

Atopisk eksem

Innehållsförteckning

Atopisk hud	1
Faktorer som inverkar på eksemen	1
Atopi i olika åldrar	1
Diagnostisering av atopisk eksem	2
Vård av atopisk hud och eksem	2
Grundvård.....	2
Behandling av eksemfasen	3
Ljusbehandling	3
Andra behandlingar.....	3
Vardagens utmaningar och samhällets stöd	4
Hälsovårdens service	4
Kommunens service	4
FPA:s stödformer	5
Beskattning	5
Organisationers stöd och service.....	5

Expert: Elina Varjonen, medicine doktor, docent i hudsjukdomar och allergologi
Vardagens utmaningar och samhällets stöd. Rehabiliteringsplanerare Risto Heikkinen
Redaktör: Mervi Viteli-Hietanen
Layout/design: Susanna Vähämäki
Tryckeri: Paino-Arra Oy, Tammerfors 2008
Reviderad upplaga
ISBN 952-5580-13-X

Atopisk hud

Atopiska sjukdomar hänvisar till atopisk eksem, allergisk snuva och astma. Atopi kan förekomma enbart som eksem, snuva, ögonsymptom, astma, eller som olika kombinationer av dessa. Anlag till atopi är ärftligt. Atopiska sjukdomar förekommer hos cirka 20 procent av finländare och deras frekvens har ökat i industriländer. Allergi hänvisar till kroppens skadliga reaktioner mot ämnen som förekommer i omgivningen. I allergi producerar kroppen antikroppar och ämnen som orsakar allergi kallas allergener.

Atopisk hud har tendensen att torka, kliar, inflammeras och bli infekterad. Atopisk eksem är en långvarig hudsjukdom med varierande symptom. Atopisk eksem börjar i spädbarnsåldern i allmänhet som mjölkskorv men eksemsymptom kan bryta ut i vilken ålder som helst. I skolåldern förekommer eksem i armbågs- och knäveckan som böjveckseksem och hos vuxna förekommer eksemen huvudsakligen i ansiktet, halsen, överkroppen och händerna. Dessa är alla former av samma atopiska eksem även om nämningen varierar och beskriver närmast var eksemen förekommer på kroppen.

Hos atopiker framstår allergiska symptom hastigt. Vanligtvis uppkommer symptomen ungefär inom en timme efter att man till exempel har ätit något som orsakar allergi eller rört vid en allergen eller vistats med djur.

Födoämnen kan även orsaka en fördröjd reaktion i vilket fall symptomen framstår flera timmar senare. Symptomen för födoämnesallergi kan vara till exempel eksem, tarmsymptom som magvärk eller diarré, snuva eller astma.

Svårhetsgrad för atopisk eksem varierar från lindrig hudrodnad och fjällning till illa riven och infekterad eksem som täcker hela kroppen. Under inflammerade fasen ser man små vätskefyllda blåsor som är lika stora som knappnåls huvud på huden och huden är vattnig. Kliande orsakar att huden blir tjock och färgig. Eksemens gång kan inte fastställas på förhand. Hudens torrhet, anlag att bli inflammerad och anlag till handeksem kvarstår igenom livet.

Faktorer som inverkar på eksemen

Atopisk eksem är en kombination av många faktorer av vilka alla inte är exakt kända. Symptomen är en följd av strukturella och funktionell störningar i hudens hornlager. En atopikers hornlager är torrt och därför har hudens skydd försvagats och huden blir lättare torr och infekterad. Huden avdunstar också fukt lättare än frisk hud och olika irriterande medel slipper lättare i kontakt med hudens djupare lager.

Torr luft, vatten och tvål orsakar huden att torka. Eksem förekommer därför ofta på vintern när luften både inomhus och utomhus är torr och huden stressas av temperaturvariationerna. Vatten och tvål löser upp hudens egna skyddsämnen och fett. Vissa atopiker har även märkt att eksemen inflammeras till exempel under pollentider. Däremot är inte tendens till kontaktallergi (nickel, parfymer) vanligare hos atopiker.

Torr hud kliar lätt. Klådan kan vara långvarig och relativt stark vilket gör det svårt att motstå kliande av huden. Som följd av kliande inflammeras huden även mera, klådan ökar och snart är personen med atopisk eksem inne i en ond cirkel: dess mera man kliar dess värre blir klådan. Tack vare hudens försvagade skydd ökar tendens för irritationseksem. Huden infekteras av små irritationer eftersom hudens försvarsförmåga är försvagad.

