



2008-2018

KANSALLINEN
ALLERGIAOHJELMA

Astma ja allergia: uuden allergiaohjelman juoni

Minna Kaila, professori (ma)
Terveysten- ja sairaanhoidon hallinto, HY Hjelt-instituutti
Lastenallergologian dosentti
Minna.kaila@helsinki.fi

KIITOS DIOISTA: dos. Erkka Valovirta



Kansallinen allergiaohjelma 2008 - 2018



Hengityслиitto

ALLERGIA- JA ASTMALIITTO
ALLERGI- OCH ASTMAFÖRBUNDET





Allergiaterveyttä Kansalle!

Luennon aiheet

- Taustaa
- Allergiaohjelman pääviestit
- Allergiaterveys
- Sietokyvyn eli toleranssin parantaminen
- Ruoka ja allergia
- Diagnostiikka kuntoon
- Ohjattu omahoito, pahenemisvaiheiden estäminen, Allergia hallintaan -ohjeet

Kansallinen allergiaohjelma 2008-18 - aika muuttaa

suuntaa. Haahtela T, von Hertzen L, Mäkelä M, Hannuksela M & Allergiatyöryhmä (Erhola M, Kaila M, Kauppinen R, Killström L, Klaukka T, Korhonen K, Lauerma A, Lindgren J, Lähteinen S, Paakkinen P, Pekkanen J, Pietinalho A, Pouta A, Toskala E, Vaarala O, Valovirta E, Vartiainen E, Vidgren P) *Suom Lääkäril* 2008;63:9-21

... tarvitaan uudenlaista strategiaa.

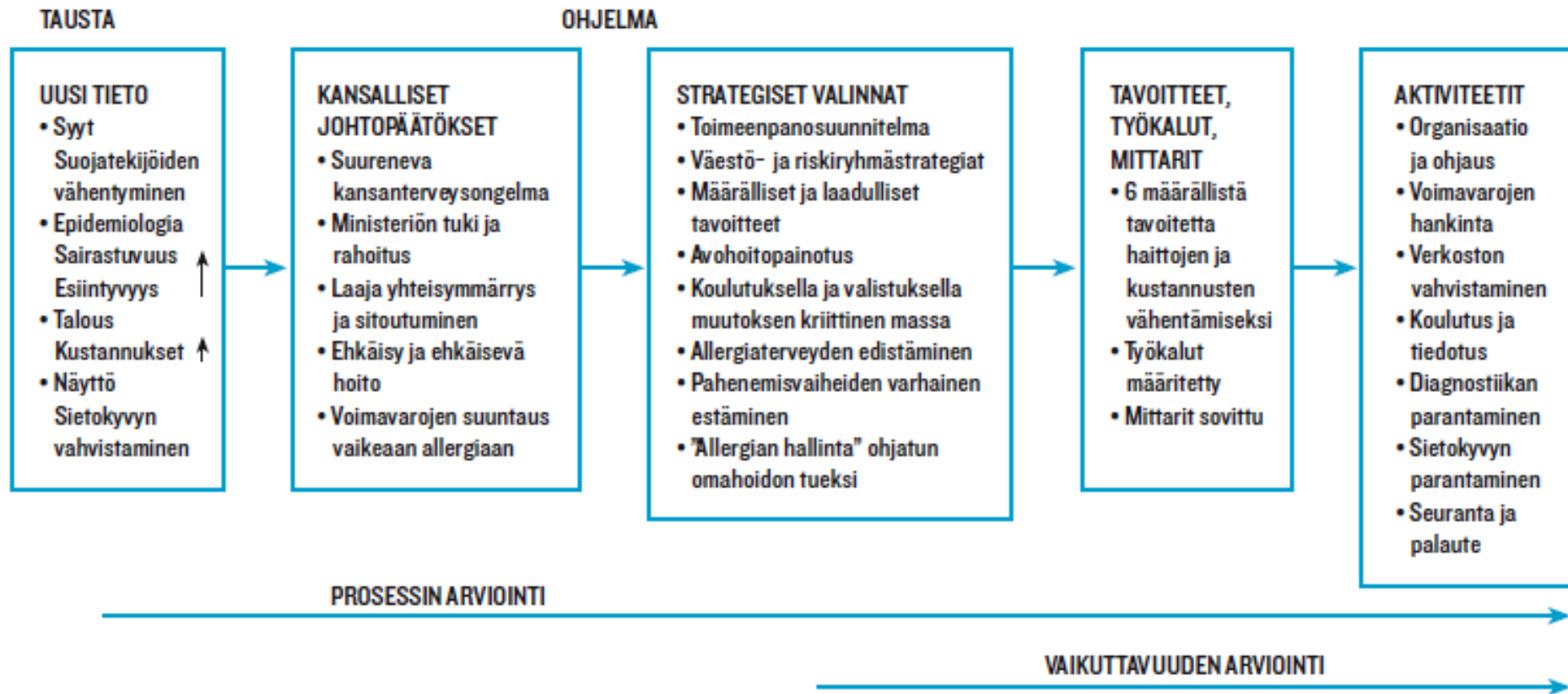
... siirryttävä ehkäisyyn suuntaan. Tavoitteena on parantaa väestön sietokykyä ja vähentää allergeenien tarpeetonta välttämistä.

