

Intressepolitiskt Miljöprogram 2002

Kan du hjälpa mig
att andas och
må Bättre?





Redigering: Carina Hååg, Astma- och Allergiförbundet

Formgivning: Original Et AB, Stig Forsgren

Illustrationer: Illustration & Reklam, Per-Åke Forsgren

Tryckning: Masterprint Sätter & Tryckeri AB, Stockholm

© 2001 Astma- och Allergiförbundet

ISBN 91-972684-4-5

Intressepolitiskt
Miljöprogram

2002



Innehåll

	Sid
Ett samhälle för alla	3
Förord	4
Inomhusmiljön	5
Att förebygga genom planering och samverkan ...	6
Byggnad, ventilation och material	7
Städning, underhåll och brukande	8
Tobaksrök	8
Dofter	9
Möbler, textilier, inredning och växter	10
Kemikalier, tvättmedel och hygienprodukter	10
Utomhusmiljön	11
Faktaruta om luftföroreningar	11
Verksamheter	12
Energi	12
Djurhållning och sällskapsdjur	13
Pollenservice	13
Trafik	14
Jordbruk	14
Kretsloppssamhälle	15
Allergi och annan överkänslighet	16

Ett samhälle för alla!

Så ser Astma- och Allergiförbundet på människan

Astma- och Allergiförbundet bygger sina ställningstaganden och sin verksamhet på en humanistisk idétradition. Alla människor är lika mycket värda. Människor kan inte sorteras upp i handikappade och ej handikappade, normala och onormala. I första hand är det omständigheterna runt människan som ska förändras när det uppstår problem – inte människan själv.

Allergireaktioner ska främst motverkas genom anpassningar av den omgivande miljön, inte genom ökad medicinering.

Så ser Astma- och Allergiförbundet på samhället

Alla människor bör ha samma grundläggande rättigheter i förhållande till sina medmänniskor och samhället i sin helhet. Många gånger leder ett funktionshinder som allergi till ett handikapp. Allergikers rättigheter och möjligheter i samhället begränsas då av funktionshindret. Han eller hon kanske inte kan besöka vissa offentliga lokaler på grund av starka dofter. Men den som är allergisk måste garanteras full tillgänglighet i samhället.

Samhället måste anpassas till den funktionshindrade – inte tvärtom. Alla offentliga miljöer och verksamheter måste bli tillgängliga också för allergiker.

Det här är Astma- och Allergiförbundets mål

Målet för Astma- och Allergiförbundets verksamhet är ett allergifritt samhälle. En stor del av befolkningen har en ärftlig benägenhet att utveckla allergi. Hur många som utvecklar allergi beror i stor utsträckning på den livsmiljö som skapas i samhället.

Astma- och Allergiförbundet arbetar för att människors livsmiljö ska bli sådan att allergiska reaktioner undviks och att allergi i så liten utsträckning som möjligt utvecklas.

Så här arbetar Astma- och Allergiförbundet

Astma- och Allergiförbundet har bildats av de lokala allergiföreningarna. I dessa samlas allergiker och deras anhöriga för att stödja och hjälpa varandra och verka för att påverka det omgivande samhället. Förbundet är en gemensam resurs för de lokala föreningarna.

Astma- och Allergiförbundet arbetar som en folk-rörelse för allergiker. Organisationen är demokratiskt uppbyggd. Medlemmarna bestämmer själva mål och medel för verksamheten.

Miljön inomhus och utomhus är viktig för både välbefinnande och hälsa. För personer med astma, allergi och annan överkänslighet kan föroreningar i vår dagliga miljö innebära extra påfrestningar. Inomhus avges hälsofarliga ämnen från bygg- och inredningsmaterial och problem med fukt och dålig ventilation är vanliga. Människor tillför själva luftföroreningar genom bland annat tobaksrökning och användning av parfymade hygienprodukter och rengöringsmedel. Utomhus är det biltrafiken och vedeldning som står för större delen av de föroreningar som påverkar hälsa och miljö. Det är några exempel på frågor som är viktiga att vi tillsammans gör något åt.

De av riksdagen antagna nationella miljömålen, bl a god bebyggd miljö och frisk luft, innefattar hänsyn till både naturen och människans välbefinnande och hälsa.

Astma- och Allergiförbundets miljöprogram tar upp förbundets syn på olika miljöfrågor som är särskilt viktiga ur allergisynpunkt. Det är ett verktyg som är avsett att användas i det lokala påverkansarbetet för både miljö- och hälsoförebyggande insatser. Programmet är ett stöd i arbetet för ökad tillgänglighet och delaktighet i vårt samhälle i enlighet med de standardregler som FN antagit för funktionshindrade. Det är även viktigt att våra krav i programmet uppmärksammas i arbetet med nationell handlingsplan mot allergi.

Den reviderade upplagan av programmet har uppdaterats för att stämma överens med nya policier som förbundet antagit om pälsdjur och fåglar, dofter, tobaksrök och städning, råd om allergianpassad skola och förskola samt kongressbeslut om eldning av ved och trädgårdsavfall. Det nya programmet har tagits fram av förbundets arbetsgrupp för projektet uppföljning av innemiljöåret, Inne 99, bestående av Roland Efraimson, Astrid Mäkitalo, Gunilla Sallhed och projektledare Marie-Louise Luther.

Vi hoppas programmet ska vara till nytta i arbetet för att uppnå ett samhälle bra för alla!



Ingalill Björn
Förbundsordförande

Med miljö avses i detta handlingsprogram både inomhus- och utomhusmiljön. Människor utsätts för påverkan i båda dessa miljöer. Det är därför viktigt att belysa den totala miljön.

I västvärlden har belastningen på miljön ökat i takt med att det moderna samhället vuxit fram. Luftföroreningarna ökar, gifter sprids i miljön och vatten och mark utsätts för stora miljöpåfrestningar. Och naturen reagerar.

I denna miljö vistas även människan. Hon är lika sårbar som naturen och påverkas negativt av miljöföroreningarna. Bland annat visar jämförande medicinska undersökningar att allergier är vanligare i de industrialiserade länderna än i utvecklingsländerna.

Men ur en aspekt är människan unik; hon befinner sig till stor del inomhus i byggnader, som ofta erbjuder en ohälsosam miljö. Under senare år har det från flera håll påpekats att inomhusmiljön i stort sett alltid innehåller mer föroreningar än utomhusmiljön.

Allergitutredningen, som publicerades i november 1989, menar att det till stor del är den försämrade inomhusmiljön som ligger bakom den allergiökning som kunnat iakttagas under senare årtionden.

Astma- och Allergiförbundet vill inte peka ut någon enskild faktor i miljön, som ensam orsak till ökningen av allergier och annan överkänslighet. Miljön är komplex och fokus måste riktas mot både inomhus- och utomhusmiljön. Föroreningarna måste minskas totalt och miljöförstörelsen stoppas.

