

# Tuoksuherkkyys

**Tuoksuherkkyys on poikkeava tapa reagoida tuoksuihin ja hajuihin. Sillä tarkoitetaan erilaisten tuoksujen ja hajujen aiheuttamia fyysisiä oireita kuten nuhaa, päänsärkyä ja pahoinvointia.**

Tuoksuherkkien oireet ovat todellisia ja vaikuttavat merkittävästi elämänlaatuun. Väestöstämme noin joka kolmas oireilee ainakin joskus tuoksuista tai hajuista. Tuoksuherkkyys vaikuttaa merkittävästi noin puolen miljoonan suomalaisen elämään. Tavallisimpia oireita ovat nuha ja nenän kutina, päänsärky sekä silmäoireet. Muita oireita ovat pahoinvointi, yskä, hengenahdistus, kurkun karheus, iho-oireet ja huimaus. Herkkyys oireille vaihtelee. Oireita ilmenee ympäri vuoden.

Tuoksuherkkä ei yleensä oireile vain yhdestä tietyistä tuoksusta. Haju- ja partavedet aiheuttavat eniten voimakkaita oireita. Myös tuoksuhynttilät, hiuslakat ja muut hiustenmuotoilutuotteet tai voimakkaasti tuoksuvat kukat voivat tuoda oireet pintaan. Muita oireiden aiheuttajia ovat muun muassa home ja ilmanraikastimet. Tuoksu tai haju voi olla niin mieto, että se on lähes huomaamaton. Luonnontuoksut aiheuttavat oireita harvemmin. Tyypillisimpiä paikkoja, joissa tuoksuherkät saavat oireita, ovat julkinen liikenne, ravintolat ja baarit sekä teatterit.

Tuoksuherkkyys ei ole sama asia kuin hajusteallergia, joka tarkoittaa iholla ilmenevää kosketusallergiaa kosmetiikan hajusteille. Tuoksuherkkyys kuuluu ympäristöherkkyksien kirjavaan joukkoon.

Tuoksuherkkyuden syntymekanismi on huonosti tunnettu. Se ei ole allergiaperäinen reaktio. Taustalla on arveltu olevan elinympäristön kemiallistumista ja stressitekijöitä. Joissakin tapauksissa tuoksuherkkyys on yhdistetty voimakkaaseen altistumiseen kemikaaleille, kuten liuottimille tai hyönteismyrkyille. Taipumus herkyyteen on sukuominaisuus.

Tuoksuherkkyuden oireita hoidetaan vaivan mukaan. Täsmälääkettä ei ole olemassa. Osa tuoksuherkistä löytää avun antihistamiinista, päänsärkylääkkeistä tai kortisonipohjaisista nenäsuihkeista. Vaivaan on kokeiltu paikallispuudutetta nenän limakalvoille sekä mineraalisuolaa nenäsuihkeena tai suolapiipulla. Siedätyshoitoa eeterisillä öljyillä on kokeiltu vaihtelevin tuloksin, samoin saunan lämpöä. Ainoa toimiva hoitokeino on tällä hetkellä tuokсутon ympäristö. Tuokсутonta maailmaa emme kuitenkaan saa.

Kanssaihmisiltä tarvitaan ymmärrystä ja huomaavaisuutta. Nenä tottuu hyvinkin nopeasti käyttämäämme hajusteeseen, mikä johtaa siihen, että lisäämme hajusteen käyttöä. Pelkät hajuvedet ja partavedet eivät ole tuoksuherkkien ongelma. Tuoksuja löytyy yllättävistäkin paikoista, kuten kynttilöistä, kosmetiikkatuotteista tai puhdistusaineista. Allergia-, iho- ja astmaliiton Allergiätunnuksella merkityt tuotteet ovat hajusteettomia.