...tupakansavuaaltistuksen loppumista kuin sisäilmaongelmien korjaamista.

...Vaikeiden allergioiden hoitoon ja pahenemisen ehkäisyyn on käytettävä riittävästi voimavaroja.

...koko väestölle, potilaille ja potilasjärjestöille, terveydenhuollon henkilöstölle, viranomaisille ja lainsäätäjille tarkoitettu koulutus- ja valistusohjelma... asenteisiin kuin ympäristöön.

Kansallisen allergiaohjelman 2008–2018 perusteet, tavoitteet ja strategiset valinnat.



kokemus Suomen astmaohjelmasta 1994–04!

1) Allergiaoireiden kehittymisen ehkäisy

- ...astman, allergisen nuhan, atooppisen ihottuman ja kosketusihottuman esiintyvyys vähenee 20 %.

2) Väestön sietokyvyn lisääminen

- ...ruoka-allergian aiheuttamat ruokavaliot vähenevät 50 %.

3) Allergian diagnostiikan parantaminen

- ...**kaikki** potilaat testataan laatusertifioiduissa allergiatestauskeskuksissa

4) Työperäisten allergioiden vähentäminen

- ...ammattitaudiksi määriteltyjen allergisten sairauksien määrä vähenee 50 %.

5) Voimavaroja ...vaikeiden allergioiden hoitoon ja pahenemisen estämiseen

- ...ohjeisto "Allergia hallintaan" ... koko maassa ja astman aiheuttamat päivystyskäynnit vähenevät 40 %.

6) Allergisten sairauksien aiheuttamien kustannusten vähentäminen

- ...kustannukset vähenevät 20 %.



Allergiaohjelman Pääviestit

Vähennä allergian aiheuttamaa haittaa!

Tue terveyttä, älä allergiaa.

Vahvista sietokykyä.

*Asenoidu allergiaan uudelleen.
Älä vältä allergeeneja turhaan .*

Tunnista ja hoida vakavat allergiat ajoissa. Estä pahenemisvaiheet.

Paranna hengitysilmaa. Tupakka pois.

Kansallinen allergiaohjelma 2008 -2018



Fokuksessa:

- (1) pahenemisvaiheiden ennaltaehkäisy,**
- (2) lapset,**
- (3) sietokyvyn lisääminen,**
- (4) laadunvarmistus,**
- (5) aikainen hoito**



Kansallinen allergiaohjelma 2008 - 2018

- Tavoitteena immunologisen toleranssin parantaminen ja sietokyvyn lisääminen
- Th:n voimavarojen suuntaus vaikeaan allergiaan
- Lievät allergiat:
 - eivät tarvitse välttämättä th:n tutkimuksia ja diagnoosia
 - useimmiten lievät pysyvät lievinä tai poistuvat
- Potilasjärjestöt ja apteekit:
 - tiedotus, neuvonta, opastus
 - vertaistuki
- Allergioiden merkitystä ei vähätellä – elämänlaatu vaikutukset ovat huomattavat !