Det förebyggande arbetet är viktigt för att förhindra att allergierna ökar ytterligare. Därför måste allergifrågorna komma in tidigt i samhällsplaneringen. Konsekvenserna för människors hälsa bör alltid vägas in vid planering och projektering inom alla nivåer i samhället, statlig, kommunal- och landstingsnivå. De som beslutar om rikt- och gränsvärden måste ta hänsyn till den stora grupp i samhället som lider av allergi eller annan överkänslighet. Inom kommuner måste olika nämnder samarbeta så att hälsoaspekterna beaktas vid all planering.

Kommunerna har ett stort ansvar för miljön. I varje kommun skall det finnas en nämnd och en förvaltning med ansvar för miljö- och hälsoskyddsfrågor och en nämnd och förvaltning med ansvar för byggnader. Kommunerna är också ansvariga för den planering som görs.

Den nämnd och den förvaltning som har tillsynsansvaret för miljö- och hälsoskyddsfrågor är tillsynsmyndighet för flertalet frågor som rör inomhusmiljö- och utomhusmiljöfrågor. Man kan vända sig till den myndigheten när man har frågor och problem i sin bostad, förskola, skola eller i utomhusmiljön.

Inomhusmiljön

Miljön inomhus har försämrats under 70- och 80-talen, men har inte uppmärksammats tillräckligt förrän under senare år. Husen har byggts tätare, det har gällt att bygga så snabbt som möjligt, vilket har lett till att fukten inte hunnit torka ut. Samtidigt har en mängd nya bygg- och inredningsmaterial introducerats på marknaden utan föregående kontroll gällande hälsoeffekterna.

I ett tätt hus krävs god ventilation, eftersom luften inte längre kan ta sig in naturligt i byggnaden. Även här har kunskapen och kontrollen brustit. Följden har blivit otillräcklig ventilation, som inte klarat av att föra bort föroreningarna ut ur byggnaden. Fukt- och mögelskador har ökat. Det starkt allergiframkallande dammkvalstret blir allt vanligare inomhus. Vi har fått en osund inomhusmiljö.

I Sverige är vi inomhus omkring 90 procent av vår tid. Luftkvaliteten inomhus har därför stor betydelse för människor med allergi och överkänslighet. Barn och äldre är betydligt känsligare för miljöföroreningar och är på så sätt ännu mer beroende av en bra inomhusmiljö.

Allergierna ökar mest bland barn. Det är också främst i de miljöer där barn vistas man hittar den sämsta inomhusluften; på förskolorna, fritidshemmen och i skolorna. Vistas barnen dessutom i en dåligt ventilerad bostad med höga föroreningshalter ökar risken ytterligare för att utveckla allergier.

Nya lagar och ändringar i lagar med syfte att förstärka inomhuskvalitet och motverka byggfel har tillkommit under de senaste åren. Byggherren har numera ett odelat ansvar för husets tekniska utförande liksom för att samhällets krav på t.ex. hälsa och säkerhet för brukarna uppfylls. En kontrollplan för bygget ska upprättas och godkännas av kommunen före byggstart. Den ska visa hur den som bygger avser att uppfylla de olika kraven. Fastighetsägaren har ansvar för att huset inte orsakar hälsobesvär när det är taget i bruk.

Astma- och Allergiförbundet ser det som synnerligen angeläget att ägare/boende i befintliga hus får stöd och hjälp att sanera hälsovådliga inomhusmiljöer.

Lagen om obligatorisk kontroll av ventilationssystem i befintliga och nyproducerade hus är ett exempel på åtgärder som syftar till ett bättre inomhusklimat.

Astma- och Allergiförbundet vill betona vikten av att lagar och förordningar efterlevs. Kommunerna måste ta sitt ansvar och anslå medel så att av staten beslutade insatser att förbättra inomhusmiljön kan genomföras snarast. Inte minst när det gäller våra förskolor och skolor. Astma- och Allergiförbundet har gett ut råd för allergianpassad skola och förskola.

Att förebygga genom planering och samverkan

Att åtgärda fel efteråt är alltid dyrare än att planera så att felet aldrig uppstår. Detta gäller i högsta grad planeringen av inomhusmiljön. Brister och fel i byggnader är dessutom svårare att åtgärda i efterhand. Har de också resulterat i hälsoproblem orsakar de kostnader för samhället i form av ökad sjukskrivning, mediciner och annan sjukvård. Därtill kommer det personliga lidande som en dålig inomhusmiljö orsakar.

I förarbetena till plan- och bygglagen står det att byggnader bör fungera för personer med allergiska besvär. Det ska beaktas vid planeringen av inomhusmiljön.

Val av byggnadsteknik ska göras med hänsyn till marktypen. Byggnaderna ska utföras så att fuktproblem inte uppstår i byggnaden.

Den svenska lagstiftningen inom varuområdet har till viss del anpassats till EU:s kriterier för CE-märkning. Bland annat måste produkter kunna uppfylla vissa krav för hälsa och säkerhet för att få CE-märkas.

Kemikalieinspektionen har meddelat föreskrifter om miljöfarlighetsmärkning och produktinformation som omfattar kemiska produkters hälso- och miljöfarlighet.

Vid upphandling inför både nybyggande och ombyggnation ska hänsyn tas inte bara till den yttre miljön utan också till hälsoaspekter. Byggmateriale som är bra ur allergisynpunkt ska efterfrågas.

Varje kommun bör skapa djurfria flerbostadshus och bostadsområden. Fastighetsägarna till dessa hus bör lämna garantier på att de hålls djurfria.

Samverkan är ett eftersträvt arbetssätt och en möjlighet till påverkan. Detta arbetssätt kräver mycket av deltagarna men ger också stora möjligheter.

I förarbetena till Miljöbalken anges att hänsyn skall tas till människor som är känsligare än normalt. Det betyder att hänsyn skall tas till allergiker.

I 26 kap 1, 3 och 6 § Miljöbalken framhålls att samarbete med andra myndigheter och organisationer samt enskilda på miljö- och hälsoskyddsområdet skall ske. Detta innebär att astma- och allergiföreningen har möjlighet att samarbeta med den nämnd och förvaltning som har tillsynen över miljö- och hälsoskyddsfrågorna i kommunen. Dessutom skall nämnden lämna råd och upplysningar i frågor som rör nämndens ansvarsområde.

Den nämnd och förvaltning som har ansvar för byggande och planering skall alltså samverka med den nämnd som har ansvar för miljö- och hälsoskyddsfrågor.



Astma- och Allergiförbundet kräver

- att allergifrågorna måste uppmärksammas tidigt i all planering.
- att ökad samverkan sker i kommunerna mellan ansvariga för miljö- och hälsoskyddsfrågor och byggfrågor.
- att vid projekteringar av byggnader skall det vara obligatoriskt att göra konsekvensbeskrivningar som även redovisar hälsosynpunkter med hänsyn till allergiker.
- att djurfria flerbostadshus och småhusområden skapas i varje kommun.
- att vid upphandling av byggmateriale ska endast produkter som är bra ur allergisynpunkt användas vid all ny- och ombyggnad.
- att rök- och djurfria flerbostadshus, småhus och studentboende skapas i varje kommun. Det ska finnas möjlighet att bo rökfritt och pälsdjursfritt. (Övriga lokaler – se avsnitt om djurhållning och sällskapsdjur).

