

# Lasten ruoka-aineallergian siedätyshoito

- Etusivu
- Lasten ruoka-aineallergia
- Mitä on siedätyshoito
  - Siedätyshoidon toteutus
  - Haittavaikutukset
- Anafylaktinen reaktio
  - Oireet
  - Hoito
  - Adrenaliinikynä
- Perheen tuen tarve
  - Vertaistuki
  - Sosiaaliturva
- Apua arjesta selviytymiseen
- Tekijät
- Lähteet
- Terveysnettiin

Näiden sivujen tarkoituksena on antaa tietoa Sinulle ja perheellesi lasten ruoka-aineallergian siedätyshoidosta. Tiedon avulla haluamme auttaa sinua selviytymään arjesta ruoka-aineallergisen lapsen kanssa sekä lisätä motivaatiota ja hoitoon sitoutumista.



# Lasten ruoka-aineallergia

- Etusivu
- Lasten ruoka-aineallergia
- Mitä on siedätyshoito
  - Siedätyshoidon toteutus
  - Haittavaikutukset
- Anafylaktinen reaktio
  - Oireet
  - Hoito
  - Adrenaliinikynä
- Perheen tuen tarve
  - Vertaistuki
  - Sosiaaliturva
- Apua arjesta selviytymiseen
- Tekijät
- Lähteet
- Terveysnettiin

Lapsen ruoka-aineallergiassa lapsi saa allergisen reaktion jostakin ruoka-aineesta.

Ruoka-aineallergiaa esiintyy 3-8 prosentilla lapsista, vaihdellen iän mukaan.

Lapsen ruoka-aineallergia aiheuttaa ruokavalionmuutoksia, joita toteutetaan kotona, hoitavan lääkärin ohjeistamana.

Ravitsemusterapiaa toteutetaan yksilöllisesti lapsen ruokavalion ollessa haasteellinen ja yksipuolinen.

# Mitä on siedätyshoito?

- Etusivu
- Lasten ruoka-aineallergia
- Mitä on siedätyshoito
  - Siedätyshoidon toteutus
  - Haittavaikutukset
- Anafylaktinen reaktio
  - Oireet
  - Hoito
  - Adrenaliinikynä
- Perheen tuen tarve
  - Vertaistuki
  - Sosiaaliturva
- Apua arjesta selviytymiseen
- Tekijät
- Lähteet
- Terveysnettiin

Siedätyshoidolla lisätään kykyä sietää erilaisia allergeeneja, kuten erilaisia ruoka-aineita.

Siedätyshoidon avulla elimistön immuunijärjestelmä muuttaa toimintaansa, jolloin allergiaoireet rauhoittuvat.

Yleisimmät ruoka-aineallergiat, joita voidaan hoitaa siedätyshoidolla ovat:

- maito,
- kananmuna,
- vehnä.



# Siedätyshoidon toteutus

- Etusivu
- Lasten ruoka-aineallergia
- Mitä on siedätyshoito
  - Siedätyshoidon toteutus
  - Haittavaikutukset
- Anafylaktinen reaktio
  - Oireet
  - Hoito
  - Adrenaliinikynä
- Perheen tuen tarve
  - Vertaistuki
  - Sosiaaliturva
- Apua arjesta selviytymiseen
- Tekijät
- Lähteet
- Terveysnettiin

Siedätyshoitoa toteutetaan yli 6-vuotiaalle lapselle, jolla on altistuksessa todettu ruokaallergia. Siedätyshoito tehdään yliopistosairaalassa lääkärin valvonnassa.

Siedätyshoitoa jatketaan kotona yksilöllisesti annettujen ohjeiden mukaisesti.

Ruoka-ainesiedätys tehdään antamalla lapselle allergisoivaa ruoka-ainetta suun kautta. Siedätys aloitetaan pienillä annoksilla, joita nostetaan yksilöllisesti lapsen sietokyvyn mukaan.

Hoito on kestoaltaan 4 - 6 kuukautta.

