

Elämää urtikarian kanssa, tuki ja neuvonta

Tukea ja neuvontaa urtikariaa sairastaville tarjoaa valtakunnallisesti toimiva Allergia-, Iho- ja Astmaliitto ry.

Allergia-, Iho- ja Astmaliiton kautta voi löytää vertaistoimijan. Vertaistoimijat ovat vapaaehtoisia, joilla on kokemusta ihosairaudesta omakohtaisesti tai läheisen kautta. On helpottavaa keskustella omista oireistaan henkilön kanssa, joka tietää tarkalleen, miltä raivoisa kutina ja ärsyttävät paukammat tuntuvat.

Vertaistukea netissä ja somessa

Muiden urtikariaa sairastavien tukea tai keskustelukumppanuutta löytää myös netistä ja sosiaalisesta mediasta.

Tutustu muun muassa näihin:

- Allergia-, Iho- ja Astmaliitolla on sivuillaan lista sosiaalisessa mediassa toimivista vertaistukiryhmistä, joissa voi vaihtaa ajatuksia ihosairauksista.
- Allergia-, Iho- ja Astmaliiton Facebook- ja Instagram-sivuja seuraamalla saa hyödyllistä tietoa ja voi kommunikoida muiden kanssa.

FI2303208641

Source URL: <https://www.novartis.com/fi-fi/potilaille-ja-omaisille/tietoa-terveydesta/urtikaria-eli-nokkosihottuma/elamaa-urtikarian-kanssa-tuki-ja-neuvonta>

List of links present in page

- <https://www.novartis.com/fi-fi/potilaille-ja-omaisille/tietoa-terveydesta/urtikaria-eli-nokkosihottuma/elamaa-urtikarian-kanssa-tuki-ja-neuvonta>
- <https://www.allergia.fi/>
- <https://www.allergia.fi/palvelut/vertaistuki/#8872e71a>
- <https://www.facebook.com/allergiaihojaastmaliitto/>
- <https://www.instagram.com/allergiaihojaastmaliitto/>