Byggnad, ventilation och material

Under 1960- och 1970-talen var det stort tryck på bostadsmarknaden. Snabbt skulle nya bostäder byggas. Massor med byggnader stod snart färdiga och byggtiden hade raskt förkortats. Det här sättet att bygga lever fortfarande kvar. Förbudet att bygga in fukt i byggnader efterlevs inte. Det utgör en allvarlig risk för fukt- och mögelskador i framtiden.

På 1970-talet kom energikrisen. Då var det plötsligt viktigt att bygga så täta byggnader som möjligt. I vissa fall minskades också ventilationen. Att bygga tätt utan att tillgodose att huset ventileras tillräckligt är en riskfylld byggnadsteknik, som även den finns kvar på 90-talet.

Ibland är ventilationen igång under byggprocessen, vilket gör att byggdamm och föroreningar smutsar ned ventilationskanalerna innan byggnaden tas i bruk. Därför måste det införas en kontroll av kanalerna innan systemet körs igång.

Astma- och Allergiförbundet anser att grunden för ett sunt byggande ska vara en genomtänkt byggnadsteknik, som inte skapar framtida problem.

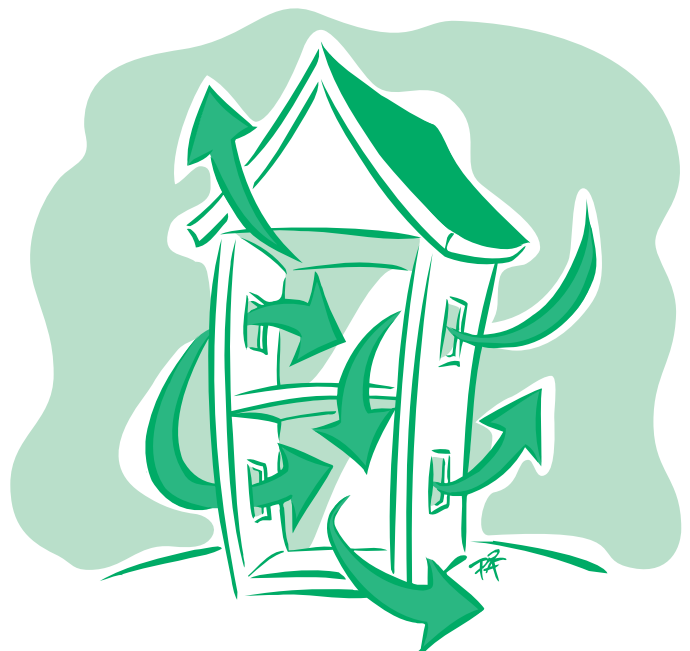
Ett andra steg är att se över vad byggnaden inreds med. Bygg- och inredningsmaterial som avger föroreningar får inte användas, om de var för sig eller tillsammans ger upphov till allergier eller överkänslighet. De kan göra ett i övrigt sunt hus till ett sjukt hus. Det är därför nödvändigt att allt bygg- och inredningsmaterial innehållsdeklarerar med hänsyn till allergi-/överkänslighetsrisker. Bygg- och inredningsmaterial som ger allergiker hälsobesvär får inte heller återanvändas.

För att kunna bibehålla en byggnad sund och tillgodose en bra inomhusluft ska också ventilationen vara god. Det innebär att tillräckligt med ny inomhusluft hela tiden förs in och att förorenad, förbrukad inomhusluft i samma takt förs ut från byggnaden. I vilken takt detta ska ske, det vill säga hur stor luftomsättningen per timme (oms/h) bör vara, måste anpassas till hur många personer som ska vistas i lokalen och i hur stor grad luften förorenas av aktiviteter och material inomhus. Det är också mycket viktigt att luftombytet sker i vistelsezonen, dvs att luften cirkulerar i hela rummet.

När det gäller lokaler inom skolan, omsorgen och vården förutsätts att de minimikrav som byggreglerna anger för ventilationens kapacitet alltid kan uppfyllas. För att underlätta för personal och andra som vistas i dessa lokaler skulle en upplysning om hur många personer som kan vistas samtidigt i varje enskild lokal vara till god hjälp. Då skulle ventilationens kapacitet vara grunden för planering av lokalens utnyttjande och överbelastning kunna undvikas.

Husdammskvalster är ett starkt allergen. För att överleva och tillväxa behöver kvalstren en luftfuktighet inomhus som är 7 gram vatten per kilo torr luft (ca 45 procent relativ fuktighet). Det finns ett samband mellan den relativa fuktigheten inomhus och kondens på fönstrens insida. Kvalster är ett problem främst i dåligt ventilerade bostäder där luftfuktigheten är hög året om.

Krav på regelbunden återkommande kontroll av ventilationen har införts, vilket måste ses som ett steg i rätt riktning mot ett bättre inomhusklimat. Detta gäller såväl befintliga hus som vid nybyggnation. Behörig kontrollant får givetvis inte vara ansvarig för både drift och kontroll.



Astma- och Allergiförbundet kräver

- att föreskrifter om att förbättra inomhusmiljön i alla befintliga byggnader utarbetas.
- att tillverkare och importörer av byggnads- och inredningsmaterial åläggs att redovisa emissioner som kan innebära hälsorisker för allergiker. Deklarationen ska omfatta både nyproducerade och befintliga hus och vara obligatorisk.
- att alla bostäder innehållsdeklarerar med avseende på hälsorisker för allergiker.
- att minimikravet på ventilation i bostäder ökas till 1 oms/h.
- att förbud mot återluft införs i alla byggnader.
- att CO₂-halten inomhus inte överstiger 700 ppm.
- att gränsvärdet för formaldehyd inomhus sätts till ej mätbar nivå.

Städning, underhåll och brukande

Brist på kunskap och kontroll har ställt till med en mängd problem i dagens byggnader vilket ofta drabbar allergiker. Eftersatt skötsel av ventilationsanläggningar är ett exempel. Undermålig städning av daghem, fritidshem och skolor är ett annat.

En ökad damm- och partikelmängd i inomhusluften irriterar slemhinnorna och kan också vara direkt allergiframkallande.

Städningens betydelse för en sund inomhusmiljö måste uppvärderas. Städningen måste bli bättre, ske oftare och utföras med rengöringsmedel som inte ger allergibesvär. Detta gäller även för alla lokaler dit allmänheten har tillträde.

För att underlätta städningen ska lokaler vara utformade så att de blir lättstädade. Miljön bör planeras så att de dammsamlade ytor blir färre och så att alla ytor blir lättåtkomliga.

Vid utvecklingen av nya miljövänliga rengöringsmedel måste tillverkaren också se till att produkten är hälsosam. Ett miljövänligt medel får inte skapa allergibesvär.