- Etusivu
- Lasten ruoka-aineallergia
- Mitä on siedätyshoito
  - Siedätyshoidon toteutus
  - Haittavaikutukset
- Anafylaktinen reaktio
  - Oireet
  - Hoito
  - Adrenaliinikynä
- Perheen tuen tarve
  - Vertaistuki
  - Sosiaaliturva
- Apua arjesta selviytymiseen
- Tekijät
- Lähteet
- Terveysnettiin

# Haittavaikutukset

Hoidon haittavaikutukset ovat yleensä lieviä.

Yleisimmät haittavaikutukset ovat:

- suun kutina sekä turvotus,
- nokkosihottuma,
- kasvojen punoitus,
- vatsakipu sekä pahoinvointi.



Joillekin siedätyshoito voi aiheuttaa vakavan anafylaktisen reaktion. Vakavat reaktiot ovat kuitenkin harvinaisia.

- Etusivu
- Lasten ruoka-aineallergia
- Mitä on siedätyshoito
  - Siedätyshoidon toteutus
  - Haittavaikutukset
- Anafylaktinen reaktio
  - Oireet
  - Hoito
  - Adrenaliinikynä
- Perheen tuen tarve
  - Vertaistuki
  - Sosiaaliturva
- Apua arjesta selviytymiseen
- Tekijät
- Lähteet
- Terveysnettiin

# Anafylaktinen reaktio

## Eli **äkillinen yliherkkyysreaktio**

on aina henkeä uhkaava ja vaatii välitöntä hoitoa.

**Tärkeää on reaktion tunnistaminen ja nopea reagointi.**

- Etusivu
- Lasten ruoka-aineallergia
- Mitä on siedätyshoito
  - Siedätyshoidon toteutus
  - Haittavaikutukset
- Anafylaktinen reaktio
  - Oireet
  - Hoito
  - Adrenaliinikynä
- Perheen tuen tarve
  - Vertaistuki
  - Sosiaaliturva
- Apuja arjesta selviytymiseen
- Tekijät
- Lähteet
- Terveysnettiin

# Oireet

Anafylaktisen reaktion oireet ovat samat, kuin allergisen reaktion, mutta voimakkaammat.

## Tyypillisimmät oireet ovat:

- Käsien ja huulien voimakas kutina, leviää nopeasti kaikkiin kehon osiin,
- punoittava nokkosihottuma,
- hengenahdistus,
- suun limakalvo turvotus,
- vatsakipu ja oksentelu.



## Vakavan anafylaktisen reaktion oireet ovat:

- Tajunnantason muutokset,
- hengitysvaikeudet,
- vatsan kouristelu.

**Edellä mainittuihin oireisiin tulee aina reagoida!**

# Hoito

- Etusivu
- Lasten ruoka-aineallergia
- Mitä on siedätyshoito
  - Siedätyshoidon toteutus
  - Haittavaikutukset
- Anafylaktinen reaktio
  - Oireet
  - Hoito
  - Adrenaliinikynä
- Perheen tuen tarve
  - Vertaistuki
  - Sosiaaliturva
- Apua arjesta selviytymiseen
- Tekijät
- Lähteet
- Terveysnettiin

**Soita välittömästi 112:teen - hälytä ammattiapua paikalle!**

## Ensiapu:

- Pysy rauhallisena.
- Pidä lapsi rauhallisena.
- Mikäli saatavilla on adrenaliinikynä eli EpiPen® / Jext®, pistä lihakseen ohjeiden mukaan.
- Jos mahdollista anna antihistamiinia ja kortisonia.
- Huolehdi lapsen hyvästä asennosta esim. vanhemman syli tai makuuasento.

Vakavan anafylaktisen reaktion jatkohoito ja seuranta on **aina** sairaalassa.