Tavoite 1. Allergiaoireiden kehittymistä ehkäistään

Tehtävät	Työkalut	Mittarit
<p>Allergiaterveyttä edistetään</p> <p>Allergisten tietämystä allergian syistä, kulusta ja ennusteesta parannetaan</p>	<p>Koulutus, neuvonta, tiedotus</p> <p>Netti- ja selkokiehiset ohjeistot ja potilasoppaat</p> <p>Vertaistoiminta</p> <p>Terveyskirjasto; Duodecim Työterveyskirjasto; Duodecim</p>	<p>Allergia- ja Astmaliitto ry:n ja HELI ry:n henkilökunnan tiedon taso mitataan ennen ja jälkeen ohjelman</p> <p>Erillisselvitykset allergisten voinnista, tiedoista ja asenteista ennen ja jälkeen ohjelman</p>
<p>Passiiviselle tupakoinnille altistumista vähennetään (aikuiset –lapset)</p>	<p>Koulutus, tiedotus, tupakasta vieroitus (erityisesti pienten lasten vanhemmat).</p>	<p>Passiivinen tupakointialtistus kodeissa (KTL:n vuosittainen Aikuisväestön terveyskäyttäytyminen (AVTK) kysely ennen-jälkeen ohjelman).</p>
<p>Kosteusvaurioituneiden tai muiden sisäongelmaisten asuntojen määrää</p>	<p>Neuvonta, tiedotus, vaikuttaminen rakennusteollisuuteen.</p>	<p>Asunnossa näkyvä home tai tuntuva homeen haju (KTL/AVTK)</p>

Välttäminen ruoka-allergiassa

	Erikois-sairaanhoito	Perusterveydenhuolto, neuvolat, koulut, työterveys, opiskelijat	Potilasjärjestöt	Valvotun altistuksen tarve	Ravitse-mustera-peutin tarve
Anafylaksia	<ul style="list-style-type: none"> • ohjattu omahoito • 100 % välttö, • siedätystä harkitaan 	<ul style="list-style-type: none"> • noudatetaan erikoissairaan-hoidon ohjeita 	<ul style="list-style-type: none"> • noudatetaan erikoissairaan-hoidon ohjeita 	<ul style="list-style-type: none"> • pikkulapsilla diagnoosin jälkeen 1,5-2 v. iässä, sitten 1-2 v. välein 	<ul style="list-style-type: none"> • alussa jopa 2-3 kk:n välein, jatkossa kerran vuodessa
Vaikeat-keskivaikeat suoli- tai iho-oireet	<ul style="list-style-type: none"> • ohjattu omahoito • 100 % välttö • siedätystä harkitaan 	<ul style="list-style-type: none"> • noudatetaan erikoissairaan-hoidon ohjeita 	<ul style="list-style-type: none"> • noudatetaan erikoissairaan-hoidon ohjeita 	<ul style="list-style-type: none"> • pikkulapsilla diagnoosin jälkeen 1,5-2 v. iässä, sitten 1-2 v. välein 	<ul style="list-style-type: none"> • alussa jopa 2-3 kk:n välein, jatkossa kerran vuodessa
Lievät suoli- tai iho-oireet	<ul style="list-style-type: none"> • ei esh • yleensä ei aiheita välttöön • toleranssin kehittymistä seurataan 	<ul style="list-style-type: none"> • kannustetaan kasvun ja kehityksen turvaavaan ruokavalioon 	<ul style="list-style-type: none"> • kannustetaan kasvun ja kehityksen turvaavaan ruokavalioon 		<ul style="list-style-type: none"> • ei yleensä tarvita

Allergia-ohjelman tavoitteet ruoka-allergiassa

- Mitään ei vältetä varmuuden vuoksi
- Välitön tarve pitää osoittaa ja sitä pitää seurata
- Perusteettomia ruoka-allergiaan aloitettuja dieettejä pitää purkaa
- Lievä ja ohimenevä oireilu pitää osata erottaa vakavammasta
- Terveysten huollon voimavarat tulee keskittää vaikeiden oireiden estämiseen ajoissa ja toimintakyvyn säilyttämiseen
- Allergeenin sietokyvyn kehittyminen vaatii allergeenikontakteja
- Allergioita ei ehkäistä ruokia välttämällä

Miten sietokykyä, toleranssia lisätään?