Astma- och Allergiförbundet kräver

- bra och daglig städning av förskolor, fritidshem och skolor samt andra lokaler dit allmänheten har tillträde. Vid dubbelanvändning av lokaler måste extra städning utföras. Vid städning får endast rengöringsmedel som inte ger allergibesvär användas.
- att det bör utarbetas nationella krav på en miniminivå för städningen i offentliga miljöer.
- att lokaler utformas så att de blir lättstädade.
- att fastighetsskötare och lokalvårdare får utbildning i drift och skötsel av lokaler och ventilation samt kunskap om astma, allergi och annan överkänslighet.
- att alla fastighetsägare förser hyresgästen med brukarinstruktion som beskriver hur lokalen bör vårdas och hur ventilationen fungerar.
- att kommunerna ser till att efterlevnaden av reglerna i lagen om obligatorisk ventilationskontroll uppfylls.
- att det i skolor, förskolor och fritidshem ska finnas skriftlig uppgift om maximal personbelastning i lokalerna med hänsyn till ventilationskapaciteten
- att målningsarbeten i skolor och förskolor inte ska utföras under pågående verksamhet.

Tobaksrök

Tobaksrök är den största enskilda riskfaktorn i inomhusmiljön och utgör därigenom ett allvarligt hot mot folkhälsan. Den ger upphov till hälsobesvär för många, varav allergiker och överkänsliga är en stor grupp. Många astmaanfall utlöses av tobaksrök och får i vissa fall svåra följder. Astma- och Allergiförbundet anser att ingen mot sin vilja ska utsättas för tobaksrök.

Många personer med allergi eller överkänslighet kan inte besöka teatrar, biografier eller restauranger.

Passiv rökning har i en dom 1991 förklarats som orsak till astma och klassats som arbetsskada.

Tobakslagen från 1 juli 1994, innebar ett stort steg i riktning mot rökfria miljöer. Dock innebär inte lagen att alla miljöer är helt rökfria. Den tillåter rökning i lokaler som har områden eller rum, som särskilt avsatts för rökning.



Astma- och Allergiförbundet kräver

- att ingen mot sin vilja ska utsättas för tobaksrök.
- att förskolor, fritidshem, skolor och andra lokaler dit allmänheten har tillträde ska vara helt rökfria.
- att alla familjedaghem ska vara rökfria.
- att alla restauranger och caféer, hotell och dansställen ska vara rökfria.
- att det blir rökfritt i anslutning till byggnader och entréer samt andra platser (t ex biograf, teater, konserthall, mässhall, idrotts- och simhall).
- att alla transportmedel, vänthallar, busskurer och perronger ska vara helt rökfria.
- att alla som bor i flerbostadshus måste kunna ta sig till och från bostaden utan att utsättas för risken att få hälsoproblem. Rökning i gemensamma utrymmen i flerbostadshus (t ex hissar, trapphus och tvättstugor) ska inte förekomma.

Dofter

Parfymade produkter och andra irriterande dofter kan orsaka besvär på olika sätt hos astmatiker, allergiker och andra överkänsliga. En del får luftvägsbesvär av dofterna de andas in. Personer med astma har känsligare slemhinnor. Starka dofter kan utlösa ett astmaanfall. Andra överkänslighetssymptom är huvudvärk, irritation i ögon, näsa, hals och illamående. Dofter som kan irritera är inte bara parfym och rakvatten. Vissa starkt doftande blommor, kläder som tvättats i starkt doftande tvättmedel, rengöringsmedel och tobaksrök kan ge besvär. Dofande produkter kan speciellt orsaka problem i skolornas omklädningsrum, på gym och på badhus. Eftersom idrott är ett obligatoriskt ämne i skolan ska omklädningsrummen vara tillgängliga för alla elever.

I FN:s standardregler anges bl a att staterna ska införa handlingsprogram som gör den fysiska miljön tillgänglig oavsett vilka eller hur stora funktionsnedsättningar människor har. Staterna ska undanröja hinder mot tillgänglighet. Luftvägsirriterande dofter kan vara ett hinder för astmatiker/allergiker p g a svårighet att vistas i miljöer där det doftar eller med människor som använder doftande produkter.

Med parfymade produkter och andra irriterande dofter avses här:

- parfymdoft som tillförs människan via parfym, rakvatten, deodorant, hårspray, kosmetika, hudvårdsprodukter, tvål och schampo, tvätt- och sköljmedel o dyl.
- andra doftämnen som tillförs människan på motsvarande sätt, t ex estrar och alkoholer.
- parfym och andra doftämnen som tillförs rengöringsmedel.
- dofter som t ex doftljus, doftkrus, doftblock i miljöer där de kan begränsa tillgängligheten för allergiker.
- doftande blommor/växter som kan utgöra särskilda problem för allergiker, t ex vid ingången till affärer och offentliga miljöer.

Detta dokument tar inte upp problem med kontaktexem p g a parfymade produkter.



Astma- och Allergiförbundet kräver

- att personal och barn på allergianpassad skola/förskola inte använder parfym eller andra starkt doftande hudvårdsmedel som tvål, schampo, deodorant, lotion m m under arbetstid.
- att alla som besöker eller arbetar i skolan eller förskolan ska informeras om vikten av att vara fria från parfym, rakvatten och andra starka dofter. Skolorna bör särskilt informera om vikten av hänsyn när det gäller användning av doftande produkter i omklädningsrum i skolan.
- att parfymade kemtekniska varor och doftande blommor i livsmedelsbutiker ska placeras avskilt från entrén och åtskilt från oparfymade produkter.
- att besökare av offentliga lokaler, deltagare i folk rörelse- och fortbildningsverksamhet och politiker, styrelsemedlemmar m fl ska informeras om vikten av att vara fria från parfym och andra starka dofter.
- att ansvariga för offentliga miljöer ska informeras om att inte ta in allergena/doftande växter, t ex granar och hyacinter i offentliga lokaler.

Möbler, textilier, inredning och växter

Inomhusmiljön påverkas i hög utsträckning av möbler, textilier, inredning och växter. Många av dagens inredningsmaterial avger föroreningar som ger allergi eller överkänslighet. Att som allergiker själv avgöra vilka möbler, textilier och inredning som bör väljas är svårt. Det är många gånger omöjligt att få reda på innehållet. Formaldehyd är ett mycket vanligt förekommande ämne i inredningar. Det är känt att det ofta ger upphov till besvär för allergiker och överkänsliga, både i huden och luftvägarna.

Heltäckande textilmattor är ett stort problem för allergiker och överkänsliga. I dessa mattor samlas med tiden allergen som pollen, damm, dammkvalster, mikroorganismer och djurepitel. Mattorna går inte att göra rena från allergen.

Beställare av bygg- och inredningsmaterial kan påverka utvecklingen mot bättre produkter genom att ställa krav på innehållsdeklarationer och redovisning av hälsoeffekter vid sina upphandlingar.

Pälsdjur – se avsnitt om djurhållning och sällskapsdjur.

Kemikalier, tvättmedel och hygienprodukter

Samtidigt som marknaden har erbjudit ett allt större utbud av nya bygg- och inredningsmaterial har utbudet av hushållskemikalier ökat. Förr använde hushållen främst såpa, tvål och vatten för rengöring och städning. Idag finns det i de flesta hem flera olika hushållskemikalier i städskåpet och många av dessa ger hälsobesvär. Dessutom säljs och används allergiframkallande kemikalier (t ex epoxy) utan att några arbetsmiljölagar behöver följas.

