

IHOPÄIVÄ TARJOAA TIETOA IHOSTA JA SEN TERVEYDESTÄ

Allergia- ja Astmaliitto, Iholiitto ja Atopialiitto ovat tänä vuonna kampanjoineet atooppisen ihon hoidon puolesta teemalla *Tunne ihosi!* Teemavuoden tavoitteena on lisätä ihmisten tietoa ihoatopiasta, sen aiheuttamista rasitteista ja hoidoista sekä parantaa atooppisesta ihosta kärsivien elämänlaatua.

IHOVUOSI 2004 huipentuu eri puolilla Suomea järjestettäviin IHOPÄIVIIN. IHOPÄIVÄ on teemapäivä, jossa asiantuntijat kohtaavat ihon terveydestä kiinnostuneet. IHOPÄIVÄN tapahtumissa voi kuunnella asiantuntijaluentoja, tutustua ihonhoitoon ja ihoterveysteen liittyviin tuotteisiin sekä saada henkilökohtaista neuvontaa. Atooppisen ihon lisäksi IHOPÄIVÄ-tapahtumissa puhutaan myös muista iho-ongelmista.

Tänä vuonna IHOPÄIVÄ-tilaisuuksia järjestetään enemmän kuin koskaan eli kolmisenkymmentä eri puolilla maata. Suurin osa tapahtumista keskittyy marraskuun toiselle viikolle ja erityisesti lauantaille 13.11. IHOPÄIVÄN järjestävät Allergia- ja Astmayhdistykset, Atopiyhdistykset ja Psoriasisyhdistykset. Järjestelyissä on eri paikkakunnilla mukana myös muita yhdistyksiä.

Atooppinen iho kutisee erityisesti talvella

Atooppinen iho on ohut, kuiva, kiristävä ja kutiava. Atoopikon ihon rakenne poikkeaa ns. normaalista ihosta. Atoopikon ihossa on liian vähän keramideja, ja arvellaan, että atooppisen ihon rasvan tuotannossa on puutteita. Siksi atoopikon iho kuivuu ja bakteerit, ihoa ärsyttävät aineet ja allergeenit läpäisevät ihon helpommin.

Pahimmillaan atooppinen iho tulehtuu, kutisee ja rasittaa elämää monin tavoin. Oulun yliopistossa tehdyssä tutkimuksessa todettiin, että atoopikoilla on taipumusta masennukseen. Toisaalta kova kutina voi estää yönunen ja väsyttää, jolloin mielialakin laskee.

Ihoatoopikko joutuu kiinnittämään erityistä huomiota ihonsa kosteuttamiseen ja suojaamiseen sopivilla perusvoiteilla ja vaatteilla. Hyvästäkin hoidosta huolimatta atooppinen iho ärtyy ja tulehtuu helposti. Silloin tarvitaan tehokkaampia hoitokeinoja ja lääkkeitä. Kortikosteroidivoiteet ovat atooppisen ihottuman tärkein hoitomuoto. Niitä täydentävät uudet paikalliset tulehdussalpaajat eli takrolimuusi- ja pimekrolimuusivoiteet. Pitkäaikaisen ihosairauden hoito tulee kalliiksi, vaikka perus- ja kortikosteroidivoiteista saa reseptillä ostettaessa Kelan peruskorvauksen. Paikallistulehdussalpaajista saa korvauksen lääkärin lausunnolla.

Atooppista ihottumaa hoidetaan myös valohoidoilla ja Iholiiton järjestämällä etelän aurinkoon suuntautuvilla ilmastokuntoutusmatkoilla. Hankalimpiin iho-oireisiin joudutaan edelleen käyttämään sisäistä lääkitystä.

Jopa 20 prosentilla suomalaista on jossain elämänsä vaiheessa atooppisia iho-ongelmia. Psoriasista, joka on krooninen ihon tulehdustauti, on noin kahdella prosentilla. Ihosairaudet voivat heikentää monin tavoin ihmisen elämänlaatua. Vaikka useimmat ihosairaudet ovat näkyviä, ne eivät tartu.

IHOPÄIVIEN tapahtumat

- **Virhe. Kirjanmerkkiä ei ole määritetty.**
- **Virhe. Kirjanmerkkiä ei ole määritetty.** < Tunne ihosi!
- **Virhe. Kirjanmerkkiä ei ole määritetty.**

Lisätietoja IHOVUOSI 2004 –kampanjasta

- Iholiitto ry, järjestösihteeri Virpi Hallikainen, p. (09) 7562 0132, virpi.hallikainen@iholiitto.fi tai tiedottaja Mervi Viteli-Hietanen, p. (09) 7562 0129, mervi.viteli@iholiitto.fi
- Allergia- ja Astmaliitto ry, tiedottaja Outi Rastas, p.(09) 4733 5317, 040 7303 851, tiedotus@allergia.com

IHOVUOSI 2004 YHTEISTYÖKUMPPANIT

Cutrin-hiustenhoitotuotteet, Erisan-ihonhoitotuotteet, Lumene-ihonhoitotuotteet, Omo Sensitive -pyykinpesuaineet, Novartis Finland Oy, Aqualan-ihovoiteet, Oftagel-silmägeeli.