



REIJA GRÖNROOS • MERVI HUKARI

LÄÄKÄRIPULASTA

Piippolan vaariin

PIRKANMAAN ALLERGIA- JA ASTMAYHDISTYS 1972–2022

ALLERGIA
ASTMA
YHDISTYS
Pirkanmaa



Lääkäripulasta Piippolan vaariin

Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistys 1972–2022



*Pääsen osallistumaan
monipuoliseen toimintaan
mukavien ihmisten kanssa;
on vertaisryhmiä, luentoja, retkiä,
virkistystä ja niin edelleen.”*



Julkaisija: Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistys ry

Toimittajat: Reija Grönroos ja Mervi Hukari

Ulkoasu: Graafinen suunnittelu P. Saha – Heidi Niemi

Paino: Plusprint, 2022

ISBN 978-952-94-6863-8

Kirjan valokuvat ja lehtileikkeet ovat Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksen arkistosta ellei toisin mainita. Valokuvan yhteydessä on kuvaajan nimi, jos se on tiedossa.

Kannen kuva: Jonna Nurminen. Koivun siitepöly on jokakeväinen vakioaihe.

Takakannen kuva: Tuula Jokinen. Pirkanmaan yhdistysväkeä matkalla liiton juhlaan Linnanmäelle.

Pitsaa juhlavuoden alkupalaksi	4
Esipuhe	5
1970-luku	
Hankala yhtälö: lääkäreistä pulaa ja potilaita jonoksi asti	7
1980-luku	
Tietoa, esitelmiä ja vertaistoimintaa	19
1990-luku	
Vahvaa vaikuttamista, ruokaa ja oma toimitila	33
Jaakko Herrala	
Keuhkosairauksien ja niiden hoidon vuosikymmenet	53
2000-luku	
Toimielias vuosikymmen: palvelut lisääntyvät, yhdistys laajenee verkkoon ja Kansallinen allergiaohjelma alkaa	57
Kati Holm	
Sietämättömän herkkä kansa vaihtoi lasten allergiapäiväkodit luontopäiväkoteihin	75
2010-luku	
Vakaasti eteenpäin, some antaa uusia mahdollisuuksia	79
2020-luku	
Some, sote ja Piippolan vaari	95
Piippolan vaarin allergiahuolet	113
Juhlaleivoksessa maistuu mustikka	118
Tekijöiden jälkisanat	120
Yleisötilaisuuksista digiloikkaan	
Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksen ensimmäiset 50 vuotta	121
Lähteet	122
Henkilöhakemisto	124
Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksen henkilöitä 1972–2022	126

Pitsaa juhlavuoden alkupalaksi

Tammikuisena pakkasiltana 2022 Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksen tiloissa leijui herkullinen tuoksu. Keittiössä oli iloinen touhu. Meneillään oli pitsakurssi kouluikäisille, vaikeasti ruoka-allergisille lapsille. Kurssi oli lasten oma toive.

1. Miksi toivoit juuri pitsakurssia?

Panu (10): Pitsa on ihan hyvää

Minea (9): Itse asiassa kaveri oli toivonut ja Tuula kysyi meitä mukaan.

2. Mikä kurssissa oli kaikkein kivointa ja parasta?

Panu: Seura oli parasta.

Minea: Parasta se, kun sai tehdä itse pitsan. Tuula on mukava ja hellä. Ja siellä oli aina kivaa, kun Tuula oli.

3. Saitteko hyvää pitsaa? Mitä hyvässä pitsassa ainakin täytyy olla?

Panu: Pitsa oli hyvää. Aina pitää olla juustoa.

Minea: Tehtiin tosi hyvää pitsaa. Hyvässä pitsassa on vegejuustoo, kinkkua ja jauhelihaa.

Yhdistyksen 50-vuotisjuhlavuosi oli juuri alkanut. Lasten pitsakurssi oli sille mitä maukain alkua.

Kurssi oli osa yhdistyksen Hyvinvointia allergiaperheille -projektia, ja sitä veti dieetikoksi ja restonomi (AMK) Tuula Jokinen. Kurssilaisten ruoka-aineallergiat oli selvitetty tarkasti jo etukäteen, joten ilta eteni hauskan sujuvasti taikinasta täyteisiin ja uunin luota pöytään.

4. Opitko kurssilla jotakin ihan uutta vai kertasitteko tuttuja juttuja?

Panu: Tuttuja juttuja kerrattiin.

Minea: Opin leipomaan pitsaa.

5. Meinaatko tehdä pitsaa Tuulan ohjeilla myös myöhemmin kotona?

Panu: Olishan se kiva.

Minea: Joo, tietysti.

Kurssin päätteeksi herkuteltiin yhdessä. Kaikki uskalsivat kerrankin syödä turvallisesti sen, mitä pöytään oli katettu.



Jokainen kurssilainen sai tehdä itselleen sopivan pitsan.

Kun Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistys perustettiin puoli vuosisataa sitten, ei varmaankaan voitu kovin tarkkaan kuvitella, miten maailma ja sairaudet ympärillämme muuttuvat.

Yhdistyksen historiakirja kuvaa 50 vuoden ajalta vuosikymmennittäin näitä muutoksia yhdistyksen toiminnan ja jäsenten näkökulmasta. Kirja perustuu arkistomateriaaleihin, kuten virallisiin pöytäkirjoihin, lehdistöleikkisiin, päiväkirjoihin ja valokuviin. Tärkeässä osassa ovat yhdistyksessä toimineiden haastattelut ja heidän muistonsa. Luonnollisista syistä alkuaikojen merkittäviä toimijoita ei ole voitu haastatella.

Yhdistys on toiminut pääosin vapaaehtoiselta pohjalta. Ensimmäinen osa-aikainen toiminnanjohtaja palkattiin vuonna 1985 kymmenen tunnin viikkotyöajalla. Nyt yhdistyksessä toimivat toiminnanjohtaja, ruoka-allergianeuvoja ja kehittämisspäällikkö. Tärkeä rahoittaja on eräiden säätiöiden ja kuntien lisäksi Stea (entinen Raha-automaattiyhdistys).

Kirjan nimessä *Lääkäripulasta Piippolan vaariin* on ripaus leikkimieltyä mutta myös

yhdistyksen 50 vuoden kaari. Alussa potilasyhdistystä tarvittiin, kun erikoislääkärille oli vaikea päästä. Vuosien myötä yhdistys on profiloitunut erityisesti ruoka-allergioihin. Niistä taas voi jakaa vankkaa tietoa vaikka iloisella musiikkivideolla lapsille ja lapsiperheille.

Lapset ja heidän vanhempansa ovat olleet keskeisesti mukana yhdistyksen toiminnassa koko ajan. On leivottu, retkeilty sekä käyty yhdessä teattereissa ja museoissa.

Suorat, myöhemminkin katsottavissa olevat Facebook-lähettykset ja verkkovideot ovat tulleet erityisesti korona-aikana voimakkaasti esille asiantuntijaluennoissa. Asiatietoa välitetään nykyisin monin eri viestinnällisin keinoin.

Kirjan ovat talkootyönä toimittaneet Reija Grönroos ja Mervi Hukari. Reija on toimittaja ja yhdistyksen hallituksen jäsen. Mervi on aktiivinen vapaaehtoistoimija. Kolmantena talkoolaisena on ollut toimittaja Erkki Kesti. Heille kaikille parhaat kiitokset. Yhdistyksen pitkään historiaan paneutuminen on vaatinut monia työtunteja ja sitkeyttä arkistomateriaalin parissa sekä henkilöhaastattelussa.

Pirkkalassa keväällä 2022

Markku Jokela

*Pirkanmaan Allergia- ja
Astmayhdistyksen puheenjohtaja*

Hankala yhtälö: lääkäreistä pulaa ja potilaita jonoksi asti

Suomalainen terveydenhoitojärjestelmä mullistui 1970-luvun alkupuolella. Vanhojen kunnanlääkärien aika oli ohi, kun keväällä 1972 tuli voimaan uusi kansanterveyslaki. Sen myötä koko maahan saatiin kunnalliset terveyskeskukset. Suomessa oli tuolloin arviolta 60 000–80 000 astmaatikkoa. Heistä suunnilleen joka kymmenes asui Tampereen keskussairaalaapiirissä. Tayksin alueella laskettiin, että ainakin 3 000 astmaatikkoa olisi tarvinnut sairaalatutkimuksia, mutta erikoissairaanhoidon pääsi vuodessa vain viitisensataa. Niin Pirkanmaalla kuin koko maassakin oli kova pula keuhkolääkäreistä.

Lääkäriin jonottavat ihmiset halusivat tietoa sairaudestaan. Vastaanotolle asti päässeet potilaat kaipasivat lisätietoja ja yhteyttä muihin potilaisiin, siis mahdollisuutta vertaistukeen.

Monen sairauden ympärillä oli olemassa paikallinen yhdistys, ja monet niistä olivat toimineet jo kymmeniä vuosia. Esimerkiksi Tampereen tuberkuloosin vastustamisyhdistys, sittemmin Tampereen tuberkuloosisäätiö, aloitti jo 1910-luvulla. Valkeakosken Tuberkuloosiyhdistyksen, sittemmin Tuberkuloosi- ja Keuhkovammaiset ry:n, juuret ovat 1940-luvulla, samoin Tampereen Hengitysyhdistys ry:n. Kuuloyhdistyksen alku on 1930-luvulla, Reumayhdistyksen 1940-luvulla. Pirkanmaan, sittemmin Hämeenmaan Sydänpiiri, Pirkanmaan Syöpäyhdistys ja Tampereen Diabetesyhdistys ovat kaikki 50-lukulaisia.

Vielä 1970-luvun alkaessa pirkanmaalaiset allergiaa ja astmaa sairastavat ihmiset olivat vailla toimivaa paikallista yhdistystä. Valtakunnallinen Allergialiittokin oli vielä nuori, se oli perustettu vuonna 1969.

PIRKANMAALLE PERUSTETAAN ALLERGIAYHDISTYS

Kansan Lehdessä pieni uutinen kertoi joulukuussa 1972 hiljattain järjestetystä tiedotus- ja esitelmätilaisuudesta. Tampereen sairaanhoito-opistolla oli pimeänä marraskuun iltana pidetty esitelmä astmasta, ja lehden mukaan tilaisuudessa oli ollut lähes 200 kuulijaa.

Sairaanhoito-opistolle oli tullut vieraita myös Allergialiitosta Helsingistä. Kun esitelmät oli pidetty, astmakysymyksiin saatu vastauksia ja Allergialiitostakin puhuttu, sairaanhoito-opistolla aloitettiin kokous paikallisen



Perjantai 1. joulukuuta 1972

Allergialiitto kertoi astmasta

Liki 200 kuulijaa kokosi Allergialiiton järjestämä tiedotustilaisuus Tampereen sairaanhoitopistossa. Allergialiiton hallituksen varapuheenjohtaja Taisto Honkanen selvitti liiton toimintaa ja professori Klaus Järvinen esitelmöi etupäässä astman ennakoita ehkäisystä. Dosentti Antero Muittari puhui astman tutkimusmahdollisuuksista yleensä ja erityisesti Tampereen keskussairaalaapiirissä.

Tilaisuuden lopuksi pidettiin Pirkanmaan allergiayhdistyksen perustamiskokous, Allergiayhdistyksen puheenjohtajaksi valittiin dos. Antero Muittari ja sihteeriksi ylihoitaja Pirkko Valkama ja hallituksen jäseniksi rouva Camilla Haarla, sairaanhoitajaoppilas Eija Hakala, rouva Anne Hedlund, lastentarhaopettaja Liisa Laaksonen, rouva Birgitta Lassila, tri Juhani Launis, maisteri Seppo Suuripää, tri Annikki Terho ja ylihoitaja Pirkko Valkama.

Kansan Lehti 1.12.1972. Pikku-uutisesta ei käy ilmi, kävikö lehden toimittaja paikalla tilaisuudessa vai oliko joku yleisöstä vienyt tiedot toimitukseen.

allergiayhdistyksen perustamiseksi. Tässä kokouksessa syntyi Pirkanmaan Allergiayhdistys ry.

Uuden yhdistyksen viralliseksi perustamispäiväksi tuli 24.11.1972. Yhdistyksen tavoitteet ja tehtävät määriteltiin selkeästi:

”

Yhdistyksen tarkoituksena on toimialueellaan tehdä työtä allergiasairauksien ehkäisemiseksi, allergiasairauksien aiheuttaminen haittavaikutusten vähentämiseksi, valvoa allergiaa sairastavien yhteiskunnallisia etuja ja toimia heidän yhdyselimenään.”

sien aiheuttaminen haittavaikutusten vähentämiseksi, valvoa allergiaa sairastavien yhteiskunnallisia etuja ja toimia heidän yhdyselimenään.”

PIKONLINNAN LÄÄKÄRISTÄ ENSIMMÄINEN PUHEENJOHTAJA

Aiemmin samana vuonna 1972 Tampereen yliopistollisen keskussairaalan keuhkosairauksien osastoryhmän ylilääkäriksi oli tullut lääketieteen ja kirurgian tohtori Antero Muittari Helsingistä. Uuden ylilääkärin johdolla Tayksin keuhko-osasto siirtyi keskussairaalaan Tampereelta Pikonlinnaan Kangasalle, joten pian Muittarista tuli potilaille luontevasti ”Pikonlinnan lääkäri”.

Antero Muittari oli keskeinen henkilö sekä Pirkanmaan Allergiayhdistyksen synnyssä että sen saattamisessa jaloilleen. Pikonlinnan lääkäri johti puhetta yhdistyksen perustavassa kokouksessa, ja hänet valittiin yhdistyksen ensimmäiseksi puheenjohtajaksi.

Muittari muisteli yhdistyksen alkuaikojaa 15 vuotta myöhemmin:

”

Prof. Klaus Järvinen ja majuri evp. Pekka Palola tulivat intoa täynnä perustamaan Pirkanmaan Allergiayhdistystä. Hiukan epäroiden suostuin ensimmäiseksi yhdistyksen puheenjohtajaksi, koska tiesin Pikonlinnan keuhkosairauksien klinikan käynnistämisen vievän lähes kaiken aikani. Onneksi hallitukseen saatiin innostuneita ja energisiä jäseniä ja allergiatyö pääsi hyvään alkuun.”

Klaus Järvinen oli valtakunnallisen liiton asiantuntija ja aktiivinen toimija, Pekka Palola oli liiton toiminnanjohtaja ja *Allergia*-lehden toimittaja. Palolan kerrotaan käyneen Tampereella jo aiemmin samana syksynä ja todenneen ”mielialat omalle allergiayhdistykselle kypsiksi”.

Nykytermein sanottaisiin, että Antero Muittari oli asiantuntijalääkäri ja mainio verkostoituja. Näitä omia tietojaan, taitojaan ja verkostojaan hän käytti tulevina vuosina monin tavoin myös nuoren allergiayhdistyksen hyväksi. Toimielias Pikonlinnan lääkäri oli yksi yhdistyksen keskeisimmistä vaikuttajista koko 1970-luvun ajan.

HALLITUS RYHTYY TÖIHIN, VUOSIKOKOUS SAA VIELÄ ODOTTAA

Vastaperustetun allergiayhdistyksen hallitus järjestäytyi vielä vuoden 1972 lopulla, joulun alla. Puheenjohtaja Antero Muittarin rinnalle valittiin kaksi varapuheenjohtajaa ja hallitukseen kymmenen jäsentä.

Uusi hallitus ryhtyi heti töihin. Vuoden 1973 jäsenmaksuksi päätettiin kymmenen markkaa, opiskelijoille ja eläkeläisille jäsenyys maksoi viitosen. Ensimmäinen varsinaisen vuosikokous päätettiin pitää vasta vuoden 1974 puolella, koska ensimmäinen toimintavuosi menisi yhdistyksen suunniteluun ja pystytykseen.

Ensimmäisen vuoden aikana hallitus päätti muun muassa jakaa apteekkeihin jäsenkaavakkeita ja avata postisiirtotilin jäsenmaksuille. Sen lisäksi yhdistykselle avattiin tili Pohjoismaiden Yhdyspankin Tammelan konttoriin. Tärkeää oli saada näkyviin myös jokin yhdistyksen yhteystieto, joten Tampereen jakoalueen tulevaan puhelinluetteloon ”päätettiin ilmoittaa yhdistyksen numero 28526”. Se oli yhdistyksen ensimmäisen sihteerin Anne-Marie Hedlundin kotinumero. Tampereella oli tuolloin arviolta vähän yli 34000 puhelinta.

Kokonaan oman puhelimen hankkiminen yhdistykselle ei ollut mahdollista: millä se maksettaisiin, mihin se kytkettäisiin ja kuka siihen olisi vastaamassa? Tässä vaiheessa yhdistyksen omasta huoneesta saati toiminnanjohtajasta tuskin edes haaveiltiin.

Pöytäkirjojen ja lehtileikkeiden perusteella ensimmäinen vuosi oli toimielias.

Perustamiseen liittyvien käytännön asioiden lisäksi yhdistys alkoi näkyä julkisuudessa. Kevään aikana yhdistys järjesti muun muassa yleisölle esitelmätilaisuuden syntypaikallaan sairaanhoito-opistolla, ja sen aiheina olivat siitepölyallergia sekä allergiapotilaan kotiympäristön saneeraus. Aiheet ja samalla tuore yhdistys noteerattiin paikallisissa lehdissä.

”PÖLYLLE POTKUT ASTMAKODISTA”

Aamulehti otsikoi jo hiukan ennen edellä mainittua esitelmätilaisuutta huhtikuussa 1973 ”Astmaatikon kodissa pelätään pölypeikkoo”. Teksti kysyy reippaasti ”Kumpi on rakkaampi, marsu vai terveys?” ja neuvoo sitten, että ”tuhansissa perheissä Suomenmaassa on lemmikkielämistä luovuttava, koti siivottava pölyttömäksi ja tarkkailtava, mitä syödään”.

Artikkelin asiantuntijana oli Pirkanmaan Allergiayhdistyksen puheenjohtaja, dosentti Antero Muittari. Teksti kertoo, että pirkanmaalaisten astmapotilaiden tilanne parani sen jälkeen, kun heidän tutkimuksensa ja hoitonsa keskitettiin Pikonlinnaan. Tosin sinnekin tutkimuksiin jonotti jo lähes sata potilasta, heistä yli 30 juuri astman takia. Itä- ja Pohjois-Suomessa tilanne oli vielä Pirkanmaatakin huonompi.

Lehtiartikkelin lopussa palataan lääkäripulaan – ja samalla siihen, mihin allergiayhdistystä tarvitaan.



Erikoistuneista keuhkolääkäreistä on huutava pula, eikä lääkintöhallitus paranna tilannetta jarruttaessaan erikoislääkärivirkojen saamista, sanoo Antero Muittari.

– Tiedotuksessa tulevat avuksi Allergialiitto ja varsinkin paikallisyhdistykset, joita jo viime vuonna perustettiin Turkuun ja Tampereelle. Tampereen allergiayhdistys on toiminut viime marraskuusta lähtien.

”HÖYHENTYNYJÄ
EI SAA OLLA
KENELLÄKÄÄN
PERHEESSÄ.”

– *Yhdistykset järjestävät esitelmätilaisuuksia, joissa puhuvat allergiasairauksien asiantuntijat. Yhdistysten merkitys näkyy myös siivousviestin välittämisessä.”*

Pöly oli pääosassa myös pari viikkoa myöhemmin ilmestyneessä lehtiartikkelissa. Se perustui Pirkanmaan Allergiayhdistyksen hallituksen jäsenen, lastenlääkäri Annikki Terhon esitelmään. Yhdistyksen arkistoon tallennettuun leikkeeseen ei ole merkitty, onko se *Aamulehdestä* vai *Kansan Lehdestä*. Ilmestymispäivä on joka tapauksessa 27.4.1973 ja otsikkona on ”Pölylle potkut astmakodista”. Teksti kertoo, että

”

Huonepölyn torjuminen on vaivalloista mutta välttämätöntä, sillä lapsi viettää makuuhuoneessa puolet vuorokaudesta.

Villaiset ja karvaista pölyä keräävät tekstiilit on poistettava, höyhentyynyjä ei saa olla kenelläkään perheessä eikä kirja- tai lehtihyllyjä saa olla makuuhuoneessa. Kiellettyjä ovat myös taljat, ryijyt ja raanut.”

Antero Muittari ja Annikki Terho esitelmöivät astmasta ja allergiasta paitsi asiantuntijoina myös yhdistyksen edustajina. Lehdissä näkyneiden lääkärien asiantuntevat luennot keräsivät kuulijoita ja mitä todennäköisimmin toivat myös uusia jäseniä Pirkanmaan Allergiayhdistykselle.

Kolmas hallituksen jäsen, ihotautilääkäri Juhani Launis nosti usein esiin ammattiallergiat ja kirjoitti niistä muun muassa *Allergiaan*. Artikkelissaan tammikuussa 1974 hän toteaa allergisten ammatti-ihottumien olevan enimmäkseen metallikontaktiallergioita. Miehillä metalleista pahin oli kromi ja naisilla nikkeli. Lisäksi Launis mainitsi kumin, tärpätin, hartisien liuottimena käytetyn formaliinin sekä

epoksihartsiliimat. Käsiä oli siksi syytä suojata kintain, käsinein ja suojavaitein.

”

Vaaravyöhykkeessä ovat ne, joilla työhön mennessä on normaalia heikompi iho joko synnynnäisesti ylikuiva, liikahikinen tai valmiiksi sairastunut. Huonoihoisen tulee karttaa märkiä ja likaavia työoloja kuten pesua, siivousta, kampausta, leipomista jne. Paitsi työssä myös kotona on ihoa säästettävä. Ylitsevuotavaan kemiallisten aineiden tulvaan on terve ehjä iho paras suojarahatomme.”

PÅ SVENSKA OCKSÅ

Hallituksen sihteerin ansiosta yhdistys näkyi Tampereella alussa myös ruotsiksi. Anne-Marie Hedlund kuului kevättalvella 1973 liiton Göteborgin-delegaatioon, ja Tampereen ruotsalaisen klubin lehti *Tammerfors Aktuellt* huomioi sen – tai ehkäpä Hedlund kirjoitti artikkelin itse. Artikkelin lopussa oli joka tapauksessa suora kehotus liittyä yhdistyksen jäseneksi:

”

Stöd även Du allergiförbundets verksamhet och anslut Dig som medlem i Pirkanmaan Allergiayhdistys!”

Kehotuksen perässä oli osoite Finlaysonin kirkon kupeeseen eli Hedlundille kotiin Puuvillatehtaankadulle.

Lisäksi Annikki Terho oli Tampereen ruotsalaisen koulun vanhempainyhdistyksen tilaisuudessa koululla vastaamassa yleisön kysymyksiin. Ohjelmassa oli myös ”rainakuvasarja Barnallergier”, lastenallergiat. Rainakuvasarja oli 1970-luvulla opetukseen käytetty, filmille kopioitu diakuvien sarja eli raina.

HYVÄ ALKU YHDISTYKSELLE

Ensimmäisen kokonaisen toimintavuoden 1973 lopussa Pirkanmaan Allergiayhdistyksellä

oli kaikkiaan 63 jäsentä. Kymmenjäseninen hallitus oli kokoontunut vuoden aikana neljä kertaa, ja päätettäviä asioita oli ollut lähes 30.

Tilintarkastuskertomuksen mukaan ensimmäisen varsinaisen toimintavuoden tilinpäätös oli 784 markkaa voitollinen. ”Tiliviennit ovat oikein kirjoihin kirjatut ja hyväksyttävien tositteiden varmentamat”, tilintarkastajat raportoivat vuosikokoukselle seuraavana keväänä.

Pirkanmaan Allergiayhdistys ry. oli nostettu jaloilleen.

KOLMAS VUOSI, ENSIMMÄINEN VUOSIKOKOUS

Yhdistyksen ensimmäinen vuosikokous oli maaliskuussa 1974, ja jälleen kokouspaikkana oli Tampereen sairaanhoito-opisto. Pikonlinnan lääkäri, dosentti Muittari valittiin jatkamaan puheenjohtajana. Sääntöjen mukaisesti puolet hallituksen jäsenistä oli erovuorossa, ja toinen puoli jatkaisi vielä vähintään toisen vuoden.

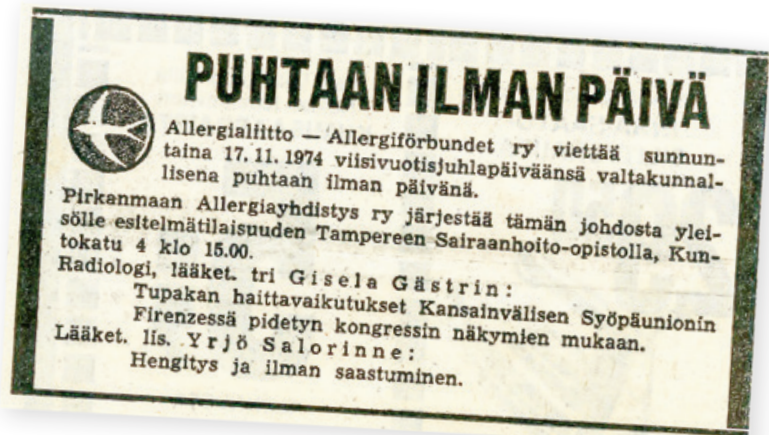
Yhä jatkuva tapa luotiin siis jo ensimmäisessä vuosikokouksessa – se, että hallituskausi on kaksi vuotta. Tämä tarkoittaa käytännössä, ettei koko hallitus voi vaihtua kerralla, mikä on omiaan vakauttamaan hallituksen ja koko yhdistyksen toimintaa. Tällä estetään esimerkiksi se, että jokin ryhmä tai kuppikunta voisi vuosikokouksessa kaapata kerralla koko yhdistyksen.

Eräs anekdootti ensimmäisestä vuosikokouksesta tai oikeastaan sitä valmistelleesta hallituksen kokouksesta kertoo, että tulevia hallitusjäseniä pohdittaessa esillä oli myös näyttelijä Sylvi Salosen nimi. Salosta ei valittu – eikä pöytäkirjoista voi päätellä, kysyttiinkö häntä edes. Salonen ei kuitenkaan tuolloin ollut lainkaan Tampereella, vaan kolmivuotisen apurahan turvin vierailukieroksella Kouvolan, Porin, Lahden ja Seinäjoen teattereissa. Yhdistyksen hallitukseen Saloselle mietitylle paikalle valittiin rouva Mariitta Kerppola.

Vaikka yhdistyksen ensimmäinen vuosikokous oli 1974, yhdistysrekisteriin Pirkanmaan Allergiayhdistys hyväksyttiin vasta seuraavan vuoden puolella 23.1.1975.

RADIOSSA PUHTAAN ILMAN PÄIVÄNÄ

Allergialiiton Puhtaan ilman puolesta -päivä järjestettiin Tampereella syksyllä 1974. Se oli samalla liiton viisivuotistapahtuma. Kun Pirkanmaan yhdistys sai kuulla, että päivä olisi Tampereella, se ilmoitti osallistuvansa mielellään järjestelyihin.



Puhtaan ilman päivän tapahtumalla sekä liitto että nuori paikallisyhdistys huomasivat tilaisuutensa saada niin astmalle kuin järjestöille valtakunnallista julkisuutta. Pöytäkirjasta näkee, että Pirkanmaan Allergiayhdistyksen hallitus oli miettinyt asiaa jo hyvissä ajoin ennen marraskuun tapahtumaa.



Majuri M. Lumme lupautui ottamaan yhteyttä sekä Aamulehteen että Yleisradioon mahdollisten allergiaa koskevien kirjoitusten ja ohjelman aikaansaamiseksi 17.11.74 tienoilla.”

Yleisradiolla tarkoitettiin tässä sekä TV2:ta että Ylen Tampereen Radiota. Kakkosen tai

Allergialiiton viisivuotisjuhla osui sopivasti yksiin Pirkanmaan yhdistyksen kaksivuotisjuhlan kanssa. Leikettä ei ole päivätty eikä alkuperää merkitty, mutta se lienee Aamulehdestä tai Kansan Lehdestä.

Tänään iltapäivällä
-ohjelman aiheita 16.
marraskuuta 1974.
Ylen Uudenmaan
alue kyseli kello 13,
ehtivätkö lasten
kirjeet ajoissa
joulupukille. Kello 15
alkaen asiantuntijat
vastasivat kuulijoiden
kysymyksiin
allergiasta suorassa
lähetyksessä Ylen
Tampereen studiolta.

Postia ja allergiaa

Radion yo klo 13.00

Uudenmaan alueen Lauantai-radio, jota toimittavat Eugen Sundman, Olli Saari ja Jarmo Hyytiäinen, on jouluisella mielellä eli pohtii postin jouluruuhkaa.

Posti palvelee jokaista suomalaista. Jo pitkään on tätä palvelulaitosta vaivannut työvoimapuola etenkin pääkaupunkiseudulla. Suur-Helsingin alue on muodostunut todelliseksi tulpaksi maamme postinkulussa, posti- ja lennätinhallituksesta todetaan. Helsingissä käsitellään lähes puolet koko maan postimäärästä.

Miten sitten käy jouluruuhkassa? Saavatko lapset kirjeensä joulupukille ja vanhemmat korttinsa ja pakettinsa sukulaisilleen ajoissa? Miksi posti ei saa tarpeeksi työvoimaa?

Radion yo klo 15.00

Tänään iltapäivällä-lähetyksessä on aiheena allergia, sairaus, jonka vuoksi maassamme menetetään vuosittain enemmän työpäiviä kuin esimerkiksi sydän-sairauksien vuoksi.

Valtakunnallisen allergiapäivän merkeissä vastaavat kuuntelijoiden tekemiin kysymyksiin suorassa lähetyksessä ylilääkäri Antero Muittari (hengityselinallergiat), lääket.lis. Juhani Launis (ihoallergiat), ylilääkäri Annikki Terho (lasten allergiat), ja toimistopäällikkö Jarkko Haapasaaari (sairausvakuutusasiat). Kysymykset voidaan esittää Yleisradion Tampereen numeroon 931-32440. Ohjelman toimittaa Risto Pylkkänen.

Aamulehden vastauksesta ei näy merkkejä, mutta yhteydenotto radioon sai suojelemaan vastaanoton. Kyse oli silloin radion yleisohjelmasta ja suorana tehtävästä Tänään iltapäivällä -lähetyksestä.

Koko valtakuntaan radioitu lähetyksen onnistui hyvin. Yleen yhteyttä ottanut puuhämies sai seuraavassa kokouksessa hallituksen vuolaat kiitokset:

”

Allergialiiton viisivuotispäivän vieton johdosta järjestettiin lauantaina 16.11.74 Yleisradion Tampereen Koskikadun studiolta Tänään iltapäivällä -lähetyksessä allergian merkeissä tunnin pituinen suora lähetyksen. Tämän huomattavan tapahtuman aikaansaaminen on todistus yhdistyksen II varapuhjoht. Majuri Matti Lummen taktisesta ja strategisesta lahjakkuudesta. Asiantuntijoina olivat ohjelmassa mukana Antero Muittari, J. Launis ja A.Terho.”

Samanlainen suora allergia-aiheinen lähetyksen tehtiin Tampereelta 1970-luvun aikana ainakin neljä kertaa. Kuulijat saivat soittaa ja kysyä, asiantuntijat vastasivat. Pirkanmaan Allergiayhdistys löysi asiantuntijat ohjelmaan, ja Yleltä ohjelman toimittajana oli joka kerta Risto ”Konsta” Pylkkänen. Tieto allergiasta levisi koko valtakuntaan – ja Pirkanmaan yhdistystä tehtiin taas tutuksi.

Kun yhdistyksen toinen kokonainen toimintavuosi 1974 päättyi, tilinpäätös oli 1079,54 markkaa plussalla. Myös jäsenmäärä oli enemmän kuin tuplaantunut vuoden takaisesta: vuoden 1974 päättyessä maksaneita jäseniä oli kaikkiaan 134.

ALKUVUOSIEN VARAINKERUUTA –
TERVETULOAA COCKTAIL-TILAISUUTEEN!

”

Yhdistys voi harjoittaa toimintansa rahoittamiseksi yhdessä liikepaikassa

ravitsemusliikettä, elokuva- ja kustannustoimintaa sekä muistoesineiden myyntiä ja järjestää maksullisia tilaisuuksia, arjajaisia ja rahankeräyksiä.”

Yhdistyksen ensimmäisiin sääntöihin kirjoitettiin mahdolliset varainhankintakeinot aika lailla väljästi. Ravitsemusliikettä ei perustettu eikä yhdistyksen muistoesine myymälää, mutta hallituksen jäsenten tiedot, taidot, läheiset ja omat yhteydet valjastettiin yhdistyksen käyttöön heti alussa.

Suhteita näkyy luodun ainakin ammatin ja työpaikan verkostojen kautta, vapaaehtoistyöllä muissa järjestöissä sekä ihan vain tuttavien kesken. Joskus edettiin myös niin sanotusti keittiön kautta, esimerkiksi siitä vaikkapa kaksi alkuaikojen hallituksen jäsentä, rouvat Birgitta Lassila ja Camilla Haarla.

Birgitta Lassilan puoliso Erkki Lassila oli neule-Lassila ky:n toimitusjohtaja, ja yhdistys sai monena vuonna yritykseltä rahanarvoista apua. Neule-Lassila esimerkiksi monisti ja postitti hallituksen kokouspapereita – 1970-luvulla se varmaankin tarkoitti, että monisteet veivattiin yhtiön spriikopiokoneella ja vietiin postiin yhtiön kirjekuorissa.

Birgitta Lassila oli pitkään hallituksen jäsenenä, ja Erkki Lassila oli yhden kaksivuotiskauden yhdistyksen puheenjohtajana vuosina 1977–78. Pirkanmaan Allergiayhdistyksen allergianeuvonta alkoi neule-Lassilan tiloissa ja puhelimella. Myöhemmin yhdistyksen toimitilaa remontoitiin Lassiloiden voimin ja muuttokuormaa vietiin neule-Lassilan kuorma-autolla, jonka ratin takana oli yhtiön kuljettaja. Kun tarvittiin säestäjää, pianon taakse asettui Erkki Lassila.

Camilla Haarla puolestaan oli jo yhdistyksen alkuvaiheissa tarjonnut kotiaan ”jonkin yhdistyksen hyväksi järjestettävän tilaisuuden” pitopaikaksi. Sopiva tilaisuus tuli vuonna 1974, kun puheenjohtaja Antero Muittari sai ”näyttelijä Tapani Pertun

suostumuksen esiintyä yhdistyksen järjestämässä suljetussa tilaisuudessa”.

Cocktail-illan emäntänä oli tietysti Camilla Haarla, tamperelaisen Haarlan Paperitehdas Oy:n toimitusjohtajan Pekka Haarlan puoliso. Kutsujen tähti oli tietenkin näyttelijä Tapani Perttu.

Camilla Haarla oli Pirkanmaan Allergiayhdistyksen hallituksen ensimmäisenä varapuheenjohtajana vuoden 1976 loppuun. Jo mainittu Birgitta Lassila jatkoi yhdistyksen hallituksessa peräti 25 vuotta ja oli osan tästä ajasta myös yhdistyksen toisena

*Pirkanmaan Allergiayhdistyksellä
on kunnia kutsua Teidät
työnsä tukemiseksi järjestettävään
cocktail tilaisuuteen
johtaja ja rouva Pekka Haarlan kotiin
helmikuun 16 päivänä 1974 klo 17.30-19.30*

Palomäentie 3

Sekalaisia ilmoituksia

PIRKANMAAN ALLERGIAYHDISTYS

Voittoarpojen numerot: kennohuopa
179 ja 115, kangas 41, pöytäliina 187,
kertakäyttöastiasto 19 ja 7. Voitot
saa periä 31. 5. 73 mennessä os.
Puuvillehteänk. 4 B, puh. 28 526.

Haarlojen kodissa järjestetty cocktail-tilaisuus jäi tietävästi lajinsa ainoaksi monenlaisten varainhankintakeinojen joukossa.

Kevätarjajien voittajat on arvottu.

”TÄNÄ KESÄNÄ
RHINIITISTÄ
KYSYTTIIN
HYVIN PALJON.”

varapuheenjohtajana. Kymmenkunta ensimmäistä vuotta yhdistykselle nimittäin valittiin sekä ensimmäinen että toinen varapuheenjohtaja, kunnes siirryttiin yhden varapuheenjohtajan malliin.

Edellä mainittujen lisäksi yhdistys sai alkuvuosina tukea myös muilta yrityksiltä. Esi-merkkejä ovat ainakin Hota-pulverin valmistaja, tamperelainen lääketehdas Oy Star Ab, matkatoimisto Lomamatkat Oy ja ilmanpuhdistinten tekijä Koja Oy.

SYYSTILAUSNÄYTÄNTÖ PIKKUTEATTERISTA

Keväällä 1976 hallitus päätti varainhankinta mielessään kysyä ”syystilauksen näytäntöä Pik-kuteatterista jos mahdollista”. Pikkuteatteri oli 1970-luvulla yksi Tampereen Teatterin näyttämöistä, jonne mentiin sisään suoraan Hämeenkadulta. Kysely tuotti tulosta, ja yhdistyksen tilausnäytökseksi valikoitui brittiläisen näytelmäkirjailijan Ben Traversin komedia *Vuode ennen eilispäivää*. Siitä tuli yhdistykselle menestys, sillä näytäntö oli loppuunmyyty.

Tilinpäätös ei tarkkaan kerro, paljonko teatterin tilausnäytös tuotti. Tilikirjoihin 1976 on merkitty varainhankinnan kuluja 1 550 markkaa ja tuottoja 2 322 markkaa. Tulokseksi jää noin 770 markkaa, mutta summa saattaa sisältää myös muita kuin teatterista saatuja tuottoja. Joka tapauksessa hallitus oli teatteriin niin tyytyväinen, että seuraava tilausnäytös päätettiin ostaa jo seuraavaksi kevääksi.

ALLERGIANEUUVONTA SAA ALKUNSA

Yhdistyksen allergianeuvonta alkoi kokeiluna vuonna 1976. Hallitus päätti siitä huhtikuun kokouksessaan:

”

Päätettiin kokeilumielessä aloittaa toiminta puhelinneuvontana toukokuun aikana joka tiistai klo 18-20, asiantuntija sair.hoit. Sirkka-Liisa Isola.”

Neuvonnan aloitusta hankaloitti se, ettei yhdistyksellä ollut paikkaa, jossa Sirkka-Liisa Isola voisi rauhassa ottaa puheluita vastaan. Kuten edellä jo kerrottiin, apuun tuli neule-Lassila ky. Se tarjosi yhdistykselle sekä puhelimen että paikan siihen vastaamiseen.

Jo kokeiluvaihe osoitti, että tietoon ja asiantuntemukseen pohjaavalla allergianeuvonnalla on tarvetta. Kevään aikana kertyneet kokemukset olivat niin hyvät, että asiaan palattiin heti lomien jälkeen syyskuussa.

”

Sair.hoit. Sirkka-Liisa Isola selosti lyhyesti vaikutelmiaan toukokuun allergianeuvontakokeilusta. Hän totesi m.m. että kyselyjä oli hyvin runsaasti, toisaalta määrä väheni huomattavasti ellei lehti-ilmoitusta [Aamulehdessä] ollut edellisenä päivänä.

Johtuen ehkä harvinaisen voimakkaasta siitepölyesiintymästä tänä keväänä rhiniitistä kysyttiin hyvin paljon. Suurin osa kyselyistä koski kuitenkin lasten astmaa sekä siihen liittyviä sosiaalisia ongelmia.”

Neuvontaa päätettiin jatkaa kaksi kertaa kuukaudessa niin, että kullakin kerralla olisi kaksi aihetta. Kun neule-Lassila tarvitsi lainaamansa tilan ja puhelimen omaan käyttöönsä, hallituksesta perustettiin työryhmä etsimään uutta paikkaa ja miettimään neuvonnan jatkoa.

Tampereen kaupungilta ei uutta paikkaa löytynyt, sitä kysyttiin kyllä. Sen sijaan hallituksen jäsen, ihotautilääkäri Juhani Launis onnistui järjestämään neuvonnalle tilaa Tampereen Lääkärikeskuksesta Verkatehtaankadulta.

Yhdistys jatkoi allergianeuvontaa myös tulevana vuosina, taukoa pidettiin vain keuhkokuumeen vuoksi. Keväällä 1983 hallituksen kokouksessa summattiin neuvontakertoja ja todettiin,



ALLERGIA- PUHELINNEUVONTA

puh. 931-23 485 klo 18-20

1. 3. ja 19. 4. Aikuisten astma
15. 3. ja 17. 5. Lasten astma ja allergiset ihotaudit
5. 4. ja 3. 5. Sosiaaliskysymykset
Leikkaa irti!

Pirkanmaan Allergiayhdistys ry

Kesällä siitepöly, syksyllä homesieni-itiöt, talvella pakkaset..

Hengitystieallergiaa potuvan elämä ei ole helppoa.

Monasti jo vaivan tunnistaminen, tutkimuksiin ja hoitoon hakeutuminen on pulmallista.

Mistä apu allergia- potilaalle?

Pirkanmaan allergiayhdistys ohjauttaa auttavan kätensä allergiavaivoista kärsiville. Puhelinpalvelu antaa joka kuukauden ensimmäisenä tiistaina neuvoja ja opastusta allergia-asioissa.

SIVU 11

että ”yleensä soittoja tulee runsaasti, jopa ruuhkaan asti”. Puheluita oli runsaassa viidessä vuodessa tullut kaikkiaan lähes neljä ja puolisataa, ja niihin vastaamassa oli aina ollut sairaanhoitaja.

Kuten jo ensimmäisen kokeilujakson aikana, puhelin oli soinnut eniten, kun neuvontakerran temaksi oli etukäteen ilmoitettu aikuisten astma ja allerginen nuha. Toiseksi eniten soittajat olivat kysyneet allergisista iho-oireista. Muita teemoja olivat olleet lasten astma ja allergiset taudit sekä allergiasairauksien sosiaaliset kysymykset.

KUNNAT TUKEMAAN YHDISTYSTÄ

Syksyllä 1976 Pirkanmaan Allergiayhdistys lähestyi ensimmäistä kertaa toimialueensa eli Tampereen Keskussairaalapiirin kuntia avustusanomuksilla. Alueella oli silloin vielä yli 30 kuntaa. Saalis jäi laihaksi, sillä vain Längelmäen kunta antoi 50 markkaa. Yhdistyksen hallitus päätteli olleensa liikkeellä

Tänä keväänä puhelinpäivystyksessä ovat esillä seuraavat aiheet:

Tiistaina 7. helmikuuta so-pii kysellä aikuisten astmas-ta ja allergisesta nuhasta.

Tiistaina 7. maaliskuuta annetaan neuvoja ja ohjeita allergisia iho-oireita koske-viin pulmiin.

Tiistaina 4. huhtikuuta on sosiaaliskysymysten vuoro.

Tiistaina 2. toukokuuta puhelinpalvelu on omistettu lasten allergioille.

Pirkanmaan allergiayhdis-tys järjestää Tampereella 15. maaliskuuta yleisötilaisuu-den, jossa käsitellään kaik-kia allergiaan liittyviä kysy-myksiä. Alustajina ja vas-taajina ovat alan lääkärit.

Puhelimessa annettu allergianeuvonta alkoi kokeiluna, mutta vakiintui yhdistyksen toimintaan jo 1970-luvulla. Neuvonta on jatkunut halki vuosien nykypäivään asti ja jatkuu edelleen.

Aamulehden etusivun vinkki lupasi 4. helmikuuta 1978, että Pirkanmaan Allergiayhdistys auttaa allergiasta kärsiviä. Sisäisivuille kerrotaan lisää muun muassa yhdistyksen allergianeuvon-nasta.

Allergiayhdistyksen puhelinneuvonta ei ollut lääkäri-palvelua, mutta sairaanhoitajat osasivat auttaa monessa asiassa. Kunkin neuvonta-ajan teema kerrottiin etukäteen.

Ulla Toijanniemi kertoo, kuinka löysi yhdistyksen 1970-luvulla

Ulla Toijanniemi kuului 1980-luvulla hallitukseen ja kävi myöhemminkin yhdistyksen tilaisuuksissa ja talkoissa.

Tulin Pirkanmaan Allergiayhdistykseen mukaan 1970-luvulla. Olin ollut Lontoossa 1960-luvun lopulla, ja olin jo siellä saanut *Ventolinea*¹. Sairastuin astmaan, ja alku taudin kanssa oli kyllä aika vaikeaa. En tiennyt silloin astmasta mitään. Sairastumisestani on nyt kulunut jo 56 vuotta.

Löysin Pirkanmaan Allergiayhdistyksen äitini työkaverin ansiosta. Sieltä sain sitten sekä tietoa että neuvoja ja muilta kävijöiltä tärkeää vertaistukea. 1970-luvulla yhdistyksessä ja yleisesti muutenkin ruvettiin puhumaan pölystä ja ”löydettiin” kodin pölypunkit.

Mukavinta Allergiayhdistyksen toiminnassa oli tunnelma ihmisten kesken. Siellä

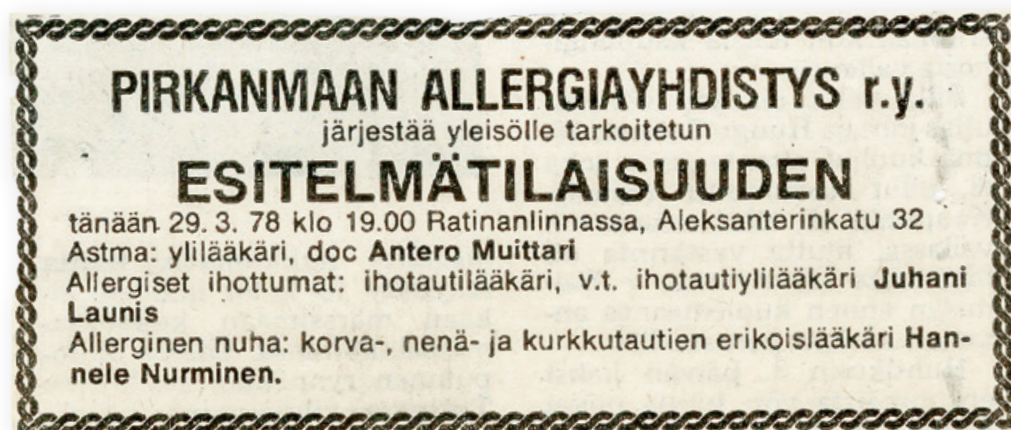
keskusteltiin, sairaus oli kaikilla sama, mutta jokaisella se oli kuitenkin omansa. Oli yhdistyksen järjestämiä esitelmätilaisuuksia. Teimme kivoja retkiä kotimaassa, aika usein Turun suunnalle ja saaristoon. Meille muodostui yhdistyksen sisälle erityinen neljän naisen ryhmä. Kävimme yhdistyksen retkillä ja muuten tapasimme toimistolla jopa kuukausittain. Nyt tästä nelikosta muut ovat jo poissa, minä ainoana olen jäljellä.

Vielä myöhemmin aikoina kävin toimistolla muun muassa jäsentiedotteiden postitustalkoissa. Hoidettiin ensin ne postit ja sitten saatiin kahvia. Nykyisin olen käynyt harvemmin, mutta soittelen kyllä vieläkin silloin tällöin Terhille toimistoon.

1 Muun muassa astman hoitoon käytettävän lääkkeen, hengitysteitä avaavan salbutamolien kauppanimi.

Ulla Toijanniemen kolme adjektiivia Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksestä:
TOIMIVA, INNOSTAVA JA JAKSAMISEEN KANNUSTAVA

Allergiayhdistyksen toimintaan ovat aina kuuluneet esitelmätilaisuudet. Kevään 1978 aiheet astma, allergiset ihottumat ja allerginen nuha ovat olleet kestoaiheita kautta aikain.



liian myöhään syksyllä, jolloin kuntien taoussuunnitelmat seuraavaksi vuodeksi olivat jo pitkällä.

Seuraavana vuonna anomuskirjeet päätettiin lähettää jo keväällä, ja tästä alkoi kuntien rahallinen tuki Pirkanmaan Allergiyhdistykselle. Vuonna 1979 hallituksessa ”todettiin yhdistyksen rahatilanteen olevan melko hyvän. Muun muassa Tampereen kaupunki on tukenut yhdistyksen toimintaa lahjoittamalla

1000 mk.” Avustusta antoivat sinä vuonna myös Pirkkala, Sahalahti ja Viljakkala, mutta tarkkoja kuntakohtaisia summia ei ole kirjattu.

