

Anafylaksiaperheissä eletään jatkuvassa kuolemanpelossa

Hengenvaarallisen anafylaksian pelko on jatkuvasti läsnä vakavasti ruoka-allergisten lasten ja heidän vanhempiansa elämässä. Pelkoon tulisi saada tukea, sillä se heikentää merkittävästi elämänlaatua, korostaa Allergia-, iho- ja astmaliitto 11.2. vietettävänä Anafylaksiapäivänä.

Vaikeasti allergisella pieni murukin allergian aiheuttajaa voi laukaista henkeä uhkaavan yliherkkyyssreaktion, anafylaksian. Anafylaksiariski heikentää useiden tutkimusten mukaan anafylaksialasten ja heidän vanhempiansa elämänlaatua.

Anafylaksiakohtauksen pelko on jatkuvasti läsnä ja aiheuttaa arjessa stressaavia tilanteita. Erityisesti pelkoa aiheuttavat ruokailutilanteet muualla kuin kotona. Vanhempia pelottaa, että lapsi syö vahingossa allergian aiheuttajaa ja saa anafylaksian, eikä kukaan osaa auttaa häntä.

Lapselle voi kehittyä pelkoja, joiden seurauksena kasvaa riski, että hänellä ilmenee ahdistuneisuutta, kuolemanpelkoa sekä syömishäiriöitä. Joillekin allergisille pelosta ruokaa kohtaan voi tulla selviytymismekanismi traumaattisista kokemuksista.

Allergia-, iho- ja astmaliiton keväällä 2023 toteuttamaan kyselyyn osallistuneet kertoivat, että anafylaksia vaikutti heidän tai heidän perheensä elämään merkittävästi (keskiarvo 8,4 asteikolla 1–10). Kyselyyn vastasi 79 henkilöä, joista 74 prosenttia oli anafylaksialapsen vanhempia ja 25 prosenttia anafylaksiariskisiä aikuisia. Vastanneista 35 prosenttia oli kaivannut usein tukea anafylaksian aiheuttamien tunne- ja pelkotoilojen käsittelyyn ja 56 prosenttia silloin tällöin.

– Terveystieteiden tutkimuskeskuksen anafylaksian hoito-ohjeessa ei tällä hetkellä huomioida pelkoa. Jos lasta pelottaa ruokailu muualla kuin kotona, siihen ei oikein saa apua eikä tukea. Myös vanhempia tulisi tukea pelon käsittelyssä paremmin, sanoo allergia-, iho- ja astma-asiantuntija Katariina Ijäs.

Anafylaksian ensiapu on helppoa

Anafylaksiakohtaus voi pelottaa myös vaikeasti ruoka-allergisen lähipiiriä, esimerkiksi sukulaisia tai päiväkodin tai koulun henkilökuntaa. Anafylaksian ensiapu on kuitenkin helppoa. Ensihoitona anafylaksiassa käytetään adrenaliinia, joka pitää antaa heti oireiden ilmaantuessa.

Anafylaksiariskisellä on mukanaan lääkärin määräämät omat helppokäyttöiset adrenaliini-injektorit.

Adrenaliinin voi annostella vaatteiden läpi. Adrenaliinia pistetään injektorilla reiden ulkosivuun reisilihakseen ja samalla lasketaan rauhasa kymmeneen. Kun adrenaliini on annosteltu, hierotaan pistokohtaa noin 10 sekuntia. Tämän jälkeen tulee soittaa hätäkeskukseen, numeroon 112.

Riski saada anafylaksia on 0,4 prosentilla väestöstä. Sen yleisimpiä aiheuttajia ovat ruoka-aineet, lääkkeet ja pistiäismyrkyt (mehiläinen ja ampiainen). Lapsilla anafylaksiaa aiheuttavat eniten ruoka-aineet (76 %), esimerkiksi pähkinät, maito, kananmunat ja vehnä. Aikuisilla yleisimmät syyt anafylaksiaan ovat ruoka-aineet (39 %) ja lääkkeet (39 %).

Anafylaksiapäivää vietetään 11.2., jolloin on myös 112-päivä. Anafylaksiapäivän päätapahtumat Allergia-, iho- ja astmaliitto järjestää yhdessä Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksen kanssa. Lisäksi liiton jäsenyhdistykset järjestävät tapahtumia eri puolilla Suomea.

Lisätietoja:

Anafylaksialasten vanhempien haastattelupyynnöt: verkkoasiantuntija Anu Sauliala, Allergia-, iho- ja astmaliitto, puh. 044 514 7957, anu.sauliala@allergia.fi

Tietoa anafylaksiasta: allergia-, iho- ja astma asiantuntija, Katariina Ijäs, Allergia-, iho- ja astmaliitto, puh. 040 188 1540, katariina.ijas@allergia.fi

Anafylaksiasta tietoa <https://www.allergia.fi/allergia/anafylaksia/>

Anafylaksiapäivän tapahtumat <https://www.allergia.fi/tapahtumat/anafylaksiapaiva-2024/>