



Oamk Journal

Oulun ammattikorkeakoulun julkaisu

Tämä on alkuperäisen julkaisun rinnakkaistallenne. Rinnakkaistallenne saattaa erota alkuperäisestä sivutukseltaan ja painoasultaan.

This is an electronic reprint of the original publication. This version may differ from the original in pagination and typographic detail.

Käytä viittauksessa alkuperäistä lähdettä/Please cite the original version:

Suuronen, M., Säynjäkangas, S. & Rantala, A. 2023. Optometrismi mukaan allergisen sidekalvotulehduksen hoitoon. Oamk Journal 145/2023.

<http://urn.fi/urn:nbn:fi-fe20231023140849>

Optometrismi mukaan allergisen sidekalvotulehduksen hoitoon

15.11.2023 - Suuronen Mari, Säynäjäkangas Seija, Rantala Arja

Optometrismi on terveydenhuollon ammattihenkilö, joka näöntutkimusten lisäksi suorittaa silmän terveystarkastuksia. Vuodesta 2020 lähtien on ollut mahdollista opiskella kliinisen optometrian YAMK-tutkinto, joka tuo merkittävää lisäosaamista kliiniseen työhön. Allergisen sidekalvotulehduksen yhteydessä optometrismi on apua sekä erotusdiagnostiikassa että hoidon ohjauksessa. Kun optometrismi tutkii silmän biomikroskoopilla, voidaan turvallisesti hoitaa oireita pelkkinä allergiaoireina, eikä vakavampien, lääkärin hoitoa vaativien sairauksien hoito viivästy. Tässä artikkelissa esitellään, miten optometrismi voi osaltaan olla hyödyksi allergisten silmäoireiden hoidossa.



Optikon välineistöön kuuluvalla biomikroskoopilla tutkien voi poissulkea muita silmäsairauksia, jotka voivat aiheuttaa samankaltaisia oireita (kuva: pixabay.com).

Allergisia oireita on Suomessa arviolta noin kolmanneksella väestöstä [1] ja yleisesti 40–60 prosenttia allergiaoireisista saa silmäoireita. Tyypillisimpinä oireita ovat silmien kutina,

punoitus, vetistys sekä mahdollinen turvotus. [2] Sinänsä harmittomat ja hyvänlaatuiset allergiset silmäoireet voivat kuitenkin aiheuttaa haittaa sekä yksilön elämänlaadulle että yhteiskunnalle. Espanjalaistutkimuksen mukaan allerginen sidekalvontulehdus heikentää työn tuottavuutta ja aiheuttaa jopa poissaoloja töistä [3].

Kuten muukin terveydenhuolto, myös silmien terveydenhuolto on kuormittunut ja kaikkien resurssien oikea-aikaista hyödyntämistä tarvitaan [4]. Allergisen sidekalvotulehduksen oireet hoidetaan pitkälti itsehoitolääkkein, mutta pitkittyneissä tai hankaloituneissa oireissa tarvitaan lääkärin tarkistusta [5]. Optometrismi voisi olla avainroolissa ohjeistamassa allergisten silmäoireiden itsehoidossa sekä alkuvaiheessa suorittaa biomikroskooppisen tutkimuksen erottaakseen erikoissairaanhoidoa vaativat tilanteet ja siten säästää muita terveydenhuollon resursseja [6]. Suomessa optometristin on mahdollista suorittaa [kliinisen optometrian ylempi ammattikorkeakoulututkinto](#) Oulun ammattikorkeakoulussa. Tutkinto vahvistaa merkittävästi optometrian kliinistä osaamista.

Vaikka allergiset silmäoireet vaikuttavat elämänlaatuun yksilötasolla, ne jäävät usein diagnosoimatta tai vähälle huomiolle, jos potilaalla on samanaikaisesti muita allergisia sairauksia. Ilman kunnollista ohjeistusta on riski potilaan omatoimisesti tapahtuvaan itselääkitykseen, joka saattaa vain hankaloittaa oireita esimerkiksi tuotteiden säilöntäaineista johtuvien allergiaoireiden vuoksi. [7]

Samankaltaiset oireet, eri allergiatyyppi

Kausiluonteinen ja ympärivuotinen allerginen sidekalvotulehdus ovat yleisimmät silmäallergian muodot. Kausiluonteiset oireet ilmaantuvat tyypillisesti heinien ja puiden siitepölyjen aikaan, kun taas ympärivuotisen allergisen sidekalvotulehduksen oireet ovat kroonisempia, mutta toisaalta usein myös miedompia. Ympärivuotisen tautimuodon syynä ovat yleensä sisätiloista löytyvät allergeenit, kuten home, pöly tai lemmikit. [2] [8]

