

TÄSSÄ NUMEROSSA

ALLERGIA, IHO & ASTMA ON RIIPPUMATON ASIAANTUNTIJALEHTI JA ALLERGIA-, IHO- JA ASTMALIIITON JÄSENETU

ALLERGIA, IHO & ASTMA

PÄÄTOIMITTAJA
Tuija Tervo
Allergia-, Iho- ja Astmaliitto ry

TUOTTAJA
Katja Alaja

ULKOASU JA TAITTO
Marko Myllyaho

AVUSTAJAT
Katriina Ijäs, Juha Jantunen,
Iita Kettunen, Essi Kähkönen,
Paula Lehtomäki, Roope
Lipasti, Aino Loikkanen, Terhi
Friman, Niki Malmros, Claudia
Mariottini, Ilona Mähönen, Mia
Niemelä, Jonna Nurminen, Anu
Sauliala, Tuija Siljamäki, Tuija
Tervo, Laura Vesa

KANNEN KUVA
Laura Vesa

TOIMITUS
toimitus@allergia.fi
p. 040 702 8141

Allergia, Iho & Astma -lehti
Mannerheimintie 107
00280 Helsinki

ILMOITUSMYNTI
Niki Malmros
p. 040 525 5982
niki.malmros@allergia.fi

JÄSENYYSASIAT
jasenet@allergia.fi
p. 040 721 4988
(ma–ti klo 8–11, ke klo 12–15)

jäsenmaksu 27 €
sisältää lehden
vuosikerran

LEHTITILAUKSET
lehtitilaus@allergia.fi

kestotilaus 35 euroa
määräaikaistilaus 42 €
ulkomaille tilaus 42 €

JULKAISIJA
Allergia-, Iho- ja
Astmaliitto ry

53. vuosikerta
painos 23 000 kpl
ISSN 2489-7361
Aikakauslehtien liiton jäsen

PAINOPAIKKA
Printall

ILMESTYSPÄIVÄT 2024
9.2. | 26.4. | 13.9. | 1.11.

Allergia-, Iho- ja
Astmaliitto ry
Mannerheimintie 107
00280 Helsinki

www.allergia.fi



Atoopikko Esa Linjamaa: "ROHKEAA ELÄMÄÄ ATOPIAN KANSSA TALVELLAKIN"



Vitiligo:
"OLEN KAUNIS JA
TERVE"



Astma:
ASTMAATIKON
KANNATTAA HARKITA
PNEUMOKOKKIROKOTUSTA

MUUT AIHEET

- 03 Pääkirjoitus
- 06 Ajankohtaiset
- 08 Tuoteuutiset
- 09 Vinkit lääkkeiden hävitykseen
- 10 Puuhapalsta: Värityskuva
- 11 Roope Lipastin kolumni: Liike on lääke
- 12 10 kysymystä jäkälöitymissairauksista
- 22 Turvallisia rakennekyntsiä ei ole
- 24 Kolme tarinaa ihorauhasta
- 29 Alkoholissa piilee riskiä allergiselle
- 32 Hengitysharjoitukset parantavat astmaa sairastavan keuhkofunktiota
- 34 Yhdistykset mm.
- 34 Elina kurkisti itseensä voimauttavien valokuvien avulla
- 35 5 x liitto jäsenten äänitorvena
- 41 Jäsenedut
- 41 Palvelukortti
- 43 Palvelemme sinua: Mobiilijäsenkortti

ALLERGIA-, IHO- JA ASTMANEUVONNASTA KYSYTTYÄ: KOLME KYSYMYSTÄ JA VASTAUSTA 40

ALLERGIA
IHO &
ASTMA

20 TUTKITTUA TIETOA:
Vihreät pihat tuovat
terveyttä lapsille

30 RUOKA:
Suklaa hurmaa
monipuolisuudellaan