

Opinnäytetyö Turun Ammattikorkeakoulu

Hyvinvointiala

Estenomi

2013

Erja Nalli-Taipalus

Kosmetiikka - allergisen ja atoopikon ihonhoito

– opas kosmetologeille ja kauneudenhoitoalan opiskelijoille



TURUN AMMATTIKORKEAKOULU
TURKU UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

OPINNÄYTETYÖ AMK / TIIVISTELMÄ
Turun ammattikorkeakoulu
Kauneudenhoitoalan koulutusohjelma / Estenomi
Marraskuu 2013, Sivumäärä 35+4
Ohjaaja: Pia Lindroos

Erja Nalli-Taipalus

KOSMETIIKKA -ALLERGISEN JA ATOOPIKON IHONHOITO – opas kosmetologeille ja kauneudenhoitoalan opiskelijoille

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli tehdä opas kosmetiikka- allergisen ja atooppisen asiakkaan ihonhoidosta. Opas on suunnattu kosmetologeille ja kauneudenhoitoalan opiskelijoille. Tarkoituksena on, että opas toimii tukimateriaalina kosmetologien ja opiskelijoiden jokapäiväisessä työssä. Oppaaseen on koottu tiivistetysti tietoa asioista, joita tulee ottaa huomioon kosmetiikka-allergisen ja atooppisen asiakkaan ihonhoidossa.

Teoreettisen viitekehyksen tarkoituksena oli selvittää yleisimmät kosmetiikka-allergiaa aiheuttavat aineet, miten iho niiden vaikutukseen reagoi, mitä tarkoittaa allergia ja atooppinen iho sekä mihin kosmetiikassa käytettäviin ainesosiin atooppikko voi reagoida. Nämä tulevat olemaan myös taustatietona oppaan sisällössä. Oppaaseen on koottu myös mm. ohjeet siitä miten tulee toimia, jos asiakkaan iho reagoi kosmeettiselle tuotteelle ja mitä tulee ottaa huomioon kauneushoitolassa käytettävissä välineissä ja puhdistustuotteissa sekä kauneushoitolan sisutuksessa

Opinnäytetyössä käytettävien kirja- sekä sähköisten lähteiden lisäksi haastattelin kolmea alan asiantuntijaa. Haastattelut olivat strukturoituja haastatteluja eli jokaiselle haastateltavalle oli tehty haastattelurunko etukäteen.

Kosmetologeille ja kauneudenhoitoalan opiskelijoille suunnattu opas kosmetiikka-allergisen ja atooppikon ihonhoidosta valmistuu tammikuussa 2014. Opas tullaan ottamaan pilottikäyttöön Espoon koulutuskuntayhtymä Omnian aikuisopiston kauneudenhoitoalan erikoisammattitutkinnossa tammikuussa 2014.

ASIASANAT: kosmetiikka-allergia, atopia, atooppinen iho, allergia, herkkä iho, säilöntäaineet, hajusteet.

BACHELOR´S THESIS/ ABSTRACT
TURKU UNIVERISITY OF APPLIED SCIENCES
Bachelor of beauty care management
November 2013, Total number of pages 35+5
Instructor Pia Lindroos

Erja Nalli-Taipalus

ABSTRACT.

The purpose of this thesis was to make a guide how to treat customers who are atopic or allergic to cosmetic substances. It is directed to beauticians and beauty care students. It is intended to serve as a guide on their everyday work. It is an abstract of things that should be considered on cosmetics allergic or atopic skin treatments.

The purpose was to examine substances causing cosmetic allergy, the way they affect to skin, what means allergy and atopic skin, also on what substances atopic person may react on. It used as background information on the contents of this guidebook. It also gives instructions what actions to take if customer's skin reacts to a cosmetic product containing things one should pay attention to when choosing tools, cleansing products and furnishings.

Interviews of three specialists and their lessons as well as literature and electronic sources of information were used as sources for this thesis. The interviews were structured in the way that the framework was done beforehand.

This guidebook will be finished on January 2014 and it will be piloted on Espoo Joint Authority of Education Center in beauty care specialist qualification.

KEYWORD: sensitive skin, allergy, atopic, atopic skin, cosmetic allergy, preservative, fragrance.

SISÄLTÖ

1 JOHDANTO	5
2 IHO	7
2.1 Herkkä iho	8
2.2 Atooppinen iho	9
3 ALLERGIA	12
3.1 Atopia	13
3.2 Ristiallergiat	13
3.3 Kosmetiikka - allergia	15
3.4 Yleisimmät kosmetiikka-allergian aiheuttajat	16
3.5 Tuoksuyliherkkyys	23
4 IHO JA ALLERGIA	26
4.1 Ihon reagointi	26
4.2 Allergisen ja atooppisen ihon hoitaminen kauneushoitolassa	27
4.3 Ohjeita kosmetologille	29
5 OPAS KOSMETOLOGEILLE	30
6 POHDINTAA	31
LÄHTEET	33

Liitteet

Liite 1. Kosmetiikka-allergisen ja atooppikon ihonhoito - opas kosmetologeilla ja kauneudenhoitoalan opiskelijoille

Liite 2. Haastattelukysymykset

Liite 3. Kosmetiikassa käytettävät mykerökukkaiskasvit

1 JOHDANTO

Suomessa noin puolet väestöstä kokevat, että heillä on herkkä iho. Erilaiset voiteet, hygieniatuotteet, pesu, uimahallissa uiminen, vaatekuidut, kylmä ja kostea ilma sekä monet muut tekijät ärsyttävät tällaisten henkilöiden ihoa, erityisesti kasvoja. Ärsyttävien tekijöiden kirjo vaihtelee eri henkilöillä. Herkän ihon määrittämiseen ei ole objektiivista mittaria (Hannuksela, Peltonen, Reunala, Suhonen 2011, 50.)

Kosmetiikkasarjoista löytyy paljon tuotteita, joissa on kerrottu tuotteen soveltuvan myös herkkäihoisille. Tämä ei tarkoita sitä, että tuote sopii kaikille heille, jotka kokevat ihonsa herkäksi. Herkän ihon taustalla voi olla esimerkiksi siitepölyallergia, jolloin henkilö voi saada ihoreaktioita mykerökukkaiskasveista, joita myös herkälle iholle suunnatut hoitotuotteet voivat sisältää.

Opinnäytetyön aiheen valitsin omasta kiinnostuksestani kosmetiikka-allergisten ja atooppikojen ihonhoitoon. Tavoitteena oli koota kosmetologeille ja kauneudenhoitoalan opiskelijoille tiivistetty opas kosmetiikka-allergioista ja ristiallergiaa aiheuttavista ainesosista, joita kosmetiikassa käytetään, sekä opastaa heitä kosmetiikka-allergisen ja atooppikon ihonhoidossa. Oppaan alustava sisällysluettelo (Liite 1) hioutuu kun pilottikokeilu kauneudenhoitoalan erikoisammattitutkinnossa on tehty tammikuussa 2014.

Olen itse perehtynyt noin neljän vuoden ajan kosmetiikka-allergisten ja atooppisten asiakkaiden ihonhoitoon. Näiden vuosien aikana olen huomoinut miten atooppikojen ja kosmetiikalle herkistyneiden asiakkaiden määrä on kasvanut vuosien aikana. Halusin tuoda esiin miten tärkeää kosmetologin on perehtyä tuotteiden ainesosaluetteloon, inci-listaan (International Nomenclature Cosmetic Ingredients, ainesosalista) ja löytää sieltä mahdolliset allergisoivat raaka-aineet. Kosmetiikkatuotteet sisältävät paljon myös kasvikunnasta saatavia raaka-aineita, jotka voivat aiheuttaa ristiallergiaa siitepölyallergisille. Luonnontuotteet sisältävät yleisesti kasvikunnasta saatavia raaka-aineita ja atooppikojen on syytä olla varovainen kokeillessaan luonnonkosmetiikkaa.

Myös hajusteallergiset voivat saada allergisia reaktioita eteerisistä öljyistä joita luonnonkosmetiikka usein sisältää. Kosmeettiset tuotteet voivat aiheuttaa kosketusallergiaa tai ärsytysreaktiota, joista ärsytysreaktiot ovat yleisimpiä.

Tiedonhankinnassa hyödynsin sturkturoitua haastattelua (Liite 2). Haastattelin kahta kauneudenhoitoalan ammattilaista, Taina Paarmasta ja Mirja Katajaa. Taina on koulutukseltaan kosmetologi, sairaanhoitaja sekä terveydenhuollon maisteri. Hän on toiminut 15 vuotta Helsingin allergia- ja astmayhdistyksessä kosmetiikkaportaalin suunnittelijana. Kosmetiikkaportaali on tänä päivänä erittäin suuri apu kosmetiikka-allergisille henkilöille. Viimeiset kahdeksan vuotta hän on keskittynyt omassa kauneushoitolassaan allergisten ja herkkäihoisten ihonhoitoon. Mirja on koulutukseltaan erikoiskosmetologi. Kauneudenhoitoalalla hän on toiminut 26 vuotta, josta viimeiset 17 vuotta hän on perehtynyt allergisten ja herkkäihoisten ihonhoitoon. Haastattelujen avulla halusin selvittää yleisimmät kosmetiikka-allergiat sekä antaa käytännön esimerkkejä allergisten asiakkaiden ihonhoidosta ja miten tulee toimia, jos asiakkaan iho reagoi hoitotuotteeseen. Haastattelin myös Helsingin allergiayhdistyksen kosmetiikkaneuvojaa Merike Lainetta, hänellä on viimeisin tieto kosmetiikka-allergioiden tilastoista.

Teoreettisessa viitekehyksessä halusin kartoittaa yleisimmät kosmetiikka-allergiat ja ristiallergiaa aiheuttavat kasvikunnasta saatavat raaka-aineet, selvittää mitä on hajusteallergian ja tuoksuyliherkkyyden erot, mitä tarkoittaa allergia ja atooppinen iho sekä millä eri tavoin iho voi reagoida kosmeettisille tuotteille. Opinnäytetyössäni keskityin käsittelemään yleisimpiä kosmetiikka-allergioita ja atooppikkojen mahdollista ristiallergiaa kasvikunnasta saataviin raaka-aineisiin, joita kosmetiikassa käytetään.

2 IHO

Kosmetologin tulee tietää ihon perusrakenne, miten ihon läpäisyeste muodostuu sekä mikä on sen tehtävä. Nämä tiedot auttavat kosmetologia hoitamaan asiakkaitaan parhaalla mahdollisella tavalla, valitsemalla sopivimmat hoidot sekä ihonhoitotuotteet.