Kummankin tyyppisessä allergisessa sidekalvotulehduksessa oireet esiintyvät usein astman tai allergisten nenäoireiden kanssa. Oireet esiintyvät yleensä aina kummassakin silmässä samanaikaisesti. Merkittävin ja tyypillisin oire on kutina. Kutinan lisäksi oireisiin kuuluu sidekalvon punoitusta ja turvotusta sekä kyyneleritystä. Myös luomien turvotusta sekä hentoa papillareaktiota luomien sisäpinnoilla saattaa esiintyä. [2] [8]

Kausiluonteinen ja ympärivuotinen allerginen sidekalvotulehdus on syytä erottaa muista allergisista oireista sekä muista silmäsairauksista ennen hoidon aloitusta. Esimerkiksi valonarkuus, muutokset sarveiskalvolla, kipu, toispuoleinen oireilu tai paksumpi erite viittaavat muihin silmäsairauksiin ja vaativat silmälääkärin tutkimusta. [6]

Allergisen sidekalvotulehduksen hoitoon saa tukea optometristin vastaanotolta

Integratiivisena kirjallisuuskatsauksena tehdyn opinnäytetyön tavoitteena oli koota tietoa kausittaisesta ja ympärivuotisesta allergisesta sidekalvotulehduksesta sekä työstää tieto suomalaiselle optometristille soveltuvaan muotoon. Katsauksen analyysin tulokset koostettiin suomalaisen optikon toimen harjoittamisesta määrävän lain mukaisiksi ja koottiin materiaalia ohjeistusta varten. Viralliset hoito-ohjeistukset koostetaan asiantuntijatyöryhmissä. [6]

Tuloksissa korostuu optometristin osuus allergisten silmäoireiden hoidossa nimenomaan potilaan ohjauksen sekä erotusdiagnostiikan osa-alueilla. Koska yleislääkärin tai sairaanhoitajan vastaanotolla ei yleensä ole biomikroskooppia, ei muiden silmäsairauksien poissulku ole yhtä varmaa kuin optometristilla. [6]

Vastaanotollaan optometristi terveydenhuollon ammattihenkilönä arvioi tilanteen vakavuuden ja neuvoo potilasta omahoidossa allergiatilanteen vaatimusten mukaisesti sekä tarvittaessa sopii kontrollikäynnin. Optometristi ei voi itsenäisesti määrätä lääkitystä allergian hoitoon, mutta useimmat lääkkeet miedossa tai keskivaikeassa tilanteessa ovat reseptivapaita, joten potilasta voi ohjata niiden käytössä joko itsenäisesti omaa osaamistaan kriittisesti arvioiden tai neuvoo potilasta kysymään lääkityksestä tarkemmin farmaseutilta. Jos oireet eivät helpota itsehoidolla tai pahenevat, optometristi neuvoo potilaan silmälääkärin luokse. Myös vaikeat silmäallergiaoireet kuuluvat silmälääkärin hoitoon. [6]

Potilaan oikea-aikainen neuvonta allergisen sidekalvotulehduksen hoidossa vähentää riskiä virheellisen, tyypillisesti liian vähäisen, omahoidon aiheuttamiin ongelmiin ja parantaa hoitoon sitoutumista.

Optometrismi osaksi hoitosuunnitelmaa

Katsauksen perusteella näyttäisi olevan hyödyllistä, että allergisen sairauden omaava potilas ohjattaisiin käymään myös optometristin vastaanotolla. Heikosta omahoidosta johtuvat pitkittyneet silmäoireet aiheuttavat usein turhaa, vältettävissä olevaa kuormitusta erikoissairaanhoidossa. Julkisissa terveydenhuollon yksiköissä optometristeja on toistaiseksi vähän, mutta yksityisellä sektorilla tarjontaa on ja käynti ilman lähetettä on vaivatonta.

Optometristin luokse voi ohjata niin lääkäri kuin hoitajakin, silloin kun on tuntuma siitä, että muu allergisen sairaudenhoito on tasapainossa, mutta silmien tilanne arveluttaa. Toisaalta, jos potilas itse hakeutuu optometrille ennen erikoissairaanhoidoa, yksilön itsensä hankalaksikin kokemat oireet saattavat olla hoidettavissa huolellisemmalla omahoidolla eikä erikoissairaanhoidon resursseja kulu hukkaan.

Tällä hetkellä Käypä Hoidon Itselääkitys neuvoo sekä kansalaista että terveydenhuollon ammattilaista allergisten silmäoireiden hoidossa yleisemmällä tasolla [5]. Nyt valmistunut opinnäytetyö neuvoo kuitenkin yksityiskohtaisemmin ja optometristien kliiniset nykytaidot huomioiden, kuinka kausiluonteisen ja ympärivuotisen allergisen sidekalvotulehduksen hoito optometristin vastaanotolla voidaan arvioida ja hoitaa.

