

Allasmestari



Tässä ammatissa
ihottumat ovat
tavallisia.
Suojautuminen
on tärkeää.



Hyvä astman
hoito ja oikean-
laiset työtavat
ovat tärkeitä
tässä ammatissa.

Sinisillä aalloilla kesät talvet

Allasmestari voi toimia esimerkiksi uimaopettajana, hengenpelastajana, jumppaohjaajana, vastaanottovirkailijana, siivoojana ja hierojana. Joka tapauksessa hän on paljon tekemisissä ihmisten kanssa ja työskentelee uima-altaiden ja veden lähellä.

Kaikkien iho ei kestä runsasta veden koskettamista, jolloin allasmestarille voi kehittyä ihottumaa.

Mitä riskejä työhön liittyy?

Allasmestari tekee märkätöitä koko vartalollaan. Vesi pehmentää ihoa ja tekee siitä hauraan. Allasvedessä on klooria, joka voi ärsyttää ihoa ja pahentaa astmaoireita. Herkkä ihminen voi saada vartalonsa ihottumaa.

Allasmestarin työhön voi kuulua monenlaisia tehtäviä, esimerkiksi asiakkaiden hierontaa ja tilojen siivoamista. Sekä puhdistusaineet että hierontaöljyt voivat herkistää ja ärsyttää ihoa sekä pahentaa astmaoireita. Lisätietoa aiheesta on siivoojan ja hierojan ammattikuvauksissa.

Oireiden ehkäisy

Jotta vesi ei kuivattaisi ihoa niin paljon, sitä tulisi rasvata ihovoiteella aina työpäivän lopussa tai vieläkin useammin.

Jos sinulla on atooppista ihottumaa (taiveihottumaa tai maitorupea) tai sitä oli lapsena, saatat muita todennäköisemmin saada ihottumaa allasmestarin työssä. Jos sinulla on tai on ollut käsi-ihottumaa, voi allasmestarin työ saada ihottumasi uusiutumaan tai pahenemaan.

Jos sairastat astmaa, erityisesti vaikeampaa astmaa, oireesi saattavat pahentua. Astma ei kuitenkaan ole este allasmestarin työlle. Nämä seikat kannattaa pitää mielessä, jos harkitset uraa altaan reunalla.

Haluatko tietää lisää?

Jos sinulla on kysyttävää ja haluat kuulla lisää allasmestarin työhön liittyvistä allergia- ja ihottumariskeistä, ota yhteyttä koulusi terveydenhoitajaan tai opinto-ohjaajaan.

Auto- ja ruiskumaalari



Keuhkot kovilla

Oletko joskus miettinyt, kuka maalaa niitä tulenlieskoja autojen kylkiin? Se on automaalari, jonka työtehtävät automaalaamossa ovat tosin yleensä arksamia: maalipinnan vaurioiden korjailua ja auton värin vaihtamista.

Valitettavasti työssä on riskinsä. Ilmassa voi olla kemiallisia aineita, jotka aiheuttavat astmaa, ja työtehtävien vuoksi saattaa ilmetä myös käsi-ihottumaa.

Mitä riskejä työhön liittyy?

Automaalit ja tietyt vaurioiden korjaamiseen käytettävät aineet sisältävät isosyanaatteja eli kemiallisia aineita, jotka vapautuvat ilmaan maalaamisen ja hiomisen aikana.

Isosyanaatit voivat aiheuttaa muun muassa tukkoisuutta, silmien ärsytystä ja hengitysvaikeuksia. Vaivat voivat jatkua myös kotona työpäivän jälkeen. Työssään isosyanaateille altistuvalla saattaa kehittyä astma ja ihottuma.

Ennen maalaamista tehdään esivalmisteluja, kuten pinnan märkähiontaa, joka voi ärsyttää ihoa. Korjausmaalauksessa käytetyt kitit voivat aiheuttaa allergiaa ja ärsyttää ihoa. Jos ei ole varovainen, voi kehittyä kosketusihottuma. Silloin iho kuivuu, punoitaa ja hilseilee, ja siihen muodostuu halkeamia ja rakkuloita, jotka kutiavat.

Oireiden ehkäisy

Suojavarusteiden käyttö on erittäin tärkeää automaalien ja muiden isosyanaatteja sisältävien aineiden käsittelijöille.

Työssä tulee käyttää moottoroitua hengityksensuojainta ja suojakäsineitä, jotka eivät päästä isosyanaatteja läpi. Jos työssä kehittyy isosyanaattien aiheuttama astma, on erittäin todennäköistä, että työntekijä ei voi enää jatkaa automaalarina. Myös ihosta tulee huolehtia rasvaamalla käsiä hajusteettomalla voiteella ennen työpäivän alkua ja tauoilla.

Jos sinulla on tai on aiemmin ollut atooppista ihottumaa (taiveihottumaa tai maitorupea), voivat oireesi uusia tai pahentua automaalarin työssä. Lisäksi sinulle voi ilmaantua käsi-ihottuma tavallista useammin.

Jos sinulla on tai on ollut käsi-ihottumaa, on erittäin todennäköistä, että automaalarin työ saa ihottumasi uusiutumaan tai pahenemaan.

Astma ei ole ehdoton este automaalarin uralle. Jos sairastat astmaa, harkitse kuitenkin tarkasti ennen automaalariksi ryhtymistä. Keskustele tarvittaessa ammatinvalinnasta astmaasi hoitavan lääkärin kanssa.

Haluatko tietää lisää?

Jos sinulla on kysyttävää ja haluat kuulla lisää automaalarin työhön liittyvistä allergia- ja ihottumariskeistä, ota yhteyttä koulusi terveydenhoitajaan tai opinto-ohjaajaan.

Automekaanikko



Kaikki öljyt eivät ole hyväksi

Automekaanikko on monen unelma-ammatti. On toki helppo ymmärtää, että voi olla epämukavaa seistä vaihtamassa moottoria tai korjaamassa pakokaasujärjestelmää. Sen lisäksi kuitenkin lika, öljy ja voimakkaat puhdistusaineet aiheuttavat monille automekanikoille myös käsi-ihottumaa tai astmaoireiden pahenemista.

Mitä riskejä työhön liittyy?

Automekaanikko käsittelee joka päivä likaa, öljyä ja liuottimia, jotka vahingoittavat ihoa. Työkalut ja monet terävät reunat taas hankaavat ihoa. Lisäksi käsien puhdistamiseen käytetään vahvoja puhdistusaineita, jotka ovat ihoa ärsyttäviä.

Kosketusihottuma voi kehittyä helposti, jos ei ole varovainen. Silloin iho kuivuu, punoittaa ja hilseilee, ja siihen muodostuu halkeamia ja rakkuloita, jotka kutiavat.

Pakokaasut, liuottimet ja muut voimakkaat kemikaalit voivat pahentaa astmaoireita, kuten yskää ja hengenahdistusta.

Oireiden ehkäisy

Ihottuman todennäköisyys on suuri automekaanikon työssä, mutta siltä voi myös suojautua muutamalla tavalla. Käsiä tulisi rasvata hajusteettomalla voiteella ennen työpäivän alkua ja tauoilla. Suojakäsineitä tulisi käyttää niin usein kuin mahdollista.

Jotkin automekaanikon työtehtävät ovat haitallisempia kuin toiset. Ihottumariski on suurimmillaan silloin, kun tehdään likaista ja öljyistä työtä, jossa ei voi käyttää suojakäsineitä.

Astman pahenemista voi ehkäistä pitämällä huolen siitä, että ilmanvaihto ja kohdepoistot toimivat hyvin työpaikalla. Pölyisimmissä ja käryisimmissä töissä tulisi käyttää työhön sopivaa hengityksensuojainta.

Jos sinulla on atooppista ihottumaa (taiveihottuma tai maitorupi) tai oli sitä lapsena, harkitse tarkkaan ennen automekaanikoksi ryhtymistä.

Jos sinulla on tai on ollut käsi-ihottumaa, on erittäin todennäköistä, että automekaanikon työ saa ihottumasi uusiutumaan tai pahenemaan.

Astma ei ole este automekaanikon uralle. Jos kuitenkin sairastat vaikeampaa astmaa, harkitse tarkoin ennen automekaanikoksi ryhtymistä. Keskustele ammatinvalinnasta astmaasi hoitavan lääkärin kanssa.

Haluatko tietää lisää?

Jos sinulla on kysyttävää ja haluat kuulla lisää automekaanikon työhön liittyvistä allergia-, astma- ja ihottumariskeistä, ota yhteyttä koulusi terveydenhoitajaan tai opinto-ohjaajaan.

Baarimestari



Tässä ammatissa
ihottumat ovat
tavallisia.
Suojaautuminen
on tärkeää.

Kavalat cocktailit

Baarimestari sekoittaa drinkkejä ja tarjoilee juomia asiakkaille ravintolassa, baarissa tai pubissa. Työympäristö on usein vilkas ja stressaava, ja yhden työvuoron aikana baarimestari tapaa suuren määrän ihmisiä.

Baarimestari joutuu tunnetusti välillä toimimaan amatööripsykologina, mutta harvemmin puhutaan sitruunansiivujen aiheuttamista ongelmista.

Mitä riskejä työhön liittyy?

Baarimestari käsittelee erilaisia juomia, hedelmiä ja vettä tarjoillessaan asiakkaille ja pitäessään baaria siistinä. Märkätyö rasittaa ihoa ja voi aiheuttaa käsiin ihottumaa. Silloin iho kuivuu, punoittaa ja hilseilee, ja siihen muodostuu halkeamia ja rakkuloita, jotka kutiavat.

Myös erilaisten hedelmien kuoret ja mehut ärsyttävät ihoa ja voivat aiheuttaa kosketusihottumaa.

Oireiden ehkäisy

Muovikäsineet eivät toimi kovin hyvin baarityössä, mutta niiden sijaan käden ulottuvilla kannattaa pitää hajusteetonta käsivoidetta. Käsien rasvaaminen tauoilla sekä työvuoron alussa ja lopussa on hyvä tapa vahvistaa ihoa ja ehkäistä ihottumaa.