Iho on kehon suurin elin, sen pinta-ala on 1,5 -2 m². Iholla on monentyypisiä tehtäviä, joita se pystyy täyttämään erikoistuneen rakenteensa vuoksi. Ihon tehtävänä on toimia suojana ulkoista ympäristöä ja sen vaikutuksia vastaan, Iho pitää kudokset koossa, suojaa alla olevia kudoksia, osallistuu elimistön lämmönsäätelyyn laajentamalla ihon verisuonia, toimii verivarastona ja aistinelimenä, suojaa syvimpiä kudoksia UV-säteitä vastaan tuottamalla melaniinia (pigmenttiä, värillistä ainetta), estää veden haihtumisen ihon läpi, tuottaa D-vitamiinia. (Hannuksela ym. 2011, 12, 19.)

Ihossa on kolme kerrosta, epidermis eli orvaskesi, dermis eli verinahka ja subkutis eli ihonalainen rasvakudos. Epidermikseen kuuluu viisi kerrosta; sarveiskerros (stratum corneum), kirkassolukerros (stratum lucidum), jyväissolukerros (stratum granulosum), okasolukerros (stratum spinosum) ja tyvisolukerros (stratum basale). (Halsas-Lehto, Härkönen, Raivio 2012, 38–39; Hannuksela ym. 2011, 12–13.)

Sarveissolukerros (stratum corneum) eli keratiinikerros on ihon pintakerros, jonka tehtävänä on ihon suojaaminen. Se suojelee ihoa pH:n ja lämpötilan muutoksilta, tekee ihosta vesitiiviin ja vastustuskykyisen. Sarveissolukerroksen solut ovat litteitä ja solulima on korvautunut pehmeällä keratiinilla. Solujen litteä muoto mahdollistaa niiden tiiviin liittymisen toisiinsa. Solut liittyvä tiiviisti toisiinsa soluvälit täyttävien rasva-aineiden (keramidit, kolesteroli, vapaat rasvahapot) avulla. Soluvälien rasva-aineet (lipidit) syntyvät pääosin jyväissolukerroksessa. Sarveissolukerroksen solut poistuvat ihon pinnalta hilseilemällä. (Halsas-Lehto ym. 2012, 46; Hannuksela ym. 2011, 12,19.) Sarveissolukerroksen rakenne muistuttaa tiiliseinää, jossa solut ovat tiiliä ja niiden välissä olevat rasva-aineet

laastia. Tämä muodostaa ihon läpäisyesteen, jonka tehtävänä on estää veden liiallinen haihtuminen ihon kautta ja torjua pieneliöiden ja myrkyllisten aineiden pääsy ihoon. Läpäisyesteen toimivuus säätelee hoitovoiteiden imeytymistä ihoon. Ihoa pestäessä saippualla, keratiinikerroksen rasvoista saadaan poistetuksi 70–80%, mutta keramideja vain vähän. (Hannuksela ym. 2011, 280–281.)

Keramidien määrä vaikuttaa ihon vesipitoisuuteen ja niiden tehtävänä on estää veden haihtumista iholta. Keramidit ovat pitkäketjuisia rasvoja, joita tunnetaan noin 400 erilaista. Keramideja on kaikissa eläimissä ja kasveissa. Ihmisen ihossa olevia keramideja on ainakin seitsemää tyyppiä, mutta eri keramidien merkitystä ei tarkemmin tiedetä eikä niiden mittaamiseen ole olemassa mittalaitetta. Veden haihtumista estäviä rasvoja (keramidia, kolesterolia ja rasvahappoja) tulisi ihossa olla yhtä paljon. Perimän vuoksi keramideja on kuitenkin joka viidennellä liian vähän. Iän myötä myös keramidien määrä vähenee ja siitä johtuukin se, että vanhemmilla ihmisillä on usein kuiva iho. Aurinko lisää keramidien tuotantoa ja siksi iho on kesäaikaan yleensä pehmeämpi ja silloin myös hoitovoiteeksi riittää usein kevyempi voide. (Haahtela, Hannuksela, Mäkelä, Terho 2007, 132.)

2.1 Herkkä iho

Kosmetologin asiakaskunnasta useat kokevat ihonsa herkäksi. Taustalla ei ole välttämättä kuitenkaan allergiaa. Iho voi reagoida eri vuoden aikoina eritavoin, ja kosmetologin olisikin hyvä osata kysyä riittävän laajoja ja tarkentavia kysymyksiä ihon reagoitavoista ilmastoon ja kosmetiikalle. Hyvä on myös muistaa, etteivät herkkäihoisille suunnatut tuotteet sovi kaikille niille, jotka kokevat ihonsa herkäksi.

Herkälle iholle ei ole olemassa määritelmää. Ihon herkkyyttä ei voi määritellä laitteilla tai testeillä. Iho koetaan herkäksi, jos kasvoja kutittaa, pistelee tai polttelee kosmeettisten tuotteiden käytön yhteydessä, pestessä, ulkona tai

ulkoa sisään tullessa. Taustalta voi löytyä ihotauteja, tärkeimpänä atooppinen ihottuma, tali-ihottuma ja ruusufinni. Suurella osalla herkkäihoisista ei kuitenkaan selvää ihotautia ole. Pohjoismaalaisista naisista noin 50 % kokee ihonsa olevan herkkä, kun taas miehistä 20 - 40 % kokee ihonsa herkäksi.

Erilaisissa tutkimuksissa on yritetty löytää jokin kemikaali, joka yksinkertaisessa testissä mittaisi ihon ärtyvyyttä niin, että tulos vastaisi henkilön omaa käsitystä ihon herkkydestä. Testeissä on käytetty pinta-aktiivisia aineita, kosketusnokkosihottumaa aiheuttavia kemikaaleja ja yleisesti ärsyttäviä kemikaaleja (mm. maitohappoa, etanolia, bentsoehappoa, kanelihappoa, cocamidopropylibetaiinia, natriumhydroksidia). Niiden vaikutusta on tutkittu mm. laittamalla niitä nenän pieliin ja käsivarsiin. Ihon reaktioita on seurattu silmin havainnoiden sekä mittaamalla ihon verekkyyden sekä läpäisevyyden muutoksia. Tuloksia on verrattu ihmisten omiin tuntemuksiin ja käsitykseen ihon yleisestä herkkydestä. Mikään ei ole osoittautunut sopivaksi testaustavaksi. (Haahtela ym. 2007, 432; Hannuksela 2009, 140.)

Myynnissä on suuri määrä herkälle iholle suunnattuja tuotteita, eikä mikään niistä sovi kaikille herkkäihoisille. Vika ei ole tuotteessa tai ihossa vaan niiden yhteensopimattomuudessa. (Hannuksela 2009, 140 - 141.)

Pohjoismaalainen iho on herkimmillään talvella. Herkkyys ei johdu kuivasta pakkasilmasta vaan auringon ultraviolettisäteilyn puutteesta. Jo pienikin UV-säteily määrä vähentää ihon reaktioita useille aineille. Tutkituimpia aineita ovat bentsoehappo ja sorbiinihappo, joita käytetään mm. hoitovoiteiden säilytteinä. Yhdellä UV-altistuksella ihon ärtyvyys vähentyy 2-3 viikoksi. Kesällä ihon pintakerrokset paksuuntuu, mikä estää aineiden tunkeutumista ihoon. Suoja kestää 2-3 kuukautta. (Haahtela ym. 2007, 431 - 432.)

2.2 Atooppinen iho

Atooppinen iho poikkeaa ns. normaalista ihosta siten, että ihon läpäisyeste on heikentynyt ja siitä syystä ihosta pääsee haihtumaan kosteutta normaalia enemmän. Tämä aiheuttaa sen, että iho kuivuu ja kuivuus taas aiheuttaa

kutinaa. Kosmetologin tulee tietää atooppisen ihon perusmekanismi, jotta hän osaa kertoa asiakkaalle mistä atooppinen iho johtuu ja miten sitä tulee hoitaa.

Atooppisen ihottuman (atooppinen ekseema) mekanismi ei ole niin yksinkertainen kuin allergisen nuhan ja astman. Iho- tai verikokeet osoittavat vain osalla ihoatoopikoista herkistymistä siitepölyille, eläimille tai ruuille (Hannuksela 2009, 47). Atooppisen ihon peruspiirteet ovat kutina ja kuivuus. Ihon kuivuuden syynä on sarveiskerroksessa olevan läpäisyesteen poikkeavuus. Ihosta puuttuu okasolujen tuottamia pitkäketjuisia rasvoja, keramideja sekä valkuaisaineita, klaudiineja. Lisäksi useilla on myös sarveiskerroksen valkuaisen, filaggrinin, muuttunut rakenne. Atooppiseen ihoon on yleensä perinnöllinen taipumus. (Haahtela ym. 2007,131; Hannuksela 2009, 48 - 49; Paarmas 2011.) Keramidit, kolesteroli ja vapaat rasvahapot muodostavat veden haihtumista estävän massan sarveissolujen väleihin. Kun iho pestään vedellä ja saippualla, sarveiskerroksen läpäisyeste palaa normaalissa ihossa entiselleen noin 1,5 tunnissa, ihoatopikolla se palaa entiselleen 1-2 vuorokaudessa. Ihon kuivuuteen saattaa vaikuttaa myös keramideja hajottavat bakteerit ihossa. Kaikilla elää ihossa hiivoja ja bakteereita, jotka muodostavat normaaliflooran. Jotkin stafylokokkibakteerit erittävät keramideja hajottavaa entsyymiä, keramidaasia. Ihon bakteerikanta muotoutuu heti syntymän jälkeen, ja sen pääosa vauvaan siirtyy äidiltä. Jos bakteerien joukossa on keramidaasia muodostavia stafylokokkeja, siirtyvät ne myös vauvaan ja ne voivat olla harmina vuosia tai läpi koko elämän. (Haahtela ym. 2007, 132; Hannuksela 2009, 50 - 51; Iholiitto.)

Kun keramidien määrä vähenee, pääsee vettä haihtumaan ihon syvimmistä kerroksista ja ihon pinta kuivuu. Ihon kuivuuden jatkuessa, syntyy ihoon lievä ja kutiava tulehdus. Atooppista ihoa tulee pestä sitä useammin mitä infektoituneempi iho on. Pesun yhteydessä tulee käyttää myös saippuaa. Pesun tarkoituksena on vähentää tulehdusta aiheuttavien bakteerien ja muiden mikrobien määrää ihossa. Atoopikon on hyvä tietää, ettei keramidit liukene veteen, joten ihoa voi, ja tuleekin pestä, jotta epäpuhtaudet iholta poistuvat. Perus- tai kosteusvoide levitetään pesun jälkeen kostealle iholle, jolloin kosteus

sitoutuu siihen. Hoitovoiteen tulisi sisältää vettä sitovia aineita (esim. glyserolia), ne hoitavat ihoa tehokkaammin kuin voiteet, joissa niitä ei ole. (Hannuksela 2009, 43–44; Haahtela ym. 2007, 143 - 144.) Sopivan hoitovoiteen löytää kokeilemalla. Jos iho tuntuu kiristävältä tunnin kuluttua hoitovoiteen levittämisestä, on voide liian kevyt, silloin tulee siirtyä astetta rasvaisempaan voiteeseen. Mikäli iholla tuntuu nipistelyä tai kirvelyä tuotteen levittämisen jälkeen, on voide liian vesipitoinen, jolloin tulee valita rasvaisempi hoitovoide (Paarmas 2013.)

