

Tari Haahtela

Allergiaohjelma päättyy – miten tästä eteenpäin?

Maaliskuussa 2019 julkaistiin Suomen lajien uhanalaisuudesta kertova Punainen kirja. Esimerkiksi perhoslajeista 30 % joutui punaiselle listalle, ja niistä suurin osa eli ihmisten muuttamissa ympäristöissä (1). Ruotsalainen teini Greta Thunberg innoitti Suomen koululaiset lakkoilemaan 15. maaliskuuta ja vaatimaan päättäjiltä vaikuttavia ilmastotekoja. Ihmis-oikeusjärjestö Amnestyn uuden johtajan Kumi Naidoon mukaan järjestön ensisijainen tavoite on ilmastonmuutoksen estäminen, koska ihmisoikeuksia ei tarvita, jos ei ole ihmisiä. Professori Janne Kotiahosta tuli julkkis, kun hän ehdotti lapsettomuudesta palkitsemista väestönkasvun hillitsemiseksi. Mitä tekemistä näillä asioilla on allergiaohjelman kanssa?

Kirjoitin Aikakauskirjaan biodiversiteetistä vuonna 2010 ja kysyin: ”Jos biologisen elämän suojelulle löytyy välittömiä terveysperusteita, alkavatko ympäristökysymykset kiinnostaa?” (2). Perusteita on löytynyt kiihtyvällä vauhdilla, ja vuonna 2017 tutkijaryhmämme ehdotti luontoaskelta tarttumattomien tulehdustautien torjumiseksi (3). Nykykoululaiset lakkoilevat, tosin tietämättä, että heidän astmansa, allergiansa, diabeteksensa ja ylipainonsa ovat myös ympäristömuutosten valinkauhassa.

Kansallisen allergiaohjelman 2008–2018 suunnanmuutos kohti niin immunologista kuin psykologistakin sietokykyä perustuu paljolti Suomen ja Venäjän Karjalan väestön allergioita vertailevaan tutkimukseen. Hätkähdyttäviä allergiaeroja selittävät parhaiten ympäristön

ja elintapojen muutokset. Luontoympäristön köyhtyminen muokkaa mikrobiomia, immuunisäätelystä ja sairastumisriskiä (4). Maailma kaupungistuu yhä nopeammin – luonnon armoilta kohti koulutusta, parempaa elintasoja ja varmempaa eloonjäämistä. Voiko siitä moittia?

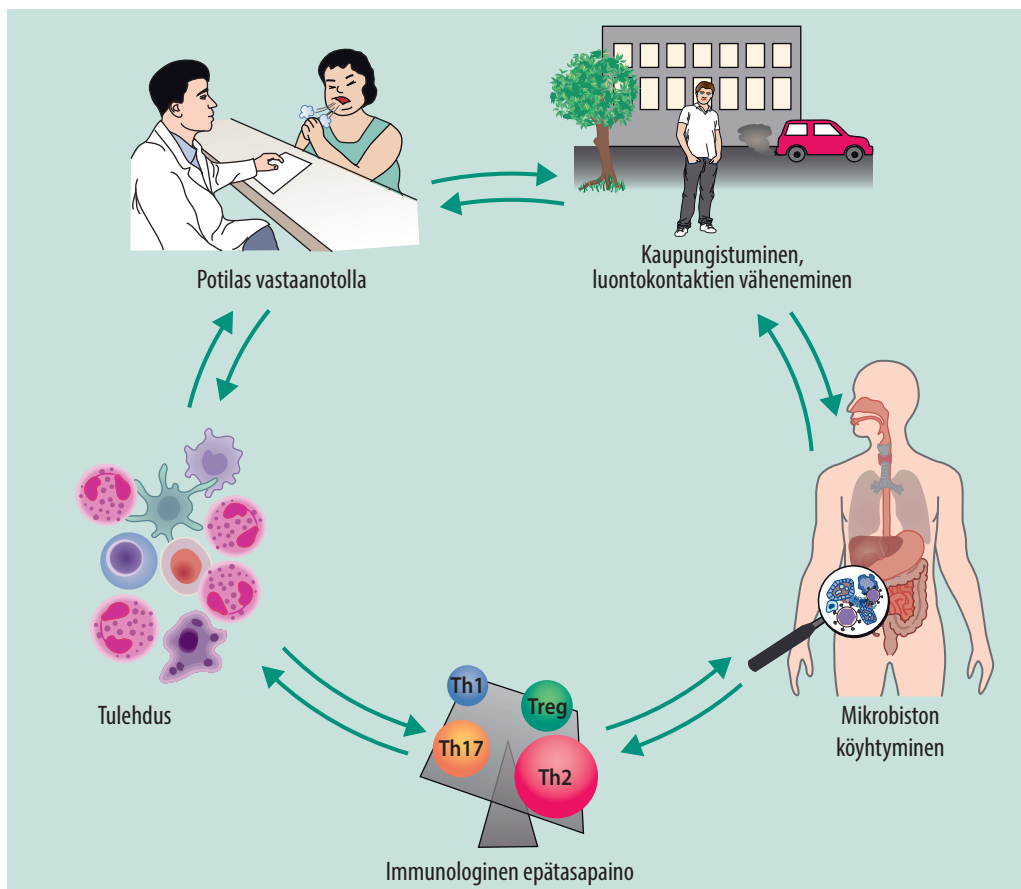
Allergiaohjelman 364 koulutustilaisuuteen on osallistunut noin 23 000 terveydenhuollon ammattilaista. Heidän positiivinen suhtautumisensa ohjelman viesteihin allergiaterveydestä, lievien oireiden suhteellisuudesta ja sietokyvyn rakentamisesta kertoo tervejärkisyydestä ja luonnonläheisistä juurista, joista olemme etäännyneet. Kiihkeä sisäilmakeskustelu kertoo itse asiassa

