

Lemmikkieläinallergiat

ALLERGIA
IHO
ASTMA



SISÄLTÖ

Aluksi	3
Allergia - herkistyminen	5
Oireet	7
Kissat ja koirat	9
Hevoset	11
Pieneläimet	11
Oireiden hoito	14
Lemmikki ja astma	16
Lemmikistä luopuminen	17
Lyhyesti	18

ASiantuntijat Anne Vuorenmaa, asiantuntija,
Allergia-, Iho- ja Astmaliitto ry,
Péter Csonka, LT, lastentautien erikoislääkäri,
lastenallergologi,
Allergia-, Iho- ja Astmaliitto ry:n asiantuntijalääkäri
TAITTO Funkkis – Brändi & Markkinointi
KUVAT Jarno Mela
PAINOAIKKA PunaMusta
JULKAISIJA Allergia-, Iho- ja Astmaliitto ry 2019
1. painos



ALUKSI

JOKA KOLMANNESSA suomalaiskodissa on lemmikki. Suosituin on koira, toiseksi suosituin on kissa ja akvaario pitää kolmatta sijaa. Muun muassa kaniineja, hamstereita, liskoja, kilpikonnia ja käärmeyä on myös lemmikkieläiminä. Suomalaisista noin 15 prosenttia saa oireita lemmikeistä. Oireet vaihtelevat lievistä aivasteluista vaikeisiin astmaoireisiin.

ELÄINALLERGEENEJA ON lähes kaikkialla. Niitä on julkisissa tiloissa sekä kulkuvälineissä niin paljon, että herkimät eläinallergiset voivat saada oireita, vaikka siellä ei olisi allergiaa aiheuttava eläin käynytään. Allergeenit kulkeutuvat lemmikkien omistajien vaatteiden ja hiusten mukana.

JOKAISessa PERHEESSÄ käydään varmasti jossakin vaiheessa keskustelu lemmikin hankkimisesta ja sen allergiariskeistä. Oppaan tarkoitus on tuoda apukeinoja tähän keskusteluun. Oppaan avulla pyritään myös purkamaan eläinallergioihin liittyviä myyttejä.

AIEMMIN ALLERGIAPERHEILLE neuvottiin, että lemmikkiä ei tulisi hankkia. Uusien tutkimustuloksien myötä tästä neuvosta on luovuttu. Useissa tutkimuksissa on osoitettu, että herkistyminen koiralle tai kissalle ei välttämättä lisääntynyt, vaikka perheessä olisi ollut koira tai kissa lapsen varhaislapsuudessa.

HERKISTYMISEN RISKI liittyy tutkimuksissa eläinallergeenipitoisuuteen. Jos allergeenien määrä kotona oli hyvin pieni tai hyvin suuri, herkistymisen riski oli pienempi. Suurimmassa riskissä olivat lapset, joiden kotona oli kohtalainen määrä allergeeneja. Tärkein allergian ilmaantumista säätelevä tekijä on perimämme, eikä siksi voida edellä mainittujen tutkimustulosten perusteella suositella koiraa joka kotiin. Jokainen allergiatapaus tutkitaan yksilöllisesti yhdessä terveydenhuollon ammattilaisten kanssa. ■

Allergeenit kulkeutuvat lemmikkien omistajien vaatteiden ja hiusten mukana.



ALLERGIA - HERKISTYMINEN

HERKISTYMEISellä TARKOITETAAN sitä, että elimistö tuottaa vasta-aineita, jotka todetaan verikokeella tai prick-ihotestillä. Kaikki herkistyneet eivät kuitenkaan saa oireita. Allergiasta puhutaan vasta, kun oireita ilmenee. Oireiden todennäköisyys kasvaa, mitä suurempi paukama ihotestissä tulee tai mitä korkeampi vasta-ainepitoisuus verikokeessa todetaan.



HERKISTYMINEN KISSAN tai koiran allergeneille kestää yleensä vuosia. Pieneläimet, kuten marsut, herkistävät hyvinkin nopeasti.

ELÄINALLERGIAN SELVITTÄMINEN prick-ihostesteillä tai verikokeella on usein turhaa, koska oireet eläimen läheisyydessä antavat usein viitettä allergiasta. Epäselvissä tapauksissa herkistyminen on kuitenkin syytä varmistaa. Testeillä ei pystytä myöskään ennustamaan aiheutuuko suunnitellusta lemmikistä oireita tai miten lemmikkiin reagoi vuosien päästä.

KOSKA ALLERGIAN kehittymiseen vaikuttaa sekä perimä että ympäristötekijät, allergiaa, atooppista ihottumaa tai astmaa sairastavilla on suurempi riski herkistyä lemmikkieläimille.