Kuntien tuki yhdistykselle on sittemmin jatkunut koko yhdistyksen toiminnan ajan. Summat ovat vaihdelleet vuosittain, eivätkä kaikki kunnat ole avustaneet yhdistystä joka vuosi. Edelleen 2020-luvulla vajaa kymmenen Pirkanmaan kuntaa tukee yhdistyksen toimintaa.

1970-luvun vaikuttaja: Antero Muittari (1933–2018)

Pirkanmaan Allergiyhdistyksen ensimmäinen puheenjohtaja Antero Muittari oli lääketieteen ja kirurgian tohtori.

Hän tuli vuonna 1972 Hyksin apulaisyli-lääkärin virasta Tampereen yliopistolliseen keskussairaalaan keuhkosairauksien ylilääkäriksi. Yksikkö siirtyi saman vuonna Tampereen keskussairaalaan Kangasalle Pikonlinnaan, alkujaan tuberkuloosiparantolaksi 1930-luvulla rakennettuun kiinteistöön. Muittarin omin sanoin vanha parantola muuttui hänen aikanaan moderniksi keuhkoklinikaksi. Ylilääkärin tehtävien lisäksi Antero Muittari piti yksityisvastaanottoa, teki alansa tutkimusta ja koulutti tulevia lääkäreitä.

Dynaamiseksi persoonaksi sanotulta ylilääkäriltä riitti energiaa myös nuorelle Pirkanmaan Allergiyhdistykselle. Hänen kaudellaan luotiin yhdistyksen organisaatio, visio ja strategia – niin kuin nykyisin sanotaisiin – sekä vankka pohja toiminnalle. Antero Muittari esitelmöi yhdistyksen yleisötilaisuuksissa, piti yhteyttä Allergialiittoon, antoi asiantuntijahaastatteluita medialle ja vastaili yleisön kysymyksiin maakuntaradiossa. Muun muassa.

Muittarin kaudella määritelty Pirkanmaan Allergiyhdistyksen, sittemmin Allergia- ja

Astmayhdistyksen, toiminta-ajatus on pysynyt samana kautta vuosikymmenten. Sen tehtävä on jakaa tietoa sekä olla allergiaa sairastavien ihmisten edunvalvoja ja yhdyselin.

Puheenjohtajan tehtävät jätettyään Antero Muittari oli vielä Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksen hallituksen jäsen vuoteen 1980 asti.

Vuonna 1987 Muittari lähetti Saudi-Arabiasta tervehdyksensä yhdistyksen 15-vuotisjulkaisuun. Piconlinnan lääkäri työskenteli silloin Saudi-Arabiassa, Taifin kaupungissa lähellä Mekkaa:

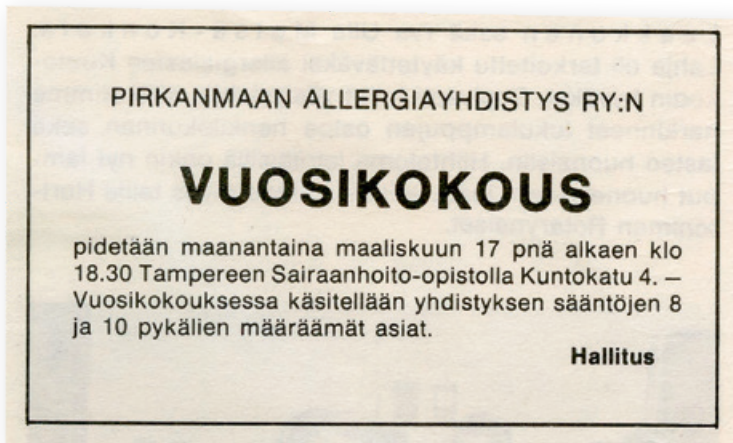
”En malta olla tekemättä joitain vertailuja työstä täällä ja Suomessa. Jos allergiadiagnoosin tekeminen on vaikeaa Suomessakin, ovat vaikeudet täällä Saudeissa moninkertaiset. Luotettavien esitietojen saaminen tulkin avulla on työlästä ja epäluotettavaakin.”

”Potilaat eivät pidä siitä, että heille tehdään liian paljon kysymyksiä. Hyvän lääkärin pitäisi tehdä diagnoosi nopeasti ja määrätä aina jotain lääkettä mieluummin nestemäisessä muodossa.”

Taif, Saudi-Arabia
ANTERO MUIITTARI
allergologi, Al Hada Hospital



Pirkanmaan Allergiyhdistyksen ensimmäinen puheenjohtaja Antero Muittari.



Yhdistyksen alkuvuosien kokouspaikkana oli usein Tampereen Sairaanhoido-opisto.

KOHTI TOISTA VUOSIKYMMENTÄ

Antero Muittari luopui puheenjohtajan tehtävästä jo vuoden 1974 lopussa, mutta jatkoi hallituksen aktiivisena jäsenenä 1970-luvun loppuun. Hammaslääkäri Antti Outinen oli

hänen jälkeensä puheenjohtajana vuoden ja toimitusjohtaja Erkki Lassila sen jälkeen kaksi vuotta.

Seuraava pitkäaikainen puheenjohtaja oli jo yhdistyksen perustamisesta lähtien hallitukseen kuulunut ihotautilääkäri Juhani Launis. Hänen ensimmäinen puheenjohtajakautensa alkoi 1979 ja jatkui vuoden 1987 loppuun. Launis palasi tehtävään vielä 1990-luvun loppupuolella yhdeksi kaudeksi.

Hallituksen perustajajäsenistä yhdistystä olivat uudelle vuosikymmenelle viemässä Eija Hakala, Anne-Marie Hedlund ja Birgitta Lassila.

1970-luvun päättyessä Pirkanmaan Allergiayhdistyksellä oli ”noin 350 jäsentä” – jos-takin syystä tarkka jäsenmäärä on jäänyt kirjaamatta toimintakertomukseen. Jäsenmaksu oli tässä vaiheessa 20 markkaa.

Vuonna 1972

- Pirkanmaan Allergiayhdistys ry perustettiin
- Teiskon kunta liitettiin Tampereen kaupunkiin
- Tampereen eläintarha Sorsapuistossa suljettiin
- Tayksissa (nykyisin Tays) oli ensimmäistä kertaa kesä-sulkuja työvoimapulan takia
- tuli uusi kansanterveyslaki ja kunnalliset terveyskeskukset
- Suomessa siirryttiin vaiheittain peruskouluun Lapin läänistä alkaen
- Pohjois-Karjala-projekti alkoi
- äänestysikä laskettiin 18 vuoteen
- kuolemanrangaistus poistettiin Suomesta lopullisesti
- raitiovaunuliikenne lopetettiin Turussa
- radiossa soi ensimmäinen Puhelinlangat laulaa -lähetys
- Lasse Viren voitti Münchenin olympialaisissa 10 000 metrin juoksun
- Tampere päätti hakea vuoden 1976 talviolympiakisoi
- Suomessa kohahdutti Zavidovo-vuoto, Yhdysvalloissa Watergate-skandaali
- katsotuin kotimainen/ulkomainen elokuva oli *Lampaansyöjät / Kummisetä*

Tietoa, esitelmiä ja vertaistoimintaa

Allergia- ja astma-aiheiset esitelmät kuuluivat yhdistyksen toimintaan alusta asti – ensimmäinen yleisötillaisuus pidettiin jo ennen ensimmäistä vuosikokousta. Myös allergianeuvonta alkoi jo 1970-luvulla. 1980-luvulla toiminta laajeni ja monipuolistui edelleen ja jäseniä tuli lisää. Kun yhdistys kasvoi, vakituisen toimistosihteerin ja -tilan puute alkoi hankaloittaa toimintaa. Kaivattiin työntekijää – edes osa-aikaista – hoitamaan käytännön asioita, ja kaivattiin toimistotilaa – edes vuokrattua – yhdistyksen kotipesäksi.

Tamperelehti-lehti tiivistä 1980-luvun alussa hyvin, mikä Pirkanmaan Allergiayhdistys on. Artikkelit ilmestyivät yhdistyksen kymmenvuotispäivän aikoihin:

”

Yhdistyksen tehtävänä on levittää asiallista allergiatietoutta noin 900 jäsenensä ja suuren yleisön keskuuteen. Se ylläpitää puhelinneuvontapalvelua, järjestää esitelmäkokouksia ja jopa kuntouttaa astmapotilaita hengitysharjoituskursseillaan. Jäsenetuna jaettu Allergia-lehti opastaa, miten torjua moninaisia allergiahaittoja.”

”POTILASLÄHTÖINEN TOIMINTA” KÄYNNISTYY ELI VERTAISRYHMÄT SAAVAT ALKUNSA

Syksyllä 1983 Pirkanmaan Allergiayhdistys lähestyi kaikkia jäseniään kirjeellä. Se oli

ensimmäinen varsinainen jäsenkirje yhdistyksen kymmenvuotisen historian aikana. Kirjeessä puheenjohtaja Juhani Launis kertoi syksyn toiminnasta ja samalla kyseli jäsenten toiveita tulevaa kautta varten:

”

Onko tarpeen perustaa erityinen jäsenoimikunta hallituksen avuksi ideoidaan ja vetämään yhteisiä matkoja tai keräämään pienryhmiä esim. astmalasten vanhemmista tai eläkeasteemaatikoista?”

Kyselyyn vastanneita jäseniä kiinnostivat varsinkin pienryhmät. Heidän toiveeseensa vastattiin nopeasti, sillä ”uuden aktiivisen hallituksen jäsenen myötä ’potilaslähtöinen toiminta’ saatiin käyntiin kahtaalla”. Pienryhmistä toinen oli eläkeläisallergikoille tarkoitettu niin kutsuttu ea-ryhmä ja toinen



astma- ja allergialasten vanhemmille perustettu keskusteluryhmä.

Mainittu uusi aktiivinen hallituksen jäsenen oli *Aamulehden* levikkipäällikkö Oiva Halme, joka lähti ea-ryhmän vetäjäksi. Ryhmä kokoontui eri paikoissa ja eri puolilla kaupunkia; esimerkiksi kahvila Tikankolo Rautatienkadulla oli yksi tapaamispaikoista. Astma- ja allergialasten vanhempien kerhon otti hoitoonsa kuntoutusohjaaja Sirkka



Allergiaa oli jo muinaisina aikoina, vaikka ei ollut käsitettä allergia. Näin kirjoitti 1985 nykyinen allergologian emeritusprofessori Tari Haahtela, joka oli silloin dosentti ja lappeenrantalaisen Tiurunien sairaalan apulaisylilääkäri. Haahtelan mukaan allergia on johdettu kahdesta kreikkankielisestä sanasta: allos (erilainen tai muuttunut) ja ergos (työ tai toiminta). Tari Haahtela esitelmoi Tampereella lääkäriseuran tilaisuudessa, ja *Aamulehti* julkaisi hänen artikkelinsa 14. maaliskuuta 1985.

Silvennoinen. Tämän ryhmän tapaamispaikaksi vakiintui keskussairaala, Silvennoisen työpaikka.

Yhdistys oli aloittanut potilaslähtöisen toiminnan eli perustanut kaksi eri-ikäisille tarkoitettua kerhoa, joissa jäsenet saattoivat saada tukea vertaisiltaan. Pienissä ryhmissä kokoonnuttiin, keskusteltiin ja vaihdettiin kokemuksia – varmasti myös jaettiin käytännön vinkkejä astmaatikon arkipäivän avuksi.

Pienryhmien perusajatus ja tavoite olivat selvillä, mutta toiminnalle ei kaiketi keksitty nasevaa nimeä. Yhdistyksessä puhuttiin potilaskerhoista ja – hiukan kömpelösti – ”potilaslähtöisestä toiminnasta”. Sanapari kuulosti nähtävästi aikalaisistakin kömpelöltä, sillä esimerkiksi vuoden 1983 toimintakertomukseen se on kirjoitettu sitaateissa.

Luonteva käsite on sittemmin löytynyt ja sitaateista on luovuttu: puhutaan vertaisryhmistä ja -tuesta. 1980-luvun alkupuolella käynnistetty toiminta on jatkunut yhdistyksessä halki vuosien. Vertaisryhmien aiheet ja kokoonpanot ovat vaihtuneet jäsenten toiveiden, tarpeiden ja vetäjien mukaan, mutta perusajatus on säilynyt. Esimerkiksi 1990-luvulla allergisten lasten vanhempainkerhoja oli useilla Pirkanmaan paikkakunnilla, ja 2010-luvulla syntyi uutena hajusteylehkerkien vertaisryhmä.

POHDINNASSA TOIMISTOTILA JA TOIMINNANJOHTAJA OTO

Alusta asti, yli kymmenen vuotta, yhdistystä oli pyöritetty hallituksen jäsenten voimin. Suurimman vastuun käytännön asioista todennäköisesti kantoivat sihteerit, osaltaan varmasti myös ensimmäinen ja toinen varapuheenjohtaja. Voi hyvin kuvitella, ettei ainakaan yhdistyksen kiireisillä lääkäripuheenjohtajilla ollut aikaa arkistoida kokouspapereita tai liimailla postimerkkejä.

Missä säilytettiin yhdistyksen alkuaikojen asiakirjat? Kokouspaperit on arkistoitu siististi pahvikansien väliin alusta alkaen, ja talteen leikatut lehtileikkeet on pantu yhtä siististi



Ylös astmakuopasta ja irti ihottumasta. Pirkanmaan Allergiayhdistyksen ja Pirkanmaan ihotautiyhdistyksen yhteiset kurssit kiinnostivat kuulijoita. Ylös astmakuopasta-kurssilla oli toimintakertomuksen mukaan "osallistujia n. 70. Tilaisuus koettiin varsin antoisaksi ja siitä saatiin myönteistä palautetta". Kurssi pidettiin vastavalmistuneessa UKK-instituutissa Tampereen Kaupissa.



Yhdistyksen kurseja ja esitelmätilaisuuksia pidettiin 80-luvulla monissa eri paikoissa, muun muassa Kaupunginhotellissa Tampereen Hämeenkadulla.

ruskeisiin kirjekuoriin. Todennäköisesti yhdistyksen arkisto on ollut jonkun hallituksen jäsenen kodissa; muun muassa 1980-luvun papereissa tuoksahtaa edelleen vieno tupakan, ehkä sikarin aromi.

Kun yhdistys kasvoi vuosi vuodelta ja toiminta laajeni, käytännön asioiden hoitaminen talkoovoimin alkoi käydä hankalaksi. Hallituksen pöytäkirjoista kuultaa harmistus siitä, että sekä toimihenkilön että toimiston puuttuminen jarruttaa yhdistyksen toimintaa. Näillä murheilla alkaa myös vuoden 1984 toimintakertomus:

”

Yhdistyksen kolmastoista toimintavuosi on merkinnyt kohtalaisen vireää toimintaa perinteisin toimintamuodoin, vaikkakin OTO-sihteerikysymyksen ollessa edelleen ratkaisematta yleiseen aktivoitumiseen on varaa. Hallituksen piirissä on rasitteena toiminnan hajanaisuus mm. toimistotilan puuttumisen vuoksi.”

Ehkä toiminnanjohtajan, edes osa-aikaisen, palkkaaminen ja pienenkin toimistotilan vuokraaminen tuntui taloudellisesti uhkarohkealta. Yhdistyksen tilillä oli vuoden 1984 lopussa rahaa vajaa 15 800 markkaa. Jäsenmaksu oli 40 markkaa, josta tietyvästi osa meni Allergialiitolle. Pirkanmaan Allergiayhdistyksellä oli noin 850 jäsentä.

ENSIMMÄINEN TOIMINNANJOHTAJA

Heti tammikuussa 1985 hallitus päätti ryhtyä toimeen ainakin toisen ongelman ratkaisemiseksi. Se oli ”sihteerikysymys”.

”

Keskusteltiin jälleen OTO-sihteerikysymyksestä: useimmissa [alueellisissa allergia-] yhdistyksissä toimessa on sairaanhoitajakoulutuksen saanut henkilö. Pj ja Oiva Halme laativat ilmoituksen AL:een.”

Lehti-ilmoitus tuotti tulosta: ainakin seitsemän kiinnostunutta kysyi työpaikasta lisäksi puhelimesta ja yksi henkilö lähetti kirjallisen hakemuksen. Jostakin syystä sihteerikysymys kuitenkin viivästyi edelleen. Valinta annettiin puheenjohtajan ja Oiva Halmeen tehtäväksi, ja hallitus hoputti päätöstä, sillä ainakin ”nykyinen sihteeri [Pirjo Havukainen] toivoo asian välitöntä ratkaisemista”.

Valituksi tuli lopulta tamperelainen yo-merkonomi Tiina Late. Hän allekirjoitti työsopimuksensa puheenjohtaja Juhani Lounin kanssa huhtikuussa 1985. Sopimuksen mukaan Tiina Laten työaika oli kymmenen tuntia viikossa ja palkka 25 markkaa tunnilta. Koeaika oli kolme kuukautta. Uusi toiminnanjohtaja oli ensi kertaa mukana hallituksen toukokuun kokouksessa. Siellä keskusteltiin muun muassa uuden työntekijän tehtävistä.

”

Toiminnan suunnittelun tukena toiminnanjohtajalla on toimikunta. Puheenjohtajaan pidetään säännöllistä viikoittaista yhteyttä ja keskustellaan viikon tapahtumista. Puheenjohtaja piti tärkeänä ensimmäisenä tehtävänä yhdyshenkilöverkoston luomista paikkakunnille.”

Tiina Late ehdotti, että yhdistyksestä tehtäisiin esite ja että työväenopiston kanssa järjestettäisiin jonkinlainen allergiatiedon peruskurssi. Syksyllä uusi toiminnanjohtaja lähetettiin liiton järjestämille toiminnanjohtajien koulutuspäiville.

Kun osa-aikainen toiminnanjohtaja oli viimein saatu, yhdistyksen toinen pulma eli oman toimitilan puute oli edelleen ratkaisematta. Tiina Late teki töitä kotonaan. Ensimmäisen toiminnanjohtajan työrupeama Pirkanmaan Allergiayhdistyksessä jäi kuitenkin lopulta melko lyhyeksi, sillä Tiina Late sai koko-aikaista työtä ja jätti paikkansa yhdistyksessä jo keväällä 1986.

Palvelukseen otetaan:

Oletko reipas toimistotyöntaitava terveydenhuoltoalan tunteva henkilö? Pirkanmaan Allergiayhdistys r.y. tarvitsee

oto. sihteeri-toiminnanjohtajaa joka voi aluksia työskennellä kotona 26st@zvyz (6-10 t./viikko), ~~myöskin~~ yhdistyksen ~~ensim~~ toimistossa.

Tied. puh. 21225/Halme maanant. tai torstaina ~~kl~~ klo 10-12

2k25

minulla Pirkan Allergiayhd.

P. Pirjo Haukainen

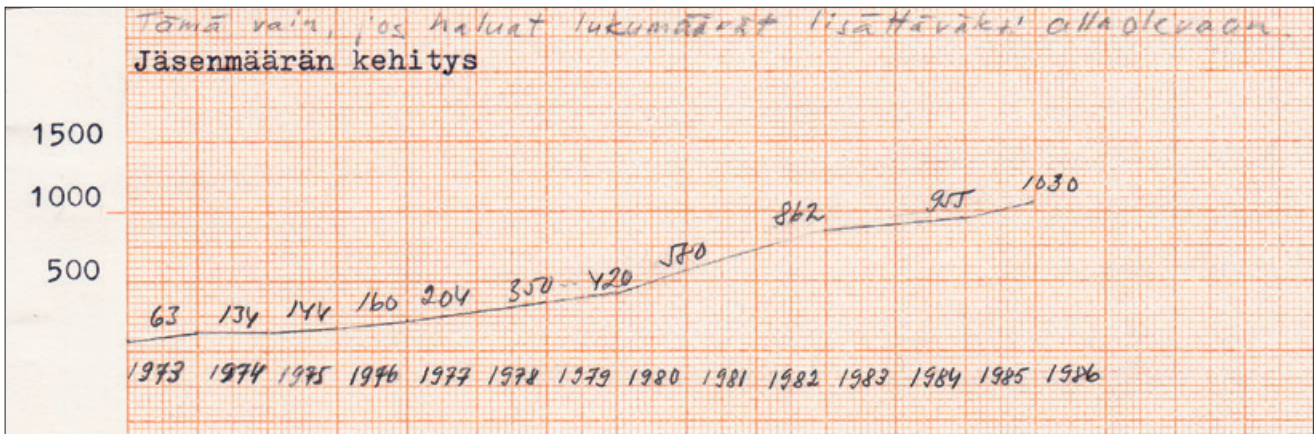
16280 Vilhelmina

Yhdistys haki ensimmäistä palkattua työntekijää *Aamulehdessä* tammikuussa 1985. Ilmoituksen käsikirjoitukseen laativat puheenjohtaja Juhani Launis ja hallituksen jäsen Oiva Halme. Työ ei ollut Halmeelle outoa, sillä hän oli *Aamulehdessä* töissä, ei tosin ilmoitus- vaan levikkiosastolla. Lasku pyydettiin lähettämään yhdistyksen sihteerille Pirjo Havukaiselle Pikonlinnaan.

Pirkanmaan Allergiayhdistyksen jäsenmäärä kasvoi joka vuosi. Tarkasti millimetripaperille piirretyn kauniin käyrän nousukulma jyrkkenee 1970- ja 1980-lukujen taiteessa, ja vuosikymmenen puolivälissä oltiin jo tuhannen paremmalla puolella. Kaavion piirtäjä ei ole signeerannut työtään.

Tämä vain, jos haluat lukumäärät lisättäviksi olemajaan.

Jäsenmäärän kehitys





Pirkanmaan Allergiayhdistyksen ensimmäinen toiminnanjohtaja Tiina Kangas, silloinen Late. Kuva on otettu huhtikuussa 2022 yhdistyksen 50-vuotisjuhla-vastaanotolla Tampereen Raatihuoneella.
Kuva: Valokuvauspalvelu Markku Rintala

Ensimmäinen toiminnanjohtaja Tiina Kangas muistelee aikaansa yhdistyksessä

Näin lehti-ilmoituksen, että Pirkanmaan Allergiayhdistyksen toiminnanjohtajan paikka on auki. Työ sopi minulle, kun lapset olivat pieniä. Työtä oli vain muutama tunti viikossa, ja sitä sai tehdä kotona. Olin yo-merkonomi. Allergiasta oli omaakin kokemusta, olen punatukkainen ja ohutihoinen. Isälläni oli ollut astmaa, äidillä ihottumaa – taikka siihen aikaan puhuttiin maitoruvesta. Omalla esikoisellani oli ollut ihottuma vauvaiästä lähtien, ja näin perheiden näkökulma avautui hyvin yhdistyksen tehtävissä.

Menin työhaastatteluun Tampereen Lääkärikeskukseen, jokin kokoushuone se siellä oli. Haastattelu oli kai lääkärikeskuksessa siksi, että puheenjohtaja Juhani Launis oli siellä ihotautilääkärinä. Launiksen lisäksi minua vastassa oli toinenkin mies, hallituksen jäsen Oiva Halme. Tietääkseni kaksi muutakin ihmistä haastateltiin, mutta minä tulin valituksi.

Siitä alkoi työni yhdistyksessä. Tehtäviini kuului pieniä toimistotöitä, ja minulla oli yhdistyksen puhelin. Puheluita tuli, mutta ei erityisen paljon. Ohjasin lähinnä soittajia oikeaan paikkaan saamaan apua, sillä yhdistyksen varsinainen allergianeuvonta oli erikseen. Tehtäviini kuului myös toiminnan suunnittelu ja toteutus yhteistyössä hallituksen kanssa. Yhdistyksellä oli tuohon

aikaan kaksi kerhoa. Perheille oli omansa, ja sitä vedin joskus itsekin. Ikäihmisille oli oma kerhonsa, jota veti pari aktiivista eläkeläisrouvaa.

Olin toiminnanjohtajana runsaan vuoden, kunnes sain päivätyöpaikan 1986. Seuraavana vuonna aloitin sairaanhoitajan opinnot. Kipinä alalle tuli varmaankin juuri yhdistyksestä. Kun lopetin yhdistyksen palkkatyössä, olin vielä yli kymmenen vuotta (1988–2006) yhdistyksen hallituksessa. Yhdistyksen 25-vuotisjuhlassa sain kultaisen ansiomerkin – sen muuten jakoi silloin ministerinä ollut Anneli Taina. Iso juhla pidettiin Saarioisten tiloissa Tampereen Järvensivulla.

Niin toiminnanjohtajana kuin hallituksen jäsenenä olen kokenut, että Pirkanmaa Allergiayhdistyksessä, sittemmin Allergia- ja Astmayhdistyksessä, hoidetaan asioita hyvässä hengessä. Tietenkin aina on erilaisia mielipiteitä, mutta yhteinen johtoajatus on aina ollut viedä yhdistystä eteenpäin.

Muistelen aikaani toiminnanjohtajana hyvällä, se oli antoisaa aikaa. Se oli ensikosketukseni yhdistystoimintaan. Opin ihmisiltä paljon ja sain hyvän sysäyksen työelämään. Kyllä se minulle oli myös jonkinlainen ponnahduslauta elämään yleensäkin, sain hyviä eväitä ja kipinän lähteä sairaanhoitajaopistoon.

**Tiina Kankaan kolme adjektiivia Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksestä:
LÄMMINHENKINEN, TIEDOTTAVA ja ETEENPÄIN MENEVÄ**

Professori Antti Arstila:

Vitamiineista apu allergiaan

Allergiat ovat solutoiminnan tietokonehäiriöitä. Niitä ei voi korjata, mutta niitä voidaan helpottaa esimerkiksi välttämällä allergiaa aiheuttavia aineita. Koska tämä ei aina ole mahdollista, voi allergioihin vaikuttaa myös vitamiineilla ja hivenaineilla sekä ravinnon koostumuksella.

Solubiologian professori Antti Arstila Jyväskylän yliopistosta kehottaa allergioista kärsiviä pitämään päiväkirjaa aineista, jotka aiheuttavat oireita. Arstilan sanojen mukaan tavanomainen allergialääkitys vaikuttaa epäedullisesti solujen toimintaan, jota on siksi kohennettava tukihoidolla.



Prof. ANTTI ARSTILA

puhuu aiheesta

"Pehmeä terveydenhoito"

ma 25. 11. 85 klo 19.00 Hepokatissa
Mustanlahdenkatu 22

Pirkanmaan Allergiayhdistys

Vapaa pääsy!

Tilaisuuden jälkeen yhdistyksen sääntömääräinen syyskokous.

TOIMITILA JA MUITA ÄKKIKÄÄNTEITÄ SYKSYLLÄ 1986

Kesäkuun alusta 1986 Pirkanmaan Allergiayhdistys sai käyttöönsä ensimmäisen toimistotilansa Tampereen Keuhkokuntoutukselta, tosin vain pariiksi tunniksi kahtena iltapäivänä viikossa. Keuhkokuntoutuksen lääkin-
tävöimistelijät Hilkka Hytti ja Helena Leino lupautuivat oman työnsä ohella jatkamaan Tiina Laten työtä.

Hetken näytti siltä, että yhdistyksen käytännön asiat olivat nyt järjestyksessä. Puheenjohtaja Juhani Launiksella oli elokuun jäsenkirjeessä iloisia uutisia:

”

Kesä toi mukanaan eräitä muutoksia Pirkanmaan Allergiayhdistyksen toiminnassa. Toiminnanjohtaja, yhdistyksen puhelinnumero ja osoite ovat vaihtuneet.

Toiminnanjohtajaksi on kutsuttu o.t.o lääkintävöimistelijä Hilkka Hytti 1.7. alkaen. Hänelle voi soittaa numeroon 931-132 274 tiistaisin klo 10-12 ja torstaisin klo 16-18.

Allergiayhdistyksen toimiston osoite on Tuomiokirkonkatu 34 A 10, 33100 Tampere.”

Ilo sekä toimistosta että toiminnanjohtajasta osoittautui kuitenkin lyhytaikaiseksi. Jo syksyllä kirjattiin tulevan vuoden toimintasuunnitelmaan, että ”pyritään saamaan yhdistykselle oma toimisto maaliskuun [1987] loppuun mennessä”. Lisäksi toiminnanjohtajan tehtäviä hoitanut Hilkka Hytti jätti eroanomuksen ja lopetti toiminnanjohtajana vuodenvaihteessa 1986-1987.

Alkusyksyn jäsenkirjeessä Juhani Launis toki tiedotti muutakin yhdistysasiaa. Puheenjohtajalla oli luvata jotakin toimintaa tai jokin

Syksyllä 1985 Pirkanmaan Allergiayhdistyksen järjestämä esitelmätilaisuus keräsi ennätysmäärän kuulijoita, yli 400 ihmistä, kun puhujaksi oli kutsuttu professori Antti Arstila. Aiheena oli pehmeä terveydenhoito, ja tilaisuudessa riitti puhetta vitamiineista allergioiden hoidossa. Kaikki allergialääkärät eivät yhtyneet vierailijan professorin näkemyksiin, mutta yleisö kuunteli kiinnostuneena. – Vitamiineista puhuttiin muutenkin paljon 1980-luvulla. Niistä myös Arstilaa kuuntelemassa ollut *Aamulehden* toimittaja löysi otsikkoaineokset 27. marraskuuta 1985 julkaisuun juttuunsa.

tapahtuma loppuvuoden jokaisena kuukautena. Ravintoterapeutti luennoi lisäaineista, keuhkosairauksien erikoislääkäri kuntoutuksesta. Astmaatikkojen keskustelukerho jatkui, ja syyskauden loppuun suunniteltiin joulumyyjäisiä.

Tästä syksystä alkaen yhdistyksen käyttöön oli tarjolla myös uusi ja kiinnostava paikka: Tampereen vastavalmistunut kirjastotalo Metso. Kirjasto avattiin yleisölle elokuussa 1986, ja yhdistykset saivat käyttää sen luentotiloja. Metsossa pidettiin tuoreeltaan myös Allergiyhdistyksen syyskokous.

VUOKRALLE NAAPURIRAPPUUN

Vuoden 1986 lopulla yhdistyksessä oli siis palattu lähtöruutuun: haussa oli sekä osa-aikainen toiminnanjohtaja että uusi toimistotila. Hallitus piti marraskuussa viimeisen kokouksensa Keuhkokuntoutuksen tiloissa ja päätti siinä perustaa toimikunnan, ”joka laittaa lehteen ilmoituksen tiloista ja

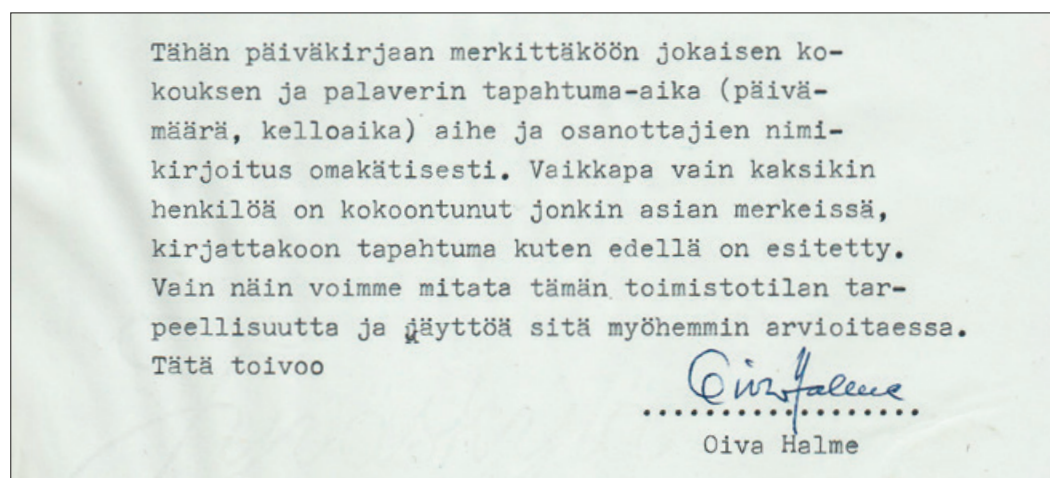
toiminnanjohtajasta. Ko. toimikunta haastattelee toiminnanjohtaja ehdokkaat. Toimikuntaan valittiin pj. Launis ja Oiva Halme.”

Uusi vuokratila, 26 neliötä, löytyi nopeasti ja läheltä. Katuosoite oli edelleen Tuomiokirkonkatu 34, vain rappu vaihtui A:sta B:hen. Uuden tilan kuukausivuokra oli 450 markkaa. Yhdistyksen vuoden viimeinen kokous alkoi kiitoksilla:

”

Puheenjohtaja avasi kokouksen kiittäen henkilöitä, jotka olivat remontoineet uutta toimistoa, erityisesti hallituksen jäsentä Birgitta Lassilaa ja tämän puolisoa, Erkki Lassilaa, jotka tekivät työstä huomattavan osan.”

Toiminnanjohtaja-asia oli tavallaan ratkennut jo syyskokouksessa 1986, kun sosiaalityöntekijä Pirkko Ollikainen oli valittu hallitukseen. Syksyllä nimittäin viisi hallituksen jäsentä oli ilmoittanut jättäytyvänsä hallituksesta



Samaan aikaan ensimmäisen oman vuokratilan kanssa otettiin käyttöön yhdistyksen ensimmäinen kokous- ja palaveripäiväkirja. Oiva Halmeen tammikuussa 1987 aloittama samettikantinen kirja on sittemmin saanut kymmeniä jatko-osia – kaikkien kannet tosin eivät ole samettia. Kokouspöytäkirjat ovat erikseen, mutta näissä kirjoissa on tilaa kaikelle yhdistystä koskevalle: lehtileikkeille ja -ilmoituksille, postikorteille, vieraslistoille ja kerhojen kuulumisille. Sivuille on kirjattu tapaamiset, palaverit ja neuvottelut, toiminnan suunnittelu ja arkiston järjestely, julisteiden tekstausta- ja postitustalkoot ja paljon muuta.



Yhdistys vuokrasi vuoden 1987 alussa ensimmäisen toimitilansa Tuomiokirkonkadulta. Lokakuussa hallituksesta olivat paikalla Päivi Ehn, Ulla Toijanniemi, Pirjo Havukainen, Juhani Launis, seisomassa Maija Duncker, Riitta Väänänen, Oiva Halme, Heikki Takala ja Pirkko Ollikainen.

Kuva: Ari Järvelä.

tulevassa vuodenvaihteessa, ja tilalle oli valittu viisi uutta jäsentä. Pirkko Ollikainen oli yksi heistä, ja hänestä tuli yhdistyksen osa-aikainen toiminnanjohtaja, rahastonhoitaja ja hallituksen sihteeri.

Yhdistyksen syksy ja vuodenvaihde 1986–1987 eivät olleet menneet aivan niin kuin edelliskesänä oli suunniteltu. Siitä huolimatta kaikki Juhani Launoksen syksyn jäsenkirjeessä lupaamat tapahtumat saatiin järjestettyä. Joulumyyjäisetkin pidettiin. Oiva Halme kirjoitti myyjäisistä yhdistyksen samettikantiseen päiväkirjaan:

”

Klo 12–14 oli väkeä runsaasti. Yritys onnistui. Bruttotulos yli 2000 mk. Hyvä esimerkki siitä, mitä saadaan aikaisek-

si, kun on tarmokkaita ja idearikkaita jäseniä ja hyvä yhteishenki.”

PIRKANMAAN ALLERGIAYHDISTYS 15 VUOTTA

Pirkanmaan Allergiayhdistyksen 15. toimintavuotta juhlittiin marraskuussa 1987. Juhlatilaisuus oli Tampereen Konservatoriossa jo pari viikkoa ennen varsinaista merkkipäivää, sillä juhla yhdistettiin Allergialiiton valtakunnalliseen allergiapäivään 14. marraskuuta. Tilaisuudessa jaettiin myös Allergiatutkimussäätiön apurahat. Juhlapuheen piti Allergialiiton puheenjohtaja, keskustan kansanedustaja ja hiljattain sosiaali- ja terveysministerinä ollut Eeva Kuuskoski-Vikattmaa. Ajan tavan mukaan tilaisuus päättyi Hämäläisten lauluun.

Takuuvarmaa kiritystä Tampereella: Otetaan Turku kiinni! Pirkanmaan Allergiayhdistyksen 15-vuotisjuhla-vuoden kunniaksi järjestettiin jäsenhankintakilpailu. Kilpailuun painatettiin erityinen vastauslähetykortti, jonka sai palauttaa ilman postimerkkiä. Yhdistys maksoi postikulut.

OTETAAN TURKU KIINNI!

Haluan osallistua Pirkanmaan Allergiayhdistyksen JUHLAVUODEN JÄSENHANKINTAKILPAILUUN ja tukea siten oman yhdistykseni toimintaa. Lähettämällä tämän kilpailukuponin täytettynä osallistun myös palkintojen arvontaan huhtikuussa -87.

Seuraava henkilö haluaa liittyä yhdistyksemme jäseneksi:

Vastaanottaja maksaa postimaksun

Pirkanmaan Allergiayhdistyksen 15-vuotisjuhlassa jaettiin ansiomerkkejä kiitoksena yhdistyksen hyväksi tehdystä työstä. Kuvassa vasemmalta Pirjo Havukainen, Riitta Väänänen, Sirkka-Liisa Isola, Jukka Kultalahti, Jukka Laitinen, Oiva Halme, Juhani Launis ja Birgitta Lassila. Juhlat pidettiin Tampereen konservatoriossa 14. marraskuuta 1987.



Valtakunnallisen allergiapäivän ja Pirkanmaan yhdistyksen 15-vuotisjuhlan ohjelmaa seuraamassa yhdistyksen tilintarkastaja Martin Rantala ja Tampereen apulaiskaupunginjohtaja Arvo Sipilä sekä Oiva Halme ja Juhani Launis.



Kuvat: Hämeen kuvapalvelu Auvo Mäkinen.

MUUTTO TAMMERKOSKEN TOISELLE PUOLELLE

Alkuvuodesta 1988 hallitus joutui taas pohtimaan yhdistyksen toimitilaa. Runsaan vuoden käytössä olleen toimiston vuokranantaja ilmoitti ”halukkuutensa huoneiston myymiseen hintaan 8.500”. Hallitus mietti tämän tai muun oman tilan ostamista, mutta päätti keskustelujen jälkeen sittenkin vielä katsella vuokravaihtoehtoja.

Vain runsaan vuoden käytössä olleesta tilasta oli joka tapauksessa lähdeittävä huhtikuun alkuun mennessä. Näköpiirissä oli uusi vuokrahuone *Aamulehden* julkaisijan, Tampereen Kirjapainon talosta Hallituskadulla. Tarjolla oli parinkymmenen neliön

toimistotila huoneistosta, jossa toisena vuokralaisena oli Pirkan Kierros. Oiva Halmeen ja muutaman muun hallituksen jäsenen ”iskujoukko” oli jo katsastanut tilan, ja tähän hallitus päätyi. Pirkanmaan Allergiayhdistyksestä tuli liikuntajärjestön alivuokralainen.

Jo aiemmin, kun muutosta oli ollut puhe, Birgitta Lassila oli jälleen tarjonnut neule-Lassilan apua. Yhtiön kuorma-auto ja kuljettaja olisivat käytettävissä. Tarjous lunastettiin loppukevällä 1988, kun yrityksen auto vei yhdistyksen tavarat kosken toiselle puolelle. Muuttoauton kuljettajana oli tietävästi Erkki Lassila, ja muuttokuorman määränpäänä oli Hallituskatu 16.

Yhdistyksen hallitus piti ensimmäisen kokouksensa Hallituskadulla elokuussa 1988. Pienessä alivuokralaishuoneessa saattoi järjestää kokouksia ja antaa puhelinneuvontaa, mutta yleisötilaisuuksia kuten luentoja siellä ei mahtunut järjestämään.

Haaveissa kangasteli edelleen kokonaan oma tila tai huoneisto. Hallitus oli saanut jo kevätkokoukselta luvan määrärahavaruuden tekemiseen, joten KOP:n korkeakorkoiselle tilille siirrettiin 20 000 markkaa. Raha talletettiin kahdeksi vuodeksi poikimaan pesämunaa oman tilan ostamista varten.

Oma toimitila oli myös puheenjohtaja Juhani Launin haaveissa, kun hän hahmoteli yhdistyksen tulevaisuutta:

”

Omat toimitilat eivät tavoitteina oleet ylivoimaisia vastaavankokoisille Helsingin, Turun ja Jyväskylän yhdistyksille. Parin vuoden päästä olisi kaksio n. 50 m² keskusta-alueelta (ei kalleimmasta keskikaupungista) mahdollisuuksien rajoissa, kun ko. tarkoitukseen saadaan rahastoitua alkupääomaa n. 50 000:- ja loppu saadaan lainoituksena (Allergialiitto takuumiehenä).”

YHDISTYS JALKAUTUU PIRKANMAAN KUNTIIN

1980-luvun aikana yhdistyksen esitelmätilaisuuksia alettiin järjestää myös muualla kuin Tampereella. Esimerkiksi Valkeakoskella järjestettiin yleisötilaisuus aikuisten kroonisista keuhkosairauksista ja Ikaalisissa lasten hengitystie- ja ihoallergioista. Valkeakoskella oli toimintakertomuksen mukaan läsnä runsaslukuinen kuulijakunta, ja Ikaalisissa yleisöä oli nelisenkymmentä.

Vuosikymmenen loppupuolella yleisötilaisuuksia pidettiin myös ainakin Ruovedellä, Toijalassa, Lempäälässä, Virroilla, Nokialla ja Ylöjärvellä. Niissä esitelmöivät alan asiantuntijat, hyvin usein yhdistyksen ”omat” erikoislääkärit kuten puheenjohtaja Juhani Launis. Tilaisuuksien käytännön järjestelyissä oli useimmiten mukana paikallinen terveyskeskus tai esimerkiksi työväenopisto.

Yleisötilaisuuksissa puhuttiin asiaa, mutta ne olivat myös oiva tilaisuus tehdä yhdistystä tutuksi maakunnassa ja saada uusia jäseniä. Toiminta-aluehan oli alusta asti käsittänyt Tampereen Keskussairaalaapiirin eli Tayksin alueen kunnat. Jo muutaman Tampereen ulkopuolella pidetyn yleisötilaisuuden jälkeen oli taas helpompi lähestyä kuntien päättäjiä raha-anomuksilla.

”

Toiminnan tehostaminen ja laajentaminen kysyy varoja. Omat toimitilat olisivat tuiki tarpeelliset niin muodoin kuin turkulaisen sisaryhteisön allergia-asemalla on. Sieltä käsin olisi henkilökohtaisen neuvonnan ja lääkinnällisen kuntoutuksen ohjaus asian-tuntevin voimin parhaiten mahdollista. Ilmanpuhdistimia ja muita kuntoutusvälineitä, joita VALTAVAN² mukaan aniharvoin korvataan, tarvittaisiin lisää. Pelkästään vapaaehtoistyöllä ei enää tulla toimeen.

Siksi käännyimme Pirkanmaan päätäjien puoleen ja pyydämme toiminta-avustusta esimerkiksi kymmenen pennin allergiaäyriä kuntalaista kohti. Edellisen kerran Pirkanmaan Allergiayhdistys vetosi alueensa kuntiin vuonna 1983.

*Allergiaterveisin
Terveyttä kaikille 2000
toukokuussa 1986
Juhani Launis,
erikoislääkäri, puheenjohtaja
Pirjo Havukainen,
sosiaalilyöntekijä, sihteeri”*

Ehdotus allergiaäyristä huolellisine perusteluineen ei ollut menestys yhdistyksen varainhankinnan kannalta. Pirkanmaalla oli tuolloin 34 kuntaa, ja niistä vain kolme tuki yhdistystä: Tampereen ja Valkeakosken kaupungit sekä Viljakkalan kunta.

NELJÄN VUODEN PAIKALLISOSASTO YLÄ-PIRKANMAALLA

Pirkanmaan Allergiayhdistyksen paikallisosaston perustamista Ylä-Pirkanmaalle oli suunniteltu jo keväällä 1989. Paikallislehden mukaan ”hanke ei vielä silloin oikein ottanut ilmaa siipiensä alle. Asiaan päätettiin palata kesälomakauden mentyä”. Niin tehtiin, ja nyt hanke otti tuulta. Virtain-Ruoveden paikallisosasto perustettiin Virroilla elokuussa 1989.

² VALTAVA eli valtion-apujen tasauksen vaikutukset. Vuonna 1984 tuli voimaan laki kuntien sosiaali- ja terveydenhuollon rahoituksesta ja suunnittelusta. Laki yhtenäisti valtion, kuntien ja kuntainliittojen sosiaali- ja terveydenhuollon suunnittelua. Aiemmin varsinkin sosiaalihuollon valtionosuuksissa oli ollut isoja kunta-kohtaisia eroja.

Paikallisyhdistyksen perustavaan kokoukseen kutsuttiin väkeä ilmoituksella paikallislehti *Suomenselän Sanomissa* 17. elokuuta 1989. Lehti ilmestyy Virroilla ja sen ympäröstössä.

**ALLERGIAYHDISTYKSEN
VIRTAIN-RUOVEDEN
PAIKALLISOSASTON
PERUSTAMISKOKOUS**

tiistaina 22.8. klo 19.00
Virtain Säästöpankin kokoushuoneessa, Virtaintie 31:ssä.

Jos haluat saada allergiatietoutta ja auttaa sen jakamisessa, tule mukaan toimintaan!

Tervetuloa kaikki asiasta kiinnostuneet.

PIRKANMAAN ALLERGIAYHDISTYS RY



Perustavassa kokouksessa oli paikalla kymmenen yhdistyksen paikallistoiminnasta kiinnostunutta virtolaista, kaksi toimittajaa sekä emoyhdistyksen väkeä Tampereelta. Uusi yhdistys sai Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistykseltä 900 markkaa alkupääomaa.

Ylä-Pirkanmaan paikallisosaston perustamiselle ei ole kirjattu varsinaisia perusteita, mutta yhden perusteen arvaa katsoamalla Pirkanmaan karttaa. Matkaan Virroilta Tampereelle menee toista tuntia, matkaa on satakunta kilometriä. Ainakaan arki-iltana ei niin vain lähdetty kuuntelemaan allergiaesitelmää maakunnan keskukseen asti.

Suomenselän Sanomat uutisoi 24. elokuuta, että ”Säästöpankin kokoushuoneessa vietettiin historiallisia hetkiä, kun Pirkanmaan Allergiyhdistykselle perustettiin sen ensimmäinen paikallisosasto”.



Paikallisosasto kokoontui alkuun ahkerasti, ja lähes joka kuukausi pidettiin esitelmätilaisuus vuoroin Virroilla ja vuoroin Ruovedellä. Ensimmäinen tilaisuus järjestettiin marraskuussa aiheena allergiatestaus. Se keräsi paikallisen pankin kokoustilaan yli 30 kuulijaa. Paikallisosastolla oli vuoden lopussa jo melkein 70 jäsentä: 43 Virroilta ja 25 Ruovedeltä. Emoyhdistys tuki paikallistoimintaa muun muassa maksamalla luennoitsijoiden palkkioita ja matkakuluja Ylä-Pirkanmaalle.

Paikallisosaston toiminta alkoi vilkkaana, mutta hiipui melko nopeasti. Jo runsaan neljän vuoden kuluttua perustamisesta, lokakuussa 1993, pidettiin osaston viimeinen kokous:

”

Virtain-Ruoveden alueen jäsenmäärällä erillisen paikallisosaston toiminta on osoittautunut tarpeettomaksi. Sama tulos on mahdollista saavuttaa tukemalla Pirkanmaan Allergiyhdistyksen toimintaa, auttamalla kontaktihenkilöiden löytämisessä jne. – ilman byrokratiaa.

Paikallistoimikunta päätti yksimielisesti paikallisosaston toiminnan lakauttamisesta.

Paikallisosaston tilillä olevat varat siirretään Pirkanmaan Allergiyhdistyksen tilille PSP:ssä.

– Merja Taipale, paik. TK:n puh.joht.”

KOHTI KOLMATTAA VUOSIKYMMENTÄ

Pirkanmaan Allergiyhdistyksessä oli vuoden 1989 lopussa yli 1300 jäsentä. Uusia jäseniä oli tullut kolme- ja puolisataa, mutta toisaalta listoilta oli alkuvuodesta poistettu toistataa ihmistä maksamattomien jäsenmaksujen vuoksi. Toimintakertomukseen on laskettu, että vuoden mittaan ”yhdistyksen tilaisuuk- sissa kävi yhteensä 1700 henkeä.”

Vuoden 1989 tuloslaskelmassa yhdistyksen tilikauden tulos oli lähes 8000 markkaa. Taseessa oli käyttöomaisuutta noin 11300 markkaa.