samaa, suomalaiset ovat siirtyneet maalta kaupunkiin ja ulkoa sisään: ”Ulos paimennetut yläkoululaiset jäisivät välitunnilla sisälle, jos saisivat itse päättää” ja ”Ei ne kyllä tykkää muusta kuin puhelimella olostaa” (HS 18.3.2019). Sopeutumisen tarve on kova, ja siitä nousee parku. Toki rakennuksissakin on vikaa. Allergiaohjelma on osaltaan käynnistänyt Kansallisen sisäilmaohjelman 2018–2028 ja tiivistänyt asiantuntijoiden yhteistyötä (5).

Ohjelman myötä lasten allergiaruokavalioiden määrä alkoi pienentyä, ja se kannusti lisäämään kosketuksia luontoon (6). Päiväkotihanke Luontoaskel hyvinvointiin lisää vihannesten, hedelmien ja juuresten käyttöä, puuttuu ruokahävikkiin sekä lisää lasten liikkumista luontoympäristössä (7). Hanketta toteuttavat sektorilaitokset, Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL), Suomen ympäristökeskus (SYKE) ja Luonnonvarakeskus (Luke), ovat aloittaneet

Yksilö voi vaikuttaa parhaiten elintapoihinsa, yhteiskunta taas elinympäristöjen kestävyteen ja planeetan terveyteen





KUVA. Yhteyksien kehä. Kaupungistumisesta potilaan oireisiin tai toisin päin, oireista taustasyihin (13).

uudenlaisen yhteistyön Suomen itsenäisyyden juhlarahaston Sitran tuella.

Kuluvan vuoden aikana allergiaohjelma tukee ja organisoii alueellisia allergiatyöryhmiä jatkamaan työtä ohjelman päätyttyä. Näkökulmaa laajennetaan myös muihin tarttumattomiin tulehdustauteihin, kuten tulehduksellisiin suolistotauteihin, mahdollisesti myös diabetekseen ja ylipainoon.

Astman osalta hyvä kehitys on jatkunut, mitä tulee ensiapukäyntien ja sairaalahoidon tarpeeseen, mutta liian monen astmaa sairastavan oireet häiritsevät merkittävästi toimintakykyä (8,9). Vaikka apteekkeissa tehdyn barometritutkimuksen mukaan vain 2,5 % astmaa sairastavista kokee vaikeita oireita, puhutaan tällöinkin tuhansista ihmisistä (10). Osalle heistä uudet biologiset lääkkeet ovat pelastus, mutta niistä ei ole kansansairauden voittajiksi (11).

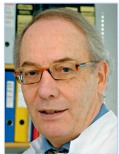
Allergiaohjelma suosittaa konkreettisia elintapamuutoksia niin sairauden ehkäisemiseksi (primaaripreventio) kuin lievittämiseksi (sekundaaripreventio). Kaikki, mitä syödään, juodaan, kosketetaan ja hengitetään vaikuttaa sekä sairastumisriskiin että oireilun vaikeuteen. Allergiaohjelma on kannustanut interventiotutkimuksiin, jotta vaikutuksista saataisiin nykyistä parempaa näyttöä. Genomin rinnalle on noussut käsite eksposomi, joka tarkoittaa kokonaisaltistumista ympäristön niin hyödyllisille kuin haitallisillekin tekijöille (12). Parempi altistumistieto auttaa ennustamaan biologisia vasteita ympäristön vaikutuksiin. Yhdistämällä genomi- ja eksposomitietoa päästään lähemmäksi syy-yhteyksiä ja sairausmekanismeja (KUVA) (13).