Testeillä ei pystytä myöskään ennustamaan aiheutuuko suunnitellusta lemmikistä oireita tai miten lemmikkiin reagoi vuosien päästä.



OIREET

TYYPILLISIMPIÄ ELÄINALLERGIAN oireita ovat aivastelu, nenän vuotaminen, silmien kutina ja punotus tai luomien turpoaminen. Allergiaoireilu saattaa ilmetä myös alahengitysteissä yskänä, limaisuutena, hengityksen vinkumisena, hengitysvaikeutena tai astman pahenemisena. Hilse, sylki tai muut eritteet iholla voivat aiheuttaa punotusta tai nokkosihottumaa, ja esimerkiksi atooppinen ihottuma saattaa pahentua. Oireet yleensä voimistuvat allergiaa aiheuttavan eläimen läheisyydessä.

LEMMIKKIALLERGIA PUHKEAA yleensä leikki-iässä. Oireet ovat yksilöllisiä. Lemmikin hankinta ei aiheuta kaikille oireita eikä välttämättä pahenna jo olemassa olevia oireita. Joillekin uusi lemmikki aiheuttaa aluksi oireita, mutta oireet lievenevät asteittain myöhemmin. Allergiaoireilu voi myös tilapäisesti voimistua hengitystieinfektion yhteydessä tai siitepölykaudella, jos on allerginen myös siitepölylle. Toisaalta joidenkin oireet saattavat pahentua merkittävästi lemmikin hankinnan jälkeen. Eläimille herkistyneillä on myös todettu olevan enemmän astmaa ja astmankaltaisia oireita. ■



KISSAT JA KOIRAT

KISSOJEN JA koirien hilse, sylki ja muut eritteet sisältävät allergeeneja, karvoissa niitä ei juuri ole. Tutkimusten mukaan kissa aiheuttaa oireita herkemmin kuin koira. Syytä tähän ei tiedetä. Hilseen määrä vaihtelee eläimen ihon kunnon, ei niinkään rodun mukaan. Jos koiralla tai kissalla on ihottumaa, siitä irtoaa enemmän hilsettä ja myös enemmän allergeeneja.

MONET KOIRA- tai kissa-allergiset ovat huomanneet, että tietyt rodut aiheuttavat heille vähemmän oireita kuin toiset. Kaikilla koirilla ja kissoilla on kuitenkin samat allergeenit, eikä näin ollen niin sanottua allergeenitonta tai vähemmän allergisoivaa rotua ole. Joidenkin tutkimusten mukaan uroskoirien ja -kissojen virtsa tai eritteet ovat enemmän oireita aiheuttavia.

Hilseen määrä vaihtelee eläimen ihon kunnon, ei niinkään rodun mukaan.



KOSKA ALLERGEENEJA on myös eläimen syljestä, koiran nuolaisu saattaa aiheuttaa iholle punottavan, kutisevan paukaman nuolaisukohdan.

TUTKIMUKSISSA ON todettu myös ristiallergiaa kissojen ja koirien välillä, eli jos on allerginen kissalle, voi saada oireita myös koirasta. Tarkemmilla allergiatutkimuksilla on mahdollista selvittää, kummalle eläimelle on ensisijaisesti herkistynyt. Tämä voi olla tarpeen esimerkiksi siedätyshoitoa suunniteltaessa. ■



HEVOSET

HEVOSEN PÄÄALLERGEENI on hilse, mutta allergeeneja myös hevosen syljestä. Hevosten aiheuttamat allergiaoireet ilmenevät nuhana, astmaoireiluna ja ihottumana. Ihottumaa on useimmiten kasvoissa, käsissä, ranteissa ja reisissä.

HEVOSALLERGIA EI välttämättä estä ratsastamista, mutta hevosen hoitamista tulisi välttää. Ratsastusvaatteet on syytä jättää kodin ulkopuolelle, esimerkiksi talille ja käydä suihkussa ratsastuksen jälkeen. Näin allergeenit eivät pääse leviämään kotiin.

HEVOSTALLISSA OLEVAT heinät voivat myös aiheuttaa allergiaoireita. ■

PIENELÄIMET

USEIN AJATELLAAN, että pieni eläin aiheuttaa vähemmän allergiaoireita. Koostaan huolimatta pieneläimet herkistävät nopeammin kuin esimerkiksi kissat tai koirat. Karvattomuus voi johtaa myös harhaan lemmikin ostoa harkittaessa.

