

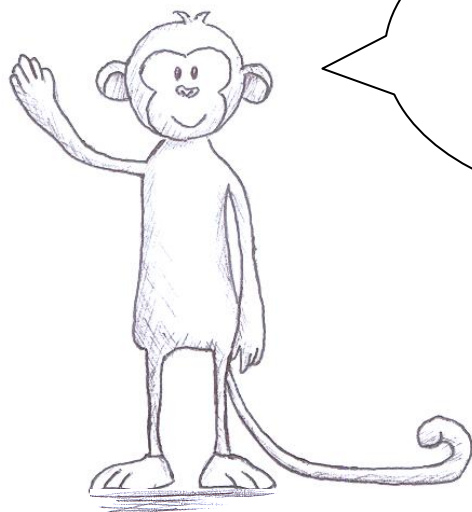
SIEDÄTYSHOITO ALKAA



Tämän oppaan ovat suunnitelleet opinnäytetyönään Tampereen ammattikorkeakoulun opiskelijat Sara Piipponen ja Minna Salmesvuori.

TERVETULOA JUNIORIKLINIKALLE!

OLET ALOITTAMASSA SIEDÄTYSHOIDON
JUNIORIKLINIKALLA. TÄSTÄ VIHOSTA SAAT TIETOA
SIEDÄTYSHOIDOSTA JA SEN HYÖDYISTÄ. VIHON
LOPUSTA LÖYDÄT MUKAVIA TEHTÄVIÄ
ENSIMMÄISILLE KÄYNTIKERROILLE. SAAT OMAKSESI
MYÖS SIEDÄTYSPASSIN. JOKAISELLA
KÄYNTIKERRALLA SAAT VALITA MIELEISESI TARRAN
SIEDÄTYSPASSIISI.



HEI!

OLEN ALLERGIA-APINA.
TERVETULOA
JUNIORIKLINIKALLE!

MIKSI SIEDÄTYSHOIDOSSA KÄYDÄÄN?

SIEDÄTYSHOIDOSSA KÄYDÄÄN SIKSI, ETTÄ SIITÄ SAA APUA ALLERGIAN AIHEUTTAMIIN OIREISIIN. ESIMERKIKSI NENÄN TUKKOISUUS JA SILMIEN KUTINA VÄHENEVÄT. KUN OIREET HELPOTTUVAT SIEDÄTYSHOIDON AVULLA, VOIT LEIKKIÄ MYÖS ULKONA ILMAN, ETTÄ SILMÄT VUOTAVAT JA KUTISEVAT TAI NENÄ MENEE TUKKOON.

SIEDÄTYSHOIDON AVULLA ALLERGIALÄÄKKEIDEN TARVE VOI VÄHENTYÄ TAI POISTUA KOKONAAN.

MILLE SINÄ OLET ALLERGINEN? MONI SIEDÄTYSHOIDOSSA KÄYVÄ LAPSI ON ALLERGINEN ESIMERKIKSI KOIVULLE, TIMOTEILLE, PUJOLLE, KISSALLE TAI KOIRALLE.

SIEDÄTYSHOITO KESTÄÄ YLEENSÄ KOLME VUOTTA.



TIETOJA MINUSTA

MINÄ OLEN ALLERGINEN NÄILLE

TOIVON SAAVANI SIEDÄTYSHOIDOSTA APUA NÄIHIN
OIREISIINI

SIEDÄTYSHOIDON ALOITTAMINEN TUNTUU MINUSTA

MITÄ SIEDÄTYSHOIDOSSA SITTEN TAPAHTUU?



TULET HOITAJAN
VASTAANOTOLLE AINA
VANHEMPASI KANSSA.
ALUKSI HOITAJA
JUTTELEE KANSSASI
SIEDÄTYSHOIDOSTA
SEKÄ VARMISTAA, ETTÄ
OLET TERVE, KOSKA
SIEDÄTYSHOITOA EI
VOIDA ANTAA JOS
OLET SAIRAS.

SAAT PUHALTAA
PEF-MITTARIIN ENNEN
JOKAISTA PISTOSTA JA
JOKAISEN PISTOKSEN
JÄLKEEN. MITTAUKSEN
AVULLA HOITAJA SAA
TÄRKEÄÄ TIETOA
KEUHKOJESI
TOIMINNASTA. TÄHÄN
MITTARIIN SAA
PUHALTAA KOVAA!