Hudens infektionsbenägenhet är kännetecknande för små barn. Vuxnas irritationseksem speciellt på händerna härstammar ofta från effekter av vatten, tvätt- och rengöringsmedel. Hudens virusinfektioner som mollusker och herpes smittar lättare och är svårare och mer seglivade än vanligt. Detta gäller även för bakterie- och svampinfektioner.

Man borde granska sina tvättvanor eftersom för få tvättar kan också resultera i en cirkel av klåda och eksem. Klåda orsakas även av att man svettas, av ylle- och syntetiska plagg samt kemikalier i tvål, deodoranter eller klorhaltigt vatten som irriterar huden. Atopisk hud har en tendens att bli känslig mot olika äggviteämnen d.v.s. proteiner som orsakar allergi och förekommer i omgivningen. Ungefär hälften av personer med atopisk eksem har även allergisk snuva eller ögoninflammationer och cirka 10 % har astmasymptom.

Födoämnen orsakar allergiska symptom speciellt hos spädbarn. Födoämnen som kan orsaka förvärrning av atopisk eksem hos barn är t.ex. citrusfrukter, ägg, fisk, mjölk, inhemska spannmål, tomat, jordgubbe, kiwi frukt, hasselnöt och choklad. Även tydliga födoämnesallergier blir lindrigare eller försvinner ofta i förskoleåldern. Födoämnesallergier kan dock förekomma senare och det är ofta nödvändigt att undersöka möjligheten av födoämnesallergier hos personer med svår atopisk eksem.

Stress förvärrar hudsymptom eftersom man lättare känner klåda under stress. Psykiska stressens andel som orsakare av atopisk eksem förstärks i tonåren och vuxenåldern. Olika förändringar i livet, både i personliga- och arbetslivet, kan även inverka på eksemen.

Atopi i olika åldrar

Atopisk eksem kan slå ut i vilken ålder som helst. Atopisk eksem hos små barn kallas ofta mjölkskorv. Eksemen förekommer som rodnad av kinderna, hudsträvhet, samt eksem i hårbotten och andra delar av huden som ryggen och lemmarna. Utom rodnad och klåda kan eksemen fjälla samt även vara vattnig. Eksemsymptom förkommer under det första levnadsåret, vanligtvis vid 2-6 månaders ålder. En annan form av mjölkskorv är så kallad seborroiskt eksem som påminner om gulaktig

talgrikt mjäll i skalpen och hudveckan, senare möjligen även på andra hudområden. Atopiska barn kan även ha blöjutslag som är en följd av irritation från urin och avföring på huden.

I lekåldern förekommer eksem oftast i armbågs- och knäveckan, handleden och vristerna och därför kallas det böjveckseksem. Kliande eksem på balsidan av lären och på skinkorna är värst hos 7-9 åringar. Symptomen försvinner ofta i tonåren.

I **skolåldern** förekommer atopisk eksem ofta som såkallade vinter fötter och händer vilket betyder att huden på handflatorna och fingrarna samt fotsulorna torkar och fjällar under vintern, i bland kan även sjuka sprickor förekomma. Våta eller fuktiga handskar och skor som baddar fötterna liksom gummistövlar eller sportskor förvärrar symptomen. Eksemen kan ibland misstagas för svampinfektion av huden. I oklara fall är det bäst att fastsälla diagnos med hjälp av laborietester för att undvika onödiga svampbehandlingar. Eksemen kan förvärras i tonåren men i vuxenåldern lugnar eksemen märkbart ner sig hos flesta patienter.

I **vuxenåldern** förekommer atopisk eksem ofta som svår hudrodnad, fjällnig och klåda i ansiktet, på halsen och överkroppen. Tvätteksem och många arbetsrelaterade handeksem är klart mera allmänna hos atopiker än hos resten av populationen. Kornisk handeksem hos tonåringar och vuxna kan ses som en form av atopisk eksem. Irritationseksem förekommer vanligtvis på handryggen medan allergisk eksem brukar förekomma på handflatorna.

Diagnostisering av atopisk eksem

Atopisk eksem diagnostiseras baserande på sjukdomsbilden, så som hudsymptom och deras typtområden samt på utredning av faktorer som förvärrar eksemen. I tidig barndom kan atopisk eksem bero på födoämnesallergi. Födoämnesallergier undersöks med hjälp av lämpliga dietexperiment vilket betyder att man prövar att lämna bort vissa födoämnen och att exponera barnet till vissa födoämnen.