Försäljningen av kemikalier till hushållen genomgår idag inte samma kontroll som produkter som ska användas i arbetsmiljön. Hushållskemikalier märks inte heller lika noggrant med varningstext.

Tvättmedel och hygienprodukter tillhör de konsumentprodukter som ofta ger allergibesvär. Den senaste utvecklingen mot miljövänliga produkter har inte lett till att vi fått fler varor som allergikern kan välja bland. Det är därför nödvändigt att tillverkarna även tar hänsyn till hälso-riskerna för allergiker när nya produkter framställs. Miljövänligt är inte alltid detsamma som hälsovänligt.



Astma- och Allergiförbundet kräver

- att tillverkare och importörer av textilier och inredning åläggs att förse produkterna med innehållsdeklaration.
- att konsumentprodukter som kan orsaka allergi förses med tydlig varningstext.
- att förskolor, fritidshem, skolor och andra lokaler som allmänheten har tillträde till inte inreds med heltäckande textilmattor eller andra golvmaterial som är allergiframkallande.
- att inomhusväxter i förskolor, fritidshem, skolor och andra lokaler dit allmänheten har tillträde inte får vara allergiframkallande.
- förbud mot användning av formaldehyd i möbler, textilier och annan inredning samt i färger, lacker och lim.

Astma- och Allergiförbundet kräver

- att Kemikalieinspektionen utformar anvisningar för förvaring och märkning av hushållskemikalier.
- att tillverkare och importörer av hushållskemikalier åläggs att förse produkterna med varningstext med särskild hänsyn till allergiker samt med instruktioner om hur kemikalierna bör förvaras och användas.
- att tillverkare av rengöringsmedel och andra kemiska produkter ska ta fram produkter som är bra för allergiker.

Faktaruta om luftföroreningar

- **Kolväten** (organiska) är en stor grupp ämnen. Huvudkällorna är bilavgaser, användning av lösningsmedel, bensinhantering och förbränning, till exempel vedeldning och oljeeldning i mindre pannor.
- **Kvävedioxid** härrör från bil-, båt- och flygtrafik, förbränning av olja, gas, kol och andra fasta bränslen samt vissa industriprocesser. I tätorter påverkas halten i första hand av trafiken.
- **Lukt** beror på utsläpp av olika organiska ämnen från exempelvis sulfatfabriker. Andra källor är bilavgaser, destruktionsanläggningar och industrier som använder lösningsmedel.
- **Oxidant.** En oxidant har en syreatom som lätt förenar sig med andra ämnen – oxiderar. Ozonmolekylen består exempelvis av tre syreatomer, medan den vanliga syremolekylen består av två syreatomer. Ozon är den vanligaste oxidanten i atmosfären. Några andra är kvävedioxid, formaldehyd och väteperoxid.
- **Ozon** är en fotokemisk oxidant som bildas ur en blandning av kolväten och kväveoxider under inverkan av solljus. Marknära ozon är förknippad med vackert väder. Kolväten som bensen, eten och butadien bildar ozon. Man brukar kalla dem för VOC, flyktiga organiska ämnen.
- **Partiklar** härrör från förbränning, industriprocesser, trafik, avfallsupplag, lagring av råmaterial etc.
- **Sot** uppstår vid olika förbränningsprocesser och består huvudsakligen av ett kolskelett med oförbrända kolväten samt metaller.
- **Svaveldioxid** är en vattenlöslig gas. Det är det viktigaste ämnet från försurningssynpunkt. Utsläppen kommer från förbränning av olja, gas, kol och övriga fasta bränslen och från vissa industriprocesser. Tidvis förs förorenade luftmassor till Sverige från kontinenten.
- **VOC**, flyktiga organiska ämnen, härrör från vägtrafik, energiproduktion, lösningsmedel, bensindistribution och drivgas från sprayburkar.

Utomhusmiljön

Luftföroreningar kan ge akuta besvär hos astmatiker och andra med känsliga luftvägar. Exempel på luftföroreningar som kan vara retande för slemhinnorna i luftvägarna är kvävedioxid, svaveldioxid och fotokemiska oxidanter. Fotokemiska oxidanter är till exempel ozon och aldehyder. Även vissa andra kolväten misstänks vara slemhinneirriterande, liksom partiklar av olika slag.

De som bor i tätort, är utsatta för ganska höga halter av luftföroreningar. Luften utomhus påverkar också luftkvaliteten inomhus. Luftföroreningar kan bidra till utvecklandet av allergi.

I en tätort är det angeläget att gränsvärden för luftföroreningar bestäms för de platser där man uppehåller sig länge, som lek- och rekreationsytor, gatumiljö, intill bostadshus, skolor och vårdhem. Astmatiker och andra med känsliga luftvägar drabbas av sjukdom också vid halter av luftföroreningar som ligger långt under de idag av WHO angivna gränsvärdena/rekommendationerna. Gränsvärden för högsta tillåtna störningar från omgivningen måste anges med hänsyn till allergiker och astmatiker. Hur allvarlig en luftförorening är bestäms inte enbart av att gränsvärdet överskrids utan även av hur mycket, hur länge och hur ofta.

Vid höga halter av luftföroreningar kan man se en ökad användning av medicin och att antalet akutbesök på sjukhusen ökar.



Astma- och Allergiförbundet kräver

- att alla industrier ska förses med bästa möjliga reningsanläggningar vid nyetablering.
- att befintliga industrier och värmeanläggningar åläggs att byta till bättre reningsteknik när sådan utvecklats.
- att industrier med utsläpp av lösningsmedel alltid förses med teknik för att återvinna och rena utsläppen.
- att kommunerna ska bevaka och varna för höga halter luftföroreningar.

Verksamheter

Kommunerna har ett stort ansvar för miljön. Astma- och Allergiförbundet kräver att kommunerna får tillräckliga resurser så att hälsoskyddsfrågorna inte får stå tillbaka för miljöskyddsfrågorna. För att förebygga hälsobesvär och att allergier utvecklas bör olika kommunala nämnder samverka i planeringsfrågor.

Lagfästa krav på miljökonsekvensbeskrivningar finns numera när det gäller ändrade eller nya planer för verksamheter som kan få betydande påverkan på människans hälsa eller miljön i övrigt.

Astma- och Allergiförbundet vill understryka vikten av att luftförorenande industrier och andra verksamheter placeras på betryggande avstånd från bostäder, förskolor, skolor och vårdhem. Riktlinjerna i ”Bättre plats för arbete” som utarbetats av bl.a. Socialstyrelsen och Boverket år 1995 förutsätts tillämpas fullt ut.

Det är också viktigt att bästa tillgängliga teknik används för att minska utsläppen av luftföroreningar från olika verksamheter. Ökad forskning om reningsteknik behövs.

Astma- och Allergiförbundet kräver

- att gränsvärden för luftföroreningar ska sättas med hänsyn till allergiker.
- att allergifrågor alltid uppmärksammas i den kommunala planeringen.
- att konsekvensanalyser från miljö- och hälso-synpunkt, vari även allergiriskerna beskrivs, alltid ska föregå all planering och projektering.
- att det sker en ökad samverkan mellan olika kommunala nämnder vid planeringen av utomhusmiljön.