1980-luvun vaikuttaja: Puheenjohtaja ja ensimmäinen kunniapuheenjohtaja Juhani Launis (1935–2005)

Ihotautilääkäri Juhani Launis valittiin Pirkanmaan Allergiayhdistyksen johtoon vuonna 1979. Hän teki työuransa Tampereen keskussairaalan iho- ja sukupuolitautien klinikalla. Sen lisäksi hän piti yksityisvastaanottoa ja toimi Pirkanmaalla paitsi Allergiayhdistyksessä myös ainakin syöpäyhdistyksessä.

Juhani Launis oli ollut jo ennen puheenjohtajuutta Allergiayhdistyksessä tuttu toimija ja paljon käytetty luennoitsija. Hänen kiinnostuksensa kohteena ja usein myös luentojensa aiheena olivat kosketusallergiat ja ammatti-ihottumat. Hän oli käytettävissä, kun yhdistykseltä pyydettiin asiantuntijaa radio-ohjelmaan tai lehtiartikkelia varten. Hän edusti yhdistystä valtakunnallisessa Allergialiitossa ja edelleen liittoa pohjoismaisissa yhteyksissä.

Kun yhdistyksen allergianeuvonnalle tarvittiin uusi paikka, se löytyi Juhani Launisen kautta Tampereen Lääkärikeskuksesta.

Juhani Launis seurasi muiden allergiayhdistysten toimintaa ja löysi niiltä ideoita

Pirkanmaalle. Hän visioi muun muassa allergianeuvolan perustamista, sellaista kuin Turussa, ja kiinnostui liittymään mukaan Jalasjärvelle suunniteltuun Allergiakeskukseen. Neuvola ei Pirkanmaalle tullut eikä yhdistys liittynyt allergiakeskushankkeeseen. Monella muulla tavalla yhdistys kuitenkin kasvoi ja vahvistui hänen kaudellaan: jäseniä tuli lisää, toiminta monipuolistui, vertaistoiminta käynnistyi ja yhdistykselle saatiin sekä toiminnanjohtaja että toimisto.

Monivuotisesta ja monipuolisesta työstään yhdistyksen hyväksi Launis nimitettiin Pirkanmaa Allergia- ja Astmayhdistyksen ensimmäiseksi kunniapuheenjohtajaksi yhdistyksen 25-vuotisjuhlassa 1997.

Pitkän työuran erikoislääkärinä tehnyt Juhani Launis kuoli vakavaan sairauteen tammikuussa 2005. *Aamulehden* kirjoittamassa muistokirjoituksessa kollega muistelee Launista herrasmiehenä, joka oli aina kohtelias niin potilaille kuin työtovereille.

”Hän oli aina mukana ja usein järjestämässä työyhteisönsä juhla- ja vapaa-ajantilaisuuksia”.



Juhani Launis yhdistyksen 25-vuotisjuhlassa marraskuussa 1997.



JUHANI LAUNIS

Tampereen Lääkärikeskus,
Rautatiekatu 20 A, 4 kerros

IHOTAUTILÄÄKÄRI: ALLERGOLOGI. PATOLOGI

Ajantilaus puh. 36355 ti-pe 10.30–14, Postiosoite: PL 17,
Vastaanotto puh. 33300 33101 Tampere 10

➔ KOP 1146406952
☎ TA 18790-7

Kulkue saattoi tupakan h

Iloinen surusaattue saattoi nelimetrisen tupakkavainajan viimeiseen lepoon, jäteauton kitaan, lauantai-iltana Tampereella. Jäljessä marssivat luuranko, tupakan omaiset puettuina savukelaatikoihin sekä muu saattoväki. Kulkue oli tupakointia vastustavan Tumpapajaiset-kampanjan valtakunnallinen päätahtuma.

Kulkue lähti Ratinasta ja päättyi Keskustorille. Siellä pastori Taisto Hillberg piti muistopuheen surumusii-kin kera. Lopulta tupakka tumpattiin jäteautoon.

Hillberg selvitti, miten löy-

töretkeilijä Kristoffer Kolumbus töppäsi pahan kerran, teki suorastaan emämunauksen, tuodessaan tupakan lääkekasvina uudelta mantereelta Eurooppaan. Suomeen tupakka saapui 1600-luvun alkupuolella.

— Seitsemän ylikansallista tupakkayhtiötä hallitsee maailman tupakkamarkkinointa. On todella moraalisesti arveluttavaa, että seitsemän liikeyritystä rikastuu satojen miljoonien ihmisten terveyden kustannuksella, Hillberg paheksui.

Rahat, terveys ja henki pelissä

Valtiot tienavat sievoiset summat rahaa tupakan verotuloilla. Koska tupakan yhteiskunnalle aiheuttamat menot ovat kuitenkin pitkällä aikavälillä suuremmat kuin tupakkaveron tuotot, Hillberg ihmetteli: — En tiedä, voiko valtiolta lohdutusta sillä tosi-seikalla, että tupakointi pienentää valtion kuluja lyhentämällä monien eläkeläisten elinikää.

Hillberg pudotteli karuja lukuja: tupakkaperäisiin sai-

Monessa mukana. 1980-luvulla oltiin yleisesti huolestuneita nuorten tupakoinnista. Osana valtakunnallisia terveystalkoita Tampereella järjestettiin marraskuussa 1989 näyttävä valistustapahtuma Tumpapajaiset. Siinä nelimetrinen tupakkavainaja kannettiin kulkueessa Keskustorille siunaustilaisuuteen. Muistopuheen jälkeen vainaja sai viimeisen leposijan roska-autosta. Yhdistyksen päiväkirkon mukaan kulkueessa oli 200 ihmistä, ja *Aamulehti* otsikoi 6. marraskuuta ”Kulkue saattoi tupakan hautaan”. Tempauksen järjestivät Allergialiitto ja Elämäntavat raittiiksi -liitto sekä Pirkanmaan Allergiyhdistys.

Tapahtui vuonna 1982

- Pirkanmaan Allergiyhdistys täytti 10 vuotta
- Tampereella avattiin Amurin työläismuseokortteli
- Pirkanmaalle perustettiin Seitsemisen ja Helvetinjärven kansallispuistot
- Suomessa lunastettiin miljoonas väritelevisiolupa
- Mauno Koivisto valittiin presidentiksi
- Jouko Turkka valittiin Teatterikorkeakoulun rehtoriksi
- ammattijärjestö Tehy perustettiin
- Helsingin metro avattiin
- YK:ssa ehdotettiin ydinaseettoman Pohjolan perustamista
- Iso-Britannian ja Argentiinan välit kiristyvät Falklandin sodaksi
- amerikkalainen tietokoneasiantuntija keksi hymiöt
- CD-levyt tulivat käyttöön
- Abba-yhtye hajosi
- katsotuin kotimainen/ulkomainen elokuva oli *Uuno Turhapuro menettää muistinsa* / E.T.

Vahvaa vaikuttamista, ruokaa ja oma toimitila

Yhdistys oli 1980-luvulla saanut osa-aikaisen toiminnanjohtajan ja vuokratilat. Puitteet olivat parantuneet, mutta eivät vielä vakiintuneet. Toiminnanjohtajat olivat vaihtuneet, ja muuttolaatikoita oli kannettu paikasta toiseen. Eteenpäin kuitenkin mentiin. 1990-luvulla – kolmannella vuosikymmenellä – yhdistys ryhtyi tukemaan entistä vahvemmin allergiaperheitä. Samalla toiminta alkoi hiljalleen suuntautua ruoka-aineallergioihin, mikä on sittemmin osoittautunut valtakunnallisestikin merkittäväksi linjaukseksi. Vuosikymmenen alussa yhdistys sai pitkäaikaisen, vakituisen toiminnanjohtajan, ja vuosikymmenen lopussa vuokralaisesta tuli vihdoinkin oman toimitilan omistaja.

PALVELUKSEEN HALUTAAN TYÖTÄ- PELKÄÄMÄTÖN TOIMINNANJOHTAJA

Suomi oli 1990-luvun alkaessa syöksymässä syvään lamaan. Samaan aikaan Pirkanmaan Allergiayhdistys etsi – taas kerran – toiminnanjohtajaa. Muutaman vuoden yhdistyksen osa-aikaisena toiminnanjohtajana työskennellyt Tarja Hanttu jätti eroanomuksensa, joten paikka oli jälleen auki. Työpaikkailmoitus julkaistiin ainakin *Aamulehdessä*.

Laman ja pahan työttömyyden aikana kaikkiiin avoimiin työpaikkoihin oli paljon hakijoita. Niinpä myös Pirkanmaan Allergiayhdistyksen toiminnanjohtajan tehtävää haki yli kolmekymmentä ihmistä, joista neljä kutsuttiin haastatteluun. Valituksi tuli tampere-lainen sairaanhoitaja Terhi Hurme.

Pari vuotta Terhi Hurmeen tulon jälkeen, syksyllä 1992, yhdistyksen päättäjät keskustelivat ”hallituksen kokousten ilmapiiristä ja

puheenjohtajan luottamuspulasta toiminnanjohtajaa kohtaan”, kuten asia on ilmaistu pöytäkirjassa. Yksityiskohtia ei ole kirjattu, mutta tiedetään, että rahasta ei ollut kysymys. Seuraavana päivänä puheenjohtaja – ei toiminnanjohtaja – jätti eronpyyntönsä.

Hallitus kirjautti seuraavan kokouksen pöytäkirjaan, että ”pitää sattunutta tapahtumaa sinänsä valitettavana ja toivoo yhteisymmärryksen ja luottamuksen jälleen palautuvan hallituksen keskuuteen”. Vaikka yksityiskohtia ei tiedetä, lopputulos tiedetään: yhdistyksen puheenjohtaja luopui kesken kauden, tuore toiminnanjohtaja jatkoi työtään.

Kolmekymmentä vuotta myöhemmin yhdistyksen 50-vuotissyntymäpäivän aikaan Terhi Hurme on yhä yhdistyksen kasvot ja ääni: asiantunteva, iloinen, toimelias ja aina ystävällinen toiminnanjohtaja. Hänen työnsä merkitys on vuosien kuluessa huomattu





Puhelinneuvonta.

Terhi Hurme aloitti työnsä yhdistyksessä syksyllä 1990. Siitä lähtien allergianeuvontaa sai entistä useammin, koska toiminnanjohtajalla oli sairaanhoitajan koulutus. Kuva on otettu syksyllä 2000, jolloin kokemusta yhdistyksen pyörittämisestä ja neuvonnasta oli kertynyt jo kymmenen vuotta.

Terhi Hurme kertoo, kuinka haki ja tuli Pirkanmaan Allergiayhdistykseen

Veljeni vaimo näki syksyllä 1990 *Aamulehdestä* ilmoituksen, jossa Pirkanmaan Allergiayhdistys haki osa-aikaista toiminnanjohtajaa. Hän soitti: ”Terhi, tämä on sun työpaikkasi, hae sitä!”

Olin sairaanhoitaja ja kärsin itse allergioista ja atooppisesta ihosta. Olin kahden pienen pojan äiti – nuorin oli vasta vajaan yhdeksän kuukauden ikäinen – joten osa-aikainen työ sopi minulle hyvin. Naapurissa asuva anoppini lupasi hoitaa lapset, joten hain paikkaa ja tulin valituksi.

Myöhemmin kuulin, että valinnassani painoi se, että olin koulutukseltani paitsi sairaanhoitaja, myös matkatoimistovirkailija. Valitsijat olivat ajatelleet, että järjestäisin astmaatikoilta yhdistyksen etelänmatkoja. Ne eivät kuitenkaan toteutuneet – onneksi. En silloin vielä tiennyt astmasta juuri muuta kuin sen, mikä oli kuulunut sairaanhoitajan opintoihin. Matkan vetäminen terveysongelmista kärsiville ihmisille olisi ollut hyvin haastavaa.

Aloitin työt Pirkanmaan Allergiayhdistyksessä viidentenä marraskuuta, ja jo kuun puoli-

välissä olin ensimmäistä kertaa yhdistyksen hallituksen sihteerinä. Toimisto oli silloin Hallituskadulla Tampereen keskustassa. Työaika oli 15 tuntia viikossa, mihin sisältyi sekä allergianeuvonta että toimiston ja koko yhdistyksen pyörittäminen. Jännitti ja pelottikin: olin kolmekymppinen, ”ihan vihreä” eikä kukaan mitenkään perehdyttänyt työhön. Onneksi sain paljon neuvoja edeltäjältäni ja Allergialiitosta.

Nopeasti kävi ilmi, etteivät työtunnit riittäneet kaikkiin tehtäviin. Tunteja on myöhemmin lisätty moneen otteeseen, vaikka itse olen ollut ehkä liiankin arka pyytämään hallitukselta lisää työaika. Työtä on ollut ja on laidasta laitaan: neuvontaa, tilaisuuksien järjestämistä, yhteydenpitoa jäsenistöön ja liittoon, esitelmöitsijöiden hankintaa, talousasioita, sopimuksia, kokouksia ja pöytäkirjoja, avustusten hakua ja niin edelleen.

Nykyisin olen Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksen kokopäivätoiminen toiminnanjohtaja.

myös Allergia- ja astmaliitossa Helsingissä. Terhi Hurme oli yksi palkituista, kun liitto keväällä 2006 jakoi mitaleja paitsi vapaaehtoistyöntekijöille myös ”henkilöille, jotka ovat ansiokkaasti edesauttaneet liiton tai jäsenyhdistyksen toimintaa”.

PIRKANMAAN ALLERGIAYHDISTYKSESTÄ TULEE ALLERGIA- JA ASTMAYHDISTYS

Elokuussa 1993 Pirkanmaan Allergiayhdistyksen hallituksen kokouspöytäkirjaan on ilmoitusasiana merkitty lyhyesti ”Juhani Launis kertoi Astmaliitosta ja sen uuden hallituksen kokoonpanosta.”

Puhe ei siis ollut Allergia- vaan Astmaliitosta. Launis oli kokouksessa kertonut Tampereella vuonna 1968 perustetusta järjestöstä, joka oli rekisteröity nimellä Astmaliitto r.y. Sitä oli aikanaan ollut perustamassa joukko astmapotilaita ja heidän läheisiään. Sen tavoitteena oli ollut kohentaa astmaattikkojen elämänlaatua ja myöhemmin perustaa muun muassa kuntoutuslaitos. Tuolloin – siis viitisen vuotta ennen Pirkanmaan Allergiayhdistyksen syntyä – oli myös suunniteltu Astmaliiton paikallisyhdistysten perustamista koko maahan.

Suuret suunnitelmat ja laajentuminen eivät toteutuneet. Päinvastoin: Astmaliitto hiipui

kokonaan. Kuivahtamisesta huolimatta Astma-liitto jäi yhdistysrekisteriin varatuksi nimeksi useiden vuosien ajaksi.

Pirkanmaan Allergiayhdistyksessä nimiasia pulpahti arkiston mukaan seuraavan kerran esiin helmikuussa 1994. ”Pirkanmaan Allergiayhdistys ry:n nimen muutos Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistys ry:ksi” oli nyt yhtenä pykälänä hallituksen pöytäkirjassa, mutta tapahtumia ei dokumentoitu sen enempää. Viimeinen sysäys pidennykselle lienee tullut, kun Allergialiitto vaihtui Allergia- ja astmalitoksi vuoden 1994 alusta. Liiton muutoksen jälkeen myös Pirkanmaalla edettiin nopeasti. Vielä saman vuoden syksyllä esiteltiin luonnos Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistys ry:n uusiksi säännöiksi, ja marraskuussa sekä uusi nimi että uudet säännöt hyväksyttiin yhdistyksen syyskokouksessa:

”

Hyväksyttiin Pirkanmaan Allergiayhdistys ry:n nimen muutos Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistys ry:ksi.”

Ensimmäisen kerran pidentynyt nimi kirjoitettiin kevätkokouksen 1995 kokouskutsuun ja esityslistaan, ja varsin pian se vakiintui myös yleiseen käyttöön.



Joulun alla. Anna-Liisa Tirkkonen oli yhdistyksen puheenjohtaja vuoden 1995 loppuun. Terhi Hurme ja Juhani Launis kiittivät häntä tehdystä työstä hallituksen pikkujoulukokouksessa.



Kaupungilla näkyvillä.

Toiminnanjohtaja Terhi Hurme haastatteli Ytyä yhdistykseen -tapahtumassa Tampereen ympäristöviraston terveysinsinööriä Ari Elsilää. Koskikeskuksen keskusaukiolla puhuttiin muun muassa kaupungin ilmanlaadusta ja sen tarkkailusta. Toisessa kuvassa yhdistyksen liikuntaryhmän vetäjä Elina Erkkilä esittelee yhdistystä pääkirjasto Metson aulassa.

Toiminnanjohtaja Terhi Hurme kertoo, kuinka astma liitettiin yhdistyksen nimeen

Olin vielä aika tuore Pirkanmaan Allergia-yhdistyksen toiminnanjohtaja, kun Allergialiiton silloinen toimitusjohtaja Aulis Potinkara soitti. Hän sanoi, että minun pitäisi ottaa yhteyttä kaikkiin tämän 1968 perustetun Astmaliiton hallituksen jäseniin. Liitto ei kai käytännössä ollut toiminut kovinkaan pitkää aikaa. En tiedä tarkasti, mutta minulle jäi se käsitys, että järjestön toimintomuus johtui jonkinlaisista ihmisten keskinäisistä ristiriidoista.

Sain puhelimella yhteyden kaikkiin Astmaliiton hallituksen jäseniin. Sitten sain

heiltä jokaiselta allekirjoitetun lapun, ja näiden lappujen perusteella Astmaliitto lopetettiin. Nimi vapautui, ja Allergialiitto nappasi sen heti omakseen. Pirkanmaan yhdistys teki saman ”nappauksen” pian sen jälkeen.

90-luvun nimenmuutoksista meni kuitenkin vielä yli kaksikymmentä vuotta ennen kuin Astmaliitto lopullisesti lakkasi. Sen viralliseksi lakkautuspäiväksi yhdistysrekisteriin on merkitty 31.12.2017. Silloin rekisteristä siivottiin pois monta muutakin hiipunnutta järjestöä.

Sittemmin yhdistyksen nimi on pysynyt 1990-luvun puolivälin kuosissa. Nimi ei Pirkanmaalla muuttunut siinäkään vaiheessa, kun Iholiitto yhdistyi Allergia- ja astmaliittoon maaliskuussa 2017. Valtakunnallisesta järjestöstä tuli virallisesti Allergia-, iho- ja astmaliitto, mutta Pirkanmaalla on edelleen Allergia- ja Astmayhdistys ry.

ALLERGISTEN LASTEN VANHEMPAINKERHO



Ruoka-aineallergisia tamperelaislapsia oli syyslukukaudella 1985 päiväkodeissa 10,9%, ala-asteella 8,3% ja lukiossa enää 2,3%. Eniten oli sitruhedelmä- ja kala-allergiaa.”

Lasten allergioita oli selvittänyt Pirkanmaan Allergiyhdistyksen aktiivinen perustajajäsen, tamperelainen lastentautien erikoislääkäri Annikki Terho.

Terhon selvityksen tulokset voinee siirtää myös perheisiin. Pikkulapsilla allergioita

on eniten, joten myös pienten allergialasten vanhempia ja heidän perheitään on paljon. Heidän arkensa on tavallista lapsiperheeksi rankempaa, joten vanhemmat kaipaavat sekä luotettavaa tietoa että vinkkejä ja vertaistukea. Näihin tarpeisiin vastasi Pirkanmaan Allergiyhdistyksen toivottu, jo 1980-luvulla perustettu allergisten lasten vanhempainkerho.

Lasten kasvaessa monet allergiat helpottuivat. Vaikeimman ajan ohittaneet vanhemmat jättäytyivät pois kerhosta, mutta uusia vanhempia tuli tilalle. Kerhoja tarvittiin. Niitä perustettiin uusia tai joskus lakkautettiin – niin kuin esimerkiksi keväällä 1990:



Allergisten lasten vanhempainkerho lakkautetaan ja vanhempainkerhon varat, 3.233,78 mk + korot, siirretään yhdistyksen tilille.”

Kerho lakkasi, koska kerhon silloinen vetäjä jäi äitiyslomalta eikä uutta löytynyt.

Muutaman väli vuoden jälkeen kerho taas elvytettiin ja toiminta jatkui.

Loppuvuodesta 1996 yhdistyksen hallitus kiinnitti huomiota allergiaperheiden uuvuttavaan tilanteeseen:

”

Allergisten lasten vanhempainkerho koontuu säännöllisesti ja se on koettu erittäin tarpeelliseksi. Erityisesti äidit ovat hyvin väsyneitä lasten jatkuvaan oireiluun ja vaikeasti toteutettavaan ruokavalioon.

Piristykseksi järjestämme bussiretken Pääskylään osallistuen matkakustannuksiin.”

Kerhossa kävi näihin aikoihin 10–15 äitiä joka kuukausi. Retkikohde Pääskylä oli Allergialiiton omistama, erityisesti allergisille lapsille tarkoitettu kesäpaikka Pernajassa Uudellamaalla. Pirkanmaalta oli tehty sinne retkiä jo aiemmin, ja ainakin yhdellä retkellä oli kuultu myös asiantuntijaluennot ruoka-allergioista ja tupakoinnista allergiaperheessä.

1990-luvun lopulla myös media löysi aiheita allergioista, ja usein niistä kerrottiin yhden ihmisen tai koko perheen kautta. Esimerkiksi *Helsingin Sanomien Kuukausiliite* julkaisi kesäkuussa 1998 laajan artikkelin, jota varten toimittaja ja kuvaaja olivat vierailleet tamperelaisessa Siliuksen perheessä. Toimittaja astui sisään ”nenä edellä”:

”

Nuuhkaistaan vähän ympäristöä – joka kodillahan on oma tuoksunsa. Täällä ei ole. Ei tuoksu oikein miltään.

Tässä kodissa ei näy hitustakaan pölyä leijailmassa olohuoneen hyllystön päällä. Tämä perhe siivoaa joka päivä, ja tarkasti. He käyttävät vain aineita, joissa ei ole hajusteita. Heidän keittiössä ei leivota pikkupullia, eikä sinne kateta juhla-aterioita, ei edes jouluna.

HYVÄNTEKEVÄISYYSTILAISUUS

ISÄNPÄIVÄN KÄPYKARKELOT TAMPEREELLA

SUNNUNTAINA 8. MARRASKUUTA
TULLINTORIN PAKKAHUONEELLA KLO 14.00

■ TOUHUMAA ■ JOULUPUKINPAJA ■ VALOKUVAUSPISTE

OHJELMASSA KLO 15.00 ALKAEN

- Mussakatin oppilaat ja Terhi Koivuniemi
- Sorin sirkus
- Voimistelu- ja tanssiesityksiä
- näytelmä: Hylytty, hyväluontoinen koira
- ongintaa ja arvontaa

Myynissä Hyvän Olon -tuottajien herkkuja: kotimaisia lisäaineettomia, kananmunattomia, maidottomia, sokerittomia ja gluteenittomia tuotteita.

Liput:
Stockmann/levyosasto tai ovelta
Aikuiset 20,- lapset 10,-

Tilaisuuden järjestää
Pirkanmaan allergiayhdistys ry.



Paikka yhdistyksen hallituksessa poikii mielenkiintoisia asioita. Toiminnanjohtajan viesti hallituksen jäsenille lokakuussa 1992:

”Arvoisa hallituksen jäsen. Pakkahuoneen sali 8.11. koristellaan joulukuusin, missä roikkuu maalattuja KÄPYJÄ. Nimihän on KÄPYKARKELOT ja juontajana on käpypukuinen MUORI MENNINKÄINEN. Olisitko ystävällinen, jos mahdollista, ja toisit JOULUKUUSENJALAN hallituksen kokoukseen. Jalka on hyvä varustaa nimelläsi pohjaan.”

Lastenrieha.

Yhdistyksen Käpykarkelot näkyi paikallisissa lehdissä ja Muori Menninkäinen kuului Radio 957:ssä jo ennen isänpäivän tapahtumaa. Karkeloitten monipuolinen ohjelma veti Tullikamarin Pakkahuoneelle lähes kolme- ja puolisataa ihmistä. Käpypuvussa Muori Menninkäinen oli Kirsti Kutila.



Joulupukin apulaiset.

Allergisten lasten vanhempainkerho järjesti pikkuväelle muun muassa joulujuhlan. Kun äidit leipoivat ja laittoivat juhlaherkut, allergiset lapset saattoivat kerrankin syödä turvallisesti yhteisestä pöydästä. Kirsi Kuosa, silloinen Silius, oli mukana joulujuhlatalkoissa.

Kirsi Kuosa kertoo allergisten lasten vanhempainkerhosta

Olin aina anoppilassa lukenut *Allergia ja astma* -lehden, sillä pidin siitä. Lehdestä varmaan luin allergisten lasten vanhempainkerhoista ja ajattelin, että olisi mukava mennä mukaan. 1994 syntynyt esikoislapseni oli vaikeasti allerginen.

Vanhempainkerhosta sain tietoa, vertaistukea, ystäviä – ja käytännön taitoja esimerkiksi yhdistyksen kokkouskursseilta. Ruuanlaittokursseja veti Outi Penttilä, ne pidettiin Sampolassa. Kaupassa kun allergiselle lapselle sopivia ruokia ei juuri ollut, ja sopivat raaka-aineetkin olivat vieraita – niin kuin vaikka tattari: miten siitä leivotaan, kun ei ole siihen tottunut?

Yhdistyksen kursseilla opin leipomaan ja laittamaan lapselle sopivaa ruokaa. Tai lapsille, sillä pari vuotta myöhemmin syntynyt pikkuveli oli ihan yhtä allerginen kuin isosiskonsakin.

Allergisten lasten vanhempainkerho kokoontui kerran kuukaudessa. Paikalla oli kerrallaan kymmenkunta ihmistä, pääosin äitejä. Joskus tavattiin perheittäin niin, että isätkin olivat mukana. Joskus äidit pääsivät virkistäytymään ilman lapsia muun muassa laivalle. Muistan yhden risteilyn, kun erään allergisen lapsen äiti oli niin väsynyt, että nukkui hytissä melkein koko matkan.

Kirsi Kuosan kolme ajatusta Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksestä:

+ KORVAAMATON – tieto ja taito, ystäviä ja vertaistukea

+ TARPEELLINEN – luennot ja esitelmät

= SYDÄMEN ASIA

Kirsi ja Juha Siliuksen kotona kaikki tavarat ovat tarkasti omissa kaapeissaan, kirjat ja videokasetitkin lasiovien takana. Yöpöydille ei anneta kertyä pientä roinaa.

Siliukset ovat allergiaperhe.”

Tavallisen arjen työläys käy ilmi muutamasta lauseesta:

”

Nelivuotias Saana ei voi syödä spagetia, hampurilaisia, kalaa, pullaa, jäätelöä eikä juuri muitakaan tavallisia ruokia.”

”Kun kesä etenee, kaksivuotias Joonas jaksaa olla yhä vähemmän ulkona. Siliukset toivovat sateita, jotka pitäisivät siitepölyt kurissa.”

Perheen äiti Kirsi Silius oli tuolloin yksi Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksen allergisten lasten vanhempainkerhon aktiivisista äideistä.

ALLERGIAPÄIVÄKOTI

”

Allergisten lasten päiväkotikiinnittämisenä Tampereella voisi liittyä suurempaan systeemiin. Sellaista suunnitellaan tulevaan Helsingin Allergiataloon mukaan vuokralaiseksi.”

Ajatus allergiapäiväkodin perustamisesta nousi Pirkanmaalla esiin tiettävästi ensimmäistä kertaa jo 80-luvulla, kun silloinen puheenjohtaja Juhani Launis pohti yhdistyksen tulevaisuutta ja pitkän aikavälin suunnitelmia.



Sen tarkemmin päiväkotia ei vielä suunniteltu, mutta idea oli heitetty. Ajatuksen toteutumiseen meni vielä kymmenkunta vuotta, eikä toteuttaja lopulta ollutkaan Allergia- ja Astmayhdistys vaan Tampereen kaupunki. Yhdistys oli kuitenkin hankkeen sinnikäs moottori.

Yhdistyksen hallitus, toiminnanjohtaja, allergisten lasten vanhempainkerho ja vielä erikseen perustettu allergisten lasten vanhempaintoimikunta tekivät paljon töitä allergiapäiväkodin puolesta. Virallinen aloite – ei kokonaisen päiväkodin, vaan päiväkotiryhmän – perustamisesta jätettiin Tampereen kaupungille syksyllä 1997.

Ehdotus eteni kaupungin rattaissa nopeasti huipulle eli kaupunginvaltuustoon asti. Yhdistyksessä iloittiin, kun valtuusto päätti keväällä 1998 perustaa allergiaa ja astmaa sairastaville lapsien päiväkotiryhmän. Se aloitaisi jo saman vuoden syksyllä Tammelassa

VANHEMMAT SALAPOLIISEINA

Hyppysellinen sopimatonta ruoka-ainetta voi aiheuttaa astmalapselle niin pahan kohtauksen, että hän joutuu sairaalahoitoon. Perheet tekevätkin varsinaista salapoliisityötä saadakseen maahantuojilta ja valmistajilta tietoja ruokien valmistus- ja lisäaineista. Tuoteselosteet ovat astma- ja allergialapsia ajatellen liian ylimalkaisia. Jos seloste esimerkiksi ilmoittaa kiisselin makeutusaineeksi fruktoosin, ottaa lapsen vanhempi selvää, mistä tämä fruktoosi on tehty. Jos se on valmistettu maissitärkkelyksestä, maissille allerginen ei voi syödä kiisseliä. Kerhossa yhden äidin vaivan näkö tuottaa moninkertaisen hyödyn, kun hän kertoo asiasta koko joukolle.

Yhdessä kerholaiset manaavat niitä valmistajia, jotka liikesalaisuuteen vedoten eivät suostu paljastamaan käyttämiään valmistusaineita. Elintarvikelisiä aineiden E-koodiavain-vihkonen äidit huokaisevat osaavansa ulkoa, sillä satojen lisäainesten koodeja tavataan joka kauppareissulla.

Vauva-lehti julkaisi maaliskuun 1997 numerossaan monisivuinen juttukonkaisuuden Lasten astma yleisty. Toimittaja ja kuvaaja kävivät sitä varten tapaamassa Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksen allergisten lasten vanhempainkerhoalaisia. Kuvateksti kertoi, että pöydän ympärillä istuivat Tuuli Merikoski-Silius ja 'Patonki' (vas.), Pirjo Kuokkanen, Tarja Kiviniemi, Maria Tiilikainen, Sari Kontiola, Eva Jukko ja Anneli Lastumäki. Takana seisovat toiminnanjohtaja Terhi Hurme, terveydenhoitaja Maarit Juhala sekä Sirpa Peltonen ja Ilona Rantanen.

Kuva: Jyri Syvänen

Kirsi Kuosa kertoo allergisten lasten päiväkotihankkeesta

Kirsi Kuosa oli myös Pirkanmaan Allergiayhdistyksen hallituksen jäsen 1998–2015

Idea erityispäiväkodista syntyi allergisten lasten vanhempainkerhossa. Omista lapsistani molemmat olivat niin allergisia, ettei heitä voinut viedä tavalliseen päiväkotiin. Kaupunki maksoi meille hoitajan kotiin niin kuin maksoi monille muillekin perheille.

Kirjelmöimme asiasta kaupungin sosiaalijohtajalle: Eikö tulisi halvemmaksi perustaa allergiapäiväkoti kuin maksaa hoitaja kaikkiiin perheisiin? Lapset saisivat kavereita ja vertaistukea, vanhemmat voisivat käydä töissä turvallisin mielin.

Olin kirjoittamassa tätä kirjelmää Tuuli Merikoski-Siliuksen kanssa, en muista keitä muita oli mukana. Pirkanmaan Allergiayhdistys oli rinnalla ja tukena. Olin oikeastaan hämmästyneenä, kuinka hyvin ja nopeasti asia eteni kaupungilla. Ehkä siitä oli apua, että Tuulin äiti Sirkka³ oli silloin kaupunginvaltuustossa.

Meillä kotona aiemmin käynyt hoitaja sai töitä uudesta allergiapäiväkodista; se oli Vellamon päiväkotitammelassa. Ryhmän kaikki hoitajat koulutettiin hyvin: yhdistys oli siinä mukana, perehdytys tuli Taysista. Hoitajat osasivat ottaa huomioon kunkin lapsen allergian. He pitivät esimerkiksi huolta, etteivät lapset maistele ruokia toistensa lautasilta. Päiväkodissa oli varalla myös tarpeellisia lääkkeitä kuten adrenaliinikynä EpiPen, jos jotain tapahtuisi. Muistaakseni mitään ei sattunut.

Tampereen kaupungille lähetettyä kirjelmättekstiä pyydettiin myöhemmin malliksi muuallekin, muistan että ainakin Pirkkalan vanhemmat kysyivät sitä. En joutunut ihan allergiapäiväkodin ”matkasaarnaajaksi”, mutta asiasta kyllä kyseltiin paljon puhelimessa.

3 Tampereen kaupunginvaltuutettu ja valtuuston puheenjohtaja, sosiaalineuvos Sirkka Merikoski (sd.). Hän teki pitkän työuran Kehitysvammaisten Tukiliiton toiminnanjohtajana.

Alas allergia!

Allergisten lasten ryhmä aloitti Vellamon päiväkodissa syksyllä 1998, ja Aamulehti kävi seuraamassa ”vellamolaisten” touhuja ensimmäisen talven jälkeen keväällä. Lehti kertoo, että suurimmalla osalla lapsista on eläinpiteeallergia, moniruoka-allergia, siitepölyallergia, atooppinen iho ja astma. Vellamon aikuiset eivät puolestaan tupakoi, käytä hajusteita tai omista lemmikkieläimiä.

” Kenen isi sää oot? kysyy harvahampainen pikkumies silmät auringonpaisteesta sirrillään ja aivastaa päälle. Tämä on Vellamon allergisten lasten päiväkodin pihamaa Tampereella. Täällä kiipeillään telineissä, tongitaan hiekkalaatikkoa, nauretaan ja kiljutaan – joskus itketäänkin – kuten päiväkodeissa on tapana.

Allergisten lasten päiväkotiryhmässä satukirjat pakastetaan ennen lukemista

Allergiset lapset tulivat Vellamoon viime syyskuussa. Kyse on kaksivuotisesta kokeilusta, johon olisi ollut halukkaita enemmän kuin voitiin ottaa. Tämä yhdentoista hengen pesue sai tilat entisestä talonmiehen asunnosta, jonka vieressä toimii tavallinen päiväkotitammela. Pihalla kaikki kuitenkin leikkivät yhdessä. Erottelua niihin ja noihin ei ole.

– Sairaudesta ei tehdä lasten kuullen numeroa. Ajatuksemme on, että al-

lergia jäisi toissijaiseksi, lastentarhanopettaja Sari Junno sanoo.

Miten sairaus sitten on nujerrettu Vellamossa, jolla osalla lapsista on eläinpitee-

Vellamon päiväkodissa. Kyse oli aluksi vain kaksivuotisesta kokeilusta, mutta sen jälkeen toiminta jatkui Tuomiokirkon lähetyksillä Jusinkylän päiväkodissa. Astma- ja allergisten lasten ryhmä vakiintui osaksi Tampereen kaupungin varhaiskasvatusta.

PÄIVÄKODISTA KOULUUN

Allergiapäiväkodin jälkeen allergisten lasten vanhemmilla oli uusi tavoite. Aamulehti kertoi elokuussa 2001, että äidit puuhaavat vaikeasti allergisille omia koululuokkia:



Vaikeasti allergisten lasten vanhemmat haluavat perustaa Tampereelle allergia- ja astmaystävällisiä luokkia. Kaupunginhallitukselle annettussa kunnallisaloitteessa esitetään, että ala-asteen aloittavien lasten tulisi muodostaa ainakin yksi ryhmä, joiden kotona ei olisi lemmikkiä.”

Yksi tämänkin hankkeen puuhanainen Allergia- ja Astmayhdistyksessä oli Kirsi Kuosa. Aktiiviset vanhemmat tekivät vetoimuksen allergialuokista Tampereen yleissivistävän koulutuksen johtajalle. Siitä tuli yhdistyksen toimistolle ”vain” iloinen viesti vetoimuksen kirjoittajilta ”Tsau Terhi! Laitoimme tällaisen Tampereen kaupungille! T. Kirsi”.

Tamperelaiset allergisten lasten vanhemmat tiesivät tuolloin, että Porissa tämänkaltaisen koululuokka oli toiminut jo vuodenvälein. Tampereen jälkeen samanlaisia ehdotuksia ja vetoimuksia jätettiin muihinkin Pirkanmaan kuntiin, muun muassa Kangasalle. Valkeakoskella kuntalaisaloitteen teki Hengitysyhdistys, mutta siinäkin Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistys oli vahvasti mukana.

Aamulehti kertoo edellä mainitussa artikkelissa allergisten koululuokista myös sen, että kaikki asiantuntijat eivät olleet varauksetta samaa mieltä vanhempien kanssa.



Lasten allergologina toimiva lääkäri Minna Kaila suhtautuu ajatukseen allergiaystävällisistä koululuokista varovaisen kielteisesti.

– Periaatteessa olen sitä mieltä, että koulujen yleisen siisteystason tulisi olla niin hyvä, jotta allergikot pärjäisivät muiden mukana. Suurin osa allergikoista ei ole kuitenkaan pahasti oireilevia, hän sanoo.”

Tähän aikaan ei vielä yleisesti puhuttu siedätyksistä tai siedättämisestä. Vallalla oli ajatus välttää kaikkea, mikä mahdollisesti aiheuttaisi vähänkin allergisia reaktioita. Yllä olevasta repliikistä kuitenkin huomaa, että joidenkin alan lääkäreiden mielessä kyti epäily. Oliko kaiken mahdollisen välttäminen sittenkään järkevää? Kysymykseen saatiin vastaus vajaan kymmenen vuoden kuluttua. Siitä kerrotaan tässä juhlakirjassa enemmän, kun edetään 2000-luvulle.

ERITYISESTI VAIKEISIIN RUOKA-AINEALLERGIOIHIN ALETAAN KIINNITTÄÄ YHÄ ENEMMÄN HUOMIOTA

Vuonna 1997 Taysin ihotautiklinikan silloinen apulaisylilääkäri Kristiina Turjanmaa kirjoitti Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksen 25-vuotisjulkaisuun:



Ruoka-allergia on usein syy pikkulasten ihottumiin ja moniin suolioireisiin. Ihotesteihin ja altistuksiin perustuva dieetti voi asiantuntevasti toteutettuna poistaa oireet ja taata lapsen normaalin kasvun.”

”Elämänlaatu perheessä paranee, kun ihottumainen, kutiseva ja vatsavaivainen lapsi tulee oireettomaksi ja niin perhe saa nukkua yönsä rauhassa.”

”OLEN KAI
VÄHÄN KANSAN-
VALISTAJA.”

Kristiina Turjanmaa puhui pikkulasten atooppisesta ihottumasta ja suolioireista sekä niiden diagnostiikasta myös useissa yhdistyksen yleisötilaisuuksissa 1990- ja 2000-luvuilla. Esimerkiksi 1995 yhdistyksen Ihopäivässä oli niin paljon kuulijoita, että kaikki kiinnostuneet eivät mahtuneet luentosaliin sisälle. Toinen Kristiina Turjanmaan tavallisista esitelmäaiheista oli lähinnä atoopikoilla esiintyvä lateksi- eli luonnonkumiallergia.

YHDISTYKSEN 25-VUOTISJUHLA

Yhdistyksen 20-vuotispäivä ohitettiin vähin elein, mutta 25-vuotispäivää vuonna 1997 juhlittiin enemmän. Juhlaan koottiin myös pieni kirjallinen historiikki, johon pyydettiin muutama asiantuntija-artikkeli yhdistyksessä toimineilta lääkäreiltä. Katkelma dosentti Kristiina Turjanmaan tekstistä oli jo edellisellä sivulla.



Dosentti Kristiina Turjanmaa luennoi yleisötilaisuuksissa muun muassa kontaktiallergioista ja ruoka-allergioiden diagnostiikasta.

Iho- ja sukupuolitautien erikoislääkäri, dosentti Kristiina Turjanmaan ajatuksia allergiasta ja Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksestä

Minusta on ollut tärkeää jakaa tietoa allergioista, olen kai vähän kansanvalistaja. Näillä luennoillani oli kyllä aina paljon kuulijoita. Yleensä aika loppui kesken, kun ihmisillä oli niin paljon kysyttävää. Allergisten lasten vanhemmat halusivat tietoa ja yleensä he ottivat kaiken tiedon ja avun vastaan. Varsinkin, jos lapsilla oli vaikeita oireita.

Uskon niin, että ihmiset osaavat ajatella itse, kun saavat tietoa. He osaavat kuunnella kehoaan ja keksiä itse, mikä on vikana. Vanhemmat huomaavat lapsestaan. Sen

Erikoislääkäri Juhani Launis kirjoitti historiikissa allergioiden erilaisista tyypeistä:

”

Atooppinen allergia on nopeaa, välitöntä, IgE-vasta-ainevälitteistä oireilua. Atooppinen allergiamekanismi on siitepöly- tai eläinpölynuhan, monen ravinto-aineyliherkkyyden, ulkosyntyisen astman ja valkuaisainekosketuksesta nousevan nokkosrokon takana.”

”Kontaktiallergia on hidasta, viivästynyttä, T-imusolmukevälitteistä ilmeten allergisena kosketusallergiانا eli kontaktiekseemana. Nikkeli- ja kromisuola, paikallishoitoaineet, hajuusteet, kumikemikaalit, formaldehydi ja useat raakamuovut ovat tunnettuja kosketusherkeitä.”

”Ärsytysihottuma on yleisin kosketusihottuma ja tavallisin ammatti-ihot-

Kristiina ”Kissu” Turjanmaan kolme adjektiivia Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksestä:
IHMISLÄHEINEN, TEHOKAS, INFORMATIIVINEN

Aristokraattien kiusasta tuli kansantauti

*Sata vuotta sitten allergiaa sairasti ylimystö.
Nyt koko kansalla on yläluokan elämäntavat – ja yläluokan sairaus.*

HEIKKA

...kutisee vimmatusti ja nokka vuotaa keneen. Silmiä tuskin näkyy turvonten luomien takaa. Hengitys vinkuu ja

berkuloosin, tuhkarokon, polion ja kurkkumädän, uhka oli vielä sata vuotta sitten osa varsinkin lasten elämää. Näitä tauteja aiheuttavien mikrobien torjunnassa oli ihmisen immuunijärjestelmällä – vastustuskyvyllä – täy-

kutus lapseen olisi sama kuin esimerkiksi sairastetun tuberkuloosin.

– Tällaisiakin spekulatioita on esitetty. Taivoitteena on toki rokote, joka ei aiheuta mitään tautia tai hankalia sivuvaikutuksia. Hoito

kainen ja voimakas siedätysshoidon kaltaistutus. Elimistö tottuisi siihen hiljalleen allerginen reaktio aitoa proteiinia vastaan venisi.

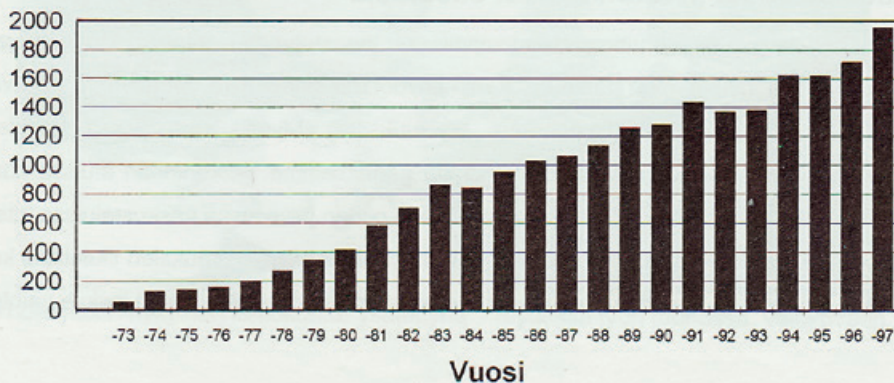
Vastustuskyvyn häiriöihin liittyvien ta

Aamulehti julkaisi toukokuussa 1999 laajan allergiaa käsittelevän juttukokonaisuuden, josta yksi osa oli sairauden historian jäljillä. Lehti totesi Lääkäriseura Duodecimiin ja Suomen Akatemiaan viitaten, että allergiat lisääntyvät nopeimmin lasten ja nuorten keskuudessa. Se muistutti myös, että allergia on pitkäaikaissairaus. "Vuosittain allergioista koituu arviolta 10-20 miljoonan markan kustannukset".

Yhdistyksen toiminta vakiintui ja kannatus nousi

Jäsenmäärä kasvoi tasaisesti vuosien mittaan. Viimeinen luku maksavista jäsenistä on 1626 (01.08.1997). Oheisesta kaaviosta näkyy jäsenmäärän kehitys.

Jäsenmäärän kehitys 1972-97



Jäsenmäärä kasvaa. 25-vuotispäivän lähestyessä, elokuussa 1997 yhdistyksellä oli 1 626 maksanutta jäsentä. Jäsenmäärää kuvaava pylväskuvio julkaistiin yhdistyksen 25-vuotisjulkaisussa, Sen on todennäköisesti tehnyt julkaisun taittäjä Markku Lindgren.

tuma. Hankaus, lika, pöly, märkä työ, pesuaineet ja liuottimet vaurioittavat ihoa.”

Yhdistyksen 25-vuotisjuhla järjestettiin ruokayhtiö Saarioisten pääkonttorilla Tampereen Järvensivulla. Kansanedustaja ja silloinen puolustusministeri Anneli Taina (kok.) toi Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistykselle valtioneuvoston onnittelet. Juhlapuheessaan



Neljännesvuosisata järjestötyötä.

Yhdistyksen 25-vuotisjuhla järjestettiin Saarioisten auditoriossa, ja esiintyjävieraana oli laulaja Inga Sulin.

hän korosti muun muassa sitä, että kansalaisten vapaaehtoisella järjestötyöllä saadaan paljon hyvää aikaan.

”

Poliittisena päätöksentekijänä haluan muistuttaa myös siitä, että järjestöt toimivat jäsentensä linkkinä päätöksentekijöihin. Järjestöjen asiantuntijarooli on tänä päivänä kiistaton esimerkiksi lakien valmistelussa.”

Anneli Taina toimi tuolloin Pirkanmaan yhdistyksen edustajana valtakunnallisen Allergia- ja astmaliiton valtuustossa.

Juhlissa kutsuttiin yhdistyksen kunniapuheenjohtajaksi erikoislääkäri Juhani Launis tunnustuksena pitkästä ja erityisen arvokkaasta työstä yhdistyksen hyväksi. Hän oli vaikuttanut myös Allergia- ja Astmaliitossa sekä pitänyt yhteyttä ulkomaisiin sisarjärjestöihin ja kollegoihin.



Eturivin keskellä istuu yhdistyksen ensimmäiseksi kunniapuheenjohtajaksi nimitetty Juhani Launis. Hänen vieressään 25-vuotisjuhlan ohjelmaa seuraavat oikealla Kristiina (Tiina) Launis ja Marita Miettinen, toisella puolella istuvat Anneli Taina ja Birgitta Lassila.



Hallitus 1990-luvun puolivälissä.
Kokouksessa Kuninkaankadulla Tiina Late edessä ja sitten myötöpäivään Marja-Liisa Tikkanen, Juhani Launis, Anna-Liisa Tirkkonen, Riitta Isosomppi, Minna Miettinen, Birgitta Lassila, Kalervo Miettinen, Aija-Liisa Lapp ja Aino-Liisa Kerkkänen.

Avajaiset Kuninkaankadulla.
”Vastausta pyydetään 16.9. mennessä – toimisto 931-213 2274 (jätä sana puh.vast.)”.

KIERTOLAINEN ASETTUU LOPULTA TAMPEREEN TAMMELAAN

Kun yhdistys oli ollut muutaman vuoden ali-vuokralaisena Hallituskadulla, se muutti kulman ympäri – tai oikeastaan sisäpihan poikki – Kuninkaankadulle. Oman vuokratilan avajaisia vietettiin syyskuussa 1994.

Tämäkään tila ei ollut oikein sopiva yhdistyksen tarpeisiin. Helmikuun 1998 pöytäkirjasta näkyy hallituksen harmistus ja melkein epätoivo:

”

Astmaatikkoja ahdistaa: huonepöly ja tekstiilipöly ompelijan huoneesta. Kahvi-vesi haettava vessan tai siivouskomeron hanasta, käytettävä kertakäyttöastioita.