Jos sinulla on atooppista ihottumaa (taiveihottumaa tai maitorupea) tai oli sitä lapsena, harkitse tarkoin ennen baarimestariksi ryhtymistä. Työtehtävät voivat saada ihottumasi uusiutumaan tai pahenemaan.

Jos sinulla on tai on ollut käsi-ihottumaa, on varsin todennäköistä, että baarimestarin työ saa ihottumasi uusiutumaan tai pahenemaan.

Haluatko tietää lisää?

Jos sinulla on kysyttävää ja haluat kuulla lisää baarimestarin työhön liittyvistä allergia- ja ihottumariskeistä, ota yhteyttä koulusi terveydenhoitajaan tai opinto-ohjaajaan.

Bioanalyytikko (ent. laboratoriohoitaja)



Tässä ammatissa
ihottumat ovat
tavallisia.
Suojautuminen
on tärkeää.



Hyvä astman
hoito ja oikean-
laiset työtavat
ovat tärkeitä
tässä ammatissa.

Koeputkia ja valkeita takkeja

Jos koeputket, mikroskoopit ja laboratoriot kiehtovat, bioanalyytikon työ on unelmiesi täyttymys.

Bioanalyytikko analysoi näytteitä ja aineita sairaalassa, tutkimusosalalla tai lääketeollisuudessa. Jatkuva märkätyö ja tiukkojen käsineiden käyttö voivat kuitenkin aiheuttaa ihottumaa ja koe-eläinten käsittely astmaa.

Mitä riskejä työhön liittyy?

Bioanalyytikon työpäivä kuluu suureksi osaksi laboratoriossa. Tietyn tyyppisiin töihin voi kuulua paljon märkätyötä, jossa astioiden peseminen, desinfiointi ja muut tehtävät kuivattavat ihoa. Se aiheuttaa joillekin ihottumaa. Silloin iho kuivuu, punoittaa ja hilseilee, ja siihen muodostuu halkeamia ja rakkuloita, jotka kutiavat.

Työssä käytetään usein tiukkoja muovi- tai kumikäsineitä, jotka voivat aiheuttaa ihottumaa, jos niitä on pidettävä suuri osa päivästä.

Tutkimuslaboratorioissa joihinkin töihin voi kuulua työskentelyä koe-eläinten parissa. Jos sinulla on astma, tämä ammatti voi pahentaa sitä. Jos sinulla on taipumusta allergiaan, saatat hyvinkin tulla allergiseksi koe-eläimille.

Oireiden ehkäisy

Ihosta on hyvä huolehtia rasvaamalla käsiä pehmentävällä voiteella ennen työpäivän alkua ja tauoilla.

Bioanalyytikon ammatissa on useita suuntautumisvaihtoehtoja, joista osa on muita turvallisempia.

Esimerkiksi fysiologian laboratoriossa märkätyön osuus on vähäisempää, kun mittauksissa käytetään teknisiä laitteita.

Jos sinulla on atooppista ihottumaa (taiveihottumaa tai maitorupea) tai oli sitä lapsena, mieti tarkkaan bioanalyytikon uran valintaa. Jos päätät valita tämän ammatin, hoida käsiäsi huolella ja käytä suojakäsineitä kemikaaleja käsitellessäsi.

Jos sinulla on tai on ollut käsi-ihottumaa, on melko todennäköistä, että bioanalyytikon työ saa ihottumasi uusiutumaan tai pahenemaan.

Jos sinulla on astma ja allergioita ja haluat bioanalytikoksi, mieti tarkkaan sinulle sopivaa suuntautumisvaihtoehtoa ja vältä koe-eläinten parissa työskentelyä.

Haluatko tietää lisää?

Jos sinulla on kysyttävää ja haluat kuulla lisää bioanalyytikon työhön liittyvistä allergia- ja ihottumariskeistä, ota yhteyttä koulusi terveydenhoitajaan tai opinto-ohjaajaan.

Elintarvikkeiden valmistaja, meijeristi



Maukasta suomalaista ruokaa

Elintarvikkeiden valmistajien ammattiosaamiseen kuuluu tuotekehitystä, tuotteiden valmistusta ja myyntityötä. Elintarvikkeiden valmistaja työskentelee esimerkiksi kaupassa tai teollisuudessa elintarviketuotteiden valmistuksessa, myynnissä tai markkinoinnissa.

Mitä riskejä työhön liittyy?

Elintarvikkeiden valmistaja vaihtaa työtehtävistä toiseen ja käsittelee monia erilaisia elintarvikkeita päivän aikana. Siksi hän pesee käsiään usein, mikä voi kuivattaa ihoa ja tehdä siitä herkän ärsyttävillä aineilla.

Jauhot, liha, kala, maitotuotteet ja monet muut elintarvikkeet sisältävät aineita, joille voi tulla allergiseksi. Huonossa tapauksessa se voi johtaa kutiavaan käsi-ihottumaan tai astmaan. Käytössä on usein myös voimakkaita desinfioivia pesuaineita, jotka voivat pahentaa ihottumaa tai astmaa.

Työnteon edellytyksenä on käsien terve iho, koska ihottuman bakteerit voivat aiheuttaa vaaraa asiakkaille.

Astmaoireet voivat pahentua pölyjen, käryjen, höyryjen, fyysisen rasituksen sekä kuumun ja kylmän ilman vuoksi.

Oireiden ehkäisy

Elintarvikkeiden valmistajan on vaikeaa vältellä käsien pesemistä ja elintarvikkeita. Ne kuuluvat työhön. Suojakäsineitä tulee käyttää mahdollisimman paljon, mutta iho voi ärsyntyä myös käsineiden

hautovasta vaikutuksesta. Käsien rasvaaminen tauoilla sekä työpäivän alussa ja lopussa on hyvä ja yksinkertainen tapa suojata ihoa kuivumiselta ja ihottumalta.

Jos sinulla on atooppista ihottumaa (taiveihottuma) tai oli sitä lapsena, harkitse tarkkaan ennen elintarvikkeiden valmistajaksi ryhtymistä. Ei ole lainkaan harvinaista, että elintarvikkeiden valmistaja joutuu vaihtamaan ammattia ihottuman vuoksi.

Jos sinulla on tai on ollut käsi-ihottumaa, on erittäin todennäköistä, että elintarvikkeiden valmistajan työ saa ihottumasi uusiutumaan tai pahenemaan.

Astma ei ole este elintarvikkeiden valmistajan uralle. Jos kuitenkin sairastat vaikeampaa astmaa, harkitse tarkoin ennen alalle ryhtymistä. Keskustele ammatinvalinnasta astmaasi hoitavan lääkärin kanssa.

Suuntaamalla myynti- ja tuotekehitystöihin voit vähentää astman ja ihottuman pahenemisen riskiä.

Haluatko tietää lisää?

Jos sinulla on kysyttävää ja haluat kuulla lisää elintarvikkeiden valmistukseen liittyvistä allergia-, astma- ja ihottumariskeistä, ota yhteyttä koulusi terveydenhoitajaan tai opinto-ohjaajaan.

Eläinlääkäri



Myötätuntoa eläimiä kohtaan

Eläinlääkäri käy läpi pitkän koulutuksen voidakseen auttaa eläimiä – kaikkea mahdollista hevosista hamstereihin sen mukaan, missä hän työskentelee. Vaihtoehtoja ovat esimerkiksi maatiloilla käyminen, eläinsairaalassa työskentely, tutkijana toimiminen, elintarviketurvallisuuden valvonta ja eläinten hoidon opettaminen.

Jotkut eläinlääkärit tulevat allergisiksi ollessaan paljon eläinten lähellä.

Mitä riskejä työhön liittyy?

Koska useimmat eläinlääkärit työskentelevät eläinten parissa suurimman osan päivästä, on mahdollista, että heille kehittyy allergia eläimiä kohtaan. Silloin eläinten lähellä oleminen voi aiheuttaa hengitysvaikeuksia, silmien kutinaa ja nenän vuotamista. Eläinten koskettaminen voi aiheuttaa ihottumaa, kosketusnokkosihottumaa tai pitkäkestoisempaa kosketusihottumaa.

Opiskeluaikana ja valmistumisen jälkeen eläinlääkärinä tehdään muun muassa toimenpiteitä ja laboratoriotyötä. Kaikkeen tähän sisältyy paljon käsien pesemistä ja märkätyötä, jolloin iho haurastuu ja käsi-ihottuman riski kasvaa.

Oireiden ehkäisy

Allergian ehkäisy on eläinlääkärin työssä vaikeaa, koska eläimet ovat olennainen osa työtä. Kannattaa panostaa työskentelytilojen ilmanvaihtoon.

Ihoa voi suojata ja ihottumaa ehkäistä käyttämällä suojakäsineitä ja rasvaamalla käsiä hajusteettomalla voiteella useita kertoja päivässä.

Jos sinulla on tai on ollut atooppista ihottumaa (taiveihottuma tai maitorupi), ota huomioon että saatat muita helpommin tulla allergiseksi eläimille eläinlääkärin työssä.

Jos sinulla on tai on ollut käsi-ihottumaa, on erittäin todennäköistä, että eläinlääkärin työ saa ihottumasi uusiutumaan tai pahenemaan.

Jos sinulla on astma ja olet allerginen eläimille, eläinlääkärinä työskentely on sinulle vaikeaa, koska joudut tekemisiin oireitasi pahentavien asioiden kanssa. Keskustele ammatinvalinnasta astmaasi hoitavan lääkärin kanssa.

Jos sinulla on allergisen nuhan oireita tai silmäoireita eläimistä, harkitse siinäkin tapauksessa tarkoin ennen eläinlääkäriksi ryhtymistä.

Haluatko tietää lisää?

Jos sinulla on kysyttävää ja haluat kuulla lisää eläinlääkärin työhön liittyvistä astma- ja ihottumariskeistä, ota yhteyttä koulusi terveydenhoitajaan tai opinto-ohjaajaan.

