

Tuoksutko liikaa?

Keskustelutilaisuus pääkirjaston lavalla 31.1.2024 klo 17.30

Porvoon kaupunginkirjaston uusi demokratiahanke ”Tästä haluamme puhua” kehittää edelleen kirjastoa asukkaiden ja päättäjien välisen vuoropuhelun foorumina. Tämä keskustelu järjestettiin **yhteistyössä Porvoon seudun Allergia- ja Astmayhdistyksen kanssa.**

Keskusteluun osallistui yhteensä vajaat kymmenen henkilöä, ja läsnä oli myös paikallislehden toimittaja. Kutsuttuna asiantuntijana paikalla oli **Katariina Ijäs Allergia-, Iho- ja Astma-liitto ry:stä.** Keskustelu käytiin Erätauko-dialogimenetelmän periaatteiden mukaan, kaksikielisesti, fasilitoijana toimittaja-kirjailija Mikael Crawford.

Illan keskustelussa esiin nousseita faktoja, kokemuksia ja näkökantoja olivat mm.

- 10-30% suomalaisista saa erilaisia ja eriasteisia oireita tuoksuista. Astmasta kärsii n. 10% väestöstä, samoin 10%:lla väestöstä on taipumusta migreeniin. Lisäksi tästä aiheesta keskusteltaessa on huomioitava myös sellainen tuoksuylherkkyys, joka ei välttämättä liity muihin sairauksiin mutta voi aiheuttaa oireita.
- Tämä on esteettömyyskysymys: liiallinen hajusteiden käyttö voi estää niille herkistyneiden henkilöiden osallistumisen julkisiin tapahtumiin ja palveluihin, rajoittaa julkisten kulkuneuvojen käyttöä jne.
- Ongelma on lisääntynyt viime vuosina monesta syystä. Ympäristön tuoksuuormat tuntuu lisääntyvän koko ajan: myynnissä on mm. hajustettuja roskapusseja ja nenäliinoja yms. Ympäristömme kemikaalikuorman lisääntymisestä on myös tieteellistä näyttöä.
- Tuoksuista kärsivät osaavat nykyään ehkä aiempaa paremmin vaatia oikeuksiaan. Myös korona-ajan eristyneisyydestä normaaliin kanssakäymiseen palaaminen on uudella tavalla lisännyt näiden asioiden tiedostamista.
- Erilaisille sisäilmaongelmille altistuneet voivat herkistyä ja kärsiä myös muista hajuista kuin ne, jotka ovat ongelmien alkusyynä.
- Kemikaalit ja myös homeyrkyt vaikuttavat ihmisen hormonitoimintaan, millä voi olla täysin ennakoimattomia seurauksia terveyteen. Se voi myös muokata ihmisen käyttäytymistä ja reagoitua hajuihin.
- Terveydellisiin syihin vetoaminen ei ole ainoa syy huomauttaa hajusteiden runsaasta käytöstä. Esimerkiksi gourmet-elämyksen hyvässä ravintolassa tai kalliin viininmaistelun voi täysin pilata naapuripöydässä istuva hajusteiden liikakäyttäjä.
- Hajusteaineiden ”kimara” ihmisessä koostuu paljon muustakin kuin varsinaisista hajusteista, partavesistä yms. Myydyimmät (etenkin halvimmat) pyykinpesuaineet voivat sisältää hyvin vahvoja hajusteita, samoin saippuat, ihovoiteet, hiustenhoitoaineet jne.
- Toleranssi hajujen suhteen tyypillisesti kasvaa: runsas hajusteiden käyttö johtaa siihen, ettei itse huomata niiden yliannostelua. Tästä seuraa kierre: kun hajustekuorma lisääntyy, täytyy itsekin lisätä annostusta.

Tästä haluamme puhua – Det här vill vi tala om

- Runsaasta hajusteiden käytöstä on tullut muoti-ilmiö myös poikien keskuudessa. Tähän liittyy myös merkittävä taloudellinen intressi; kyseessä on suuri ja kasvava markkina, joten panostukset markkinointiin ovat erittäin suuria.
- Kouluissa asiaan on kiinnitetty huomiota ja siitä on keskusteltu, mikä on ainakin jossain määrin hillinnyt hajusteiden käyttöä koulupäivän aikana – onko tällä kuitenkaan vaikutusta ”perjantai-iltoihin” eli käyttöön vapaa-aikana?
- Toisen tuoksusta tai hajusta puhuminen on lähes tabu. Ainakin sen puheeksi ottamiseen on korkea kynnyks: eihän kukaan halua ”haista pahalle”. Vaikkapa hielä haiseminen on etenkin nuorille lähes pahinta, mitä osaa kuvitella. Kyse on kuitenkin pohjimmiltaan toisten huomiointista, eikä hajun peittäminen toisella hajulla ole paras vaihtoehto.
- Asiasta valistamisen täytyisi toimiakseen tulla vertaisilta, esimerkiksi nuorille nuorilta. Ylhäältä päin tai oman elämänpiirin ulkopuolisilta tulevaan valistukseen suhtaudutaan usein väheksyvästi.
- Tietoisuutta hajusteiden haitoista on syytä edelleen lisätä vaikkapa julkisten tilojen siivouspalveluissa; toki läsnäolijat olivat jo olleet havaitsevinaan myönteistä kehitystä tuolla alalla. Asian luulisi olevan myös hyvä markkinointivaltti valveutuneille siivousfirmoille.
- Kuinka paljon hajuongelmaa olisi mahdollista ehkäistä teknisillä ratkaisuin, esimerkiksi ilmanvaihdolla? Kuinka tätä asiaa huomioidaan tilojen suunnittelussa? Esimerkiksi Helsinki-Vantaan lentoaseman terminaalissa on järjestetty *kiertotie* niille, jotka eivät halua kulkea tavaratalon parfyymiosaston läpi.
- Muisteltiin aikaa, jolloin tupakointi oli sallittua ja normaalia julkisissa tiloissa. Mitä voitaisiin oppia siitä varsin nopeasti tapahtuneesta muutoksesta, että nykyään tuollainen tuntuisi täysin mahdottomalta? Miten liiallisesta hajusteiden käytöstä saataisiin samalla lailla ”uncoolia” kuin tupakointi on nykyään?
- Lainsäädäntöä voi muuttaa ja muutetaankin, mutta se tapahtuu kovassa lobbauspainneessa. Myös terveysjärjestöjen on syytä osallistua lobbaukseen, hajustemarkkinoista hyötyvien vastapainona.
- Ranska on ehkä edelläkävijämaa tässä asiassa: vaatimus allergiaa aiheuttavien ainesosien mainitsemisesta pakkauksessa tuntuu johtaneen vähemmän haitallisia aineita sisältävien tuotteiden lisääntymiseen.
- Erään osallistujan elinikäinen kokemus tästä aiheesta: tietoisuus asiasta ja hyvät vaihtoehdot altistumiselle ovat lisääntyneet, mutta *erittäin hitaasti*.
- Hajusteyliherkkyydestä kärsiville on tarjolla vertaistukea. Kenenkään ei pitäisi tuntea olevansa yksin tämän ongelman kanssa; tietoa keinoista oireiden lievittämisestä ja altistuksen välttämiseksi on olemassa.

Lisää tietoa aiheesta:

<https://www.allergia.fi/allergia/kemikaalit-ja-ymparisto/tuoksuyliherkkyys/>

Neuvoja ja vertaistukea voit saada myös paikalliselta yhdistykseltä:

<https://porvoonallergia.yhdistysavain.fi/>