JYRSIJÄT

MARSUT, HIIRET, rotat, gerbiilit ja kaniinit sekä muut jyrsijät herkistävät jo muutamassa kuu-kaudessa. Jyrsijöiden tärkeimmät allergeenit ovat peräisin niiden virtsasta. Oireina ilmenee allergista nuhaa sekä astmaoireita. Oireet ovat yleensä voimakkaita ja saattavat pahentua nopeasti. Vaihtaminen toiseen jyrsijään ei yleensä auta. Jyrsijöiden häkin täytteet ja kuivikkeet sekä eläimelle annettava ruoka voivat olla myös allergisten oireiden taustalla.

LISKOT, MATELIJAT JA KILPIKONNA

LISKOILLA, MATELIJOILLA tai käärmeillä ei ole karvaa, joten virheellisesti ajatellaan, että ne ovat allergisille hyvä valinta. Näistä eläimistä kuitenkin irtoaa allergeeneja, jotka levittyvät huoneilmaan ja aiheuttavat allergiaoireita. Allerginen oireilu saattaa johtua myös eläimelle annettavasta ruuasta tai häkkien ja terraarioiden kuivikkeista.

Oireina ilmenee allergista nuhaa sekä astmaoireita.



HÄKKILINNUT

UNDULAATIT JA PAPUKAIJAT sekä muut häkkilinnut voivat aiheuttaa myös allergiaoireita. Linnuista lähtevä valkuaispöly tai ruoka, jolla lintuja ruokitaan voivat aiheuttaa allergista nuhaa tai astmaoireita.

HÄKKILINNUISTA AIHEUTUU harvoin oireita, jos häkin pitää puhtaana.

AKVAARIO

AKVAARIOKALAT OVAT turvallisin vaihtoehto allergiselle. Kalat itsessään eivät aiheuta allergiaoireita, mutta oireita saattaa aiheuttaa akvaarion levät ja kaloille annettava ruoka. Nämä allergiat ovat kuitenkin hyvin harvinaisia.

Allerginen oireilu saattaa johtua myös eläimelle annettavasta ruuasta tai häkkien ja terraarioiden kuivikkeista.



OIREIDEN HOITO

JOS OIREET ovat voimakkaat tai jatkuvat, paras hoito on eläinkontaktin välttäminen, erityisesti, jos on astmaoireita. Muuten allergiaoireita hoidetaan tavallisilla allergialääkkeillä. Antihistamiini auttaa nopeasti, mutta ei aina riittä hillitsemään oireita. Antihistamiinin lisäksi käytetään kortisonipohjaisia nenäsumutteita. Kortisonipohjainen nenäsumute ei auta oireisiin heti, joten sitä pitää käyttää säännöllisesti. Allergisiin silmäoireisiin käytetään antihistamiinisilmätippoja. Astmaoireisiin käytetään astmalääkkeitä lääkärin ohjeen mukaisesti. Jos oireita on vain satunnaisesti, paras lääke on antihistamiini. Lääkkeettömänä lisänä on hyvä käyttää nenähuuhtelukannua.

SIEDÄTYSHOITO

KISSA- JA koira-allergiaan on saatavilla lääkkeellistä siedätyshoitoa. Siedätyshoitoa annetaan, jos allergia on niin voimakas, että oireita ilmenee myös silloin, kun lemmikki ei ole paikalla. Siedätyshoitoa annetaan myös silloin, jos allerginen joutuu työssään tekemisiin allergian aiheuttajan kanssa.

SIEDÄTYSHOITOARVIOON HAKEUDUTAAN oman lääkärin läheteellä. Siedätyshoito kestää noin kolme vuotta ja sitä annetaan pistoksina ihon alle. Siedätyshoitoa annetaan aluksi

viikon tai kahden välein terveydenhuollon yksikössä.

ELÄINSIEDÄTYSHOITO EI ole tutkimusten mukaan yhtä tehokasta kuin siitepölyallergian siedätyshoito.

ALLERGEENIEN MÄÄRÄN VÄHENTÄMINEN KOTONA

TUTKIMUSTEN MUKAAN tehostetulla siivouksella ei ole vaikutusta oireisiin. Lemmikin tilan rajaaminen esimerkiksi makuuhuoneen ulkopuolelle ei estä allergiaoireiden ilmaantumista. Allergeenipöly on niin kevyttä, että se leviää kaikkialle huoneilmaan.

LEMMIKKIEN PESU ei vähennä allergeenien määrää. Sen sijaan liian tiheä pesu kuivattaa lemmikin ihoa, jolloin hilseily lisääntyy ja allergeenien määrä kasvaa.

