

## **VALOIHOTTUMAYHDISTYS RY – DE LJUSKÄNSLIGAS FÖRENING RF**

on Iholiiton jäsenyhdistys, joka perustettiin Turussa 23.3.2002.

Yhdistyksen kotipaikka on Helsinki, mutta hallituksessa on jäseniä ympäri Suomen. Yhdistyksen tärkein rooli on toimia valoihottumia tai niitä muistuttavia ihotauteja sairastavien henkilöiden yhdyssiteenä sekä neuvonta- ja edunvalvontajärjestönä.

Lisäksi yhdistys pyrkii toiminnallaan edistämään valoihottumia sairastavien hoito-, kuntoutus- ja koulutusmahdollisuuksia.

Yhdistyksen tarkoituksena on myös tukea tieteellistä tutkimustoimintaa ja edistää siitä tiedottamista. Ensimmäisten toimintavuosiensa aikana yhdistyksen tavoitteena on tehdä yhdistystä ja valoihottumia tunnetuksi sekä ns. suuren yleisön että ammattihenkilöstön keskuudessa.

### **MITÄ VALOIHOTTUMAT OVAT?**

Valoihottumat ovat ryhmä ihotauteja, jotka johtuvat auringon ultraviolettisäteilystä, joko pitkäaaltoisista UVA- tai lyhyempiaaltoisista UVB-säteistä. UVB-säteet jäävät ihon pintaan (epidermikseen), mutta ne ovat polttavia säteitä ja pääasiallisena syynä auringonpolttamiin. UVA-säteet tunkeutuvat ihossa dermikseen asti.

Sekä UVA- että UVB-säteitä käytetään valohoitolaitteissa erilaisten ihosairauksien hoidossa ja molemmat voivat aiheuttaa myös valoherkistymän. Herkimmille valoihottumia sairastaville myös loisteputkivalo voi aiheuttaa oireita.

UVB-säteily aikaansaa oireita vain ulkona liikuttaessa, sillä se ei läpäise ikkunalasia. Ikkunalasin läpäisevä UVA-säteily puolestaan voi aiheuttaa oireita myös automatkalla tai sisällä oleskeltaessa.

Valoihottumille yhteinen piirre on niiden esiintyminen pääasiassa vaatteilta suojaamattomilla alueilla, erityisesti kasvoilla, niskassa, rinnassa, käden-selissä ja käsivarsissa. Ihottuman ulkonäkö vaihtelee esiintyen ihottumatyypistä riippuen (vesi)näppylöinä, rakkuloina, nokkosrokkona tai punoittavana hilsehdintänä. Valoihottumoireiden kirjo voi vaihdella suuresti riippuen reaktion syystä ja potilaan ihon reaktiotavasta.

Yleisin valoihottumatyyppi on ns. monimuotoinen valoihottuma. Valoihottuma voi johtua myös sisäisesti käytetystä lääkkeestä (esim. doksisykliini, tetrasykliini, klooripromatsiini) tai iholle joutuneesta ulkoisesta aineesta, psoraleenista. Psoraleeneja esiintyy luonnossamme jättiläisukonputkissa.

Valoyliherkkyys liittyy myös joihinkin harvinaisiin sisätautiopinalaan kuuluviin sairauksiin, esim. porfyrioihin, xeroderma pigmentosumiin ja pellagraan. Ihosairauksista mm. ruusufinni, vitiligo, punahukka ja herpes voivat pahentua UV-säteilystä.

Valoihottumaa hoidetaan ensisijaisesti välttämällä oireiden aiheuttajaa, valoa. Ulkona liikkussa ihoa pitää suojata vaateuksella ja auringonsuoja-voiteilla sekä silmät aurinkolaseilla. Herkimmät valoihottumia sairastavat joutuvat hankkimaan kotiin ikkuna- ja autonlaseihin suojakalvot tai uudet ikkunat, jotka eivät läpäise UVA-säteitä.

Valoihottumia voidaan karaisuhoidtaa valohoidolla. Antihistamiineja käytetään valoihottumissa kutinan hoitoon. Beetakaroteenista on joillekin hyötyä, joissakin tapauksissa käytetään (hydroksi)klorokiinia, atsatiopriimia ja siklosporiinia. Oireenmukaisena hoitona ihottumiin käytetään yleensä kortikosteroidivoiteita.

*Lähde: [www.valoihottumayhdistys.info](http://www.valoihottumayhdistys.info)*

## VALOIHOTTUMAYHDISTYKSEN HALLITUS 2007–2008

**puheenjohtaja** Esko Puuperä, Haukipudas, 0400 762 390 ja (08) 542 1441,  
[esko.puupera@luukku.com](mailto:esko.puupera@luukku.com)

**varapuheenjohtaja** Kaarina Keskkuru, Rovaniemi, 0400 878 872,  
[kaarina.keskkuru@pp.inet.fi](mailto:kaarina.keskkuru@pp.inet.fi)

**sihteeri/jäsensihteeri** Satu Ellä, Uusikaupunki, (02) 8417 807,  
044 504 5097, [satu.ella@uusikaupunki.fi](mailto:satu.ella@uusikaupunki.fi)

**rahastonhoitaja** Marke Oinonen, Laukaa, 040 5066 468  
[marke.oinonen@aviinikainen.fi](mailto:marke.oinonen@aviinikainen.fi)

**jäsen** Antti Salin, Vaasa, 0400 665040, [antti.salin@netikka.fi](mailto:antti.salin@netikka.fi)

**jäsen** Merja Juurinen, Rusko, (02) 432 1056, 040 720 7560  
[merja.juu@netti.fi](mailto:merja.juu@netti.fi)

**varajäsen** Raija Krooks, Vaasa, 0500 665 040, [raija.krooks@netikka.fi](mailto:raija.krooks@netikka.fi)

**varajäsen** Timo Ellä, Uusikaupunki, [timo.ella@uusikaupunki.fi](mailto:timo.ella@uusikaupunki.fi)

**www-sivujen ylläpito:** Marke Oinonen, Laukaa 040 5066 468  
[marke.oinonen@aviinikainen.fi](mailto:marke.oinonen@aviinikainen.fi)

## VERTAISTUESTA VOIMAA

Valoihottumayhdistyksen vertaistukikoulutuksen käyneet tukihenkilöt ovat:

Esko Puuperä, Haukipudas, puh. 0400 762 390 ja (08) 542 1441,  
[esko.puupera@luukku.com](mailto:esko.puupera@luukku.com)

Merja Juurinen, Rusko, puh. (02) 432 1056, 040 720 7560,  
[merja.juu@netti.fi](mailto:merja.juu@netti.fi)

**Yhdistyksellä on omat verkkosivut ja keskustelufoorumi osoitteessa**  
<http://www.valoihottumayhdistys.info/uusi/>

**Tutustu sivuihin ja osallistu keskusteluun!**



**VALOIHOTTUMAYHDISTYS ry**  
**DE LUSKÄNSLIGAS FÖRENING rf**

## VERTAISTUKEA JA TIETOA

**”Eriasteisista valoihottumista kärsii joidenkin arvioiden mukaan jopa 10-20 prosenttia suomalaisista.”**

(Akuutti, 15.4.2003, Valoihottuma, tuhansien suomalaisten riesa)