

## Terveiset EFA – konferenssista (25.- 28.6.2008) Varsovasta

EFA (European Federation of Allergy and Airway Diseases Patients' Associations) järjestää vuosittain kansainvälisen konferenssin jossain jäsenmaassaan. Tämä konferenssi oli 12. ja samassa yhteydessä Puolan Astma, Allergia ja COPD potilasjärjestö järjesti viidennen oman konferenssinsa.

Ensimmäisen päivän avajaispuheenvuorojen jälkeen kreikkalainen Marinella Salapatas EFA:sta puhui potilasohjauksen tärkeydestä. Hän korosti potilaan roolin tärkeyttä; ellei potilas osaa kertoa oireistaan tai kuvata vointiaan voi lääkärin tai hoitajan tehtävä auttaa ja ohjata häntä parhaaseen mahdolliseen omahoitoon olla entistä haastavampi. Potilas-lääkäri tai potilas-hoitaja vuorovaikutussuhteen tulee olla kaksisuuntainen. Tämä perustuu ammattitaitoon sekä luottamukselliseen hoitosuhteeseen.

I session aiheena oli tupakka.

Romanialaisen Florin Mihaltanin esityksen aiheena oli Tupakan vastaisten tekstien ja kuvallisten varoitusten vaikutus tupakointiin. Hän kertoi mm. Kanadassa vuodesta 2000 tupakka-askeissa olevista 50% askin etu- ja takapuolen peittävästä kuvallisista varoitustarroista. Esityksessä todettiin, että tutkimusten mukaan värillinen ”varoituskuva” tekstin lisäksi on tehokkaampi kuin pelkkä varoitusteksti. Lisäksi samoja terveydellisestä haitasta varoittavia kuvia tulisi käyttää samanaikaisesti mm. tupakanvastaisissa julisteissa ja mediassa.

Mervi Hara Suomen ASH:sta puhui nuorten tupakoinnista. Hänen mukaansa nuorista tulee säännöllisesti tupakoivia sitä useammin mitä aikaisemmin he kokeilevat tupakointia. Tupakoinnin kokeilemisen ja jatkamisen riskiä lisää mainonta, tupakkatuotteiden helppo saatavuus, matala hinta, kavereiden painostus, kavereiden tupakointi, vanhempien ja lähipiirin salliva asenne sekä vanhempien tupakointi. Suomalasiens tutkimuksen mukaan 50% 14-16 vuotiaista nuorista, jotka polttavat päivittäin, sanovat olevansa nikotiiniriippuvaisia.

Anders Ostrem Norjasta kertoi IPCRG:n (International Primary Care Respiratory Group) laatimista kansainvälisistä ohjeista tupakoinnin lopettamisen tukemiseksi perusterveydenhuollossa. Hänen mukaansa esteitä ovat terveydenhuollon ammattilaisten tiedon puute, ajan puute, potilaan motivaation puute ja huonosti toimiva lääkäri-/hoitaja- - potilassuhde.

COPD - sessiossa esitelmöivät Richard Hotter Ottawasta, Nicolino Ambrosino Italiasta puhui COPD - potilaan kokonaisvaltaisesta kuntoutuksesta, jonka tarkoituksena on parantaa potilaan elämänlaatua pyrkimällä estämään mm. sosiaalinen eristäytyminen, depressio, lihasten surkastuminen ja laihtuminen. Anna Doboszynska puhui COPD:n lääkehoidosta.

Astmasessiossa Neil Barnes pohti astman hoidon nykytilaa ja lääkehoitoa todeten kortikosteroidien olevan edelleen perusta astman lääkehoidossa. Hän pohti esityksessään myös miksi tällä hetkellä ei ole mitään uutta astman hoitoon ja totesi, että uusimmat lääkkeet eivät korvaa kortikosteroideja.

Puolalaisen Joanna Chorostowska-Wyminkon aiheena oli astmatulehduksen tutkiminen. Hän korosti spirometriatutkimuksen merkitystä, kertoen myös muista astmatutkimuksista.

Martin R. Partridge Lontoosta esitteli tutkimustuloksia astman omahoidon ohjauksen hyödyllisyydestä ja korosti kirjallisten yksilöllisten omahoito-ohjeiden merkitystä.