- Asiasta soitettu Tampereen kaupungille, ei ole vapaita vuokratiloja
- Domuksella useita vammaisjärjestöjä, ei tällä hetkellä vapaita toimistotiloja
- Soitettu Koskikeskus, Tullintori, säätiöille... ei tiloja”

Toimeen piti ryhtyä viipymättä. Hallitus otti tavoitteeksi hakea omaa toimitilaa varten



Vapaaehtoistyötä.
Jäsentiedotteiden
postitustalkoissa
ovat Laila
Pohjoismäki,
Markku Lindgren,
Kirsti Katajanheimo,
Terhi Hurme ja
Riitta Väänänen.



avustusta Raha-automaattiyhdistys RAY:ltä. Tiedettiin, että avustusta olisi hyvä hakea vähintään kahden järjestön yhdessä. Omaa rahaa tulisi olla vähintään kolmannes uuden tilan hankintahinnasta, jolloin RAY:ltä voisi saada noin 70 prosenttia.

Hallitukselle tuli kiire hankkia lisätietoa hakumenettelystä ja etsiä sopivaa vapaana olevaa tilaa. Toimitila-asiaa varten perustettiin erityinen hankintatoimikunta, vaikka koko hallitukselta toki toivottiin valppautta:

”

Toivottavaa, että kaikki hallituksen jäsenet pitävät korvansa auki kyseisestä asiasta. Tällä hetkellä [nykyisen toimitilan] vuokra on 1200 mk sisältäen Alv:n.”

Toiminnanjohtaja Terhi Hurme kutsui kokoon eri järjestöjä: olisiko joku muu yhdistys vaila toimitilaa, siis huoneiston puolikasta? Ei ollut. Hän kuuli kuitenkin huhun, että myös Pirkanmaan MS-yhdistyksellä olisi toimitilanhankkeita. Huhu piti paikkansa. Kesän aikana

varmistui, että nämä kaksi yhdistystä ryhtyivät etsimään sopivaa tilaa ja hankkimaan siihen rahoitusta yhdessä. Järjestöissä ynnättiin, että yhteisen huoneiston hinnaksi tulisi 900 000 markkaa. Se tarkoitti, että RAY:n avustuksen jälkeen Allergia- ja Astmayhdistyksen maksettavaksi jäisi enintään 135 000 markkaa.

Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistys sai lopulta RAY:ltä hankinta- ja remonttikuluihin neljännesmiljoonan, 250 000 markkaa. Lisäksi Tampereen Tuberkuloosisäätiö ja Tampereen kaupunki avustivat toimitilan hankintaa, ja myös yhdistyksen vuosien kuluessa kartuttama pesämuna otettiin käyttöön.

MONIVUOTISESTA HAAVEESTA TULEE TOTTA MS-YHDISTYKSEN KANSSA

Yhdistykset allekirjoittivat yhteisen huoneiston kauppakirjan maaliskuussa 1999. Kyseessä oli entinen liikehuoneisto asunto-osakeyhtiö Tamronkulmassa Tampereen Tammelassa. Paikka oli torin reunalla ja katutasossa, Kyllikinkadun ja Pinninkadun kulmassa.

Lähes 150 neliön liikehuoneiston muuttaminen yhdistysten toimi- ja toimistotiloiksi



vaati mittavan remontin. Kaiken muun lisäksi oli pohdittava molempien yhdistysten jäsenistön erityistarpeita kuten allergia- ja astmanäkökulmia sekä esteettömyyttä. Yhdistysten yhteinen toimitilatoimikunta sai pitää monta kokousta, sillä mietittävää riitti aina huoneiston kaupasta remontin valvontaan ja pintojen lopputöihin asti.

Kovan urakan päätteeksi yhdistykset pääsivät muuttamaan uusiin tiloihin heinäkuun lopulla 1999. Vuosikymmenen viimein syksy sujui iloisissa merkeissä. Uutta, vastaremontoitua huoneistoa kelpasi esitellä niin jäsenille kuin päättäjillekin, myös kutsuvieraille RAY:stä.

Allergia- ja astmayhdistyksen kannalta oli tärkeintä, että yhdistys pystyi uudessa tilassa viimeinkin laajentamaan toimintaansa. Tyytyväisyys paistaa 1999 toimintakertomuksesta:

”

Uusissa tiloissa aloitettiin leivontapalvelu kerran kuussa maito-, muna- ja

vilja-allergiasta kärsiville lapsille. Valmistettiin leivontatuotteita, joita ei ole yleisesti markkinoilla.

Huoneisto on elintarvikehuoneistoksi hyväksytty. Leivonnasta vastasi kotitalousopettaja Outi Penttilä.”

”Uusi toimisto monitoimitiloineen mahdollistaa yhdistyksen toiminnan laajenemisen ja kehittymisen. Uusina toimintamuotoina keväälle 2000 ovat englannin kielen kurssi lapsiallergiokille ja tuolijumppa aikuisastmaatikoille, molemmat voidaan toteuttaa uusissa tiloissa.”

Leivontaa saati allergialeivontaa ei ollut voinut edes ajatella entisessä vuokratilassa. Ihmisten kokoontumisille ei liioin ollut ollut kunnollista tilaa, mutta nyt ”kaikki” olisi mahdollista. Yhdistys jatkoi täyttä vauhtia kohti uutta vuosituhatta. Jäsenmäärä oli loivassa kasvussa: 2000-luvun alkaessa maksaneita jäseniä oli yhteensä 1884.



Juhlan aika.

Iloinen puheensorina täytti salin, kun juhlittiin Allergia- ja Astmayhdistyksen sekä MS-yhdistyksen uuden toimitilan avajaisia syksyllä 1999. Edessä keskellä on Allergiayhdistyksen Riitta Isosomppi ja oikealla Minna Miettinen. Miettisen takana istuu MS-yhdistyksen toiminnanjohtaja Tuulikki Hiipakka.

Tupaantuliaiset.

Pöydässä istuivat vastakkain yhdistyksen perustajajäsenet Birgitta Lassila ja Antero Muittari. Pöydän päässä oli hiljattain yhdistyksen jäseneksi liittynyt Markku Jokela, josta pari vuotta myöhemmin tuli hallituksen pitkäaikainen puheenjohtaja.



Monitoimimies.

Kun yhdistys oli aiemmin tarvinnut sponsoria, remonttimiestä tai muuttoauton kuljettajaa, apuun oli tullut toimitusjohtaja Erkki Lassila. Kyllikinkadun toimitilan avajaisissa hän istahti pianon taakse.



Jykevästi ja tunteikkaasti.

Avajaisvieraille esiintyi muun muassa näyttelijä, professori Veikko Sinisalo.



Toimitilatoimikunnan jäsen, sairaanhoitaja Laila Pohjoismäki kertoo, kuinka haave yhdistyksen omasta tilasta viimein toteutui

1990-luvun jälkipuolisko oli sitä roskapankkiaikaa⁴, joten vapaita huoneistoja oli Tampereellakin paljon. Kiertelimme niitä yhdistyksen porukalla, oli ainakin Arja Outinen hallituksesta ja Terhi Hurme. Oli kai meitä muitakin.

Oman asuintaloni alakerrassa oli tällainen roskapankin huoneisto. Siinä oli ollut autoliike ja viimeksi siellä oli myyty jotakin pienempää, ainakin pesuaineita. Olin silloin taloyhtiön hallituksen puheenjohtaja.

Erään kerran huomasin, että Kyllikinkadun ja Pinninkadun kulmahuoneiston ikkunat oli peitetty ruskealla paperilla. Menin katsomaan sisään. Huoneistossa oli jo kaljahanat valmiina ja lasit ja biljardipöytä ja mitä kaikkea siellä nyt olikaan. Siihen tulisi kuu-

lemma torikrouvi. Luvistakin oli ilmeisesti jo sovittu poliisin ja viinakaupan kanssa.

Kauhistuini. Asuintaloon ei saa tulla kapakkaa. Sanoin, että tämä kapakkahanke loppuu nyt tähän! Paasasin kuin saarnamies. Kyselin asiasta lisää, ja suunnitelmista käytiin aika paljon keskusteluja. Monien vaiheiden jälkeen lopputulos oli, että kapakka saatiin kuin saatiinkin pois asuintalosta. Tässä taistelussa sain – ja yhdistys sai – paljon apua kaupunginvaltuutettu Irja Tuloselta⁵.

Kapakka meni sitten muualle, ja paikalle saatiin nämä kaksi yhdistystä, Allergia- ja Astmayhdistys ja MS-yhdistys eli nykyinen Neuroyhdistys. Minusta paikka on hyvä yhdistyksille, sillä huoneisto on myös liiken-

4 Roskapankki oli valtion tukea saaneen pankin omaisuudenhoitajaksi perustettu yhtiö. Tunnetuin suomalainen roskapankki oli Suomen Säästöpankki Oy:n raunioille 1993 perustettu Arsenal.

5 Sairaanhoitaja Irja Tulonen oli Pirkanmaan Allergiyhdistyksen hallituksen jäsen 1980-luvun lopulla. Hän on ollut Tampereen kaupunginvaltuutettu (kok.) ja kaupunginhallituksen jäsen, kansanedustaja (1995–2007) sekä kahdesti Tampereen apulaispormestari.



Tammelantorin kulma. Huhtikuussa 1999 liikehuoneistossa oli vielä siivoustukku Oremillon kyltit. Syksyllä näiden ikkunoiden takana juhlittiin Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksen ja Pirkanmaan MS-yhdistyksen yhteisen toimitilan avajaisia.

teellisesti hyvässä paikassa. Torille pääsee bussilla ja toriajan jälkeen näillä kulmilla on hyvin parkkipaikkoja.

Entiseen liikehuoneistoon tarvittiin ja tehtiin perusteellinen remontti. Kuuluin yhdistyksen toimitilatoimikuntaan, siihen kuului myös ainakin Kalervo Miettinen, ja pidimme tämän projektin aikana paljon kokouksia.

Remontti valmistui lopulta syyskesällä 1999. Silloin pääsimme astumaan uuteen, ihan meitä astmaatikkoja ja allergisia varten

remontoituun tilaan. Muistan, että ensimmäisellä kerralla uuteen tilaan meneminen oli kuin olisi astunut sisään jonkinlaiseen ihanaan, utuiseen pilveen. Materiaalit eivät haisseet, ilma oli raikas. Tuli vahvasti sellainen olo, että täällä me pärjätään. Tuli ajatus, että tämä hanke kyllä onnistui monella tavalla.

Ja pärjätty on. Molemmilla yhdistyksillä on ollut paljon ja monenlaista toimintaa tässä tilassa jo yli kahdenkymmenen vuoden ajan.

Remontin tarpeessa.
Tyhjään liikehuoneistoon tarvittiin mittava remontti, että tilasta tuli kahden yhdistyksen yhteinen kotipesä. Siitä tehtiin esteetön, ja remontissa kiinnitettiin erityistä huomiota ilmastointiin ja pintamateriaaleihin.



Laila Pohjoismäki Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksestä:
”Tämmöiset tavalliset tautiset saa sieltä aidosti apua. Terhi Hurme on yhdistyksen huippuhyvä vetäjä, jolta saa varmasti oikeata informaatiota astmasta ja allergioista.”



1990- ja 2010-luvun vaikuttaja: Varapuheenjohtaja Kalervo Miettinen (1927–2021)

Puheenjohtaja Markku Jokela ja toiminnanjohtaja Terhi Hurme muistelevat

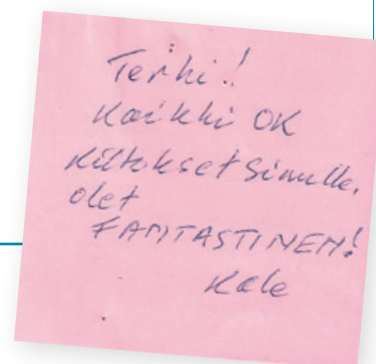
Kalervo Miettinen oli insinööri, tarkemmin tekstiili-insinööri Suomen Trikoolla ja sieltä hän jäi eläkkeelle. Varmaan osittain ammatinsa vuoksi hän oli erityisen kiinnostunut ilmanpuhdistinlaitteista ja tiesi niistä hyvin paljon. Näistä laitteista ja yleensäkin sisäilmasta hän esitelmöi monissa yhdistyksen tilaisuuksissa tai kertoi niistä sisäilman teemapäivissä ja messutapahtumissa. Toiminnanjohtajalle hän oli kaiken sisäilmatiedon oppi-isä ja korvaamaton faktantarkistaja.

Kalervo oli jämpä ja vaativa valvoja, kun tehtiin sisäilmaremonttia yhdistyksen nykyiseen toimitalaan vuosituhannen lopulla. Yhdistys pääsi muuttamaan Kyllinkadulle vasta mittavan remontin, myös ilmastointiremontin jälkeen.

Kutsuimme häntä Kaleksi ainakin hallituksen ja toimihenkilöiden kesken. Ammat-

tiasioissa Kale oli hyvin tarkka ja täsmällinen, mutta muuten sosiaalinen ja mukava, huumorintajuinen. Hän tuli aina puku päällä ja kravatti kaulassa hallituksen kokouksiin. Aika usein kokousten jälkeen Kale sai puheenjohtajalta autokyydin kotiin Amuriin.

Kun Kale luopui yhdistyksen hallituksen jäsenyydestä ja varapuheenjohtajuudesta, hänet näki aika ajoin vielä *Aamulehden Moro*-liitteessä. Lehden *Meirän kekkerit*-palstalta⁶ sai lukea, että Pyynikin Triכון Atlas-seniorit olivat olleet koolla. Jotakin mukavaa oli tehty tai nähty ja sopukin oli säilynyt. ▶



Uusissa tiloissa.

Varapuheenjohtaja Kalervo Miettisen kahviseurana Kyllikinkadulla kansanedustaja Irja Tulonen (oik.) ja toiminnanjohtaja Terhi Hurme tammikuussa 2000.

6 Vakiopalsta kertoo yhdistysten ja yksityishenkilöiden juhlista ja tapahtumista. Joku osallistujista raportoi vastaamalla Meirän kekkerit -kysymyksiin: Koska juhlat olivat ja missä? Mitä te juhlitte? Oliko ohjelmaakin? Mistä siellä puhuttiin? Säilyikö sopu? Kuka raportoi?

Kuittaus.

Toiminnanjohtaja on todennäköisesti lähettänyt jonkin sisäilmaa käsittelevän tekstin Kalervo Miettiselle luettavaksi ja tämä kuittaa sen. Tai ehkä hallituksen kokouspöytäkirja on käynyt Miettisen allekirjoitettavana. Pieni irrallinen muistilappu oli hautautunut yhdistyksen papereihin joskus 1990-luvulla ja tipahti näkösalille, kun arkistomateriaalia käytiin läpi tätä kirjaa varten.

”Jokainen koti kaipaa puhdasta ilmaa”

Kalervo Miettinen oli sisäilman asiantuntijana *Aamulehden* laajassa artikkelissa ”Jokainen koti kaipaa puhdasta ilmaa” huhtikuussa 1997. Allergisesta nuhasta oli ollut tulossa hänelle itselleen loppuikäinen ongelma. ”Jatkuvat kortisonisuihkutukset” eivät tuntuneet hyvältä ajatukselta, joten insinöörinä hän lähti etsimään helpotusta kodin sisäilman parantamisesta.

”Normaalin, huolellisen siivouksen lisäksi Miettisillä tarvittiin uusia järjestelyjä: makuuhuoneen avoin kirjahylly toiseen huoneeseen, vanhan pölynimurin tilalle testeissä menestynyt malli hyvine poistoilman suodattimineen, tehokas kotimainen sähköinen ilmanpuhdistin. Lisäksi Miettinen asensi pienen tuuletusikkunaan tuloilmasuodattimen, jossa on sähköstaattinen suodatinmatto.

– Se tulee kesän aikana mustaksi, mikä kuvaa hyvin hengitysilmamme laatua.

Pirkanmaan Allergia- ja astmayhdistyksessä toimiva Miettinen neuvoo, että ainakin taajama-alueella kannattaa huoneiloihin tuleva korvausilma suodattaa liikenteen ja muiden saasteiden takia. Siitepölystä kärsivän korvausilma pitäisi suodattaa myös maaseudulla.”

Artikkelissa käydään läpi muutkin allergisen ihmisen elämään kotona vaikuttavat asiat. Kalervo Miettinen neuvoo ilmanpuhdistimien ja -kostuttimien turvallisesta käytöstä, liesituuletinten huollosta, keskuspölynimurin eduista sekä allergiselle sopivasta pyykinpesusta.

Tapahtui vuonna 1992

- Pirkanmaan Allergiyhdistys täytti 20 vuotta
- Tampereen Hakametsässä pelattiin jääkiekon MM-otteluita
- Tampere Jazz Happening aloitti
- Suomen väkiluku ylitti viisi miljoonaa
- elettiin lama-aikaa, ja työttömiä oli pahimmillaan lähes puoli miljoonaa
- ajan sanoja olivat helibor-korko, pankkituki ja roskapankki sekä yrityksen nurkanvaltaus
- Suomen markka päästettiin kellumaan
- sosiaalieluksista ja opetuksesta leikattiin
- YYA-sopimus lakkasi Suomen ja Neuvostoliiton väliltä
- Suomi haki EY-jäsenyyttä
- Suomeen ostettiin 57 Hornet-hävittäjää
- katsotuin kotimainen/ulkomainen elokuva oli *Uuno Turhapuro – Suomen tasavallan herra presidentti / Basic Instinct – vaiston varassa*

JAAKKO HERRALA

Keuhkosairauksien ja niiden hoidon vuosikymmenet

Jaakko Herrala on lääketieteen tohtori ja keuhkosairauksien erikoislääkäri sekä Pirkanmaan sote-muutosjohtaja emeritus. Hän oli Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksen hallituksen jäsen 2000–2009.

Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistys täyttää kunniaikkaat 50 vuotta. Tästä ajasta olen kokenut omakohtaisesti keuhkosairauksien erikoisalan kehitystä noin 35 vuoden ajan. Matka on ollut mielenkiintoinen ja kannustava niin potilaiden kuin yhdistysten näkökulmasta. Pyrin tässä lyhyessä kirjoituksessani kuvaamaan viidenkymmenen vuoden isot kehitysaskleet oman kokemukseni kautta. Hetki on senkin takia luontainen kohta muistella menneitä, että samaan aikaan olen jämmässä lopullisesti eläkkeelle.

Keuhkosairauksien kehitys kohti modernia ennaltaehkäisyä, tutkimusta ja hoitoa on ollut päätähuimaava viimeisen puolen vuosisadan aikana. Koska usein vieläkin puhutaan keuhkotaudeista, joudun ensin alkuun aloittamaan historian kuvaamisen keuhkosairauksien syntysijoilta.

TUBERKULOOSI – TAPPAVA INFEKTIOSAIRAUS

Keuhkotaudeilla tarkoitetaan tuberkuloosia. Se ei ole vain keuhkosairaus. Arvioidaan, että

vieläkin neljännes maapallon asukkaista kantaa elimistössään latenttia tuberkuloosibakteeria ja joka vuosi siihen sairastuu edelleen 20 miljoonaa ihmistä. Sairaus on nykyisen korona-epidemian jälkeen toiseksi tappavin infektiosairaus, ja siihen menehtyy joka vuosi puolitoista miljoonaa ihmistä.

Tuberkuloosibasillin löytyminen vuonna 1882 käynnisti varsinaisesti keuhkosairauksien ja samalla tuon bakteerin aiheuttaman keuhkotaudin tutkimuksen, ennaltaehkäisyn ja hoidon kehityksen.

Suomeen luotiin 1900-luvun alkupuolella laaja parantolaverkosto. Se rakennettiin pääosin 1930-luvulla. Enimmillään parantoloissa oli 1960-luvulla yli 6000 vuodepaikkaa, ja nykyisin luku on pudonnut pariinsataan.

Tuberkuloosi voitettiin lopulta, kun otettiin käyttöön 30-luvulla väestön laajamittaiset röntgenlaitteilla tehtävät pienoiskuvaukset, 40-luvulla aloitetut BCG¹ rokotukset ja ensimmäiset tuberkuloosilääkkeet. Tätä ennen tuberkuloosin hoito perustui pitkälti

¹ BCG- eli tuberkuloosirokotukset (Bacillus Calmette -Guérin = BCG)

Jaakko Herrala (vas.)
kävi yhdistyksen
yleisötilaisuudessa
kertomassa tulevasta
sote-uudistuksesta.
Hänet otti vastaan
yhdistyksen
puheenjohtaja
Markku Jokela.



yleiskunnan kohottamiseen joko kotioloissa tai entistä useammin parantoloissa.

Eräs yleinen hoitotapa oli potilaiden makuuttaminen avoimissa ulkoilmahalleissa useita tunteja päivässä mäntymetsän keskellä syrjäisissä parantoloissa ja happipitoisessa ilmastossa. Tällä suojattiin samalla muuta väestöä saamasta tartuntoja. Tuberkuloosin laihduttamia potilaita vahvistettiin voilla, kermalla ja ravitsevilla aterioilla. Anestesia-menettelmien kehittyessä 60-luvulla otettiin käyttöön keuhkojen vaurioituneiden osien poistaminen, jos lääkehoito ei syystä tai toisesta purrut.

Työurani alku alkoi taistelulla tuberkuloosia vastaan. Urani alussa toimin Lapuan tuberkuloositoimistossa, jolloin tittelini oli huoltolääkäri. Se ei enää tänä päivänä kerro, mitä tuon tittelin omaava lääkäri tekee – ei ainakaan huolla autoja.

Tuberkuloosin esiintyvyyden romahdettua päädyttiin ratkaisuun, että tuberkuloosipiirit, -laki ja -toimistot lakkautettiin vuoden 1987 alusta. Käytännössä tuberkuloosipiirien työ yhdistyi virallisemmin keuhkosairauksien tehtäväkenttään. Tilannetta kuvaa hyvin entisten parantoloiden vuodepaikkojen käytön

² PEF = uloshengityksen huippuvirtaus (peak expiratory flow)

muutos. Vuonna 1985 Suomessa oli kaikkiaan 1900 keuhkosairauksien vuodepaikkaa, joista vain 200 oli enää tuberkuloosipotilaiden käytössä.

Tuberkuloosin vähentyessä aikaisemmin vaillinaisesti tutkittujen ja hoidettujen keuhkosairauksien kuten keuhkosityövän, astman, keuhkohtaumataudin, sarkoidoosin sekä harvinaisempienkin keuhkosairauksien merkitys korostui ja hoito lähti kehittymään isoin askelin.

Toimin 80-luvulla Etelä-Pohjanmaalla Härmän sairaalassa keuhkolääkärinä, jolloin astman hoito perustui pääosin keuhkoputkia avaaviin lääkkeisiin ja tarvittaessa suun kautta otettavaan kortisonihoitoon. Tuolloin näin, mitä astma sairautena voi olla pahimmillaan. Tuolloin ei ollut tavatonta, että jopa nuoret potilaat menehtyivät pahaan astmaohtaukseen. Vuodeosastohoidot saattoivat kestää useita viikkoja.

Astmadiagnoosit tehtiin kaikille ikäluokille pääosin vuodeosastoilla. Niissä seurattiin noin kahden viikon ajan uloshengityksen puhalluskäyriä (PEF²) sekä tehtiin histamiinikokeita, rasiuskokeita ja ensimmäisiä altistuskokeita. Keuhkosairauksien poliklinikoita ei vielä ollut olemassa vaan työ tehtiin vuodeosastojen nimissä ja toimesta. Avopuolen tuberkuloositoimistohan olivat olleet vain ja ainoastaan tuberkuloosin ennaltaehkäisyä ja seulontaa varten.

MENESTYKSIÄ ASTMAN HOIDOSSA

Astman hoidon merkittävin menestystarina alkoi 80-luvun lopulla, kun professori Lauri Laitinen sai tutkimuksissaan Helsingin yliopistollisessa sairaalassa selville, että astman perimmäinen syy oli keuhkoputkissa havaittu tulehduksellinen limakalvotulehdus. Tähän kemialliseen tulehdukseen puri kortisoni. Kun astman peruslääkkeenä alettiin käyttää keuhkoputkiin hengitettäviä pieniannoksisia kortisonisumutteita, hävisivät vaikeat astmat lähes täysin.

90-luvun lopussa elettiin astman hoidon toista kulta-aikaa. Tampereella kehitettiin ns. astman omahoitomalli, josta tuli maailmanlaajuinen käytäntö lähes kaikkiin maihin. Ideana oli, että potilas seurasi astmatilannettaan henkilökohtaisella puhallusmittarilla (PEF). Hänet koulutettiin ja perehdytettiin tuntemaan oma sairautensa kuin ”minilääkäri” ja annettiin tarkat ohjeet mitä tulee tehdä, jos puhallusarvot laskevat normaalitasolta. Potilas sai jopa oikeuden itsenäisesti aloittaa suun kautta annettava kortisonilääkitys tai lisätä muuta lääkitystä tilanteen parantamiseksi. Astman omahoitomalli vähensi ensiapukäynnit puoleen aiemmasta. Potilaalle annettiin myös tarkat ohjeet, mihin ottaa yhteyttä, jos tilanne ei parane omin voimin.

Tupakan aiheuttama keuhkohtaumatauti oli urani alussa erittäin tavallinen ja vaikea sairaus, jos oli tupakoinut vuosikymmeniä. Vaikea hengenahdistus, siniset huulet, kävelymatkan lyheneminen muutamia kymmeniä metreihin ja sairauden liitännäissairaudet kuten sydämen vajaatoiminta aiheuttivat usein vaikean invaliditeetin. Oireilua kyettiin 80-luvulta lähtien auttamaan erilaisin keuhkoputkia avaavien lääkkeiden ja apuvälineiden. Kotiin annettavat liikuteltavat happirikastimet olivat merkittävä apu happivajeesta kärsiville potilaille. Markkinoille saatiin vähitellen myös reppuun laitettavia happisäiliöitä, joiden turvin potilas kykeni liikkumaan kodin ulkopuolellakin.

90-luvun lopussa saatiin käyttöön myös hengitystä tukevia laitteita (BiPAP³), jotka helpottivat hengitystä ja hapen saantia varsinkin yöaikaan. Erittäin vaikean keuhkohtaumataudin hoitoon otettiin Tampereella ensimmäisenä Suomessa käyttöön niin sanottu keuhkojen tyypistysleikkaukset. Kävin yhdessä keuhkokirurgien kanssa tutustumassa leikkaustoimenpiteeseen Tukholmassa, josta menetelmä tuotiin Tampereelle.

Keuhkosyöpä on ollut aina ja edelleen on varsin vakava sairaus, josta selviäminen

riippuu pitkälti syövän toteamisajankohdasta ja levinneisyydestä. Urani alussa diagnostiikkaa tehtiin vielä menetelmällä, jossa jäykällä putkella tähystettiin keuhkoputket ja pyrittiin saamaan syövästä koepaloja. Tässäkin 80-luku oli taitekohta, jolloin yleistyi ohuen ja taipuisan keuhkoputkentähystimen käyttö. Ohut tähystin kyettiin viemään hyvin pieniin keuhkoputkiin ja ottamaan tarvittavat näytteet. Menetelmä mahdollisti myös monien muiden keuhkosairauksien menestyksellisen diagnostiikan ja hoidon.

90-luvulla olin kehittämässä keuhkosairauksien hoitoa jälleen uusille alueille. Keuhkolääkärinä siirryin Taysin kantasairaalan konsultiksi muille erikoisaloille, ensiapuun ja teho-osastolle. Aiemmin potilaat useimmiten siirrettiin Taysin ensiavusta Pikonlinnan sairaalaan tai lähetettiin sinne jatkotutkimuksia varten. Uudella tavalla apu saatiin kantasairaalan alueelle heti, ja keuhkoala modernisoitui akuuttilääketieteeseen. Astmapotilas kyettiin kotiuttamaan useimmiten ensiavusta ensihoidon jälkeen. Lisäksi alettiin tehdä teho-osastolla keuhkoputkentähystyksiä monien sairauksien auttamiseen ja ensiavussa otettiin käyttöön uusia hengitystä tukevia ja auttavia laitteita, joiden avulla estettiin hengityskoneeseen joutumista.

Vuonna 1989 aloitin Pikonlinnan sairaalassa ensimmäisen uniapnean CPAP-hoidon⁴. Uniapnea sairautena löydettiin vasta 80-luvulla, sitä ennen sen olemassaolosta ei ollut tietoa. Sairaudessa esiintyy öisin hengityskatkoksia, jotka aiheuttavat hapenpuutetta ja unihäiriöitä. Potilas on sen seurauksena päivisin väsynyt ja kokee monia muitakin oireita. 90-luvulla muutin keuhko-osaston tupakkahuoneen täysveriseksi unilaboratorioksi, jossa kyettiin diagnosoimaan kaiken tyyppisiä unihäiriöitä ja aloittamaan tarvittavat hoidot. CPAP-laitteen on kehittänyt professori Colin Sullivan Australiassa. Taysin uni-diagnostiikkaosaamisen lisäämiseksi olin hänen klinikassaan töissä vuosina 1997-1998.

³ BiPAP =
kaksivaiheinen
positiivinen
paineventilaatio
(bi-level positive
airway pressure)

⁴ CPAP-hoito =
ylipainehengityshoito
(continuous positive
airway pressure)

Keuhkosairauksien haaste on ollut kaiken aikaa erikoislääkäreiden puute. Mitä enemmän keuhkosairauksien diagnostiikka ja hoidot ovat kehittyneet, sitä haasteellisemmäksi työ on kehittynyt. Koska useimmat sairaudet kuten astma, keuhkohtaumatauti ja uniapnea ovat erittäin yleisiä, oli ryhdyttävä 90-luvulla kouluttamaan terveyskeskuslääkäreitä. Astman omahoitoon koulutettiin astman omahoitajia, lääkäreitä koulutettiin diagnosoimaan ja hoitamaan yksinkertaisempia keuhkosairauksia. Vuoden 2010 jälkeen uniapneapotilaiden diagnostiikkaa, hoitoa ja seurantaa on viety vahvasti myös perusterveydenhuoltoon.

Pikonlinnan sairaalan toiminta ja sen yhteydessä toiminut keuhkosairaudet siirrettiin Tampereelle Taysin alueelle vuonna 2001. Tämä mahdollisti läheisemmän yhteistyön muiden erikoisaloiden, yliopiston, muiden oppilaitosten ja yhdistysten kanssa. Keuhkoala

voi kehittyä vain muiden tieteenalojen kanssa tehtävän yhteistyön kautta. Nyt siihen tuli suurempi mahdollisuus ja se näkyy muun muassa alan väitöskirjojen määrissä. Itse olin tätä aloittamassa, sillä tein Tampereen yliopistoon ensimmäisen keuhkosairauksien nimissä tuotetun väitöskirjan, jossa tarkasteltiin astman hoitoon käytettyjä kortisonisumutteita ja niiden vaikutuksia luustoon. Tulos oli huojentava. Näillä tärkeillä lääkkeillä ei havaittu olevan merkittävää vaikutusta luustoon yleisimmin käytetyillä annoksilla.

On ollut ilo ja kunnia olla mukana matkassa, jossa keuhkosairauksien hoito on kehittynyt isoin askelin potilaiden hyvinvoinnin ja terveyden hyväksi. Allergologian kehitys on vahvasti tukenut ja kehittynyt keuhkosairauksien rinnalla. Niinpä on luonnollista, että keuhkosairauksista käytetään erikoisalana nykyään nimitystä keuhkosairauksien ja allergologian erikoisala.

Toimelias vuosikymmen: palvelut lisääntyvät, yhdistys laajenee verkkoon ja Kansallinen allergiaohjelma alkaa

1990-luvulla alkaneista Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksen allergiaruokakursseista versoi 2000-luvulla kaksi kestävästä kokonaisuudesta. Toinen oli Hyvinvointia allergiaperheille -projekti ja toinen nykyisin Erimenuna tunnettu verkkopalvelu. Yhdistys pystyi palkkaamaan myös lisää työntekijöitä. Toiminta ja tiedonkulku laajenivat verkkoon. Jäsenmäärä kasvoi edelleen, tosin loivemmin kuin ennen. Uuden vuosituhanen alussa yhdistys sai pitkäaikaisen puheenjohtajan lääninneuvos Markku Jokelasta.

PUJOT POIS

Allergia- ja astmaliitto innosti 2000-luvun taitteessa ihmisiä pujonkitkentätalkoisiin, sillä yleinen pujo on loppukesän ja syksyn pahimpia siitepölyallergian aiheuttajia. Reheviä pujokasvustoja haluttiin hävittää erityisesti asutuksen keskeltä ja liepeiltä, sieltä missä ihmiset asuvat tai liikkuvat. Jo yksi pujo – toiselta nimeltään maruna – tuottaa paljon siitepölyä, joka leviää tuulten mukana.

Myös Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistys innosti jäseniään pujotalkoisiin, ja *Aamulehti* uutisoi niistä. Elokuussa lehti kyseli yhdistyksen toiminnanjohtajalta, onko pujojen torjuntakampana tuottanut tulosta, ja Terhi Hurme vastasi:

”

Viime vuonna pujokampanja toteutettiin ensimmäisen kerran Pirkanmaalla.

Niissä paikoissa, joissa pujoa nyhdettiin viime vuonna, oli tänä vuonna vähemmän kasveja.

–Tänä vuonna kampanjassa on mukana enemmän sidosryhmiä, esimerkiksi leijonat ja partiolaiset, joten saamme vieläkin paremman tuloksen. Pujo pitää kiskoa juurineen parina-kolmena vuonna peräkkäin, että sen kasvaminen estettäisiin tehokkaasti.”

HYVINVOINTIA ALLERGIAPERHEILLE

Kotitalousopettaja Outi Penttilä oli ollut yhdistyksen ja työväenopiston yhteisten allergiaruoka- ja leivontakurssien vetäjä 1990-luvulla. Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksen erikoistuminen ruoka-allergioihin sai vauhtia, kun toiminnanjohtaja Terhi Hurme ja Outi Penttilä ryhtyivät miettimään ”jotakin” allergiaperheiden avuksi.

Markku Jokela kertoo, miten tuli Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksen toimintaan

Lääninhallitusuudistuksessa Keski-Suomen, Vaasan sekä Turun ja Porin läänit ja pääosa Hämeen läänistä yhdistettiin yhdeksi lääniksi. Sen myötä toimipaikkani muuttui vuonna 1998 Tampereeksi ja asuinpaikkani Pirkkalaksi, joka on syntymäkuntani.

Kävin Allergia- ja Astmayhdistyksen toimistolla vuonna 1999 hakemassa sisäilmaoppaan. Toiminnanjohtaja Terhi Hurme tuli juttelemaan. Kun hän kuuli, että olen ollut Keski-Suomen yhdistyksen hallituksessa, hän sai idean pyytää minua samoihin tehtäviin Pirkanmaalla.

Aloitin sitten hallituksen jäsenenä vuonna 2000. Puheenjohtajana oli ravitsemusterapeutti Riitta Isosomppi. Hän kieltäytyi jatkokaudesta, ja niinpä minusta tuli puheenjohtaja seuraavana vuonna. Varapuheenjohtajana oli insinööri Kalervo Miettinen.

Minun oli melko helppo aloittaa puheenjohtajana 2001, koska tunsin alan yhdistyksiä. Kokemusta oli Keski-Suomen Allergia- ja Astmayhdistyksestä sekä Allergia- ja Astma-liitosta. Varapuheenjohtaja Kale eli Kalervo

Miettinen oli hyvä aisapari. Hän tunsu Pirkanmaan yhdistyksen toiminnot.

Kiinnitin heti alussa huomiota, että yhdistyksen hallitus on koottu hyvin monipuolisista ihmisistä ja eri ammateista. Asiantuntijuutta on löytynyt. Hallituksen hyvä yhteishenki ja motivoituneisuus ovat tuoneet energiaa. Aina on kokous saatu päätösvaltaiseksi.

Olen aina sanonut, että järjestöissä en ala vetämään kivirekeä. Vapaaehtoistyössä pitäisi olla ainakin jossain määrin iloa, positiivista meininkiä ja hyvää henkeä. Hallitus ei voi käskyttää toisia vapaaehtoisia, vaan kunkin on löydettävä oma motivaatio ja innostus vapaaehtoistyöhön järjestön hyväksi. Samalla puheenjohtajan olisi oltava paitsi innostava myös jossain määrin byrookraatti, joka pitää huolta budjetista, aikatauluista ja säännöistä.

Toimivat hallitukset ja erinomaiset työntekijät ovat mahdollistaneet sen, että olen viihtynyt puheenjohtajana runsaan kahdenkymmenen vuoden ajan. Vähitellen alkaa olla aika etsiä uusi puheenjohtaja.

Juhlahetki.

Markku Jokela (oik.) oli ehtinyt toimia puheenjohtajana noin vuoden, kun vietettiin yhdistyksen 30-vuotisjuhlaa. Tampereen Suomalaisella Klubilla pidetyssä tilaisuudessa kultaisen ansiomerkin saivat varapuheenjohtaja Kalervo Miettinen ja toiminnanjohtaja Terhi Hurme.





Kaksikko oli nähnyt, miten lapsen vaikeat ruoka-aineallergiat rasittivat ja uuvuttivat koko perhettä.

Se jokin täsmentyi niin, että yhdistys oli vuonna 2003 valmis käynnistämään Hyvinvointia allergiaperheille -hankkeen. Se alkaisi, jos hankkeeseen saataisiin rahaa Raha-automaattiyhdistykseltä. Hankkeen tavoitteena oli parantaa vaikeaa ruoka-allergiaa sairastavien lasten ja heidän perheidensä elämänlaatua sekä tukea vanhempien jaksamista. Pidetyt ruuanvalmistus- ja leivontakurssit jatkuisivat, allergiaperheet saisivat kodinhoitoapua ja heille järjestettäisiin hiukan virkistystäkin.

Lapsiperheiden lisäksi kohderyhmään kuuluisivat päiväkotien, koulujen ja ravintoloiden keittiöhenkilökunnat sekä terveydenhuollosta eritoten lastenneuvoloitten terveydenhoitajat. Pirkanmaan kunnille tarjottaisiin koulutusta ja konsultaatioita – se olisi varsin luontevaa, sillä melkein kymmenessä kunnassa toimi jo yhdistyksen allergisten lasten vanhempainkerho.

Hyvinvointia allergiaperheille -hankkeelle etsittiin yhteistyökumppaneita Allergia- ja astmaliitosta, Taysista sekä ruoka-alan yrityksistä. Yhdistys toivoi, että yritykset ryhtyisivät kehittämään uusia allergiatuotteita, varsinkin eineksiä ja leivonnaisia.

Haaveissa oli jo alussa myös tietokoneohjelma, josta kuka tahansa voisi tulostaa

mihin tahansa allergiadiettiin sopivia ruoka- ja leivontaohjeita. Suunnitelmissa oli viimeisenä iso ja kunnianhimoinen tavoite:

”

Yhdistys pyrkii kehittämään ruoka-aineallergioiden tieto- ja taitokeskukseksi Pirkanmaalla.”

Hyvinvointia allergiaperheille -hanke oli valmis, vain rahoitus oli auki. Sen vuoksi yhdistyksen vuoden 2003 toimintasuunnitelma jouduttiin tekemään ”kaksin kortein”. Jos rahoitus järjestyisi, hanke käynnistettäisiin ja sille palkattaisiin työntekijä. Jos rahaa ei saataisi, hanke jäisi toistaiseksi vain hyväksi suunnitelmaksi.

RAY:n päätöstä rahasta jouduttiin odottamaan melkein joulukuun 2002 asti. Kun RAY:n rahoitus tuli, sekä yhdistyksessä että allergiaperheissä iloittiin. Outi Penttilä saattoi aloittaa Hyvinvointia allergiaperheille -projektin päätoimisena työntekijänä helmikuussa 2003.

Jo ensimmäinen toimintavuosi näytti, että työlle todellakin oli kysyntää. Aloitusvuonna Outi Penttilä piti useita ruuanvalmistuskursseja sekä Pirkanmaalla että muualla. Hän leipoi, kiersi allergisten lasten vanhempainkerhoissa, opasti pakkausmerkinnöistä ja luennoi ravitsemussuunnittelijoille, terveydenhoitajille, keittiöhenkilöstölle ja alan

Ammattilaiset Metsossa. Samana syksynä 2002, jolloin yhdistyksessä suunniteltiin apua allergiaperheisiin, koulutettiin myös keittiöammattilaisia. Erytisruokavalio-koulutusta suurkeittiöiden ammattilaisille -kurssin järjestivät yhdessä Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistys sekä Keliakialiitto. Noin 150 kurssilaista sai kuulla muun muassa vilja-allergiasta, keliakiasta, maitoallergiasta ja laktoosi-intoleranssista sekä gluteenittoman ruuan turvallisesta valmistuksesta. Pääkirjasto Metson isossa luentosalissa esitelmöivät ilta-päivän aikana allergologi, kaksi ravitsemuksen asiantuntijaa ja kotitalousneuvoja.



”

Haluan kiittää Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistystä ruoka-allergianeuvontaan suunnatusta projektista ja toivon hankkeen jatkuvan. Olemme saaneet paljon tietoa ruoka-aineallergisille sopivista tuotteista ja niiden valmistuksesta. Erittäin tervetulleena perheemme on kokenut myös allergialeivonnaisten myynnin. Työssäkäyvinä vaikeasti allergisen tyttären vanhempina osaamme arvostaa sitä, miten paljon arkea helpottaa se, että joitakin tuotteita on mahdollisuus ostaa valmiina.”

Virkistystä. Samaan aikaan, kun lapsilla oli omaa ohjelmaa, lasten vanhemmat puuhasivat keittiössä oppimassa allergia-ruokien valmistusta. Molempien puuhat olivat osa allergia-perheiden virkistysviikonloppua, joka pidettiin Lautsian lomakeskuksessa Hauholla maaliskuussa 2003. Sen järjesti yhdistyksen Hyvinvointia allergia-perheille -projekti.

Vappukekkerit. Simaa, munkkeja ja ilonpitoa yhdistyksen tiloissa vappuna 2004.

opiskelijoille. Hän neuvoi tai ohjasi ensimmäisen toimintavuoden aikana yhteensä yli neljäsataa ihmistä.

Hyvinvointia allergia-perheille otettiin hyvin vastaan ja sille toivottiin jatkoa. Eräs allergisen lapsen äiti kirjoitti:

Lokakuussa 2004 yhdistyksen kotisivuille avattiin Outi Penttilän kokoama allergiaruuan ABC. Vajaan vuoden kuluttua, elokuussa 2005 allergiaruuan opassivujen kävijämäärä lähenteli jo viittä tuhatta. Se oli siihen aikaan iso luku verkkosivuilla.



Outi Penttilä kertoo, miten Hyvinvointia allergiaperheille alkoi

Mukana on muutama silloin käytetty ja edelleen käyttökelpoinen resepti.

Olin Tampereen työväenopiston kotitalousneuvoja, kun pidin ensimmäisen superruoka-allergisten lasten ruokakurssin. Yhdistys oli tilannut kurssin työväenopistolta, vuosi oli muistaakseni 1997.

Monissa perheissä tavallinenkin ruuanlaitto oli siihen aikaan usein hiukan hukkassa, taitaa niin olla vieläkin. Kaupasta sai valmista hyvin – paitsi että erilaisia allergia-ruokia ei saanut. Vaikeisiin dieetteihin sopivia raaka-aineita löysi parhaiten etnisiä ruokakaupoista, joita alkoi silloin olla jo Tampereellakin. Niistä sai esimerkiksi hiukan erikoisempia jauhoja tai jauhoseoksia – muita kuin tutuista kotimaisista viljoista tehtyjä – ja eksoottisempia kasviksia kuten bataattia ja jamssia.

Olin aiemmin pitänyt työväenopisto Sampolassa myös etnisten ruokien kuten thairuuan tai kiinalaisen ruuan kursseja. Niistä saatuja kokemuksia ja niillä käytettyjä raaka-aineita saattoi soveltaa myös allergiaruokakursseilla. Minua kiinnosti selvittää uusia, allergiselle sopivia aineksia, etsiä ja kokeilla.

Ruoka on kaikkiaan iso osa allergiaperheiden jaksamista. Muistan, että tuohon aikaan allergiaperheen elämä oli jo sillä pelastettu, että sai pullaa ja sämpylöitä tai jotakin muuta leiväntapaista. Ja juhliin täytekakua. Täytekakun ”kermavaahto” tehtiin keijumargariinista, sokerista ja vedestä, joista tulee vatkaamalla samantapainen kreemi kuin on tavallisen unelmatortun täyteenä. Tai sitten täytekakun päälle keitettiin vaniljakreemiä.

1990- ja 2000-luvun vaihteessa allergisen lapsen ruokavalio oli usein monien tutujen ruoka-aineiden tai ruokien välttämistä varmuuden vuoksi. Lapsi vältti, äiti vältti ▶

NEKKUNELIÖT

125 g sulatettua maidotonta margariinia
½ dl siirappia
1 ½ dl sokeria
6 dl hiutaleita (Kousa RisDiet, kaura tai tattari)
1 tl soodaa

Sekoita sulan rasvan joukkoon muut aineet. Levitä seos leivinpaperin päälle, uunipellille 30 x 35 cm levyksi (seos on murenevaa!).

Paista 175 asteessa 12–15 min. Vedä leivinpaperi pois pelliltä ja leikkaa levy heti neliöiksi. Neliöt säilyvät hyvin kuivassa paikassa.

PUUROSAÄMPYLÄT

1 ½ dl puuroa
1 dl vettä
½ pkt hiivaa
n. 2 dl sopivia jauhoja
½ dl Fibrexiä
½ tl suolaa
1 rkl siirappia
n. 1 dl täysjyväriisijauhoja
Voiteluun maidotonta margariinia sulatettuna

Sekoita haalea vesi ja puuro. Lämmitä 37 asteeseen ja liuota hiiva joukkoon. Vatkaa sekaan muut aineet, taikina saa olla pehmeää. Ota lusikalla sämpylöitä pellille, kohota. Voitele sulatetulla margariinilla ja paista 225 asteessa n. 10 min.



Suolaista ja makeaa.

Kotitalousopettaja Outi Penttilän allergiaruokakursseilla opeteltiin sekä uusien raaka-aineiden käyttöä että tutujen aineiden käyttöä hiukan toisella tavalla kuin ennen. Kursseilla leivottiin esimerkiksi riisissämpylöitä ja -pullaa. Jos riisikään ei sopinut, keksittiin jotakin muuta jauhoa. Outi sanoo, että allergiaperheen elämä oli yleensä pelastettu, kun sai pullaa ja jonkinlaista leipää.

Tattarinekkuneliöpelti on kuin iso ruutunäkkileipä, mutta neliöt ovat makeata herkkua.



Gluteeniton ja terveellinen. Tattaria viljeltiin Suomessa yleisesti 1700-luvulla, mutta vähitellen sen suosio hiipui, ja kasvatusta loppui lähes kokonaan 1900-luvun alkupuolella. Noin 50–60 vuoden tauon jälkeen tattarin viljely elpyi uudelleen – onneksi, sillä luontaisesti gluteeniton tattari on terveellistä ja sopii moniin erityisruokavaliioihin. Kuvassa on muun muassa tattarihiutaileita, -suurimoita, -talkkunaa ja -jauhoja 1990-luvun lopun myyntipakkauksissa.

ja lopulta koko perhe vältti jotakin ruokaa tai ruoka-ainetta – ihan varmuudeksi. Nykyään ei enää toimita samalla tavalla, sillä vuonna 2008 alkanut Kansallinen allergiaohjelma käänsi ajattelun toisinpäin. Lääketieteen tohtori, lastentautien ja lasten allergologian erikoislääkäri Kati Holm kirjoittaa Kansallisesta allergiaohjelmasta myöhemmin tässä kirjassa.

Yhdistys sai RAY:ltä Hyvinvointia allergiaperheille -hankkeelle rahoituksen vuosiksi 2003–2004. Siitä alkoi toden teolla Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksen erikoistuminen allergiaruokiin ja -ruokatietoon. Erikoistuminen oli silloin parikymmentä vuotta sitten rohkea ratkaisu yhdistykseltä. Nyt nähdään, että valinta kannatti ja on kantanut hedelmää. On luotu muun muassa verkkopalvelu Erimenu – siis tietokonesivusto josta hankkeen suunnittelussa tai aloituksessa vain haaveiltiin.

Nykyään raaka-aineiden hankkiminen on helpompaa kuin kaksikymmentä vuotta sitten, sillä niitä löytää ihan marketista. Tarjolla on myös valmiita leipiä. Tuoteselosteisiin on lihavoituna merkitty tavallisimmat allergiaa aiheuttavat raaka-aineet; tietoa on ylipäänsä paljon enemmän kuin silloin. Joskus jopa tuntuu, että tiedon runsaus ja ”sometieto” alkaa olla allergiaperheille ja muillekin allergisille jo uusi, toisenlainen haaste.



Gluteeniton täytekakku on kuorrutettu vaniljakreemillä.