Energi

Förbränning av kol, olja och ved ger luftföroreningar som bidrar till allergiska besvär. En ökad satsning på fjärrvärme gör att tillskottet av luftföroreningar från uppvärmningskällor minskas.

Vi behöver en ökad satsning på energikällor, vilka inte bidrar till en ökning av luftföroreningar, som sol, vind, vatten och jord- och bergvärme. Idag finns också tekniska lösningar för att utnyttja och bättre ta till vara energin vid befintliga vattenkraftverk.

Det måste också satsas mer på att spara energi genom att till exempel öka användningen av elsnåla hushållsmaskiner. Satsningar på energibesparande åtgärder får inte leda till en ökning av inomhusproblemen. Exempelvis får inte hus tätas utan att luftkvaliteten inomhus samtidigt säkerställs.

De hälsoproblem som är förknippade med vedeldning är för litet uppmärksammade idag. Vedeldning orsakar ofta besvär hos allergiker och överkänsliga. Rökgasutsläpp från vedeldning i bostadsområden får på grund av den låga skorstenshöjden dålig utspädning och kan orsaka förhöjda halter av luftföroreningar.

Braskaminer, kakelugnar, öppna spisar och kombipannor saknar rökgasrening. Det finns idag miljötestade braskaminer och kakelugnar, men inte heller dessa är fria från rökgasutsläpp. Braskaminer (även miljötestade) och öppna spisar ger ofta besvär.

I tätbebyggda bostadsområden har bostäderna ofta ventilationsanläggningar med från- och tilluft med värme-

växling (FTX). Många FTX-system går emellertid inte att stänga av, vilket medför att det inte går att stänga ute röken på samma sätt som vid självdragsventilerade hus. Det tar också lång tid att vädra ut röken från de täta husen.

Flertalet äldre kombipannor för eldning med olja och fastbränslen kan som regel inte användas för vedeldning utan att först ha kontrollerats och åtgärdats.

För att minska utsläppen av hälsofarliga ämnen förutsätts att alla småskaliga fastbränsleanläggningar förses med ackumulatortank.

Det är också viktigt att veden hanteras på ett korrekt sätt. Ved ska lagras så att den är ordentligt torr innan den eldas i pannor och öppna spisar.

Astma- och Allergiförbundet kräver

- ökad satsning på rena energislag som sol, vind, vatten samt jord- och bergvärme.
- ökad användning av fjärrvärme,
- att ingen mot sin vilja ska utsättas för rök från vedeldning.
- att förbud mot vedeldning i tätbebyggda områden införs.
- att vid vedeldning i andra områden särskilda krav ska ställas på rening och skötsel av såväl befintliga som nya värmeanläggningar.
- att kommunerna måste upprätta avvecklingsplaner för alla hälsovådliga fastbränsleanläggningar.

Djurhållning och sällskapsdjur

Djurhållning orsakar ofta problem för allergiker. Ridanläggningar som är placerade nära bostads- och fritidsområden kan ge stora besvär, då hästallergen är mycket starkt och kan ge symtom på flera hundra meters håll. För att förebygga allergibesvär bör det finnas ett skyddsavstånd till häststall, ridstigar och djurgårdar i övrigt.

Det är mycket viktigt att kommunerna beaktar detta vid planering av bostadsområden eller etablering av till exempel ridanläggningar. Idag planeras det inom vissa kommuner att, av pedagogiska skäl, införa små lantgårdar i stadsmiljö. Det anser Astma- och Allergiförbundet vara mycket olämpligt.

Det är också viktigt att alla ridanläggningar förses med omklädningsrum och dusch samt att ridlärare informerar sina elever om riskerna med att utsätta andra för hästepitel de bär med sig i ridkläder, hår, väskor m m.

Med hänsyn till de allergiska barnen är det mycket olämpligt med pälsdjur eller fåglar inom skolområden och inom barnomsorgen. Även lokaler för vård och omsorg ska vara djurfria.

Många skolor, såväl kommunala som enskilda, profilerar sig som ekologiska och/eller som särskilda temaklasser med inriktning mot djur och natur. Vissa skolor idag har t ex lagt in hästridning, -skötsel på schemat, andra kan ha höns-hållning eller hushållsgrisar.

Astma- och Allergiförbundet kräver

- att inga pälsdjur eller fåglar tillåts inom områden för förskola, fritidshem, skolor, vård- och omsorgslokaler (t ex äldre- och gruppboende) eller andra lokaler dit allmänheten har tillträde.
- att avståndet från djurstallar/ridanläggningar/ridstigar till bostadsområden, förskolor, fritidshem och skolor samt andra lokaler till vilka allmänheten har tillträde ska vara minst 500 meter.
- att ridanläggningar ska förses med dusch- och omklädningsrum.
- att ridlärare informerar eleverna om vikten av att duscha och byta kläder efter ridning så att allergiker inte utsätts för hästallergen.
- att minizoo och s.k. stadsbondgårdar inte anläggs i eller nära bostadsområden eller stadsdelscentra.
- att personal och barn på allergianpassade förskolor ska komma från pälsdjursfria hem.
- att djurägare informeras så att de förstår vikten av att inte välja kläder som varit i kontakt med djur när de går till skolan eller förskolan.
- att begagnade och stoppade möbler inte tas till skolan/förskolan p g a att de kan innehålla pälsdjursallergen.
- att mål samt riktlinjer och råd för förekomst av pälsdjursallergen i offentliga miljöer utarbetas.
- att djurutställningar ska hållas i lämpliga lokaler i kommunen ur allergisynpunkt. Offentliga lokaler och skollokaler som t ex idrottshallar är olämpliga.

Pollenservice

Pollen främst från björk och gräs är den allra vanligaste orsaken till luftvägsbesvär. För den drabbade är det omöjligt att med blotta ögat se hur hög pollenhalten är i luften eller förutse hur den kommer att bli den kommande dagen och dagen därpå. Pollenrapportering och pollenprognoser är därför viktiga instrument för att kunna anpassa medicinering och aktiviteter och på så sätt undvika symtom.

Pollenmätning och rapportering sker i dag i några av våra län och kommuner, men landet är långtifrån täckt för att alla pollenallergiker ska kunna få hjälp. Pollenmätning, analyser och rapportering är också av stort värde för klinisk verksamhet, diagnostisering och behandling. Viktigt för pollenallergiker är också den forskning som bedrivs i Stockholm, Göteborg och Malmö, liksom den internationella dokumenteringen för att kartlägga långväga pollenspridning.

Pollenservice måste kunna tillhandahållas i alla delar av landet. Ansvar och finansiering bör ligga på landstingen, medan mätning och analyser bör skötas av professionell personal vid våra forskningsstationer.

Astma- och Allergiförbundet kräver

- att pollenmätstationer ska finnas som täcker hela landets behov av pollenprognoser.
- att landstinget, eller annan som är huvudman, ska ta ansvar för att pollenrapportering och pollenprognoser finns tillgängliga för medborgare, allergikliniker och primärvård.
- att ansvar för forskning och enhetliga rapporter bör finnas på riksplanet.