Herkistymisen ehkäisy

- ▶ **Tuetaan imetystä. Kiinteä ravinto aloitetaan 4-6 kk iässä.**
- ▶ **Ympäristön ja ravinnon altisteita ei vältetä perusteettomasti (ruoka-aineet, kotieläimet).**
- ▶ Luontaista immuniteettia vahvistetaan lisäämällä yhteyttä luontoon.

Näyttöä yli 4-6 kk kestoisesta yrm:sta allergiariskin vähentämisessä ei ole

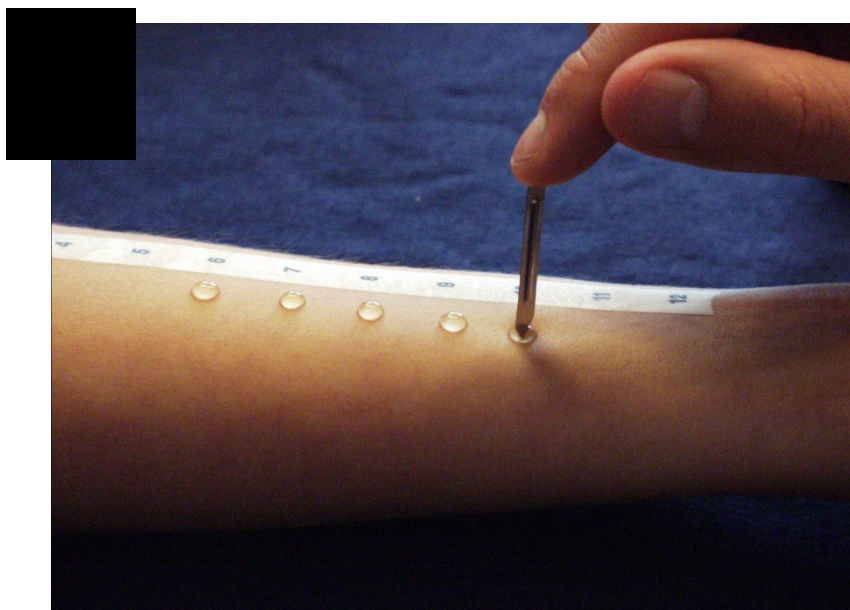
Miten sietokykyä, toleranssia lisätään?