TÄYTEKAKKU

- 3 dl vettä
- 2 ¼ dl sokeria
- 1 ½ dl sulatettua maidotonta margariinia
- 2 ¼ dl perunajauhoja
- 3 ¾ dl riisi- tai maissijauhoja
- 3 tl leivinjauhetta

Sekoita kaikki aineet keskenään. Paista uunipellillä leivinpaperin päällä 200 asteessa n. 15 min. Leikkaa hiukan jäähtyneenä ja kokoa kakku. Laita kakun väliin sopivaa hilloa tai sosetta ja päälle esimerkiksi vaniljakreemiä tai tomusokerikuorrutus.

VANILJAKREEMI KAKUN PÄÄLLE

- 1 ½ dl vettä tai mehua
- 1 rkl perunajauhoja
- 2 rkl sokeria
- 1 tl vaniljasokeria
- 100 g maidotonta margariinia

Mittaa kattilaan kylmä vesi, sokeri ja perunajauho. Kuumenna koko ajan sekoittaen, kiehauta. Makeuta vaniljasokerilla. Vaahdota margariini ja lisää sen joukkoon jäähtynyttä kiisseliä pieninä erinä koko ajan vatkatun. Pursota jäähtyneenä kakun päälle.



Maalla ja merellä. Yhdistyksen bussiretket ovat olleet kotimaan matkailua parhaimmillaan.



Kesällä 2003 vaihdettiin bussista höyrylaivaan Helsingin ja Porvoon väliselle etapille. Laivan kannella kameraa tutkivat Riitta Väänänen (vas.) ja Ulla Toijanniemi.



Kesällä 2009 retkeläiset pysähtyivät Isojoen kirkolle, kun määränpäänä olivat Kaskinen ja Kristiinankaupunki.



Iloiset matkalaiset ovat vuosien kuluessa asettuneet pikaisesti ryhmäkuviin niin monesti ja niin monessa paikassa, että kukaan tuskin enää muistaa kaikkia määränpäitä ja välipysähdyksiä.

SUUNNITELMISSA AATU ELI VERKKOPALVELU ALLERGISTEN AVUKSI

Kun Hyvinvointia allergiaperheille -toiminta oli käynnistynyt, Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistys tarttui seuraavaan projektiin.



Kunnissa [yrityksissä] tuotetaan elintarvikkeita, joista tuotekehittelyn avulla saisi allergisille soveltuvia. Tällaisten tuotteiden tuotantosarjat ovat pieniä, joten suuret yritykset eivät ole kiinnostuneita kehittämään niitä. Asiakaskunta tuotteille on kuitenkin olemassa, kunhan kysyntä ja tarjonta saadaan kohtaamaan.”

Tarvittaisiin virtuaalinen tori yhteiseksi kohtauspaikaksi. Tämän ”torin” alustaksi syntyi Aatu, kokonaiselta projektinimeltään *AATU – apua erityisruokavaliotuotteiden valinnoissa*. Aatu suunniteltiin kuluttajien ja elintarvikeyritysten yhteiseksi verkkoalustaksi sekä allergioiden tieto- ja allergiaruokien reseptipankiksi. Kehittelyyn haettiin rahaa Euroopan aluekehitysrahastolta (EAKR) – edellä oleva katkelma on juuri tästä hakemuksesta. Vuosi oli 2003, Suomi oli yhdeksättä vuotta EU:n jäsen.

Hakemus ei tässä vaiheessa ottanut tuulta, mutta asiaan palattaisiin pari vuotta myöhemmin. Aatua ei haudattu, vaan projektia kehiteltiin edelleen.

YHDISTYS RYHTYY VIDEOTUOTTAJAKSI – ANAFYLAKSIAN HOITO

Maaliskuussa 2004 hallitus pohti taas uusia hankkeita allergisten avuksi. Hyvinvointia allergiaperheille oli menossa, samoin lastenhoitopalvelu yhteistyössä Nääsvillen⁷ kanssa. Mahdollisia uusia aiheita olivat allergia- ja astmahoidon saatavuuden parantaminen tai opetusvideo anafylaksian⁸ ensiavusta.

Hoidon parantamien jäi työryhmän jatkosuunnitteluun, mutta anafylaksia-video

päätettiin panna alulle. Idea opetusvideosta oli tullut dosentti Kristiina Turjanmaalta, ja videon asiantuntijaksi kaavailtiin lastentautien ja lastenallergologian erikoislääkärinä. Tavoite oli kertoa anafylaksian perustiedot ja näyttää, miten ensiavuksi pistetään adrenaliinia eli käytetään EpiPen-kynää.

Syyskuussa oltiin niin pitkällä, että videon käsikirjoitus oli valmis, kuvausfirma ja kuvaaja valittu sekä kuvauspäivä sovittu marraskuun alkuun. Vain ammattikuvaaja teki palkkatyötä, muut olivat mukana talkoohennessä. Tuotantokulujen lisäksi yhdistykselle tuli vain matka- ja muonakuluja.

Asiantuntijana oli lastentautien ja allergologian erikoislääkäri, professori Erkki Valo-virta Turusta. Tekijätiimissä olivat Kristiina Turjanmaa, Erja Tommila, Terhi Hurme, kuvaaja Jouko Karhu ja toimittaja Reija Grönroos sekä joukko vapaaehtoisia avustajia.

OPETUSVIDEON ”ÄITI” KRISTIINA TURJANMAA KERTOO ANAFYLAKSIAN HOITO -VIDEOSTA

Anafylaktisen kohtauksen tullessa tarvitaan nopeasti ensiapua, ja sitä varten on adrenaliinin autoinjektorin EpiPen. Oli kuitenkin huomattu, että injektorin saaneet ihmiset eivät aina uskalla käyttää sitä, vaikka käyttö oli heille opetettu. Tiesin muutaman tapauksen, jossa EpiPen oli ollut mukana, mutta tositalteessa oli puuttunut uskallus käyttää sitä.

Syntyi ajatus opetusvideosta. Tiesin sillä olevan tarvetta sekä vakavasti allergisille itselleen ja heidän perheilleen että päiväkodeissa, koulujen keittiöissä, terveydenhuollossa ja niin edelleen. Allergia- ja astmaliitto ei innostunut opetusvideon tuottamisesta, mutta Tampereen yhdistyksen Terhi [Hurme] innostui heti.

Videota oli mukava tehdä, ja mielestäni siitä tuli hyvä juttu. Yhteistyö Erkki Valovirran ja koko tuotantotiimin kanssa sujui mukavasti. Olin arvannut oikein: *Anafylaksian*

⁷ Tamperelainen ns. kolmannen sektorin yhteistyöjärjestö.

⁸ Anafylaksia on äkillinen ja hengenvaarallinen yliherkkyyssreaktio.

hoito -video tuli tarpeeseen. Ensimmäisten jälkeen videosta kopioitiin useita ”lisäpainoksia”. ➔

OHJAAJA REIJA GRÖNROOS KERTOO ANAFYLAKSIAN HOITO-VIDEON TEOSTA

Asiantuntijat Kristiina Turjanmaa ja Erkka Valovirta laativat videon käsikirjoituksen. Koko tekijätiiminä hioimme tekstiä lyhyemmäksi niin, että lopputulos saatiin reippaasti alle kymmeneen minuuttiin. Video kuvattiin Taysin silloisessa ihotautiklinikan allergiayksikössä Ritakadulla.

Äänessä ja kuvissa oli pääosin Erkka Valovirta, osin myös erikoissairaanhoidtaja Erja Tommila. Kuvaajana oli Jouko Karhu ja kuvaussihteerinä Terhi Hurme. Ohjaajana vahdin kokonaisuutta – ja lopuksi ojensin



käsivarteni pisteltäväksi, sillä prick-testin ”uhriksi” ei löytynyt kuvausta varten muita vapaaehtoisia.

Lopullinen *Anafylaksian hoito* koostettiin Ritakadulla kuvattua raakamateriaalista.

Ohjaajana olin tyytyväinen: kuvauspäivä eteni mukavasti ja kimmelluksitta, kuvat ja kerronta pelasivat yhteen ja mielestäni myös asia tuli selväksi. Ja tallenteen pituus pysyi kuuden minuutin kuosissa.

Anafylaksian hoito julkaistiin sekä videokasettina että dvd-levynä alkuvuonna 2005. Yhdistys myi tallenteita omakustannushintaan, ja niitä ostettiin jo ensimmäisenä vuonna yli 500 kappaletta. Hiukan myöhemmin yhdistys käännäti tallenteen myös ruotsiksi ja englanniksi. ➔

Ensiapu.

Anafylaksian hoito -tallenteessa kerrotaan perustiedot äkillisestä yliherkkyyksireaktiosta ja sen yleisimmistä aiheuttajista sekä opetetaan adrenaaliinin pistäminen. Opetusvideo käännettiin myöhemmin myös englanniksi ja ruotsiksi.

Lehtiotsikoita helmi-maaliskuussa 2005

Video anafylaksiasta – Uutispäivä Demari

Allergiayhdistys teetti videon – Kouvolan Sanomat

Allergiayhdistys teetti videon anafylaksiasta – Ilkka

Allergiayhdistys teetti videon äkillisestä yliherkkyydestä – Salon Seudun Sanomat

Allergiayhdistys teetti videon anafylaksiasta – Aamuposti

Videolta oppia allergisen sokin hoitoon – Tyrvään Sanomat

Ensiapua anafylaksiaan – Kauneus ja terveys

Valistusta & videonauhaa – Lapsen Maailma

Anafylaksian hoito sai tuoreeltaan paljon julkisuutta, sillä uutinen Pirkanmaan Allergia- ja Astmalyhdistyksen tuottamasta videosta levisi medialle Suomen Tietotoimisto STT:n kautta.

**VERKKO-
PALVELUSTA
LÖYTÄISI MYÖS
RUOKAOHJEITA**

AATU TULEE TAAS

Kun Euroopan sosiaalirahasto ei ollut vuonna 2003 lämmennyt verkkopalvelu Aatulle, niin pari vuotta myöhemmin oli uuden yrityksen aika. Nyt yhdistykseltä lähti Aatun rahahakemus suomalaista tutkimus- ja kehitystyötä rahoittavalle Tekesille. Aatun kohderyhmäksi oli lisätty ruokakaupat, ja nimeä oli hiukan tarkennettu: verkkopalvelu AATU – apua erityisruokavaliotuotteiden valinnoissa. Tekesille korostettiin erityisesti Aatun poikkeittieteellisyyttä:



Verkkopalvelu Aatun tekniset ratkaisut pohjautuvat käyttäjäkeskeiseen suunnitteluun ja digitaalisen sisälöntuotannon tutkimukseen, kasvatustieteeseen sekä monitieteelliseen verkkopalveluiden käyttökelpoisuuden arviointitutkimukseen.”

Allergia- ja Astmayhdistyksen Aatu-kumppaneista olivat tässä vaiheessa mukana Tampereen teknillisen yliopiston TTY:n Hypermedialaboratorio, Allergia- ja astmaliitto sekä Keliakialiitto. Nykyään TTY on osa Tampereen yliopistoa ja Tekes on nimeltään Business Finland.

Keskeinen henkilö Aatun teknisen alustan rakentamisessa oli tutkija Anne-Maritta Tervakari TTY:n Hypermedialaboratoriosta. Hakemuksen kirjoitti projektipäällikkö, erikoistutkija Kirsi Silius – sama äiti, joka oli ollut 1990-luvulla ajamassa allergiapäiväkohtia Tampereelle.

AATUN ENSIASKELEET

Koska Aatu ei saanut rahoitusta myöskään Tekesiltä, apuun tuli taas Raha-automaattiyhdistys. Se myönsi projektivastusta vuosiksi 2006–2008 yhteensä 250 000 euroa.

Kirsi Kuosa kertoo Aatusta ja hiukan myös tulevasta Erimenusta

Mikä valmistaja tekisi allergiselle sopivaa ruokaa ja mistä sitä saa? Mitä se tarkalleen ottaen sisältää, onko se varmasti turvallista? Ei muna, ei maitoa, ei gluteenia... ja niin edelleen. Kun ravintolassa kysyin, onko ruoka varmasti maidotonta, niin saatettiin vastata ”kyllä, kyllä se on laktoositonta”. En tarvinnut laktoositonta vaan kokonaan maidotonta.

Aatussa kohtasivat oma tarpeeni ja silloinen työpaikkani Tampereen teknillisen korkeakoulun Hypermedialaboratorio. Alkoi verkkopalvelun kehittäminen erityisruokavaliota noudattavien avuksi.

Valmistajat ilmoittaisivat verkkopalveluun tiedot pienimmistäkin ainesosista, joita heidän allergiatuotteissaan on. Sen jälkeen jokainen allergiaperhe voisi varmistaa ver-

kosta helposti, ettei tietty tuote sisällä juuri heille sopimattomia, jopa hengenvaarallisia ainesosia. Kuten muna, maitoa, pähkinöitä, selleriä... tai sopimattomia lisäaineita kuten nitraattia, nitriittiä, sulfiittiä, natriumglutamaattia. Tai atsovärejä kuten tartratsiini E102, paraoransi E110, uuskokkiini E124 ja amarantti E123... ja niin edelleen.

Samasta verkkopalvelusta löytäisi myös allergisille sopivia ruokaohteita. Ne olisi ennen julkaisua testattu niin, että niillä oikeasti myös onnistuu ruuanlaitossa ja leivonnassa. Taisin olla kirjoittamassa ensimmäisiä hankehakemuksia, kun Aatulle yritettiin saada rahoitusta. Kun sitä viimein tuli, projekti alkoi Aatuna ja kehittyi sittemmin Erimenuksi.

Allergia- ja astmaliitto sekä Keliakialiitto olivat edelleen Aatun kumppaneina. Käytännössä tekniikasta vastasi TTY:n Hypermedialaboratorio ja hallinnosta Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistys.

Kun rahoitus varmistui, Aatun ensimmäiseksi projektipäälliköksi tuli maaliskuussa 2006 kotitalousopettaja, restonomi Eija Lindberg-Mäkelä. Pian Eija ja Aatu houkuttelivat elintarvikealan yrityksiä yhteiseen tilaisuuteen:

”

Käytä mainio tilaisuus saada tutustua edustajiin eri erityisruokavalioryrityksistä. Samalla teet tutuksi oman yrityksesi ja sen tuotteita. Lisäksi on mahdollisuus saada lisää tietoa uudesta markkinointikanavasta. Älä siis jätä tilaisuutta käyttämättä! Soita ja varaa paikkasi. Paikkoja on rajoitetusti.”

Aatuun liittyi kolmisenkymmentä yritystä ensimmäisten kuukausien aikana. Työnjako verkkopalvelun rakentamisessa oli selkeä: mukaan liittyneet yritykset toimittivat tarkat tiedot omista tuotteistaan Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistykselle, joka vastasi niiden syöttämisestä verkkoon kuluttajien käyttöön. Yritykset maksoivat hiukan tietojensa syöttämisestä, kuluttajille palvelu oli ilmainen.

TOIMINTA LAAJENEE RAHA-AUTOMAATTIYHDISTYKSEN TUELLA

Tammikuussa 2007, jo ennen loppiaista, yhdistyksen hallitus sai iloista sähköpostia yhdistyksen toimistolta:

”

Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistys on saanut tiedon Raha-automaattiyhdistyksen avustusesityksestä. Valtioneuvosto hyväksynee esityksen helmikuun alussa. Verkkopalvelu Aatulle on 140 000 euroa ja Hyvinvointia aller-



Tampereella liikkui muutamana 2000-luvun keväänä Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksen allergianysse. Allergiaviikon ohjelmaan kuuluneella tempauksella jaettiin kaupunkilaisille tietoa ja tehtiin samalla yhdistystä tunnetuksi. Nyssen reitti alkoi Tammelantorilta, ja vuonna 2006 sen pysäkit olivat Lielahden kauppa-alueella ja Keskustorilla. *Tampere*-lehden mukaan nyssen pysäkeillä oli sinä vuonna puhetta ruoka-allergioista, kodin siivouksesta, imureista ja tekstiileistä sekä katupölystä. Joinakin vuosina nyssen mukana liikkui farmaseutti kertomassa allergialääkkeistä.

giaperheille -jatkohankkeelle 60 000 euroa. Tämä tarkoittaa, että yhdistyksellä on mahdollisuus palkata kaksi työntekijää toiminnanjohtajan lisäksi.”

”Tämä Rayn avustus on osoitus siitä, että yhdistykseemme luotetaan. Tausalta löytyy idearikas hallitus, moniammatillinen työryhmä. Kaikki hallituksen jäsenet puhaltavat yhteen hiileen ja tuloksia tulee.”



Jäsenistölle RAY:n päätös tarkoitti entistä parempaa palvelua ja yhä henkilökohtaisempaa apua allergia-asioissa, erityisesti ruoka-allergiaan liittyvissä ongelmissa. Yhdistys oli pikavauhtia kasvanut kolmen työntekijän, yhden vakituisen ja kahden projektityöntekijän, yksiköksi. Vakinainen toiminnanjohtaja Terhi Hurme hoiti allergianeuvonnan ja pyörittäi yhdistyksen muuta toimintaa, taloutta ja hallintoa. Outi Penttilän käynnistämää Hyvinvointia allergiaperheille -hanketta jatkoi dietikoksi ja restonomi Tuula Jokinen. Aatua kehitti eteenpäin restonomi Aulikki Vuorinen.

Yhdistyksen jäsenmäärä oli 2000-luvun puolivälissä edelleen loivassa kasvussa. Vuodenvaihteessa 2006–2007 jäsenmäärä kipusi yli 2000:n, joten Pirkanmaasta oli kasvanut Helsingin jälkeen Allergia- ja astmaliiton toiseksi suurin aluejärjestö.

Yhdistyksen työntekijämäärä kasvoi äkkiä yhdestä kolmeen, kun perustoiminta laajeni kahdella uudella hankkeella. Kesällä 2007 yhdistyksen kolmikko asettui valokuvaan Emil Aaltosen puiston suihkulähteelle, parin sadan metrin päähän toimistolta.

Toiminnanjohtaja Terhi Hurmeen vieressä istuvat Hyvinvointia allergiaperheille -vetäjä Tuula Jokinen ja Aatun kehittäjä Aulikki Vuorinen.

Dieetikoksi, restonomi (AMK) Tuula Jokinen kertoo tulostaan yhdistyksen Hyvinvointia allergiaperheille -hankkeeseen

Tulin 2007 helmikuun alussa Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksen Hyvinvointia allergiaperheille -hankkeen työntekijäksi. Työ on ollut monipuolista, sillä siihen ovat kuuluneet muun muassa koulutukset, kurssit ja vertaistoiminta sekä valtakunnallinen ruoka-allergianeuvonta. Olen ollut allergia-ruokaneuvojana ja dieetikokkina usein mukana myös erilaisissa ruoka-alan tapahtumissa ja messuilla.

Kun tulin töihin, kasvokkain kokoontuvia yhdistyksen vertaistukikerhoja oli Nokialla, Parkanossa, Pirkkalassa, Tampereella ja Vammalassa. Seuraavana vuonna perus-

tettiin kerho vielä Akaaseen ja Lempäälään. Vertaistoiminta oli voimissaan, ja varsinkin allergiaperheet kokivat sen hyvin tarpeelliseksi.

Nyt juhlavuoden 2022 alussa vertaistoiminta on siirtynyt verkkoon ja osallistujia on ollut aika vähän. Suurin syy lähitapaamisten peruuntumiseen ja toiminnan siirtämiseen verkkoon on tietenkin ollut 2020 alkanut koronapandemia. Toivottavasti kerhot ja kurssit taas elpyvät, kun pandemia on selätetty! Lupaus tästä tuli jo, kun tammikuussa 2022 voitiin pitää pienelle innokkaalle nuorten porukalle iloinen pitsakurssi.

Hedelmät ruuanlaitossa. Tuula Jokisen *Allergia- ja Astma* -lehteen kehittelemiä ruokia. Edessä (vas.) on värikästä salaattia sekä banaanikalaa ja etikkaista riisiä. Takana on omenatuorepuuroa, ruohosipulileipää ja avokadomuna. Kaikkien reseptit ovat verkkopalvelussa Erimenu.fi.

Tietoa, taitoa ja tapahtumia, liikuntaa, virkistystä, vertaistaapamisia ja niin edelleen. Yhdistyksen toimintakalenteri oli runsas vuonna 2007:

Yleisöluennot

- Allergia ja astma raskausaikana synnytyks- ja naistentautien erikoislääkäri Reita Nyberg
- Matkailu ja allergia ohjelmavastaava Helena Kairamo Pirkanmaan ammattikorkeakoulu (Piramk)
- Aikuisten astman lääkehoito ja siihen liittyvät asiat dosentti, keuhkosairauksien ja allergologian erikoislääkäri Hannu Kankaanranta
- Lempäälä: Tavoitteena oireeton astma Hannu Kankaanranta
- Maailman astmapäivä. Nokia: Tavoitteena oireeton astma Hannu Kankaanranta.
- Sisäilmapäivä. Sisäilman vaikutus hyvinvointiin, sisäilman ärsykkeet ja sisäilman parantamiskeinot, sisäilma-asiantuntija Tuula Syrjänen
- Ihopäivä. Atooppinen ihottuma ja psoriasis, ihotauteihin ja allergologiaan erikoistuva lääkäri Anu Mustakari. Yhteistyössä Atoopiyhdistyksen ja Psoriasisyhdistyksen kanssa. Neuvontaa ja tuote-esittelyjä
- Vammala: Lasten ruoka-allergia – missä mennään? LT, lastenlääkäri, lasten allergian erikoislääkäri Marita Paassilta

Koulutus

- Ruoanvalmistus- ja leivontakurssi kotitalousopettaja Outi Penttilä
- Auta tupakoivat lopettamaan -koulutus toiminnanjohtajalle
- Pirkkala: Terveystoimintakalenteri. Anafylaksia ja sen hoito + videoesitys, siedätyshoito LT, lastentautien ja lastenallergologian erikoislääkäri Kati Holm
- Vertaistoimijakoulutus ja virkistystä toimistolla
- Työntekijöiden koulutuksia: Pro Bono -seminaari, Allergianeuvojen koulutus, Neuvottelupäivät
- Virrat: Terveystoimintakalenteri.

Lastentautien erikoislääkäri Asko Nieminen ja ruoka-allergianeuvoja Tuula Jokinen

- Tampere: Terveystoimintakalenteri. Käsi-ihottumien syyt, tutkiminen ja hoito, LT, ihotautilin erikoislääkäri Taina Hasan. Käsi-ihottuman itsehoito, sairaanhoitaja Tiina Kallio
- Vinkkejä joululeivonnaisiin maito-, muna- ja vilja-allergisille, teoriaa, leivontaa ja maistiaisaa, Tuula Jokinen

Liikunta

- Vesivoimistelua fysioterapeutti Piia Vieri, Piia Tulasalo

Vertaistoiminta



- Aika-kerho. Allergiaa ja/tai astmaa sairastavien aikuisten kerho kuukausittain, vetäjät Eeva-Liisa Lehto ja Riikka Grönberg. Aiheina allergiatestit, potilaan asema ja oikeudet, homeongelmat, terveyttä liikuntapiirakasta, lihaskuntoharjoittelun ja aerobisen liikunnan etuja, hieronnan hyöty astmaatikolle, sisäilma. Pikkujoulu.
- Nokia: Aikuisastmaatikat, vetäjä Hannele Matero. Terveellinen ruoka ja painonhallinta
- Astmaatikkojen ”Konkarit” kokoontumisia
- Päiväkerho lapsille ja vanhemmille, vetäjä Minna Ylimäki ▶

Allergisten lasten vanhempainkerho toimi Tampereella nimellä Riisiryhmä. Sen vetäjänä oli aktiivinen vapaaehtoistyöntekijä Irene Hulkkonen, joka kuvassa päivystää Lapsiperhe 2004 -messuilla yhdistyksen osastolla. Messut järjestettiin Tampereen Pirkkahallissa.

Olen Pirkanmaan Allergia- ja Astma-yhdistyksen jäsen ja osallistun toimintaan, koska...

”... saan oikeaa ja ajantasaista tietoa astmasta, ja vertaisryhmässä voimme vaihtaa kokemuksia ja käytännön vinkkejä muiden kanssa. Pääsen osallistumaan monipuoliseen toimintaan mukavien ihmisten kanssa; on vertaisryhmiä, luentoja, retkiä, virkistystä ja niin edelleen. Vapaaehtoistoiminta on mukavaa ja yhdistyksen väki on 😊.”
Leea

- Iltatapaaminen isompien allergialasten vanhemmille
- Pikkujoulu vertaistoimijoille
- Vanhempainkerhot allergisten lasten vanhemmille: Hämeenkyrö (Minna Plihtari-Osara), Kangasala/Sahalahti (Lila Oja), Kylmäkoski (Johanna Inkinen), Lempäälä (Riikka Husa ja Jaana Penkki), Mänttä (Ann-Sofia Pilvesvuori-Nisula), Nokia (Kirsi Lepistö), Orivesi (Inkeri Viskari), Parkano (Maarit Lepistö), Pirkkala (Leena Lehtomaa), Tampere ”Riisiryhmä” (Irene Hulkkonen), Valkeakoski (Anu Konkari Koski ja Birgit Vuorio), Vammala (Tarja-Maarit Nurmi, Kristiina Männistö), Ylöjärvi ”Alligaatorit” (Satu Jyränen ja Kati Poikkimäki)

Muu toiminta

- Astmapäivä Pirkanmaalla
- Tutustumisillat uusille jäsenille
- Vapaaehtoiset toimistolla, kiitos vaalilipasvahdeille
- Allergiaviikko. Avoimet ovet toimistolla, tietoa siitepölyallergiasta sekä Allergianysse kiertämässä Etelä-Pirkanmaalla
- Kylpylämatka Viimsiin. 5 vrk, työterveyshoitaja Kerttu Taipale
- Herkän ihon tapahtuma
- Retki Ulvilaan, Poriin, Eurajoelle (Vuojoen kartano) ja Raumalle
- Seniorit yhdessä (avec). Ohjelmallinen tilaisuus Nokian Alisniemessä yli 20 vuotta jäsenenä olleille
- Maailman tupakaton päivä. Savuton verkosto, yhteistyössä Hengitysyhdistys
- Terveys ry ja Kehräsaaren klinikka
- Jyväskylän aikuisopiston dieettiopiskelijat toimistolla. Aatu-projekti, restonomi Aulikki Vuorinen
- Pujot pois! -tiedotustilaisuus. Tempaukset Tampereen Kotitalousoppilaitoksella (nyk. Tampereen palvelualan ammattiopisto) ja Luopioisten (nyk. Pälkäneen) Aitoossa
- Piramkin lähihoitajaopiskelijat toimistolla. Toiminnan esittely, tietoa ruoka-aineallergioista

- Käykö käry – tupakasta eroon. Savuputki-tietoiskut. Yhteistyö
- SuomiMies seikkailee Keskustorilla. Mukana Kunnossa kaiken ikää -tapahtumassa
- Mannerheimin Lastensuojeluliiton terveydenhoitajat toimistolla. Asiaa ruoka-allergioista
- Lähihoitajaopiskelijat toimistolla
- Painonhallintaryhmä
- Hajusteeton teatterimatka Jyväskylän kaupunginteatteri: Viulunsoittaja katolla
- Valtakunnallinen perhepäivä Hoikan kuntoutuskeskuksessa Vammalan Karkussa. Tampereen Hengitysyhdistyksen kanssa



Asfalttiin piirtelyä ja muuta hulinaa perhepäivässä Hoikan opistolla Vammalan Karkussa.

- Allergia- ja Astmaliiton jäsenpäivä, restonomi Aulikki Vuorinen
- Joulumyyjäiset toimistolla. Samalla ruokaohjeita ja neuvontaa
- Allergiapäiväkoti. Vierailu kolmessa Nokian päiväkodissa, Hyvinvointia allergiaperheille -projektin uusi vetäjä Tuula Jokinen ja varapuheenjohtaja Kalervo Miettinen
- Aatu-projektin pikkujoulu

Lisäksi yhdistys otti elokuussa Aamulehden yleisönosastossa kantaa isojen koirien kuljettamiseen Tampereen kaupungin linja-autoissa. Yhdistys oli tehnyt kannanoton samasta asiasta kaupungille jo 1970-luvulla.

AATU ON VALMIS JULKISUUTEEN

Vuoden 2007 aikana Aatua työstettiin pienissä ryhmissä edelleen. Aatun beta-versiota esiteltiin yrityksille ja messuyleisöille, luennoilla, televisiossa ja jopa allergiabussissa pitkin Pirkanmaata. Siitä kerrottiin dieetikokki- ja restonomiopiskelijoille sekä kuntien terveydenhuolto- ja ruokapalveluhenkilöstöille. Aatu kävi esittäytymässä jopa Göteborgissa Ruotsissa.

Kiireisen vuoden päätteeksi toimintasuunnitelmassa uskallettiin asettaa tavoitteeksi julkaista Aatu, kaikkien netinkäyttäjien verkkopalvelu, vuoden 2008 aikana. Jotta Aatu voisi hypätä julkiseen verkkoon, sille pitäisi keksiä niin sanottu domain eli verkkotunnus ja -osoite. Aatun projektipäällikkö Aulikki Vuorinen sai kevään aikana muuttaman ehdotuksen, ja lopullinen valinta tehtiin hiukan isommalla joukolla toukokuussa:



Markku Matikkala Maalaistuote Vatajalta keksi Erimenu.fi -tunnuksen. Kiitokseksi yritykselle lahjoitetaan maksuton vuosi 2009, jolloin yritys voi syöttää haluamansa tuotemäärän palveluun.”

Verkkopalvelu Erimenu.fi julkaistiin Tammenlantorilla syyskuussa 2008. Ohjelmallisessa iltapäivässä oli paikalla päiväkotilapsia ja yhdistysväkeä, ja myös kymmenet ohikulkijat pysähtyivät seuraamaan tapahtumaa. Yhtenä juhlavieraana torilla pistäytyi Tampereen kaupungin Netti-Nysse⁹. Leppoisa juhlatapahtuma toi yhdistykselle ja Erimenulle toivottua julkisuutta. Uusi verkkopalvelu sai melkein päntävän lähdön.

Erimenu verkkopalvelun keskiössä oli heti alussa ja on edelleen allergianäkökulma:

⁹ Tampereen kaupungin Netti-Nysse kulki kirjastoauton tapaan vuosina 2001–2014. Liikkuvasta internet-yksiköstä kuka tahansa sai apua tietotekniikassa, netin käytössä, sähköpostin kanssa jne. Netti-Nyssen rekisteritunnus oli TRE-101. Nykyään Netti-Nysse viettää eläkepäiviä Tieliikennemuseo Mobiliasalla Kangasalla.

Allergisen ruokavalio on aina ”eri”

Markku Matikkala keksi ehdottaa Aatulle nimeä Erimenu

– Erimenu. Se oli semmoinen intuitiivinen välähdys.

Välähdyksen saaja Markku Matikkala työskenteli tuolloin kankaanpääläisessä liha-alan yrityksessä.

– Eikös Erimenu kuvaa hyvin sitä, että niillä, joilla on allergioita ja ruoka-aineyliherkkyyksiä, on erilainen ruokavalio. Usein se on ”eri” koko loppuelämän.

– Siitä on aikaa, kun olen viimeksi käynyt Erimenun verkkosivuilla, sillä itselläni tai lähipiirissä ei ole allergioita. Kun joku tuttu on kertonut allergioistaan, olen kyllä maininnut Erimenun. Verkkopalvelussa on paljon hyödyllistä tietoa.

Markku Matikkala arvelee, että 2020-luvun koronapandemian jälkeen Erimenua tarvitaan taas myös ravintoloiden keittiöissä. Kun asiakkaat pyytävät ruokalistaa, allergiset kysyvät jälleen eri menua.

Markku Matikkalan työpaikka oli 2000-luvulla Maalaistuote Vataja, jossa kehiteltiin nitriittittömiä ja lisääaineettomia makkaroita. Yrityksellä on myös Allergia- ja astmaliiton allergiatunnus.

Markku Matikkala on maatalous- ja metsätieteiden maisteri. Hän siirtyi Vatajalta Kivikylän kotipalvaamoon ja jäi eläkkeelle sen Huittisten tehtaan tehdaspäällikkönä. Ennen liha-alaa Matikkala työskenteli muun muassa elinkeinohallituksessa.



Verkkopalvelu Aatu julkaistiin Erimenuna syyskuussa 2008. Markku Matikkalan silloin ehdottama nimi on edelleen käytössä.



erimenu.fi 

verkkopalvelu erityisruokavaliota noudattaville

Julkistamistilaisuus ti 16.9. klo 16-18

Tammelan torilla. Tapahtumassa mm. Jussinkylän päiväkodin lapset, Sambakoulu Roseiran lasten ja nuorten ryhmä sekä KirsifMarie&GruuB.

Lapsille ongintaa, askartelua ja ratakilpailu

Vapaa pääsy!

Jäjä. Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistys ry 

ruoka- ja leivontaohjeita sekä paljon allergiatietoa.

YHDISTYS KOTIUTUU VERKKOMAILMAAN

Tietotekniikka yleistyi ja arkipäiväistyi niin sanotuille tavallisillekin ihmisille 2000-luvun aikana. Vuosikymmenen alkaessa kaksi kymmenestä suomalaisesta käytti internetiä. Kymmenkunta vuotta myöhemmin enemmän kuin joka kahdeksas "oli netissä" vähintään sähköpostien verran. Sama kehitys näkyi yhdistyksessä: yhä useampi tieto tai posti tai viesti kulki sähköisesti ja perinteinen paperiposti väheni. Painetuista jäsentiedotteista yhdistys ei kuitenkaan luopunut, vaan ne postitettiin jäsenille edelleen kaksi kertaa vuodessa – ja niin ne postitetaan vieläkin.

Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksen ensimmäiset varsinaiset verkkosivut avattiin kevätkaudella 2004. Sivujen nettiosoite ei tuolloin ollut helpoin mahdollinen muistettava: www.kotiposti.net/allergia.

Sivujen sisältö oli aluksi melko suppea, mutta niin oli tuolloin varsin monella

Pienet ja isot.

Aatuna kehitelty verkkopalvelu julkaistiin nimellä Erimenu.fi syyskuussa 2008, ja ilmoitus siitä oli pari päivää aiemmin *Aamulehdessä*.

Tammelan torilla pidetystä julkistamistilaisuudesta tuli kaikenikäisten iloinen tapahtuma.

Onko jokin tuote luontaisesti gluteeniton vai gluteenittomaksi muokattu? Onko siinä muna tai maitoa, onko vehnää tai jäämiä pähkinästä? Mitä lisäaineita valmiste sisältää? Ja niin edelleen.

Osoitteesta www.erimenu.fi allergiaperhe tai kuka tahansa voi helposti tarkistaa, sopiiko jokin tuote omaan ruokavalioon. Rekisteröityneet käyttäjät voivat luoda verkkopalveluun itselleen sopivia ruokaprofiileja. Lisäksi Erimenussa on nykyisin jo satoja allergisille sopivia, varmasti testattuja

muullakin yhteisöllä kunnista yrityksiin. Net-tisivulla oli usein vain yhteystiedot ja hiukan tietoa toiminnasta, niin oli myös Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksellä. Yhdistyksen sivut lihoivat merkittävästi jo ensimmäisenä syksynä, kun samaan osoitteeseen julkaistiin Allergiaruuan ABC eli ensimmäiset Hyvinvointia allergiaperheille -projektin ruokareseptit Outi Penttilältä.

Alku oli verkossa enemmänkin totuttelua kuin aktiivista toimintaa. Kun Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksen nettisivut uudistettiin vuosikymmenen puolivälissä, sivujen kehitys sai vauhtia. Yhdistyksen sivuilla kannatti käydä usein, koska niitä päivitettiin melko ahkerasti uusilla tiedoilla ja tulevilla tapahtumilla. Iso askel oli verkkopalvelu Erimenun julkistaminen vuosikymmenen loppupuolella.

Syyskuussa 2005 Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksen sivujen osoitteeksi vaihtui www.pirkanmaanallergia.fi/. Tästä paljon helpommin muistettavasta osoitteesta yhdistyksen verkkosivut löytää edelleen.

KANSALLINEN ALLERGIAOHJELMA

Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksessä oli vuosikymmeniä puhuttu paljon allergiaa mahdollisesti aiheuttavien tekijöiden välttämisestä. Oli tehosiivottu kotia, hävitetty höyhentyynyjä, luovuttu kotieläimistä ja vältetty tiukasti epäilyttäviä ruoka-aineita. Tähän tuli valtakunnallisesti muutos tai oikeastaan täyskäännös, kun Kansallinen allergiaohjelma alkoi vuonna 2008. Alussa muutos tuntui niin suurelta, että se arvelutti, jopa hiukan pelotti. Uhkana nähtiin muun muassa vaikeiden anafylaksioitten lisääntyminen.

Kymmenvuotisella Kansallisella ohjelmalla tavoiteltiin allergioiden vähentämistä ja suomalaisten sietokyvyn kasvua. Toisaalta vakavat allergia- ja astmaoireet haluttiin tunnistaa ja löytää ajoissa. Valistuksella ja koulutuksella tavoiteltiin kaikkia suomalaisia: tavallisia ihmisiä, potilaita ja potilasjärjestöjä,



terveydenhuollon ja apteekkien henkilöstöjä, valtakunnan päättäjiä ja viranomaisia.

Ohjelman viesti kulki myös Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksen jäsenille. Tampereella pidettiin vuonna 2010 Kansallisesta allergiaohjelmasta iso koulutustilaisuus, jossa olivat mukana Terhi Hurme ja Tuula Jokinen yhdistyksen toimistolta. Samassa tilaisuudessa oli Tampereen terveyskeskusten lääkäreitä ja hoitajia, terveydenhoitajia, apteekkien astmayhdyshenkilöitä sekä kollegoita Hengitysliitto Helistä. Seuraavana vuonna toimistolta osallistuttiin keuhkosairauksien torjunnan ja keuhkoterveiden edistämisen asiantuntijajärjestön, Filhan koulutukseen.

Kansallisen allergiaohjelman tuoma muutos on myöhemmin osoittautunut menestykseksi. Siitä kirjoittivat jo aiemmin tässä kirjassa Hyvinvointia allergiaperheille -hankkeen Outi Penttilä ja Tuula Jokinen. Tämän luvun jälkeen on lääketieteen tohtori, lastentautien ja lasten allergologian erikoislääkäri Kati Holmin asiantuntija-artikkeli Kansallisesta allergiaohjelmasta ja sen vaikutuksista.

Allergiaruuan ABC:

Ruoka-allergisen lapsen ruokavalion monipuolisuuden takaa se, että valitaan jokaisesta ruokaympyrän sektorista monipuolisesti sopivia ruoka-aineita.
– Ruokapyramidia parinkymmenen vuoden takaa.

Olen Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksen jäsen ja osallistun toimintaan, koska...

”... voin auttaa muita toimimalla vertais-tukena ja välittämällä oikeaa tietoa.”

Kari

Maakuntakierros.
Tampereella oli kulkenut allergianysse, mutta kaupungin rajojen ulkopuolelle lähtiessä kulkuneuvosta tuli allergiabussi. Vuoden 2007 allergiaviikolla bussi suuntasi Etelä-Pirkanmaalle. Samana syksynä yksi yhdistyksen yleisötilaisuuksista pidettiin Parkanossa ja seuraavana vuonna luennoitiin Punkalaitumella. Bussiaikatauluista ja -pysäkeistä samoin kuin yleisötilaisuuksista ilmoitettiin ennakoon paikallisessa lehdessä.

Valtakunnallinen allergiaviikko 23.-29.4.07
AllergiaBussi kiertää jakamassa allergiatietoutta to 26.4.
Erityisosaamista mm. siitepölyyn ja ruoka-allergiaan liittyen.
Esitteitä, pef-mittausta, näytteitä!

Valkeakoski, Koskikaran ostoskeskuksen parkkialue klo 10-10.40
Akaa, Toijalan torialue klo 11-11.40
Kylmäkoski, Tokmannin parkkialue klo 12-12.40
Ujala, torialue klo 13-13.40

Järj. Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistys ry p. 03-213 2274
www.pirkanmaanallergia.fi

YLEISÖLUENTO
ti 28.8. klo 18
Parkanon kaupungin kirjastosali
Aiheena: Ruoka-allergiat
Restonomi AMK Tuula Jokinen
Järj. Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistys ry
Hyvinvointia allergiaperhelle-hanke/Tuula Jokinen
www.pirkanmaanallergia.fi

PUNKALAITUMEN *Sanomat*

LASTEN RUOKA-ALLERGIA
Yleisöluento ti 28.10. klo 18-19
Punkalaidun, valtuustosali
LT, lastentautien ja allergologian erikoislääkäri **Péter Csonka**
Järj. Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistys ry
www.pirkanmaanallergia.fi
www.erimenu.fi



Tapahtui vuonna 2002

- Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistys täytti 30 vuotta
- Pirkanmaalla oli vuoden lopussa 450 745 asukasta, joista Tampereella 199 823
- Tampereen kaupunginorkesterista tuli Tampere Filharmonia
- Suomessa otettiin käyttöön euro
- eduskunta antoi luvan Olkiluodon viidennelle ydinvoimalalle
- sahti sai EU:n nimisuojan
- saksalainen Lidl-kauppaketju tuli Suomeen
- teleyhtiöt Sonera ja Telia fuusioitiin
- NMT-matkapuhelinverkko suljettiin
- Aki Kaurismäki sai Cannesissa Grand Prix -palkinnon elokuvasta *Mies vailla menneisyyttä*
- Katsotuin kotimainen/ulkomainen elokuva oli *Rölli ja metsänhenki / Taru sormusten herrasta: Sormuksen ritarit*

KATI HOLM

Sietämättömän herkkä kansa vaihtoi lasten allergiapäiväkodit luontopäiväkoteihin

Lääketieteen tohtori, lastentautien ja lasten allergologian erikoislääkäri Kati Holm on ollut Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksen hallituksen jäsen vuodesta 2003.

Professori emeritus Tari Haahtelan ideasta syntynyt Kansallinen allergiaohjelma polkaisi käyntiin vuonna 2008. Se jatkui kymmenen vuotta vuoteen 2018 asti. Kyse oli allergiaterveyteen panostavasta, käänteentekevistä kansallisesta kansanterveysohjelmasta. Sen avulla yritettiin saada aikaan yleinen asennemuutos ja allergisten sairauksien merkittävä väheneminen Suomen kansan keskuudessa.

Allergiaohjelma piti sisällään tietoisien, pitkäkestoisten, hyvään ammattitaitoon, jatkuvuuteen ja tieteellisiin tutkimuksiin perustuvan, tiukasti strukturoidun toimintamallin sekä asianmukaiset seurantamittarit. Allergiaohjelman käytännön toteutuksesta vastasivat tuberkuloosin ja keuhkosairauksien asiantuntijajärjestö Filha ry, Allergia- ja astmaliitto sekä Hengitysliitto.

Suomen allergiaohjelma ei jäänyt huomiotta ulkomaillaakaan. Se oli myös osa Maailman terveysjärjestön WHO:n kroonisten sairauksien torjuntaohjelmaa, ja Suomen

allergiaohjelman innostamana monissa maissa suunniteltiin samansuuntaisiin toimiin ryhtymistä.

Allergiaohjelman merkitys allergisten sairauksien esiintyvyydelle ja niiden ennaltaehkäisylle on ollut huomattava. Ennen kaikkea sen merkitys yleiselle asennemuutokselle on ollut suuri, ehkä jopa odotettua suurempi.

ALLERGISTEN SAIRAUKSIEN YLEISTYMISTÄ JA OIREKUVAN VAIKEUTUMISTA EI SAADA HALLINTAAN

Allergisia sairauksia hoitavat tahot olivat jo vähän ennen allergiaohjelman alkua ymmärtäneet, että olemme ajautumassa täysin väärille raiteille näiden sairauksien hoidossa. Myös kansan keskuudessa nähtiin tilanteen vajominen omaan mahdottomuuteensa. Tämän seurauksena yritettiin käyttää melko epätoivoisiakin konsteja allergioitten puhkeamisen estämiseksi ja erityisesti lasten suojelemiseksi niiltä.

Kati Holm sekä Cindy, Nelli ja Siiri. 1970-luvulla kaikista kotieläimistä piti luopua, jos oli epäilykin allergiasta. Kansallisen allergiaohjelman oppien myötä kotieläimet saavat taas jäädä perheeseen.



Syntymättömien lasten allergiaterveyttä yritettiin nostattaa jopa sillä, että äidit eivät odotusaikanaan syöneet niitä ruoka-aineita, joille perheen vanhemmat lapset oireilivat. Tieteeseen perustuvia rintamaitotutkimuksia tehtiin, koska epäiltiin, että joidenkin äitien rintamaidossa on ”allergioihin sairastuttavia immunologisia tekijöitä”.

Tästä seurasi, että potentiaaliset allergialapset siirrettiin heti syntymän jälkeen pullo-ruokinnalle ja äidinmaidon korvikkeille, jotka sisälsivät proteiinien osalta vain aminohappojen viimeisen päälle pilkottuja aineosia. Olimme siis tulleet jo niin kauas luonnonmukaisuudesta, että tämä herätteli fanaattisimmatkin tiukkojen välttödieettien kannattajat ymmärtämään, että tilanne oli nopeasti ajatumassa sietämättömäksi.

Painavimmiksi käännettäviksi kiviksi allergiaohjelman etenemisen tiellä osoittautuivat asenteet. Niinpä Filhan ”matkasaarnaajat” lähtivät joka Suomen kolkkaan käännyttämään terveydenhuollon ammattilaisia tukemaan terveyttä allergioiden sijasta. Heitä kannustettiin viemään kansan keskuuteen ilosanomaa, kuinka allergisia sairauksia voidaan oikeasti

ehkäistä ja lievittää niiden oireita. Esimerkkinä tästä olivat professori Haahtelan kehoitukset: ”Lapsilta pitää ottaa kengät pois toukokuussa ja palauttaa ne vasta syyskuussa! Takaisin luontoon!”.

ALLERGIAMAAILMA MUUTOKSESSA

Suomalainen kansa on ”sietämättömän herkkää”, mutta myös hyvin kuuliaista. Suomalaiset ottivat Kansallisen allergiaohjelman 2008–2018 neuvot omakseen, tutkiskelivat niiden sanomaa sisimmässään ja muuttivat asenteitaan allergioita kohtaan. He ryhtyivät innolla tukemaan terveyttä sairauden sijasta. Suomen ainutlaatuinen lastenneuvolajärjestelmä tuli hienosti mukaan viemään allergiaterveyden viestiä eteenpäin.

Kuin lennosta allergiapäiväkodit vaihtuivat yllättäen statukseltaan luontopäiväkohteihin. Rintamaitoruokinta koki renessanssin ja syntyi aivan uusi ammattikuntakin, imetysohjaajat. He tukivat äitejä jatkamaan luonnonmukaista rintaruokintaa äidinmaidonkorvikkeiden käytön minimoimiseksi. Imettävät äidit vapautettiin raskaista imetyddieeteistä, ja vanha totuus todisti jälleen olemassaolonsa: kun äiti voi hyvin, koko perhe voi hyvin.

Kuinka allergiaohjelma onnistui tavoitteissaan? Allergiaohjelmalla oli alun perin neljä selkeää päätavoitetta: vähentää allergioita, lisätä suomalaisten sietokykyä, saada vakavat allergia- ja astmaoireet hoidetuksi ajoissa sekä parantaa allergioiden diagnostiikkaa ja yhtenäistää allergisten sairauksien hoitokäytäntöjä. Näiden lisäksi tavoiteltiin työperäisten allergioiden vähenemistä ja säästöjä hoitokustannuksissa – ja sen myötä myös yhteisten verovarojen järkevämpää käyttöä.

Allergiaohjelma herätti aluksi paljon epäilyksiä ja kielteisiä ajatuksia. Sietämättömän herkän kansamme keskuudessa luultiin jopa, että ohjelmalla vähätellään allergioita ja niiden merkitystä. Tämä ei missään

nimessä ollut tarkoitus vaan tavoite oli juuri päinvastainen.

Jo allergiaohjelman puolivälissä voitiin todeta, että allergisten sairauksien ilmaantuvuudessa ja esiintyvyydessä oli tapahtunut hämmästyttävän iso väheneminen. Päiväkoodeissa ja kouluissa allergiaruokavalioiden määrä putosi nopeasti, ja koko maan tasolla allergiadieettien huomattiin puolittuneen jo ohjelman puolivälin tarkastelussa. Koko kymmenvuotiskauden aikana varsinkin pienten lasten peruseruoka-allergioista lehmänmaitoallergian kustannukset pieneivät noin 70 prosenttia ja maitoallergiasta johtuvat Kela-korvaukset vähenivät peräti 4,5 miljoonaa euroa.