Trafik

Under de senaste 20 åren har luftföroreningarna ökat i snabb takt. Även om industrierna fortfarande står för onödigt höga halter av hälsofarliga utsläpp, står det klart att trafikavgaserna svarar för en dominerande andel av de luftföroreningar människor ofrivilligt utsätts för i tätorterna. Trafikavgaserna utgör idag ett allvarligt hälsohot mot människorna i allmänhet och barn i synnerhet. Många kommuner har därför infört förbud mot tomgångskörning.

Bensin- och dieseldrivna fordon släpper ut flera hundra ämnen. Flera av dessa vet vi ger direkta besvär hos astmatiker och andra med överkänsliga luftvägar.

På den tekniska sidan har utvecklingen den senaste tiden gett oss bättre avgasrening, som katalysatorer. Detta är ett steg mot ett samhälle med mindre avgaser, men med dagens snabba trafikökning kan katalysatorer endast ses som en övergångslösning. I längden räcker det inte enbart med avgasrening om vi ska få bukt med de höga föroreningshalterna i tätorterna. Det behövs en stor satsning på tillverkning av avgasfria fordon och teknik för avgasfria transporter. Astma- och Allergiförbundet anser att samhället nu bör satsa hårt på att utveckla avgasfria zoner. Inom tätorterna är det bästa sättet att sänka halten luftföroreningar att minska trafiken. En förutsättning för minskad trafik är dock en väl fungerande kollektivtrafik.

Allmänna kommunikationer måste samtidigt göras tillgängliga för allergiker. Det måste gå att färdas utan att behöva utsättas för tobaksrök, parfymdoft eller djur.

Båttrafiken producerar en mängd luftföroreningar, speciellt i hamnar. På internationellt vatten finns överhuvudtaget inga krav ställda, vilket är oacceptabelt.

Flygtrafiken producerar stora mängder luftföroreningar framför allt vid start och landning. Dessa luftföroreningars effekt på människan måste noggrant beaktas vid samhällets trafikplanering. Större krav måste också ställas på valet av flygbränsle och på kemikaliehanteringen på flygplatserna.

Astma- och Allergiförbundet kräver

Mål

- att samtliga allmänna kommunikationer ska vara allergianpassade.
- ökade satsningar på miljö- och hälsovänliga kollektiva person- och godstransporter.

Delmål

- minskad bilism, framför allt i städers och större tätorters centrala delar.
- tillsyn av förbud mot tomgångskörning i alla tätortsområden.
- att användandet av järnväg för person- och godstrafik genom låga priser uppmuntras.
- minskade avgasutsläpp från båt- och flygtrafik.
- att strängare reningskrav på dieselavgaser utarbetas.

Jordbruk

Det moderna jordbruket ger oss många nya frågor att ta ställning till. Trots en utbredd användning av bekämpningsmedel vet vi väldigt lite om hur dessa påverkar vår hälsa i ett längre perspektiv. Vissa ämnen bryts ned till ofarliga produkter, andra ämnen kan vara skadliga och finnas kvar i små mängder i vår mat. Den omfattande användningen av konstgödsel minskar jordens naturliga mullhalt och bördighet och stör mikrolivets förmåga att ge näring åt växterna. För en hållbar utveckling, sett i både hälso- och miljöperspektiv, är det angeläget att vårt jordbruk snarast inriktas mot att bli miljövänligare.

Även avgaser från trafiken kan påverka grödor. Odlingar bör därför alltid läggas en bit bort från starkt trafikerade vägar.

Nya metoder för uppfödning av djur kan också ge oönskade hälsoeffekter för människan. Bruket av antibiotika för att befrämja djurens tillväxt diskuteras mycket inom EU. Antibiotikarester ger i sig inga kända hälsoeffekter, däremot kan antibiotikan ge upphov till att vissa bakterier blir resistenta vilket kan leda till att sjukdomar som inte går att bota,

sprider sig också till människan. Hur detta påverkar infektionskänsliga astmatiker och allergiker vet vi inte. I Sverige har vi förbud mot detta men importerat kött kan vara producerat med hjälp av antibiotika.

Nya livsmedel, novel foods, är sådana livsmedel som inte har funnits på marknaden tidigare. Ett exempel på sådana är genmanipulerade livsmedel som tagits fram för olika ändamål. Hur dessa påverkar miljö och hälsa vet man väldigt lite om.

Astma- och Allergiförbundet kräver

- ökat stöd till miljö- och hälsovänliga jordbruk som drivs utan växtgifter eller konstgödsel.
- bättre kontroll av hälsoeffekterna i de fall växtgifter eller konstgödsel ändå används.
- att odlingar inte tillåts ligga nära motorvägar och andra starkt trafikerade leder.
- att flytgödsel ska täckas och nedbrukas omgående.

Kretsloppssamhälle

Samhällets materialhantering är idag enkelriktad, från utvinning av råvara till deponering av avfall. Att förbruka icke förnybara resurser, att konsumera förnybara resurser och sedan slänga allt avfall är inte hållbart. En hållbar utveckling utgår från principen om slutna materialflöden: kretsloppsprincipen. Vad som utvinns ur naturen ska på ett uthålligt sätt kunna användas, återanvändas, återvinnas eller slutligt omhändertats med minsta möjliga resursförbrukning och utan att naturen skadas.

Att handskas mer varsamt med jorden och miljön ligger helt i linje med tanken att värna om en miljö som inte skapar allergier. Astma- och Allergiförbundet förutsätter att hälsa också kommer att stå i fokus i ett framtida kretsloppssamhälle. Det får inte bli så att varor som ger människor allergi ska återanvändas, för att detta i övrigt är önskvärt för kretsloppet i miljön.

I det nya kretsloppssamhället ingår att satsa på källsortering och kompostering i hög utsträckning. Detta är positivt eftersom det innebär att sopförbränningen på sikt

kommer att minska. Sopor och komposter kan dock bli ett allergiproblem om de inte hanteras på ett sätt som inte ger hälsobesvär. Därför måste hänsyn tas till allergiker vid dessa satsningar.

I jordbruksbygder förekommer det att halm bränns på åkern efter spannmålsskörd. Röken förs med vindarna långa sträckor och kan orsaka stora besvär för astmatiker som bor i trakten.

Ett likartat problem är när gräs, hö och annat trädgårdsavfall eldas på villa- och radhusområden inom tätbebyggda områden.

Med hänsyn till hälsoriskerna för allergiker och miljön förutsätts att förbud införs mot bränning av nämnda restprodukter. "Avfallet" lämpar sig utmärkt för kompostering och en naturlig återgång till mylla.