Eläintenhoitaja



Jos sairastat
astmaa, harkitse
tarkoin ennen
tähän ammattiin
hakeutumista.



Jos käsissäsi on
ollut ihottumaa,
ammattia
kannattaa välttää.

Eläimiä laidasta laitaan

Eläintenhoitajia on kaikkialla, missä eläimiäkin on: eläinpuistoissa, tutkimuslaboratorioissa, kenneleissä, eläinkaupoissa ja maatiloilla. He hoitavat lehmiä, sikoja, hevosia, hiiriä tai vaikka seeprakaloja pitämällä ne puhtaana, antamalla niille ruokaa ja tarkistamalla, että ne ovat terveitä.

Mitä riskejä työhön liittyy?

Eläintenhoitaja saattaa tulla allergiseksi eläimille, joita hän hoitaa kaiken päivän. Nenä vuotaa, silmät kutiavat, hengitys vaikeutuu ja iho voi alkaa kutista.

Eläinrehut voivat myös aiheuttaa allergiaa. Myös työn likaisuus ja käsien toistuva kastuminen voivat aiheuttaa ihottumaa.

Oireiden ehkäisy

Eläinallergian kehittymistä on vaikeaa välttää, sillä eläimet ovat osa työtä. Kannattaa panostaa työskentelytilojen ilmanvaihtoon ja siisteyteen.

Pienet jyrsijät aiheuttavat allergiaa erityisen helposti. Koe-eläintyössä kannattaa suojata iho hyvin sekä käyttää sopivaa hengityksensuojainta.

Harkitse eläintenhoitajan työtä kahdesti, jos sinulla oli lapsena atooppista ihottumaa (taiveihottumaa tai maitorupea), koska sinulle voi kehittyä normaalia helpommin allergia eläintenhoitajan työssä.

Jos sinulla on tai on ollut käsi-ihottumaa, on erittäin todennäköistä, että eläintenhoitajan työ saa ihottumasi uusiutumaan tai pahenemaan.

Jos sinulla on eläinallergia, eläintenhoitajana työskentely on sinulle vaikeaa, koska joudut silloin tekemisiin oireitasi pahentavien asioiden kanssa. Jos sinulla on eläinallergian lisäksi astma, astmaoireesi voivat vaikeutua työssä. Harkitse tarkasti ennen eläintenhoitajaksi ryhtymistä ja keskustele tarvittaessa ammatinvalinnasta hoitavan lääkärisi kanssa.

Haluatko tietää lisää?

Jos sinulla on kysyttävää ja haluat kuulla lisää eläintenhoitajan työhön liittyvistä astma- ja ihottumariskeistä, ota yhteyttä koulusi terveydenhoitajaan tai opinto-ohjaajaan.

Floristi



Sano se kukkasin

Houkutteleeko tulevaisuus kukkameren keskellä?

Floristi työskentelee useimmiten kukkakaupassa, jossa hän myy kukkia ja kasveja. Hänellä on silmää väreille ja muodoille, joten hän osaa tehdä hienoja kukkakimppuja ja muita asetelmia.

Huonolla tuurilla työ ei ole pelkkää ruusuilla tanssimista. Floristin kädet kastuvat usein, mikä voi johtaa käsi-ihottumaan. Kukat ovat kauniita, mutta ne voivat myös tuoksua voimakkaasti ja aiheuttaa allergiaa.

Mitä riskejä työhön liittyy?

Floristin kädet kastuvat usein, esimerkiksi hänen vaihtaessaan vettä maljakoihin, leikatessaan kukkia ja sitoessaan kimppuja. Käsien toistuva kastuminen ärsyttää ihoa, joten käsi-ihottumaa tulee helposti. Silloin iho kuivuu, punoittaa ja hilseilee, ja siihen muodostuu halkeamia ja rakkuloita, jotka kutiavat.

Erilaiset kukat (muun muassa tulppaani, harsokukka, päivänkakkara, kehäkukka, ruiskaunokki ja krysanteemi) voivat aiheuttaa allergista kosketusihottumaa, nuhaa ja astmaa.

Lisäksi joillain kasveilla on voimakas tuoksu, joka voi aiheuttaa astmaoireiden pahenemista.

Oireiden ehkäisy

Floristin työssä on useita riskejä, mutta niiltä voi suojautua muutamalla tavalla, esimerkiksi käyttämällä muovikäsineitä vettä maljakoihin vaihtaessa. Myös käsien rasvaaminen käsivoiteella työpäivän jälkeen suojaa ihoa.

Astman pahenemista voi ehkäistä pitämällä huolen siitä, että ilmanvaihto ja kohdepoistot toimivat hyvin työpaikalla.

Jos sinulla on atooppista ihottumaa (taiveihottumaa tai maitorupea) tai oli sitä lapsena, harkitse tarkkaan ennen floristiksi ryhtymistä.

Jos sinulla on tai on ollut käsi-ihottumaa, on erittäin todennäköistä, että floristin työ saa ihottumasi uusiutumaan tai pahenemaan. Otathan huomioon, että jos sinulla on tai sinulle tulee käsi-ihottumaa, et ehkä pysty jatkamaan floristina työskentelyä vaan saatat joutua vaihtamaan uuteen ammattiin.

Astma ei ole este floristin uralle. Jos kuitenkin sairastat vaikeampaa astmaa, harkitse tarkoin ennen floristiksi ryhtymistä. Keskustele ammatinvalinnasta astmaasi hoitavan lääkärin kanssa.

Haluatko tietää lisää?

Jos sinulla on kysyttävää ja haluat kuulla lisää floristin työhön liittyvistä allergia- ja ihottumariskeistä, ota yhteyttä koulusi terveydenhoitajaan tai opinto-ohjaajaan.

Hammashoitaja



Kalusto kuntoon

Hammashoitaja varmistaa, että suut saadaan puhtaiksi ja siisteiksi. Hän antaa neuvoja hampaiden hoitoon, ottaa näytteitä, kiillottaa hampaita ja avustaa hammaslääkärää.

Hammashoitajan on tärkeää huolehtia käsien puhtaudesta potilaiden lähellä, mutta käsineiden käyttö ja jatkuva käsien peseminen voivat joskus aiheuttaa ihottumaa.

Mitä riskejä työhön liittyy?

Hammashoitaja käyttää käsineitä suuren osan työpäivästä, mikä pitkän päälle hautoo käsien ihoa. Myös jatkuva käsien peseminen päivittäin rasittaa ihoa, ja jotkut hammashoitajat saavatkin käsi-ihottumaa. Silloin iho kuivuu, punoittaa ja hilseilee, ja siihen muodostuu halkeamia ja rakkuloita, jotka kutiavat.

Joskus myös astmaoireet saattavat hankaloitua työssä.

Oireiden ehkäisy

Ihoa on hyvä suojata rasvaamalla käsiä usein hajusteettomalla perusvoiteella tai käsivoiteella. Kädet on hyvä pestä miedolla saippualla.

Jos sinulla on atooppista ihottumaa (taiveihottumaa tai maitorupea) tai oli sitä lapsena, selvitä riskejä tarkemmin ennen hammashoitajaksi ryhtymistä.

Jos sinulla on tai on ollut käsi-ihottumaa, on erittäin todennäköistä, että hammashoitajan työ saa

ihottumasi uusiutumaan tai pahenemaan.

Astma ei ole este hammashoitajan uralle. Jos kuitenkin sairastat vaikeampaa astmaa, harkitse tarkoin ennen alalle ryhtymistä. Keskustele ammatinvalinnasta astmaasi hoitavan lääkärin kanssa.

Haluatko tietää lisää?

Jos sinulla on kysyttävää ja haluat kuulla lisää hammashoitajan työhön liittyvistä allergia-, astma- ja ihottumariskeistä, ota yhteyttä koulusi terveydenhoitajaan tai opinto-ohjaajaan.

Hammaslääkäri



Hyvä astman hoito ja oikeanlaiset työtavat ovat tärkeitä tässä ammatissa.



Jos käsissäsi on ollut ihottumaa, ammattia kannattaa välttää.

On pahempiakin riskejä kuin karkit...

Hammaslääkäriin meno ei aina houkuttele. Pelkkä ajatuskin reiän paikkaamisesta tai hampaan poistamisesta saa monen arkailemaan.

Harvoin tulee kuitenkaan ajateltua, että käynti rasittaa potilaan lisäksi myös hammaslääkäriä.

Mitä riskejä työhön liittyy?

Hammaslääkäri käsittelee työssään monenlaisia herkistäviä aineita. Sellaisia ovat ennen kaikkea akrylaattipohjaiset muovit, joita käytetään reikien paikkaamiseen ja proteesien valmistamiseen. Tilannetta ei myöskään paranna se, että hammaslääkäri on paljon kosketuksissa veden ja saippuan kanssa.

Työ voi aiheuttaa ärsytysihottumaa ja allergista kosketusihottumaa. Silloin iho kuivuu, punoittaa ja hilseilee, ja siihen muodostuu halkeamia ja rakkuloita, jotka kutiavat.

Joistakin instrumenteista ja työvälineistä vapautuu nikkeliä, joka voi aiheuttaa ihottumaa. Proteesien valmistuksessa ja paikka-aineena käytetyt muovit voivat myös aiheuttaa joskus astmaa. Työn erilaiset hajut ja huurut saattavat toisinaan pahentaa astmaa.

Oireiden ehkäisy

Ihottumaa ei tietenkään tule kaikille hammaslääkäreille, ja riskiä voi itsekkin pienentää. Tärkein ja kenties yksinkertaisin tapa on suojakäsineiden käyttö ja käsien ihon hoito hajusteettomalla voiteella useita kertoja päivässä.

Tartuntariskin vuoksi hammaslääkärit käyttävät usein kumisia suojakäsineitä. Ikävä kyllä kumi voi

herkistää ihoa ja siten aiheuttaa ihottumaa.

