

Lääkärikäynnille valmistautuminen

Milloin lääkäriin?

Lääkäriin tulee hakeutua, mikäli apteekista ilman reseptiä ostettavat antihistamiinit eivät suositelluin annoksin tehoa urtikariaan.

Urtikarian hoito etenee seuraavasti:^{1,5}

- Urtikarian ensisijainen hoito on antihistamiini. Se auttaa normaaliannoksella noin joka toisen kroonista urtikariaa sairastavan oireisiin. Mikäli oireet eivät rauhoitu normaaliannoksella, kannattaa ottaa yhteyttä lääkäriin.
- Lääkäri voi nostaa antihistamiinin annosta tarvittaessa. Antihistamiinien vaikutukset ovat yksilöllisiä, ja siksi annoksen nostamisesta tulisi aina neuvotella hoitavan lääkärin kanssa. Mikäli oireettomuutta ei saavuteta antihistamiineilla, voi pyytää lähetettä erikoissairaanhoidon tai ottaa yhteyttä ihotautilääkäriin.
- Ihotautilääkäriltä kannattaa kysyä myös muista lääkkeistä, joita käytetään urtikarian hoitoon, jos oireet ovat hankalat ja pitkittyneet eikä antihistamiini tehoa. Antihistamiinin lisäksi voidaan kokeilla lisälääkkeenä kroonisen spontaanin urtikarian hoitoon omalizumabia ja siklosporiinia.

Antihistamiinista ei ole useinkaan apua angioödeemaan. Hakeudu heti lääkäriin, jos akuutissa urtikariassa ilmenee vaikeampia oireita, kuten nielemisvaikeuksia tai hengenahdistusta.^{3,5}

Turvotus voi joskus olla vaarallisen voimakasta. Lääkärin hoitoon tulee hakeutua välittömästi, jos

- turvotus on kielessä tai nielussa ja ahtauttaa hengitysteitä
- turvotukseen liittyy laaja-alainen nokkosihottuma
- turvotusten lisäksi on kovia, aaltomaisia vatsakipuja.⁶

Urtikarian nykyhoidon tavoitteena on oireettomuus. Jos urtikarian oireet jatkuvat pitkään voimakkaana, se alkaa vaikuttaa myös yleiseen hyvinvointiin ja jaksamiseen töissä ja arjessa.^{1,2}

Kroonista urtikariaa sairastavat kärsivät muita useammin myös esimerkiksi:^{2,6}

- kutinan aiheuttamasta unettomuudesta
- masentuneisuudesta ja ahdistuneisuudesta
- eristyneisyydestä ja työkyvyn heikentymisestä.

Kun oireet pysyvät hallinnassa, hyvinvointi paranee monella tapaa.^{2,6}

Vastaanotolle valmistautuminen

Mitä enemmän lääkärille osaa kertoa urtikarian oireista, sitä paremmin hän kykenee valitsemaan sopivan hoidon.⁵ Alla on vinkkejä vastaanottokäyntiin valmistautumista varten.

- Rehellinen ja mahdollisimman tarkka kuvaus oireista. Näin lääkärin on helpompi valita hoito.²
- Vaikuttaako urtikaria työhön ja arkeen, sosiaaliseen elämään ja yleiseen hyvinvointiin. Esiintyykö esimerkiksi univaikeuksia tai ahdistuneisuutta? 1/2

- Urtikarian oireet tulevat ja menevät.¹ Niitä ei välttämättä ole juuri vastaanottopäivänä. Lääkärin kanssa keskustelua helpottaa, jos oireista on pidetty oirepäiväkirjaa. Päivittäiset merkinnät, mitä oireita on ja kuinka voimakkaita ne ovat. Oirepäiväkirjan teossa voi hyödyntää UAS7-lomaketta, jos sellainen on annettu hoitopaikasta.
- Käytetyt lääkkeet kirjataan ylös.
- Valokuvat oireista helpottavat niiden kuvaamista lääkärille.

Keskustelu hoidosta

Oikea lääkitys pitää urtikarian oireet hallinnassa useimmilla potilailla.

- Hoitokokemuksista kannattaa kertoa lääkärille. Miten nykyinen urtikariahoito tehoaa oireisiin? Miten aiemmin urtikarian oireita on hoidettu?

Keskustelu hoitotavoitteista

On tärkeää, että lääkärin kanssa keskustellaan, mitä toivoo ja odottaa hoidolta. Tämä auttaa lääkärää valitsemaan tarpeita vastaavan hoitosuunnitelman.

Kysymyksiä lääkärille

Kysymyksiä ja huolenaiheita lääkärille kannattaa kirjata ylös ennen vastaanottoa. Näin kaikki mieltä askarruttavat asiat tulevat käsiteltyä asiantuntijan kanssa. Kysymykset voivat koskea esimerkiksi:

- urtikariaa ja sen aiheuttamia oireita
- oireiden vaikutusta elämään, esimerkiksi työhön tai sosiaaliseen elämään
- nykyistä lääkitystä tai muita urtikarian hoitoon tarkoitettuja lääkkeitä.

Lähteet:

1. Zuberbier T et al. The EAACI/GA2LEN/EDF/WAO guideline for the definition, classification, diagnosis, and management of urticaria. *Allergy* 2022;77:734-766.
2. Maurer M, Weller K, Bindslev-Jensen C et al. Unmet clinical needs in chronic spontaneous urticaria: A GA2LEN task force report. *Allergy* 2011;66:317–330.
3. Hannuksela-Svahn A. Nokkosihottuma eli urtikaria. Lääkärikirja Duodecim 1.7.2014.
4. Allergia-, Iho- ja Astmaliitto ry. Urtikaria. 2018
5. Salava A. Nokkosihottumat (urtikariat). Lääkärin käsikirja. Duodecim 1.3.2019.
6. Balp MM. et al. The Impact of Chronic Urticaria from the Patient's Perspective: A Survey in Five European Countries. *Patient* 2015;8:551–558.

FI2303208641

Source URL: <https://www.novartis.com/fi-fi/potilaille-ja-omaisille/tietoa-terveydesta/urtikaria-eli-nokkosihottuma/laakarikaynnille-valmistautuminen>

List of links present in page

- <https://www.novartis.com/fi-fi/potilaille-ja-omaisille/tietoa-terveydesta/urtikaria-eli-nokkosihottuma/laakarikaynnille-valmistautuminen>