När man lämnar bort födoämnen tas de födoämnen som misstänks orsaka symptom helt bort från dieten. I exponering tillsätter man dessa födoämnen i dieten. Samtidigt följer man med hudsymptom.

Basfödoämnen som mjölk, spannmål och kött skall inte utlämnas helt speciellt från barnens diet innan behöriga tester och diskussioner med läkare eller kostrådgivare. Födoämnesallergier kan testa med hudstickprov (Prick) eller blodprov (RAST). I diagnostisering av allergisk snuva eller astma görs också hudtester. Arbetsrelaterade allergier kan också undersökas med hud- eller exponeringstester. Kontaktallergi som allergi mot nickel, parfym eller komponenter i hudkrämer kan undersökas med lapptester på ryggen (epikutan-test).

Vård av atopisk hud och eksem

Vård av atopisk hud kan delas i grundvård och vård av eksem. När huden är symptomfri behöver den grundvård och när eksemen bryter ut fastslår en läkare hur huden skall vårdas. Även under gynnsamma omständigheter är huden vanligtvis något torr och fjällande.

Grundvård

Regelbunden hudvård, tvättning och smörjning med baskräm är grundvårdens hörnstenar. Bästa sättet att tvätta sig är en snabb duschning med ljummet vatten. Ljumma duschar minskar hudens bakterier, mjuknar och lösgör skorvar, vilket underlättar krämernas absorption och förbättrar deras effekt. Baskräm kan användas istället för tvål som tvättmedel och kan även användas att tvätta en öm skalp eller händer. I badvattnet kan man använda oljor eller baskräm för att minska vattnets torkande effekt. Efter duschen fuktas huden med baskrämer. Man bör undvika användning av grova tvättsvampar.

Klädsel

Klädseln bör vara lössittande, lätt och materialen som är i direkt kontakt med huden bör vara släta och andas. Det rekommenderas att kläder tvättas med oparfymerade tvättmedel och sköljs grundligt så att inga tvättmedelsrester förblir kvar. Klädernas strävhet kan minskas med strykning. När man utför våta och smutsiga jobb bör man använda skyddshandskar med bomullshandskar under för att undvika handeksem.

Baskrämer

Baskrämer kan användas för att förbättra hudens torrhet och hornlagrets skyddsfunktion. Bästa sättet att hitta den bästa krämen för ens behov är att pröva sug fram. Reguljär användning av baskräm hejdar torrhet och klåda samt förebygger eksem. Om huden är torr kan baskräm användas 1-2 gånger per dag. Man kan lätta på möjlig svidning som krämen kan orsaka om man applicerar krämen på fuktig hud efter duschen. Om huden ändå svider är det bäst att pröva ett annat märke. Om huden fortfarande kliar kan det vara skäl att söka en medicinkräms kur för att lugna ner symptomen.

Det lönar sig att börja testa baskrämer med medelfeta krämer och sedan byta till fetare eller lättare krämer efter tycke och behov. Om krämen är för fet hindrar den naturlig avdunstning av vatten från huden och gör hudens yta för fuktig vilket höjer infektionsrisken. Krämen får inte heller vara för lätt för då får huden inte det extra fettt den kräver och kan torka ytterligare. Om man använder samma kräm länge kan huden bli irriterad eller vänja sig vid krämen så att den inte mera tycks hjälpa. Detta fenomen kallas behandlingströtthet. Då är det dags att byta till en annan baskräm i alla fall för en viss tid.

Behandling av eksemfasen

Trots bra grundvård kan atopisk hud ibland bli inflammerad och infekterad. Då skall eksem skötas med medicinkrämer. Behandling av småbarns vidsträckta eksem skall ske under läkarövervakning. För att bryta en kraftig infektion kan en kort sjukhusvistelse vara nödvändig. På sjukhuset, under intensiv behandling och vila läks svår eksem ofta oväntat snabbt.

Kortikosteroidkrämer

I långvarig behandling av atopisk eksem används milda grupp I kortikosteroidkrämer. Till exempel hydrokortisonkrämer hör till denna grupp. Under starka infektioner eller på förtjockade hudområden måste man ibland använda mer effektiva, grupp II-III kortikosteroidkrämer, som appliceras på eksem 1-2 gånger per dygn. Så fort behandlingen tillåter övergår man till mildare krämer. Kortikosteroidkrämer används vanligtvis som 1-4 veckors kurer som följs av en behandlingspaus. Behandlingspausen hindrar huden att vänja sig vid krämen och minskar biverkningar som förtunning och rodnad av huden. Behandlingspausen rekommenderas att vara 2x behandlingsperiodens längd, till exempel efter en veckas behandlingskur hålls en två veckors paus. Man kan även använda baskräm i samban med kortikosteroidkrämen.

