

TÄSSÄ NUMEROSSA

ALLERGIA, IHO & ASTMA ON RIIPPUMATON ASiantuntijalehti ja Allergia-, IHO- ja Astmaliiton jäsenetu

ALLERGIA, IHO & ASTMA

PÄÄTOIMITTAJA

Tuija Tervo
Allergia-, Iho- ja Astmaliitto ry

TUOTTAJA

Katja Alaja

ULKOASU JA TAITTO

Marko Myllyaho

AVUSTAJAT

Risto Heikkinen, Katarina Ijäs,
Vertti Kiukas, Keijo Kovanen,
Arja Krank, Paula Lehtomäki,
Aino Loikkanen, Johanna Lähti,
Niki Malmros, Ilona Mähönen,
Elina Nevala, Jonna Nurminen,
Sanna Pitkänen, Kati Sallinen,
Laura Vesa, Tiina Vitikainen,
Erkki Vuokila

KANNEN KUVA

Johanna Lähti

TOIMITUS

toimitus@allergia.fi
p. 040 702 8141

Allergia, Iho & Astma -lehti
Mannerheimintie 107
00280 Helsinki

ILMOITUSMYYNТИ

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

JÄSENYYSASIAТ

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

jäsenmaksu 27 €
sisältää lehden
vuosikerran

LEHTITILAUKSET

lehtitilaus@allergia.fi

kestotilaus 35 euroa
määräaikaistilaus 42 €
ulkomaille tilaus 42 €

JULKAISIJA

Allergia-, Iho- ja
Astmaliitto ry

54. vuosikerta
painos 22 000 kpl
ISSN 2489-7361

Aikakauslehtien liiton jäsen

PAINOPAIKKA

Printall

ILMESTYSPÄIVÄТ 2024
9.2. | 26.4. | 13.9. | 1.11.

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

www.allergia.fi

ALLERGIA
IHO
ASTMA



ASTMAATIKKO NOORA LUMPO:

”Vahva
elimistö taittaa
ympäristön
ärsykkeet”

14



SINUT SAIRAUTENI KANSSA

”Oireeton atopia
yllätti”

9



SISÄILMA

Näin valitset
hyvän ilman-
suodattimen

26



YHDISTYKSET

Hyvää
syntymäpäivää!

36

TUTKITTUA TIETOA

Pitkäaikais-
sairaiden talous on
heikentynyt

30

RUOKA

Ota varaslähtö
jätelökesään

34



NEUVONTAPALSTA

”Pähkinöille
allerginen voi
syödä kookosta
ja muskotti-
pähkinää.”

40

MUKANA MYÖS

- 03 Pääkirjoitus
- 06 Ajankohtaiset
- 08 Uusi työntekijä: Mari Honkala
- 10 Tuoteutiset
- 12 10 kysymystä tuoksuista
- 18 Koivuallergiaa kesyttämässä
- 20 Harvinaiset: Elämää auringolta suojassa
- 22 Astman mittainen elämänpäiväkirja
- 24 3 x sairastavan läheinen
- 27 4 vinkkiä atoopikolle sopivaan ruokavalioon
- 28 Lasten astman ja allergian tutkimus
- 29 Käsikkäin: Kuntoutuminen palovammasta
- 32 Jenni Siitari hakee tukea rahahuoliin
- 35 Ratkaise ristikko!
- 38 Yhdistysten yhteystiedot
- 41 Palvelukortti
- 43 Palvelemme sinua: Hae astman non-stop-kurssille