

# Tuoksuyliherkkyys

Lääkärikirja Duodecim

28.9.2022

*Ihotautilien ja allergologian erikoislääkäri Kristiina Airola*



- Yleistä
- Oireet
- Taudin toteaminen
- Itsehoito
- Milloin lääkäriin?
- Ehkäisy
- Kirjallisuutta

## Keskeistä

- Tuoksuyliherkkyydellä tarkoitetaan poikkeavaa reagointia elinympäristön hajuille.
- Lievä herkkyys hajuille ja tuoksuille on tavallista, mutta merkittävää haittaa niistä aiheutuu vajaalle prosentille väestöstä.
- Kun oireilu häiritsee päivittäisiä toimintoja, on hyvä keskustella lääkärin kanssa.

## Yleistä

Tuoksuyliherkkyydellä (tuoksuherkkyys, hajuherkkyys) tarkoitetaan poikkeavaa reagointia elinympäristön tuoksuille ja hajuille, kuten hajuvedelle, painomusteelle, homeen hajulle ja tupakansavulle. Sitä esiintyy eniten naisilla ja oireet usein lisääntyvät iän myötä. Esiintymisluvut vaihtelevat eri tutkimuksissa 10 ja 40 prosentin välillä. Suuri hajonta johtuu siitä, että tuoksuyliherkkyydellä ei ole kunnollista määritelmää eikä objektiivista toteamistapaa. Lievä herkkyys hajuille ja tuoksuille on tavallista, mutta merkittävää haittaa niistä aiheutuu vajaalle prosentille väestöstä.

Tuoksuyliherkkyys on eri asia kuin hajusteallergia, jossa hajustetut tuotteet aiheuttavat ihokosketuksessa ihottumaa. Kosketusallergioihin kuuluva hajusteallergia voidaan todeta [epikutaanitesteillä](#).

## Oireet

Tuoksuyliherkkyys voi ilmetä esimerkiksi hajuveden aiheuttamana kasvojen punoituksena sekä silmien ja nenän vuotamisena. Hajusteyliherkkyys voi aiheuttaa myös voimakkaampia fyysisiä oireita, kuten väsymystä, hengenahdistusta, pahoinvointia ja päänsärkyä. Oireet alkavat yleensä minuuteissa siitä, kun tuoksuyliherkkä on aistinut tuoksun.

Osalla tuoksuyliherkkyys yhdistyy niin sanottuun ympäristöherkkyteen, jolloin esimerkiksi monet erilaiset kemikaalit aiheuttavat vastaavia oireita (monikemikaaliherkkyys). Taustalla on ilmeisesti keskushermoston herkistyminen vaaralliseksi koetulle ympäristötekijälle. Ympäristöherkkyys voi johtaa psyykkiseen kuormitukseen ja sosiaaliseen eristäytymiseen.

## Taudin toteaminen

Tuoksuyliherkkyyttä ei voi todeta objektiivisilla mittauksilla. Tarvittaessa diagnoosin

asettaminen perustuu oirekyselyyn. Voimakkaampia oireita voi olla hankala erottaa esimerkiksi paniikkihäiriöstä. Tuoksuyliherkät eivät koetilanteissa erota eri tuoksuja kontrollihenkilöitä paremmin, mutta siinä missä tuoksuille reagoimattoman henkilön aistit tottuvat nopeasti voimakkaaseenkin tuoksuun, tuoksuyliherkän elimistössä ei tottumista tapahdu.

## Itsehoito

Antihistamiini tai nenään suihkutettava kortikosteroidi voivat lievittää oireita jonkin verran. Altisteen välttäminen yleensä estää oireilun. On kuitenkin muistettava, että pyrkimys täyteen välttämiseen voi vahvistaa altisteen vaaramerkitystä ja siten voimistaa reaktioita. Omaan käyttäytymiseen ja sietokykyyn kannattaa pyrkiä vaikuttamaan siten, ettei oire ala liikaa rajoittaa elämää.

## Milloin lääkäriin?

Kun oireilu häiritsee päivittäisiä toimintoja, on hyvä keskustella lääkärin kanssa. Usein voidaan vaikuttaa esimerkiksi kodin tai työpaikan ilmastointiin, lämmitykseen, siivoukseen ja tuoksuttomuuteen. Vaikeimmissa tapauksissa ongelma yritetään ratkaista toiminta- ja työkykyä ylläpitävällä terapialla.

## Ehkäisy

Tuoksuyliherkkyyden estämiseen ei tunneta keinoja.

---

*Aiemmat kirjoittajat: Ihotautien erikoislääkäri Matti Hannuksela*

Artikkelin tunnus: dlk00531 (012.020)

© 2023 Kustannus Oy Duodecim