HOITAJA ANTAA SINULLE PISTOKSEN OLKAVARTEEN
PIENELLÄ NEULALLA. JOIDENKIN LASTEN MIELESTÄ
PISTOS SAATTAA VÄHÄN SATTUA. ON TÄRKEÄÄ, ETTÄ
ISTUT RAUHALLISESTI PAIKALLASI JA OLET
MAHDOLLISIMMAN RENNOSTI. HALUTESSASI VOIT
ISTUA VANHEMPASI SYLISSÄ.

VOIT JUTELLA HOITAJAN TAI VANHEMPASI KANSSA
SINULLE MIELUISASTA ASIASTA JA NÄIN ET EDES
HUOMAA, KUN PISTOS ON HETKESSÄ OHI.

MONIA ENSIMMÄINEN PISTOS JÄNNITTÄÄ KAIKKEIN
ENITEN, KUN EI VIELÄ TIEDÄ MILTÄ SE TUNTUU.





PISTOKSEN JÄLKEEN
PÄÄSET AINA PUOLEKSI
TUNNIKSI AULAAN
LEIKKIMÄÄN, LUKEMAAN
TAI KATSELEMAAN
TELEVISIOTA. TÄNÄ
AIKANA VARMISTETAAN,
ETTÄ SIEDÄTYSKSESTÄ
EI AIHEUDU MITÄÄN
HAITTA SINULLE.

JOS SINULLE TULEE PISTOKSEN JÄLKEEN HUONO OLO
TAI KÄTESI KIPEYTYY, KERROTHAN SIITÄ HOITAJALLE!

IHAN ENSIMMÄISEN SIEDÄTYSKERRAN VIETÄT
HOITOHUONEESSA. SILLOIN VOIT TEHDÄ VAIKKA VIHKKON
LOPUSSA OLEVIA TEHTÄVIÄ.

SIEDÄTYSHOITOON VOIT AINA OTTAA MUKAAN MYÖS
OMIA LELUJA, KIRJOJA TAI PELEJÄ.





JOKA HOITOKERRALLA
SAAT VALITA
PALKINNOKSI TARRAN
SIEDÄTYSPASSIISI !

KUN PISTOKSESTA ON
KULUNUT PUOLI
TUNTIA, PÄÄSET
LÄHTEMÄÄN KOTIIN.

MUISTATHAN OLLA RAUHALLISESTI SIEDÄTYSHOIDON
JÄLKEEN. KAIKKI REIPAS LIIKUNTA, UIMINEN JA
SAUNOMINEN ON YHDEKSI VUOROKAUDEKSI KIELLETTY, ETTEI
SINULLE TULE ALLERGISIA OIREITA TAI HUONOA OLOA
HOIDOSTA.

ESIMERKIKSI JOS OLET SAANUT PISTOKSEN MAANTAINA
KELLO 10, SAAT LIKKUA REIPPAAMMIN SEURAavana
PÄIVÄNÄ KELLO 10 JÄLKEEN.



