

Allerginen nuha lapsella

Lääkärikirja Duodecim

16.2.2021

Lastentautien erikoislääkäri Hannu Jalanko



- Allergisen nuhan aiheuttajat
- Lapsen allergisen nuhan oireet
- Milloin hoitoon
- Lapsen allergisen nuhan hoito
- Lapsen allergisen nuhan ehkäisy
- Kirjallisuutta

Yleisin hengitystieallergian muoto on allerginen nuha (heinänuha), jota potee n. 15 % kouluikäisistä lapsista. Allerginen nuha alkaa tavallisesti leikki- tai kouluiässä, ja näillä lapsilla on imeväisenä usein esiintynyt [atooppista ihottumaa](#) (maitorupea). Pieni osa potilaista on myös astmaattisia tai kehittää myöhemmin astmaoireita. Nuhan ohella monilla esiintyy samanaikaisesti [allergista silmän sidekalvotulehdusta](#).

Allergisen nuhan aiheuttajat

Tärkeimmät allergeenit ovat siitepölyt, eläinhilse, höyhenet sekä home- ja hiivasienet. Tärkeimmät allergisia reaktioita aiheuttavat kasvit ovat koivu, leppä, heinät ja pujo. Niiden kukinta-ajat osuvat Suomessa melko lailla peräkkäin huhtikuusta syyskuuhun. Harvinaisempia aiheuttajia ovat esim. päivänkakkara ja voikukka. Siitepölyallergiset lapset voivat reagoida myös juureksia ja hedelmiä kohtaan erityisesti siitepöly kautena. Jos oireilu on ympärivuotista, tulevat aiheuttajina kyseeseen ennen kaikkea kotieläimet, ja joskus myös ruoka-aineet.

Kiistanalainen huonepölystä löytyvä allergeeni on pölypunkki, joita esiintyy eniten vuoteissa ja makuuhuoneissa muutenkin. Sitä pidettiin aiemmin merkittävänä allergian aiheuttajana, mutta sittemmin kotipölyn ja [pölypunkin](#) merkitys on kyseenalaistettu. Varastopunkteja on runsaasti maatalousympäristössä ja kosteusvaurioituneissa rakennuksissa. Kotieläinten allergeenit löytyvät syljestä, virtsasta, ihon hilseestä ja talieritteestä.

Lapsen allergisen nuhan oireet

Allergisen nuhan oireet ovat vetistävä molemminpuolinen nenäerite, tukkoisuus, aivastelu ja nenän kutina. Nenäoireisiin voi liittyä silmien vetistely, punoitus ja kutina. Aina oireet eivät ole näin selvät, vaan ongelmiana voi olla esimerkiksi pitkittynyt nenän tukkoisuus ja yskiminen tai jatkuva paksu nuha. Nenän tukkoisuuden syynä voi olla suurentunut kitarisa, ei allergiaoireisto. Allerginen nuha aiheuttaa nenän limakalvon turvotusta, mikä puolestaan voi johtaa [nenän sivuontelotulehdukseen](#) tai välikorvatulehdukseen.

Milloin hoitoon

Jos lapsella esiintyy edellä kuvattuja oireita, on aina syytä hakeutua hoitoon. Jatkuva niiskuttaminen ei ole kenellekään normaalia.

Kaikissa allergioiden muodoissa lapselle voidaan tehdä testejä, joilla oireiden aiheuttajat saadaan ainakin osin kiinni. Peruskokeena tehdään usein ihokoesarja, joka soveltuu 4-vuotiaille ja tätä vanhemmille. Toisena vaihtoehtona on mitata verikokeen avulla ns. IgE-luokan vasta-aineita eri allergeeneja kohtaan. Yhdestä verinäyttestä

saadaan tutkituksi laaja joukko mahdollisia oireiden aiheuttajia ja verikokeiden käyttö onkin viime vuosina lisääntynyt. Näyte voidaan ottaa kaiken ikäisiltä.

Lapsen allergisen nuhan hoito

Tehokkain tapa allergisen nuhan hoidossa on luonnollisesti allergeenien välttäminen. Eläinallergiassa tämä on periaatteessa helppoa, mutta siitepölyallergiassa jo huomattavasti vaikeampaa.

Allergiseen nuhaan on saatavissa tehokkaita ja sivuvaikutuksettomia lääkkeitä. Peruslääkkeenä käytetään antihistamiineja, joita annostellaan yleensä suun kautta. Antihistamiineja voidaan ostaa apteekista pieniä määriä ilman reseptiäkin. Antihistamiinia voidaan antaa myös nenäsumutteena tai silmätippoina. Antihistamiinien vaikutus alkaa muutamassa tunnissa.

Elleivät antihistamiinit pidä oireita kurissa, hoitona voidaan käyttää kortikosteroidisumutteita. Ne ovat tehokkaita vähentämään nenän limakalvon tulehdusta ja tukkoisuutta ja ovat lapsillakin varsin turvallista. Niiden helpottava vaikutus alkaa 2–3 vuorokaudessa. Lapsilla niitä annostellaan usein 1–3 viikon jaksoissa. Tärkeätä on oikea tekniikka niin, että suihke suuntautuu nenän sivuseinään. Kolmas tärkeä lääkeryhmä ovat ns. kromonit, jotka tehoavat parhaiten ennalta ehkäisevästi käytettyinä erityisesti silmäoireissa. Pitkittynyt allerginen nuha voi joskus johtaa infektioperäisen välikorvatulehdukseen tai poskiontelotulehduksen kehittymiseen ja sen hoito antibiootilla on edellytys oireiden lievittymiseen.

Viime aikoina myös siedätyshoito on tullut jälleen suosituksi ehkäisemään allergisten oireiden ilmenemistä. Siedätyshoitoa on hyvä harkita, jos lapsella on voimakasoireinen allerginen nuha sekä silmäoireisto, jonka laukaisija on esimerkiksi lehtipuiden siitepöly ja oireet eivät ole helposti hallittavissa lääkityksellä. Siedätyshoito on kehittynyt viime vuosina, ja allergeenia voidaan annostella pistoksina hyvin monenlaisia aiheuttajia kohtaan sekä myös suun kautta. Jälkimmäistä hoitoa voidaan antaa esim. heinä-, koivu- ja pölypunkki-allergikoille, mutta kirjo laajenee jatkuvasti.

Lapsen allergisen nuhan ehkäisy

Allergisen oireiston kehittymistä ei käytännössä voi ehkäistä. Taipumus allergiaan on periytyvä, mutta oireiston syntymekanismeja ei vielä tunneta. Atoopikkolapsella tiedossa olevien allergeenien välttäminen (kotieläimet, ruoka-aineet) on toki tehokas keino oireiden ehkäisemiseksi – silloin kun se on mahdollista. Nykynäkemyksen mukaan ns. allergiaperheessäkään ei kuitenkaan tulisi lasta ylen määrin suojella, vaan tietty määrä varhaista altistumista voi olla jopa hyväksi.