[Linkki: Adrenaliinikynä](#)



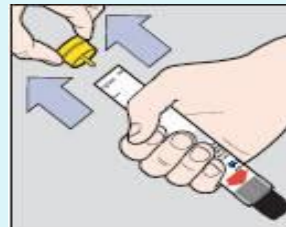
# Adrenaliinikynä

- Etusivu
- Lasten ruoka-aineallergia
- Mitä on siedätyshoito
  - Siedätyshoidon toteutus
  - Haittavaikutukset
- Anafylaktinen reaktio
  - Oireet
  - Hoito
  - Adrenaliinikynä
- Perheen tuen tarve
  - Vertaistuki
  - Sosiaaliturva
- Apua arjesta selviytymiseen
- Tekijät
- Lähteet
- Terveysnettiin



Anafylaksia -oireiden ilmaannuttua on annettava heti ensimmäinen adrenaliiniautoinjektori eli adrenaliinikynä. Tämän jälkeen seuraa lapsen vointia, jos tila huononee - voit antaa toisen adrenaliiniautoinjektion 5 -15 minuutin kuluttua ensimmäisestä.

Kerta-annos adrenaliinia pistetään lihakseen reiden ulkosivuun ihon läpi. Voidaan pistää myös vaatteiden läpi.



Kuvalähde: <http://spc.fimea.fi/indox/nam/html/nam/humpil/4/12486724.pdf>

Kuvalähde: <http://spc.fimea.fi/indox/nam/html/nam/humpil/4/12486724.pdf>

# Perheen tuen tarve

- Etusivu
- Lasten ruoka-aineallergia
- Mitä on siedätyshoito
  - Siedätyshoidon toteutus
  - Haittavaikutukset
- Anafylaktinen reaktio
  - Oireet
  - Hoito
  - Adrenaliinikynä
- Perheen tuen tarve
  - Vertaistuki
  - Sosiaaliturva
- Apua arjesta selviytymiseen
- Tekijät
- Lähteet
- Terveysnettiin

Lapsesi krooninen sairaus saattaa vaikuttaa koko perheesi arkielämää rajoittavasti. Toisten ihmisten voi olla vaikea ymmärtää mitä sinun ja lapsesi arki on.

Sinun ei tarvitse jaksaa yksin, väsyminen on sallittua ruoka-aineallergisen lapsen kanssa. Pyydä rohkeasti läheisiltäsi apua arkeen.

Apua saat läheisiltä, muilta ruoka-aineallergisilta perheiltä, neuvolasta, hoitavalta lääkäriltä sekä erilaisilta potilasjärjestöiltä.

Perheesi saama tuki helpottaa hoitoon sitoutumista sekä lisää motivaatiota hoitoon.



[Linkki: Apua arjesta selviytymiseen](#)

# Vertaistuki

- Etusivu
- Lasten ruoka-aineallergia
- Mitä on siedätyshoito
  - Siedätyshoidon toteutus
  - Haittavaikutukset
- Anafylaktinen reaktio
  - Oireet
  - Hoito
  - Adrenaliinikynä
- Perheen tuen tarve
  - Vertaistuki
  - Sosiaaliturva
- Apua arjesta selviytymiseen
- Tekijät
- Lähteet
- Terveysnettiin

Vertaistuki on samassa elämäntilanteessa olevien ihmisten kokemusten ja tunteiden jakamista.

Vertaistukea löydät internetistä erilaisten järjestöjen keskustelupalstoilta, esim. <http://www.iholiitto.fi/keskustelu/>.

Vertaistuen avulla huomaat, että perheesi ei ole yksin asian kanssa, on muitakin perheitä, jotka käyvät läpi samoja asioita.

Kannustamme sinua hakemaan rohkeasti vertaistukea 😊

[Linkki : Apua arjesta selviytymiseen](#)

# Sosiaaliturva

- Etusivu
- Lasten ruoka-aineallergia
- Mitä on siedätyshoito
  - Siedätyshoidon toteutus
  - Haittavaikutukset
- Anafylaktinen reaktio
  - Oireet
  - Hoito
  - Adrenaliinikynä
- Perheen tuen tarve
  - Vertaistuki
  - Sosiaaliturva
- Apua arjesta selviytymiseen
- Tekijät
- Lähteet
- Terveysnettiin

Ruoka-aineallergisen lapsen vanhempana voit hakea Kelalta alle 16-vuotiaan vammaistukea.