PYÖRÄILY



HYPPIMINEN

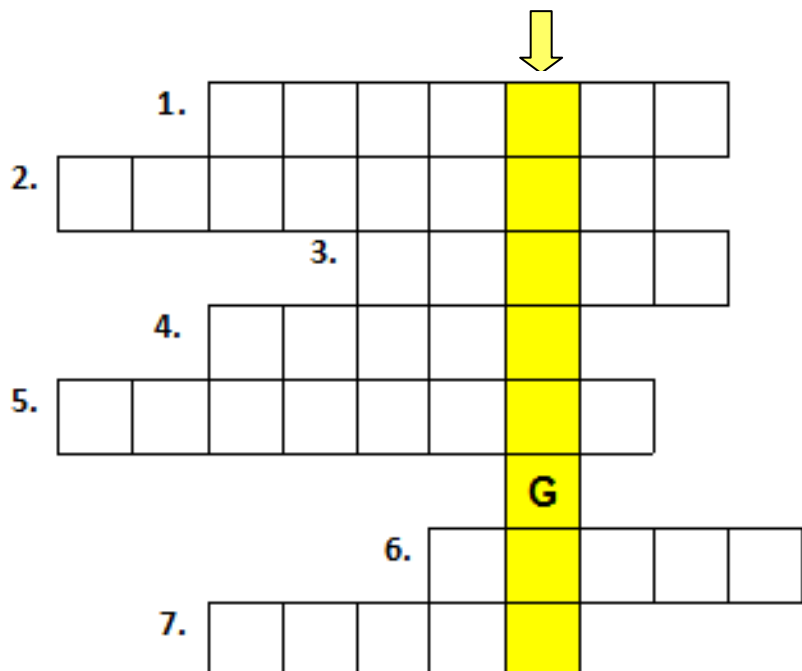


JUOKSEMINEN

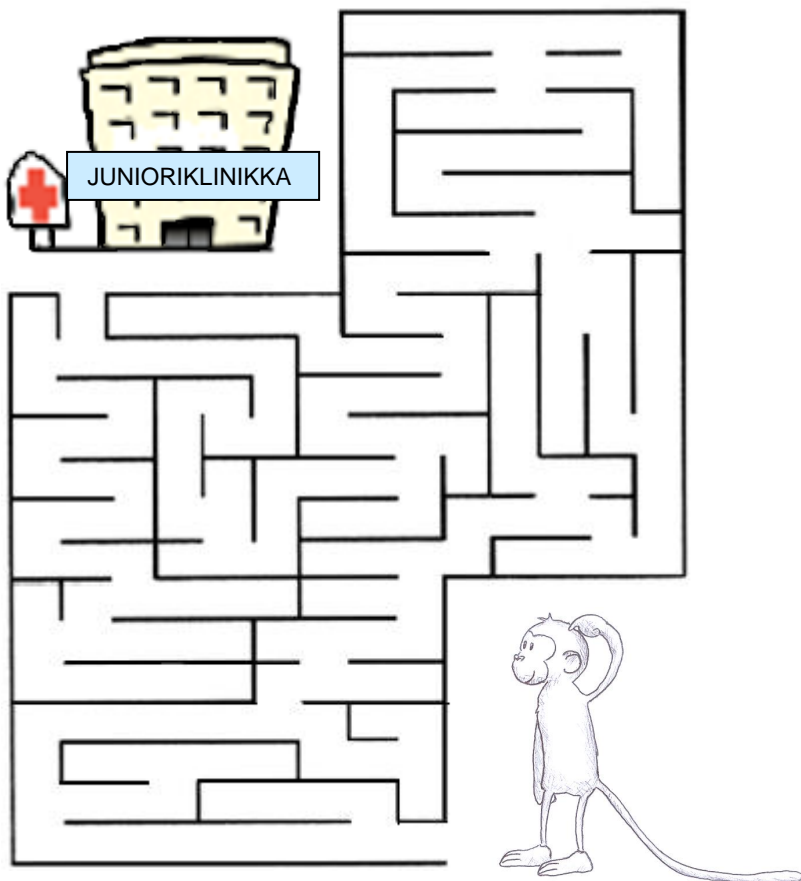


UIMINEN JA
SAUNOMINEN

RATKAISE RISTIKKO: MIKÄ SANA MUODOSTUU
KELTAISELLE RIVILLE?



AUTA ALLERGIA-APINAA LÖYTÄMÄÄN REITTI
JUNIORIKLINIKALLE.





VÄRITÄ KUVA

YHDISTÄ OIKEA KUVA JA TEKSTI TOISIINSA VIIVALLA.

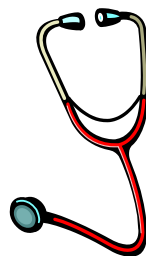
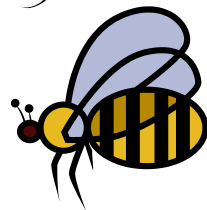
TÄLLÄ VÄLINEELLÄ
KUUNNELLAAN
SYDÄNTÄ JA
HENGITYSTÄ

TÄMÄ KARVAINEN
KAVERI ON MONEN
LEMMIKKI

TÄMÄ TUOTTA
JOILLEKIN
ALLERGIAA
AIHEUTTAVAA
SIITEPÖLYÄ

TÄHÄN
PUHALTAMALLA
SAADAAN TIETOA
KEUHKOJEN
TOIMINNASTA

TÄMÄN PISTOS VOI
AIHEUTTAA
JOILLEKIN OIREITA



TÄHÄN VOIT PIIRTÄÄ TAI KIRJOITTAA OMIA AJATUKSIASI

A large, empty rectangular box with a black border, intended for drawing or writing. It occupies the majority of the page below the instruction text.