Takrolimus och pimekrolimus

Krämer som innehåller takrolimus är en lokalbehandling ämnat för medelsvår och svår atopisk eksem. Medicinen hindrar T-cell transmitterade infektionsreaktioner i huden. Behandling bör påbörjas under uppsyn av en expert i hudsjukdomar eller annan läkare som är insatt i behandlingen. Medicinen har konstaterats vara effektiv både för vuxna och barn över 2 år i behandling av atopisk eksem när andrar behandlingar inte varit tillräckligt effektiva. Effektiviteten av takrolimuskrämen framstår snabbt, inom några dagar och effekten bevaras även i långvarig bruk. Pimekrolimus härleder från takrolimus och hjälper för mild och medelsvår atopisk eksem. Man kan få grundersättning från FPA för krämerna baserat på ett utlåtande från en läkare som är väl insatt i behandling av atopisk eksem om andrar behandlingar inte är tillräckligt effektiva.

Mikrobinediciner

Eksemfasen kan ibland bero på en bakterieinfektion. I detta fall kan bakteriedödande ämnen tillsättas i medicinkrämen. Ibland kräver bakterieinfektionen en intern antibiotika kur.

Antihistaminer

Klådan från atopisk eksem kan i vissa fall lättas med intern antihistamin som används vid behov enligt läkarens anvisningar.

Ljusbehandling

Solens ultraviolettstrålning brukar ha en lindrande effekt på atopisk eksem och flesta patienterna upplever att huden är i bättre skick under sommaren. UV-strålningen minskar hudens sensitivitet för klåda och hudens irritabilitet. UV-strålning orsakar epidermis att förtjocka och huden som annars blir lätt irriterad blir tåligare. En läkare kan ge remiss till ljusbehandling. Enheten som ger ljusbehandlingen skall övervaka strålningens totalmängd i vilket även ingår UV-strålning från solen. Det rekommenderas att strålmängderna noteras till exempel på ett kontrollkort.

Vanligaste ljusbehandlingen som används för atopisk eksem är SUP-behandling som påminner om solens UV-strålning. SUP-ljuset innehåller både UVA- och UVB-strålning. Enbart UVB-ljus är också effektivt i behandling av atopisk eksem. Ljusbehandling är ett bra alternativ speciellt när eksem är omfattande och kräver upprepade steroidkrämskur.

Ljusbehandling ges två till tre gånger i veckan i 10-15 gångers serier. Ljusbehandling kan även ges åt barn. Infekterad hud måste behandlas innan ljusbehandling ges. Solarium (UVA-strålning) har inte samma effekt i eksembehandling som SUP- eller UVB-ljusbehandling.

Solljusbehandling kan rekommenderas när huden baserat på tidigare erfarenheter tål solljus och hör till typ II-IV i hudens ljustypsklassificering (se Iholiittos Huden och solen -guide). Personer som använder solen som en behandlingsform skall undvika att bli brända och de skall notera tid de vistas i solen så att vårdande läkaren för en helhetsbild av årliga strålmängden. Användning av solskyddskräm rekommenderas. Speciellt barnens hud skall skyddas omsorgsfullt både med klädsel och skyddskrämer. Miljöfaktorer som stärker solen strålning så som vatten, sand, snö och bergsluft skall beaktas i skyddande av huden så att huden inte blir bränd.

Andra behandlingar

Iholiitto organiserar två veckors klimat rehabiliteringskurser för vuxna och unga med svår och långvarig atopisk eksem på Kanarieöarna med understöd av Penningautomatföreningen. Klimat rehabilitering baserar sig på ett gynnsamt klimat, solens och havsvattnets förstärkande effekt på atopiska huden och botande effekt på atopisk eksem. Iholiittos Klimat rehabiliteringsguide ger även information om självmant klimatbehandling. Annan rehabilitering och kurser ordnas också för atopiker. Mer information om dessa finns hos Iholiitto.

Olika spabehandlingar och koldterapi samt saltrumsbehandling är också tillgängliga för atopiker. Under senaste åren har bl.a. saltrumsbehandling och koldterapi undersökts som behandlingsmetoder. Det lönar sig att testa olika behandlingsmetoder eftersom effekterna är individuella.

