

Allergia- ja Astmaliitto ry 26.4.2012 tiedote vapaasti julkaistavissa

## Allergia- ja astmaliitto Maailman Astmapäivänä: Astman aiheuttamia sairaalapäivä on liikaa

**Allergia- ja astmaliiton mukaan astma aiheuttaa 15 000 sairaalapäivää vuodessa. Liitto pitää tilannetta huolestuttavana. Hoito, lääkkeet ja tieto ovat kaikkien saatavilla. Silti astman aiheuttamien päivystyskäyntien määrä on kasvussa.**

Allergia- ja astmaliiton mukaan lisääntyneet päivystyskäynnit ovat merkki siitä, että astman hoito ei ole hallinnassa. Liitto peräänkuuluttaa valppautta niin terveydenhuolloilta kuin potilailta itseltään.

- Puolet astmaatikoista ei käytä astmalääkkeitä ohjeiden mukaisesti. Lääkitykseen perehtyminen ja oireiden tunnistaminen vähentäisi päivystyskäyntejä. Neuvoja on saatavilla terveydenhuollosta, apteekeista ja paikallisista allergia- ja astmayhdistyksistä, pohtii allergianeuvoja Anne Vuorenmaa Allergia- ja astmaliitosta.

Allergia- ja astmaliitosta kerrotaan, että allergia ja astma kulkevat usein käsi kädessä. Valtaosa astmaa sairastavista lapsista on myös allergisia. Aikuisista astmaatikoista puolet on allergisia. Siksi allergian hoito tukee usein myös astman hoitoa ja ennaltaehkäisyä.

- Pitkäkestoinen nuha saattaaakin olla flunssan sijasta allergista nuhaa. Jos allerginen nuha jää hoitamatta, se johtaa usein astmaan. Siksi nuhaan pitää puuttua ajoissa, ohjeistaa allergianeuvoja Anne Vuorenmaa Allergia- ja astmaliitosta.

### **Liikunta ennaltaehkäisee astman pahenemista**

Astma on usein perinnöllinen sairaus. Kuitenkin sen puhkeamiseen voidaan vaikuttaa terveellisillä elämäntavoilla.

- Säännöllinen liikunta ennaltaehkäisee astmaoireita. Kunnon kohentuessa hengittäminen helpottuu muutenkin. Toisaalta liikunta ehkäisee myös ylipainoa, joka vaikuttaa astmaatikon hyvinvointiin, Anne Vuorenmaa Allergia- ja astmaliitosta toteaa.

Global Initiative for Asthma (GINA) järjestää Maailman Astmapäivän 1.5. Astman parempi hallinta on Suomessa myös yksi Kansallisen Allergiaohjelman tavoitteista.

### **Lisätietoja toimituksille:**

Koulutuspäällikkö, allergianeuvoja Anne Vuorenmaa, p. 040 558 3714.

Tiedottaja Elina Demir, p. 040 544 9728, email: [tiedotus@allergia.fi](mailto:tiedotus@allergia.fi)

### **Allergia- ja Astmaliiton allergianeuvonta**

P: 0600 14419. Ma, ti, ke klo 9-13, to klo 13-17. Hintaa 0,86 e/min + pvm

[www.allergia.fi](http://www.allergia.fi)