Erkka Valovirran aiheena oli astmalasten ja heidän perheidensä potilasohjaus. Hän korosti sekä lapselle ja toiselle vanhemmalle (vähintään) annettavan ensitiedon merkitystä hoidon onnistumiseksi. Hän piti tärkeänä myöhemmässä vaiheessa koko perheen osallistumista heidän tarpeitaan vastaavaan ohjausryhmään (esim. sopeutumisvalmennuskurssi). Lisäksi hän korosti päivähoiton ammattilaisten ja kaikkien niiden, jotka osallistuvat lapsen hoitamiseen (esim. isovanhemmat), tiedon saannin merkitystä. Perheiden saama omahoidonohjaus ja tuki vähentää mm. lääkärissäkäyntejä, vanhempien poissaoloja työstä ja täten on myös kustannushyödyllistä.

Erkka Valovirta kertoi myös lyhyesti uudesta Kansallisesta allergiaohjelmastamme, joka herätti paljon mielenkiintoa.

Allergiasessiossa Erna Botjes Hollannista puhui ruoka-allergiasta, oireiden moni-ilmeisyydestä lievistä oireista anafylaksiaan. Hän käsitteli luennossaan myös ruoka-allergian diagnosointiin liittyviä ongelmia itsediagnosoinnista kaksoissokkoaltistukseen. Ruoka-allergian hoitona hän piti todetun allergeenin välttämistä ja korosti EpiPenin merkitystä niin hengenpelastajana kuin henkisenä turvana vaikeaa ruoka-allergiaa sairastavilla (anafylaksia).

Puolalainen Marek Kulus pohti lasten allergioiden ehkäisymahdollisuuksia todeten, että 2000-luvulla etenkin lasten allergiat ovat lisääntyneet. Hänen mukaansa on tärkeä erottaa herkistymisen ehkäiseminen kliinisten oireiden ehkäisemisestä. Lisäksi hän piti tärkeänä miettiä mikä on riskiryhmä. Hän käsitteli luennossaan myös primaari-, sekundaari- ja tertiaariprevention eroja. Hollantilainen Harry Wiches pohti ruoka-allergiaa geeniruoan näkökulmasta ja totesi, että allergia voi olla joko vihollinen tai ystävä.

Irlantilainen Jonathan O'B Hourihane esitteli ruoka-allergian ehkäisyyn ja hoitoon liittyviä uusia tutkimustuloksia, joissa monissa todettiin välttämisdieetin merkityksettömyys ruoka-allergian ennaltaehkäisyssä.

Seuraako allergisesta nuhasta astma? Tästä aiheesta esitelmöivät Noëlie Auvergne ja Anna Doboszynska.

Ympäristösessiossa Paolo Carrer Italiasta kertoi viimeisimmistä sisäilman laatuun ja ohjeistukseen liittyvistä tutkimustuloksista. Hänen mukaansa sisäilmaongelmien yleisimmät ilmenemät ovat ärsytysoireet, astma, legionella ja lisääntynyt syöpäriski.

Italialainen Antonella Murano luennoi allergiaa ja astmaa sairastavien lasten selviytymisestä koulussa todeten, että kaikki allergiaoireiden variaatiot voivat esiintyä myös koulupäivän aikana. EAACI Position Paperin päämäärä on, että kaikki koulut pitäisi olla rakennettu niin ettei allergiaa ja astmaa sairastavien oireet lisääntyisi koulussa. Parhaiten tämä saavutetaan kouluttamalla perheitä, terveydenhuollon ammattilaisia ja kouluviranomaisia sekä opettajia. Lisäksi koulujen henkilökuntaa tulisi kouluttaa tunnistamaan allergiaoireet. Anafylaksian ensiapu tulisi myös koulujen henkilökunnan hallita.

Potilasjärjestöjen sessiossa käsiteltiin seuraavia aiheita: Kuinka potilasohjausohjelma aloitetaan ja rakennetaan?, Näin me teimme potilasohjausohjelman

Lisäksi osallistuin muutamille luennoille puolalaisten oman potilasjärjestön konferenssissa.

Kansallinen allergiaohjelmamme, jonka parissa työskentelen, kiinnosti monia kongressin osallistujia ja oli ilo kertoa siitä heille.

Lämmin kiitos Astma- ja Allergiahoitajat ry:lle tuesta.

Erja Tommila  
Kansallinen allergiaohjelma 2008-2018  
projektsairaanhoitaja  
Filha ry