Herkistymisen ehkäisy

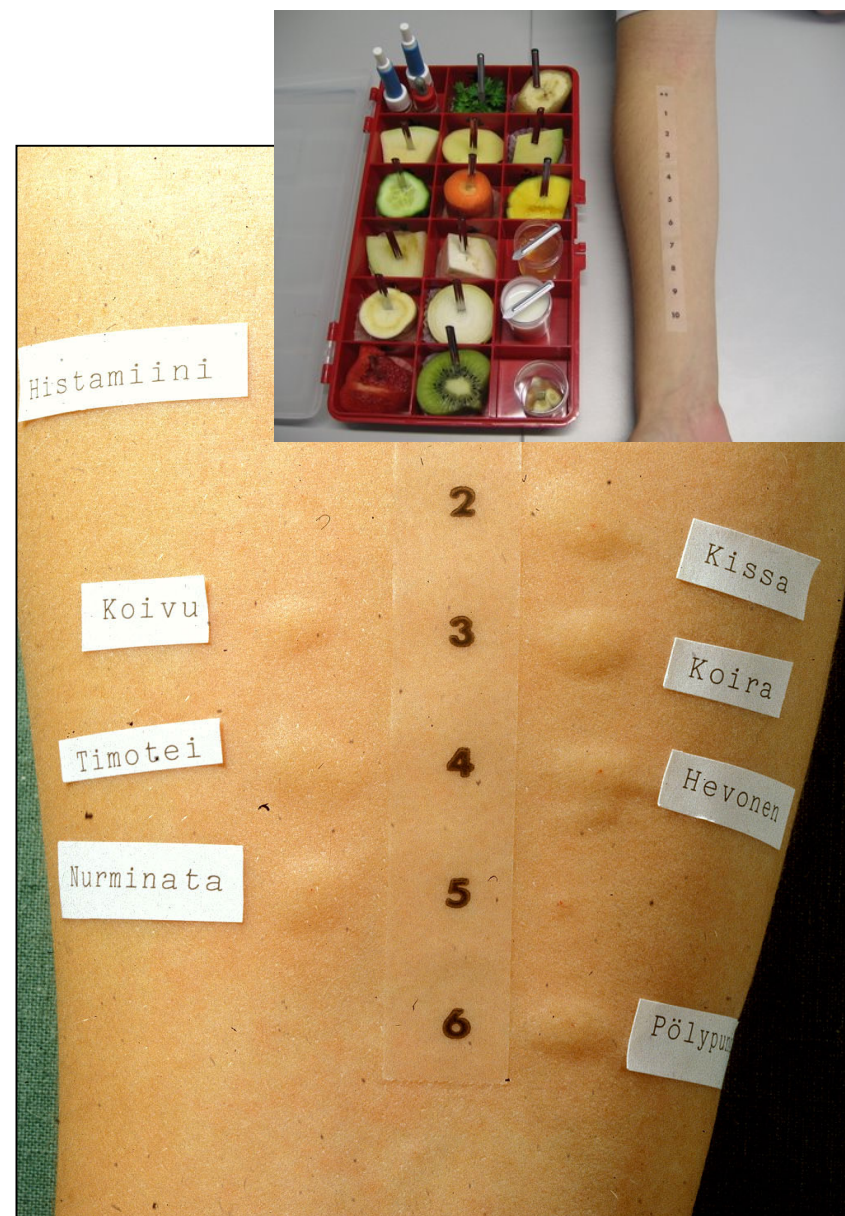
- ▶ **Säännöllinen liikunta vahvistaa immunitettä.**
- ▶ **Kasvis-, juures ja hedelmä/marjapitoinen ravinto vahvistaa immunitettä (itämerellinen dieetti).**
- ▶ **Valtaosa mikrobeista on hyödyllisiä ja turvaa terveyttä. Antibiootteja vain hyvin perustein.**
- ▶ **Luontaista immunitettä vahvistetaan pro- ja prebiooteilla (elintarvikkeet, muut valmisteet).**
- ▶ **Ei tupakoida (vanhempien tupakointi lisää lapsen astmariskiä)**

Tavoite 3. Allergian diagnostiikkaa parannetaan

Tehtävät	Työkalut	Mittarit
<p>Ihotestaukseen (ihopistokokeet, epikutaanitestit) laatua ja tulosten tulkintaa parannetaan</p> 	<p>Vakioitu testausjärjestelmä</p> <p>Ohjeisto (laatukäsikirja) yhtenäisistä käytännöistä</p> <p>Ihopistokokeessa käytettävien tärkeimpien allergeenien lukuavain (viitearvot)</p> <p>Testauskeskusten sertifiointijärjestelmä</p> <p>Testauskeskuksien koulutus</p>	<p>Keskussairaaloiden testauskeskukset ja testejä tekevät yksityiset keskukset osallistuminen auditointiin</p> <p>30 tärkeimmälle hengitystie- ja ruoka-allergeenille on lukuavain</p>
<p>Altistuskokeissa noudatetaan Allergiakoulu 1999 periaatteita ja niitä valvoo aina allergologi</p>	<p>Koulutus</p>	<p>Allergeeneilla tehtävien altistuskokeiden määrä ja laatu ennen ja jälkeen ohjelman</p>



- 1. Positiivinen ihopistokoe ei välttämättä merkitse kliinisesti merkittävää allergiaa vaan on suhteutettava oiretietoihin.**
- 2. Testi ei tee potilaasta allergista.**
- 3. Ruoka-aineita ei pidä poistaa dieetistä pelkän testituloksen takia.**