Akrylaattiallergia on nykyisin melko harvinaista hammaslääkäreillä, koska työtekniikka ei vaadi kosketusta akrylaattipitoiseen paikka-aineeseen. Hammaslääkärit myös vaihtavat akrylaattiin tahriutuneet suojakäsineet nopeasti puhtaisiin, jotta kemikaalit eivät ehdi päästä iholle saakka.

Jos sinulla on atooppista ihottumaa (taiveihottumaa tai maitorupea) tai oli sitä lapsena, selvitä riskejä tarkemmin ennen hammaslääkäriksi ryhtymistä, koska käsi-ihottuma kehittyy silloin tavallista useammin.

Jos sinulla on tai on ollut käsi-ihottumaa, on erittäin todennäköistä, että hammaslääkärin työ saa ihottumasi uusiutumaan tai pahenemaan.

Hyvä yleisilmanvaihto, kohdepoistot ja oikeiden työtapojen noudattaminen vähentävät hengitystieoireiden pahenemisen riskiä. Jos sairastat astmaa, oireesi saattavat kuitenkin pahentua hammaslääkärin työssä. Keskustele astmaasi hoitavan lääkärin kanssa ammatinvalinnasta.

Haluatko tietää lisää?

Jos sinulla on kysyttävää ja haluat kuulla lisää hammaslääkärin työhön liittyvästä allergiasta, ihottumasta ja astmasta, ota yhteyttä koulusi terveydenhoitajaan tai opinto-ohjaajaan.

Hammasteknikko



Rautoja rahvaalle

Hammasteknikko valmistaa hammasproteeseja, tekohampaita ja hammasrautoja hammaslääkärin potilaille. Kyseessä on käsityöammatti, jossa on hyötyä näppäryydestä ja huolellisuudesta.

Työssä käytetään erilaisia materiaaleja, kuten kultaa, posliinia, titaania ja muovia. Vaikka kullanhohtoinen työ saattaakin kuulostaa houkuttelevalta, kemikaalit ja ilmassa leijuva pöly aiheuttavat joillekin ihottumaa tai astmaa.

Mitä riskejä työhön liittyy?

Hammasteknikko käsittelee akrylaattipohjaisia muoveja eli kemikaaleja, jotka voivat aiheuttaa kosketusallergiaa. Silloin aineen joutuminen iholle saa aikaan ihottuman.

Hammasteknikon työhön kuuluu muun muassa tekohampaiden ja hammasrautojen hiomista ja juottamista. Akrylaatit, hiomapöly ja materiaalin kuumentamisesta johtuva savu voivat aiheuttaa yskää, nuhaa ja toisinaan myös astmaa tai astman pahenemista.

Oireiden ehkäisy

Herkistävien ja ihoa ärsyttävien aineiden joutumista iholle on hyvä välttää käyttämällä käsi- ja kasvosuojaimia niin usein kuin mahdollista. Ihoa voi myös suojata rasvaamalla käsiä hajusteettomalla voiteella tauoilla ja työpäivän jälkeen.

Savun ja pölyn välttämiseksi on tärkeää, että työskentelytiloissa on hyvät kohdepoistot ja ilmanvaihto. Likaisimmissa työvaiheissa kannattaa käyttää sopivaa hengityksensuojainta.

Jos sinulla on atooppista ihottumaa (taiveihottumaa tai maitorupea) tai oli sitä lapsena, harkitse tarkkaan ennen hammasteknikoksi ryhtymistä.

Jos sinulla on tai on ollut käsi-ihottumaa, on varsin todennäköistä, että hammasteknikon työ saa ihottumasi uusiutumaan tai pahenemaan.

Astma ei ole este hammasteknikon uralle. Jos kuitenkin sairastat vaikeampaa astmaa, harkitse tarkoin ennen alalle ryhtymistä. Keskustele ammatinvalinnasta astmaasi hoitavan lääkärin kanssa.

Haluatko tietää lisää?

Jos sinulla on kysyttävää ja haluat kuulla lisää hammasteknikon työhön liittyvästä astmasta, allergiasta ja ihottumasta, ota yhteyttä koulusi terveydenhoitajaan tai opinto-ohjaajaan.

Hevostenhoitaja



Musta ori voi saada nenän vuotamaan

Hevostenhoitaja hoitaa lempieläimiään esimerkiksi ratsastustallilla, ravitallilla tai hevossiittolassa, jossa kasvatetaan hevosia.

Työ on käytännönläheistä ja usein fyysisesti vaativaa, sillä hevosten hoitoon kuuluu ruokkimista ja juottamista, harjausta, pilttuiden siivousta, varusteiden huoltoa ja paljon muuta.

Jotkut hevostenhoitajat tulevat allergisiksi hevosille tai esimerkiksi heinille tai muille rehuille.

Mitä riskejä työhön liittyy?

Hevostenhoitaja saattaa tulla allergiseksi hevosille tai muille tallin eläimille, kuten kissoille ja hiirille. Myös rehuille voi tulla allergiseksi.

Tallissa on myös runsaasti heinää, ja heinille allerginen voi saada oireita. Silloin voi tulla nuhaa, silmien kutinaa ja hengitysvaikeuksia sekä kehittyä astma. Ilmassa oleva runsas pöly voi pahentaa hengitystieoireita.

Työn likaisuus, käsien ihon toistuva kastuminen ja hankautuminen voivat aiheuttaa ihottumaa.

Oireiden ehkäisy

Hevosallergian kehittymistä voi olla vaikeaa välttää, sillä hevoset ovat osa työtä. Kannattaa panostaa työskentelytilojen ilmanvaihtoon ja tallin puhtauteen ja hoitoon.

Jos sinulla on tai on ollut käsi-ihottumaa, on melko todennäköistä, että hevostenhoitajan työ saa

ihottumasi uusiutumaan tai pahenemaan.

Kahteen kertaan kannattaa harkita myös, jos sinulla oli lapsena atooppista ihottumaa (taiveihottuma tai maitorupi), koska sinulle voi kehittyä normaalia helpommin allergia hevostenhoitajan työssä, ja taiveihottuman oireet voivat pahentua tai uusiutua.

Jos sinulla on astma ja/tai allergioita, hevostenhoitajana työskentely on sinulle vaikeaa, koska joudut silloin tekemisiin oireitasi pahentavien asioiden kanssa. Harkitse tarkoin ennen hevostenhoitajaksi ryhtymistä ja keskustele ammatinvalinnasta hoitavan lääkärisi kanssa.

Haluatko tietää lisää?

Jos sinulla on kysyttävää ja haluat kuulla lisää hevostenhoitajan työhön liittyvistä astma- ja ihottumariskeistä, ota yhteyttä koulusi terveydenhoitajaan tai opinto-ohjaajaan.

Hieroja



Työvälineenä kädet

Hieroja voi auttaa ihmisiä voimaan hyvin pehmentämällä jännittyneitä lihaksia sekä ehkäisemällä ja lievittämällä kipua. Hierojan on tunnettava ihmiskehon rakenne ja toiminta sekä pidettävä ihmisläheisestä työstä.

Hierojan työvälineinä ovat kädet, jotka voivat ärtyä jatkuvasta pesemisestä ja hankauksesta.

Mitä riskejä työhön liittyy?

Hieronta hankaa käsien ihoa siitä huolimatta, että hoidoissa käytetään öljyjä, voiteita ja linimenttejä.

Käsiä on pestävä usein, koska niiden on oltava koko ajan puhtaat. Iho on herkkä kosteudelle, joten käsi-ihottumaa tulee helposti. Silloin iho kuivuu, punoittaa ja hilseilee, ja siihen muodostuu halkeamia ja rakkuloita, jotka kutiavat.

Urheilussa käytettävät voiteet ja linimentit sisältävät säilöntäaineita, jotka voivat aiheuttaa kosketusallergiaa. Lisäksi hajustetut eteeriset öljyt voivat aiheuttaa kosketusallergiaa ja yskää.

Oireiden ehkäisy

Hieronnessa kannattaa käyttää hajusteettomia tuotteita.

Jos sinulla on atooppista ihottumaa (taiveihottuma tai maitorupi) tai oli sitä lapsena, harkitse tarkkaan ennen hierojaksi ryhtymistä. Työtehtävien luonteen vuoksi ihottumasi voi uusiutua tai pahentua. Jos saat käsi-ihottumaa, et ehkä voi jatkaa työskentelyä hierojana.

Jos sinulla on tai on ollut käsi-ihottumaa, on erittäin todennäköistä, että hierojan työ saa ihottumasi uusiutumaan tai pahenemaan.

Haluatko tietää lisää?

Jos sinulla on kysyttävää ja haluat kuulla lisää hierojan työhön liittyvistä allergia- ja ihottumariskeistä, ota yhteyttä koulusi terveydenhoitajaan tai opinto-ohjaajaan.

Hitsaaja



Savuavan kuumaa metallityötä

Hitsaaja liittää yhteen metalliosia, jotka voivat olla mitä tahansa auton osista parvekkeisiin tai jopa siltoihin. On tärkeää, että hitsausliitoksista tulee kestäviä, joten kyseessä on taitoa ja huolellisuutta vaativa käsityöammatti.

Hitsaaminen ja astma eivät ole hyvä yhdistelmä, koska kuumasta metallista tuleva savu ärsyttää herkkiä hengitysteitä.

Mitä riskejä työhön liittyy?

Hitsaaminen edellyttää korkeaa lämpötilaa, jolloin metallista syntyy savua ja kaasuja, jotka ärsyttävät hengitysteitä. Seurauksena voi olla esimerkiksi yskää ja kurkkuun nousevaa limaa. Joillekin voi myös kehittyä astma, vaikka heillä ei olisikaan ollut lapsena ihottumaa tai astmaa.

Itse hitsaustyö aiheuttaa harvoin ihottumaa, mutta hitsaajat tekevät usein myös kuivahiontaa, joka on usein likaista ja pölyistä ja voi ärsyttää ihoakin.