Syyskuussa 2018 Helsingissä pidettiin kansainvälinen GARD-kokous (Global Alliance Against Respiratory Diseases) (14), joka toimii

WHO:n yhteydessä. Suomalaisten työ hengitysterveyttä edistävien ohjelmien toteuttajana sai ansaittua huomiota (15). Uusi käsite, planeetan terveys, nousi myös esiin. Rockefeller-säätiön ja Lancet-tiedelehden vuoden 2015 määritelmän mukaan planeetan terveys on ihmiskunnan terveys ja luonnonjärjestelmien tila, josta se riippuu (16). Suomen EU-puheenjohtajakaudella THL järjestää joulukuussa 2019 kansainvälisen seminaarin ”Europe that

Protects: Safeguarding our Planet, Safeguarding our Health”. Ohjelmaa on rakennettu myös allergiaohjelman hengessä.

Allergiaohjelma on parantanut potilaiden hoitoa, mutta tärkein muutos on asenteissa. Niin allergia kuin monet muutkin tarttumattomat tulehdussairaudet ovat ehkäistävissä. Yksilö voi vaikuttaa parhaiten elintapoihinsa, yhteiskunta taas elinympäristöjen kestävyyyteen ja planeetan terveyteen (13). ■



TARI HAAHTELA, emeritusprofessori
HUS Helsingin yliopistollinen sairaala sekä
Helsingin yliopisto

SIDONNAISUUDET
Luentopalkkio (Mundipharma, Orion Pharma)

KIRJALLISUUTTA

1. Nupponen K, Nieminen M, Kaitila JP, ym. Perhoseet. Kirjassa: Hyvärinen E, Juslén A, Kemppainen E, ym. toim. Suomen lajien uhanalaisuus – Punainen kirja 2019. Helsinki: Ympäristöministeriö & Suomen ympäristökeskus 2019, s. 470–508.
2. Haahtela T. Lääkäri pohtii biodiversiteettiä. *Duodecim* 2010;126:1364–5.
3. Haahtela T, Hanski I, von Hertzen L, ym. Luontoaskel tarttumattomien tulehdus-tautien torjumiseksi. *Duodecim* 2017; 133:19–26.
4. Hanski I, von Hertzen L, Fyhrquist N, ym. Environmental biodiversity, human microbiota, and allergy are interrelated. *Proc Natl Acad Sci U S A* 2012;109:8334–9.
5. Lampi J, Pekkanen J, ohjelmatyöryhmä. Terve ihminen terveissä tiloissa. Kansallinen sisäilma ja terveys -ohjelma 2018–2028. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen raportti 8/2018.
6. Erkkola M, Saloheimo T, Hauta-alus H, ym. Burden of allergy diets in Finnish day care reduced by change in practices. *Allergy* 2016;71:1453–60.
7. Haahtela T, Kuusipalo H, Virtanen S. Allergiset raivaavat tietä uuteen järjestykseen. *Allergia Iho & Astma* 2018;4:3.
8. Haahtela T, Valovirta E, Hannuksela M, ym. Kansallinen Allergiaohjelma 2008–2018 puolivälissä – suunnan muutos tuo tuloksia. *Suom Lääkäril* 2015;70:2165–72.
9. Tuomisto LE, Ilmarinen P, Niemelä O, ym. A 12-year prognosis of adult-onset asthma: Seinäjoki Adult Asthma Study. *Respir Med* 2016;117:223–9.
10. Jantunen J, Haahtela T, Salimäki J, ym. Astma ja allergia lievenevät Suomessa – apteekkien allergiabarometri 2010–2016. *Suom Lääkäril* 2018;6:367–72.
11. Viinanen A, Laitinen T. Astman hoito uudessa murroksessa – täsmähoitoon biologisilla lääkkeillä? *Duodecim* 2016;132: 405–6.
12. Wild CP. Complementing the genome with an “exposome”. The outstanding challenge of environmental measurement in molecular epidemiology. *Cancer Epidemiol Biomarkers Prev* 2005;14: 1847–50.
13. Haahtela T. A biodiversity hypothesis. *Allergy* 2019. DOI: 10.1111/all.13763.
14. Haahtela T, von Hertzen L, Anto JM, ym. Helsinki by nature. The nature step to respiratory health. *Clin Transl Allergy* 2019, painossa.
15. Erhola M, Vasankari T, Jormanainen V, ym. Twenty-five years of systematic work for respiratory health in Finland. *Lancet Resp Med* 2019;7:elb.
16. Whitmee S, Haines A, Beyrer C, ym. Safeguarding human health in the Anthropocene epoch: report of the Rockefeller Foundation – Lancet Commission on planetary health. *Lancet* 2015;386:1973–2028.