

TÄSSÄ NUMEROSSA

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

ALLERGIA, IHO & ASTMA

JULKAISIJA

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

PÄÄTOIMITTAJA, TUOTTAJA

Tuija Tervo
Allergia-, Iho- ja Astmaliitto ry

TOIMITUS

puh. 040 7302 118
toimitus@allergia.fi

ILKOASU JA TAITTO
Kari Längsjö

AVUSTAJAT

Katja Alaja, Kimmo Brandt, Risto Heikkinen, Katriina Ijäs, Juha Jantunen, Satu Karmavalo, Teija Kimpimäki, Arja Krank, Heidi Laurila, Paula Lehtomäki, Linda Lehtovirta, Aino Loikkanen, Ilona Mähönen, Minna Nevalainen, Jonna Nurminen, Essi van der Ploeg, Anu Sauliala, Mari-Leena Talvitie, Mia Teerikangas, Kanerva Toivonen ja Elli Turjanmaa.

KANNEN KUVA
Kimmo Brandt

PAINOPIKKA
Printall

LEHTITILAUKSET

lehtitilaus@allergia.fi
kestotilaus 35 €
määräaikaistilaus 42 €
tilaus ulkomaille 42 €
Liiton jäsenmaksu 27 € sisältää lehden vuosikerran.

ILMOITUSMYNTI

Niki Malmros
puh. 040 5255 982
niki.malmros@allergia.fi

ILMESTYSPÄIVÄT 2025
7.2. | 25.4. | 12.9. | 14.11.

55. vuosikerta
painos 22 000 kpl
ISSN 2489-7361
Aikakauslehtien liiton jäsen

Sosiaali- ja terveysministeriö
rahoittaa Veikkauksen tuotoista.

VASTUULLISTA
JOURNALISMIA

ALLERGIA
IHO
&
ASTMA



JYRI LAINE

**Liikunta
sujuu, kun
astmalääkitys
ja asenne ovat
kunnossa.**

14



ASTMA

**Ota inhaloitava
lääke oikein**

22



SOSIAALITURVA

**Jokaisella on oikeus
toimeentuloon**

28



LUONTOTERVEYS

**Itsehoitolääkettä
luontopuutteeseen**

30



KÄSIKKÄIN

**Atooppisen
ihottuman armoilla**

29



RUOKA

Eväitä piknikille

34



NEUVONTAPALSTA

**”Valolääke-
ihottuma
syntyy
aurionvalon
ja tiettyjen
lääkkeiden
yhteis-
vaikutuksesta.”**

40

MUKANA MYÖS

- 3 Pääkirjoitus
- 6 Ajankohtaiset
- 8 Tuoteuutiset
- 11 Sinut sairauteni kanssa
”Vitiligo on käytännön juttu”
- 12 10 kysymystä biologisista lääkkeistä ja
JAK-estäjistä atooppisen ihottuman hoidossa
- 18 Mitä lääkäreiden tulisi tietää ikkyyoosteista?
- 20 Allergia-, Iho- ja astmaliiton jäsenedet
- 24 3 tarinaa: Matkoihin valmistaudutaan
huolella
- 26 5 vinkkiä pähkinäallergisen lapsen kanssa
matkustamiseen
- 27 Liikuntapala: Vinkit astmaatikolle kesän
vesitreeneiksi
- 32 Kun seksi sattuu
- 36 Yhdistykset: Yhteistyössä on voimaa
- 38 Yhteystiedot
- 41 Palvelukortti
- 43 Yhdistystoiminnassa tehdään
merkityksellisiä asioita