Oireiden ehkäisy

Hitsaaja käyttää koko vartalon peittäviä vaatteita ja visiiriä. Ne suojaavat ihoa ja silmiä vaurioilta. Savulta suojautuminen on kuitenkin vaikeampaa, koska se pääsee visiirin alle. Ilmastointilaitteet voivat poistaa suurimman osan savusta, ja joskus käytetään myös raitisilmamaskia, mutta savua on vaikeaa välttää kokonaan.

Astma ei ole ehdoton este hitsaajan uralle. Jos sinulla on astma, harkitse kuitenkin tarkoin ennen hitsaajaksi ryhtymistä. On erittäin mahdollista, että työtehtävät saavat astmasi uusiutumaan tai pahenemaan. Keskustele ammatinvalinnasta astmaasi hoitavan lääkärin kanssa.

Haluatko tietää lisää?

Jos sinulla on kysyttävää ja haluat kuulla lisää hitsaajan työhön liittyvistä astma-, allergia- ja ihottumariskeistä, ota yhteyttä koulusi terveydenhoitajaan tai opinto-ohjaajaan.

Kaivos- ja louhostyöntekijä



Räjähtävää hommaa!

Kyllä, pitää paikkansa – tässä työssä pääsee räjäyttelemään!

Kun tunneleita, teitä ja pysäköintihalleja aletaan rakentaa, louhija raivaa tilaa rakennustyömaalle poraamalla kalliota ja räjäyttämällä sitä pois. Monet louhijat poraavat myös maalämpökaivoja asuintalojen lämmitystä varten.

Mitä riskejä työhön liittyy?

Räjäytyksessä muodostuu kaasuja, joita ei ole hyvä hengittää. Maasta nousee kivipölyä ja koneista dieselpakokaasuja.

Louhija tekee usein raskasta työtä kylmässä ilmassa maanpinnan ylä- tai alapuolella. Kaikki tämä voi vaikeuttaa hengitystä, ja jos sinulla on astma, se saattaa pahentua.

Kova työ hankaa käsiä ja voi yhdessä kylmyyden, kosteuden ja pölyn kanssa rasittaa ihoa hyvinkin paljon. Jos sinulla on ollut käsi-ihottumaa, se saattaa uusiutua tässä työssä.

Oireiden ehkäisy

Osa työstä tehdään nykyään koneilla, mutta suojautuminen on silti tärkeää. Sopiva hengityksensuojain suojaa pölyltä ja pakokaasuilta, jotka muuten hengitettäisiin sisään.

Käsien rasvaaminen kosteuttavalla voiteella voi vahvistaa ihoa ja pienentää ihottumariskiä.

Jos sinulla on atooppinen ihottuma (taiveihottuma tai maitorupi) tai oli lapsena, sinun kannattaa

selvittää riskejä tarkemmin ennen kaivos- tai louhostyöntekijäksi ryhtymistä. Pölyinen työ pahentaa atooppisen ihottuman oireita.

Astma ei ole ehdoton este kaivos- ja louhostyöntekijän uralle. Jos sairastat astmaa, harkitse kuitenkin tarkoin ennen kaivostyöntekijäksi ryhtymistä. Keskustele ammatinvalinnasta astmaasi hoitavan lääkärin kanssa.

Haluatko tietää lisää?

Jos sinulla on kysyttävää ja haluat kuulla lisää louhijan työhön liittyvästä allergiasta, astmasta ja ihottumasta, ota yhteyttä koulusi terveydenhoitajaan tai opinto-ohjaajaan.

Kampaaja



Omaan sormeen leikkaaminen ei ole suurin vaara

Kampaaja on monen unelma-ammatti. Valitettavasti se ei kuitenkaan ole täysin riskitön valinta. Suurimpana vaarana eivät ole terävät sakset vaan käsi-ihottuma ja astman paheneminen.

Mitä riskejä työhön liittyy?

Kampaaja käsittelee työssään useita mahdollisesti herkistäviä tuotteita, kuten hiusvärejä, permanenttinesteitä, vaalennusaineita ja shampoita. Myös vesi ja saippua voivat aiheuttaa iho-oireita. Silloin iho kuivuu, punoittaa ja hilseilee ja siihen muodostuu halkeamia ja rakkuloita, jotka kutiavat.

Kampaamokemikaalit voivat myös vaikeuttaa astmaoireita. Joskus kampaajat joutuvat vaihtamaan ammattia ihottuman tai astman pahenemisen vuoksi.

Oireiden ehkäisy

On tapoja, joilla voit ehkäistä ihottumaa. Tärkein ja kenties yksinkertaisin tapa on ihon suojaaminen kertakäyttöisellä suojakäsineellä hiusvärejä ja permanentti-aineita käsitellessä sekä kosteissa työvaiheissa. Hoida ihoasi hajusteettomalla käsivoiteella useita kertoja päivässä. Jos tiedät olevasi allerginen jollekin aineelle, sinun kannattaa luonnollisesti välttää sitä sisältävien tuotteiden käyttöä.

Jos sinulla on atooppista ihottumaa (taiveihottuma tai maitorupi) tai oli sitä lapsena, harkitse todella tarkkaan ennen kampaajaksi ryhtymistä. Jos silti päätät panostaa kampaajan ammattiin, ota selvää parhaista suojautumiskeinoista.

Jos sinulla on tai on ollut käsi-ihottumaa, on erittäin todennäköistä, että kampaajan työ saa ihottumasi

uusiutumaan tai pahenemaan. On varsin tavallista, että kampaaja joutuu jättämään työnsä käsi-ihottuman takia.

Astman pahenemista voi ehkäistä pitämällä huolta siitä, että ilmanvaihto ja kohdepoistot toimivat hyvin työpaikalla. Likaisimmissa töissä, kuten värien sekoituksessa, kannattaa käyttää sopivaa hengityksensuojainta.

Astma ei ole ehdoton este kampaajan uralle. Jos sairastat astmaa, kannattaa sinun kuitenkin harkita tarkoin ennen kampaajaksi ryhtymistä. Keskustele ammatinvalinnasta astmaasi hoitavan lääkärin kanssa.

Haluatko tietää lisää?

Jos sinulla on kysyttävää ja haluat kuulla lisää kampaajan työhön liittyvistä allergia- ja ihottumariskeistä, ota yhteyttä koulusi terveydenhoitajaan tai opinto-ohjaajaan.

Kiinteistönhoitaja



Tässä ammatissa
ihottumat ovat
tavallisia.
Suojautuminen
on tärkeää.



Hyvä astman
hoito ja oikean-
laiset työtavat
ovat tärkeitä
tässä ammatissa.

Lumen luontia ja pientä fiksailua

Lämmin talo, juokseva vesi ja siisti piha – kaikesta tästä saamme kiittää kiinteistönhoitajia. He toimivat kiinteistöjen huolto- ja korjaustehtävissä. Työnkuvaan kuuluu kiinteistön tekniikan tarkkailua, pieniä huolto- ja korjaustöitä sekä piha-alueiden hoitoa. Työhön kuuluu sekä sisä- että ulkotöitä.

Kiinteistönhoitajat työskentelevät muun muassa kiinteistöpalvelu- ja kiinteistöhuoltoyritysten palveluksessa. Ammatissa tarvitaan itsenäistä ja vastuullista työtettä, teknistä osaamista sekä asiakaspalvelutaitoja.

Mitä riskejä työhön liittyy?

Kiinteistönhoitaja tekee töitä käsillään ja erilaisilla työkaluilla. Työ voi olla märkää, likaista ja ihoa hankaavaa. Joillekin kehittyy käsi-ihottuma, jolloin iho kuivuu, punoittaa ja hilseilee, ja siihen muodostuu halkeamia ja rakkuloita, jotka kutiavat.

Työ voi olla ajoittain pölyistä, ja ulkona voi joutua työskentelemään pakkasessa. Nämä voivat pahentaa astmaoireita, erityisesti jos sairastat vaikeampaa astmaa.

Oireiden ehkäisy

Kiinteistönhoitajana voit monella tavalla pyrkiä ehkäisemään ihottumaa ja astmaa. Käytä suojakäsineitä mahdollisimman usein, ja pidä hengityssuodatinta pölyisissä työtehtävissä. Levitä lisäksi käsiisi hajusteetonta käsivoidetta käsien pesun jälkeen.

Jos sinulla on atooppista ihottumaa (taiveihottumaa tai maitorupea) tai oli sitä lapsena, sinulle voi kehittyä tavallista useammin käsi-ihottuma kiinteistönhoitajan työssä.

Jos sinulla on tai on ollut käsi-ihottumaa, on mahdollista, että kiinteistönhoitajan työ saa ihottumasi uusiutumaan tai pahenemaan.

Jos päätät valita tämän alan, hoida käsiäsi säännöllisesti hajusteettomalla käsivoiteella ja suojaa kätesi tiiviillä suojakäsineillä märissä ja likaisissa työtehtävissä tai kun käsittelet kemikaaleja.

Astma ei ole este kiinteistönhoitajan uralle, kunhan hoidat astmaasi hyvin ja noudatat hyviä työtapoja.

Haluatko tietää lisää?

Jos sinulla on kysyttävää ja haluat kuulla lisää kiinteistönhoitajan työhön liittyvistä allergia-, astma- ja ihottumariskeistä, ota yhteyttä koulusi terveydenhoitajaan tai opinto-ohjaajaan.

Kiropraktikko



Kunnon ote työhön

Kiropraktikon vastaanotolle hakeutuu ihmisiä, jotka kärsivät selkä- tai niskakivuista, iskiasvaivoista tai päänsärystä.

Tarkoilla otteilla kiropraktikko asettelee ja manipuloi asiakkaiden niveliä niin, että vartalo saadaan taas oikeaan asentoon. Työssä käytetään paljon kehokontaktia.

Mitä riskejä työhön liittyy?

Käsillä työskentely hankaa ihoa. Käsiä on pestävä ja desinfioitava usein, koska niiden on oltava koko ajan puhtaat. Jos iho on herkkä, siihen tulee helposti käsi-ihottumaa. Silloin iho kuivuu, punoittaa ja hilseilee, ja siihen muodostuu halkeamia ja rakkuloita, jotka kutiavat.