Mari Suuronen

Valmistunut optometristiksi (YAMK) Oulun ammattikorkeakoulusta

Seija Säynäjäkangas

optometrian lehtori

Hyvinvointi ja kulttuuri

Oulun ammattikorkeakoulu

Arja Rantala

yliopettaja

Hyvinvointi ja kulttuuri

Oulun ammattikorkeakoulu

Artikkeli perustuu opinnäytetyöhön:

Suuronen, M. 2023. Assessment and Management of Seasonal and Perennial Allergic Conjunctivitis – Guideline for Finnish Optometrists. Oulun ammattikorkeakoulu. Degree Programme in Clinical Optometry (YAMK). Opinnäytetyö. <https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2023091425787>

Lähteet

[1] Seppänen, M. 2019. Allerginen sidekalvotulehdus – Lääkärin käsikirja. Lääkärin tietokannat – Duodecim. Hakupäivä 7.9.2023.

<https://www.terveysportti.fi/apps/dtk/ltk/article/ykt01971>

[2] Villegas, B. V. & Benitez-Del-Castillo, J. M. 2021. Current Knowledge in Allergic Conjunctivitis. Turkish Journal of Ophthalmology 51 (1), 45–54. Hakupäivä 7.9.2023.

<https://doi.org/10.4274/tjo.galenos.2020.11456>

[3] Smith, A. F., Pitt, A. D., Rodriguez, A. E., Alio, J. L., Marti, N., Teus, M., Guillen, S., Bataille, L. & Barnes, J. R. 2005. The economic and quality of life impact of seasonal allergic conjunctivitis in a Spanish setting. Ophthalmic Epidemiology 12 (4), 233–242.

Hakupäivä 7.9.2023. <https://doi.org/10.1080/09286580590967781>

[4] Näe Ry. 2022. Kuka hoitaa silmäterveyttämme, kun 1,5 miljoonaa käyntikertaa moninkertaistuu? – Hoitoon pääsy ja hoitohenkilöstön riittävyys turvattava. Hakupäivä 7.9.2023.

<https://naery.fi/2022/12/12/kuka-hoittaa-silmaterveyttamme-kun-15-miljoonaa-kayntikertaa-moninkertaistuu-hoitoon-paasy-ja-hoitohenkiloston-riittavyys-turvattava/>

[5] Suomalainen Lääkäriseura Duodecim. 2023. Itselääkitys. Käypä hoito -suositus.

Suomalaisen Lääkäriseuran Duodecimin ja Suomen Apteekkariliiton asettama työryhmä.

Hakupäivä 7.9.2023. <https://www.kaypahoito.fi/hoi50106#K1>

[6] Suuronen, M. 2023. Assessment and Management of Seasonal and Perennial Allergic Conjunctivitis – Guideline for Finnish Optometrists. Oulun ammattikorkeakoulu. Degree Programme in Clinical Optometry (YAMK). Opinnäytetyö. Hakupäivä 25.9.2023.

<https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2023091425787>

[7] Dupuis, P., Prokopich, C. L., Hynes, A. & Kim, H. 2020. A contemporary look at allergic conjunctivitis. *Allergy, Asthma, and Clinical Immunology: Official Journal of the Canadian Society of Allergy and Clinical Immunology* 16 (1), 5. Hakupäivä 8.9.2023.

<https://doi.org/10.1186/s13223-020-0403-9>

[8] Kari, O. & Saari, K. M. 2010. Updates in the treatment of ocular allergies. *Journal of Asthma and Allergy* 3, 149–158. Hakupäivä 8.9.2023. <https://doi.org/10.2147/JAA.S13705>

METATIEDOT

Typpi: Artikkel

Julkaisija: Oulun ammattikorkeakoulu

Julkaisunumero: 145/2023

Julkaisuvuosi: 2023

Tekijätiedot: Suuronen Mari, Säynäjäkangas Seija, Rantala Arja

Oikeudet: [CC BY-SA 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)

Kieli: suomi

Pysyvä osoite: <http://urn.fi/urn:nbn:fi-fe20231023140849>

Tiivistelmä: Kausiluonteinen ja ympärivuotinen allerginen sidekalvontulehdus ovat yleisimmät silmäallergian muodot. Ne ovat yleensä hyvänlaatuisia, mutta saattavat aiheuttaa potilaalle hankalanakin koettuja oireita. Tässä tekstissä esitellään optometristin roolia osana allergisen sidekalvontulehduksen hoitoa. Optometristi pystyy tunnistamaan ja ohjaamaan potilaan omahoitoa tehokkaasti, jolloin muut terveydenhuollon resurssit eivät turhaan kuormitu.