



Mila on taitava kuvataiteilija. Hän on piirtänyt ja maalannut pienestä asti, ja kodin seiniä koristavat monet Milan maalauksista. Eniten hän pitää maisemamaalauksesta.

PÄHKINÄ EI OLE LEIKIN ASIA

Mila Majalahdella, 13, on anafylaktinen pähkinäallergia. Hän toivoo muilta ymmärtäväisempää suhtautumista hengenvaaralliseen allergiaansa.

TEKSTI AGNES JAKOBSON KUVAT TOMMI TUOMI

Mila Majalahden, 13, syntymäpäivät olivat joulukuussa samaan aikaan kuin viimeinen koulupäivä ennen joululomaa. Luokka vietti silloin pikkujouluja ja opettaja salli tuotavaksi herkkuja. Oppilaita oli ohjeistettu, ettei kouluun saisi tuoda mitään pähkinää sisältävää, sillä Milalla on anafylaktinen pähkinäallergia. Onneksi Mila kuitenkin varmisti asian kysymällä, kuten on tottunut, sillä allergiaan ei aina suhtauduta riittävän vakavasti.

– Olin menossa ottamaan leivosta. Kaverini oli leiponut ja hänellä oli lista allergioistani. Hän sanoi sitten, että ei löytänyt pähkinätöntä suklaata leivontaan, joten siinä on saksanpähkinää.

Mila lähti herkkujonosta nopeasti, sillä hän ei voi olla samassa tilassa pähkinöiden kanssa saamatta oireita. Jos joku syö pähkinää ja koskee sitten pulpettiin, Mila ei voi koskea siihen ennen kuin se on putsattu.

Myöhemmin kaverin suklaaleivoksesta selvisi, että siinä oli ollut merkintä: saattaa sisältää pähkinää. Silloin yleensä riittää, että Mila pysyttelee vain kauempana ja varautuu oireisiin oikein.

Herkkuhetki oli kuitenkin jo pilalla, kun Mila oli ehtinyt säikäh-

tää pahasti. Kaiken lisäksi hänen opettajansa oli vielä kyseenalaistanut koko tilanteen kysymällä, miten suklaassa voisi edes olla pähkinää, jos sitä ei näy.

Allergian syyt

Mila on elänyt koko elämänsä allergiansa kanssa. Allergia tarkoittaa sitä, että hänen elimistönsä puolustuskyky reagoi liian ärhäkkäästi tavallisiin, oikeasti ei vaarallisiin asioihin. Kehossa allergisen reaktion aiheuttavaa asiaa, kuten Milalla pähkinää, sanotaan allergeeniksi. Sellaisia voivat olla melkein kaikki aineet maidosta siitepölyyn.

Toimiva puolustuskyky on ihmiselle elintärkeä, sillä se suoja meitä bakteereilta, viruksilta ja muilta taudinaiheuttajilta. Silloin, kun se toimii liian innokkaasti, on kyse allergiasta. Pahimmillaan anafylaktisesta allergiasta, mikä tarkoittaa puolustuskyvyn hyvin vahvaa ylireagoitintia.

Anafylaksia on aina hengenvaarallinen tila. Näin siksi, että reaktiossa esimerkiksi kaulan alue voi turvota niin pahasti, että hengitystiet menevät umpeen. Suomessa yksikään alaikäinen ei ole onneksi kuollut anafylaksiaan, koska sitä osataan hoitaa täällä hyvin.

Milan anafylaktinen pähkinäallergia kävi ilmi, kun hän oli vain kaksi kuukautta vanha.

– Äiti ja veljeni söivät pähkinöitä ja äiti koski minua kasvoihin. Kohtaus laukesi yöllä ja aloin vinkua. Jouduimme lähtemään sairaalaan, Mila kertoo.