Vardagens utmaningar och samhällets stöd

Som en långvarig hudsjukdom kan atopisk eksem leda till olika stödbehov som varierar enligt ålder och familjesituation. Samhället bjuder på olika service och stödformer när sjukdomen orsakar hinder för funktionsförmågan. Olika former och svårhetsgrader av atopisk eksem samt individuell utvärdering av varje enstaka persons omständigheter definierar hurdana stöd man kan ansöka och få. Det är viktigt att komma ihåg att vanligtvis berättigar inte enbart atopisk eksem till alla samhällsstöd. Stöd blir aktuellt när eksemen orsakar tillräckliga hinder eller förekommer i samband med andra sjukdomar.

Olika former av service är viktiga i olika åldrar. Barnfamiljer funderar på dagvårds- och skolgångsrelaterade frågor. Det är bra att fundera i tid hur samarbetet med dagvården och skolan sköts när barnet har atopisk eksem. Ungdomen är intresserad av studier och yrkesval, vilket betyder att det är fuffigt att i tid kartlägga framtiden yrken i relation med de begränsningar som sjukdom medför. För personer i arbetslivet med atopisk eksem betonas rehabiliterings- och levebrödsfrågor men även yrkesmässiga frågor som t.ex. behov av facklig rehabilitering och omskolning kan uppstå.

Stödformer och service för långtidssjuka är huvudsakligen hälsovårdens, kommunernas (handikappservice) och Folkpensionsanstaltens ansvar. Man kan även få stöd för hinder orsakade av sjukdomen samt relaterade kostnader till exempel via beskattning eller utkomststöd från privat försäkring eller socialverket. När man ansöker om utkomststöd beaktas sökandes inkomster. Nästan utan undantag är all annat stöd och service som beviljas på grund av långvariga sjukdomar eller handikapp oberoende på sökandes inkomster. Vissa stöd och service har självrisk. Basis för sökande av stöd är en diagnostiserad sjukdom eller handikapp. Diagnosen bestämmer ändå inte resultat för ansökan, sökandes individuella helhetsituation beaktas alltid när beslutet fattas.

Stöd sökes när sjukdomen eller handikappet medför utmaningar och svårigheter i vardagen. Olika stödformer bjuder lösningar för dessa utmaningar och svårigheter. Innan man gör en ansökan lönar det sig att bekanta sig med stödformen och dess grunder. Till exempel en rehabiliteringsinstruktör, socialarbetare eller representanter av olika organisationer kan hjälpa med ansökan. Utöver stödformerna nämnda i denna guide finns det även andra stödformer som är ämnade för alla, ovannämnda arbetstagarna kan ge ytterligare information om dessa.

Hälsovårdens service

Hälsovården är ansvarig för att ge primärinformation. Primärinformation innehåller grundinformation om sjukdomen och dess behandling. Informationen kan även innehålla grundinformation om all service och stödformer som samhället bjuder på. Information om stödformer ges av personliga läkaren, annan vårdpersonal, rehabiliteringsinstruktören eller sjukhusets socialarbetare.

För personer med atopisk eksem borde hälsovårdsenheterna fundera på att göra en rehabiliteringsplan speciellt i svårare former av eksem. I rehabiliteringsplanen kartläggs behovet av rehabilitering och dess syfte från en multidisciplinär synpunkt. Grundinformation om sjukdomen och rehabiliteringsåtgärderna noteras i rehabiliteringsplanen, åtgärderna kan ingå till exempel en rehabiliteringskurs. Hälsovården är även ansvarig för hjälpmedel som behövs tack vare sjukdomen, till exempel hjälpmedel för personlig hygien.

Hälsovården levererar läkarens utlåtanden som behövs när man ansöker om olika stöd. Allt som allt är en fortlöpande vårdrelation och en läkare som är väl insatt i patientens situation viktiga för ansökan av alla former av stöd.

Kommunens service

Lagen om handikappförmåner fastställer de stöd som kommunerna erbjuder funktionshindrade eller långvarigt sjuka personer. Enligt lagen är en handikappad person en person som till följd av ett funktionshinder eller långvarig sjukdom har specifika långvariga svårigheter att klara av sitt dagliga liv. Varje kommun har en enhet eller arbetstagare som är ansvarig om handikappservice. Kommunens socialarbetare kan framställa en serviceplan som innehåller all service för personer med atopisk eksem.