Allergisten sairauksien hoito ja diagnostiikka on kokenut ennennäkemättömän muutoksen varsin lyhyessä ajassa. Muutosten ja allergiaohjelman oppien toteutuksen ansiosta allergisen nuhan ja astman esiintyvyydet vähenivät ja astman sairaalahoidon tarve puolittui seuranta-aikana. Oli yksi poikkeus: lasten astman päivystyskäynnit. Ne eivät kuitenkaan vähentyneet. Tähän lienee syynä se, että pikkulapsilla astma on usein infektio- eikä allergiaperäistä.

Vuosia 2007 ja 2018 verrattaessa astman ja allergian vuosikustannukset vähenivät 30 prosenttia. Se tarkoittaa 200 miljoonaa euroa, mikä on huikea summa ja huomattava kustannussäästö koko yhteiskunnan kannalta.

ONKO ELÄMÄÄ ALLERGIAOHJELMAN JÄLKEEN?

Yhtenä allergiaohjelman tavoitteena oli suunnata voimavaroja vakavien allergioiden hoitoon ja tämä tavoite onkin toteutunut. Terveystieteiden koulutuksessa on pyritty suuntaamaan voimia erityisesti vaikeiden allergioiden tunnistamiseen, diagnostiikkaan ja hoitoon. Hyvä niin, mutta kuten tiedämme: ei mitään niin hyvää, ettei jotain pahaakin. Pienten lasten anafylaksian aiheuttamien päivystyskäyntien määrä on nimittäin

kasvanut huolestuttavasti allergiaohjelman aikana ja sen jälkeen.

Muutoksen syynä on muun muassa pähkinöiden aiheuttamien voimakkaiden reaktioiden yleistyminen lapsilla vuodesta 2012 alkaen. Tämä voi johtua pienten lasten ruokakokeiluja koskevien ohjeiden muuttumisesta ja siitä, että vanhemmat noudattavat niitä ennakkoluulottomasti. Perinteiset aiheuttajat eli peruseruutat maito, vehnä ja kananmuna johtavat silti määrällisesti anafylaksian aiheuttajien tilastoa.

Kuin laastarina tähän ilmiöön voi todeta, että allergiadiagnostiikka on parantunut ja siksi allergioiden vakavuusastetta pystytään nykyään arvioimaan entistä paremmin. Käänteentekevä muutos tapahtui allergiakomponentti-IgE-testausmenetelmien¹ tultua laajamittaisempaan käyttöön. Siedätyshoito on yleistynyt ja rohkeus tämän ainoan allergioita parantavan hoidon aloittamiseen on kasvanut uusien komponenttitutkimusten myötä. Siedätyshoidon suosiminen liittyy allergioiden hoidon kokonaisvaltaiseen ja parempaan hallintaan. Samalla huomioidaan allergioireiden eri osa-alueet kuten astma, atooppinen iho ja allerginen nuha.

Arkielämän pehmeiden arvojen merkitys kokonaisvaltaiseen yksilön ja perheen hyvinvointiin on jälleen oivallettu. Perheen lemmikkejä ei enää hädetä uusiin koteihin yhtä hanakasti lasten allergioiden vuoksi kuten aiemmin. Lemmikkieläinten mukanaan tuoma kodin bakteerikannan iloinen sekamelska hoitaa osaltaan ihmisen ylivillyttynyttä immunologiaa ja vastustuskykyä.

Pahikset ja viholliset ovat vaihtuneet muuttuneessa maailmassa. Koronapandemia viimeisteli ihmisten halun palata elämään luonnon äärelle. Luonnon lähellä eläminen suojaaa siis monelta muultakin asialta ja toivottavasti pitkällä tähtäimellä myös nimenomaan allergioilta.

Kengät pois meiltä kaikilta viimeistään juhannuksena ja ei kun pellon laita käymään!

¹ Allergiakomponentti on yksittäinen allergeenimolekyyli. IgE on ihmisen vasta-aine, joka tunnistaa tämän molekyylin. Tarkalla määrittelyllä eli allergeenikomponentti-IgE-tutkimuksella voidaan arvioida vakavan allergisen reaktion, anafylaksian riskiä. Saatua tietoa auttaa välttämään juuri oikeaa ruokavaliosta ei tarvitse sulkea mitään muuta ainetta ns. varmuuden vuoksi pois.

Erimenun verkkosivulla on useita sarjakuvamaisia tietoiskuja ruoka-allergioista. Niissä muistutetaan esimerkiksi, että viljoista kannattaa puhua niiden oikeilla nimillä tai että gluteeniton ei riitä vehnäallergiselle.

Tietokonepiirroksat
Jonna Nurminen



Vakaasti eteenpäin, some antaa uusia mahdollisuuksia

Kun verkkopalvelut olivat yleistyneet 2000-luvun alkukymmenellä, seuraava askel oli mennä mukaan sosiaaliseen mediaan, someen. Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistys liittyi ensin Facebookiin ja hiukan myöhemmin Twitteriin. Toiminta niissä oli aluksi melko vähäistä ja tunnustelevaa, mutta vilkastui 2010-luvun kuluessa. Yhdistyksen perustoiminta jatkui koko vuosikymmenen runsaana, ja projekteina alkaneet Hyvinvointia allergiaperheille ja Erime-nu.fi kehittyivät edelleen. Vertaisryhmiä oli useita. Kansallisen allergiaohjelman periaatteet alkoivat näkyä yhdistyksen ja sen jäsenten arjessa.

DÉJÀ-VU – LÄÄKÄRIPULA MELKEIN KUIN 1970-LUVULLA

Kuulostaa tutulta. Pula keuhkolääkäreistä vai-vasi astmaatikkoja Pirkanmaan Allergiayhdistyksen syntyäikaan. Neljäkymmentä vuotta myöhemmin, helmikuussa 2012 *Tampere-lainen*-lehti otsikoi juttunsa ”Keuhkolääkäreistä on pulaa”. Haastateltavana oli Taysin Allergiakeskuksen ylilääkäri Jussi Karjalainen.



Astmapotilaiden jatkuvaa seurantaa on Taysissa vähennetty.

– Kyse ei ole siitä, etteikö heitä ha-luttaisi hoitaa vaan henkilökunnan puutteesta. Sijaisia on vaikea saada ja meillä on jatkuva lääkärivajaus. Keuhkolääkäreistä on pula koko maassa, [Jussi] Karjalainen toteaa.”

Samassa yhteydessä oli toinenkin juttu, jossa kerrotaan potilaiden kaipaavan Pikonlinnan

hoitoja. Tämän jutun haastateltavana on Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksen aktiivinen jäsen ja vapaaehtoistoimija Kirsti Katajanheimo:



Katajanheimo oli tyytyväinen astmansa hoitoon niin kauan kuin kontrollikäynnit olivat Pikonlinnassa.

– Pikonlinnassa olin potilas enkä numero. Kun ensimmäisen kerran menin Taysin keuhkosairauksien poliklinikalle, sain tylyn tuomion: Ei teitä täällä hoideta, menkää yksityiselle, Katajanheimo kertoo.

Astma kehittyi Katajanheimolle vähitellen työpaikassa Haarlan paperitehtaassa.

– Eläkkeelle jouduin jo 49-vuotiaana. Minulla on pieni eläke, enkä pysty yksityislääkäreitä maksamaan, Katajanheimo sanoo.”



Koulutusta toimistolla vuonna 2012. Mukana oli *Tampere-laisessa* hoitokokemuksistaan kertonut Kirsti Katajanheimo (edessä keskellä). Samana vuonna yhdistys järjesti myös useita astma- ja allergiatilaisuuksia sekä Tampereella että muualla maakunnassa. Luennoilla oli kaikkiaan yli 620 osallistujaa.

Tutut aiheet. Irti ihottumasta ja Ylös astmakuopasta -kurssit olivat suosiossa 1980-luvulla. Iho ja astma olivat edelleen suosittuja yleisöluentojen aiheita 30 vuotta myöhemmin. Luento veti vuonna 2011 kulttuuritalo Laikun juhlasalin lähes täyteen väkeä. Se järjestettiin yhdessä paikallisen Atopia-yhdistyksen ja Eläkeliiiton piirin kanssa.

Keuhkosairauksien hoito siirtyi keskussairaalaan Pikonlinnaan Kangasalle 1970-luvulla ylilääkäri Antero Muittarin johdolla. Hänestä saatiin silloin allergiayhdistykselle ensimmäinen puheenjohtaja. 2000-luvulla poliklinikka ja vuodeosastot palasivat takaisin keskussairaalaan ja Allergiakeskus perustettiin 2009. Siellä tutkitaan ja hoidetaan allergisia sairauksia ja astmaa sekä ihon ja keuhkojen ammattitauteja. Keskukseen mennään esimerkiksi terveyskeskus- tai työterveyslääkärin läheteellä.



Myös Kirsti Katajanheimon lehtijutussa mainitsema Haarla näkyy Pirkanmaan Allergiayhdistyksen historiassa. Yhdistyksen ensimmäinen varapuheenjohtaja Camilla Haarla oli Haarlan Paperitehdas Oy:n toimitusjohtajan Pekka Haarlan puoliso.

ANAFYLAKSIA-VIDEO PÄIVITETÄÄN 2010-LUVULLE

Syksyllä 2011 tuli tarve päivittää yhdistyksen tuottama *Anafylaksian hoito* -tallenne, koska saataville oli tullut toinen adrenaliinin autoinjektorit Jext. Aiemmassa versiossa oli näytetty silloin markkinoiden ainoan adrenaliinikynän, EpiPenin käyttö. Molemmissa on sama lääke anafylaksian ensiapuun, mutta injektorien käytössä on pieni ero. Yhdistyksen yli kuusi vuotta aiemmin tuottama opetusvideo kaipasi päivitystä, mutta uuteen videotuotantoon ei ollut rahaa.

Rahoitusta haettiin ainakin säätiöiltä ja lääkeyrityksiltä. Pian varmistui, että edellisestä tallenteesta tutut asiantuntijat, professori Erkki Valovirta ja erikoissairaanhoitaja Erja Tommila olisivat käytettävissä, jos uusi tuotanto saataisiin pystyyn. Elokuussa 2012

päivityshankkeisiin tuli mukaan Jenny Tervakari, joka ohjaisi uuden tuotannon ja huoletti sen teknisestä toteutuksesta. Lopputuotteen muoto oli vielä avoin: uusi tallenne, vanhan päivitys vai uusi versio verkkoon.

Loppuvuodesta päivitystä varten oli koossa 9000 euroa, ja Erkka Valovirta ja Erja Tommila aloittivat käsikirjoittamisen. Yhdistyksen toimintasuunnitelmaan 2013 kirjattiin: ”Yhdistys tuottaa anafylaksian hoitoon liittyvän ohjeistuksen nettiversiona yhteistyössä Filhary:n kanssa.” Valinta oli siis tehty: nettiversio.

Uudet anafylaksian hoito-ohjeet kuvattiin kesäkuussa 2013 Turussa. Joulun alla oli valmiin opetusvideon ensi-ilta yhdistyksen hallitukselle, ja tammikuussa 2014 se tuli verkkoon kaikkien nähtäväksi. Uusi *Anafylaksian hoito* julkaistiin internetissä toimivaan videopalvelu Vimeoon ensin suomeksi ja hiukan myöhemmin myös englanniksi ja ruotsiksi. *Anafylaksian hoito* -videoita pääsi katsomaan Erimenu.fi- ja Filha.fi-sivustojen kautta. Videot voi käydä katsomassa edelleen osoitteista vimeo.com/pirkanmaanallergia ja filha.fi/allergia/videot/.¹⁰

Opetusvideo päivitettiin tavallaan vielä 2020-luvulla, kun suomenkielinen versio sai lisäyksenä suomalaiset tekstit. Työn tekivät Jonna Nurminen ja Tomi Jokinen.

VERTAISTOIMINTAA TARPEIDEN MUKAAN
Pirkanmaan Allergiayhdistyksen 1980-luvulla alkanut vertaistoiminta on jatkunut siitä lähtien aina jäsenten tarpeiden ja toiveiden mukaan. Vertaistoiminnan alusta asti yhdistyksessä on ollut hiukan eri nimillä kerho astmaa sairastaville ikäihmisille tai aikuisille ja oma kerhonsa allergisten lasten vanhemmille. Kerhon vetäjä on yleensä ollut joku ”vertainen”, mutta yhdistyksen työntekijät ja hallituksen jäsenet ovat antaneet apua ja osallistuneet tarpeen mukaan.

Esimerkki yhdistyksen 2000-luvun vertaistiryhmistä on tuoksuyliherkät. Se perustettiin lokakuussa 2010.



Tuoksuherkkyttä on vähintään kymmenellä, ehkä jopa neljälläkymmenellä prosentilla ihmisistä. Näin arvioivat erikoislääkärit Matti Hannuksela ja Tari Haahtela 2010-luvun alussa. Vaiva oli melko yleinen, mutta lääkkeitä tai siedätyshoitoa ei ollut, eikä ollut vielä virallista tautiluokitustakaan. Kaivattiin ja tarvittiin vertaistoimintaa.

Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksen tuoksuyliherkkien vertaisryhmä kokoontui ahkerasti. Vertaistapaamisten lisäksi kerhon ohjelmaan kuuluivat muun muassa asiantuntijavieraat sekä tutustumiskäynnit esimerkiksi Taysin Allergiakeskukseen tai pirkanmaalaiseen pesuainerytykseen. Yksi vertaistoinija ja sittemmin myös tuoksuyliherkkien ryhmän vetäjä, opettaja Kari Hännikäinen kirjoitti aiheesta yhdistyksen verkkosivulle syksyllä 2012. Kirjoitus oli osa Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistys 40 vuotta -sarjaa:



Hajuste- ja kemikaaliyliherkkyys esiintyy eri ihmisillä eri tavoin ja vaikutusten sekä oireiden aiheuttajien kirjo on valta-

Adrenaliinin autoinjektori, adrenaliinikynä, käyttövalmis adrenaliiniruisku. Tärkeällä laitteella on monta nimeä samoin kuin laitteen kauppanimiä on jo useita. Anafylaksia-lehtisen yläkuvassa on Erkka Valovirta ja alakuvassa Erja Tommila potilaineen.

10 Duodecimin Terveyskirjaston mukaan (2/2022): anafylaksian ensihoitoon on nykyään kolme käyttövalmista adrenaliinikynää: tavaramerkit Jext, Emerade ja EpiPen.

Iloisia ilmeitä vaikka vakavaa asiaa. Anafylaksia-illassa yhdistyksen toimistolla olivat Arttu Haavisto, Sari Mäkelä ja Marjo Jokinen takarivissä sekä Iitu Haavisto ja Tuula Jokinen edessä.

va. Eri ihmiset reagoivat erilaisiin ärsykeisiin. Monille laukaiseva tekijä on ollut ongelmat sisäilmassa. Pahentuessaan vaiva aiheuttaa työpaikkakyvyttömyyttä ja estää menemästä moniin paikkoihin sekä osallistumasta tilaisuuksiin, missä esiintyy tuoksuja tai pienhiukkaspäästöjä. Kemikaaliherkkyys ei ole allergiaa, eikä siihen voi siedettyä.”

Tamperelainen kertoi tuoksuyliherkyydestä marraskuussa 2016. Myös tässä artikkelissa haastateltiin Kari Hännikäistä:

”

Erilaiset hajusteita sisältävät pesuainekemikaalit, joita jää vaatteisiin, aiheuttavat minulle punotusta kaulassa. Minulla on lähes aina nenä tukossa sairauteni vuoksi, ja hengitysongelmia aiheuttavat niin deodorantit, hajurvedet, tuoksukynttilät kuin muutkin voimakkaat hajusteet, Hännikäinen kertoo.”



Valtakunnallisen Allergia- ja Astmaliiton tuoksuton viikko järjestettiin ensimmäisen kerran syksyllä 2014. Sitä seuraavana vuonna kampanja oli yhteispohjoismainen, kun myös naapurimaiden sisarjärjestöt tarttuivat ajatuksen. Pirkanmaalla tuoksuyliherkkien vertaisryhmä oli silloin toiminut jo viisi vuotta. Yhdistys on lisäksi järjestänyt esimerkiksi tuoksuttomia teatterinäytöksiä ja muita tullethan tuoksutta -tapahtumia.

Astmaa ja allergioita, tuoksuyliherkyyttä, suolioireita, vanhempainkerhoja ja niin edelleen. Yhdistyksen vertaisryhmät ja niiden ohjelma vuonna 2015:

Tullethan tuoksutta! toivoivat astmaa sairastavien kerhon vetäjät Anne Rajala ja Eeva-Liisa Lehto.



- Aika-kerho. Aikuisten astmaa ja allergiaa sairastavien kerho.
- Tietoa kasveista allergianäkökulma huomioiden, Teemu Kylmäkoski.
- Astmaatikon suun terveys, suuhygienisti Riitta Myllymäki.
- Hyvä hengitystekniikka, fysioterapeutti Hannele Kiviranta Allergia- ja astmaliitosta. Kevätkauden päätös kahvila Amurin Helmessä.
- Tuolijumppa limanirroituksen tukena, fysioterapeutti Ellen Mäenrinta.
- Viola-kodin toiminta ja tietoa muistihäiriöistä, sairaanhoitaja Eija Myllymäki.
- Pikkujoulu.
- Tuoksuyliherkkien kerho.
- Nenänhoito, farmaseutti Ritva Vähäkangas.
- Hajusteeton Kampaamo-Parturi Merja, Merja Landberg.
- Perustietoa tajijista, lääkäri HuiHua Yang-Salmela.
- Hiuksia hellivät luonnontuotteet, ekokampaaja Petra Lammela.
- Palveluliikenteen toiminta, käyttö ja ohjeistus asiakkaalle, henkilöliikennesuunnittelija Ellinoora Kiiskinen.
- Pikkujoulu

JÄSENMAÄRÄ LIUKUU LOIVAA ALAMÄKEÄ

Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksessä oli 2010-luvun alkaessa 1800 maksanutta jäsentä. Määrä oli kääntynyt laskuun huippuvuosista ja väheni joka vuosi hiukan, vaikka jäseniä oli edelleenkin paljon. Pirkanmaa piti silti paikkansa maan toiseksi suurimpana allergia- ja astmayhdistyksenä, sillä jäsenmäärä oli samaan aikaan laskussa oikeastaan kaikissa muissakin alueellisissa allergiayhdistyksissä. Jäsenten – siis jäsenmaksua maksavien ihmisten – väheneminen ei koskenut vain allergiayhdistyksiä, vaan näkyi monissa muissakin järjestöissä. Yhtenä syynä tähän on yleisesti pidetty ainakin internetin ja sosiaalisen median yleistymistä.

Vuonna 2014 Suomessa toimi Patentti- ja rekisterihallituksen yhdistysrekisterin mukaan noin 100 000 yhdistystä. Niissä arvioitiin olevan yhteensä reippaasti yli 10 miljoonaa jäsentä – näistä tarkalleen 1639 kuului Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistykseen.

- Suolioireisten allergialasten vertaistapaamiset.
- Hyvän olon kerho.
- Liikunta osana terveellistä elämää, Jussi Pentti.
- Liikuntaa.
- Pikkujoulu.
- Anafylaksian saaneiden lasten vanhempainkerho Pirkkalassa.
- Allergisten- ja astmalasten vanhempainkerhot tai tukihenkilöt Akaassa, Ikaalisissa, Mäntässä, Nokialla, Pirkkalassa, Tampereella ja Sisukkaat Kangasalla.



Näissä syntymäpäiväjuhlissa ei tarvittu juh lamekkoa tai kissanrusettia, vaan 40-vuotiasta Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistystä juhlistettiin mukavan rennoissa vaatteissa ja jumppatossuissa. Virallinen vuosipäivä oli vasta syksyllä, mutta jo keväällä järjestetty Riehapäivä kokosi Varalan urheiluopistoon Tampereen Pyy-nikille kaikkiaan lähes 80 lasta ja aikuista.





Kehityspäällikkö
Jonna Nurminen
112-päivänä Lem-
pään Ideaparkissa
helmikuussa 2019.

Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksen hallinnoimaa verkkopalvelu Erimenua veti vuoden 2010 huhtikuun loppuun restonomi AMK Aulikki Vuorinen. Työtä jatkoi KTM Tarja Heimolehto, ja kun hän keväällä 2014 siirtyi toisiin tehtäviin, yhdistys palkkasi seuraajaksi KTM Jonna Nurmisen. Projekti-päällikön työ oli kuitenkin edelleen osa-aikainen ja myös epävarma, sillä rahoituksen jatkumisesta ei ollut varmuutta.

Nyt tiedetään, että rahoitus ja Erimenu jatkuivat. Jonna Nurminen on nykyään Erimenun kehityspäällikkö, ja hän tulee olleeksi yhdistyksen työntekijänä kahdeksan vuotta syksyllä 2022, jolloin vietetään yhdistyksen 50-vuotispäivää.

Kehityspäällikkö Jonna Nurminen: VERKKOPALVELU ERIMENU KEHITTYY JATKUVASTI

Erimenun ensimmäinen versio oli luotu ja rakennettu aikana, jolloin nettiä käytettiin vain tietokoneilla. Sen jälkeen käyttöön ovat tulleet muun muassa padit ja mobiililaitteet, joten nettisivujen pitää nykyään toimia hyvin erikokoisilla näytöillä. Erimenun historian aikana tietotekniikka on muutenkin kehittynyt kovalla vauhdilla. Verkkosivujen toimivuudelle ja visuaalisuudelle on tullut yhä enemmän vaatimuksia. Lisäksi verkkokehykseen, jolla Erimenun ensimmäinen versio oli tehty, ei ollut enää saatavissa uusia päivityksiä.

Kaiken edellä mainitun vuoksi kävi selväksi, että Erimenu oli uusittava perusteellisesti. Verkkopalvelu kannatti rakentaa kokonaan uudelle pohjalle. Uudelleen rakentamisen suunnittelu, työn kilpailutus ja lopulta toteutus oli kaikkiaan muutaman vuoden

työläs ja osin vaikeakin projekti. Tekniikka piti saada taipumaan siihen, että Erimenu ymmärtäisi monitasoisia ruoka-aineita. Sen pitäisi antaa varmasti oikeita hakutuloksia, olivatpa ruoka-allergiat ja kielletyt ruoka-aineet minkälaisia tahansa.

Työ onnistui. Erimenun ainutlaatuinen tietokanta ja tiedon suodatus saatiin rakennettua toistamiseen. Uudistuksessa kiinnitettiin paljon huomiota käyttäjän näkökulmaan ja mobiilikäyttöisyyteen. Pidettiin tärkeänä, että kaikki olennainen on selkeässä muodossa. Kaikki vanhassa versiossa olleet reseptit ja tuotetiedot siirrettiin uuteen versioon, mutta ne tarkistettiin ja niitä muokattiin ennen kuin ne julkaistiin.

Uusi Erimenu julkaistiin käyttäjille maaliskuussa 2018, mutta verkkosivustot vaativat yhä jatkuvaa testausta, ylläpitoa ja kehitystä. Joitakin ominaisuuksia on jatkokehitetty ylläpitäjän ja muun yhdistysväen havaintojen ja tarpeiden pohjalta. Myös lainsäädäntö on antanut aika ajoin sysäyksen Erimenun uusille kehitysaskelille. Esimerkiksi vuonna 2019 tulivat voimaan digitaalisten palvelujen saatavuusvaatimukset, mikä edellytti uusia toimia. Samalla parannettiin myös verkkopalvelun käytettävyyttä ja näkyvyyttä hakukoneissa. Pari vuotta myöhemmin liikenne- ja viestintävirasto Traficom antoi ohjeita verkkosivujen evästeistä, ja näillä ohjeilla muokattiin myös Erimenun evästeitä.

Odotettavissa on, että jatkossakin tekniikan kehitys tuo uusia vaatimuksia. Toisaalta vaatimukset julkisella avustuksella toimivalle palvelulle todennäköisesti lisääntyvät ja kiristyvät. Uudistuksiin tarvitaan aina rahaa, työntekijöitä ja asiantuntevaa teknistä ylläpitäjää, mihin kaikkeen on jollakin tavalla syytä varautua. ➔



Verkkopalvelu Erimenu.fi uudistettiin teknisesti kymmenen käyttövuoden jälkeen. Uudistuksen jälkeen Erimenua pystyi käyttämään myös kännykällä. Kuvan herkullinen valikoima tulee vastaan heti verkkopalvelun etusivulla.



Maa- ja metsätalousministeriön tiukennettu asetus ravintoloiden ja kahviloiden elintarviketietojen antamisesta kuluttajalle tuli voimaan huhtikuun alussa. Asetuksen mukaan ravintoloiden on ilmoitettava asiakkailleen ruuan sisältämät yleisimmät allergeenit.

TIUKENNETUSTA lainsäädännöstä huolimatta Pirkanmaan allergia- ja astmayhdistyksen kehittämispäällikkö **Jonna Nurminen** arvioi, että elintarvikeyritykset tiedottavat asiakkailleen vaihtelevalla tavalla.

Ruokalistat ja vitriinit ovat useimmissa paikoissa niin pieniä, että pitkille ainesosaluettelolle ei ole tilaa.

– Kaikki eivät pidä merkintöjä esillä. Toiset ravintolat kertovat erillisellä ohjekyltillä, että allergikkojen ja ruokarajoitteisten pitää kysyä lisätietoja henkilökunnalta.

EVIRAN ylitarkastaja **Tuulikki Lehto** kertoo, että tällainen menettelytapa on uuden kansallisen elintarviketietoasetuksen mukaista toimintaa.

– Elintarvikeyrityksien pitää antaa muun muassa allergeenitiedot joko kirjallisesti tai suullisesti. Ohjeplakaatin avulla asiakasta voidaan aktivoida kysymään lisää henkilökunnalta.

Ministeriön uusien ohjeiden mukaan esimerkiksi lounasruokaloiden tai kahviloiden tulee kertoa asiakkailleen ruokiensa allergiatiedot. *Aamulehti* otsikoi elokuussa 2015 ”Kysyvä allergikko ei tieltä eksy – Evira ei pakota elintarvikeyrityksiä ilmoittamaan kaikkia allergeeneja asiakkaille. Ohjeplakaati riittää.” Artikkelin lopussa **Jonna Nurminen** sanoo vielä, että vastuu allergiasta siirtyy myyjälle siinä vaiheessa, kun ostaja kysyy, sisältääkö ruoka sitä tai tätä ainesosaa.

KANSALLINEN ALLERGIAOHJELMA VIEDÄÄN ARKEEN

Vuosi 2010 oli nimetty erityisesti allergia-terveyden edistämisen vuodeksi, millä viitattiin jokunen vuosi aiemmin alkaneeseen Kansalliseen allergiaohjelmaan. Allergia- ja astmaliiton valitsemalla teemalla haluttiin käytännössä jalkauttaa allergiaohjelma periaatteet paikallisiin yhdistyksiin ja sitä tietä niiden jäsenille.

Tehtävän otti osaltaan vastaan myös Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistys. Allergiaohjelman periaatteet ja ajatukset vaikuttivat esimerkiksi yleisöluentojen aiheisiin 2010-luvun alkupuolella. Verkkopalvelu *Erimenua* viilattiin vastaamaan Kansallista allergiaohjelmaa. Yhdistyksen allergianeuvoja ja ruoka-allergianeuvoja saivat vastata satoihin kysymyksiin.

Käännös allergioiden aiheuttajien välttämisestä niiden sietämiseen hämmensi, jopa kiukutti. Jotkut kokivat, että allergioita vähätellään. Se ei ollut ohjelman tarkoitus. Tarkoitus oli oppia erottamaan vaikeat ja lievät allergiat toisistaan. Vaikeat tulee löytää ja hoitaa, sen sijaan lievissä tapauksissa allergiaa aiheuttavia ruoka-aineita ei ole syytä kokonaan välttää. Yhdistyksellä oli tärkeä tehtävä viedä tätä viestiä eteenpäin – olihan juuri täällä erikoistuttu ruoka-aineallergioihin.

VERKKOPALVELU ERIMENU ON VÄHÄLLÄ SAADA PIKKUSISKON, ERIMENON

Kun *Erimenu* oli saatu pystyyn ja julkaistu syksyllä 2008, suunniteltiin taas uutta hanketta yhteistyössä muiden järjestöjen ja yhteistyökumppaneiden kanssa. Hanke oli tavallaan lähellä *Erimenua*, joten se sai nimen *Erimeno*.

Erimenon perusajatus on hahmoteltu vuoden 2012 toimintasuunnitelmaan:

”

Erimenon päätavoitteena on toteuttaa yhteisöllinen ja karttapohjainen verkko-

Osallistun Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksen tilaisuuksiin, koska...

”... omassa perhepiirissä on useampia allergikkoja. Saan tilaisuuksista hyödyllisiä neuvoja allergian ilmenemismuodoista ja hoidosta.”

Päivi

Olen Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksen jäsen ja osallistun toimintaan, koska...

”...tätä kautta saan uusinta tietoa!”

Mervi

palvelu, jonka avulla erityisruokavaliota noudattavat henkilöt ja muut erityisryhmät voivat etsiä tietoa tietyllä alueella sijaitsevista tai tietyn reitin varrella olevista ravitsemus-, majoitus- ja matkailupalveluista, jotka tarjoavat juuri heille soveltuvia tuotteita tai palveluista.”

Ajatus oli, että palvelun sisältöä saisi tuottaa jokainen tai kuka tahansa – nykytermein voi sanoa, että palvelu joukkoistettiin. Periaate oli yksinkertainen. Kun vaikkapa kotimaan lomareissulla huomaa, että tietyssä taukopaikassa saa erinomaisia gluteenittomia sämpylöitä, tiedon voi jakaa muille karttapalvelussa. Kun jokin ravintola ottaa hyvin huomioon allergiset lapset, keliakikot tai muut ruokarajoitteiset, paikka kannattaa merkitä kartalle vinkiksi muille. Samoin liikuntarajoitteista voi ilahduttaa tieto kahvilasta, joka on vessaa myöten esteetön. Kaikista tämänkaltaisista asioista on paikallaan kertoa myös muille palveluja tarvitseville ihmisille.

Suunnitellun verkkopalvelun, Erimenon, ohjausryhmässä oli tässä vaiheessa edustaja Allergia- ja astmaliitosta, Keliakialiitosta, Pirkanmaan sydänpiiristä, Tampereen Diabesityhdistyksestä sekä Tampereen teknillisen yliopiston Hypermedia-laboratoriosta. Mukana oli myös Pirkanmaan MS-yhdistyksen toiminnanjohtaja. Erimenolle haettiin domain-tunnus, ja hankkeessa keskeisesti mukana ollut tutkija Anne-Maritta Tervakari suunnitteli karttapalvelulle oman logon.

Palvelun kehitysversioon pystyi lisäämään tietoja jo vuonna 2013. Muun muassa yhdistyksen hallituksen jäseniä pyydettiin syöttämään sinne tietoja kahviloista, ravintoloista, kaupoista, torikojuista, tilamyymälöistä ja niin edelleen. Erimeno oli määrä julkaista allergiaviikolla keväällä 2014 – tietenkin osoitteessa erimeno.fi – mutta teknisistä syistä julkaisua jouduttiin siirtämään.



Erimeno.fi julkaistiin lopulta juhannuksen tienoilla 2015, ja muutamaa päivää myöhemmin julkaistiin myös Erimeno.com. Karttapalvelusta oli tullut kaikille julkinen.

Vuoden 2017 kuluessa kohteiden määrä karttapalvelussa moninkertaistui. Tammikuun alussa Erimenoon oli syötetty kahta vaille sata kohdetta, vuoden lopussa niitä oli jo 1 107. Toimintakertomuksesta voi kuitenkin lukea, että palvelun tulevaisuus huoletti ainakin Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksen toiminnanjohtajaa ja hallitusta:

”

Eryteisesti verkkopalveluiden ylläpitäminen ja jatkuva kehittäminen on taloudellisesti haasteellista. Rajallisten resurssien takia priorisointia on tehtävä, ja erityisesti Erimenon jatko on mietinnässä. Toiminnan ylläpitämiseen tarvitaan jatkossakin Stean kohdeavustusta.”

Jo seuraavana vuonna, keväällä 2018 koitti karttapalvelu Erimenon loppu.

”

Allergia-, iho- ja astmaliiton lisäksi myös Keliakialiitto sekä Crohn ja Colitis ry ovat ilmoittaneet, ettei heillä[kään] ole resursseja ottaa Erimenoa hallinnoitavakseen.”

Karttapalvelun ylläpito ja kehittäminen olisi syönyt yhdistyksiltä liikaa rahaa ja työaikaa. Pian näitä molempia olisi tarvittu vielä lisää: tiedettiin, että EU:n uusi tietosuojasetus GDPR oli tulossa voimaan vielä samana keväänä. Henkilötietojen käsittelyä sääntelevä laki koskisi myös Erimenoa. Niinpä karttapalvelu Erimenon ”saattohoito” alkoi keväällä 2018. Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistys varmisti avustuskeskus Stealta, voiko sen rahoituksella rakennetun verkkosivuston piilottaa näkyviltä. Keskuksella ei ollut mitään



palvelun poistoa vastaan, joten hallitus päätti, että ”Erimeno poistetaan näkyvistä ennen tietosuojasetuksen voimaantuloa 25.5.2018.”

YHDISTYS LAAJENEE SOMEEN

Erimenu- ja Erimeno-verkkopalvelut näkyivät sosiaalisessa mediassa jo 2010-luvun alkupuolella, mutta muuten yhdistys eteni someen varovaisin askelin. Niin voi päätellä pienten pöytä- ja päiväkirjamerkintöjen perusteella, vaikka polkua ei ole dokumentoitu kovin tarkasti.

”

Käytiin keskustelua yhdistyksen liittymisestä Facebookiin. Todettiin, että liittotasolla tämä toimii, mutta yhdistystasolla ei välttämättä ole aikaa seurata ja valvoa Facebook-kirjoittelua! Asia jätettiin hautumaan...”

”

Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistys Facebook-sivustolle KE 21.9. 2011 klo 8–9.30. Ohjaajana Jukka Huhtamäki.”

Yhdistys liikkeellä. Kyllikinkadun toimitalo käy vaikka jumppasaliksi ja pöytien raivaaminen seinustalle vaikka alkulämmittelyksi. Iloista keppijumppaa joulun alla 2011 veti liikunnanohjaaja Seija Talonen. Samana vuonna vesijumppaajat kokoontuivat Tampereen ammattikorkeakoulun Tamkin lämminvesialtaaseen Finn-medi neloseen. Allasvoimistelu oli kuulunut yhdistyksen ohjelmaan jo parikymmentä vuotta. Vuonna 2012 Pirkanmaan yhdistys sai Allergia- ja astmaliiton cityliikkuja-avustusta. Sen turvin jäsenet saivat joukolla tutustua moneen liikuntalajiin geokätköilystä golfiin ja toritansseista kahvakuulaharjoitteluun. Geokätkeilijät asettuivat ryhmäkuvaan yhdistyksen kotikylmille Tammelantorille.

Ensimmäinen lainaus on hallituksen pöytäkirjasta elokuussa 2011, jälkimmäinen vajaa kuukautta myöhemmin yhdistyksen päivä- ja toimintakirjasta. Lainauksista voi päätellä, että siinä kun ainakin osa hallituksen jäsenistä suhtautui Facebookiin vielä varovaisesti, yhdistyksen henkilökunta pani toimeksi ja ryhtyi opettelemaan uuden yhteisöpalvelun toimintaa. Sitä päiväkirja ei kerro, ketkä yhdistyksestä olivat mukana.

Päätös ottaa käyttöön myös somen kanavat oli viisas. Facebook oli alkanut tulla tutuksi Suomessa 2000-luvun lopulla, ja 2010-luvun alkupuolella sillä arvioitiin olevan jo 1,7 miljoonaa suomalaista käyttäjää. Kuten edellä on mainittu, Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksessä ensimmäiset some-askeleet otti verkkopalvelu Erimenu tiettävästi syksyllä 2010. Muu yhdistys meni perässä noin vuotta myöhemmin – esimerkiksi vuonna 2015 yhdistyksen Facebook-seinällä tai -sivulla oli jo joulukalenteri. Hiukan myöhemmin oli vuorossa toinen yhteisöpalvelu, myös mikroblogiksi kutsuttu Twitter.

Yhdistyksen molemmissa some-palveluissa julkaistiin aluksi lähinnä vain ilmoituksia tulevista tapahtumista kuten yleisöluennoista. Hiljalleen toiminta some-tileillä vilkastui. Samalla vuorovaikutteisuus lisääntyi, mikä juuri on sosiaalisen median tarkoitus ja etu perinteiseen internetiin verrattuna. Vähitellen myös vertaisryhmille perustettiin omia aiheenmukaisia Facebook-ryhmiä kuten vaikkapa ”Ruoka-allergiat arjessa Pirkanmaa” tai ”Anafylaksia arjessa Pirkanmaa”.

Mira Kasanen:
**NÄIN VASTAVALMISTUNEESTA
FYSIOTERAPEUTISTA TULI YHDISTYKSEN
LIIKUNTARYHMIEN VETÄJÄ**

Valmistuin jouluna 2014. Kaverini oli vetänyt Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksen vesijumppaa ja kysyi minua jatkajaksi, koska oli itse lähdössä muualle töihin. Juuri valmistuneena etsiskelin töitä ja toisaalta tykkäsin kovasti vesiliikunnasta. Suostuin.

Taisi olla kevättä 2015, kun ohjasin yhdistyksen vesijumppaa ensimmäisen kerran.

Yhteistyötä.
Yhdistys järjesti koulutusta anafylaksian ensiavusta SPR:n Hämeen piirin ensiapukouluttajille ja ensihoidon ammattilaisille helmikuussa 2017.





Paikka oli Finn-medin lämminvesiallas. Ikääntyneille oli samana vuonna kolme kertaa info- ja liikuntatilaisuus. Siitä lähtien olen jatkanut yhdistyksen liikunnassa, eli voisi sanoa, että sillä tiellä ollaan. On ollut kiva jäädä. Yhdistyksen liikuntaryhmissä olen tavannut ihan mahtavaa porukkaa. Kun olen jutellut ihmisten kanssa, olen oppinut heiltä paljon. Olen saanut monta hyvää tuttavaa, ystäviäkin.

Allergiaa ja astmaa sairastavien ihmisten jumppa ei juuri eroa muista aikuisten ryhmäjumppista. Eroa on ehkä se, että alkulämmittelyssä avataan rintakehää muita ryhmiä huolellisemmin. Yleensäkin pidän huolta hyvästä lämmittelystä. Tai jos on paha siitepölyaika, ei mennä luontoliikuntaryhmän kanssa metsään koivujen alle. Aina hiljennetään tahtia, jos alkaa ottaa henkeen.

Pidän ryhmäliikunnan ohjaamisesta. Minulla on ollut ja on muitakin kuin allergia-yhdistyksen ryhmiä. Olen ohjannut kaikenikäisiä, mutta ihan ”vauvasta vaariin” ei voi sanoa, sillä vauvajumppaa en ainakaan toistaiseksi ole vetänyt. ➔

YHDISTYS OTTAA KANTAA JÄSENTENSÄ PUOLESTA

Pirkanmaan Allergiayhdistyksen, sittemmin Allergia- ja Astmayhdistyksen, sääntöihin

kirjattiin jo alussa edunvalvonta. Yhdistys on koko olemassaolonsa ajan pitänyt jäsentensä ja samalla kaikkien muiden allergisten tai astmaa sairastavien ihmisten puolta yhteiskunnassa. Yksi edunvalvonnan keino ovat olleet yhdistyksen laatimat kannanotot.

Esimerkiksi 1980-luvulla yhdistys pyysi Tampereen takseilta ”puhtaan ilman takseja” Tayksin lasten poliklinikan edustalle ja Tampereen kaupungilta ilman saasteepitoisuuksien seurantaa. 1990-luvulla yhdistys muun muassa kirjelmöi sosiaali- ja terveysministeriölle, että dieettiruoka tulisi rinnastaa lääkkeisiin. Silloinen ministeri Jorma Huuhtanen (kesk.) vastasi kohteliaasti:

”

Nykyinen sairausvakuutuslainsäädäntö tai muu lainsäädäntö ei sisällä ehdotamaanne dieettihoitorahaa. Tämän hetkinen ajankohta ei ole paras mahdollinen uudistuksen aikaansaamiseksi. Asia saattanee tulla esille sairaanhoitovakuutuslaitosten työn valmistuttua.”

2010-luvun puolivälissä yhdistyksestä lähti vakava kannanotto Tampereen kaupungille ylioppilaskirjoitusten paikasta. Kaupunki aikoi

Fysioterapeutti Mira Kasanen on ohjannut yhdistyksen liikuntaryhmiä useita vuosia. Tarpeen mukaan jumppaa on harrastettu lämminvesialtaassa, toimistolla tai ulkona muun muassa Sorsa-puistossa.

Paloasemalla.

Maaliskuussa 2017 yhdistyksen väki pääsi kurkistamaan sisään niistä kaarioivista, joista palomiehet ja -autot lähtevät pillit soiden sammutus- ja pelastustehtäviin. Vierailu historiallisesti arvokkaalla, arkkitehti Wivi Lönnin suunnittelemana Tampereen keskus-paloasemalla kiinnosti sekä lapsia että aikuisia.

Yhdistys teki 1990-luvulla sosiaali- ja terveysministeriölle aloitteen, että dieettiruuat rinnastettaisiin korvauksissa lääkkeisiin. Ministeri vastasi virkakirjeellä, että aika ei ollut otollinen uudistukselle.

Finkalähetys

PORT PAYÉ
FINLANDE
PMM
00170/108

muutamana vuoden kuluttua keskittää kirjoitukset Tampereen Messu- ja Urheilukeskukseen, ja yhdistys huolestui sinne aiemmista eläintapahtumista jääneestä hiukkaspölystä.



Tänä vuonna on ollut mm. Hevosmessut 11.–12.4., kansainvälinen Koira-näyttely 2.–3.5. ja Rotukissanäyttely 9.–10.5. Täten hiukkaspölyn määrä tiloissa on suuri huolimatta siivouksesta. Tutkimusten mukaan eläinpölyä tarttuu mm. tekstiileihin ja koloihin.”

Yhdistys muistutti, että nämä jäämät riittävät aiheuttamaan allergisille hankalia oireita. Tutkimusten mukaan eläimistä saa oireita 15 prosenttia suomalaisista. Ylioppilaskirjoituksissa allergiaoireet lisäävät monen abiturientin kuormitusta ja niiden lääkitseminen antihistamiinilla väsyttäisi. Erilliseen tilaan siirtäminen taas eristäisi allergisen nuoren muista ja aiheuttaisi kiusallista huomiota.

Yhdistyksen kannanotolla saattoi olla osansa siinä, että Tampere luopui kirjoitusten keskittämisestä eikä asiaan ole palattu. Sähköiset ylioppilaskirjoitukset pidetään



Merja Kerttula on ollut Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksen varapuheenjohtaja vuodesta 2014. Hän on aiemmin ollut myös Allergia- ja astmaliiton työntekijänä.

Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksen varapuheenjohtaja Merja Kerttula hahmottelee juhlivan yhdistyksen paikkaan muiden yhdistysten joukossa

Olen katsellut Pirkanmaan yhdistystä ensin silloisen Allergia- ja astmaliiton työntekijänä ja sen jälkeen yli kymmenen vuotta Pirkanmaan yhdistyksen hallituksen jäsenenä. Näen Pirkanmaan yhdistyksen merkittävässä järjestön osana.

Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistys on yksi kolmestakymmenestä Allergia-, iho- ja astmaliiton paikallisyhdistyksestä. Se on liiton toiseksi suurin, vain Helsingin yhdistys on jäsenmäärältään suurempi.

Ruoka-aineallergiat ovat hyvin yleisiä, ja Pirkanmaan yhdistys on halunnut toimia erityisesti ruoka-aineallergikkojen hyväksi. Se ei tarkoita vain pirkanmaalaisia vaan koko maan allergisia ihmisiä hyödyttävällä tavalla. Kun puhutaan koko järjestön merkittävistä aikaansaannoksista, ei voitane ohittaa esimerkiksi Pirkanmaan yhdistyksen tuottamia *Anafylaksian hoito* -tallenteita tai sen kehittämää ja ylläpitämää Eri-menu-portaalia. Lisäksi ruoka-allergioihin erikoistunut Pirkanmaan yhdistys on ollut

merkittävästi jalkauttamassa liiton isoa teemaa, uusine ajatuksineen mullistavaa Kansallista allergiaohjelmaa.

Pirkanmaalla on myös osattu ja uskallettu hakea ja käyttää Stea-rahoitusta yhdistyksen toiminnan kehittämiseen. Tämä on koko järjestön sisällä harvinaista. Liiton toiminnassa on ollut vaikeita aikoja: johto on vaihtunut, on tullut ikävää julkisuutta ja niin edelleen. Kaikesta huolimatta Pirkanmaan yhdistys on säilyttänyt auki yhteistyön väylät liittoon, ja aina on päästy eteenpäin yhteistä hyvää ajatellen.

Pirkanmaan yhdistys on ollut ja on edelleen halukas jakamaan osaamistaan ja kokemuksiaan sekä liiton että muiden yhdistysten kanssa. Suuren yhdistyksen, jossa on kolme palkattua työhönsä sitoutunutta työntekijää, mahdollisuudet toteuttaa asioita ovat erilaiset kuin yhdistyksen, joka toimii yhden osa-aikaisen toimihenkilön voimin tai kokonaan vapaaehtoisuuden pohjalta.

Kaksi kysymystä Allergia-, iho- ja astmaliiton toiminnanjohtaja Paula Hellemaalle

Pitkään liiton eri tehtävissä ollut nykyinen toiminnanjohtaja katselee Pirkanmaan yhdistystä ison kansanterveys- ja potilasjärjestön ”pääkonttorilta” Helsingistä. Allergia-, iho- ja astmaliiton alueellisia allergia- ja astmayhdistyksiä on 30. Kun Iholiitto yhdistyi Allergia- ja Astmaliittoon viitisen vuotta sitten, joukkoon liittyi seitsemän atopiayhdistystä ja kahdeksan harvinaisten ihosairauksien harvinaisyhdistystä.

1. Miltä Pirkanmaan yhdistys näyttää liitosta ja Helsingistä katsottuna?

Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistys on tehnyt jo vuosikymmeniä ansiokasta ja laadukasta työtä allergiaa ja astmaa sairastavien hyväksi. Yhdistyksen menestymisen

ovat mahdollistaneet monet henkilöt. Erinomaisen vetovoimainen, eteenpäin katsova ja uudistuskykyinen yhdistys.

2. Mikä sinun mielestäsi on Pirkanmaan yhdistyksen asema ja/tai paikka maan muiden allergiayhdistysten joukossa?

Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistys on tehnyt jo vuosia erityisesti työtä allergiaa ja astmaa sairastavien perheiden arjen tukena. Yhdistyksellä on valtakunnallista erityisosaamista muun muassa ruoka-allergiaperheiden vertaistuki- ja virkistystoiminnasta, ruoka-allergianeuvonnasta ja -ohjauksesta, kohderyhmän edunvalvonnasta ja Erimenu.fi -palvelusta. Unohtamatta tietenkään muita allergiaa ja astmaa sairastavia.



Toiminnanjohtaja Paula Hellemaa toi Allergia-, iho- ja astmaliiton tervehdyksen Pirkanmaan yhdistyksen 50-vuotisjuhla-vastaanotolle.

Kuva: Markku Rintala

useimmiten lukiodien omissa tiloissa Tampereella. Sähköiset kirjoitukset alkoivat muutamalla oppiaineella 2016, ja vuodesta 2019 alkaen koko ylioppilastutkinto on suoritettu sähköisenä.

KIITOKSET TUKIJOILLE

Pirkanmaan Allergiayhdistyksen alkuvuosina varoja toimintaan kerättiin monin keinoin cocktailkutsuista teatterinäytöksiin. Hallituksen jäsenet valjastivat omat verkostonsa yhdistyksen hyödyksi, ja toimialueen kunnilta kysyttiin avustusta jo 1970-luvulla. Siitä lähtien monet Pirkanmaan kunnat ja erityisesti Tampereen kaupunki ovat tukeneet yhdistystä.

Myöhemmin yhdistys alkoi pyytää tukea myös säätiöiltä ja julkisilta yhteisöiltä. Avustushakemuksia sekä perustoimintaan että

ERÄRETKI LAIPANMAALLE
La 20.5. klo 10-
Teivaantie 746, Sahalahti

Yhdistys järjestää Suomen itsenäisyyden 100-vuotisjuhlavuoden kunniaksi eräretken 20.5. Kohteena on Laipana ja sen alue kuuluu Etelä-Suomen suurimpiin yhtenäisiin metsäalueisiin. Se tarjoaa retkeilijälle 30 kilometriä opastettuja polkuja Kangasalan ja Pälkäneen kuntien alueilla.