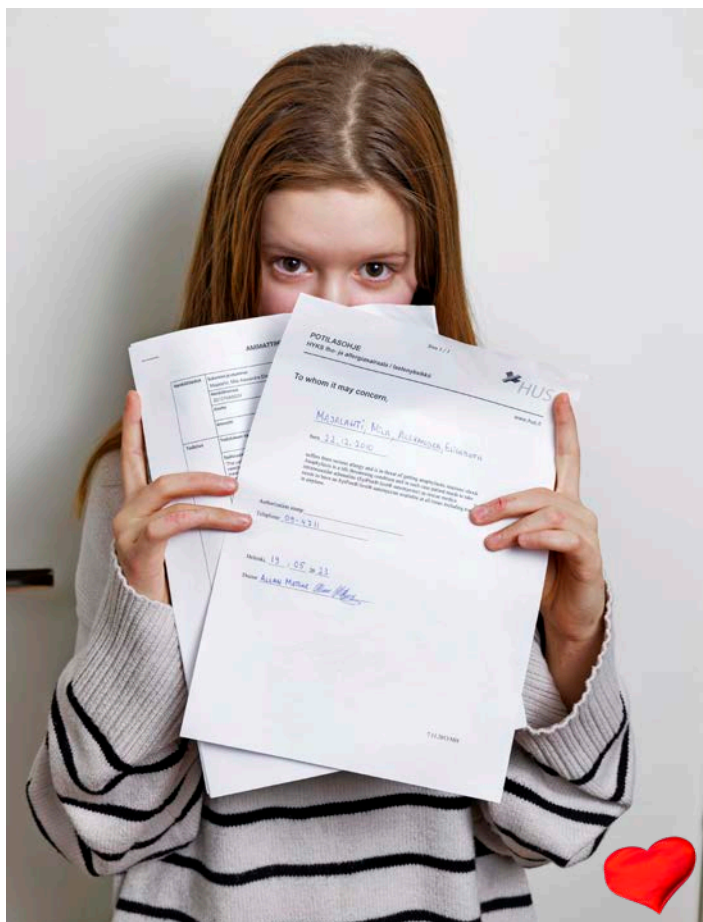
Allergian löytymisen jälkeen Milan kotona ei ole pähkinöitä syöty. Perhe ei osta eikä syö mitään tuotteita, jotka saattavat sisältää pähkinää. Joulukuussa lahjaksi saadut joulukonvehdit odottavat kotona, että ne voidaan antaa jollekin toiselle.

**MILAN MUKANA
KULKEE
LÄÄKELAUKKU**



ANAFYLAKSIA

- Vakava allerginen reaktio, jonka voi aiheuttaa erilaiset ruoka-aineet, lääkeaineet ja hyönteisten pistot.
- Anafylaksian kokee noin puoli prosenttia väestöstä.
- Ensioireita ovat tyypillisesti erilaiset iho-oireet, kuten kutina, kuumotus, punoitus ja ihon lehahtelu. Oireet ovat kuitenkin aina yksilöllisiä.
- Anafylaksiassa oireita on aina useammassa kuin yhdessä elimessä. Esimerkiksi ihon lisäksi tulee hengitystieoireita tai suolisto-oireita.
- Jos epäilet anafylaksiaa, pistä välittömästi adrenaliinia reiteen ja soita 112.
- Lue lisää: allergia.fi.



Pähkinää on kuitenkin lähes kaikessa, ei vain esimerkiksi suklaassa.

– Ruokakastikkeissa voi olla pähkinää, mikä tuli minulle yllätyksenä. Sitten voi olla jäätelöissä, hedelmäkärkeissa, mehuissa, leivoksissa ja juustoissa, Mila luettele.

Nämä ovat vain nopeimmin mieleen muistuvia. Milan äiti lisää, että ainakin valmisruuissa ja leikkeleissä sekä teessä voi olla pähkinää.

– Sitten ihorasvoissa voi olla myös. Joskus laitoin vahingossa sellaista rasvaa ja naamani alkoi punoittaa ja turposi, mutta äiti käski heti pesulle, Mila muistelee.

Erilainen kouluarki

Mila joutuu olemaan koulussa koko ajan valppaana. Jopa pelkkä pähkinä-sana saa hänet kääntymään.

– Koulussa koko luokka tietää, että minulla on pähkinäallergia. Jotkut tuovat silti ja syövät pähkinöitä luokassa. Se on turhauttavaa.