Oireiden ehkäisy

Käsiä voi suojata hieromalla niihin hajusteetonta voidetta työpäivän alussa ja lopussa sekä tauoilla.

Jos sinulla on atooppista ihottumaa (taiveihottumaa tai maitorupea) tai oli sitä lapsena, harkitse riskejä ennen kiropraktikoksi kouluttautumista. Työtehtävien luonteen vuoksi ihottumasi voi uusiutua tai pahentua.

Jos sinulla on tai on ollut käsi-ihottumaa, on varsin todennäköistä, että kiropraktikon työ saa ihottumasi uusiutumaan tai pahenemaan.

Haluatko tietää lisää?

Jos sinulla on kysyttävää ja haluat kuulla lisää kiropraktikon työhön liittyvistä allergia- ja ihottumariskeistä, ota yhteyttä koulusi terveydenhoitajaan tai opinto-ohjaajaan.

Kokki



Märkiä käsiä ja mehukkaita raaka-aineita

Kokki työskentelee luovasti lihan, kalan ja kasvien parissa. Usein keittiöissä myös leivotaan tai käytetään muutoin jauhoja. Työ on vaihtelevaa mutta stressaavaa.

Jatkuva käsien peseminen ja elintarvikkeiden käsittely aiheuttavat joillekin kokeille ihottumaa tai allergiaa.

Mitä riskejä työhön liittyy?

Kokki vaihtaa työtehtävästä toiseen ja käsittelee monia erilaisia elintarvikkeita päivän aikana. Siksi hän pesee käsiään usein, mikä voi kuivattaa ihoa ja tehdä siitä herkän ärsyttävillä aineilla.

Jauhot, liha, kala ja monet muut elintarvikkeet sisältävät aineita, joille voi tulla allergiseksi. Jos sinulla on oireinen heinäallergia, saattavat jauhopölyt erityisesti pahentaa oireitasi. Huonossa tapauksessa ne voivat johtaa kutiavaan käsi-ihottumaan tai astmaan.

Työnteon edellytyksenä on käsien terve iho, koska ihottuman bakteerit voivat aiheuttaa vaaraa asiakkaille.

Myös astmaoireet voivat pahentua erityisesti suurtaloukokin työssä pölyjen, käryjen, höyryjen, fyysisen rasituksen sekä kuumaa ja kylmää ilmaa vuoksi.

Oireiden ehkäisy

Kokin on vaikeaa vältellä käsien pesemistä ja elintarvikkeita. Ne kuuluvat työhön. Pahimmissa tilanteissa voi suojautua käyttämällä käsineitä, mutta joskus ne ovat tiellä. Käsien rasvaaminen tauoilla sekä työpäivän alussa ja lopussa on hyvä ja yksinkertainen tapa suojata ihoa kuivumiselta ja ihottumalta.

Jos sinulla on atooppista ihottumaa (taiveihottumaa tai maitorupea) tai oli sitä lapsena, harkitse tarkoin ennen kokiksi ryhtymistä. Ei ole lainkaan harvinaista, että kokki joutuu vaihtamaan ammattia ihottuman vuoksi.

Jos sinulla on tai on ollut käsi-ihottumaa, on erittäin todennäköistä, että kokin työ saa ihottumasi uusiutumaan tai pahenemaan.

Astma ei ole ehdoton este kokin uralle. Jos kuitenkin sairastat vaikeampaa astmaa, kannattaa harkita tarkoin ennen alalle ryhtymistä. Jos sinulla on oireinen heinäallergia, kannattaa suunnata työtehtäviin, joissa ei joudu käsittelemään jauhoja. Keskustele ammatinvalinnasta astmaasi hoitavan lääkärin kanssa.

Haluatko tietää lisää?

Jos harkitset kokin uraa ja haluat kuulla lisää työhön liittyvistä allergia-, astma- ja ihottumariskeistä, ota yhteyttä koulusi terveydenhoitajaan tai opinto-ohjaajaan.

Kondiittori



Makeaa mahan täydeltä

Erilaiset leivonnaiset, kakut ja jälkiruoat ovat kondiittorin erikoisalaa. Näppärien sormien ja taiteellisen silmän yhteistyönä syntyy kauniita ja herkullisia luomuksia.

Osa kondiittoreista saa kuitenkin maistaa myös työn karvasta puolta. Tahmeat massat ja jatkuva käsien peseminen voivat aiheuttaa käsi-ihottumaa, ja keittiössä pölisevät jauhot voivat aiheuttaa tai pahentaa astmaa.

Mitä riskejä työhön liittyy?

Kondiittori tekee työtä käsin, ja leivonnaiset ovat usein tahmeita ja taikinaisia. On tärkeää pestä käsiä ja puhdistaa työvälineitä usein.

Käsien jatkuva kosteus lisää käsi-ihottuman riskiä. Työnteko edellyttää tervettä käsien ihoa, koska ihottumaan liittyvät bakteerit voivat aiheuttaa vaaraa asiakkaille.

Esimerkiksi vehnäjauho voi aiheuttaa allergiaa. Oireita ovat nuha, tukkoisuus, silmien ärsytys, yskä, hengenahdistus tai ihottuma. Erityinen riski allergian kehittymiseen on niillä, joilla on oireinen heinäallergia.

Otathan huomioon, että jos sinulle tulee työssä käsi-ihottuma tai jauhoallergia, et ehkä pysty jatkamaan kondiittorina työskentelyä.

Oireiden ehkäisy

Käsiä voi suojata hieromalla niihin hajusteetonta voidetta työpäivän jälkeen ja tauoilla. Myös käsiaineet suojaavat ihoa, mutta niiden käyttö ei aina onnistu kondiittorin työssä.

Jos sinulla on atooppista ihottumaa (taiveihottumaa tai maitorupea) tai oli sitä lapsena, harkitse vakavasti ennen kondiittorin uran valitsemista, koska saat tavanomaista herkemmin käsi-ihottumaa tässä työssä. Jos kuitenkin päätät valita tämän alan, suojaa käsiäsi käsineillä mahdollisimman paljon ja hoida ihoasi perusvoiteilla.

Jos sinulla on tai on ollut käsi-ihottumaa, on erittäin todennäköistä, että kondiittorin työ saa ihottumasi uusiutumaan tai pahenemaan.

Jos sinulla on astma, harkitse tarkoin ennen kondiittoriksi ryhtymistä. Keskustele ammatinvalinnasta astmaa hoitavan lääkärisi kanssa.

Haluatko tietää lisää?

Jos sinulla on kysyttävää ja haluat kuulla lisää kondiittorin työhön liittyvistä astma- ja ihottumariskeistä, ota yhteyttä koulusi terveydenhoitajaan tai opinto-ohjaajaan.

Koneenasentaja



Laakereita, tiivistyksiä ja hammasvälityksiä

Koneenasentaja varmistaa, että pyörät pyörivät ja tiivisteet pitävät, sillä toimivat koneet ovat elintärkeitä monilla työpaikoilla.

Koneenasentaja on kone- ja metallituoteteollisuuden ammattilainen, joka kokoaa ja asentaa paikalleen koneita ja laitteita sekä tekee huoltotehtäviä.

Koneenasentaja voi olla erikoistunut erityyppisiin koneisiin ja laitteisiin tai tietynlaisiin työtehtäviin. Työpaikkoja on muun muassa konepajoilla ja kulkuneuvoteollisuudessa.

Mitä riskejä työhön liittyy?

Koneet ja niiden osat voivat olla likaisia ja märkiä, ja työssä käsitellään koneiden voiteluaineita ja puhdistusaineita sekä muita kemikaaleja. Käsien kastuminen ja likaantuminen, kuten myös puhdistusaineet, voivat ärsyttää ihoa ja aiheuttaa käsi-ihottumaa.

Koneenasentajan työssä voi myös tulla allergiseksi erilaisille metalleille, kuten kromille, koboltille ja nikkelille. Allergia aiheuttaa ihottumaa, kun kyseistä ainetta joutuu iholle. Silloin iho kuivuu, punoittaa ja hilseilee, ja siihen muodostuu halkeamia ja rakkuloita, jotka kutiavat.

Hengitysilmassa on paljon ärsyttäviä huuruja, pölyjä ja käryjä, ja nämä voivat vaikeuttaa astmaoireita.

Oireiden ehkäisy

Koneenasentajan työtehtäviä on erilaisia. Ohjaus- ja automaatiotyöt saattavat olla siistimpiä. Niihin kannattaa suuntautua, jos haluaa välttää ihottuma- tai astmaongelmia.

Hyvä tapa ehkäistä käsi-ihottumaa on käsien rasvaaminen hajusteettomalla voiteella työpäivän alussa ja lopussa sekä tiiviiden suojakäsineiden käyttö kosteissa ja likaisissa työtehtävissä.

Jos sinulla on tai on ollut käsi-ihottumaa, on varsin todennäköistä, että koneenasentajan työ saa ihottumasi uusiutumaan tai pahenemaan.

Jos sinulla on atooppista ihottumaa (taiveihottumaa tai maitorupea) tai oli sitä lapsena, harkitse tarkkaan koneenasentajan uran valintaa. Jos kuitenkin päätät valita tämän alan, hoida käsiäsi säännöllisesti hajusteettomalla käsivoiteella ja käytä tiiviitä suojakäsineitä kosteissa työvaiheissa.

Astma ei ole este koneenasentajan uralle. Jos kuitenkin sairastat vaikeampaa astmaa, harkitse tarkkaan ennen koneenasentajan uran valitsemista ja keskustele ammatinvalinnasta astmaasi hoitavan lääkärin kanssa.

Haluatko tietää lisää?

Jos sinulla on kysyttävää ja haluat kuulla koneenasentajan työhön liittyvistä allergia-, astma- ja ihottumariskeistä, ota yhteyttä koulusi terveydenhoitajaan tai opinto-ohjaajaan.

