

## Allergioiden hoitaminen

### Oireita aiheuttavan allergeenin välttäminen

Allergiaoireita voidaan yrittää estää ja vähentää välttämällä allergeeneja, jolle henkilö on herkistynyt. Allergian aiheuttajia kuten eläimiä ja tiettyjä elintarvikkeita/ruoka-aineita voi periaatteessa välttää. Hengitystieallergeenien kuten heinän siitepölyn välttäminen on käytännössä lähes mahdotonta.

### Oireenmukainen lääkitys

Tavallisin allergian hoitomuoto on oirelääkitys kuten antihistamiini ja kortisoni. Niitä otetaan kotona tabletteina, silmätippoina ja nenäsuihkeina. Oireenmukaisia lääkkeitä voidaan ostaa reseptillä tai ilman reseptiä. Usein käytetään yhdistelmälääkitystä ja oirelääkitys on allergian perushoitoa.

Oireenmukaiset lääkkeet vaikuttavat nopeasti ja lievittävät oireita suhteellisen lyhyen ajan. Oireet palaavat kun lääkkeiden käyttö lopetetaan tai unohdetaan.

### Allergian siedätyshoito (immunoterapia)

Allergian siedätyshoitoa kutsuttiin aiemmin hyposensibilisoinniksi ja on ainoa hoito, jolla hoidetaan allergian syytä eli elimistön immunologista häiriötä josta allergia johtuu. Allergiaoireet vähenevät sekä lyhyellä että pitkällä aikavälillä. Siedätyshoitolääkkeet ovat reseptilääkkeitä. Sietokykyä lisätään antamalla oireita aiheuttavaa allergeenia allergeenivalmisteena. Aluksi annokset ovat pieniä ja niitä lisätään hoidon edetessä. Siedätyshoito on tehokasta erityisesti siitepölyallergioiden (koivu ja heinä) hoidossa. Teho saavutetaan muutaman kuukauden hoidon jälkeen, ja siedätyshoito kestää yleisimmin 3 vuotta. Siedätyshoidon avulla allergiaoireet lievittyvät ja oireenmukaisen lääkityksen tarve vähenee. Heinän siitepölyallergiaa voidaan hoitaa myös kotihoitona kielen alle laitettavalla siedätyshoitotabletilla.

Siedätyshoidossa annetaan pieniä annoksia allergeenia, jolle potilas on allerginen. Hoidon päätyttyä elimistön sietokyky kyseistä allergeenia kohtaan säilyy. Pistossiedätyshoitoa on käytetty jo noin 100 vuoden ajan, ja sen on osoitettu voivan ehkäistä uusien allergioiden ja astman kehittymistä sekä vähentävän oireenmukaisen lääkityksen tarvetta.

Siedätyshoito kestää yleisimmin kolme vuotta, koska keho tarvitsee verrattain pitkän ajan kehittääkseen luonnollisen sietokyvyn allergeenia vastaan.

Siedätyshoitoa annetaan pistoksina ihon alle (koivu, kotieläimet, ampiaisen- ja mehiläisenmyrky) ja/tai kielen alle laitettavalla tabletilla (heinä).