Hyvä ohjattu omahoito

- Sairauden hoito
- Elämäntavat
- Monipuolinen ruokavalio
- Painonhallinta
- Liikunta
- Tupakoimattomuus
- Yhteys luontoon





Astman Käypä hoito –suositus

Ruoka-allergian Käypä hoito –suositus

Atooppisen ihottuman Käypä hoito –suositus

Siedätyshoito Käypä hoito –suositus

Tupakasta vieroitus Käypä hoito –suositus

Liikunnan Käypä hoito –suositus

Lasten lihavuus Käypä hoito –suositus

Aikuisten lihavuus Käypä hoito –suositus

Kansallinen allergiaohjelma 2008 - 2018



Allergian Hallintaohjeet

- Allerginen nuha (+ apt neuvontakortti)
- Aikuisten astma (+ apt neuvontakortti)
- Atooppinen ihottuma (+apt neuvontakortti)
- Pikkulasten astma
- Anafylaksia
- Ruoka-allergia
- Nokkosrokko



Tavoite 5. Voimavaroja käytetään vaikeiden allergioiden hoitoon ja pahenemisen estämiseen

Atooppisen ihottuman hoitokontrollia vahvistetaan

Tehtävät	Työkalut	Mittarit
<p>Atooppisen ihottuman vaikeutta ja haittaa vähennetään</p> <p>Vähintään 70 % potilaista ja 90 % henkilöstöstä on omaksunut uudet hoito-ohjeet</p>	<p>Valmisteilla oleva Käypä hoito – suositus</p> <p>Atooppinen ihottuma hallintaan ohje</p>	<p>Lääkehoidon erityiskorvattavuus, lääkeostot ennen ja jälkeen ohjelman. Erityisesti lapsille määrätyt kortisonivoiteet, limuusivoiteet ja perusvoiteet (Kela)</p> <p>Erillisselvitys suurissa terveyskeskuksissa, neuvoloissa apteekeissa ja keskussairaalan pkl:lla potilaiden/vanhempien ja hoitohenkilöstön käsityksistä (otanta)</p> <p>Erillisselvitys Allergia- ja Astma-yhdistysten ja Atopiyhdistysten jäsenille (otanta)</p>

AO-ohjeita Terveysportissa

- Allergian hallintaohjeet
- Välttäminen ruoka-allergiassa -taulukko
- Ihotestien lukuavain
- Allergiatestausyksikön laatusertifiointi -kaavake
- Ruoka-altistusten tekeminen
- Allergiatyöryhmän perustaminen
- Lasten allergiaohjeet
- ...

SUOMEN LÄÄKÄRILEHTI
FINLANDS LÄKARTIDNING
FINNISH MEDICAL JOURNAL
WWW.LAAKARILEHTI.FI

6.5.2011

Lasten allergiat Ohjeet ehkäisystä, diagnosoinnista ja hoidosta

Teija Dunder, Mikael Kuitunen, Mika
Mäkelä, Anna Pelkonen, Tiina
Reijonen, Erkka Valovirta ja
allergiaohjelman sihteeristö





Lasten allergiaohjeet terveydenhuoltohenkilöstölle

SLY Allergiajaosto 2011

- Allergian ehkäisy terveellä lapsella
- Ruoka-allergia
- Imeväisen ruokavalio ja se laajentaminen
- Milloin erityisruokavalio koulussa?
- Atooppinen ihottuma ja probiootit
- Pienen lapsen astma
- Kouluikäisen astma
- Nuha- ja silmäoireet
- Eläinallergia
- Sisäilma
- Allergiareaktioiden hoito
- Siedätyshoito
- Lääke- ja rokoteallergia
- Allerginen lapsi päivähoidossa
- Ammatinvalinta

Dunder, Kuitunen, Mäkelä, Pelkonen, Reijonen, Valovirta ja AO sihteeristö 2011

Alueellinen Allergiatyöryhmä

- **Tarkoitus:**
 - Allergiaterveyden lisääminen sair.hoitopiirissä/alueellisesti
- **Kokoonpano moniammatillinen**
 - Pth:n ja esh:n lääkäreitä eri erikoisaloilta, sair,hoitajia, ravitsemusterapeutti, neuvola/kouluterv.hoitaja, apteekin edustaja, pot.järj. edustaja, yksityispuoli
- **Tehtävä:**
 - Säännöllisen moniammatillisen allergiakoulutuksen suunnittelu ja toteuttaminen

allergiaterveys.fi

[Etusivu](#)[Allergiaohjelma](#)[Kysymyksiä ja vastauksia](#)[Materiaalit](#)[Tapahtumat](#)[Linkit](#)[Ajankohtaista](#)

