



Suomen Hajuste- ja Kemikaaliyhlerkät

- Toimii hajuste- ja kemikaaliyhlerkkien etujärjestönä.
- Tukee herkistyneitä ja järjestää vertaistapaamisia.
- Tiedottaa hajuste- ja kemikaaliyhlerkkyydestä.

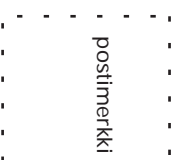
Kaikki hajuste- ja kemikaaliyhlerkät ja heidän läheisensä tai asiasta kiinnostuneet ovat tervetulleita mukaan yhdistykseemme.

Suomen Hajuste- ja Kemikaaliyhlerkät ry
(HAKE)

040 774 6288

http://hake_ry.tripod.com

hake_ry@hotmail.com



**Suomen Hajuste- ja
Kemikaaliyhlerkät ry**
PL 23
15151 LAHTI

Osa meistä on yliherkkiä hajusteille tai muille kemikaaleille

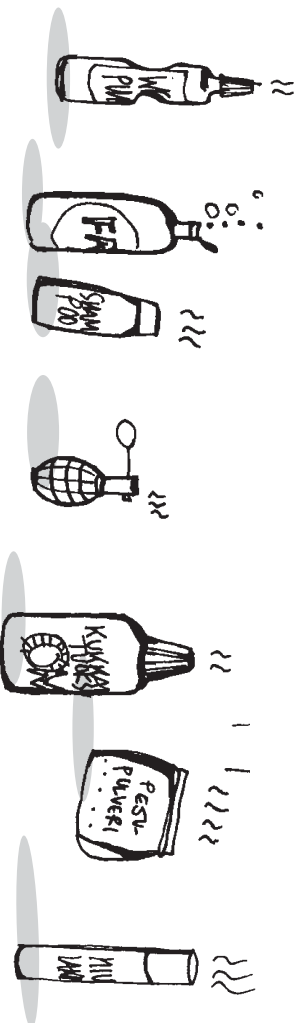
Kemikaaliyliherkkyydet ovat kasvava ongelma myös Suomessa. Herkistymisen syytä ei tiedetä, mutta asiaa tutkitaan. Yliherkkyyden vaikeusaste vaihtelee ihmisestä toiseen. Osa hajuste yliherkistä pystyy elämään normaalia elämää, kunhan ei itse käytä hajusteita. Toiset taas reagoivat jo niin pieniin pitoisuuksiin, että esim. pesuainneiden tai hajuvesien sisältämät kemikaalit lähiympäristössä riittävät aiheuttamaan voimakkaita oireita.

Mitä oireita yliherkät saavat?

Hajuste- ja kemikaaliyliherkkyys voi ilmestyä monin tavoin. Tyypillisiä oireita ovat altistumista seuraava päänsärky, pahoinvointi, silmä-, limakalvo-, iho- ja hengitysoireet sekä monet pyöräytyksen ja väsymyksen kaltaiset yleisoireet. Pahimmillaan oireet estävät täysin työnteon tai vapaa-ajan vieton ympäristössä, jossa on altistavia aineita. Kun yliherkkä ei altistu kemikaaleille, hän on oireeton ja voi hyvin.

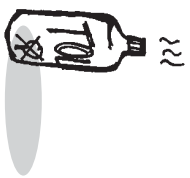
Puhdas sisäilma on elinehto hajuste- ja kemikaaliyliherkille

Toistaiseksi yliherkkyyttä ei voi parantaa lääkkeillä, vaikka jotkut lääkkeet voivatkin lievittää oireita. Tehokkain keino vähentää oireilua on sitä aiheuttavien asioiden välttäminen. Siksi ulko- ja sisäilman puhtaus ovat tärkeitä kemikaaliyliherkälle. Puhdas sisäilma tarkoittaa paitsi hyvää ilmanvaihtoa, myös sitä, että kemikaaleja pyritään käyttämään sisätiloissa mahdollisimman vähän. Yliherkän kannattaa suosia hajustamattomia tuotteita ja vähäpäästöisiä M1-luokan materiaaleja. Kosteusvauriot tulee aina korjata ajoissa, sillä homealtistus voi aiheuttaa tai pahentaa yliherkkyyttä. Hajuste- ja kemikaaliyliherkkä voi myös suojautua altistuksesta henkilökohtaisten suojainten avulla.



Voit auttaa yliherkkää

Jos lähisesi on herkistynyt hajusteille, voit auttaa häntä käyttämällä hajustamattomia tuotteita ja pitämällä ärsyvistä aiheuttavat aineet pois hänen lähiympäristöstään. Tuoksuvat kukat tai mikä tahansa hajustettu tuote voi tehdä yliherkän olon tukalaksi. Keskustele asiasta rohkeasti hänen kanssaan ja suhtaudu luontevasti hänen mahdollisesti käyttämiinsä suojautumismenetelmiin. Hajuste- ja kemikaaliyliherkäksi voi tulla vain altistumisen kautta, joten lähiympäristön kemikaalikuormitusta on aina syytä pienentää. Välttämällä turhien kemikaalien käyttöä, voi välttää terveysongelmia.



Liity jäseneksi

Täytä allaoleva lomake ja postita se. Jäsenmaksumme on 10 e/vuosi.

leikkaa tästä

JÄSENEKSILITTYMISILMOTTUS

Nimi.....

Syntymävuosi.....

Osoite.....

Postinumero.....

Postitoimipaikka.....

Sähköpostiosoite.....

Olen itse yliherkkä Liityn kannattajajäseneksi

Päiväys.....

Allekirjoitus.....