KOIRAA JA kissaa voidaan pitää myös ulkona. Huoneilmassa voi silti olla allergeeneja, koska niitä kulkeutuu vaatteissa sisätiloihin.

LEMMIKISTÄ LUOPUMINEN ja suursiivous voi olla ainoa keino päästä eroon allergiaoireista. Pieniä määriä allergeeneja jää tehokkaasta siivouksesta huolimatta huoneilmaan useiden kuukausien ajaksi. Sen vuoksi myös lemmikkieläinallergiasta johtuvat oireet rauhoittuvat vähitellen. ■

LEMMIKKI JA ASTMA

ASTMA ON keuhkoputkien tulehduksellinen tila, jolloin keuhkoputket reagoivat herkästi erilaisille ärsykkeille. Jos astmaa sairastavalla on eläinallergia, on syytä harkita yhdessä terveydenhuollon ammattilaisen kanssa, miten tulisi menetellä lemmikin suhteen. Kannattaa myös varmistaa herkistyminen, eli ovatko vasta-aineet koholla. Joskus ainoa vaihtoehto on lemmikistä luopuminen. ■



LEMMIKISTÄ LUOPUMINEN

LEMMIKISTÄ LUOPUMISESTA tulisi keskustella perheessä jo ennen lemmikin hankkimista ja puntaroida tarkoin, onko valmis luopumaan lemmikistä, jos allergiaoireita ilmenee tai niitä ei saada hallintaan.

LEMMIKISTÄ LUOPUMINEN voi olla tarpeen, jos allergiaoireet ovat vaikeita ja jatkuvia lääkityksestä huolimatta. Hengitystieoireet kuten yskä, hengityksen vinkuminen ja hengenahdistus yleensä vain pahenevat, jos altistuminen jatkuu.

OSA TUTKIMUKSISTA viittaa siihen, että lemmikeillä tai maatilalla eläimillä on suojaava vaikutus allergioiden kehittymisessä. Tutkimuksissa ei ole saatu selville tämän suojaavan tekijän mekanismeita. Suojaava tekijä ei ole välttämättä itse eläin, vaan eläimen sisätiloihin tuoma mikrobisto.

LEMMIKIN TIUKKA välttäminen ei estä allergian puhkeamista. Kannattaa elää mahdollisimman normaalia elämää, ja jos lemmikistä ilmaantuu oireita, voidaan oireiden voimakkuuden ja kokonaistilanteen mukaan harkita lemmikin välttämistä.

LEMMIKIN OTTAMINEN allergioilta suojaavana tekijä ei kuitenkaan ole suositusten mukaisesti tämän hetkisen tiedon valossa. ■

LYHYESTI

- **Voiko lemmikin pesemisellä vaikuttaa allergeenien määrään?**
Tutkimuksien mukaan peseminen ei vaikuta allergeenien määrään.
- **Miten lemmikkiallerginen selviää koulussa?**
Allergeeneja löytyy lähes kaikkialta, mutta istumajärjestyksellä pystytään vaikuttamaan allergisen hyvinvointiin. Lemmikin-omistajaa ei kannata sijoittaa allergisen viereen istumaan.
- **Jos koiraä pidetään ulkona, voiko se aiheuttaa oireita?**
Koiran allergeenit tarttuvat ihmisten vaatteisiin ja hiuksiin ja sitä kautta allergeeneja kulkeutuu sisätiloihin ja voi aiheuttaa oireita.
- **Karvaton koira - allergiselle sopiva?**
Koira-allergeenit eivät ole karvassa, vaan koiran pääallergeenilähde on hilse ja sylki. Joten karvaton lemmikki ei ole yhtään turvallisempi vaihtoehto koira-allergiselle.
- **Estääkö hevosallergia ratsastamisen?**
Ratsastaminen yleensä onnistuu, vaikka olisi hevosallergia. Hevososen harjaamista ja tallin siivousta on hyvä välttää.
- **Miten selvitän voinko hankkia lemmikin itselleni allergiapelosta huolimatta?**
Parhaiten saa viitettä allergiasta hankkimalla mahdollisimman paljon kontakteja lemmikin kanssa ennen lemmikin hankintaa.
- **Onko olemassa joku koira- tai kissarotu, joka olisi allergeeniton?**
Kaikissa roduissa on samat allergeenit.

”Jäsenenä olen saanut tietoa allergioista ja tavannut mukavia ihmisiä. Saan myös Allergia, Iho & Astma -lehden neljä kertaa vuodessa.”

Tule sinäkin mukaan
www.allergia.fi/yhdessa



Allergia-, Iho- ja Astmaliitto ry
Paciuksenkatu 19
00270 Helsinki
09 473 351

www.allergia.fi