

TÄSSÄ NUMEROSSA

ALLERGIA, IHO & ASTMA ON RIIPPUMATON ASiantuntijalehti ja Allergia-, Iho- ja Astmaliiton jäsenetu

ALLERGIA, IHO & ASTMA

PÄÄTOIMITTAJA
Tuija Tervo
Allergia-, Iho- ja Astmaliitto ry

TUOTTAJA
Katja Alaja

ULKOASU JA TAITTO
Marko Myllyaho

AVUSTAJAT
Risto Heikkinen, Katriina Ijäs,
Paula Lehtomäki, Roope Lipasti,
Aino Loikkanen, Niki Malmros,
Claudia Mariottini, Ilona
Mähönen, Mia Teerikangas,
Jonna Nurminen, Sanna
Pitkänen, Minna Raitavuo, Teija
Riikola, Anu Sauliala, Tuija
Tervo, Tiina Vitikainen

KANNEN KUVA
Minna Raitavuo

TOIMITUS
toimitus@allergia.fi
p. 040 702 8141

Allergia, Iho & Astma -lehti
Mannerheimintie 107
00280 Helsinki

ILMOITUSMYYNIT
Niki Malmros
p. 040 525 5982
niki.malmros@allergia.fi

JÄSENYYSASIAT
jasenet@allergia.fi
p. 040 721 4988
(ma–ti klo 8–11, ke klo 12–15)

jäsenmaksu 27 €
sisältää lehden
vuosikerran

LEHTITILAUKSET
lehtitilaus@allergia.fi

kestotilaus 35 euroa
määräaikaistilaus 42 €
ulkomaille tilaus 42 €

JULKAISIJA
Allergia-, Iho- ja
Astmaliitto ry
53. vuosikerta
painos 23 000 kpl
ISSN 2489-7361
Aikakauslehtien liiton jäsen

PAINOPAIKKA
Printall

ILMESTYSPÄIVÄT 2023
10.2. | 28.4. | 22.9. | 10.11.

Allergia-, Iho- ja
Astmaliitto ry
Mannerheimintie 107
00280 Helsinki

www.allergia.fi



Emma Sinkkonen ja vakava ruoka-allergia: "VERTAISTEN TUKI ON KORVAAMATON APU"



HS-tauti:
**AKTIIVISTA HOITOA JA
PYYKINPESUA**



Astma:
**MITÄ HYÖTYÄ
PAINONHALLINNASTA ON?**

MUUT AIHEET

- 03** Pääkirjoitus
- 06** Ajankohtaiset & uusi työntekijä
- 08** Tuoteuutiset
- 09** Kierrätysmateriaali tulee muovipakkauksiin
- 10** Puuhapalsta: Tilanjatkeen koristelu
- 11** Kolumni: Luontoa hengittämässä
- 12** 10 kysymystä lasten astmasta
- 20** Infograafi: Elämää hidradenitis suppurativan kanssa
- 24** Petytkö saamaasi päätökseen tai palveluun? Valita siitä!
- 26** 3 x lisää virtaa tuova harrastus
- 32** Ammattilaiset: Atooppinen ihottuma haltuun mittarein
- 34** Järjestösvut
- 39** Osallistu lukijakyselyymme!
- 41** Palvelukortti
- 43** Palvelemme sinua: Kokemustoiminnan monet mahdollisuudet



ALLERGIA-, IHO- JA ASTMANEUVONNASTA KYSYTTYÄ: KOLME KYSYMYSTÄ JA VASTAUSTA 38

**ALLERGIA
IHO
ASTMA**

22 LUONTOTERVEYS:
Näin saat terveyttä
luonnosta

30 RUOKA:
Kolmen ruokalajin menu
yhellä uunin lämmityksellä