Atooppista ihoa voi hoitaa myös valohoidoilla. Ultraviolettisäteily B (UVB) parantaa atooppista ihottumaa ainakin kolmella eri tavalla. Se rauhoittaa tulehdusta, lisää keramidien tuotantoa ja paksuntaa epidermistä. Sopivia UVB-hoitomuotoja ovat kapeakirjoine UVB-säteily (309–313 nm), SUP-hoito (Selective Ultraviolet Phototherapy, 315–380 nm). Suomen kesä ja aurinkomatkat talvella vastaavat SUP-hoitoa. Laajakirjoinen UVB (290–320 nm) sopii vanhemmille lapsille ja aikuisille (Hannuksela 2009, 38; Haahtela ym. 2007, 146–147.)

3 ALLERGIA

Allergia on monelle sanana tuttu, mutta miten allergia syntyy, on useille vielä epäselvää. Halusin selvittää allergian perusmekanismin, jotta myös kosmetologit tietäisivät tarkemmin mitä on allergia. Useat tietävät tavallisimmat allergiset sairaudet, joita ovat allerginen nuha, astma, silmän sidekalvon ja silmäluomien reaktiot, atooppinen ihottuma ja nokkosihottuma. Seuraavissa kappaleissa selvennetään mitä on atopia, ristiallergiaa aiheuttavat raaka-aineet kosmetiikassa, yleisimmät kosmetiikka-allergiat sekä mitä on tuoksuylherkkyys, joka monesti sekoitetaan myös hajusteallergiaan, vaikka ne ovat kaksi eri asiaa.

Allergia on kehon puolustusreaktio. Kaikilla ihmisillä on immuunivaste, joka suojaa esimerkiksi bakteereilta ja viruksilta. Immuunivasteen avulla pysymme terveinä. Allergisen ihmisen immuunivaste ei toimi toivotulla tavalla, ja se yrittää suojata kehoa vaarallisilta aineilta ja sen lisäksi myös vaarattomilta aineilta, kuten esimerkiksi siite- ja eläinpölyltä tai ruoka-aineilta. Keho tuottaa vasta-aineita eri aineita vastaan. Allergialla tarkoitetaan immunologisten mekanismien käynnistämää yliherkkyysreaktiota, joka jää T-auttajasolujen (valkosolujen) muistiin. Saman aineen kohdatessaan uudestaan, toistuu yliherkkyysreaktio nopeasti ja voimakkaasti. Allergisen reaktion aiheuttaa yleensä elimistön ulkopuolelta tullut aine, jota kutsutaan allergeeniksi. Elimistössä syntyy immunoglobuliini – E (IgE) -vasta-aineita näille allergeeneille. Kun IgE reagoi allergeenin kanssa, syöttösoluista vapautuu histamiinia ja muita aineita, jotka aiheuttavat ihossa tai limakalvoissa tulehduksen. Kosketusihottumaa aiheuttavat kemikaalit ja metallit, kuten tekohartsit, nikkeli tai säilyteaineet. Niitä sanotaan hapteneiksi, koska ne muuttuvat allergeeniksi vasta sitouduttuaan kemiallisesti elimistön valkuaiseen. Allergia voi olla joko vasta-aine- tai soluvälitteinen. Reaktiot voivat olla nopeita (välittömiä) esimerkiksi kissan aiheuttama astma, siitepölyn aiheuttamat nuha-silmäoireet tai hitaita (viivästyneitä) esimerkiksi nikkeliä sisältävän korun aiheuttama kosketusihottuma. (Haahtela ym. 2007, 8-10; Haahtela, Hannuksela 2009, 4.) Jotta reaktiota pidetään allergisena, pitää reaktion aiheuttanut allergeeni

tunnistaa, allergeenin ja haitallisen reaktion väline syy-yhteys tunnistetaan, reaktion immunologinen mekanismi selvitetään. Allergisen mekanismin tulee olla immunologinen (esim. syntyy IgE-vasta-aineita), ei esimerkiksi entsyymin puutteesta johtuva laktoosi-intoleranssi. (Haahtela ym. 2007, 8-9.)

3.1 Atopia

Atopialla tarkoitetaan henkilön periytyvää taipumusta herkistyä elinympäristön tavallisille allergeeneille, kuten siitepölylle tai eläinpölylle. Herkistyminen tapahtuu usein jo lapsuudessa tai nuoruudessa. Heinänuha on tyypiesimerkki atooppisesta allergiasta. Atooppisen allergian taustalla on elimistön poikkeava reagoititapa. Sen vuoksi atooppikko reagoi usein monille allergeeneille. Allergeenit ovat kemiallisia vierasaineita, jotka aiheuttavat haitallisia yliherkkyysoireita, kun elimistö kohtaa ne toistuvasti. Valkuaisaineet ovat tavallisimpia allergisen reaktion aiheuttajia (allergeeni). (Haahtela ym. 2007, 8-10.) Atooppisen ihmisen elimistössä syntyy immunoglobuliini – E (IgE) -vasta-aineita näille allergeeneille. Atooppiset reaktiot kehittyvät nopeasti, usein muutamassa minuutissa. Kutina on yksi tulehduksen oireista. Oireet voivat vaihdella eri elimissä. Astmapotilaista noin 80 %:lla on myös nuha ja monilla iho-oireita. Ihottumapotilaista puolella on myös hengitysteiden oireita. Allergioita tulee helposti lisää esimerkiksi siitepölyallergiselle, koska herkistymismekanismi on käynnistynyt. Atopia nimitystä voidaan käyttää, jos IgE-herkistyminen on todettu ihopistokokein (Pric-testi). (Haahtela ym. 2007, 8–14.) Atooppisia sairauksia esiintyy noin 20 prosentilla suomalaisista, niiden yleisyys teollisuusmaissa on kasvanut viimeisten vuosien aikana (Hannuksela 2009, 47; Iholiitto.)

3.2 Risti-allergiat

Siitepölyallergioihin liittyvät kasviallergiat johtuvat immunologisesta ristiinreagoinnista. Ihmisen herkistyttyä esimerkiksi koivun siitepölylle, elimistön valkosolut alkavat tuottaa IgE-vasta-ainetta, jotka tunnistavat kyseisen

siitepölyn. Vasta-aine tunnistaa myös muiden kasvien samantyyppisiä valkuaisaineita, ja henkilö saa oireita myös niistä. Tätä reaktiota sanotaan ristiinreagoinniksi ja allergiaa ristiallergiaksi (Haahtela, Sorsa 1999, 100.)

Kosmetologin tulee huomioida mahdollista ristiallergiaa aiheuttavat kosmetiikan raaka-aineet. Kun tietää asiakkaan olevan siitepölyallerginen, on hoitotuotteiden inci-listasta tarkistettava sisältääkö tuote alla listattuja mykerökukkaiskasveja. Kaikki atoopikot eivät niille reagoi, mutta niiden käytössä on kuitenkin syytä olla varovainen. Mikäli asiakas on halukas testaamaan tuotetta, voi hän levittää tuotetta vaikka korvan taakse tai kyynärtaiteeseen. Usein reaktio tulee melko pian näkyviin, jos reaktiota ei tule muutaman tunninkaan kuluttua, voi tuotteen käyttötestiä jatkaa esimerkiksi viikon ajan, levittämällä samaan kohtaan tuotetta kaksi kertaa päivässä. Mikäli tuote ei aiheuta levitysalueelle ärsytystä, voi tuotteen ottaa käyttöön.

Luonnonkosmetiikkaa pidetään usein mietona, koska niiden vaikutuksen ajatellaan lähtevän luonnosta ja olevan näin hellävaraisempia kuin niin sanotusti synteettisesti valmistetut tuotteet. Kuitenkin useiden kasvien ja rohdosten on todettu aiheuttavan iho-oireita, jopa vakavia allergisia reaktioita. Auringonhattu, kamomillasaunio. pietaryrtti, psyllium ja siankärsämä ovat aiheuttaneet voimakkaita allergisia reaktioita. (Haahtela ym. 1999, 106.)

Kosmeettisissa tuotteissa käytetään raaka-aineina usein myös mykerökukkaiskasveja. Erityisesti pujoallergiselle nämä voivat aiheuttaa kosketusihottumaa ja nokkosihottumaa. Allergista kosketusnokkosihottumaa aiheuttavia kasveja ovat muun muassa Oak moss, jäkälistä uutettua tuoksuainetta (koivunhankajäkälä, Evernia purnastris; hankakarve, Pseudevernia furfuracea; Evernia furfuracea), Ylang ylang – öljy on Cananga odorata – puun kukista uutettu tuoksuaine, se sisältää muun muassa dihydroisoeugenolia ja geraniolia (Haahtela ym. 1999, 106, 155.) Kosmetiikassa käytettävät mykerökukkaiskasvit (Liite 3).

3.3 Kosmetiikka - allergia

Kosmetologin tulee tietää yleisimmät kosmetiikka-allergiaa aiheuttavat aineet ja lista niistä olisi hyvä olla aina käden ulottuvilla. Kosmetologin on hyvä tietää mitä tietoa allergiportaali tarjoaa, jotta voi tarvittaessa ohjata asiakasta sen käytössä. Kosmetologin tulee myös muistaa, mikä kaikki on kosmetiikkaa, kosmetiikkaa ei ole vain ihonhoitotuotteet.

Helsingin Allergia- ja Astmayhdistys ylläpitää allergiportaalia, josta löytyy tällä hetkellä yli 8500 kosmetiikka- ja hygieniatuotteen tiedot. Kosmetiikka-allerginen voi tilata laajan listauksen itselleen sopivimmista tuotteista, joita myydään mm. apteekeissa, päivittäistavarakaupoissa jne. tai sitten suppeamman listauksen esimerkiksi kosmetologituotteista, joita myydään kauneushoitoloissa. Kertatilauksen sijaan, voi allergiportaaliin ostaa käyttöoikeuden joko 6 tai 12 kuukaudeksi. Samalla sieltä saa käyttöön sanakirjan, jossa on 6000 raaka-aineen nimet ja funktiot.

