

HUOM! Tämä on alkuperäisen artikkelin rinnakkaistallenne.

Käytä viittauksessa alkuperäistä lähdettä:

Pulkinen, M. (2020). Hajuste- ja kemikaaliherkkyys – hoitotyön vielä huomioimaton haaste? *Terveydenhoitaja* (53)5, 18-19.

PLEASE NOTE: This is a self-archived version of the original article.

Please cite the original version:

Pulkinen, M. (2020). Hajuste- ja kemikaaliherkkyys – hoitotyön vielä huomioimaton haaste? *Terveydenhoitaja* (53)5, 18-19

# Hajuste- ja kemikaaliherkkyys – hoitotyön vielä huomioimaton haaste?

Hajuste- ja kemikaaliherkkydellä tarkoitetaan tilannetta, jossa ihminen saa erilaisia oireita hajusteista ja kemikaaleista. Oireet voivat olla erilaisia ärsytysoireita, hengitystieoireita, keskushermosto-oireita tai neurologisia oireita. Kyse ei siis ole siitä, että hajusteista ei vain pidä. Hajusteherkkyys ja hajusteallergia ovat kaksi eri asiaa.

**H**ajuste- ja kemikaaliherkälle oireet voivat tulla myös savusta, pakokaasusta, tupakan savusta tai vaikka eri rakennusmateriaaleista. Hajuherkkyden rinnalla käytetään myös muita termejä, kuten tuoksuherkkyys, monikemikaaliherkkyys tai hajusteilyherkkyys. Termit ovat asiassa vielä vakiintumattomat. Yhtenä syynä hajuste- ja kemikaaliherkkyden kehittymiseen pidetään ympäristömme synteettisten kemikaalien suurta määrää.

Vaiva luokitellaan Suomessa ympäristöherkkydeksi, joka kuuluu toiminnallisiin häiriöihin. Toiminnalliset häiriöt tarkoittavat tilannetta, joiden syy ei perusteellisissa tutkimuksissa selviä. Oireet kuitenkin syrjäyttävät pahimmilleen koko yhteiskunnasta, ja tulisiko enemmän puhua ympäristösairaudesta?

Diakonia-ammattikorkeakoulu selvitti keväällä 2020 sisäilmasta sairastuneiden tilanteita. Kyselyyn vastasi 1139 vastaajaa, joista 19 prosenttia oli saanut ympäristöherkkydestä diagnoosin. Kuitenkin 66 prosenttia arvioi sairastavansa haju/kemikaaliherkkyttä ja 72 prosenttia vastaajista tunnisti oireilevansa hajusteille. (Pulkinen 2020.)

**HAJUSTE- JA KEMIKAALIHERKÄN HOITO** | Hajuste- ja kemikaaliherkkydelle ei ole

## Hajusteettomia luokkia, kouluja ja työpaikkoja tarvitaan tulevaisuudessa sairastuneille oppilaille ja työntekijöille.

olemassa vielä erillistä laboratoriotestiä, jolla se voidaan todeta. Ainoana keinona on asiakkaan haastattelu oireista, mutta minkäänlaista lomaketta haastattelun tueksi ole vielä rutiinisti käytössä. Ihmisen oireillessa esimerkiksi hajusteellisesta pyykinpesuaineesta, häneltä testataan kuitenkin usein siitepöly- ja eläinpölyherkistyminen.

Asiakkaiden auttaminen on suuri ratkaisematon haaste, eikä terveydenhuollossa ole vakiintuneita käytäntöjä esimerkiksi apuvälineiden suosittelusta. Potilaat itse yhdistävät ympäristöherkkyden usein seurauksena kosteus- ja homevauri-

oisissa tiloissa olemiseen ja/tai synteettisten kemikaalien käyttämiseen. Oireista kärsivää auttaa usein hengityssuojaimet, joissa on aktiivihäili, ja osa hyötyy nenään laitettavista filtereistä, jotka suojaavat hajuhermoa. Altisteettomassa ympäristössä oireita on vähiten. Osa kokee hyötyvänsä antihistamiineista, ja erilaisia nenäsuihkeita voi myös kokeilla.

**POTILAITA HELPOTTAISI SAIRAUDEN VIRALLINEN ASEMA** | Tilanne on haastava niin asiakkaan kuin yhteiskunnan näkökulmasta, koska hajuste- ja kemikaaliherkkyden etiologiasta ei ole yksimielisyyttä. Lääketieteen näkökulmasta asia nimetään

## Hajuste- ja kemikaaliherkkyys luokitellaan Suomessa ympäristöherkkydeksi, joka kuuluu toiminnallisiin häiriöihin. Toiminnalliset häiriöt tarkoittavat tilannetta, joiden syy ei perusteellisissa tutkimuksissa selviä.

ympäristöherkkydeksi, jossa tulisi pyrkiä vaikuttamaan käyttäytymiseen ja tulkitaan ympäristötekijöiden haitallisuudesta. Aivot ikään kuin tulkitsevat altisteita väärin. Tuuminen & Antila (2019) taas kuvaavat monikemikaaliherkkyden (mcs) fyysisenä sairautena, jonka taustalla on kehon säätelyjärjestelmän häiriö.