Suomi
Finland
100

projekteihin kirjoitti toiminnanjohtaja. Esimerkiksi Tampereen Tuberkuloosisäätiö on myöntänyt yhdistykselle avustusta vuosittain jo 1990-luvun alkupuolelta lähtien. Säätiö on ollut yksi yhdistyksen tärkeistä tukijoista.

Raha-automaattiyhdistys tuki merkittävästi yhdistyksen oman toimitilan hankintaa ja remontointia 1990-luvun lopussa. Raha-automaattiyhdistyksen, sittemmin Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskus Stean tuki on myöhemminkin ollut yhdistykselle tuntuva.

Yhdistys järjesti Suomi 100 -juhlavuoden merkeissä retken suomalaisen luontoon. Kaksitoista yhdistyksen jäsentä lähti yhdessä Laipanaan retkeilyalueelle Kangasalan-Pälkäneen maastoon. Ryhmä vaelsi 14 kilometrin reitin toukokuisen lauantain aikana.



Allergia-, iho- ja astmaliitto perustettiin 1969, Pirkanmaan yhdistys 1972. Liiton viisikymppisiä juhlittiin kesällä 2019 Linnanmäen huvipuistossa, ja juhliin mukaan lähti bussilla myös iloinen pirkanmaalaisten joukko.

Sen ansiosta yhdistys on voinut sekä laajentaa että syventää toimintaansa. Hyvinvointia allergiaperheille ja Erimenu ovat nousseet pystyyn projektiavustusten turvin, ja edelleen 2020-luvulla molemmat pyörivät Stean tuella.

Päivikki ja Sakari Sohlbergin säätiö rahoitti 2000-luvun alkupuolella ensimmäisen *Anafylaksian hoito* -videon tuotantoa. Säätiö mahdollisti myös tallenteen siirron dvd-formaattiin sekä sen tekstitykset ruotsiksi ja englanniksi. Edelleen Sohlbergin säätiön tuella *Anafylaksian hoito* voitiin myöhemmin päivittää ja siirtää verkkoon yleisesti

nähtäville. Tätä tuotantoa varten yhdistys sai tukea myös Allergiasäätiöltä. Päivitetty *Anafylaksian hoito* tekstitettiin Otto Malmin säätiön tuella ruotsiksi.

EU:n vuonna 2009 päättämä uusi gluteeniasetus tuotti Erimenussa paljon työtä. Vuoden 2012 alusta elintarviketta sai sanoa gluteenittomaksi, jos sen gluteenipitoisuus oli alle 20 milligrammaa kiloa kohden. Vähägluteeniseksi sai sanoa, kun pitoisuus jäi alle sadan milligramman. Nämä vaaditut muutokset tehtiin Erimenun tuotetietoihin kunnallisneuvos C. V. Åkerlundin säätiön avustuksen turvin.

Vuodesta 2018 alkaen Tampereen Talouskoulun säätiö on myöntänyt avustusta vuosittain, jotta yhdistys on voinut järjestää eri ammattilaisryhmille ruoka-allergiakoulutusta.

Lisäksi yhdistys on vuosien kuluessa saanut yksityisiä lahjoituksia kuten syntymäpäivälahjaroja ja testamenttivaroja. Tärkeätä työtä yhdistyksen hyväksi ovat tehneet myös

lukuivat talkoolaiset muun muassa vertaistoinijoina, kerhojen vetäjinä, jäsentiedotteiden postittajina, vaalikeräysten lipasvahteina ja niin edelleen.

Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistys kiittää lämpimästi kaikkia, jotka ovat 50 vuoden aikana tavalla tai toisella tukeneet yhdistyksen toimintaa!

Puhtaanilmanlintu Paltsi kertoo työstään Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksessä

Kuoriuuduin villalangasta erällä parvekkeella Tampereen Tammelassa kesällä 2015. Viimeinenkin hiussuortuvani oli ojenuksessa 1. syyskuuta, Pirkan päivänä – osuva syntymäpäivä sikäli, että toimialueeni on Pirkanmaa.

Olen täällä puhtaanilmanlintuna. Piirretty lajitoverini Altsi lentelee Allergia- ja astmaliitossa Helsingissä ja liiton lehdessä pitkin maata.

Päätoimialaani on ruoka, sillä satuin syntymään yhdistykseen, joka tietää ja puhuu ruuasta tosi paljon. Vaikka eipä silti, kyllä meikäläisen nokka heiluu asiantuntevasti myös kaikenlaisissa muissa allergia- ja astmahommissa. Lennän sujuvasti lasten retkille ja pitsakursseille, bussimatkoille ja

luontopoluille. Sopivassa takakenossa istun seuraamassa yleisöluentoja, ja hyvin sosiaalisena lintuna seurustelen kävijöiden kanssa vertaisryhmissä tai messukeikoilla. Vain vesijummat jätän väliin.

Yksi pieni pahe minulla on, se täytyy tunnustaa: olen heikkona ateljé-pähineisiin. Kokin hattu on lähes virkapähine. Kun olen taiteellisella tuulella, käytän baskeria fiinisti vinossa. Joulua vietän tonttulakki päässä, ja tammikuuhun varustaudun hiihtopipolla. Kesällä käytän enimmäkseen lippalakkia ja mustia lasseja, aurinkosuojana nääs.

Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksen 50-vuotisjuhlavuonna haluan olla erityisen ahkera ja edustava. Olisikohan nyt uuden pähineen, knallin, aika?

Olen Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksen jäsen ja osallistun toimintaan, koska...

”...koen sen hyödylliseksi monesta syystä. Olen allergikko, ja tiedot allergioiden syistä ja hoidoista ovat siksi tarpeen. Lisäksi allergiat eri muodoissaan ovat niin yleisiä, että jo yleissivistyksen kannalta on hyvä tietää, miten niiden tutkimus ja hoito kehittyvät. Yhdistyksen kautta saa tietoa ja vastauksia kysymyksiin.”

Erkki

Paltsin kolme ajatusta Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksestä:

1. SE OTTAA LAPSET JA AIKUISET SIIPIENSÄ SUOJAAN

2. SEN LENTOKORKEUS ON SOPIVA

**3. SE ON LUONTAISESTI ALLERGINEN HÖLYNPÖLYLLE
eli kaikkiin sen viserryksiin voi takuulla luottaa**

Ruoka-allerginenkin voi nauttia herkuista. Saisiko olla päärynävaniljapikkuleipiä, taatelipareita vai kaurakeksejä, kysyy yhdistyksen virallinen maskottilintu Paltsi keittiöhommista.



Rentoa kesää!
T. Puhtaan-
ilmanlintu Paltsi



Tyylikäs on tyylikäs vaikka maskin takana.

Tapautui vuonna 2012

- Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistys täytti 40 vuotta
- Tampereen Vuoreksessa järjestettiin asuntomessut
- Onnibussi aloitti mm. Tampereen ja Helsingin välisen liikenteen
- Suomessa oli noin 578 500 lapsiperhettä
- Sauli Niinistö valittiin presidentiksi
- hehkulamppujen myynti ja maahantuonti kiellettiin
- tupakkatuotteiden esillä pitäminen kaupoissa kiellettiin
- Sisu-pastillien valmistus loppui Suomessa
- Puolustusvoimat lakkautti kuusi joukko-osasto
- EU sai Nobelin rauhanpalkinnon
- Venäjän presidentiksi valittiin taas pääministeri Vladimir Putin
- Katsotuin kotimainen/ulkomainen elokuva oli *Risto Räppääjä ja viileä Venla / 007 Skyfall*

Some, sote ja Piippolan vaari

Uutta vuosikymmentä oli eletty vasta vajaa kuukausi, kun covid-19-pandemia sekoitti ihmisten arjen myös Suomessa. Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistykselle tämä tarkoitti sitä, että kevään 2020 ohjelma jouduttiin nopeasti suunnittelemaan uudestaan. Toiminta ei kuitenkaan pysähtynyt, se vain muutti muotoaan: loikkasi ketterästi verkkoon ja somekanaviin. Apuun kutsuttiin myös kaikille tuttu Piippolan vaari. Yhdistyksen 50-vuotisjuhlavuoteen valmistautuminen aloitettiin koronapandemian varjossa ja sosiaali- ja terveydenhuollon uudistuksen toteutumista odotellessa.

Tammikuun 2020 lopussa varmistui Suomen ja maaliskuun alussa Pirkanmaan ensimmäinen koronatartunta. Vähän myöhemmin tulivat ensimmäiset koronarajoitukset. Maaliskuun puolivälissä tuli käyttöön valmiuslaki, joka sulki muun muassa koulut, kirjastot ja uimahallit. Samalla kiellettiin yli kymmenen hengen kokoontumiset, mikä osui suoraan yhdistyksen toimintaan.

Keväällä piti olla muun muassa yleisötilaisuus suolistobakteereista, sisäilmasta ja astmasta. Anafylaksia-lasten kanssa oli tarkoitus leipoa evästarpeet, pakata kori ja lähteä retkelle. Vertaiskerhoja piti olla aikuisille neljä ja lapsiperheille seitsemän, useimmat muualla kuin Tampereella. Lapset olisivat tutustuneet Poliisimuseoon, aikuiset olisivat käyneet teatterissa ja rantasaunassa. Korona peruutti kaiken.

Yhdistyksen ruoka-allergia-asiantuntija Tuula Jokinen kirjoitti Hyvinvointia allergia-perheille -projektin omaan toiminta- ja päiväkirjaan maaliskuun puolivälissä:

”

Maaliskuussa koronavirus toi muutoksia jokaisen työtehtäviin. Tapaamiset kasvokkain jouduttiin perumaan. Koko kevään ohjelma muuttui. Osa peruttiin, osa siirrettiin nettiin. Etätyöt alkoivat. Oli uuden opettelua. Videon kuvauksia, Skypen ja Teamsin käytön opettelua. Live-videoita. 16.3. olin viimeisen päivän toimistolla. Alkoi etätyö.”

Skypeä ei lopulta käytetty, vaan esimerkiksi etäkokousten ja -koulutusten viestintä- ja yhteistyöalustaksi otettiin Teams.

Tunnussana maski.

Korona opetti ja pakotti ihmiset käyttämään suu- ja nenäsuojainta, arkikielellä puhuttiin maskeista ja maskisuosituksista. Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistys sai *Aamulehden* Moro-liitteeltä sata kasvomaskia lahjoituksena, koska tuntemattomaksi jäänyt *Moron* lukija oli sitä ehdottanut.

Lahjoitus:
Moron lukijoilta tuli kymmeniä hyviä ehdotuksia lahjoituskohteista.

JUKKA MANNINEN
jukka.manninen@aamulehti.fi
Moro, Sipria



Olipa mukava soitella maanantaina kymmenelle tampere-laiselle hoivataholle ja kertoa, että he saavat Moron lukijoiden ehdottamana sata kappaletta Sanser Oy:n Myllypurossa valmistamaa kasvomaskia.

Koko lista

Tässä lista kaikista lahjoitusmaskien saajista:

Tampereen kotihoito, Taysin synnytysosasto, Suomen Kuurosokeat ry., Pirkanmaan allergia- ja astmayhdistys, Pirkanmaan omaishoitajat Pioni ry:ssä ikääntyneille omaishoitajille, Koivupirtin palvelukoti Petsamossa, Tampereen naisyhdistyksen Lahdensivun koti Ruotulassa, Kotikylä Elämänpuun palvelutalo Jankassa, Tampereen Kehitysvammaisten tuki ry. ja TampereMission palvelutalot.

PIKAVAUHDILLA UUTEEN KANAVAAN

Kun valmiuslaki otettiin käyttöön 17. maaliskuuta 2020, yhdistyksen seuraavaan yleisöluentoon oli aikaa runsas viikko. Siinä tilanteessa yhdistyksen toimistolla tehtiin päätös, että jo sovittua luentoa ei peruta, vaan se viedään verkkoon. Aika, aihe ja luennoitsija pysyisivät, paikka vaihtuisi. Sampolan auditoriossa istuminen korvattaisiin kotona katsottavaksi suoraksi Facebook-lähetykseksi, niin sanotuksi livestriimiksi. Yhdistyksen historian ensimmäisen livestriimin nimi oli ”Suoliston bakteerit ja miten niihin voi vaikuttaa – allergianäkökulma”. Luennoitsijana oli dosentti Tanja Pessi Tampereen yliopistosta. Maaliskuussa 2020 tehty livestriimi on edelleen tallenteena katsottavissa Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksen Facebook-sivulla.

Jo huhtikuun alussa lähdettiin tekemään seuraavaa striimiä, nyt Tampereen Pyynikinharjulle. Kameran edessä oli fysioterapeutti Mira Kasanen ja takana yhdistyksen kehityspäällikkö Jonna Nurminen. Toiminnanjohtaja Terhi Hurme oli vuoroin kameran kummallakin puolella. Pyynikillä kuvattiin ”Lonkan yleisimmät ongelmat”.

Fysioterapeutti Mira Kasanen: PIRKANMAAN ALLERGIA- JA ASTMAYHDISTYKSEN LIIKUNTA, KUN KORONAPANDEMIA OLI ALKANUT

Kun pandemia alkuvuodesta 2020 alkoi, se keskeytti kaiken yhdessä tekemisen. Korona oli pusku siirtää toiminta verkkoon, ja sinne siirtyi myös yhdistyksen ohjattu liikunta. Koronasulkujen alettua helmi-maaliskuussa ei mennyt aikaakaan, kun toimistolla jo suunniteltiin ensimmäistä liikunnan livestriimiä yhdistyksen Facebook-sivulle.

En ollut aiemmin tehnyt esimerkiksi jumppavideoita, joten liikunnan ohjaaminen kameran edessä oli uutta. Vieläpä suorana:

kaikki menisi julkisuuteen saman tien, mitään ei voisi ottaa uudestaan ja paikata. Kyllä jännitti, kun lähdettiin tekemään yhdistyksen kaikkien aikoen ensimmäistä liikunnan livestriimiä Pyynikinharjulle!

Mutta ihan hyvin klaarattiin. Terhi ja Jonna yhdistyksen toimistolta tekivät kaiken minulle helpoksi. Ensimmäisen livestriimi tehtiin lonkan yleisimmistä oireista ja kiputiloista. Kerroin niistä ja näytin helppoja jumppaliikkeitä kotona tai luonnossa tehtäväksi. Mukana oli muovinen selkä- ja lanneranka, jonka avulla kerroin hiukan lonkan anatomiasta.

Siitä se sitten lähti. Sen jälkeen on opittu tekemällä lisää Facebook-livellähetysten tekemisestä. Livestriimejä liikunnasta on nyt juhluvuoden juhannukseen mennessä tehty kymmenkunta. Suurin osa niistä on tallenteina nähtävillä Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksen Facebook-sivulla. Uusin livestriimi on keväällä 2022 lapsille tehty jumppavideo, ja toivottavasti sellaisia tehdään vielä lisää. ➤



Koronasta huolimatta yhdistyksellä oli paljon toimintaa vuonna 2020:

Yleisöluennot peruttiin koronan vuoksi.

Yksi yhteistyöluento: Ravinnon vaikutus lievään tulehduksiin. Sampoalan juhlasali. Paikalla 90 henkilöä, striimaus Tampereen seudun työväenopisto.

Luennot ja haastattelut avoimella Facebook-sivulla

- Suoliston bakteerit. FT, dosentti Tanja Pessi
- Astma. Haastattelussa astmafarmaseutti Kaisu Pöykkö
- Lasten ruoka-allergiat – ovatko koirien ruoka-allergiat samanlaisia? Haastattelussa eläinlääkäri Juliska Haapanen-Kallio
- Kodin sisäilma. Haastattelussa Tampereen kaupungin terveystarkastaja Satu Touronen-Paimensalo

- Lakineuvoja sisäilmaongelmiin. Varatuomari Leena Laurila
- Vaikea tuoksuherkkyys arjessa. Vapaaehtoistoimijat Kari Hännikäinen ja Aino Kaukonen
- Vaikea atooppinen ihottuma. LT, ihotautilien ja allergologian erikoislääkäri Laura Korhonen

Koulutukset ja kurssit

- Ruoka-allergiakoulutus lastenneuvoloitten terveydenhoitajille (Teams). Lastenallergologi Kati Holm, ravitsemusterapeutti Heli Alden, puheterapeutti Katja Vuoti ja kokemustoimija Marjo Lehtinen. Yhdistyksen ruoka-allergiavastaava Tuula Jokinen ➤

Luuranko Pyynikinharjulla. Muovista selkä- ja lannerankaa pitelee fysioterapeutti Mira Kasanen. Livestriimin alussa yhdistyksen Terhi Hurme toivotti katsojat tervetulleiksi ja esitteli Kasanen maskotti, puhtaan ilmanlintu Paltsi pääsi mukaan Pyynikinharjun jumppatuokioon.

**VERTAIS-
TOIMINTAA
JA LIIKUNTAA
SEKÄ KASVOKKAIN
ETTÄ VERKOSSA**

- ja kehittämispäällikkö Jonna Nurminen. 75 osallistujaa.
- Anafylaksialapsille kaksi ruokakurssia ja leivontakurssi.
- Anafylaksian ensitietoilta
- 112-päivänä yhdistyksen työntekijät jakoivat anafylaksia-tietoutta ja ohjasivat ensiapua adrenaliini-injektorilla. Pirkanmaan Pelastuslaitoksen tapahtuma Ideaparkissa.



Allegiayhdistyksen Paltsi ja Pelastuslaitoksen Tuuri ovat jo rutinoituneita 112-päivän avustajia.

Vertaistoiminta

- Allergisten lasten vanhempien vertaisryhmä Pirkkalassa kahdeksan kertaa
- Anafylaksialasten vanhemmat Pirkkalassa (kolme lähi-, viisi verkkotapaamista).
- Ruoka-allergialasten vanhemmat kaksi kertaa (Teams)
- Lapsiperheiden tukihenkilöt Akaassa, Kangasalla, Tampereella ja Ylöjärvellä
- Aikuisastmaattikkojen vertaistapaamisia viisi. Vetäjinä Leea Lehtimäki ja Eeva-Liisa Lehto
- Päiväryhmä neljä kertaa. Vetäjinä Leea Lehtimäki ja Eeva-Liisa Lehto
- Tuoksuyliherkkien tapaamisia kolme. Tilaisuuksia johti Kari Hännikäinen

- lhoatopikot kolme kertaa. Keskusteluja veti Terhi Hurme. Asiantuntijavierailijana suuhygienisti Titta Klemola, aiheeseen liittyviä videoita



Koronavuonna kokeiltiin muun muassa frisbeegolfia. Heittovuorossa on Markku Nirkkonen.

Liikunta, ryhmiä ohjasi fysioterapeutti Mira Kasanen

- Vesivoimistelu kahdeksan kertaa
- Pilatesta kaksi kertaa
- Puistojumppa
- Pyynikin polkukierros
- Tutustuminen suunnistukseen
- Lihaskuntojumppa
- Sauvakävely
- Kotikuntopiiri
- Frisbeegolf

Lisäksi yhdistys tuotti Facebook-sivuille liikuntavideot:

- Lonkan alueen yleisimmät ongelmat
- Tasapainotellen osa 1 ja osa 2
- Hyvä hengitys
- Stressin lievitys hengityksen kautta
- Miksi luontoon?
- Puistojumppa
- Kuinka katkaista arjen stressi

Virkistystoiminta koronan vuoksi pienimuotoista.

- Peruttiin hajusteeton teatteriesitys, linja-autoretket ja Varalan virkistyspäivä.

- Värien ilta syksyllä toimistolla. Kokeiltiin enkaustiikkaa eli mehiläsvahamaalausta.

Neuvontapalvelut pääosin puhelimitse ja sähköpostilla

- Sairaanhoidajan allergia- ja astmaneuvoita 158 asiakasta
- Dieetikokin ruoka-allergianeuvonta 128 asiakasta

Vapaaehtoistyö

- Yhdistyksen toiminnassa oli yli 40 vapaaehtoista: vertaistointiryhmien vetäjiä, allergiaperheiden tukihenkilöitä, asiantuntijaluennointsijoita, tapahtumavastustajia, jäsenkirjepostittajia ja tietotekniikka-avustajia.
- Myös 12-henkinen hallitus toimii vapaaehtoisperiaatteella.



Piippolan vaarilla on kana, vehnä, lehmä ja kissa.

Muut

Yhdistys tuotti lapsille [koko perheelle] suunnatun videon Piippolan vaarin allergiahuolet. Se kertoo hausalla tavalla ruoka-allergioista.

Yhdistys tuotti toisen liikunta-aiheisen live-vestriimin Pyynikillä jo runsas viikko ensimmäisestä, silloin puhuttiin tasapainosta. Kahden liikunta-aiheen välissä lähetettiin suorana vielä lisäksi astmafarmaseutti Kaisu Pöykön haastattelu astman hoidosta. Osa live-lähetyksistä oli vain yhdistyksen jäsenten katsottavissa, osa oli kaikkien nähtävillä.

Korona ja siitä johtuvat sulut ja rajoitukset pakottivat opettelemaan toisenkin uuden asian, verkon kautta pidettävät etäkokoukset ja -tapaamiset. Jopa edellisen vuoden tilintarkastus pidettiin etänä. Kevätkokous 2020 hoidettiin Teams-sovelluksella, tosin muutama jäsen osallistui kokoukseen puhelimella viestintäpalvelu WhatsAppin kautta. Myös hallitus kokoontui etänä – käytännössä kukin istui kotonaan oman ruutunsa äärellä.

Yhdistyksen koko toiminnan ja hallinnon yhtäkkinen siirtyminen verkkoon taisi stressata paitsi ihmisiä myös toimiston tietokoneita. Kun koronan kanssa oli eletty viitisen

kuukautta, yhdistyksen toiminta- ja päiväkirjaan tuli käsinkirjoitettu merkintä:

”

Tietokoneen keskusyksikkö savusi + rätsisi, kun laitoin kännykän lataukseen pe 28.8.2020. > soitto pelastuslaitos, kun johdot ensin pois seinästä > soitto IF/Kalle Käyhkö 31.8. > huolto + tiedoston siirto uuteen kannettavaan.”

Yhdistyksen ensimmäisen koronavuoden ”saldo” on kirjattu 2020 toimintakertomukseen:

”

Vuosi 2020 oli yhdistyksen 48. toimintavuosi. Vuosi oli poikkeuksellinen covid-19-pandemian vuoksi. Heti maaliskuussa kevään useita kymmeniä tilaisuuksia jouduttiin perumaan, siirtämään tai järjestämään verkossa.

**SIIRTYMINEN
VERKKOON
STRESSASI
PAITSI IHMISIÄ
MYÖS TIETO-
KONEITA.**



Kesällä 2020 koronapandemia näytti jonkin aikaa jo laantumisen merkkejä. Esimerkiksi Pirkanmaalla oli useita kesäviikkoja, jolloin ei löytynyt yhtään tartuntaa. Yhdistyksen loppuvuotta suunnitellussa täytyi kuitenkin ottaa huomioon, että tauti saattaisi nousta uudelleen. Syksyn jäsentiedotteen kansikuva oli vielä ajalta ennen koronaa, kun Marttojen Nykynaiset olivat kylässä Kyllikinkadulla.

Yhdistys tarvitsi ja hankki uusia parempia työvälineitä (mobiililaitteet, läppärit) ja opetteli ja otti käyttöön mm. FB-livevideoinnit ja Teams-ohjelman. Vertaistapaamisia, kokouksia ja terveydenhoitajille suunnattu koulutus voitiin järjestää Teamsin avulla.”

Kesällä koronatapauksia oli ollut vähän, mutta syksyllä 2020 niiden määrä oli taas loivassa nousussa. Yhdistyksen seuraavaa kevätkautta suunniteltaessa ohjelmasta tehtiin hybridi: osa kevään 2021 tapahtumista ja tapaamisista pidettäisiin jos mahdollista kasvokkain, osa suunniteltiin verkkoon alusta asti. Kokoontumisia olisi yhdistyksen toimistolla tai ulkona luonnossa tai Teams-tapaamisina verkossa. Luennot pidettäisiin kasvokkain vanhaan malliin tai sitten Facebookissa livestriimeinä.



Korona. Maski oli tarpeen, kun kokoonnuttiin toimistolle marraskuussa 2021 kuuntelemaan farmaseutti Kaisu Pöykön luento astman omahoidosta. Takarivissä seisovat Leea Lehtimäki, Mervi Hukari, Marja Leppänen, Kaisu Pöykkö, Anja Wilen, Marjatta Ahonen ja Terhi Hurme. Edessä istuvat Tuuli Oinonen, Riitta Venekoski ja Elvi Soininen.



Korona ei pysäyttänyt yhdistyksen toimintaa, mutta aiheutti paljon poikkeusjärjestelyjä. Toiminnanjohtaja Terhi Hurme, dieetikokki Tuula Jokinen ja Erimenuun kehityspäällikkö Jonna Nurminen olivat paljon etätoissa. Toimistolla kasvomaski oli vakiovaruste.

Jo ennen tammikuun 2021 loppua Terveyden ja hyvinvoinnin laitos ilmoitti, että koronatapausten määrä kasvaa jälleen. Tämä näkyi hyvin myös Pirkanmaalla. Tammikuun viimeisenä päivänä alueella varmistettiin 36 uutta tartuntaa ja jo maaliskuun puolivälissä ilmoitettiin kevään korkein päiväluku, 70 uutta tartuntaa.

Tuula Jokinen:

HYVINVOINTIA ALLERGIAPERHEILLE -HANKE YHDISTYKSEN JUHLAVUODEN 2022 ALKAESSA

Ruoka-allergianeuvonnan määrä on pysynyt aika vakaana siitä lähtien, kun 2007 tulin tehtävään. Kun 2022 jätän tehtävän, voin sanoa että itse allergioissa on tapahtunut muutos. Kansallinen allergiaohjelma 2008–2018 on tuottanut tulosta. Todella vakavat allergiat, joissa lapselle sopii vain muutama ruoka-aine, ovat vähentyneet.

Ennen uutta ohjelmaa jotakin tiettyä ruoka-ainetta vältettiin esimerkiksi allergisen lapsen ruokavaliossa kokonaan todella tarkasti. Nykyisin perheitä kannustetaan kokeilemaan lapsen sietokyvyn rajoissa, josko edes pieni määrä sopisi. Lääkärin ja hoitajan ohjeiden mukainen niin sanottu rotaatoruokavalio on sopinut monelle allergiselle lapselle ja aikuiselle. Rotaatio tarkoittaa, että otetaan kokeiluun yksi tai enintään muutama ruoka-aine kerrallaan ja aloitetaan kokeilu todella pienellä määrällä. Määrää lisätään oireiden mukaan vähitellen, ja kaikki määrät tai reaktiot kirjataan ylös. Lääkärin ohjauksessa siedätyshoitoa on muutamasta ruoka-aineesta annettu hyvin tuloksien.

Varsinaisten allergiatuotteiden valikoima on monipuolistunut räjähdysmäisesti viime vuosien aikana. Aikaisemmin gluteenitonta ruokavaliota tarvitseville oli tarjolla yksi Moilas-leipomon leipä pakasteena ja jokunen näkkileipä. Nyt kauppoista voi löytää jo lähes kaikkea tuoreena. Melkein kaikille ruoka-aineille on olemassa jokin korvaava tuote. Tämän vuoksi myös yhdistyksen jäsenperheille tarjoamaa leivontapalvelua tarvitaan nyt harvemmin kuin ennen.

Ruokakurssit ovat olleet suosittuja koko ajan, ja anafylaksialapset ovat kurssilaisista innokkaimpia. Suosituimpia reseptejä näille vehnä-, maito- ja muna-allergiselle lapselle ovat olleet erilaiset herkut. Täytekakku



Korona-aikana etäpalavereista ja -tapahtumista tuli arkipäivää. Allergia-, iho- ja astmaliiton sekä Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksen yhteistyönä toteutettu suuri ruoka-allergialta keräsi verkossa pitkästi yli kolmesataa osallistujaa. Yhdistyksestä linjoilla olivat dieetikokki ja ruoka-allergianeuvoja Tuula Jokinen (ylhäällä vas.) sekä kehityspäällikkö Jonna Nurminen (oik. alakulma). Liitosta mukana olivat asiantuntijat Aino Loikkanen (ylhäällä oik.), Kaisa Toikko (alhaalla vas.) ja Anu Sauliala (alhaalla oik.).

ja pizzat ovat olleet kurssien kestotoiveita. Nämä suosikit onnistuvat nykyisin helposti kotona kauppojen laajentuneen ja monipuolistuneen tuotevalikoiman ansiosta.

Neuvonnassa kysytään edelleen paljon arkea helpottavia ohjeita kuten sämpylöiden tai gluteenittoman pullan reseptejä. Valmista gluteenitonta pullataikinaakin löytää jo kaupan pakastealtaasta. Kotileivontaa helpottavat myös erilaiset erikoisruokavalioihin sopivat jauhoseokset. Kakuille, letuille, pizzalle, leiville, sämpylöille ja näkkileivälle löytyy oma jauhoseos kaupan hyllystä. ➤

”Koe seikkailut,
matkoja taita.
Näe vehreitä
marjamaita.
Maut maista
ja ääniä kuule.
Ota selvää,
älä vain luule.
Koe villisti
elämän retki,
elä jokainen,
jokainen hetki.”

Tuula

Tuula Jokinen siirtyi ruoka-allergianeuvojan tehtävistä muihin töihin helmikuussa 2020, kun yhdistyksen juhlavuosi oli vastikään käynnistynyt. Hän oli yhdistyksen palkkaama, mutta samalla myös valtakunnallinen ruoka-allergianeuvoja. Viidentoista työvuoden jälkeen hän kirjoitti jäsentiedotteeseen

”

Tuulan terveiset ❤️

Olen tehnyt töitä sydämellä ja kerännyt tapaamieni ihmisten kanssa eletyt muistot mukaani, kiitos niistä!

Meillä jokaisella on oma polkumme kuljettavana. Elämässä on aikoja, jolloin muutoksen halu nostaa päätään. Nyt se hetki tuli minulle.

10.2. on viimeinen työpäiväni.”

Tuula Jokisen työtä Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksessä jatkaa kotitalousopettaja Ilona Mähönen. Hän aloitti yhdistyksessä helmikuussa 2022.



Ilona Mähönen
yhdistyksen
50-vuotisvastaan-
otolla Tampereen
Raatihuoneella.

Kotitalousopettaja, ruoka-allergia-toiminnan asiantuntija Ilona Mähönen: ENSIMMÄINEN PUOLIVUOTINEN PIRKANMAAN ALLERGIA- JA ASTMAYHDISTYKSESSÄ

Yhdistys ei ollut minulle tuttu, kun tulin tänne helmikuussa 2022. Tulin Oulusta tai oikeastaan Savonlinnasta Oulun kautta. Helmikuu oli hyvä aika tulla, sillä Tuula [Jokinen] oli jo hyvin suunnitellut kevään ohjelman valmiiksi. Oli hyvää sisäänajoa, kun olimme Tuulan kanssa vielä hetken yhtäaikaa töissä. Yhdistyksessä olen saanut muutenkin huippuhyvät työkaverit Terhin [Hurme] ja Jonnan [Nurminen].

Olen tykännyt tästä työstä kovasti, se on niin monipuolista. Yksi sähköpostikysely tai neuvontapuhelu saattaa kääntää koko päivän suunnan ja suunnitelmat. Työ on kevään aikana ollut verkkopainotteista koronan takia,

mutta toivon että syksyllä pääsen tapaamaan ihmisiä myös kasvokkain. Saapa nähdä.

Tämän työn haaste on tavoittaa juuri ne ihmiset, jotka tästä toiminnasta hyötyvät eniten. Tilaa ja tarvetta tälle työlle kyllä on. Ihmisten ajasta vaan kilpailee niin moni muu asia ja kanava – pitäisi erottua siitä kaikesta muusta. Terhin allergianeuvontaan kävelee ihmisiä toimiston ovesta sisään, mutta ruoka-allergianeuvontaan ei juurikaan tulla niin. Ruoka-aineista ja -allergioista kysytään ja puhutaan enimmäkseen verkossa. Mukaan löytäneiden tai löydettyjen palaute on ollut pelkästään positiivista.

Ajattelen tulevaisuudesta, että yhdistyksen ruokaneuvonta eriytyy yhä enemmän tavallaan kahteen suuntaan. Toisaalta mennään lähelle, ihan yksittäisten perheiden auttamiseen. Opetellaan vaikka yhdessä leipomaan jotakin sopivaa munatonta ja maidotonta juuri sen perheen tarpeisiin. Toisaalta jaetaan tietoa ruoka-allergioista niin sanotusti massoille eli yritetään lisätä koko väestön tietoisuutta ja ymmärrystä allergioista ja niitä aiheuttavista ruoka-aineista. Kuluttajaliiton sekä Allergia- ja astmaliiton kanssa onkin jo viritelty tätä varten tulevia yhteistyökuvioita.

Hauskaa, että ensi helmikuussa olen nähnyt koko vuoden kierron yhdistyksessä. Työ jatkuu. Toivotaan, että tämän yhdistyksen ja yleensä yhdistysten arvo nähdään ja ymmärretään tulevaisuudessakin. ➤

Kehityspäällikkö Jonna Nurminen: ERIMENU 2022 – ERIMENUUN VOI LUOTTAA

Kun Erimenua alun perin suunniteltiin 2000-luvun alussa, netissä ei ollut juurikaan saatavilla tietoa elintarvikkeista, ei liioin ruokareseptejä. Myös kauppojen erityisruokavaliotuotteiden valikoima oli hyvin rajallinen. Nyt 2020-luvulla on kaikilla elintarviketuottajilla omat kotisivut, joilla myös tuotteiden ainesosaluettelot ovat yleensä esillä. Reseptejä



Synttärisherkkuja.

Ilona Mähösellä (pöydän takana) ja Jonna Nurmisella oli keväällä uusien reseptien testaus- ja kuvauspäivä tulevaa varten. Ruoka-allergiapäivän teema on allergiselle lapselle yhtä hyvät synttärarit kuin muillekin. Kattauksessa on muun muassa suklaisia hedelmäkarttaita, vaaleita täytekeksejä, banaanimuffinsseja, minipitsoja ja mehua.

on netissä runsaasti ja niitä löytää myös monista lehdistä.

Nykyaikaa kuvaa se, että jokaisella ihmisellä on mahdollisuus olla oma mediansa. Jo pelkästään yksityishenkilöiden sometileillä ja blogeissa julkaistaan päivittäin valtava määrä mielipiteitä ja vinkkejä. Siksi olennaisen tiedon löytäminen voi olla vaikeaa – oikean tiedon erottaminen vähemmän oikeasta on vähintäänkin haastavaa.

Erimenussa perusajatus on ollut ja on vastedeskin, että käyttäjä voi luottaa palvelussa näkemäänsä reseptiin ja muuhun

tietoon. Palvelua ylläpitävät ruoka-allergioiden ammattilaiset, jotka tekevät aktiivisesti muutoksia, kun tarvitaan, ja kehittelevät palveluun uusia reseptejä. Erimenu on luotettava tietolähde myös monelle ruuanvalmistuksen, ravitsemuksen tai terveydenhoidon ammattilaiselle.

Erimenu auttaa tekemään itselle tai omalle perheelle sopivaa allergiaruokaa ja -leivonnaisia

Lapsiperhe aika on vanhemmille usein kuormittava elämänvaihe, ja samaan ajankautaan osuvat myös lasten pahimmat

ERIMENU.FI

Rekisteröidy maksutta ja tallenna oma ruokavaliosi Erimenussa

Erimenussa voit rajata ruokavaliosi kaikki ne ruoka-aineet, joita sinä tai läheisesi ette voi käyttää.

Tallennettuasi ruokavaliosi Erimenu etsii ja näyttää automaattisesti sinulle sopivat reseptit ja tuotteet henkilökohtaiset ruokarajoitteesi huomioiden.

Tutustu luotettavaan ja asiantuntevaan Erimenu-palveluun, ja innostu ruuanlaitosta ja leivonnasta!



Erimenussa on kaikkiaan jo yli 900 ruokaohjetta. Kaikki reseptit on testattu niin, että leivonta tai ruuanlaitto niillä onnistuu.

allergiavuodet. Tiedetään nimittäin, että allergioita on eniten juuri pienillä lapsilla. On kuitenkin lohdullista, että monien lasten ruoka-allergioiden tiedetään helpottavan tai kokonaan häviävän kouluikään mennessä.

Ruokarajoitteet tulevat perheille usein yllättäen ja uusina asioina. Silloin on suureksi avuksi, jos joku osaa vinkata perheelle tietolähteeksi Erimenun. Sen resepti- ja tuotetietoja pystyy suodattamaan millä tahansa kiellettyjen ruoka-aineiden listalla. Palvelun

munattomat, maidottomat ja vehnättömät reseptit auttavat ruokarajoitteisen perheen helposti alkuun ja pitkälle siitä eteenpäin. Palvelu auttaa ruoka-allergisia arjen ruuanlaitossa ja leivonnassa. Tarkoitus on, että Erimenun avulla kuka tahansa oppisi tekemään itselleen ja perheelleen sopivaa ruokaa ja leivonnaisia. Yritämme neuvoa ja tukea myös siinä, että ihminen oppii muuntamaan reseptejä itselleen sopiviksi.

Uuden Erimenun käyttäjämäärät ovat olleet koko ajan nopeassa kasvussa. Palvelun ovat löytäneet eri tavoin ruoka-allergiset ja myös keliaakikot, jotka hyötyvät erityisesti ruokarajoitteisille suunnitelluista resepteistä. Niitä Erimenussa on saatavilla jo yli 900.

Olemme nyt ja tulevaisuudessa ruoka-allergisten ja heidän lähipiiriensä saatavilla. Tuotamme lisää reseptejä, joissa ruoka-allergiat otetaan huomioon. Annamme uusia ja ajankohtaisia vinkkejä. Neuvontaamme voi kuka tahansa ottaa yhteyttä ja pyytää apua, kun tarvitsee esimerkiksi jotakin tiettyä reseptiä. ➤

JUHLAVASTI TAMPEREEN RAATIHUONEELLA

Tampereen kaupunki muisti 50-vuotiaasta Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistystä hienolla tavalla ja kutsui yhdistyksen jäsenet juhlavastaanotolle Raatihuoneelle. Vastaanottoa emännöi apulaispormestari Johanna Loukas-korpi, joka kävi läpi yhdistyksen historiaa ja nosti esiin järjestötoiminnan tärkeyden.

Yhdistyksen puheenjohtaja Markku Jokela kiitti kaupunkia tuesta ja hyvästä yhteistyöstä. Vapaaehtoistoimija Mervi Hukari haastatteli toiminnanjohtaja Terhi Hurmetta yhdistyksen roolista ja tehtävistä sekä 30-vuotisen uran mieleenpainuvimmista hetkistä. Allergia-, iho- ja astmaliiton terveiset toi toiminnanjohtaja Paula Hellemaa. Lämminhenkisen ja juhlavan tilaisuuden ohjelmassa oli myös musiikkia, vapaata keskustelua ja pientä purtavaa.



Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksen virallinen syntymäpäivä on marraskuun lopulla, mutta juhlinta alkoi jo huhtikuun alussa kaupungin juhlavastaanotolla. Lämminhenkiseen tilaisuuteen kuului hiukan puheita ja musiikkia, mutta myös leppoisaa seurustelua jäsenten kesken.



Laila Pohjoismäki, Arja Mäkinen ja Heli Alden



Helena Torvinen
sekä Irene ja Harri
Hulkkonen



Ronja Jokinen,
Lea Jokinen ja
Anneli Taina

Armi Järvinen ja
Eeva-Liisa Lehto



Nina Tielinen ja
Anne Munne



Aino Kaukonen
sekä Taisto ja Eira
Hietamäki



Hans ja Soile Lönnqvist



Johanna Loukaskorpi



Suvi Savolainen

**Puheenjohtaja Markku Jokela:
PIRKANMAAN ALLERGIA- JA
ASTMAYHDISTYKSEN VAHVUUKSIA,
KORONAN TUOMIA MUUTOKSIA
JA NÄKYMIÄ YHDISTYKSEN
TULEVAISUUTEEN**

Miten ryhdyin vapaaehtoistyöhön -tekstissäni kuvasin aiemmin, miten liiton luottamushenkilöiksi yritettiin ennen saada merkittävässä asemassa olevia henkilöitä. Heillä ei aina välttämättä ollut paljon kokemusta allergia- ja astma-asioista. Monet muutkin järjestöt pyrkivät saamaan hallintoelimiinsä muun muassa kansanedustajia.

Nykyään kansanterveysjärjestöjen luottamuselimitys näyttää olevan enemmän kokemusasiantuntijoita ja sellaisia järjestöaktiiveja, joilla on taustalla oma tai lähiomaisen sairaus. Lisäksi järjestöihin pyritään saamaan mukaan alan ammattilaisia ja tutkijoita.

**MONIPUOLINEN HALLITUS
JA HYVÄT TOIMIHENKILÖT**

Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksellä on ollut ilo saada hallitukseensa monipuolista osaamista kokemusasiantuntijuuden lisäksi. On ollut useita sairaanhoitajia tai terveydenhoitajia. Lääkäreitä on ollut aina vähintään yksi, joskus kaksi. Viime vuosina on saatu lisättyä asiantuntemusta muun muassa ravitsemukseen ja viestintään. Myös taloushallinnon osaamista löytyy.

Hallitusta, jossa on monen alan osaajia, voi pitää yhtenä yhdistyksen vahvuustekijänä. Tämä luo samalla luottamusta sidosryhmiin ja yleensä ympäröivään yhteiskuntaan. Hallitus on myös tärkeä tuki puheenjohtajalle ja yhdistyksen toimihenkilöille.

Yhdistyksen toinen vahvuus on hyvät toimihenkilöt, joilla on osaamista esimerkiksi asiakkaiden neuvonnassa, ruoka-allergioissa ja monissa muissa allergia- ja astmaterveyteen

Ensimmäisen koronapandemian aikana täytti toiminnanjohtaja Terhi Hurmeen 30 työvuootta Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksessä. Onnittelu- ja kiitokukkia toivat puheenjohtaja Markku Jokela ja varapuheenjohtaja Merja Kerttula.



liittyvissä asioissa. Harvalla Allergia-, iho- ja astmaliiton yhdistyksellä on kolme palkattua henkilöä kuten Pirkanmaalla. Tämän on osaltaan mahdollistanut Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskuksen Stean rahoitus.

Yhdistyksen vahvuutena ovat myös sopivat toimitilat hyvällä paikalla Tammelan torin laidalla. Yhdistys omistaa tilat yhdessä Pirkanmaan Neuroyhdistyksen¹¹ kanssa. Vuoden 2021 aikana remontoituidut tilat mahdollistavat kokousten lisäksi muun muassa vertaistukiryhmien kokoontumiset ja noin 30 hengen luentotilaisuudet. Myös ruokaosaamiseen ja ruoka-allergioihin liittyvät leivontatilaisuudet ja -kurssit ovat mahdollisia.

RAHOITUS VOI OLLA TULEVAISUUDEN HEIKKO KOHTA

Rahoitus on monien järjestöjen heikko kohta, mutta Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksen talous näyttää juuri nyt kohtuullisen

hyvältä. Stealta¹² on saatu rahoituspäätös vuodelle 2022 ja ennakkopäätös vuodelle 2023. Yhdistyksen budjetissa Stean avustus on yli puolet loppusummasta. Ehkä suurin uhkakuva yhdistyksen menestymiselle tulevina vuosina on veikkausvoittovarojen ja sitä kautta Stean rahoituksen väheneminen. Peliongelmien takia rahapeliautomaatteja vähennetään, joten myös veikkausyhtymän tuotot vähenevät.

Muut Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksen tulot kertyvät lähinnä jäsenmaksuista sekä säätiöiden ja kuntien avustuksista. Merkittävin säätiöavustus yhdistykselle on viime vuosina tullut Tampereen Tuberkuloosisäätiöltä.

JÄSENET OVAT YHDISTYKSEN KIVIJALKA

Yhdistysten tärkeänä menestystekijänä pidetään jäsenmäärää, jonka ajatellaan jäsenmaksutuottojen lisäksi tuovan myös

11 Pirkanmaan Neuroyhdistys oli vuoteen 2015 nimeltään Pirkanmaan MS-yhdistys.

12 Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskus Stea syntyi siinä yhteydessä, kun järjestöjä aiemmin avustanut Raha-automaattiyhdistys RAY yhdistettiin Veikkauksen ja Fintoton kanssa Veikkaus Oy:ksi vuonna 2017.



Kesäkuussa 2012 jäsenretken määränäänä oli Kouvolassa sijaitseva Verlan vanha tehdasmiljö, joka on yksi Unescon maailmanperintökohdeista Suomessa. Kotimatalla poikettiin Viini- ja puutarhatila Pihamaalle Asikkalan Kalkkisiin.



Yhdistys järjesti koko perheen värikkään ulkoilupäivän Hervannan Suolijärven tuntumassa toukokuussa 2018.

vaikutusvaltaa ja arvostusta. Pirkanmaan yhdistyksen jäsenmäärä on nyt noin 1 150. Parhaimmillaan jäseniä on ollut yli 2000. Viime vuosina lähes kaikkien sosiaali- ja terveysjärjestöjen sekä kulttuuri- ja nuorisojärjestöjen jäsenmäärät ovat laskeneet. Ihmisten ajankäytöstä kilpailevat muut asiat ja harrastukset, eikä enää nykyisin haluta sitoutua pidemmäksi aikaa niin kuin aikaisemmin. Pirkanmaan yhdistys on kuitenkin edelleen Allergia-, iho- ja astmaliiton paikallisjärjestöistä jäsenmäärältään toiseksi suurin.

Jäsenmäärän jatkuvaa vähenemistä on joka tapauksessa pidettävä uhkakuvana, sillä se vaikuttaa heti suoraan yhdistyksen jäsenmaksutuottoihin. Pitkään jatkuessaan väheneminen heijastuu lisäksi yhdistyksen uskottavuuteen ja kykyyn palkata useita toimihenkilöitä.

SOTE-UUDISTUS HÄMMENTÄÄ KOKO JÄRJESTÖKENTTÄÄ

Sote-uudistus tuo koko järjestökenttään epävarmuutta. Uusi sosiaali- ja terveydenhuollon järjestämislaki edellyttää yhteistyötä järjestöjen kanssa ja sitä, että hyvinvointialueet ja kunnat tukevat järjestöjen toimintaedellytyksiä. Vielä tätä kirjoittaessani on paljon avoin kysymys, miten yhteistyö ja kumppanuus rakentuvat käytännössä.

Sote-uudistuksen myötä hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen kuuluu jatkossa sekä hyvinvointialueiden että kuntien tehtäviin. Voi kestää useita vuosia ennen kuin työnjako kullakin alueella täsmentyy.

Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistys on saanut eräiltä kunnilta vuosittain avustusta. Epävarmaa on, saadaanko avustuksia enää vai maksaako avustukset vastedes uusi hyvinvointialue. Kun hyvinvointialueella on erittäin paljon sosiaali- ja terveysalan järjestöjä, uskallan ennustaa, etteivät tulevien vuosien avustukset ole kovin suuria. Tämänkin takia on erittäin tärkeää, että Stean avustukset säilyvät myös tulevaisuudessa.

ELÄMÄNLAADUN PARANTAMINEN ON TOIMINNAN YDIN

Yhdistyksen on tuotava viestinnässä ja muussa toiminnassaan voimakkaasti esille muun muassa monipuolinen vertaistoiminta koko Pirkanmaan alueella. Sitä ovat esimerkiksi potilaiden neuvonta ja ohjaus, verkkopalvelutuotanto ja kuntoutusmahdollisuudet sekä lapsiperheille että aikuisille.

Korona on vaikuttanut viimeksi kuluneen parin vuoden aikana yhdistyksen toimintaan monella tavalla. Esimerkiksi henkilökohtaisia tapaamisia on paljon jouduttu perumaan. Vertaistukitoimintaa ja kerhojen toimintaa sekä muun muassa vesivoimisteluryhmän toimintaa on rajoitettu. Yleisöluennot on siirretty verkkoon. Toimintatapoja on muutettu ja samalla ideoitu uusia tapoja kuten videoiden tuottaminen sosiaalisen median kanaviin.

Kun korona toivottavasti hellittää pian, osa yhdistyksen uusista toimintatavoista jää varmaankin pysyviksi. Toisaalta osa jäsenistä haluaa ainakin osittain palata vanhoihin, hyviksi koettuihin toimintamuotoihin ja henkilökohtaisiin tapaamisiin. Jäsenten keski-ikä on melko korkea, joten kaikki eivät osaa tai halua käyttää nettiä. Monet haluavat edelleen tulla toimistolle, jossa heitä voidaan

tukea kasvokkain ja kokonaisvaltaisesti. Samalla heille voidaan antaa myös henkistä tukea neuvonnan yhteydessä tai kerho- ja vertaistoiminnassa.