Helsingin Allergia- ja Astmayhdistyksen kosmetiikkaneuvoja Merike Laine saa päivittäin yhteydenottoja allergisilta asiakkailta. Selkeä nousu lähivuosien aikana on ollut Metyyli-isotiatsolinoni ja Metyylikloori-isotiatsolinoniallergisten määrän kasvu. Allergiaportaalin asiakkailta muita eniten allergisoivia aineita ovat hajusteet, formaldehydi + vapauttaja-aineet, PPD ja luonnonhartsit.

Kosmetiikkaa ovat muun muassa saippuat, hammastahnat, meikit, perusvoiteet ja hiusten muotoilutuotteet, jotka kuuluvat jossain määrin niin lasten kuin aikuistenkin jokapäiväiseen käyttöön. Kosmetiikka-allergisia henkilöitä on noin 10 prosenttia väestöstä. Hajusteet, säilöntäaineet ja hiusvärit ovat yleisimpiä allergian aiheuttajia kosmetiikassa. Ihoreaktio ilmenee yleensä viivästyneenä kosketusallergiana tai ärsytysreaktiona. Allergiaoireet alkavat yleensä muutaman päivän viiveellä altistumisesta. Oireita ovat punoitus, kutina, turvotus ja näppylät yleensä siinä kohdassa, johon tuotetta on laitettu. Ärsytysreaktion voi aiheuttaa tuote, joka on sopimaton omalle iholle, ihon kunto on huono esim. ahavoitunut tai rikki. (Allergia- ja Astmaliitto.)

Kosmetiikka-allergia syntyy yleensä pitkäaikaisen altistumisen seurauksena johonkin kosmeettisen tuotteen sisältämään raaka-aineeseen. Saman kosteusvoiteen pitkäaikainen käyttö saattaa yllättäen aiheuttaa kosketusallergiaa, joka voi monia hieman hämmentää. Tuote voi sisältää esim. formaldehydin vapauttajaa, jolle käyttäjä on pitkäaikaisen käytön seurauksena herkistynyt. Kosmetiikka voi sisältää myös superallergeeneja, jotka voivat herkistää kerta-altistuksella. Tunnetuin superallergeeni jota kosmetiikassa käytetään, on Metyyli-isotiatsolinonin ja metyylikloori-isotiatsolinonin (kauppanimellä Kathon). (Baumann 2002, 36; Haahtela ym. 2007, 18; Hannuksela 2009, 92; Turvallista kosmetiikkaa 2006. 1.)

Kemikaalien imeytymistä ihoon lisäävät mm. pinta-aktiiviset aineet (emulgaattorit), jolloin herkistymisvaara kemikaaleille suurenee. Erityisesti naisilla se näkyy muun muassa hajusteallergioina. Iholle jätettävät tuotteet herkistävät helpommin kuin poispestävät. Kosmetiikka-allergioita testataan iholle tehtävillä lappu- eli epikutaanitesteillä (Baumann 2002, 36; Haahtela, Hannuksela, Terho 1999,89; Haahtela ym. 2007, 18,167; Turvallista kosmetiikkaa 2006, 1-2.)

3.4 Yleisimmät kosmetiikka-allergian aiheuttajat

Hajusteet

Hajusteallergia on eri asia kuin tuoksuylherkkyys. Allergisen kosketushottuman tavallisimpia aiheuttajia ovat hajusteet. 1-2 prosenttia väestöstä saa hajusteista allergisen kosketushottuman. jotka syntyvät viivästyneen kosketusallergian kehittymisen seurauksina. Viime vuosina hajusteallergiat ovat lisääntyneet. Syyinä allergian lisääntymiseen on hajustettujen tuotteiden runsaus. Hajusteita käytetään hajuvesien lisäksi kodin kemikaaleissa, pesu- ja puhdistusaineissa, hygieniatuotteissa sekä kosmetiikassa. (Alanko 3/2004;Haahtela ym. 1999, 295; Haahtela ym. 2007, 171 - 172; Hannuksela 2009 a.) Hajusteita käytetään kosmetiikassa peittämään tuotteen omaa epämiellyttävää hajua. Yksi tai useampi hajustekemikaali voi aiheuttaa kosketusallergiaa. Hajusteallergian

aiheuttamat iho-oireet esiintyvät tavallisimmin kasvojen alueella (silmämeikit, kasvovoiteet, huulipunat), kainaloissa (deodorantit) sekä käsissä (käsivoiteet, saippuat), joissa hajustettuja tuotteita yleisesti käytetään ja joissa iho on ohut. Tyypillisesti ensimmäinen oire on silmäluomi- tai kainaloihottuma. Silmäluomi-ihottuman voi aiheuttaa paitsi silmämeikkien, silmänympärysvoitteiden, myös hiustenpesuaineiden hajusteet. Hajusteallerginen ihottuma on yleensä punaläiskäistä, kutiavaa ja pitkittyessään kuivanhilselävää. Silmäluomi-ihottumaan liittyy usein myös turvotusta ja kämmenissä ihottuma voi esiintyä rakkuloivana. Joskus hajusteallergia ilmenee sisäsyntyisenä koko kehon ihottumana. Tällaisen ihottuman aiheuttajana on tavallisesti jokin yrttijuoma, jossa on mukana allergisoivia tuoksuaineita. Luonnonhartsissa on samoja bentsoehapon ja kanelihapon yhdisteitä kuin hajusteissa. Tästä johtuen hajusteallergiaan liittyy usein myös luonnonhartsiallergia. (Haahtela ym. 2007, 171 - 172; Alanko 3/2004; Henrich, Baumann 2002, 6)

Tuotteissa käytettävät hajustevalmisteet ovat luonnonhajusteiden ja yksittäisten kemiallisten aineiden yhdistelmiä. Tuoksuvat aineet haihtuvat herkästi ilmaan. Käytössä on yli 5000 hajustekemikaalia ja noin 200 luonnonhajustetta. Luonnonhajusteet ovat useiden kemikaalien seoksia. Yksi luonnonhajuste saattaa sisältää satoja yksittäisiä kemiallisia aineita. Luonnonhajusteina käytetyt eteeriset öljyt on valmistettu kasvinosista ja kasvin mahlasta. Teepuuöljyä (Tea Tree) käytetään kosmetiikassa erityisesti sen bakteereja tuhoavan vaikutuksen ansiosta. Puhdasta eteeristä tea tree-öljyä suositellaan käytettävän sellaisenaan pienillä ihoalueilla. Öljy on kuitenkin herkistävä aine ja voi aiheuttaa äkäisiä ekseemoja (Haahtela ym. 1999, 165.)

Hajusteet merkitään tuotteen ainesosalistaan (inci = ingredients) sanalla Parfum tai Aroma. EU:n kosmetiikka – asetuksessa (1223/2009/EY) on mainittu 26 yleisimmin kosketusallergiaa aiheuttavaa hajusteainetta, jotka tulee ilmoittaa INCI-nimillään, mikäli lainsäädännössä määrätyt pitoisuusrajat ylittyvät. (Alanko 3/2004; Tukes; Teknokemia; Haahtela ym. 2007, 172.)

Hajuvedet ovat yleensä hajusteiden alkoholiliuoksia. Niissä hajusteiden pitoisuus on 20 - 30 %, kölnivesissä hajusteita on 4-5 %, saippuoissa 1-2 %:n

ja kosmeettisissa valmisteissa yleisimmin 0,5 % pitoisuuksina. Tuotteen epämiellyttävää hajua peittämään käytetään yleensä vain yhtä hajukemikaalia hyvin pienenä määränä, noin 0.1 %:n pitoisuutena. (Alanko 3/2004.)

Allergisen kosketusihottuman aiheuttavan hajusteen tunnistamiseen käytetään ihotestejä, epikutaanitestejä eli lapputestejä. Epikutaanitestien perussarjaan kuuluu kahdeksan hajuste-ainetta. Perussarjan hajusteseos on kehitetty kansainvälisen kokemuksen perusteella. Hajusteaineita on olemassa satoja, ja mahdollisia allergeeneja niiden joukossa kymmeniä. Mikäli on epäily tiettyjen hajustettujen valmisteiden aiheuttavan allergista ihottumaa, on sellaiset tuotteet otettava mukaan allergiatesteihin. (Alanko 3/2004; Haahtela ym. 1999,295.)

Allergiatesteissä on voitu todeta allergia tietyille/tietyille tuoksuaineille, jolloin tuotteen inci-listasta voi tarkistaa sisältääkö tuote kyseistä/kyseisiä tuoksuaineita. Mikäli tarkkaa tietoa allergisoivista tuoksuaineista ei ole, on syytä välttää kaikkia hajustettuja tuotteita, myös eteerisiä öljyjä sisältäviä tuotteita.

Luonnonhartsit

Luonnonhartsit eli kolofoni (inci-nimi Colophonium) tehdään pihkasta tai saadaan puunjalostusteollisuuden sivutuotteena. Sitä uutetaan myös männynkannoista. Allergisen kosketukseeman luonnonhartsista saa noin viisi prosenttia väestöstä. Eri tutkimuksissa hajusteallergisista 5-30 % reagoi lapputesteissä myös luonnonhartsille (Haahtela ym. 1999, 161; Hannuksela 2009 a.)

Hartsia voi olla esimerkiksi irtoviiksien liimassa, ripsiväreissä, säärikarvanpoistovahoissa, mehiläisvahaa sisältävissä voiteissa. Kuitukankaissakin voi olla hartsia, esimerkiksi vaippoja ja terveystiteitä päällystetään hartsipitoisella kuitukankaalla. Myös purukumin sisältämä kumi on hartsia, jota saadaan puunjalostusteollisuuden sivutuotteena (Haahtela ym. 1999, 161; Haahtela ym. 2007, 172–173.) Luonnonhartsille herkistyy tavallisimmin laastarin kautta. Hartsiallergian voi testata laittamalla pariaksi

päiväksi ruskea, kankainen kiinnelaastari iholle. Kosketuskohtaan hartsiallerginen saa laastarista ihottuman (Haahtela ym. 1999, 161; Hannuksela ym. 2011, 47.)

Säilöntäaineet

Kosmetiikan säilöntäaineet (säilytteet) ovat yksi eniten allergioita aiheuttavista aineosista. Säilytteitä käytetään kosmeettisissa valmisteissa pääasiassa estämään niissä mikro-organismien kasvua. Kosmeettisten valmisteiden tuotannossa käytettävät eteeriset öljyt ja alkoholit saattavat ehkäistä mikrobien kasvua ja siten parantaa valmisteiden säilyvyyttä. Säilytteitä käytetään erityisesti vesipohjaisissa tuotteissa. Säilyteallergiaa aiheuttavat tavallisimmin iholle pitkäksi aikaa jätettävät tuotteet, kuten ihonhoitoaineet ja meikit. (Jolanki 6/2004.) Kosmetiikka asetuksen liitteessä V, on lueteltu kosmetiikassa sallitut säilöntäaineet ja niiden sallitut pitoisuudet (Teknokemia).