Älä välttä allergian aiheuttajia turhaan

Ajankohtaista

12.9.2011

Allergiaa siellä, allergiaa täällä

Hyvällä syyllä puhutaan epidemian lailla kansanterveyttä nakertavasta ongelmasta, sillä melkein joka toinen suomalainen niiskuttaa tai rapsuttaa.

12.8.2011

Koulut alkoiivat - koululaisten allergiaruokavaliot tarkastettava

Koulujen alkaessa on aika tarkastaa, onko peruskoululaisten allergiaruokalioita jäänyt turhaan päälle.

[Ajankohtaista-arkisto »](#)

Kysy allergiasta



Minun tarinani



Viikon kysymys

Seisotko Allergiaohjelman takana?

KYLLÄ

EI

[Katso tilanne »](#)

DUODECIM Kirjautu sisään Rekisteröidy Unohtuiko salasana? Yhteystiedot Palaute Info

TERVEYSPORTTI

Lääkärin tietokannat
Sairaanhoitajan tietokannat
Työterveys/Kuntoutus
Hammaslääketiede
Akuuttihoito
Pitkäaikaissairaudet

Duodecim
Lääketietokanta
Lääkkeet ja Hinnat
SFINX-lääkeinteraktiot
Raskaus ja imetys
Lääke / munuaiset
Lääke / Lab.
Kodin Lääkeopas

ICD-10
Toimenpideluokitus

Osoitetietokanta
Avoimet työpaikat
Verkkokauppa

Lehdet
Jäsenlehdet Lääkärilehti Hammaslääkärilehti NEJM Lancet BMJ Sairaanhoitaja Sairaalaterkko

Kirjasto
Käypä hoito EBM Guidelines Lääketieteen sanakirja EKG-tietokannat Diabetes
Tietoa potilaalle The Cochrane Library Lääketieteen termit Ensihoito-opas Sydänsairaudet
Hoidon perusteet Lastenneuvolaopas Matkailijan terveys Reuma Allergiaohjelma

Uutispalvelu Duodecim
Kahvi liitettiin nyt jopa ALS-taudin ehkäisyyn
Muisti voi heikentyä sydämenpysähdyksen jälkeen
Paha lihavuus lisää nuorten aikuisten kuolemia

Duodecim tiedottaa
Aivovaurioiden kuntoutus ei toteudu tasavertaisesti

Uutta Lääkärin tietokannoissa
Influenssan kourissa
Lääkärin käsikirjan uusia ominaisuuksia
Psykyne lääkkeiden käyttö päivystystilanteissa

Tiedotteet ja väitöskirjat
Nukleiinihappolääkkeiden kemiallinen muokkaus ja sitoutuminen (Väitöskirjat)
Metabolisen oireyhtymän, fyysisen

Uusimman lehden sisältöä
 Myrkytystietoa 50 vuotta Myrkytyskuolemista valtaosa liittyy päihteidenkäyttöön tai itsemurhiin.

Verkkokauppa

Avoimet työpaikat (102)
Terveyskeskuslääkäri, määräaikainen Suoneninen

TERVEYDENHUOLLON AVOIMET TYÖPAIKAT

Etsi
Lääkärin tietokannat
Sairaanhoitajan tietokannat
Duodecim lääketietokanta
PubMed
Google

Kansallinen Allergiaohjelma 2008-18

Allergiaohjelman aineistot
30.6.2011
Toimitus

ILMOITTAUDU ALLERGIAKOULUUUN 2011

Allergiakoulu 2011 järjestetään 24.-28.10.2011 Helsingissä, ilmoittaudu viimeistään 21.8.2011 mennessä. **1**

2008 alkanut suomalainen Allergiaohjelma **1** kuuluu WHO:n kroonisten sairauksien torjuntaohjelmaan (Global Alliance Against Respiratory Diseases, GARD 2007). Kymmenvuotisen ohjelman tavoitteena on ehkäistä allergiaoireiden kehittymistä ja vähentää allergisia sairauksia, parantaa allergiadiagnostiikan laatua sekä ohjata terveydenhuollon voimavaroja vaikeiden allergioiden hoitoon.