Koneistaja



Onko sinulla rautainen tahto?

Haluatko porata, jyrsiä, sorvata ja ruuvata, vai kenties ohjelmoida tietokoneella?

Koneistajana voit osallistua monenlaisten metallituotteiden valmistukseen. Tuotteet voivat olla mitä tahansa suurista autoista pientavaroihin, kuten ovien lukkoihin ja muttereihin.

Mitä riskejä työhön liittyy?

Metallien työstämisessä tarvitaan lastuamisnesteitä materiaalin jäähdyttämiseen ja voiteluun. Kädet kastuvat useissa työtehtävissä, mikä on raskasta iholle. Lastuamisnesteet sisältävät sekä säilöntäaineita että muita aineita, jotka voivat aiheuttaa allergiaa.

Koneistajan työssä voi tulla allergiseksi erilaisille metalleille, kuten kromille, koboltille ja nikkelille. Allergia aiheuttaa ihottumaa, kun kyseistä ainetta joutuu iholle. Silloin iho kuivuu, punoittaa ja hilseilee, ja siihen muodostuu halkeamia ja rakkuloita, jotka kutiavat.

Hengitysilmassa on paljon ärsyttäviä huuruja, pölyjä ja käryjä, ja nämä voivat vaikeuttaa astmaoireita. Astman kehittyminen työstä johtuen on mahdollista mutta melko harvinaista.

Oireiden ehkäisy

Koneistajan työtehtäviä automatisoidaan yhä enemmän, ja monenlaisia prosesseja voidaan ohjata tietokoneella. Tämän tyyppisiin työtehtäviin kannattaa pyrkiä, jos haluaa välttää ihottuma- tai

astmaongelmia.

Hyvä tapa ehkäistä käsi-ihottumaa on käsien rasvaaminen hajusteettomalla voiteella työpäivän alussa ja lopussa sekä tiiviiden suojakäsineiden käyttö kosteissa ja likaisissa työtehtävissä. Lisäksi kannattaa käyttää asianmukaisia hengityksensuojaimia käryisissä töissä.

Jos sinulla on atooppista ihottumaa (taiveihottumaa tai maitorupea) tai oli sitä lapsena, harkitse tarkkaan koneistajan uran valintaa. Jos kuitenkin päätät valita tämän alan, hoida käsiäsi säännöllisesti hajusteettomalla käsivoiteella ja käytä tiiviitä suojakäsineitä kosteissa työvaiheissa.

Jos sinulla on tai on ollut käsi-ihottumaa, on varsin todennäköistä, että koneistajan työ saa ihottumasi uusiutumaan tai pahenemaan.

Astma ei ole ehdoton este koneistajan uralle. Jos sairastat astmaa, harkitse kuitenkin tarkkaan ennen koneistajan uran valitsemista. Keskustele ammatinvalinnasta astmaasi hoitavan lääkärin kanssa.

Haluatko tietää lisää?

Jos sinulla on kysyttävää ja haluat kuulla lisää koneistajan työhön liittyvistä allergia-, astma- ja ihottumariskeistä, ota yhteyttä koulusi terveydenhoitajaan tai opinto-ohjaajaan.

Kosmetologi



Hyväntuoksuista hyvinvointia

Kosmetologi saa muut tuntemaan olonsa hyväksi omilla käsillään sekä ihon ja vartalon tuntemuksellaan. Hän tekee hoitoja ja opettaa asiakkaille ihonhoitoa.

Tällainen työ kiehtoo ihmistä, joka on kiinnostunut muista ihmisistä ja terveydestä, mutta jatkuva käsien peseminen voi aiheuttaa herkälle ihmiselle ihottumaa. Lisäksi jotkut saavat hengitystieoireita tuoksuvista öljyistä ja voiteista.

Mitä riskejä työhön liittyy?

Kosmetologi käyttää hoidoissa voiteita ja öljyjä. Se voi kuulostaa hyödylliseltä, mutta kädet kärsivät silti – liika on aina liikaa.

Käsiä on pestävä usein, koska niiden on oltava koko ajan puhtaat. Iho on herkkä kosteudelle, joten käsi-ihottumaa tulee helposti. Silloin iho kuivuu, punoittaa ja hilseilee, ja siihen muodostuu halkeamia ja rakkuloita, jotka kutiavat.

Jotkin hajustetut öljyt ja voiteet voivat herkistää ihoa ja aiheuttaa allergista kosketusihottumaa. Ne voivat myös pahentaa astmaoireita. Myös kosmetiikan säilöntäaineet ovat tavallinen allergisen kosketusihottuman syy.

Rakennekynnet ja ripsien pidennyksissä käytetyt liimat sisältävät akrylaatteja, jotka ovat voimakkaista allergian aiheuttajia.

Oireiden ehkäisy

Voimakkaille tuoksuille ja aineille herkän kannattaa valita allergiatestatuja ja hajusteettomia tuotteita asiakkaiden hierontaan ja ihonhoitoon.

Jos sinulla on atooppista ihottumaa (taiveihottumaa tai maitorupea) tai oli sitä lapsena, harkitse tarkkaan ennen kosmetologiksi ryhtymistä, koska työtehtävien luonteen vuoksi ihottumasi voi uusiutua tai pahentua. Jos saat käsi-ihottumaa, et ehkä voi jatkaa työskentelyä kosmetologina.

Jos sinulla on tai on ollut käsi-ihottumaa, on erittäin todennäköistä, että kosmetologin työ saa ihottumasi uusiutumaan tai pahenemaan.

Astma ei ole este kosmetologin uralle. Astmaa sairastavan kannattaa kuitenkin välttää ripsienpidennys- ja rakennekynsitöitä. Jos sairastat vaikeampaa astmaa, kannattaa harkita tarkoin ennen kosmetologiksi ryhtymistä. Keskustele ammatinvalinnasta astmaasi hoitavan lääkärin kanssa.

Haluatko tietää lisää?

Jos sinulla on kysyttävää ja haluat kuulla lisää kosmetologin työhön liittyvistä allergia- ja ihottumariskeistä, ota yhteyttä koulusi terveydenhoitajaan tai opinto-ohjaajaan.

Kulta- ja kelloseppä, mikromekaanikko



Tässä ammatissa
ihottumat ovat
tavallisia.
Suojautuminen
on tärkeää.

Kullan kimallusta ja timanttien loistetta

Kultaseppä tekee pääasiassa jalometalleista tai kivistä koruja. Työtehtäviin kuuluu suunnittelua, valmistusta, korjausta ja myyntiä.

Ammatissa tarvitaan kädentaitoja, taiteellisuutta ja asiakaspalvelutaitoja. Kultasepät työskentelevät yrittäjinä tai jalometallituotteita valmistavissa yrityksissä sekä alan tukku- ja vähittäiskaupan palveluksessa.

Kelloseppä ja mikromekaanikko ovat erikoistuneet suurta tarkkuutta vaativien kellojen, mittausslaitteiden ja vastaavien tarkkuuslaitteiden korjaukseen sekä niiden osien valmistamiseen.

Mitä riskejä työhön liittyy?

Työ on vahvasti käsityöammatti, ja kädet ovat jatkuvasti kosketuksissa metallien ja muiden materiaalien kanssa. Tämä voi rasittaa ihoa. Iho hankautuu ja saattaa kuivua. Ongelmaksi tilanne kehittyy kuitenkin vain silloin, jos saa muutenkin helposti käsi-ihottumaa.

Oireiden ehkäisy

Jos sinulla on käsi-ihottumaa, saattavat oireet pahentua hankauksesta ja eri materiaalien käsittelystä. Kuivumiselta ja käsi-ihottumalta voi suojautua rasvaamalla käsiä usein hajusteettomalla voiteella.

Ihottuman riski on vähäisempi, jos suuntaudut myyntitehtäviin.

Haluatko tietää lisää?

Jos sinulla on kysyttävää ja haluat kuulla lisää kulta- ja kellosepän sekä mikromekaanikon työhön liittyvistä allergia- ja ihottumariskeistä, ota yhteyttä koulusi terveydenhoitajaan tai opinto-ohjaajaan.

Kylmäkkö



Kohtuus kaikessa

Kylmäkkö valmistaa kylmiä ruokia ja jälkiruokia. Työ on vaihtelevaa.

Jatkuva käsien peseminen ja elintarvikkeiden sisältämien voimakkaiden aineiden koskettaminen aiheuttavat joillekin kylmäköille ihottumaa ja allergiaa.

Mitä riskejä työhön liittyy?

Kylmäkkö vaihtaa jatkuvasti työtehtävästä toiseen ja käsittelee työpäivänsä aikana useita erilaisia elintarvikkeita. Siksi hänen pitää pestä käsiään usein, mikä kuivattaa ihoa ja tekee siitä herkän ärsyttävillä aineilla.

Liha, kala ja muut elintarvikkeet sisältävät aineita, joille voi tulla allergiseksi. Huonossa tapauksessa se voi johtaa kutiavaan käsi-ihottumaan ja astmaan.

Työnteko edellyttää käsien tervettä ihoa, koska ihottuman bakteerit voivat aiheuttaa vaaraa asiakkaille.

Työssä esiintyvät pölyt ja lämpötilan vaihtelut voivat myös pahentaa astmaoireita.

Oireiden ehkäisy

Kylmäkön on vaikeaa vältellä käsien pesemistä ja elintarvikkeiden ihoa ärsyttäviä aineita. Ne kuuluvat työhön.

Itseään voi suojella käyttämällä käsineitä, mutta joskus ne ovat tiellä. Käsien rasvaaminen hajusteettomalla ihovoiteella työpäivän alussa ja lopussa sekä tauoilla on hyvä tapa hoitaa ihoa.

Jos sinulla on atooppista ihottumaa (taiveihottumaa tai maitorupea) tai oli sitä lapsena, harkitse tarkkaan ennen kylmäkokeksi ryhtymistä. Työtehtävät saattavat hyvinkin saada ihottumasi uusiutumaan tai pahenemaan. Ei ole lainkaan harvinaista, että kylmäkko joutuu vaihtamaan ammattia ihottuman vuoksi.