Parabeenit

Parabeenit (Inci-nimi Paraben) ovat yleisimmin käytettyjä säilytteitä kosmetiikassa ja ihonhoitovoiteissa. Niitä käytetään vain matalina pitoisuuksina kosmetiikassa ja ne aiheuttavat vähän allergioita, yleisestä käytöstä huolimatta. (Turvallista kosmetiikkaa 2006, 10.)

Formaldehydi

Formaldehydiä (inci-nimi, Formaldehyde) sellaisenaan kosmeettisissa tuotteissa ei juuri käytetä. Formaldehydivapauttajia ovat sen sijaan suosittuja säilytteitä. Ihoallergia formaldehydivapauttajalle voi johtua herkistymiselle vapauttajakemikaalille, yleensä se johtuu kuitenkin herkistymisestä siitä vapautuvalle formaldehydille. Formaldehydiallergia voi olla peräisin myös altistumisesta formaldehydihartsille. (Turvallista kosmetiikkaa 2006, 10;

Haahtela ym. 1999, 296.) Tavallisimmin kosmetiikassa käytettävä formaldehydivapauttaja on imidatsolidinyyliurea (inci-nimi, Imidazolidinyl Urea). Melko tavallisia kosmetiikan säilytteitä ovat myös DMDM hydantoiini (inci-nimi, DMDM Hydatoin) diatsolidinyyliurea (inci-nimi Diazolidinyl Urea) ja 2-bromo-2-nitropropane-1,3-diol (tavallisin kaupp nimi Bronopol). Quaternium-15:a käytetään myös säilytteenä kosmeettisissa tuotteissa, mutta sen käyttö on vähäistä. Formaldehydivapauttajaksi mainitaan myös 5-Bromo-5-nitro-1,3-dioksaani (tavallisin kaupp nimi Bronidox L), mutta vapautuvan formaldehydin määrä ainakin neutraaleissa tuotteissa on vähäinen eikä sitä yleensä lueta kuuluvaksi formaldehydivapauttajiin. Mikäli tuotteen sisältämä formaldehydin tai formaldehydin vapauttajan pitoisuus ylittää 0,05 %, on tuotteessa oltava merkintä ” sisältää formaldehydiä”. (Turvallista kosmetiikkaa 2006, 10–11.)

Metyylikloori- ja metyyli-isotiatsolinoni

Metyylikloori- ja metyyli-isotiatsolinoniyhdisteitä (inci-nimi, Methylchlorisothiazolinone, Methylisothiazolinone) käytetään myös kosmetiikan säilytteinä. Yhdisteiden tunnetuin kaupp nimi on Kathon CG ja toinen tunnettu kaupp nimi on Euxyl K 100. Metyylikloori- ja metyyli-isotiatsolinonin käyttö kosmeettisissa tuotteissa vähentyi 1990-luvun puolivälin jälkeen niiden aiheuttaman allergian vuoksi. Viimeisen kahden vuoden aikana on metyylikloori- ja metyyli-isotiatsolinonille herkistyneiden määrä kuitenkin lisääntynyt. Syynä tähän on näiden säilytteiden lisääntynyt käyttö kosmeettisissa tuotteissa. Jotkut tuotteiden valmistajat ovat poistaneet parabeneit ja korvanneet ne metyylikloori- tai metyyli-isotiatsolinonilla. Muutamien tunnettujen tuotemerkkien valmistajat ovat luvanneet korvata allergisoivat säilytteet muilla vähemmän allergiaa aiheuttavilla säilytteillä. (Turvallista kosmetiikkaa 2006, 11; Poulter 2013.)

Viime aikoina on allergia- ja astmayhdistyksen kosmetiikkaneuvontaan tullut paljon puheluja, jotka liittyvä metyylikloori-isotiatsolinoneen reagoimiseen. Tarkkaa syytä tähän ei tiedetä, mutta yhtenä syynä voidaan pitää sitä, että parabenejä on markkinoitu ”pahoina” aineina, joka taas on johtanut siihen, että tuotteiden valmistajat ovat poistaneet tuotteista parabeneja ja lisänneet metyylikloori-isotiatsolinonen tilalle (Laine 2013).

Klooriheksidiini

Klooriheksidiini (inci-nimi, Chlorohexidine) aiheuttaa harvoin kosketusallergiaa, mutta se voi aiheuttaa myös välitöntä allergiaa. Kosketusallergia kehittyy useimmiten säärihaavojen hoidoissa käytettävistä klooriheksidiinipitoisista hoitovoiteista. Välittömään allergiaan saattaa iho-oireiden lisäksi liittyä hengitys- ja silmäoireita. Voimakas yleistynyt reaktio on mahdollista, mutta erittäin harvinaista. Tällaisia reaktioita voi ilmetä välittömän allergian seurauksena hammashoidossa mm. ruiskutettaessa klooriheksidiinipitoista liuosta hampaan poistokuoppaan tai sitä sisältävää geeliä ientaskuun taikka purskuttelemalla sillä tulehtuneita hampaita. Kosmetiikassa klooriheksidiiniä käytetään lähinnä poishuuhdeltavissa tuotteissa. (Turvallista kosmetiikkaa 2006, 11.)

Bentsalkoniumkloridi

Bentsalkoniumkloridia (inci-nimi, Benzalkonium Chloride) käytetään säilytteenä ja pinta-aktiivisena aineena sekä desinfiointiaineena. Se aiheuttaa harvoin allergiseen kosketushottumaan. Nykyisin sitä käytetään lähinnä silmämeikinpoistoaineissa ja silmänympärystuotteissa. (Turvallista kosmetiikkaa 2006, 11.)

Sorbiinihappo

Sorbiinihappoa (inci-nimi, Sorbic Acid) on harvinainen kosketusallergian aiheuttaja, mutta se voi aiheuttaa myös välitöntä allergiaa, reaktiot eivät ole kuitenkaan yhtä vakavia kuin klooriheksidiinistä. Sorbiinihappoa löytyy joistakin ihonhoitotuotteissa ja meikeissä. (Turvallista kosmetiikkaa 2006, 11.)

Hiusväriaineet

Hiusväriaineet ovat hajusteiden ja säilytteen lisäksi yksi allergisoivimmista aineista. Hiusvärit aiheuttavat tavallisimmin viivästynyttä kosketusallergiaa. Hennauutteet aiheuttavat välitöntä allergiaa sekä p-fenyleenediamiini (inci.nimi, p-Phenylenediamine) voi aiheuttaa välittömiä yliherkkyysoireita. (Rantanen 1/2005.) Silmäripsien ja kulmakarvojen kesto värjäyksessä käytetään hapettavia hiusväriaineita. Kosmetiikkaa koskeva lainsäädäntö muuttui 11.7.2013, kun EU:ssa alettiin kokonaisuudessaan soveltaa kosmetiikka-asetusta. Lainsäädännön siirtymäaika oli epäselvää, saako hapettavilla hiusväriaineilla kesto värjätä ammattikäytössä myös ripsiä. 26.6.2013 Euroopan komission kosmetiikkakomissio äänesti, että hapettavien hiusväriaineiden ammattikäyttö sallitaan myös uuden lainsäädännön aikana. Komission tiedekomitea on todennut, että ammattilaiset voivat jatkossakin turvallisesti käyttää silmäripsien kesto värjäykseen tarkoitettuja valmisteita, joissa on turvallisiksi todettuja hapettavia hiusväriaineita. Kosmetiikka-asetuksen liitteessä III (rajoituksin sallitut aineet), tullaan myös listaamaan ne hapettavat hiusväriaineet joita saa käyttää silmäripsien kesto värjäämiseen vain ammattikäytössä, kuluttajakäytössä näiden aineiden käyttö silmäripsien kesto värjäämiseen on kielletty. Lainsäädäntö velvoittaa merkitsemään näihin tuotteisiin myös varoitusmerkinnän ” tätä tuotetta ei ole tarkoitettu alle 16-vuotiaille”. Merkintä pitää olla pakkauksissa 11.7.2014 lähtien. (Karine 2013.)

Mielenkiintoista on seurata kuinka hyvin kosmetologit noudattavat silmäripsien kesto värjäämiseen asetettua ikärajaa. Tässä haluaisin korostaa, että jokainen hyvän ammattietiikan omaava kosmetologi noudattaa annettuja ohjeita.

Muuta huomioitavaa kosmetiikan raaka-aineissa

Kosmetiikan raaka-aineena käytetään myös elintarvikkeita kuten maitoa ja vehnää. Maidosta tai maitoperäisistä aineista käytetään nimitystä ”lac”, lactis, milk, whey, colostrum, buttermilk ja lactoferrin. Kosmetiikassa vehnästä käytetään nimitystä Tritium vulgare ja wheat. Vehnää ja maitoa sisältävistä

kosmeettisista tuotteista saatu iho-oire ei aina merkitse ruoka-allergiaa, vaan allergeenien koskettaessa ihoa (esim. hiuskosmetiikka). Maito- ja vehnäherkän asiakkaan on syytä välttää tuotteita, jotka sisältävät edellä mainittuja raaka-aineita. Asiakas, joka saa reaktion maitoa tai vehnää sisältävästä tuotteesta, vaikka ei ruoka-allergiaa olekaan todettu, allergian voi selvittää ihopistokokeella (Pric-testi). Kosmetiikka-allergian testauksessa käytettävä lappukoe ei sovellu maito tai vehnäallergian testaamiseen, koska maito ja vehnä ovat suurimolekyylisiä valkuaisaineita. (Mäkinen-Kiljunen 1/2008.)

Yksi tärkeä huomio on lukea myös kynsilakkapullojen inci-lista. Toluneenisulfonamidi/formaldehydiharts (inci-nimi tosylamide/formaldehyde resin), on kynsilakoissa käytettävä harts, joka voi aiheuttaa allergista ihottumaa. Allerginen ihottuma ei näy kynsissä, vaan niissä kohdissa, joissa iho on ohut ja joihin kynsillä on kosketeltu (silmäluomilla, poskillalla, ohimoilla, kaulalla). (Paarmas 2013, 99.)

3.5 Tuoksuyliherkkyys

Tuoksuyliherkkyys ei ole allerginen reaktio tuoksuille aineille. Sillä tarkoitetaan erilaisten tuoksujen ja hajujen aiheuttamia oireita, kuten nuhaa, astmaa, päänsärkyä, pahoinvointia, sydämentykytyksiä, huimausta ja ahdistusta. Osa tuoksuyliherkistä reagoi vain yhteen tai muutamaankin tuoksuun, kun taas toiset reagoivat suureen joukkoon erilaisia hajuja. (Haahtela ym.2007, 425; Hannuksela 2009b; Allergia ja Astmaliitto.)