UUTTA 30.06.2011 – Lasten allergiaohjeet

- Lasten allergiat, ohjeet ehkäisystä, diagnosoinnista ja hoidosta (Teija Dunder, Mikael Kuitunen, Mika Mäkelä, Anna Pelkonen, Tiina Reijonen, Erkka Valovirta ja allergiaohjelman sihteeristö) **2**. **UUSI**

Muut Allergiaohjelman ohjeet

- Allergiset sairaudet ja ammatinvalinta -ohje (Kansallisen allergiaohjelman

Hae

Selaa tietokantoja

- ☒ Allergia ja astma 592
- ☒ Allergia hallintaan 12
- ☒ Testit ja toimintakokeet 3
- ☒ Allergiajärjestöt 3
- ☒ Allergiakoulu 89
- ☒ Anafylaksia-ilmoitus 1
- ☒ Käypä hoito -suositukset 12
- ☒ Tietoa potilaalle 1092
- ☒ Laskureita ja lomakkeita 2
- ☒ Allergiaohjelman aineistot 2

UUTTA 30.06.2011 – Lasten allergiaohteet

- Lasten allergiat, ohjeet ehkäisystä, diagnosoinnista ja hoidosta (Teija Dunder, Mikael Kuitunen, Mika Mäkelä, Anna Pelkonen, Tiina Reijonen, Erkka Valovirta ja allergiaohtelman sihteeri) [2](#). UUSI

Muut Allergiaohtelman ohjeet

- Allergiset sairaudet ja ammatinvalinta -ohje (Kansallisen allergiaohtelman Allergiset sairaudet ja ammatinvalinta -työryhmä 4.11.2010) [3](#)
- Alueellisen allergiatyöryhmän perustamis- ja toimintaohje . Työryhmän tehtävänä on säännöllisen alueellisen allergiakoulutuksen järjestäminen [4](#).
- Päivähoidon allergiaohtje [2](#)

Muut Allergiaohtelman aineistot

- Allergeenikomponenttien käyttö
 - Allergeenien komponenteilla lastattu juna lähti jo – eikä takaisin tule (Tari Haahtela) [5](#)
 - Molekyyliallergologia tulee – tuleeko apua allergiadiagnostiikkaan? (Soili Mäkinen-Kiljunen) [6](#)
 - Sovellusesimerkki [7](#)
- Allergiaohtelman toteuttaminen terveydenhuollossa, Tommila & Valovirta, Allergiaohtelman seurantakokous 1.9.2010 [8](#).
- Hengityslitton tutkimus astmaa sairastaville jäsenilleen [9](#).
- Laatukäsikirja ihopistokokeisiin, ohje testin tekoon ja tuloksen tulkintaan (Péter Csonka, Leena Petman, Tari Haahtela ja Allergiaohtelman työryhmä Paula Kaunni, Mika Mäkelä, Erkka Valovirta) [10](#)

Selaa tietokantoja

- ☒ Allergia ja astma 592
- ☒ Allergia hallintaan 12
- ☒ Testit ja toimintakokeet 3
- ☒ Allergiaohtjeströt 3
- ☒ Allergiaohtkolu 89
- ☒ Anafylaksiaohtloitus 1
- ☒ Käypä hoito -suositukset 12
- ☒ Tietoa potilaalle 1092
- ☒ Laskureita ja lomakkeita 2
- ☒ Allergiaohtelman aineistot 2



Tue terveyttä, älä allergiaa!



Kansallinen allergiaohjelma 2008 - 2018



Hengityслиitto

ALLERGIA- JA ASTMALIITTO
ALLERGI. OCH ASTMAFÖRBUNDET