Maailman terveysjärjestö WHO ei ole antanut virallisen sairauden asemaa, ja riittävää tutkimustietoa ei ole käytössä. Potilasjärjestöt ja liitot kertovat elimellisestä ongelmasta ja kampanjoivat tuoksumuutoksen puolesta. Allergia-, iho- ja astmaliitto ry on tehnyt tutkimuksen asiasta, ja hajusteet vaikuttavat jopa puolen miljoonan suomalaisen elämään. Joissain yhdistyksissä on myös tietoa esimerkiksi erilaisista hengityksen apuvälineistä.

Jos potilas menee lääkäriin oireiden takia, hän saattaa saada lääkäriltä ohjeen olla eristäytymättä. Selviytyäkseen arjesta hän kuitenkin joutuu itse selvittämään erilaisia apuvälineitä tai välttämään tilanteita, joista hän saa oireita.

**HAJUSTEIDEN VÄHENTÄMINEN ON TERVEYDEN EDISTÄMISTÄ** | Oireet sulkevat pahimmillaan jopa täysin yhteiskunnan ulkopuolelle. Hajuste- ja kemikaaliherkkyys ei ole virallisesti Suomessa sairaus, vaan se luokitellaan jatkuvaksi tai toistuvaksi poikkeukselliseksi herkkydeksi ympäristön tavanomaisille tekijöille. Tämä on kuitenkin lähinnä potilaan tunnistamista varten, eikä oikeuta potilasta saamaan sairauksien perusteella myönnettäviä sosiaalivakuutusjärjestelmän etuuksia, kuten sairauspäivärahaa ja työkyvyttömyyseläkettä. Ihminen saattaa jäädä ilman apua.

## Mitä voit kysyä tunnistaaksesi hajuste- ja kemikaaliherkkyden?

- Oireilu hajusteellisella pyykinpesuaineella/huuhteluaineella pestyistä vaatteista?
- Oireilu haju-/partavesistä?
- Oireilu hiusten muotoilutuotteista?
- Oireilu aurinkorasvasta?
- Oireilu hyönteismyrkyistä?
- Oireilu tupakansavusta?
- Oireilu pakokaasusta?
- Oireilu auton tuulilasin pesuaineesta?
- Oireilu siivoukseen käytetyistä hajusteellisista pesuaineista?
- Oireilu hajukynttilöistä?
- Oireilu luonnontuoksusta?

## Missä arjen valinnoissa voit ohjata asiakasta hajusteettomiin/ekologisiin valintoihin?

- Kodin hajusteettomat siivoustuotteet
- Astianpesuun hajusteeton tiskiaine/konetiskiaine
- Hajusteeton pyykinpesuaine
- Pyykin huuhteluaineena etikka
- Kosmetiikassa luonnokosmetiikka/hajusteettomat tuotteet
- Julkisten rakennusten hajusteeton siivous/kemikaaliton siivous
- Wc-tiloihin hajusteettomat pesuaineet
- Hajusteettomat kynttilät

Hajuste- ja kemikaaliherkkyden ehkäisy vaatii yhteiskunnan muutosta, kuten sisäilmaesteettömiä tiloja – työpaikkoja, päiväkotia ja kouluja. Synteettisten kemikaalien vähentäminen tulisi olla terveyden edistämisen keskeinen tavoite. Tarvitaan ohjausta arjen hajusteettomista tuotteista sekä niiden terveysvaikutuksista. Hajusteettomia luokkia, kouluja ja työpaikkoja tarvitaan tulevaisuudessa sairastuneille oppilaille ja työntekijöille. Terveystieteen on hyvä herättää keskustelua tästä asiasta. Hoitohenkilökunnan hajusteiden

käytön vähentäminen on tärkeää. Kemikaaliton siivous yleistyy myös koko ajan.

Potilas- ja asiakasturvallisuus on tärkeä terveydenhuollon tavoite. Hajusteettomuutta tulisi tarkastella kansallisesti myös tästä näkökulmasta, koska asiasta kärsivien asiakkaiden määrä tulee todennäköisesti lisääntymään. Tällä hetkellä vaikeimmin oireilevien on haastavaa asioida terveydenhuollossa, jos organisaatiossa ei ole hajusteettomuuden periaatetta.

Lähdeluettelon voi pyytää toimituksesta.