Tuoksuyliherkyyden yleisyyttä on tutkittu muutamissa maissa kyselyjen avulla. Pohjoisamerikkalaisen tutkimuksen mukaan sen yleisyys on aikuisväestössä noin 15 %, saksalaisen tutkimuksen mukaan noin 9 % ja Italiassa nuorten aikuisten keskuudessa 46 %. Tuoksuyliherkyyden tarkkaa yleisyyttä ei tunneta, mutta huomattavasta väestömäärästä kuitenkin puhutaan. Eräät tutkimukset viittaavat siihen, että tuoksuyliherkkyys liittyy jossain määrin atooppisiin oireisiin. Yleensä tuoksuyliherkkiä ovat keski-ikäisiä ihmisiä ja ongelma on

kehittynyt vähitellen. Tuoksuyliherkkyyttä on enemmän naisilla kuin miehillä (Haahtela ym.2007,425–426;Hannuksela 2009b.)

Joidenkin tutkijoiden mukaan tuoksuyliherkkyyden kehittyminen on ehdollista. Epämiellyttävä tunne tai kokemus tekee tapaukseen liittyvästä tuoksusta epämiellyttävän. Tämä näkemys on psykologinen, eivätkä kaikki tutkijat ole samaa mieltä. Jotkut lääkärit puolestaan ovat sitä mieltä, että tuoksuyliherkkyys johtuu puhtaasti psyykkisestä häiriöstä. Tuoksuyliherkät ovat depressiivisempiä ja ujompia, heillä on myös vatsavaivoja ja migreeniä muita enemmän (Haahtela ym. 2007, 426.)

Tuoksuyliherkkyyden voi laukaista liuottimien tuoksu ja hyönteismyrkyt. Näiden katsotaan vaurioittavan hajuepiteeliä siinä määrin, että epiteelin herkkyys lisääntyy tai aivomuutokset laskevat oirekynnystä. Myös pakokaasut voivat aiheuttaa samanlaisen vaurion. Tuoksuyliherkkyyden syntyyn tai pahentumiseen saattaa olla merkittävänä tekijänä uniapnea ja muiden hengityshäiriöiden aiheuttama hapenpuute. Tätä aihetta on kuitenkin tutkittu vähän (Haahtela ym. 426.)

Tuoksuyliherkkyys on kylmissä maissa, kuten Suomessa, talvella voimakkaampaa kuin kesällä. Tarkkaa syytä ei tiedetä, johtuuko talven vaikutus ilman kylmyydestä ja kuivuudesta vai esimerkiksi auringon ultraviolettisäteilyn puutteesta. UV-säteily hillitsee tehokkaasti koko elimistön tulehdusoireita myös niillä alueilla ihosta, joihin auringonvalo ei pääse paistamaan (Haahtela ym. 2007, 426.)

Tuoksu, joka aiheuttaa fyysisiä ja psyykkisiä oireita sekä heikentää työtehoa, voi olla niin heikko, ettei sitä edes huomaa. Esimerkiksi myskin kaltainen tuoksuaine, galaksolidi on tällainen. Myski on myös voimakkaasti ärsyttävä tuoksu. Partavedet ja raskaat ”madame”-tyyppiset hajuedet sisältävät myskiä (Haahtela ym. 2007, 426.)

Tuoksuyliherkkyyden toteaminen perustuu henkilön kertomukseen. Sitä ei pystytä mittaamaan objektiivisin keinoin (Haahtela ym. 2007, 426.) Tuoksuyliherkkyyden hoitoon ei ole lääkkeitä. Antihistamiineista voi olla vähän

hyötyä. Parhaimpia hoitokeinoja ovat sisäilman laadun parantaminen, ilmanvaihdon lisääminen, yleinen siisteys ja staattisen pölyn vähentäminen. Ennen kaikkea parta- ja hajuvesien sekä muiden tuoksuvien kosmeettisten aineiden välttäminen koko työyhteisössä. (Haahtela ym. 2006, 427.) Tuoksuyliherkän ei kuitenkaan tulisi eristäytyä täysin tuoksuttomaan maailmaan, vaan tulisi koettaa kestää hajuja, koska herkkyys hajuille vaihtelee ja karaisu auttaa (Allergia – ja Astmaliitto).

4 IHO JA ALLERGIA

Kosmeettiset aineet voivat aiheuttaa joko viivästyneen kosketusallergian tai ärsytysreaktion. Reaktiotavasta riippuen, iholla tuntuu pistelyä, kirvelyä, kuumotusta, punotusta, hilseilyä, turvotusta, kutinaa tai rakkuloita. Reagoinnin taustalla ei aina ole syynä allergia. Talvi ja stressi lisäävät ihon reagointia kosmeettisille tuotteille. Talvella iho on yleensä kuivempi, jolloin iholla voi esiintyä punoitusta tai kirvelyä hoitotuotetta käytettäessä, yleensä syynä oireiluun on tuotteen suuri vesipitoisuus. Talvella on syytä suosia rasvaisempia hoitotuotteita, jotka suojaavat myös paremmin ihoa esimerkiksi pakkaselta ja viimalta. Tuote tulisi levittää iholle noin 20 minuuttia ennen ulosmenoa, jotta se ehtii imeytyä hyvin ihoon ja antaa iholle hyvän suojan ulkoisia ärsykeitä vastaan.

4.1 Ihon reagointi

Viivästynyt kosketusallergia

Kosketusallergia on soluvälitteinen, viivästynyt reaktio. Reaktio tarkoittaa, että iho ei reagoi heti. Tuote voi ensin tuntua hyvältä, vasta päivän tai parin kuluttua aineen levittämisestä iho alkaa kutista, kuivua tai punoitaa. Yleensä oireet pahenevat vielä muutamien päivien ajan, vaikka tuotetta ei enää käyttäisikään. Kosketusallergioiden aiheuttajat ovat yleensä pienimolekyylisiä kemikaaleja, harvoin suurimolekyylisiä valkuaisia. Maailmassa tunnetaan satojatuhansia kemikaaleja, joista 5000 kanssa olemme päivittäin kosketuksessa. 3000 kemikaalin on todettu aiheuttavan kosketusallergiaa. Herkistymiseen vaikuttaa mm. se miten kauan tuotetta on käyttänyt, miten usein, mihin käytetty ja toisaalta myös tuotteen koostumus. Kosketusallergioita testataan epikutaani – eli lappukokein. Ennen kokeen tekemistä testialue pestään vedellä ja saippualla. Puhtaasta alumiinista tehdyt kuvut liimataan tavallisesti yläselkään tai olkavarsien ulkopintaan. Testiliuskat poistetaan kahden vuorokauden kuluttua. Lappukokeen tulokset luetaan 2. ja 4.-5. päivänä sen laitosta.

Ärsytysreaktio on voimakkaimmillaan heti testiliuskojen poiston jälkeen ja heikkenee tai häviää viidenteen päivään mennessä. Punoitus on ärsytystä, punoitus ja turvotus ovat useimmin merkki ärsytyksestä, pienet nesterakkulat merkitsevät lähes aina allergiaa. Allerginen reaktio leviää yleensä testikupua laajemmalle alueelle. (Haahtela ym. 1999, 294; Haahtela ym. 2007, 182; Hannuksela 2009, 91–92; Paarmas 2013, 64; Turvallista kosmetiikkaa 2006, 2.)

Ärsytysreaktio

Ärsytysreaktio ei ole allergiasta johtuva. Tavallisimmin kosmetiikan aiheuttama ihoreaktio on ärsytysreaktio. Ärsytysreaktio voi johtua mm. liian voimakkaiden tuotteiden käytöstä tai vääristä käyttötavoista. Tyypillisimpiä aiheuttajia ovat pesuaineet (pinta-aktiiviset aineet), urea, ammonium laktaatti, keratolyttiset (kuorivat) valmisteet (AHA, salisyylihappo, tretinoiini säännöllisesti käytettynä), hajusteet. Ärsytysreaktion oireet ovat kutina, kirvely, kuumotus/punoitus, pistely ja hilseily. Oireet ilmenevät tavallisimmin ohuilla ihoalueilla kuten kasvot, luomet, taiteet ja käsien päälipuolet. Ärsytysreaktion tutkimiseksi ei ole olemassa valmista ihotestiä. (Haahtela ym. 1999, 297; Turvallista kosmetiikkaa 2006, 2.) Tuotteella voi tehdä käyttötestin, jolloin tuotetta levitetään kyynärtaipeeseen kaksi kertaa päivässä viikon tai korkeintaan kahden viikon ajan. Reaktio ilmaantuu ekseemana testialueelle ja sen välittömään ympäristöön usein 2-4 päivän kuluttua. Joskus reaktio ilmaantuu vasta viikon kuluttua testin aloittamisesta. (Hannuksela ym. 2011, 46.)

4.2 Allergisen ja atooppisen ihon hoitaminen kauneushoitolassa

Kosmetiikka-allergisia asiakkaita kauneushoitolan asiakkaista on yleensä alle 10 %:a. Mirja Katajan asiakaskunnasta heitä on noin 10 %. Kosmetiikka-allergiselle asiakkaalle voi käytännössä tehdä samoja hoitoja kuin ei-allergisillekin, huomioon ottaen heidän allergiansa. (Kataja 2013.) Tärkeintä on asiakkaan haastattelu riittävän laajoilla ja täsmentävillä kysymyksillä, jotta selviää mahdolliset allergiat ja ihon tavasta reagoida kosmetiikkaan. Ruoka-aine

allergia tulee ottaa myös huomioon erityisesti maito- (ei laktoosi-intoleranssi) ja vehnä allergia. Kosmetiikka-allergisen asiakkaan ihonhoidossa on luettava tarkasti tuotteen ainesosaluettelo (inci-lista). Jos asiakkaalla on todettu allergia jollekin tietylle kosmetiikan raaka-aineelle, on incien lukeminen helpompaa. Silloin valitaan tuotteet, jotka eivät allergisoivaa raaka-ainetta sisällä.

Atooppista ihoa voi käydä hoidattamassa myös kosmetologilla. Mirja Kataja sekä Taina Paarmas ovat erikoistuneet atooppisen ihon hoitoon. Mirjan asiakaskunnasta atooppikkoja on noin 50 %. Heille voi myös tehdä samoja hoitoja kuin muillekin asiakkaille, kunhan ottaa huomioon heidän erityistarpeensa sekä mahdolliset allergiat (Kataja 2013.)