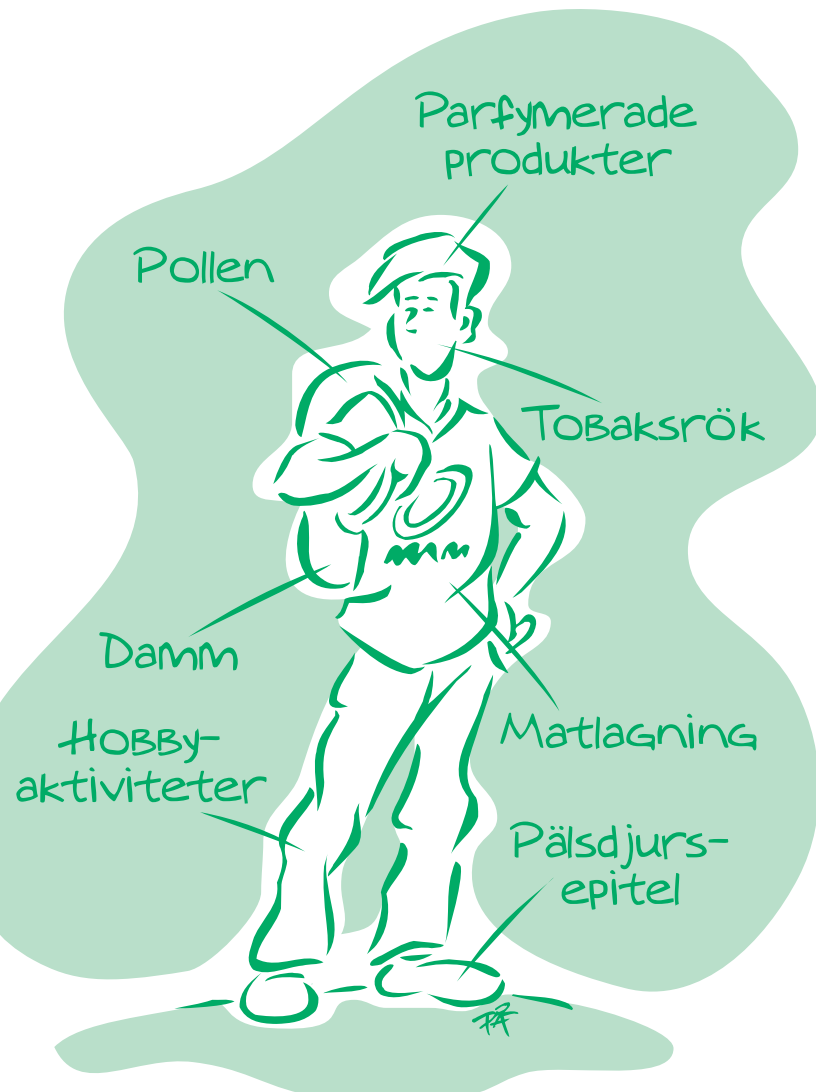
All kompostering ska dock ske utomhus för att inte ge upphov till hälsoproblem. Att använda inomhuskompost är inte acceptabelt ur astma- och allergisympunkt.

Ekologiskt byggande är ett sätt att bygga som skadar miljön och naturen så lite som möjligt. Materialval sker utifrån miljömässiga aspekter. Materialet skall kunna återanvändas och återvinnas. Astma- och Allergiförbundet kräver att även hälsoaspekter för astmatiker och allergiker beaktas vid val av material. Miljö- och hälsoaspekter går tyvärr inte alltid hand i hand.

Källsortering, kompostering och lokalt omhändertagande av dag- och avloppsvatten sker ofta vid ekologiskt byggande. Detta måste göras på ett hälsomässigt sätt så att allergiriskerna minimeras.

Ett ekologiskt byggande innebär inte att det skall finnas pälsdjur eller höns inom området.

Astma- och Allergiförbundet anser att all planering och utförande av ekologiskt boende skall ske så att astmatiker och allergiker inte kommer till skada.



Astma- och Allergiförbundet kräver

- att material som kan ge allergibesvär inte återanvänds.
- att källsortering och kompostering sker på sådant sätt att allergiker inte får hälsobesvär.
- att ingen mot sin vilja ska utsättas för rök från eldning av trädgårdsavfall.
- förbud mot eldning av trädgårdsavfall i tätortsområden.
- förbud för jordbruk att bränna halm på åkern.
- att inomhuskompostering förbjuds i såväl skolor, förskolor som flerbostadshus.

Allergi och annan överkänslighet

Hur vanliga är allergiska sjukdomar?

Allergi och annan överkänslighet har ökat stadigt under de senaste decennierna och tillhör numera våra mest utbredda kroniska sjukdomar.

I Sverige beräknar man att nära 40 procent av den vuxna befolkningen besväras av allergi i någon form. För tonåringar och unga vuxna är siffran 50 procent.

I Sverige dör omkring 900 personer varje år med astma som direkt eller indirekt orsak.

Vad är allergi?

Allergi beror på att kroppens normala försvarsmekanismer mot främmande ämnen inte fungerar riktigt som de ska. Det som kroppen normalt borde tåla och som andra personer klarar av utan problem kan ge en människa med allergi symtom.

Ofta orsakas allergi av olika protein som vi kommer i kontakt med via växter, djur eller mat. Allergi kan ge klåda i ögonen, snuva, hudproblem, astma och magbesvär. En del får symtom snabbt, andra efter flera timmar.

Överkänslighet

Överkänslighet kan definieras som ett tillstånd där känsligheten för vanliga ämnen är sjukligt förhöjd i ett eller flera organ i kroppen.

Reaktionen i immunförsvaret saknas men själva besvären liknar allergikerns. Överkänslighetsreaktioner kan utlösas av många olika saker.

Vanliga orsaker är dofter, tobaksrök, kemika-

lier och mat. Symtom som trötthet, huvudvärk, yrsel och koncentrationssvårigheter är vanliga liksom slemhinnesymtom från ögon, näsa, hals och luftvägarna. Man kan också få hudbesvär som torr kliande rodnande hud i ansikte och på händer.

Överkänslighet kan liksom allergi utlösa astma.

Astma

Astma är en kronisk inflammation i luftvägarna.

Allergi- eller överkänslighetsframkallande ämnen retar slemhinnorna och kan utlösa ett astmaanfall. Astmaanfallet uppstår genom att luftvägarnas muskler drar ihop sig samtidigt som slemhinnorna svullnar och det bildas en ökad mängd segt slem.

Vid ett astmaanfall får man svårt att andas och behöver medicin och/eller akut sjukvård.

Allergichock (anafylaxi)

Allergichock är en akut allergisk reaktion som oftast ger symptom från flera olika organ.

De första symptomen kan vara värmekänsla, klåda eller pirrande i huden och en känsla av ångest. De vanligaste symptomen därefter är nässelutslag och andningsproblem. Symtomen uppträder ofta bara någon minut efter det att man ätit något man inte tål men kan även dröja en timme eller mer.

En allergichock kan leda till döden, och kräver alltid läkarvård.

Tack för att du har
tagit dig tid att läsa
så här långt.

Kontakta oss gärna
om du vill veta
något mer!





S:t Eriksgatan 44, 5 tr Box 49303 100 29 Stockholm
Tel vx: 08-506 28 200 Fax 08-506 28 249
info@astmaoallergiforbundet.se www.astmaoallergiforbundet.se