Kaikissa olosuhteissa Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksen pitää toiminnassaan muistaa perustehtävänsä. Se on alusta asti ollut ja edelleen on allergiaa ja astmaa sairastavien ihmisten elämänlaadun parantaminen. ➤

YHDISTYKSELLÄ ON 50 VUOTTA TAKANA, KOKO YHTEISKUNNALLA ON SOTE-UUDISTUS EDESSÄ

Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksen 50-vuotispäivää vietetään juuri sote-uudistuksen kynnyksellä. Yhdistyksen syntymäpäivästä marraskuun 2022 lopussa on vain viisi viikkoa siihen, kun sosiaali- ja terveys- huollon uudistus, sote, viimeinkin tulee käytännössä todeksi.

Yhdistyksen aloittaessa 1972 kuntien terveyskeskukset olivat uutta. Nyt niistä luovutaan ja vastuu asukkaiden terveyspalveluista siirtyy kunnilta ”isommille hartioille” eli hyvinvointialueille. Pirkanmaan hyvinvointialue on kartalla sama kuin Pirkanmaan maakunta – toisin sanoen sen rajat ovat samat kuin yhdistyksen toimialueen.

Pirkanmaan sote-valmistelua johti monipuolisen uran lääkäriä ja hallintomiehenä tehnyt lääketieteen tohtori Jaakko Herrala. Hän kuului myös Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksen hallitukseen melkein koko 2000-luvun ajan.

Tuberkuloositoimiston huoltolääkäriä aloittanut Herrala kertoi jo edellä keuhkosairauksien hoidon huimasta kehityksestä. Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksen perustamisen vuosipäivän aikoihin hän on jäämässä eläkkeelle Pirkanmaan sote-muutosjohtajan tehtävästä.

Herrala uskoo, että yhdistystä tarvitaan myös vastedes muista sote-palveluista ja hyvinvointialueista riippumatta. Allergia- ja

Astmayhdistykseltä – niin kuin kaikilta muiltakin järjestöiltä – tarvitaan kuitenkin uusia näkökulmia ja painotuksia.

JAAKKO HERRALAN TERVEISET 50-VUOTIAALLE PIRKANMAAN ALLERGIA- JA ASTMAYHDISTYKSELLE

Matkani viime vuosina on jatkunut sote-uudistuksen parissa. Sote-lainsäädäntö hyväksyttiin eduskunnassa 23.6.2021, ja sen jälkeen perustettiin Pirkanmaan hyvinvointialue 1.7.2021. Sosiaali- ja terveydenhuollon sekä pelastustoimen järjestämisvastuu siirtyy uudelle hyvinvointialueelle 1.1.2023 alkaen.

Onko sote uhka vai mahdollisuus? Itse näen sen mahdollisuutena myös yhdistysten näkökulmasta. Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistykselle tulee yksi keskustelukumppani. Tämä edellyttää myös yhdistyksen toiminta-ajatteluun muutoksia. Yhdistysten on tärkeä jatkossa tehdä vahvaa yhteistyötä edunvalvonnan näkökulmasta. Toisaalta hyvinvointialueet eivät tule selviämään ennaltaehkäisevistä tai monista yhdistysten varassa olevista potilaita voimaannuttavista tehtävistä.

Olen toiminut ja toimin edelleenkin yhdistyskentässä ja toivon, että uudet tulevat johtajat ymmärtävät yhdistysten tekemän työn merkityksellisyyden. Onnea 50-vuotiaalle Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistykselle. Työni jatkuu eläkepäivinäkin teidän hyväksenne. ➤

KOHTI UUSIA KYMMENIÄ

Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistys jatkaa 50-vuotisjuhlavuodesta eteenpäin monin tavoin muuttuneessa ympäristössä. Järjestöjen rahoitus on muuttumassa, julkinen terveydenhoito siirtyy kunnilta hyvinvointialueiden vastuulle, verkko ja sosiaalinen media ovat vieneet tilaa kasvokkaiselta järjestötyöltä. Toki ne ovat antaneet myös uusia mahdollisuuksia.



Koronapandemia opetti, että uudessa tilanteessa osattiin keksiä ja ottaa käyttöön uusia tapoja, jotta yhdistyksen toiminta voi jatkua. Uuteen totuttiin, koska koronarajoitusten vuoksi ei ollut vaihtoehtoja. Yhdistys tuskin olisi ottanut yhtä suurta teknistä loikkaa, ellei korona olisi siihen pakottanut. Ei ainakaan näin nopeasti.

Yhdistyksessä keksittiin keinot jatkaa toimintaa – aina ennenkin keinot on keksitty jäsenten avuksi ja iloksi. Pirkanmaan Allergiayhdistyksen tavoitteet määriteltiin 50 vuotta sitten:



Yhdistyksen tarkoituksena on toimialueellaan tehdä työtä allergiasairauksien ehkäisemiseksi, allergiasairauksien aiheuttamien haittavaikutusten vähentämiseksi, valvoa allergiaa sairastavien yhteiskunnallisia etuja ja toimia heidän yhdyselimenään.”

Usein sanotaan, että koronan jälkeen asetaudutaan ”uuteen normaaliin”. Mitä se sitten tarkoittaaakin, Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistys on iskussa lähtemään mukaan.

Vuonna 2022

- Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistys täyttää 50
- covid-19 kurittaa maailmaa kolmatta vuotta
- sote-hyvinvointialueet aloittivat, tammikuussa pidettiin ensimmäiset aluevaalit
- Venäjä hyökkäsi helmikuussa Ukrainaan
- Suomi voitti toukokuussa jääkiekon MM-kultaa Tampereen uudella areenalla
- Suomi haki toukokuussa puolustusliitto Naton jäsenyyttä

Piippolan vaarin allergiahuolet

Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistys alkoi erikoistua ruoka-aineallergioihin jo kolmisenkymmentä vuotta sitten. Se ei tietenkään tarkoita, että muu allergiatyö kuten neuvonta, vertaistuki ja esitelmät olisi jätetty sivuun. Ruoka-aineallergioista, niiden ehkäisemisestä ja hoidosta on vuosien kuluessa rakennettu yhdistyksen toinen tärkeä kivijalka.

Yhdistys on alusta asti pitänyt huolta siitä, että sen jakamaan tietoon voi luottaa. Luotettavuus ei tarkoita samaa kuin ryppyöt-saisuus: esimerkiksi ruoka-aineallergioihin liittyvistä asioista voi kertoa myös hauskasti.

Varsinkin korona-aikana kaivattiin iloa, ja niinpä yhdistys värväsi avukseen Piippolan vaarin.

Jos kirjaan voisi laittaa lyhytelokuvan, sen alkuteksteissä varmaankin olisi:

Allergiyhdistyksen toimistoteatteri apujoukkoineen
esittää valistuksellisen musiikinäytelmän

✧ *Piippolan vaarin allergiahuolet* ✧

Koska kirjaan ei saa videota, niin lainataan sarjakuvan keinoja. Allergiat nimitäin huolettivat Piippolan tilan asukkaita. Lehmä, kana ja kissa sekä vehnä ja koivu kuitenkin tiesivät, miten ongelmat ratkaistaan. Ja nyt he kertovat sen teille. Kuvat ovat kaappauksia videolta.



Vaari se lypsi lehmiänsä,
hiiala hiiala hei.
Muu muu siellä ja
muu muu täällä
ja siellä muu, täällä muu,
jokapuolella muu-muu,
hiiala hiiala hei!



MUU-MUU



Olen niin surullinen, koska kaikki eivät voi juoda maitoani. Osa saa todella pahan olon juotuaan sitä. Mutta ystäväni Kaura, jonka olen tavannut pellolla kertoi, että siitä tehdään maitojuomaa mitä maitoallergiset voivat juoda. Ja sillä on kavereita ihan ulkomailla asti. Niiden nimet ovat: soija, riisi, manteli ja kookos. Niistäkin tehdään maittavia maidon korvikkeita.



Vaari se hoiteli kanojansa,
hiiala hiiala hei.
Kot-kot siellä ja
kot-kot täällä
ja siellä kot, täällä kot,
jokapuolla kot-kot,
hiiala hiiala hei!

KOT-KOT

Minusta on niin harmillista, että kaikki eivät voi syödä näitä minun munimiani kananmunia. Ne voi kuitenkin korvata erilaisilla hedelmä- ja juuressoseilla tai jauhoilla. Lisäksi on olemassa ihan valmiita kananmuna-korvikkeita jauhopakkauksina. Pirkanmaan Allergia ja Astma-yhdistyksen kotisivuilta kohdasta "Ruoka-allergiat" löydät näistä paljon lisää tietoa.



Vaari se silitteli kissojansa,
hiiala hiiala hei.
Miu-mau siellä ja
miu-mau täällä ja
siellä miu, täällä mau,
jokapuolla miu-mau,
hiiala hiiala hei!



Minulla on hyvä ystävä, sen nimi on Nisse-kissa. Nisse muutti meille Piippolaan, koska toisessa perheessä oli kissa-allergian vuoksi kovaa yskää. Kun olin ihan pieni kissanpentu, niin meidän Piippolan vaarin nenänpäätä kutitti. Ja aivastelikin – atsiuh! - kun minua rapsutteli. Mutta ei enää :) MIAU!

Vaari se hoiteli peltojansa,
hiiala hiiala hei.
Vehnää siellä ja vehnää täällä
ja siellä vehnää, täällä vehnää,
jokapuolla vehnää
hiiala hiiala hei!



Osa ihmisistä ei voi syödä vehnästä valmistettuja tuotteita. Usein myös kaverini ohra ja ruis poistetaan samalla ruokavaliosta. Tilalle sopivia ovat: Kaura, hirssi, tattari, kvinoa, riisi, soija, teff ja amarantti. Näistä varmaankin joku sopii.



Vaari se hoiteli metsiänsä,
hiiala hiiala hei.
Koivuja siellä ja koivuja täällä
ja siellä koivu, täällä koivu,
jokapuolla koivu,
hiiala hiiala hei!

ATSIUH!

Minä niin tykkään ravistella siitepölyn pois oksiltani, mutta olen kuullut että se voi aiheuttaa joillekin ihmisille erilaisia oireita. Aivastuttaa, silmiä kirvelee ja kutittaa. Voi harmi sentään. Lisäksi jotkut saavat oireita raaosta juureksista ja hedelmistä juuri tämän vuoksi. Selleriä lukuunottamatta juuresten ja hedelmien kypsentämisen jälkeen he voivat sitten usein myös syödä niitä. Näitä kutsutaan ristiiallergioiksi.



Vaari se soitteli haitariansa,
hiiala hiiala hei.
Vaari se soitteli haitariansa,
hiiala hiiala hei.
Soittoa siellä ja soittoa täällä
ja siellä soi, täällä soi,
jokapuolla soi soi,
hiiala hiiala hei!

hiiala hiiala hei

- Käsikirjoitus, ohjaus ja puvustus Tuula Jokinen ● Kuvaus ja editointi Moni-Tomi/Tomi Jokinen
- Musiikki ja äänitys Riku Jokinen ● Laulu Katri Karvinen ● Esiintyjät Kirsi, Mira, Risto, Santtu, Terhi ja Tuula ● Liikunnanohjaus Mira Kasanen/Fysio Kasanen

Suuri kiitos Veitto-Paavolan tilan väelle avusta!



Tuotanto Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistys, 2020

TUULA JOKINEN KERTOO, MITEN YHDISTYKSEN RUOKA-ALLERGIAVIDEO PIIPPOLAN VAARI SYNTYI

Ajatuksissani oli pitkään ollut lapsille suunnattu video, johon saisin sisällettyä ruoka-allergiat jotenkin. Asia palasi mieleeni aina välillä. Sitten yhtenä yönä heräsin neljän aikoihin ajatus kirkkaana: Piippolan vaari!

Ajatus lähti heti lentoon. Tiesin, että lapset ovat kiinnostuneita eläimistä. Lisäksi kaksi yleisintä pienten lasten ruoka-aineallergioita aiheuttavaa ainesta, maito ja muna, ovat eläinperäisiä. Siitä tuli lopullinen idea.

Edesmennyt anoppini on tehnyt lehmäpuvun, jota olen aikaisemminkin lainannut yhdistyksen tapahtumiin. Ajatus kirkastui entisestään: lehmä ja kana oli valittu. Mitä muuta? Vilja-allergia, eläinallergia ja siitepölyn ristiallergia valikoituivat sen perusteella, että niiden aiheuttajia löytyy Piippolan vaarinkin tilalta.

Sitten käsikirjoituksen tekoon. Se tuli helposti, kun valikoin aiheeksi korvaavat tuotteet. Sain koko lähipiirini eli tyttäreni ja lapsenlapseni, mieheni, hänen isänsä ja kaksi veljeä osallistumaan videon tekoon. Itse pukeutuisin jälleen lehmäpukuun, tyttäreni valitsi kanan roolin ja hänen poikansa oli ilmetty vehnä. Appiukkoni puolestaan oli kuin itse Piippolan vaari haitareineen.

Mieheni veljet tiesin entuudestaan taitaviksi kuvaajiksi ja äänimiehiksi. Perheeni ulkopuolisina olivat mukana ainoastaan

yhdistyksen toiminnanjohtaja Terhi Hurme kissana ja liikuntavastaava Mira Kasanen koivuna.

Lehmäpuku oli siis valmiina, mutta muuten puvustuksesta oli tulla ongelma. Elettiin ensimmäistä koronakesää, joten teattereiden puvustamot ja muut pukuvuokraamot olivat suljettuina. Kuvauspäivä oli jo sovittu muutama viikon päähän. Pelastus puvustukseen tuli pari päivää ennen kuvauksia, kun naamioliike avasi ovensa.

Yhdessä myyjän kanssa kolusimme hyllyjä ja rekkejä. Oli vaikea soveltaa, sillä mitään tarvittavaa ei löytynyt valmiina. Vehnä oli kaikkein vaikein. Huomattuani munkin kaavun hypin ilosta: se sai kelvata. Munkin kaavun lisäksi kaupasta löytyi kanapäähiine sekä kissalle korvat ja häntä, loput asut löytyivät kunkin omista kaapeista. Mieheni teki munkin pukuun vehnätarran, joka sitten edellisenä iltana ennen kuvauspäivää liimattiin kaapuun. Koivuseppele tehtiin luvan kanssa kuvauspaikalla eli ystäväni maatilalla. Tilan emäntä oli jo lupautunut laulamaan videolla.

Kuvauspäivän aamuna oli edessä vielä munkkien paisto sekä työryhmälle että maatalon väelle. Sitten vielä omaa marjamehua kanisteriin ja menoksi. Kahvit keitti emäntä itse, ja tuore kahvimaito saatiin tilan 60-paikaisesta navetasta.

Kuvauspäivä oli todella kuuma, mutta koko kuvausryhmällä oli hauskaa. Niinpä myös lopputuloksesta tuli erittäin onnistunut tietopaketti eli hyväntuulinen Piippolan vaari. ➤

Ruoka-allergiatoiminnan asiantuntija Ilo-
na Mähönen kehitteli 50-vuotiaalle Pirkan-
maan Allergia- ja Astmayhdistykselle oman
juhlaleivoksen.

Ilo-
na Mähönen aloitti yhdistyksessä hel-
mikuussa 2022. Hänen työhönsä kuuluvat
muun muassa valtakunnallinen ruoka-aller-
gianeuvonta, ruoka-allergisten edunvalvon-
ta sekä leivonta- ja ruokakurssit. Tärkeä osa
työtä on uusien reseptien kehittäminen verkko-
palveluun Erimenu.fi.

Juhlaleivos sopii kaikille, mutta tietenkin
erityisesti allergisille ihmisille. Leivos sai ni-
mensä ja koristeensa kotoisasti mustikasta, ja
juhlava herkku syntyy kotileipuriltakin. Myös
juhlaleivoksen ohjeen löytää Erimenusta.

Mustikka
kruunaa
yhdistyksen
50-vuotisjuhla-
leivoksen.



Mustikkaleivos (9 kpl)

Taikina

1,5 dl kädellä lämpöistä vettä
1,5 rkl No Egg -kanan-
munankorviketta
1,5 dl sokeria
0,75 tl vanilliinisokeria
2,25 dl perunajauhoja
1,5 tl leivinjauhetta
1,5 rkl rypsiöljyä

Kostutus

2 rkl vettä

Täyte

0,5 dl ruokavalioon sopivaa
vispautuvaa kermavalmistetta
1 tl vanilliinisokeria
2 dl mustikoita
0,5 dl vadelmahilloa

Päälle

1 dl ruokavalioon sopivaa
vispautuvaa kermavalmistetta
1 tl vanilliinisokeria
0,5 dl tomusokeria
pari tippaa sulaneiden pakaste-
mustikoiden nestettä
mustikoita tai pensasmustikoita

1. Vaahdota lämmin vesi ja No Egg -jau-
he sähkövatkaimella tai yleiskoneella.
Vatkaa muutaman minuutti. Lisää soke-
ri joukkoon koko ajan vatkatun.
2. Sekoita kuivat aineet keskenään. Li-
sää kuivat aineet siivilän läpi vaah-

don joukkoon hyvin varovasti vispilällä käännetty. Lisää öljy viimeiseksi. Älä vatkaa.

3. Kaada taikina leivinpaperilla vuoratulle pellille. Levitä tasaiseksi suorakaiteeksi. Paista 200-asteisessa uunissa 8 minuuttia. Jäähdytä ja leikkaa kahdeksi samankokoiseksi levyksi.
4. Kostuta kakkulevyt vedellä.
5. Vatkaa täytteen kerma vaahdoksi. Mausta sokerilla ja sekoita mustikat

joukkoon. Levitä kakkulevyille ohut kerros hilloa. Levitä hillon päälle mustikakerma. Nosta toinen levy päälle.

6. Vatkaa päälle tuleva kerma vaahdoksi. Mausta sokerilla. Levitä kakulle. Leikkaa reunat tasaisiksi. Leikkaa kakku yhdeksään osaan.
7. Sekoita tomusokeri ja mustikkaneste. Laita seos pieneen muovipussiin. Leikkaa kulmaan reikä ja pursota koristeluja leivoksen pinnalle.
8. Koristele mustikoilla. Jos käytät metsämustikoita, lisää ne vasta juuri ennen tarjoilua. Pensasmustikat voit lisätä jo aiemmin, koska ne eivät päästä väriä.



Herkutellaan yhdessä!

Leikitään ajatuksella. Jos Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksen jäsenille tehtäisiin yhteinen suuri juhlaleivos, mustikoita kuluisi pieni saavillinen. Vanilliinisokeri ja leivinjauhe laskettaisiin litramitalla, vesi ja kermavalmiste mitattaisiin ämpärillä.

Leivos sisältäisi

- 18,6 l vettä
- 2,7 l No Egg -kananmunankorviketta
- 18,6 l sokeria
- 3,4 l vanilliinisokeria
- 27,9 l perunajauhoja
- 1,9 l leivinjauhetta
- 2,7 l rypsiöljyä
- 18,6 l vispautuvaa kermavalmistetta
- 37,2 l mustikoita
- 6,2 l vadelmahilloa
- 6,2 l tomusokeria

Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksellä on juhluvuonna 1120 jäsentä. Jättireseptin ainekset olisivat 1116 ihmiselle, mutta kukaan ei toki jäisi ilman. 😊

Olemme saaneet tehdä mielenkiintoisen retken Pirkanmaan Allergiayhdistyksen, myöhemmin Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksen vaiheisiin alkuaajoista nykypäivään. Retkeilimme kaikki vapaaehtoistoimijoina ja talkoolaisina. Saimme käyttää aikaa yli kaksi vuotta, mutta sukellukset arkistomateriaaliin olisivat hyvin voineet kestää kauemminkin, niin mielenkiintoista vanhojen kaivelu on ollut.

Kiitämme kaikkia niitä ihmisiä, jotka ovat nostaneet yhdistyksen jaloilleen, pitäneet sen pystyssä ja tuoneet nykyaikaan. Yhdistystä ei olisi ilman uskollisia jäseniä. Ilman heitä ei olisi toimintaa, ei liioin pöytäkirjoja eikä toimintakertomuksia. Ja jos pöytäkirjoja, päiväkirjoja, kuvia ja muuta aineistoa ei olisi aikanaan mapitettu talteen, tätä kirjaa ei olisi voinut tehdä.

Yhdistyksen nykyisiä toimihenkilöitä ja hallituksen jäseniä kiitämme mitä

parhaimmasta avusta ja yhteistyöstä. He ovat jaksaneet kärsivällisesti vastata kysymyksiin, selittää, tarkentaa termejä ja kommentoida tekstejä sekä etsiä kuvia ja metsästää kuvien ihmisille nimiä. Saimme myös hyviä vinkkejä haastateltavista henkilöistä.

Kaikki, joita halusimme haastatella tai joilta pyysimme tekstiä kirjaa varten, suostuivat empimättä. Lämpimät kiitokset jokaiselle. Kaikki yhdistyksessä aktiivisesti toimineet ja toimivat olisivat ansainneet saada nimensä ja ajatuksensa näille sivuille. Yksi kirja ei ulotu kaikkeen. Toivomme, että kukaan ei loukkaannu siitä, että aineistoa on ollut pakkoa rajata. Rajaukset ja tulkinnat ovat kirjan tekijöiden.

Me tekijät olemme olleet avoimen aarrearkun äärellä ja ammentaneet siitä. Siksi toiveemme on, että *Lääkäripulasta Piipolan vaariin* olisi lukijalle antoisa Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksen 50-vuotisjuhlakirja.

Kyllikinkadun toimistolla heinäkuussa 2022

**Reija Grönroos,
Mervi Hukari ja Erkki Kesti**

Yleisötilaisuuksista digiloikkaan

Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksen ensimmäiset 50 vuotta

1972

Pirkanmaan Allergiayhdistys ry perustetaan

1973

Ensimmäinen yleisötilaisuus: siitepölyallergia sekä allergiapotilaan kotiympäristön saneeraus

1976

Allergianeuvonta alkaa

1978

Ensimmäiset toiminta-avustukset kunnilta

1982

Ensimmäinen seminaari ammattilaisille:
Tayksin piirin äitiysneuvoloiden terveydenhoitajat

1983

Vertaistoiminta alkaa: eläkeläisallergikkojen ryhmä, keskusteluryhmä astma- ja allergialasten vanhemmille

1985

Ensimmäinen osa-aikainen toiminnanjohtaja, yhdistykselle oma vuokratuohelinliittymä

1986

Ensimmäinen toimistotila, ensimmäinen vuokratila (Tuomiokirkonkatu),
jäsenmäärä ylittää 1000

1989

Ylä-Pirkanmaan paikallisosasto (1989–1993),
ensimmäinen ruuanvalmistuskurssi allergiaperheille

1994

Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistys ry

1998

Yhdistys aktiivinen → Tampereen kaupunki perustaa allergisten lasten päiväkotiryhmän

1999

Oma toimitila Tammelaan yhdessä Pirkanmaan MS-yhdistyksen kanssa, **leivontapalvelu** maito-, muna- ja vilja-allergisille lapsille

2000

Tukihenkilökoulutusta

2003

Hyvinvointia allergiaperheille alkaa

2004

Ensimmäiset kotisivut verkkoon

2005

Yhdistys tuottaa videon ja dvd:n
Anafylaksian hoito,
nykyinen verkko-osoite www.pirkanmaanallergia.fi/

2006

Aatu eli ruoka-allergisten verkko-palvelun kehitys alkaa,
Allergianysse kiertää Tampereella

2007

Kaksi projektityöntekijää
(Hyvinvointia allergiaperheille ja Aatu),

2008

Aatu julkistetaan nimellä Erimenu.fi,
Kansallinen allergiaohjelma alkaa

2010

Osa-aikaisesta toiminnanjohtajasta kokoaikainen
Erimenu.fi Facebookiin

2011

Yhdistys Facebookiin

2014

Anafylaksian hoito -videon päivitys verkkoon

2015

Karttapalvelu Erimenu.fi (2015-2018)
Erimenu Twitteriin

2016

Yhdistyksen ensimmäinen 112-päivä teemana anafylaksia. Pirkanmaan ehdotuksesta laajenee koko järjestöön.

2019

Vertaisryhmien Facebook-ryhmät

2020

Koronapandemia → toiminta verkkoon ja someen, livevideot Facebook-sivulle

2022

Juhlavastaanotto Tampereen Raatihuoneella keväällä,
50-vuotisjuhla ja juhlakirja syksyllä

LÄHTEET

Painetut lähteet

- Järvinen Klaus: *Allergia- ja Astmaliitto 30 vuotta*, Scanweb Oy, Kouvola 1999
- Kaarninen Pekka, Kiuasmaa Kyösti: *Tampereen keskussairaalan historia 1962–1987*
Mäntän kirjapaino Oy, Mänttä 1988
- Launis Juhani et al: *Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistys ry 25 1972–1997*,
Tehokopiointi, Tampere 1997
- Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistys ry 15 vuotta 1972–1987*, tekijää tai painopaikkaa ei mainita
- Seppälä Raimo: Anna Wikanderin perintö: *Tampereen tuberkuloosin vastustamisyhdistys 1912–1954*,
Tampereen tuberkuloosisäätiö 1954–2004. Tampere 2004
- Seppälä Raimo: *Pikonlinna – Työtä kansansairauksia vastaan 1931–2001*.
Tammer-Paino Oy, Tampere 2001
- Seppälä Raimo: *Västäräkki karhun ja ilveksen välissä – Pirkanmaa alusta alkaen 1952–2002*.
WS Bookwell, Porvoo 2002

Verkkojulkaisut

- Hannuksela Matti, Haahtela Tari: *Tuoksuberkkyys on todellista*. Katsaus, lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim, 2011.
- Mäkelä Mervi: *Allergisen lapsen varhaiskasvatus – Kasvattajan toimintaa ohjaava työskentelyote päiväkodin arjessa*. Opinnäytetö. Seinäjoen ammattikorkeakoulu, 2010.
- Tuomi Jouni, Karttunen Päivi (toim.): *Sairaanhoitajakoulutusta 60 vuotta Tampereella*.
Tampereen ammattikorkeakoulun julkaisuja. Tampere 2017.
- Vainikka Hannele: *Yhdessä 50 vuotta*, Allergia-, Iho- ja Astmaliitto ry. Helsinki 2019
- lisäksi paljon verkkosivuja, joilta on tarkistettu mm. vuosilukuja, käsitteitä, termejä jne.

Lehtiartikkelit

- Aamulehti *Lääkäriavaja* vaikeuttaa astmaatikkojen tutkimista 21.11.1972
- Astmaatikon kodissa pelätään pölypunkkia* 10.4.1973
- Postia ja allergiaa* 11/1974
- Mistä apu allergiapotilaalle?* 4.2.1978
- Allergia on hälytysmerkki* 14.3.1985
- Ilmoitus: *”Pehmeä terveydenhoito”* 24.11.1985
- Vitamiineista apu allergiaan* 27.11.1985
- Kulkue saattoi tupakan bauta* 6.11.1989
- Ilmoitus: *Isänpäivän Käpykarkelot Tampereella* 8.11.1992
- Jokainen koti kaipaa puhdasta ilmaa* 20.4.1997
- Alas allergia!* 9.5.1999
- Aristokraattien kiusasta tuli kansantauti* 5/1999
- Äidit puuhaavat vaikeasti allergisille omia koululuokkia* 11.8.2001
- Kuolleita: *Tunnettu allergiasairauksien lääkäri Tampereella* 01/2005
- Mielipide: *Koirien kuljetuksesta ongelmia* 4.8.2007
- Ilmoitus: *Erimenu.fi* 9/2008
- Kysyvä allergikko ei tieltä eksy* 31.8.2015
- Moro: *Moron lukijoilta tuli kymmeniä hyviä ehdotuksia labjoituskohteista* 3/2020
- Allergialehti *Allergiset ammatti-ibottumat* 1/1974
- Helsingin Sanomat Muistot: *ylilääkäri Antero Muittari 1933–2018* 14.4.2018
- Helsingin Sanomien Kuukausiliite: *Liian herkkä tähän maailmaan* 6/1998
- Kansan Lehti Allergialiitto kertoi astmasta 1.12.1972
- (?) *Pölylle potkut astmakodista* 27.4.1973
- Punkkalaitumen Sanomat Ilmoitus: *Lasten ruoka-allergia* 10/2007 tai 2008
- Suomen Selän Sanomat Ilmoitus: *Virtain-Ruoveden paikallisosaston perustamiskokous* 17.8.1989

Virroille perustetaan allergiayhdistyksen paikallisosasto 17.8.1989
Virtain allergikoille oma tukiryhmä 24.8.1989
Tammerfors aktuell *Motarbete alla allergiska symptom i tid!* 8.6.1973
Tamperealainen *Vuosikymmen allergiaa torjumassa* 18.11.1982
Allergianyöse jakoi vinkkejä 29.4.2006
Astmapotilas kaipaa Pikonlinnan hoitoja 1.2.2012
Keuhkolääkäreistä on pulaa 1.2.2012
Kari pakenee bajúja 16.11.2016
Vauva-lehti *Lasten astma yleistyy* 3/1997
Ylä-Satakunta Ilmoitus: *Yleisöluento* 8/2007 tai 2008
lisäksi päiväämättömiä leikkeitä Pirkanmaan Allergiayhdistyksen arkistosta

Painamattomat lähteet

Penttilä Outi: *Vakioitujen ruokaohjeiden kehittämisen ruoka-allergisille päiväkotijakouluikäisille*. Pirkanmaan ammattikorkeakoulu, palvelujen tuottamisen ja johtamisen koulutusohjelma 2006.
Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksen pöytäkirjat sekä toimintasuunnitelmat ja -kertomukset 1972–2022
Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksen kokous- ja palaveri-, myöhemmin toimintapäiväkirjat 1987–2022
Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksen Jäsentiedotteet
Hyvinvointia allergiaperheille -toimintapäiväkirja 2014–

Reseptit

Tuula Jokinen, Ilona Mähönen ja Outi Penttilä

Kirjaan pyydetty teksti

Paula Hellemaa, Jaakko Herrala, Kati Holm, Markku Jokela, Tuula Jokinen, Jonna Nurminen, Merja Kerttula ja Outi Penttilä

Haastattelut

Hartikainen Heidi ja Minea 2/2022
Holm Kati 2021–2022
Hurme Terhi 2020–2022
Jokela Markku 2021–2022
Kangas Tiina 2/2022
Kasanen Mira 6/2022
Kuosa Kirsi 7/2021
Matikkala Markku 3/2022
Mähönen Ilona 7/2022
Mäkelä Sari ja Panu 2/2022
Penttilä Outi 10/2022
Pohjasmäki Laila 10/2021
Toijanniemi Ulla 4/2022
Turjanmaa Kristiina 10/2021
lisäksi kirjaan on saatu yksittäisiä tietoja suullisesti tai sähköpostina useilta ihmisiltä

HENKILÖHAKEMISTO

- Alanko Arja 67
Alden Heli 97, 105
Arstila Antti 25
Duncker Maija 27
Ehn Päivi 27
Elsilä Ari 35
Erkkilä Elina 35
Grönberg Riikka 69
Grönroos Reija 5, 64, 65, 120
Haachtela Tari 20, 75, 76, 81
Haapanen-Kallio Juliska 97
Haarla Camilla 13, 80
Haarla Pekka 13, 80
Hakala Eija 18
Halme Oiva 20, 22-24, 26-28
Hannuksela Matti 81
Hanttu Tarja 33
Hasan Taina 69
Havukainen Pirjo 22, 23, 27, 28, 29
Hedlund Anne-Marie 9, 10, 18
Heimolehto Tarja 84
Hellemaa Paula 91, 104
Herrala Jaakko 53-56, 111
Hiipakka Tuulikki 47
Holm Kati 69, 73, 75-77, 97
Huhtamäki Jukka 87
Hukari Mervi 5, 100, 104, 120
Hulkkonen Irene 69, 70, 105
Hurme Terhi 16, 33-36, 39, 46, 49-51, 57,
58, 64, 65, 67, 68, 73, 96-98, 100,
102, 104, 108, 116, 117
Hussa Riikka 70
Huuhtanen Jorma 89
Hännikäinen Kari 81, 82, 97, 98
Hytti Hilikka 25
Inkinen Johanna 70
Isola Sirkka-Liisa 14, 28
Isosomppi Riitta 45, 47, 58
Jokela Markku 5, 48, 51, 54, 57, 58, 104, 108-111
Jokinen Riku 116
Jokinen Tuula 4, 68-70, 73, 82, 95,
97, 100-103, 116, 117
Jokinen Tomi 81, 116
Jyränen Satu 70
Järvinen Klaus 8
Kaila Minna 41
Kallio Tiina 69
Kairamo Helen 69
Kangas Tiina (kts. myös Late) 24, 25
Kankaanranta Hannu 69
Karhu Jouko 64
Karjalainen Jussi 79
Karvinen Katri 116
Kasanen Mira 88, 89, 96-98, 116, 117
Katajanheimo Kirsti 46, 79, 80
Kaukonen Aino 97, 107
Kerkkänen Aino-Liisa 45
Kerppola Mariitta 11
Kerttula Merja 90, 108
Kesti Erkki 5, 120
Kiiskinen Ellinoora 82
Kiviranta Hannele 82
Klemola Titta 98
Konkarikoski Anu 70
Korhonen Laura 97
Kultalahti Jukka 28
Kuttila Kirsti (Muori Menninkäinen) 37
Kuosa Kirsi (kts. myös Silius) 38, 40, 41, 66
Kuuskoski-Vikatmaa Eeva 27
Kylmäkoski Teemu 82
Käyhkö Kalle 99
Laitinen Jukka 28
Laitinen Lauri 54
Lammela Petra 82
Landberg Merja 82
Lapp Aija-Liisa 45
Lassila Birgitta 13, 18, 26, 28, 44, 45, 48
Lassila Erkki 13, 18, 26, 28, 48
Late Tiina (kts. myös Kangas) 22, 24, 25, 45
Launis Juhani 10, 12, 14, 18, 19, 22-29,
31, 34, 35, 38, 42, 44, 45
Launis Kristiina (Tiina) 44
Laurila Leena 97
Lehtimäki Leea 98, 100
Lehtinen Marjo 97
Lehto Eeva-Liisa 69, 82, 98, 106
Lehtomaa Leena 70
Leino Helena 25
Lepistö Maarit 70
Lepistö Kirsi 70
Lindberg-Mäkelä Eija 67
Lindgren Markku 43, 46
Loikkanen Aino 101
Loukaskorpi Johanna 104, 107
Lumme Matti 11, 12
Lönn Wivi 89
Matero Hannele 69
Matikkala Markku 71
Merikoski Sirkka 40
Merikoski-Silius Tuuli 39, 40

Miettinen Kalervo 45, 51, 52, 58, 70
 Miettinen Marita 44
 Miettinen Minna 45, 47
 Muittari Antero 8, 9, 12, 17, 18, 48, 80
 Mustakari Anu 69
 Myllymäki Eija 82
 Myllymäki Riitta 82
 Mäenrinta Ellen 82
 Mähönen Ilona 102, 103, 118
 Mäkinen Arja 105
 Männistö Kristiina 70
 Nurmi Tarja-Maarit 70
 Nurminen Jonna 78, 81, 84, 85, 96, 98, 100-103
 Nyberg Reita 69
 Oja Lila 70
 Ollikainen Pirkko 26, 27
 Outinen Antti 18
 Outinen Arja 49
 Paassilta Marita 69
 Palola Pekka 8
 Penkki Jaana 70
 Pentti Jussi 83
 Penttilä Outi 38, 47, 57, 59-61, 68, 69, 73
 Perttu Tapani 13
 Pessi Tanja 96, 97
 Pilvesvuori-Nisula Ann-Sofia 70
 Plihtari-Osara Minna 70
 Pohjoismäki Laila 46, 49, 50, 105
 Poikkimäki Kati 70
 Potinkara Aulis 36
 Puhtaanilmanlintu Paltsi 93, 94, 97, 98
 Pylkkänen Risto ("Konsta") 12
 Pöykkö Kaisu 97, 99, 100
 Rajala Anne 82
 Rantala Martin 28
 Salonen Sylvi 11
 Sauliala Anu 101
 Savolainen Suvi 107
 Silius Kirsi (kts. myös Kuosa) 37, 38
 Silvennoinen Sirkka 20
 Sinisalo Veikko 48
 Sipilä Arvo 28
 Sulin Inga 44
 Sullivan Colin 55
 Syrjänen Tuula 69
 Taina Anneli 24, 44, 106
 Taipale Kerttu 70
 Taipale Merja 30
 Takala Heikki 27
 Talonen Seija 87
 Terho Annikki 10, 12, 36
 Tervakari Anne-Maritta 66, 86
 Tervakari Jenny 81
 Tikkanen Marja-Liisa 45
 Tirkkonen Anna-Liisa 35, 45
 Toijanniemi Ulla 16, 27, 63
 Toikko Kaisa 101
 Tommila Erja 64, 65, 80, 81
 Torvinen Helena 105
 Touronen-Paimensalo Satu 97
 Tulasalo Piia 69
 Tulonen Irja 49, 51
 Turjanmaa Kristiina ("Kissu") 41, 42, 64, 65
 Travers Ben 14
 Valovirta Erkka 64, 65, 80, 81
 Vieri Piia 69
 Viskari Inkeri 70
 Vuorinen Aulikki 68, 70, 71, 84
 Vuorio Birgit 70
 Vuoti Katja 97
 Vähäkangas Ritva 82
 Väänänen Riitta 27, 28, 46, 63
 Yang-Salmela HuiHua 82
 Ylimäki Minna 69

PIRKANMAAN ALLERGIA- JA ASTMAYHDISTYKSEN HENKILÖITÄ 1972–2022

Hallitus 2022

läälinneuvos Markku Jokela pj.
hanketoiminnan koordinaattori Merja Kerttula varapj.
erityisasiantuntija Sivi Aalto
toimittaja Reija Grönroos
osaamispäällikkö Mira Grönvall
lastenallergologi Kati Holm,
ravitssemusterapeutti Essi Jaakkonen,
terveydenhoitaja Arja Mäkinen,
lastenhoitaja Tuula Mäntylä,
ruoka- ja yritysasiantuntija Outi Penttilä,
keuhkosairauksien erikoislääkäri Heidi Rantala
osastonhoitaja Terhi Rantalainen

Toimihenkilöt 2022

toiminnanjohtaja, sairaanhoitaja Terhi Hurme
kehittämispäällikkö, KTM Jonna Nurminen
ruoka-allergia-asiantuntijat:
(03/2022 asti) dieetikokki ja restonomi Tuula Jokinen
(02/2022 alkaen) kotitalousopettaja Ilona Mähönen



Puheenjohtajat, hallituksen jäsenet ja toimihenkilöt sekä edustajat Allergia- ja astmaliitossa kautta aikain

Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistystä on viidenkymmenen vuoden kuluessa vienyt eteenpäin suuri joukko ihmisiä. Useimmat heistä ovat tehneet palkatonta vapaaehtoistyötä eri luottamustehtävissä, vertaistoimijoina tai esimerkiksi talkoolaisina monissa yhdistyksen tehtävissä ja tilaisuuksissa. Kaikkien työ on ollut kullannarvoista.

Oheisessa listassa ovat muun muassa yhdistyksen puheenjohtajat ja hallituksen jäsenet sekä toiminnanjohtajat, asiantuntijat ja projektityöntekijät. Tiedot on kerätty useista lähteistä ja nimet on kirjoitettu niin kuin ne on aikoinaan pöytäkirjoihin tms. merkitty.

Puheenjohtajat

Muittari Antero	1972–1975
Outinen Antti	1976
Lassila Erkki	1977–1978
Launis Juhani	1979–1987, 1996–1997 kunniapuheenjohtaja
Halme Oiva	1988–1989 kunniajäsen
Rantanen Tuula	1990–8/1992
Mustalahti Marja	9–12/1992
Tirkkonen Anna-Liisa	1993–1995
Isosomppi Riitta	1998–1999
Jokela Markku	2001–

Varapuheenjohtajat

Haarla Camilla	1972–1976
----------------	-----------

Hedlund Anne-Marie	1979–1980
Laitinen Jukka	1981–1984
Kultahti Olli	1985–1986
Halme Oiva	1987, 1991
Rantala Martin	1988 alku
Takala Heikki	1988 loppu, 1990
Rantanen Tuula	1989
Mustalahti Marja	1992–1993
Launis Juhani	1994–1995
Miettinen Kalervo	1996–2012
Silius Kirsi	2012–2013
Kerttula Merja	2014–

2. varapuheenjohtajat

Lassila Birgitta	1972–1973
Lumme Matti	1974–1976

Valkama Pirkko	1979
Isola Sirkka-Liisa	1980

Sihteerit

Valkama Pirkko	1972 (perustava kokous)
Hedlund Anne-Marie	1972–1976, 1977
Kerppola Mariitta	1976
Hasselblatt Leila	1977–9/1978
Hakala Eija	talvi 1978–1979
And Kaarina	03–11/1979–1980
Havukainen Pirjo	11/1980–1985
Late Tiina	1985–1986, syksy 1990
Hytti Hilikka	loppuv. 1986
Ollikainen Pirkko	1987–syksy 1988
Hanttu Tarja	1988–syksy 1990
Hurme Terhi	11/1990–

Hallituksen jäsenet kautta vuosien

Alden Heli	Haapala Marika	Hedlund Anne-Marie	Jokela Markku
And Kaarina	Haarla Camilla	Heinonen Lempi	Juhala Maarit
Asumalahti Satu	Hakala Eija	Herrala Jaakko	Järvinen Soile
Duncker Maija	Halme Oiva	Holm Kati	Kaila Minna
Cederberg Maarit	Hasselblatt Leila	Häkli Eeva-Liisa	Kalttila Liisa
Ehn Päivi	Hautala Brita	Isola Sirkka-Liisa	Kangas Tiina
Grönroos Reija	Hautala Teuvo	Isosomppi Riitta	Kantelinen Vuokko
Grönvall Mira	Havukainen Pirjo	Jaakkonen Essi	Kerkkänen Aino-Liisa

Kerppola Mariitta
Kerttula Merja
Kivelä Niina
Kivinen Pirkko
Korjula Ossi
Koski Leena
Koskinen Arja
Koskinen Pentti
Kultalahti Olli
Kuosa Kirsi
Kuusisto Paula
Kytölä Anne
Laaksonen Liisa
Lahtinen Elisa
Laitinen Jukka
Lapp Aija-Liisa
Lassila Birgitta
Lassila Erkki
Late Tiina

Launis Juhani
Lausamo Hanna
Lehto Eeva-Liisa
Lehtomaa Leena
Lumme Matti
Menonen Leena
Merikoski-Silius Tuuli
Miettinen Kalervo
Miettinen Minna
Muittari Antero
Mustalahti Marja
Mustonen Lea
Mäkelä Mariariitta
Mäkinen Arja
Mäntylä Tuula
Nahkola Irmeli
Nieminen Markku M.
Niskanen Riitta
Nyberg Reita

Okuloff Annaleena
Ollikainen Pirkko
Outinen Antti
Outinen Arja
Penttilä Matti
Penttilä Outi
Pohjoismäki Laila
Rantala Heidi
Rantala Martin
Rantalainen Terhi
Rantanen Tuula
Ritala Seija
Rokala Liisa
Saari Erja-Leena
Seppälä Erkki
Siitonen Olli
Silius Kirsi
Silvennoinen Sirkka
Solja Päivi

Suuripää Seppo
Takala Heikki
Terho Annikki
Tervakari Anne-Maritta
Tiililä Tero
Tikkanen Marja-Liisa
Tingander Aune
Tirkkonen Anna-Liisa
Toijanniemi Ulla
Tulonen Irja
Tuomi Ritva
Valkama Pirkko
Virtanen Tarja
Vuorimaa Ritva
Väänänen Riitta
Yrjölä Marjatta

Toiminnanjohtajat

Late Tiina 4/1985–6/1986
Hytti Hilkka 7/1986–12/1986
Ollikainen Pirkko 1/1987–8/1988
Hanttu Tarja syksy 1988–syksy 1990
Hurme Terhi 11/1990–

Hyvinvointia allergiaperheille, ruoka-allergia-asiantuntijat

Penttilä Outi 2002–5/2005
Kanniainen Maija syksy 2005–2/2006
Jokinen Tuula 2/2007–3/2022
Mähönen Ilona 2/2022–

Aatu-projekti, Erimenu.fi, Erimeno.fi

Lindberg-Mäkelä Eija 2006
Vuorinen Aulikki 2007–4/2010
Heimolehto Tarja 4/2010–7/2014
Nurminen Jonna 8/2014–

Muut

(sijaiset, neuvonta, liikunta, itc ym.)
Alaoja Riina
Hasselblatt Marina
Hulkkonen Irene
Hänninen Leena
Isola Sirkka-Liisa
Iivonen Tiina
Jokinen Jari
Kaikumaa Minna
Kasanen Mira
Kivimäki Anneli

Kyröläinen Sanna
Lammi Tarja
Lastumäki Anneli
Nyberg Niina
Ristamäki Anne
Ritala Seija
Saarinen Merja
Seilonen Sari
Silius Kirsi
Silvennoinen Sirkka
Suuripää Seppo
Talonen Seija
Tervakari Anne-Maritta
Tervakari Jenny
Torvinen Helena
Vuorinen Aulikki
Välimaa Heidi

Tilintarkastajat

Frick Erkki ja Repo Leo
Frick Erkki ja Sarsama Seppo
Hirvonen Pentti ja Paunu Pekka
Lassila Erkki ja Linnalahti Olavi
Lehtinen Pekka ja Rantala Martin
Linnanlahti Olavi ja Kärki Frans
Paunu Pekka ja Lassila Erkki
Rajahalme Petri ja Parkkinen Veikko
1.9.2010 voimaan tulleen laki-
muutoksen jälkeen tilintarkastajan
tuli olla KTM- tai HTM-auktori-
soitu. Siitä lähtien Pirkanmaan
Allergiayhdistyksen tilit on
tarkastettu KPMG-yrityksessä.

Pirkanmaan edustajat Allergia- ja astmaliiton liittokokouksessa (vuoteen 2019 liittovaltuusto)

Hedlund Anne-Marie 1973–1978
Lassila Birgitta 1979
Isola Sirkka-Liisa 1980–1981
Havukainen Pirjo 1982
Halme Oiva 1983–1987
Kultalahti Olli 1985
Launis Juhani 1987
Hytti Hilkka 1986–1987
Taina Anneli 1988–2003
Jokela Markku (asiant.jäsen) 2001–2015
Silius Kirsi 2003–2009
Kytölä Anne 2009–2012
Tervakari Anne-Maritta 2012–2015
Kerttula Merja 2016–2018
Jokela Markku 2019
Jokela M. tai Kerttula M. 2020–2022

Logo muuttuu, pääsky pysyy. Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksen logo on seurannut Allergia- ja astmaliiton logon muutoksia.



Vuoteen 1993 asti



PIRKANMAAN ALLERGIA- JA ASTMAYHDISTYS

Vuosina 1993–2017

ALLERGIA
ASTMA
YHDISTYS
Pirkanmaa

Vuodesta 2017

ALLERGIA
ASTMA
YHDISTYS
Pirkanmaa



Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistys

Kyllikinkatu 9, 33100 Tampere • puhelin 044 339 5181 • allergia@kolumbus.fi

www.pirkanmaanallergia.fi/

www.erimenu.fi/

www.facebook.com/PirkanmaanAllergiajaAstmayhdistys/

www.instagram.com/pirkanmaanallergiajaastma/

twitter.com/Pirk_Allergia



Valmista tuli!



Työtä ja juhlahetkiä

Syksyllä 1972 perustettu Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistys on 2020-luvulla vireä ja monipuolisesti aktiivinen toimija, joka tunnetaan myös kotimaakuntansa ulkopuolella.

Lääkäripulasta Piippolan vaariin kuvaa elävästi 50-vuotiaan yhdistyksen taivalta, työtä ja juhlahetkiä. Äänessä ovat lukuisat henkilöt eri vuosikymmeniltä. Asiantuntija-artikkeleissa kerrotaan muun muassa keuhkosairauksien hoidon kehityksestä sekä allergiasairauksien ehkäisyä ja hoitoa käänteentekevästi muuttaneesta Kansallisesta allergiaohjelmasta.

Arkistolöytöineen, kuvineen ja ruokaohjeineen *Lääkäripulasta Piippolan vaariin* on maukas tieto- ja lukupaketti. Samalla se on värikäs aikamatka 1970-luvulta nykypäivään.