Kasvohoidoista atoopikot pitävät erityisesti kosteuttavista kasvohoidoista, joissa tavoitteena on vähentää ihon pinnan karheutta, palauttaa ihon pinnan joustavuutta sekä tasapainottaa ihon kosteutta käyttämällä tuotteissa ihon rakenteen kaltaisia aineita (mm. hyaluronihappoa, keramideja, lipidejä). Mirja käyttää hoidoissa myös ultraääntä, joka lisää aineiden imeytymistä ihoon. Atoopikot hyötyvät siitä, että kasvohoidot ajoitetaan iholle haasteelliseen vuodenaikaan, jolloin kasvohoidoissa käyminen aloitetaan syksyn lopulla, hoidoissa käydään 4-6 viikon välein kevääseen saakka. Kesän moni atooppikko pärjääkin paremmin pelkän kotihoidon avulla. (Kataja & Paarmas 2013.)

Atoopikolla voi talintuotanto lisääntyä ja aiheuttaa aknea. Ongelmana, että ihosta puuttuu kosteutta, mutta talirauhaset aiheuttavat mustapäitä ja finnejä. Atoopikon aknea hoidetaan samalla tavoin kun yleensäkin aknea hoidetaan. Tärkeintä on ihon kosteuttaminen, sillä kuiva iho muodostaa ikään kuin ”kalvon” ihon pinnalle, joka taas lisää epäpuhtauksien syntymistä. Kosteusvoiteen löytäminen voi joskus olla haasteellista, koska iho on samanaikaisesti sekä kuiva että rasvainen. Rasvaiselle iholle tarkoitetut kosteusgeelit olisivat muuten sopivia, mutta ne eivät kosteuta riittävästi, taas kuivalle iholle tarkoitetut kosteusvoiteet sisältävät paljon rasvaa, joka taas lisää helposti mustapäitä. Ainoa oikea tapa löytää sopiva kosteusvoide on kokeilla erilaisia, vähärasvaisia kosteusvoiteita. (Paarmas 2013, 63.)

Atoopikon ihonhoidossa on tärkeää ottaa huomioon myös ristiallergiaa aiheuttavat raaka-aineet, joita kosmetiikassa käytetään. Siitepölyallergisen asiakkaan ihonhoidossa vältetään tuotteita, jotka sisältävät mykerökukista saatuja raaka-aineita. Vaikka kaikki siitepölyallergiset eivät mykerökukista saa allergisia oireita, on niitä sisältävien tuotteiden käyttöä syytä välttää.

4.3 Ohjeita kosmetologille

Kosmetiikka-allergioihin ja atopiaan Mirja Kataja on saanut opastusta Taina Paarmakselta ja lisätietoa hän on hankkinut aktiivisesti kirjoista sekä internetistä. Mirja on myös opiskellut kauneudenhoidon biologiaa Jyväskylän yliopistossa.

Mirja suosittelee kosmetiikka-allergisen ja atopikon ihonhoidosta kiinnostuneita kosmetologeja opiskelemaan aihetta teoriassa niin paljon kuin tietoa on vain saatavissa. Työn ohessa on hyvä muistaa palata aika ajoin ihon hoitoon liittyviin perusasioihin. Omaa alaa tulisi seurata laaja-alaisesti eli ottaa selvää myös niistä tuotteista ja laitteista, joita ei itse käytä. Valitessa omaan hoitolaan tuotteita ja sarjoja, on hyvä pyytää maahantuojilta tarkka selvitys niiden toimivuudesta erityisesti, jos niiden luvataan toimivan kaikilla ihoilla. Raaka-aineiden opiskelu on tärkeää, jotta voi valita asiakkaille sopivimmat aineet ja menetelmät. Jos asiakas saa reaktion hoidosta ja /tai tuotteesta, on pysyttävä rauhallisena ja löytää ratkaisu tilanteeseen. Tilanteesta voi oppia paljon, sekä sinä että asiakas. On hyvä pitää yhteyttä kollegoihin, joilla on samat intressit. Heidän kanssaan voi vaihtaa säännöllisesti ajatuksia tuotteiden ja hoitojen toimivuudesta. Asiakaspalvelussa on hyvä panostaa vuorovaikutukseen asiakkaan kanssa, sillä moni atopikko ja kosmetiikka-allerginen on todella kiitollinen ja uskollinen asiakas löydettyään kauneushoitolan, jossa voivat turvallisesti käydä asiakkaana. (Kataja 2013.)

5 OPAS KOSMETOLOGEILLE

Kosmetologeille suunnattuun oppaaseen tulen koostamaan tietoa kosmetiikka-allergisen ja atoopikon ihonhoitoon liittyvistä huomioitavista asioista. Opas sisältää samoja sisältöjä, joita olen tämän opinnäytetyön teoreettisessa osassa käsitellyt. Tarkoituksena on, että yhdestä lähteestä löytyy helposti tärkeimmät kosmetiikka-allergisen ja atoopikon ihonhoitoon liittyvät asiat. Oppaassa tule olemaan lista mm. mykerökukkaisista kasveista, joita kosmetiikassa voidaan käyttää raaka-aineina, ja joille atoopikot voivat reagoida, lista 26 hajusteaineesta, jotka yleisimmin aiheuttavat allergiaa, säilöntäaineista sekä formaldehydin vapauttajista, ripsien kesto värjäykseen ammattikäytössä sallituista hapettavista hiusväriaineista, esimerkki atooppisen ihon kasvohoidosta sekä ohjeistus miten tulee toimia, jos asiakkaan iho reagoi hoidon aikana. Oppaaseen tulen myös listaamaan asioita, joita tulee ottaa huomioon kauneushoitolan sisutuksessa, kosmetologin omassa kosmetiikan käytössä ja puhdistusaineiden käytössä. Oppaaseen tulee tietoa, mistä voi hankkia lisätietoa atopiasta ja kosmetiikka-allergioihin liittyvistä asioista. Opas otetaan pilottikäyttöön kauneushoitoalan erikoisammattitutkinnossa tammikuussa 2014. Oppaan alustava sisällys, joka muokkautuu pilotoinnin jälkeen, on liitteessä 1. Myöhemmin opas tullaan julkaisemaan joko sähköisenä e-kirjana tai painettuna oppaana.

6 POHDINTAA

Olen itse hoitanut kosmetiikka-allergisia ja atooppikkoja neljän vuoden ajan, ja siitä syntyi myös opinnäytetyöni aihe. Olen huomionut, miten vähän kauneushoitolat ovat perehtyneet allergisten ihonhoitoon, vaikka heidän määrä on kasvanut vuosien aikana. Helsingin allergia- ja astmayhdistyksen mukaan lisääntynyt kosmetiikan käyttö on lisännyt myös allergiaa kosmetiikan monille ainesosille. Helsingin iho- ja allergiasairaalan mukaan myös atooppinen ihottuma on lisääntynyt länsimaissa.

Halusin tehdä kosmetologeille ja kauneudenhoitoalan opiskelijoille selkeän oppaan, jotta kosmetologit voisivat helpommin tarjota palvelujaan myös allergisille asiakkaille ja opiskelijat voisivat jo opintojensa aikana perehtyä allergisten asiakkaiden ihonhoitoon. Opinnäytetyössä selvitin yleisimmät kosmetiikka-allergiat sekä yleisimmin kosmetiikan raaka-aineina käytettävät mykerökukkaiskasvit. Listaamani allergisoivat raaka-aineet helpottavat kosmetologeja ja opiskelijoita incien lukemisessa, jolloin he voivat paremmin huomioida myös ristiallergiaa aiheuttavat raaka-aineet.

Opinnäytetyön lähteet pyrin keräämään pääsääntöisesti suomalaisista lähteistä, joiden saatavuus on lähes jokaisesta kirjastosta, ja halutessaan kosmetologien ja opiskelijoiden on helpompaa hankkia lisätietoa esimerkiksi atopiasta ja kasviallergioista.

Oppaaseen kokoamaani tietoa huomioon otettavista asioista, on myös tärkeä kosmetologin apuväline allergisten asiakkaiden huomioimisessa. Moni ei tule ajatelleeksi, että jos kosmetologi itse käyttää esimerkiksi hajustettuja hiustenmuotoilutuotteita, voi niiden tuoksu aiheuttaa vaikka hengenahdistusta tuoksuylherkille asiakkaille. Oppaan rakennetta pilotoidaan tammikuussa 2014 kauneudenhoitoalan erikoisammattitutkinnossa, jonka jälkeen oppaan sisältö hioutuu julkaistavaan muotoon.

Opinnäytetyön rajaus oli hieman haasteellista, koska lähteitä lukiessani eteen tuli paljon sellaista tietoa, joista olisin voinut vielä enemmän kirjoittaa, mutta se tieto oli liian lääketieteellistä ja olisi voinut tehdä tekstistä vaikealukuisen. Pysin tekemäänkin opinnäytetyöstäni niin selkeän, että myös opintojen alussa olevat opiskelijat saisivat selvän käsityksen asiasta ja pystyisivät helpommin omaksumaan asian.

Toimin tällä hetkellä myös kauneudenhoitoalan ammatinopettajana ja huomasin miten opinnäytetyön tekeminen toi enemmän varmuutta keskustella opiskelijoiden ja asiakkaiden kanssa kosmetiikka-allergioista ja atopiasta. Tulen käyttämään opasta kauneudenhoitoalan perustutkinnon opetuksessa sekä kauneudenhoitoalan erikoisammattitutkinnossa, joka on kosmetologien täydennyskoulutusta.

Toivon, että tekemäni opas innostaisi kosmetologeja ja opiskelijoita perehtymään kosmetiikka-allergisten ja atooppisten asiakkaiden ihonhoitoon.

