvyshaittoja.

Sisäilman aiheuttamien haittojen tutkiminen ja vähentäminen

Huonon sisäilman aiheuttamat terveyshaitat ilmenevät erilaisina oireina ja sairauksina. Näitä voivat olla esimerkiksi hengitysteiden, silmien ja ihon ärsytys, päänsärky, väsymys, kuumeilu ja hengitystieinfektiot sekä pitkäaikaiset sairaudet kuten astma.

- Sisäilmaa on syytä epäillä ongelmien aiheuttajaksi, jos oireet selvästi liittyvät rakennuksessa oleiluun, toteaa ylilääkäri Markku Seuri Kuopion aluetyöterveyslaitokselta. Jos potilaan oireilun syyksi epäillään asunnon sisäilmaa, hänet tutkitaan ja tehdään tarvittavat allergologiset ja immunologiset selvitykset. Oleellista on altistumisen selvittäminen. Lemmikkieläin, kotona tupakointi tai ilmanvaihdon puutteet voivat paljastua jo ensimmäisellä lääkärikäynnillä, ja potilas voi itse korjata tilannetta. Allergiatutkimuksilla voidaan selvittää eläin- ja pölypunkkiallergiat. Jos epäillään kosteusvaurioita, tarvitaan usein terveys- ja rakennustarkastajan apua ja vaurioituneiden materiaalien mikrobiologista tutkimusta.

Terveyshaittojen vähentäminen edellyttää laadun parantamista rakentamisessa ja rakennussuunnittelussa. Asuntoja ja työtiloja pitää myös huoltaa ja asukkaan on tiedettävä terveellisen asumisen perussäännöt.

Hyvän sisäilman tunnusmerkit

- Puhdas ja raikas ilma
- Ilmanvaihtoverkko kaikissa huoneissa
- Oikea huonelämpötila, yleensä 21-22 astetta
- Sopiva ilman kosteus, lämmityskaudella 25-45 %

Allergia- ja Astmaliitto järjestää Sisäilmapotilaan tunnistamisen ja hoitaminen – koulutustilaisuuksia syksyllä kolmella paikkakunnalla

Koulutuksen tarkoituksena on tarjota terveyskeskusten ja työterveyshuollon lääkäreille ja hoitajille tietoa hyvästä sisäilmasta, sisäilmaongelmista ja niihin liittyvien terveyshaittojen tutkimisesta, hoitamisesta ja ohjauksesta. Näin terveydenhuollon ihmiset saavat paremmat valmiudet sisäilmaongelmista kärsivien ihmisten kohtaamiseen.

Lisätietoa sisäilma-asioista:

- Allergia- ja Astmaliiton Sisäilmaneuvo, p. 0600 14429 maanantaisin ja torstaisin klo 9 – 13. Puhelun hinta 78 senttiä/min. + pvm.
- www.allergia.com

SISÄILMAPOTILAAN TUNNISTAMINEN JA HOITAMINEN

OHJELMA

klo 11.30	Ilmoittautuminen ja näyttelyyn tutustuminen
klo 12.25	Tervetuloa, päivän puheenjohtaja <i>Sisäilma-aseman johtaja, TkT Risto Ruotsalainen</i> <i>Allergia- ja Astmaliitto ry</i>
klo 12.30-13.15	Uusin tieto eri sisäilmatekijöiden terveysvaikutuksista • fysikaaliset ja kemialliset tekijät • lasivillakuidut ja pölyt • homeet ja muut mikrobit • lemmikkieläimet <i>Yliääkäri Markku Seuri, Kuopion aluetyöterveyslaitos</i> Kysymyksiä ja keskustelua
klo 13.30-14.15	Sisäilmapotilaan tutkiminen, hoito ja ohjaus • kuunteleminen, kyseleminen, tutkiminen, ohjaaminen • laboratorio-, keuhkofunktio-, röntgen- ja allergiatutkimukset • perusterveydenhuollon ja erikoissairaanhoidon yhteistyö • työterveyshuolto <i>Yliääkäri Markku Seuri</i> Kysymyksiä ja keskustelua
klo 14.30-15.00	Kahvi ja näyttelyyn tutustuminen
klo 15.00-15.45	Miten ohjaan potilasta sisäilman laadun parantamisessa • sisäilmaongelmien selvittäminen • saneeraus ja siivous • ilmanvaihto ja lämpöolot • kosteus- ja homevauriot <i>Sisäilma-aseman johtaja, TkT Risto Ruotsalainen</i> Kysymyksiä ja keskustelua
klo 16.00	Kiitos osallistujille!