Anafylaksiassa ensisijainen hoito on adrenaliini, jota saa hätä-

Matkustaessa Milalla on mukana kasa lääkäreiden kirjoittamia todistuksia. Joukossa on sekä lupalappuja että lääkelistoja englanniksi ja suomeksi.

tilanteessa adrenaliinikynästä. Suomessa kyniä on kahdenlaisia: Epipen ja Jext. Ohje on, että anafylaktisesti allerginen kantaa mukanaan aina kahta kynää, sillä vakavassa reaktiossa yhden kynän annos ei välttämättä riitä samuttamaan oireita. Lähipiirin on hyvä tietää anafylaksian ensioireet sekä miten hätätilanteessa kynää käytetään. Kynässä on kiinni selkeät ohjeet ja sen käyttäminen on todella helppoa.

Adrenaliinikynän päässä on pikkuruinen piikki, joka on suojassa, kunnes kynän pistää isoon reisilihakseen. Sitten sitä pidetään siinä 10 sekuntia. Pistämisen jälkeen tulee aina mennä sairaalaan seurantaan, koska oireet saattavat palata. Anafylaktisessa reaktiossa tulee myös aina soittaa hätänumeroon. Pistoliikettä voi harjoit-

SANOIN, ETTÄ EI SE OLE VASIKOINTIA, JOS KYSE ON HENGENHÄDÄSTÄ.

tella harjoituskynillä ja niin Milakin on tehnyt. Hätätilanteessa tärkeintä on pistää eikä epäröidä.

Milan mukana koulussa kulkee pussi, jossa kynät ovat. Hänellä on sekä Epipen- että Jext-kyniä. Talvella vaarana on kynien jäätyminen, joten niitä täytyy säilyttää oikeassa lämpötilassa, ja kesällä taas liian korkea lämpötila, jolloin kynille tarvitsee jäähdytyspussin. Milan kantama pussi vaihteleeikin vuodenaajan mukaan.

Matka vaatii paljon

Mila pitää matkustamisesta. Hän on käynyt jo seitsemässä maassa. Lisäksi hän tykkää maalata ja harastaa koripalloa. Pian edessä on turnausmatka Wieniin.

Matkustaessa Milan perheellä on mukana paljon erilaisia lomakkeita, joista selviää hänen lääkkeensä.

– Rasvoilla pitää olla lupa, että ne saavat olla jalkatilassa. Muuten ne pitää laittaa ruumaan, jossa pelkään, että ne jäätyvät.

Lentokoneessa Mila käyttää hanskoja, jotta iholle ei pääse allergeeneja. Lentoemännille pitää sanoa anafylaksian vaarasta, jotta he voivat pyytää lähiriveillä istuvia matkustajia pyrkimään olemaan syömättä pähkinää lennon aikana.

Koneeseen pitää ottaa myös kaksi kappaletta adrenaliinikyniä. Koska ne sisältävät nestettä, säännöt sallivat vain yhden. Sen vuoksi mukana täytyy olla lääkärin kirjoittama englanninkielinen ohjeistus.

Kaikesta huolimatta Mila on reipas ja iloinen koululainen. Koripalloa hän on pelannut kohta kaksi vuotta. Lisäksi Mila maalaa tauluja. Kuvataide on Milan lempiaine historian ja liikunnan ohella. Viimeisimmässä koulutodistuksessa komeili rivi kympejä ja ysejä.

Mila toivoo hartaasti, että ihmiset suhtautuisivat hänen allergiaansa ymmärtäväisemmin ja tiedostaisivat, että kyseessä on vakava asia.

Kerran Milan muutamat luokkalaiset keksivät mielestään hauskan kepposen ja päättivät heitellä Milaa lähipuistossa pähkinöillä. Äiti oli asiasta yhteydessä kouluun, minkä takia Milaa nimiteltiin koulussa.

– Sanoin, että ei se ole vasikointia, jos kyse on hengenhädästä, Mila huomauttaa. **K**

Juttuun on haastateltu myös Allergia-, iho- ja astmaliiton allergian, ihon ja astman asiantuntija Katariina Ijätä.

Perhe on löytänyt kaupasta vain muutamia varmasti pähkinättömiä välipaloja. Weetos-suklaamurot ovat ainoat suklaamurot, joissa ei ole pähkinää.



ANAFYLAKSIA-PÄIVÄ

Allergia-, iho- ja astmaliitto viettää 11.2.2024 anafylaksiapäivää. Tänä vuonna teemana on anafylaksia ja pelko. Anafylaksiapäivää vietetään samana päivänä kuin 112-päivää. Myös anafylaksia vaatii aina soiton hätänumeroon.