Tuen tarkoituksena on korvata lapsesi hoidosta ja kuntoutuksesta aiheutuneet kulut ja rasitteet.

**Hakemus voidaan tehdä** lapsesi ollessa vähintään 6 kuukauden ajan kestäneen hoidon, kuntoutuksen ja huolenpidon tarpeessa niin, että se vaatii perheeltäsi enemmän kuin vastaavan ikäisen terveen lapsen hoito, aiheuttaen perheellesi erityisen suurta rasitusta.

Linkki: <http://www.kela.fi/vammaistuet>

# Apua arjesta selviytymiseen: linkkejä

- Etusivu
- Lasten ruoka-aineallergia
- Mitä on siedätyshoito
  - Siedätyshoidon toteutus
  - Haittavaikutukset
- Anafylaktinen reaktio
  - Oireet
  - Hoito
  - Adrenaliinikynä
- Perheen tuen tarve
  - Vertaistuki
  - Sosiaaliturva
- Apua arjesta selviytymiseen
- Tekijät
- Lähteet
- Terveysnettiin

Potilasjärjestöt antavat tietoa ja tukea sairauden kanssa elämiseen:

Allergia- ja astmaliitto:

<http://www.allergia.fi/>

Iholiitto:

<http://www.iholiitto.fi/>



Kysymyksiä allergioista voi lähettää:

<http://www.allergiaterveys.fi>

Erimenu- Apua ruokavalion hallintaan:

<http://www.erimenu.fi/>

- Etusivu
- Lasten ruoka-aineallergia
- Mitä on siedätyshoito
  - Siedätyshoidon toteutus
  - Haittavaikutukset
- Anafylaktinen reaktio
  - Oireet
  - Hoito
  - Adrenaliinikynä
- Perheen tuen tarve
  - Vertaistuki
  - Sosiaaliturva
- Apua arjesta selviytymiseen
- Tekijät
- Lähteet
- Terveysnettiin

# Tekijät:

Sairaanhoitajaopiskelijat

Sanna Vahalahti

ja

Marita Vesalainen-Mäkilä

Opinnäytetyö joulukuu 2013

Hoitotyö



# Sivujen teossa käytetyt lähteet:

- Etusivu
- Lasten ruoka-aineallergia
- Mitä on siedätyshoito
  - Siedätyshoidon toteutus
  - Haittavaikutukset
- Anafylaktinen reaktio
  - Oireet
  - Hoito
  - Adrenaliinikynä
- Perheen tuen tarve
  - Vertaistuki
  - Sosiaaliturva
- Apua arjesta selviytymiseen
- Tekijät
- Lähteet
- Terveysnettiin

