

Tuoksuyliherkkyys lisääntyy iän myötä

PISTÄVÄ TUOKSU SATTUU!

Arjen ja juhlan tuoksut jakavat mielipiteitä. Toiselle myönteisiä muistoja tuova tuoksu voi toiselle aiheuttaa ruumiillisia oireita.

- Tuoksuyliherkkä ihminen saa esimerkiksi päänsärkyä, nuhaa tai astmaoireita erilaisista hajuista ja tuoksuista. Oireisiin voi kuulua sydämentykytystä, pahoinvointia ja ahdistusta, kertoo allergianeuvoja **Jonna Suominen** Allergia- ja Astmaliitosta.

Oireet voivat olla niin voimakkaita, että ne vaikuttavat työtehoon ja rajoittavat tuoksuyliherkän elämää. Pahimmillaan oireet johtavat eristäytymiseen työyhteisöstä ja sulkevat oireista kärsivän neljän seinän sisälle.

- Tuoksuyliherkkyyden syytä ei tunneta. Tuoksuyliherkkyys ei ole allergiaa eikä mikään muukaan tunnettu fysiologinen reaktio, Jonna Suominen huomauttaa. Siksi tuoksuyliherkkyyttä on mahdoton mitata ja vaikea diagnosoida.

On arvioitu, että noin puolet keski-ikäisistä naisista olisi jossain määrin tuoksuyliherkkiä. Tuoksuyliherkkyys on yleisempää naisilla kuin miehillä ja se lisääntyy iän myötä. Lisäksi voimakkaat tuoksut haittaavat useimpia astma- ja migreenipotilaita ja monia allergisista silmä- ja nuhaoireista kärsiviä.

- Suomen kaltaisissa kylmissä maissa tuoksuyliherkkyys on voimakkaampaa talvella kuin kesällä. Syynä saattaa olla ilman kuivuus, kylmyys tai valon puute, mutta tarkkaa tietoa ei tästäkään ole, Jonna Suominen kertoo.

Tuoksuyliherkkyyteen ei ole lääkehoitoa. Ainoa keino välttää oireita on välttää voimakkaita tuoksuja ja hajustettuja tuotteita. Se ei onnistu ilman kanssaihminen apua.

- Työpaikoilla kannattaa yhdessä sopia hajusteettomien tuotteiden käytöstä työaikana. Kodeissakin tuoksujen käyttöä on syytä rajoittaa, jos niistä saa oireita. Hyvä ilmanvaihto ja siivouskin auttavat, mutta tärkeintä on vähentää hajustettujen kosmetiikkatuotteiden ja siivousaineiden käyttöä, Jonna Suominen muistuttaa.

Tuoksuyliherkkyysoireiden lisäksi hajusteet aiheuttavat kosketusallergiaa 2-3 %:lle suomalaisista. Se näkyy ihottumana paikoissa, joihin hajustettua tuotetta on laitettu. Kosketusallergia todetaan lääkäriässä epikutaanitesteillä. Tavallisimmin kosketusallergiaa aiheuttavat hajustetut deodorantit, partavedet, käsi- ja kosteusvoiteet sekä siivousaineet.

Mitä tehdä, jos tuoksut ahdistavat?

- Käytä aina hajusteettomia tuotteita
- Huolehdi kotona puhtaasta sisäilmasta ja ilmanvaihdon toiminnasta
- Vältä voimakkaiden kemikaalien käyttöä sisätiloissa
- Tuuleta sanoma/aikakauslehdet parvekkeella tai lue päivän lehti vasta illalla
- Valitse kampaaja/kosmetologi, joka käyttää hajusteettomia tuotteita
- Puhu tuoksuyliherkkyydestä avoimesti työpaikalla, ota tarvittaessa työterveyshuolto mukaan
- Tilaa työpaikalle maksuton Pistävä tuoksu sattuu -julistte: www.allergia.com > julkaisut
- Hae tukea ja neuvoja oman alueesi Allergia- ja Astmayhdistyksestä, monet yhdistykset järjestävät esimerkiksi hajusteettomia teatterinäytöksiä

Lisätietoja

- tiedottaja Outi Rastas, p. (09) 4733 5317, 040-7303 851 tai tiedotus@allergia.com
- allergianeuvoja Jonna Suominen, p. (09) 4733 5202, 040-5511 829 tai jonna.suominen@allergia.com
- Liity jäseneksi: www.allergia.com

Liite

Pistävä tuoksu sattuu –julistte PDF:nä