Stöden som fastställts i handikappservice baserar antingen på en subjektiv rätt (kommunen har särskilt ansvar att ordna dem) eller på bedömning och anslag. Exempel på subjektiv rätt till stöd är nödvändiga ombyggnadsarbeten av en bostad på grund av sjukdom eller funktionshinder vilka kan inkludera ombyggnad av badrum.

Vanligaste formerna av anslagsbundna stödformer är kompensering av extraklädselkostnader samt av redskap och amskiner som behövs för att klara av vardagliga aktiviteter. Kommunen måste reservera anslag för dessa stödformer in enlighet med behovet som förekommer i kommunen i fråga. En person med atopisk eksem kan till exempel ansöka om stöd för att skaffa en tvättmaskin om sjukdomen medför ett ökat behov att tvätta byke. Vanligtvis kompenseras hälften av kostnaderna.

FPA:s stödformer

Viktigaste FPA stödformer för personer med långvarig hudsjukdom är handikappbidrag och läkemedelsersättningar. Handikappbidragen är avsedda att stöda personer med långvariga sjukdomar och funktionshinder så de kan bevara sin livskvalitet och självständighet. Bidragen syftar också att underlätta deras möjligheter att klara sig i arbetslivet och i studierna samt att bevara funktionsförmåga, boende i eget hem och stöda rehabilitering och vård. Handikappbidrag uppdelas

i tre helheter: handikappbidrag för under 16-åriga, handikappbidrag för över 16-åriga samt vårdbidrag för pensionstagare. Varje helhet har tre nivåer. Handikappbidrag beviljas också retroaktivt, högst för 6 månader.

Man kan ansöka om stöd från FPA för resekostnader relaterade till vård av sjukdomen eller rehabilitering, samt för rehabiliteringspenning som tryggar utkomsten medan patienten deltar i rehabilitering. Man kan ansöka om ersättning från FPA för läkemedel, baskrämer och kliniska näringspreparat som en läkare har ordinerat för sjukdomsvård. Grundersättning betalas för baskrämer som används för vård av långvariga hudsjukdomar. Läkemedelskostnader ersätts inte om läkemedlet har ordinerats för uppehåll av hälsa eller för förebyggande syfte. Vanligtvis får man FPA:s ersättning redan på apoteket när man visar upp sitt sjukförsäkringskort.

Läkemedelsprisnämnden fastställer vilka läkemedel som är ersättningsgilla. Ersättningsgilla läkemedel delas upp i tre ersättningsklasser. Ett läkemedel som ordinerats av en läkare kan bytas ut till motsvarande billigare preparat på apoteket. Man kan ansöka om specialersättning för läkemedelskostnader som överskrider årssjälvrisk.

Beskattning

Ansökan om skattelättnad på grund av nedsatt skattebetalningsförmåga kan göras om skattebetalningsförmåga har väsentligen nedsatts av skärskilt skäl när den skatteskyldigas och hans/hennes familjs inkomster och förmögenhet beaktats. Särskilda skäl kan omfatta försörjningsplikt, arbetslöshet eller sjukdom.

Om en läkare fastställer att invaliditetsgraden som orsakats av en sjukdom eller funktionshinder är minst 30 % kan ett invaliditetsavdrag beviljas i beskattningen.

Hushållsavdrag beviljas för normalt hushållsarbete, omsorgs- eller vårdarbete samt för underhåll och ombyggnad av bostad.

Organisationers stöd och service

Iholiitto ry är en riksomfattande patient- och intressebevakningsorganisation. Iholiittos största medlemsorganisation är **Atopialiitto ry**. Atopialiitto har föreningar runtom Finland. Förbundet och föreningarna hjälper dig att få kontakt med andra atopiker samt att dela uppfarenheter med dem.

Iholiitto stöder Atopialiittos och dess föreningars aktiviteter bl.a. igenom att ordna skolning för kamratstöd. Iholiitto ordnar klimatrehabiliterings- och anpassningsträningsskurser samt kurser och möten för atopiker och deras närstående. Iholiitto bjuder också på information om samhällets service och stödformer för personer med hudsjukdomar. Dessutom ger Iholiittos öppenvård- och rådgivningsställen kallade Ihopiste handledning och rådgivning om hudvård samt vårdservice.

www.iholiitto.fi

Kontaktinformation:

Atopialiitto
c/o Iholiitto ry
Karelargatan 2B, 3. våningen
00520 HELSINGFORS
tfn. (09) 7562010
fax (09) 75620120

www.atopialiitto.fi