- Allergia- ja astmaliitto. 2013. Anafylaksia. Viitattu 31.5.2013
- Haahntela, T. 2009. Allergia. Allergia ja astmaliitto. Viitattu 18.4.2013. <http://www.allergia.fi/allergia-ja-astma/allergia/>
- Haartela, T.; Hannuksela, M.; Mäkelä, M. & Terho, E. O. 2007. Allergia. 1.painos. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.
- Hannuksela, M. 2009. Anafylaktinen reaktio on hengenvaarallinen. Kustannus oy Duodecim. Viitattu 31.5.2013
- Hannuksela, M. 2012a. Anafylaktinen reaktio (Äkillinen yliherkkyysreaktio). Lääkärikirja Duodecim. Viitattu 31.10.2013 [http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p\\_artikkeli=dlk00201](http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00201).
- Hannuksela, M. 2012. Siedätyshoito. Lääkärikirja Duodecim. Viitattu 30.6.2013 [http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p\\_artikkeli=dlk00485](http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00485).
- Hannuksela, M. 2013. Ruoka-allergia. Lääkärikirja Duodecim. Viitattu 24.6.2013 [http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p\\_artikkeli=dlk00482](http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00482).
- Huuskonen, P. 2013. Vertaistuki – ”en olekaan ainut”. Sosiaaliportti. Viitattu 10.9.2013 <http://www.sosiaaliportti.fi/fi-FI/vammaispalvelujen-kasikirja/itsenaisen-elaman-tuki/vertaistuki/>.
- Iholiitto ry. 2013. Viitattu 3.10.2013 <http://www.iholiitto.fi/>.
- Komulainen; K.2011. Ruoka-allergiaa sairastavan lapsen hoito, koettu kuormitus ja perheen elämänlaatu äitien arvioimana. Lisensiaattitutkimus. Helsingin yliopisto. Viitattu 1.9.2013. Saatavissa. <https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/32817/ruokaall.pdf?sequence=1>.
- Kela. 2013. Vammaistuet. Viitattu. 1.8.2013. <http://www.kela.fi/vammaistuet>.
- Lääkärikirja Duodecim. 2013. Jext. Viitattu 30.6.2013 [http://www.terveyskirjasto.fi/terveysportti/tk.koti?p\\_artikkeli=far27883&p\\_teos=far&p\\_osio=&p\\_selaus=50200](http://www.terveyskirjasto.fi/terveysportti/tk.koti?p_artikkeli=far27883&p_teos=far&p_osio=&p_selaus=50200)
- Mäkelä, M.; & Mäkinen-Kiljunen, S. 2008. Anafylaksia. Teoksessa Kaila, M.; Korppi, M.; Mäkelä, M.; Pelkonen, A. & Valovirta, E. (toim.). Lasten allergiset sairaudet. Suomen Lastenlääkäriyhdistys ry. allergiajaosto. Helsinki, 170- 177.
- Mäkelä, M.; Kulmala, P.; Pelkonen, A.; Remes, S. & Kuitunen, M. 2011. Ruokasiedätys – uusi ajattelutapa ja hoito ruoka-allergioihin. Lääketieteellinen aikakausikirja. Duodecim. Viitattu 28.3.2013. <http://www.terveysportti.fi/xmedia/duo/duo99615.pdf>.
- Pallasaho, P.; Pelkonen, A.; Numminen, J.; Koulu, L. & Valovirta, E. 2011. Miten siedätyshoito toteutetaan. Lääketieteellinen aikakausikirja Duodecim. Viitattu 28.3.2013 <http://www.terveysportti.fi/xmedia/duo/duo99615.pdf>.
- Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistys ry. 2013. Erimenu- apua ruokavalion hallintaan. Viitattu 3.10.2013 <http://www.erimenu.fi/>.
- Ruoka-allergia (lapset) (Online). Käypähoito- suositus. Helsinki: Suomalainen Lääkäri-seura Duodecim, 2012. Viitattu <http://www.kaypahoito.fi/web/kh/suosituksentaytaartikkeli/tunnus/hoi50026>.
- Siljamäki, T. 2013. Ruokasiedätyksestä uutta toivoa allergisille. Allergia- ja Astmaliitto. Viitattu 25.4.2013 <http://www.allergia.fi/julkaisut/allergia-astma/allergia-astma-2-2012/ruokasiedatyksesta-uutta-toivoa/>.
- Vanto, T. 2009. Allergia- ja astmaopas. Orion oyj orion pharma. Viitattu 10.7.2013 [http://vinku.utu.fi/lomakkeet/Allergiaopas\\_10-09\\_pieni.pdf](http://vinku.utu.fi/lomakkeet/Allergiaopas_10-09_pieni.pdf).

- Etusivu
- Lasten ruoka-aineallergia
- Mitä on siedätyshoito
  - Siedätyshoidon toteutus
  - Haittavaikutukset
- Anafylaktinen reaktio
  - Oireet
  - Hoito
  - Adrenaliinikynä
- Perheen tuen tarve
  - Vertaistuki
  - Sosiaaliturva
- Apua arjesta selviytymiseen
- Tekijät
- Lähteet
- Terveysnettiin

# Terveysnettiin

<http://terveysnetti.turkuamk.fi/perhe.html>