LÄHTEET

Kirjallisuuslähteet

Alanko, K.2004. Allergia & Astma-lehti. Nro 3

Baumann L. 2002. Cosmetic Dermatology, Principle & Practise.
USA: MC Graw Hill Companies

Haahtela T, Hannuksela M, Mäkelä M, Terho E. O (toim).2007. Allergia. Jyväskylä. Gummerus

Haahtela T, Hannuksela M, Terho E. O (toim).1999. Allergologia. 2.painos. Jyväskylä.
Gummerus

Haahtela T, Sorsa P. 1999. Kasviallergiat ja allergiakasvit. 2., uudistettu painos. Tampere.
Tammer - Paino Oy

Halsas - Lehto A, Härkönen A, Raivio T.2012. Ihonhoito kauneudenhoitoalalla. 5.-6.painos.
Helsinki. Sanoma Pro Oy

Hannuksela M. 2009. Kutina on pirullista, raapiminen taivaallista. Porvoo. WS Bookwell Oy

Hannuksela M, Peltonen S, Reunala T, Suhonen R (toim). 2011. Ihotaudit. 2., uusidtetty painos.
Porvoo. Bookewell Oy

Henrich E.W, Baumann T, 2002.Identification of cosmetic ingredients in accordance with the
INCI-designations.Siegen

Jolanki, R. 2004. Allergia & Astma-lehti. Nro 6

Mäkinen-Kiljunen, S. 2008. Allergia & Astma-lehti. Nro 1

Paarmas T. 2013. Ihmetiikka, ihonhoito ja kosmetiikkaopas nuorille. Keuruu. Otavan kirjapaino
Oy

Rantanen, T. 2005. Allergia & Astma – lehti. Nro 1

Sähköiset verkkolähteet

Allergia- ja astmaliitto. Kosmetiikka-allergia. [Verkkoartikkeli]Viitattu 20.10.2013
<http://www.allergia.fi/allergia-ja-astma/kosmetiikka-allergia/>

Euroopan parlamentin ja neuvoston kosmetiikkaasetus (EY) N:o 1223/2009

[Verkkodokumentti] Viitattu 20.10.2013

<http://eurlex.europa.eu/LexUriServ/LexUriServ.do?uri=>

OJ:L:2009:342:0059:01:FI:HTML

Hannuksela M,a. 2009. Hajusteallergia. Lääkärikirja Duodecim [Verkkoartikkeli] Viitattu

27.10.2013

http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=alg00129

Hannuksela M. b. 2009. Tuoksuyliherkkyys. Lääkärikirja Duodecim [Verkkoartikkeli] Viitattu

27.10.2013

http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=alg00339

Haahtela T, Hannuksela M. 2009. Allergia opas. Allergia- ja Astmaliitto [Verkkodokumentti]

Viitattu 6.11.2013

http://allergia-fi-bin.directo.fi/@Bin/7e28c4a8e52c95d75d803cdc973eef83/1383773468/application/pdf/33011/Allergia_opas_11_09.pdf

Helsingin Allergia- ja Astmayhdistys. Mykerökukkaisallergia. [Verkkoartikkeli] Viitattu 20.10.2013

https://www.kosmetiikka-allergia.fi/prime_8.aspx

Karine E-M. 2013. Silmäripsien kestojärjääminen. Teknokemian Yhdistys

[Verkkoartikkeli] Viitattu 27.10.2013

http://www.teknokemia.fi/fin/teknokemian_yhdistys/ajankohtaista/?2013-6-Silmaripsien-kestoarjaaminen-ammattikaytossa-sallittua-myoj-jatkossa&nid=32

Poulter S. 2013. Cosmetics causing an epidemic of allergies: Doctors urge firms to remove preservatives from products. Maily Online [Verkkoartikkeli] Viitattu 27.10.2013

<http://www.dailymail.co.uk/news/article-2424095/Cosmetics-causing-epidemic-allergies-Doctors-urge-firms-remove-preservatives-products.html>

Tukes. Ainesosaluettelon merkittävä 26 hajusteaineosaa [Verkkoartikkeli] Viitattu 20.10.2013

[http://www.tukes.fi/Tiedostot/Kosmetiikka/Ainesosaluettelon % 20merkitt % C3 % A4v % C3 % A4 % 2026 % 20hajusteainesosaa.pdf](http://www.tukes.fi/Tiedostot/Kosmetiikka/Ainesosaluettelon_%20merkitt_%20C3_%20A4v_%20C3_%20A4_%2026_%20hajusteainesosaa.pdf)

Tukes. 2013. Kosmetiikkaa koskevat säädökset [Verkkoartikkeli] Viitattu 27.10.2013

[http://www.tukes.fi/Tiedostot/Kosmetiikka/Ainesosaluettelon % 20merkitt % C3 % A4v % C3 % A4 % 2026 % 20hajusteainesosaa.pdf](http://www.tukes.fi/Tiedostot/Kosmetiikka/Ainesosaluettelon_%20merkitt_%20C3_%20A4v_%20C3_%20A4_%2026_%20hajusteainesosaa.pdf)

Iholiitto ry. 2008. Atooppinen ihottuma. [Verkkodokumentti] Viitattu 20.10.2013

http://www.iholiitto.fi/@Bin/65820/Atopia_opas_2008.pdf

Julkaisemattomat lähteet

Helsingin Allergia- ja Astmayhdistys. 2006. Turvallista kosmetiikkaa, seminaari kosmetiikka-allergioista. Helsinki. Biomedicum.

Paarmas Taina. 2011. Luento, Atooppisen ihon hoito

Henkilökohtaiset tiedonannot

Helsingin Allergia- ja Astmayhdistys 2013. Kosmetiikkaneuvoja Merike Laine. Haastattelu puhelimitse 28.10.2013.

Ihokeskus Taina Paarmas 2013. Terveystieteiden maisteri, kosmetologi Taina Paarmas. Haastattelu 18.10.2013.

Kauneushoitola Rosmarinus 2013. Erikoiskosmetologi Kataja Mirja. Haastattelu sähköpostitse 21.10.2013.

KOSMETIIKKA-ALLERGISEN JA ATOOPIKON IHONHOITO

– OPAS KOSMETOLOGEILLEA KAUNEUDENHOITOALAN OPISKELIJOILLE

SISÄLLYSLUETTELO

1. JOHDANTO
2. IHO, RAKENNE JA TEHTÄVÄT
3. HERKKÄ IHO
4. ATOOPPINEN IHO
5. KOSMETIIKKA-ALLERGIA JA IHON REAGOINTI
 - 5.1 YLEISIMPIÄ KOSMETIIKKA-ALLERGIOITA AIHEUTTAVAT AINEET
 - 5.2 IHON REAGOINTI KOSMETIIKALLE
 - 5.3 HAJUSTEET
 - 5.4 SÄILÖNTÄAINEET
 - 5.5 HAPETTAVAT HIUSVÄRIAINET
 - 5.6 RISTIALLERGIAA AIHEUTTAVAT AINEET
 - 5.7 MUUTA HUOMIOITAVAA KOSMEETTISISSA TUOTTEISSA
6. KAUNEUSHOITOLAN SISUSTUS, HUONEILMA JA KÄYTETTÄVÄT PUHDISTUSAINET
 - 6.1 SISUSTUS
 - 6.2 PUHDISTUSAINET
 - 6.3 HUONEILMA
7. KOSMETOLOGIN HUOMIO OMASSA KOSMETIIKAN KÄYTÖSSÄ

8. KOSMETIIKKA-ALLERGISEN JA ATOOPIKON IHONHOITO
KAUNEUSHOITOLASSA

8.1 ASIAKKAAN HAASTATTELU

8.2 SUOSITELTAVAT HOIDOT

8.3 MITÄ TEHDÄ, JOS IHO REAGOI HOITOTUOTTEISIIN

9. KOSMETIIKKA-ALLERGIATILASTO 2012

10. LISÄTIETOA KOSMETIIKKA-ALLERGIOISTA JA ATOPIASTA

KYSYMYKSIÄ ATOOPIKON JA KOSMETIIKKA-ALLERGISEN ASIAKKAAN IHONHOIDOSTA

MIRJA KATAJA

1. Kuinka kauan olet hoitanut atooppikkojen ja kosmetiikka- allergisten ihoja?
2. Mistä kiinnostuksesi atooppikon ja allergisen asiakkaan ihonhoitoon syntyi?
3. Miten olet hankkinut osaamisesi/tietoa atooppikon ja allergisen asiakkaan ihonhoidosta?
4. Kuinka paljon asiakaskunnastasi on atooppikkoja ja allergisia?
5. Minkälaisia hoitoja teet atooppikoille ja allergisille?(yksi esimerkki)
6. Kuinka usein he yleensä käyvät hoidoissa?
7. Mikä on heidän yleisin ongelmansa?
8. Miten ohjeistat atooppikkoa ja kosmetiikka-allergista asiakasta, kun he ensimmäistä kertaa tulevat kauneushoitolaan?
9. Onko paikkakunnallasi muita kauneushoitoloita, jotka ovat erikoistuneet atooppikkojen ja allergisen asiakkaan ihonhoitoon?
10. Minkälaisia ohjeita antaisit kosmetologille, joka haluaisi erikoistua/perehtyä atooppikon ja kosmetiikka-allergisen asiakkaan ihonhoitoon?

TAINA PAARMAS

1. Kuinka kauan olet työskennellyt atooppikkojen ja allergisten asiakkaiden parissa?
3. Miten ohjeistat atooppikkoa ihonhoidossa?
4. Mitä heidän tulisi ottaa huomioon tuotteen incistä?
5. Onko joitain ainesosia, jotka ovat erittäin hyviä atooppikon iholle?
6. Jos haluaisi keskittyä atooppikkojen ja kosmetiikka-allergisten ihonhoitoon, mitä tulisi ottaa huomioon kauneushoitolan sisustuksessa (mm. materiaaleissa)
7. Miten hoitavan kosmetologin tulisi ottaa huomioon itsessään, hoitaessaan atooppikkoja ja kosmetiikka-allergisia?

KOSMETIIKKA-ALLERGIATILASTOT 2012

MERIKE LAINE

1. methyylikloori- / metyyli-isotiatsolinoni
2. hajusteet
3. formaldehydi ja vapauttajat
4. parabenit
5. hiusväriaineet
6. muut säilytteen
7. mykerökukat
8. miten kosmetiikka-allergiat ovat muuttuneet viimeisien vuosien aikana?
9. miten usein asiakkaat soittavat kosmetiikkaneuvojalle, kysyäkseen kosmetiikka-allergioista

KOSMETIIKASSA KÄYTETTÄVÄT MYKERÖKUKKAISKASVIT

Suluissa kasvin Inci-nimi.

Arnikki (*Arnica montana*)

Aaprottimaruna (*Artemisia abrotanum*)

Alppitähti (*Leontopodium alpinum*)

Mali eli koiruoho (*Artemisia absinthium*)

Siankärsämö (*Achillea millefolium*)

Jalosauramo (*Anthemis nobilis*)

Takiainen (*Arctium lappa*, *Arctium majus*, *Arctium minus*)

Pujo (*Artemisia vulgaris*)

Kaunokainen (*Bellis perennis*)

Kehäkukka (*Calendula officinalis*)

Ruiskukka (*Centaurea Cyanus*)

Kamomillasaunio (*Chamomilla recutita*)

Chrysanthemum indicum, reunuspäivänkakkara (*Chrysanthemum parthenium*)

Chrysanthemum sinense, sikuri (*Cichorium intybus*)

Artisokka (*Cyanara scolymus*)

Punahattu (*Echinaceae angustifolia*)

Päivänhattu (*Echinaceae pallida*)

Auringonhattu (*Echinaceae purpurea*)

Eupatorium purpureum, auringonkukka (*Helianthus annuus*)

Olkikukat (*Helichrysum*)

Aarianohdake, huopakeltano (*Hieracium pilosella*), (*Silybum marianum*)

Kultapiisku (*Solidago virgaurea*, *Solidago odora*)

Pietaryrtti (*Tanacetum vulgare*)

Voikukka (*Taraxacum officinale*)

Ruokasalaatti (*Ulva lactuca*)

(Helsingin Allergia- ja Astmayhdistys 2005.)