TÄSSÄ NUMEROSSA

ALLERGIA, IHO & ASTMA ON RIIPPUMATON ASIANTUNTIJALEHTI JA ALLERGIA-, IHO- JA ASTMALIITON JÄSENETU

ALLERGIA, IHO & ASTMA

JULKAISIJA
Allergia-, Iho- ja Astmaliitto ry
Mannerheimintie 107
00280 Helsinki

PÄÄTOIMITTAJA, TUOTTAJA
Tuija Tervo
Allergia-, Iho- ja Astmaliitto ry

TOIMITUS
puh. 040 7302 118
toimitus@allergia.fi

ULKOASU JA TAITTO
Kari Långsjö

AVUSTAJAT
Katja Alaja, Eeva-Johanna Eloranta, Terhi Friman, Elis Hannikainen, Risto Heikkinen, Katariina Ijäs, Noora Jääskeläinen, Lotta Kakko, Anne Kalliola, Satu Karmavalo, Timo Kokko, Maria Krohn, Markus Kuusela, Paula Lehtomäki, Aino Loikkanen, Niki Malmros, Ilona Mähönen, Jonna Nurminen, Anna-Karoliina Pelto, Essi Van der Ploeg, Kaisa Raninen, Ritva Savolainen, Kaisa Toikko, Jutta Vastamäki ja Tiina Vitikainen.

KANNEN KUVA
Anne Kalliola

PAINOPAIKKA
Printall

LEHTITILAUKSET
lehtitilaus@allergia.fi
kestotilaus 35 €
määräaikaistilaus 42 €
tilaus ulkomaille 42 €
Liiton jäsenmaksu 27 € sisältää lehden vuosikerran.

ILMOITUSMYYNTI
Niki Malmros
puh. 040 5255 982
niki.malmros@allergia.fi

ILMESTYMISPÄIVÄT 2025
7.2. | 25.4. | 12.9. | 14.11.

55. vuosikerta
painos 21 000 kpl
ISSN 2489-7361
Aikakauslehtien liiton jäsen

Sosiaali- ja terveysministeriö rahoittaa Veikkauksen tuotoista.

VASTUULLISTA JOURNALISMIA

ALLERGIA IHO & ASTMA



ATOOPIKKO SANNA KARHAPÄÄ

Aktiivirooli yhdistyksessä on antoisaa ja kiinnostavaa.

14



ASTMA
Liikunnan esteet ja pelot
22



3 TARINAA
Tukea ja toivoa liiton palveluista
24



4 VINKKIÄ
Astmalapsen koulun aloitus
26



KÄSIKKÄIN
Harvinainen nainen
31



YHDISTYKSISSÄ NYT
Vertaiskohtaamisista toivoa tulevaan
36

NEUVONTAPALSTA

” Kroonista urtikariaa pidetään sisäsyntyisenä autoimmuunitautina.”
40

MUKANA MYÖS

3 Pääkirjoitus
6 Ajankohtaiset
9 Sinut sairauden kanssa
”Elämässä kaikki ei ole aina hallittavissa”
10 Tuoteuutiset
12 10 kysymystä aknesta ja sen hoidosta
18 Rasituksessa oireilevan astman tutkiminen
20 Miten astmaa ja refluksitautia hoidetaan?
21 Siedätyshoitoarvioon kannattaa hakeutua nyt
27 Jäsenten etuja edistetään kansainvälisesti
28 Kurssilta tietoa, taitoja ja tukea arkeen
30 Ovatko muovihiukkaset kehossa uhka terveydelle?
32 Valkojäkälän vaikutus elämänlaatuun ja seksuaaliterveyteen
34 Juuressoseet leivonnassa
35 Ristikko
38 Yhteystiedot
41 Palvelukortti
43 Tutustu uusin nettisivuihin