Jos sinulla on tai on ollut käsi-ihottumaa, on erittäin todennäköistä, että kylmäkön työ saa ihottumasi uusiutumaan tai pahenemaan.

Astma ei ole este kylmäkön uralle. Jos kuitenkin sairastat vaikeampaa astmaa, harkitse tarkoin ennen alalle ryhtymistä. Keskustele ammatinvalinnasta astmaasi hoitavan lääkärin kanssa.

Haluatko tietää lisää?

Jos harkitset kylmäkön uraa ja haluat kuulla lisää työhön liittyvistä allergia-, astma- ja ihottumariskeistä, ota yhteyttä koulusi terveydenhoitajaan tai opinto-ohjaajaan.

Kynsiteknikko



Kauniita kynsiä ja haittavaikutuksia

Kynsiteknikko pidentää, kunnostaa ja koristelee kynsiä erilaisilla materiaaleilla ja lakoilla. Sorminäppäryyden lisäksi kynsiteknikolla on hyvä olla silmää väreille, muodoille ja asiakaspalvelulle.

Työssä käytettävät kemikaalit aiheuttavat usein ihottumaa mutta myös astmaa.

Mitä riskejä työhön liittyy?

Akrylaatit ovat aineita, joita käytetään rakennekynsissä. Ne ovat erittäin herkistäviä kaikille – myös niille, joilla ei ole ollut atooppista ihottumaa (taiveihottumaa tai maitorupea) lapsena.

Akrylaatit läpäisevät suojakäsineet ja voivat aiheuttaa allergista ihottumaa. Myös astman kehittyminen on mahdollista.

Koska akrylaatteja käytetään hammashoidossa, voi akrylaattiallergian kehittyminen vaikeuttaa kynsiteknikon hampaitten hoitoa. Myös asiakkaat voivat saada akrylaattiallergian.

Monissa kemikaaleissa on voimakas haju, joka voi aiheuttaa herkälle ihmiselle hengitystieoireita ja hengitysvaikeuksia. Kynsipöly voi pahentaa astmaoireita.

Oireiden ehkäisy

Jos kynsiteknikko tulee allergiseksi akrylaateille, hän ei voi ehkä jatkaa työssään. Omat rakennekynnet lisäävät riskiä herkistyä akrylaateille.

Kannattaa valita sellaiset pakkaukset, joiden ulkopintaan akrylaatit eivät pääse valumaan. Silloin vaarallisia akrylaatteja ei pääse yhtä helposti iholle. Työssä tulee noudattaa siisteyttä ja varoa, että rakennekynsiaineet eivät leviä työympäristön pinnoille.

Jos sinulla on tai on ollut käsi-ihottumaa, on melko todennäköistä, että kynsiteknikon työ saa ihottumasi uusiutumaan tai pahenemaan.

Jos sairastat astmaa, voi työskentely kynsiteknikkona pahentaa astmaoireitasi. Hyvä ilmanvaihto saa voimakkaat hajut katoamaan nopeammin ja helpottaa hengittämistä. Keskustele ammatinvalinnasta astmaa hoitavan lääkärisi kanssa.

Haluatko tietää lisää?

Jos harkitset kynsiteknikon uraa ja haluat kuulla lisää työhön liittyvistä allergia- ja ihottumariskeistä, ota yhteyttä koulusi terveydenhoitajaan tai opinto-ohjaajaan.

Laatoittaja



Saumat kohdilleen

Koska Remontti-Reiska ei ehdi kunnostamaan jokaista keittiötä tai kylpyhuonetta, tarvitaan laatoittajia.

Kun työkseen koristaa seiniä ja lattiaa kaakeleilla ja klinkkereillä, on hyvä olla silmää väreille ja muodoille sekä aimo annos huolellisuutta. Esivalmistelut ovat tärkeitä, jotta pinnasta tulee siisti ja kestävä.

Seinät ja lattiat tasoitetaan ja niihin levitetään ainetta, jonka tarkoituksena on pitää kosteus poissa. Sen jälkeen asennetaan kaakelit tai klinkkerilaatat.

Valmisteluvaiheessa käytetään tasoitetta, joka voi sisältää ärsyttäviä aineita, ja laattoja leikataan terävillä työvälineillä. Jos käsi-ihottumaa on ollut aiemmin, se voi tulla takaisin, koska työ rasittaa käsiä.

Mitä riskejä työhön liittyy?

Saumaus- ja aluslaastit ärsyttävät ja jopa syövyttävät ihoa.

Kosteussuluissa ja saumausaineissa voidaan käyttää herkistäviä epoksiyhdisteitä. Tasoitteessa on herkistäviä säilöntäaineita. Lisäksi leikkaustyökaluista ja terävistä kaakelilaatoista saa helposti pieniä haavoja.

Työstä voi saada käsi-ihottumaa, jolloin iho kuivuu, punoittaa ja hilseilee, ja siihen muodostuu

halkeamia ja rakkuloita, jotka kutiavat.

Työ on myös pölyistä ja voi aiheuttaa astmaa sairastaville oireiden pahenemista.

Oireiden ehkäisy

Jos laatoittajalla ei ole koskaan ollut ihottumaa, iho-ongelmia voi ehkäistä pitämällä hyvää huolta käsistä. Tasoite pitää pestä iholta huolellisesti ja käsiä rasvata pehmentävällä voiteella. Käsi-ihottumaa tulee helpommin kuivalle iholle. Suojakäsineitä tulee käyttää aina kun se on mahdollista.

Hengityksensuojainta ja pölynsuodatinta käyttämällä laatoittaja ei joudu hengittämään käytetyistä materiaaleista irtoavaa ärsyttävää pölyä.

Jos sinulla oli atooppista ihottumaa (taiveihottumaa tai maitorupea) lapsena, harkitse vielä ennen laatoittajaksi ryhtymistä. Työtehtävät rasittavat ihoa, ja ihottuma voi uusiutua tai pahentua.

Jos sinulla on tai on ollut käsi-ihottumaa, on erittäin todennäköistä, että laatoittajan työ saa ihottumasi uusiutumaan tai pahenemaan.

Jos sinulla on astma, pölyinen työ voi pahentaa astmaoireitasi. Käyttämällä pölynsuodattimella varustettua hengityksensuojainta ja huolehtimalla työpisteen ilmanvaihdesta voit vähentää altistumista ärsyttävälle pölylle.

Astma ei ole este laatoittajan uralle. Jos kuitenkin sairastat vaikeampaa astmaa, harkitse tarkoin ennen laatoittajaksi ryhtymistä. Keskustele ammatinvalinnasta astmaasi hoitavan lääkärin kanssa.

Haluatko tietää lisää?

Jos sinulla on kysyttävää ja haluat kuulla lisää laatoittajan työhön liittyvistä allergia-, astma- ja ihottumariskeistä, ota yhteyttä koulusi terveydenhoitajaan tai opinto-ohjaajaan.

Lastenhoitaja



Vuotavat nenät voivat kuivattaa käsiä

Lastenhoitaja saa rutkasti lujia halauksia pikku kätösiltä. Tämä ammatti voikin olla ihana ja antaa paljon henkilölle, joka haluaa työskennellä lasten parissa.

Harvemmin tulee kuitenkaan ajatelleeksi, että tämä työ voi myös rasittaa ihoa. Joka päivä pyyhitään pöytiä, peppuja ja neniä ja pestään niin pieniä kuin isojakin käsiä.

Mitä riskejä työhön liittyy?

Jatkuvassa vaippojen vaihdossa, omien ja lasten käsien pesemisessä sekä ruoan ja välipalojen käsittelyssä pitää olla tarkkana hygienian kanssa. Joissakin päiväkodeissa työtehtäviin kuuluu myös siivous vedellä ja voimakkailla puhdistusaineilla.

Toistuva altistuminen kosteudelle ja vedelle kuivattaa ihoa ja voi aiheuttaa herkälle henkilölle käsi-ihottumaa.

Oireiden ehkäisy

Lastenhoitaja ei voi välttää märkätyötä. Työssä kannattaa hoitaa käsiä hajusteettomalla käsivoiteella, jotta iho ei pääse kuivumaan. Jos työhön kuuluu siivousta, silloin tulee käyttää suojakäsineitä.

Jos sinulla on atooppista ihottumaa (taiveihottumaa tai maitorupea) tai oli sitä lapsena, harkitse tarkkaan ennen lastenhoitajaksi ryhtymistä. Edellä mainitut työtehtävät voivat saada ihottumasi

uusiutumaan tai pahenemaan. Sinulle voi myös kehittyä käsi-ihottumaa tavallista helpommin tässä työssä.

Jos sinulla on tai on ollut käsi-ihottumaa, on melko todennäköistä, että lastenhoitajan työ saa ihottumasi uusiutumaan tai pahenemaan.

Haluatko tietää lisää?

Jos sinulla on kysyttävää ja haluat kuulla lisää lastenhoitajan työhön liittyvistä allergia- ja ihottumariskeistä, ota yhteyttä koulusi terveydenhoitajaan tai opinto-ohjaajaan.

Leipuri



Sormet taikinassa

Leipurien ansiosta voimme ostaa ja syödä hyviä pullia ja leipiä. Yötyöstä kannattaa tässä ammatissa pitää, koska leipomoissa on yleensä täysi tohina siihen aikaan, kun muut nukkuvat.

Työssä on muitakin riskejä kuin se, että saa mahansa kipeäksi liiallisesta korvapuustien syönnistä. Pölyävät jauhot voivat aiheuttaa ja pahentaa astmaa. Käsien peseminen, jauhot ja mausteet ärsyttävät ihoa ja voivat aiheuttaa allergiaa ja ihottumaa.

Mitä riskejä työhön liittyy?

Leipurille voi kehittyä yliherkkyys muun muassa vehnäjauhoille ja ruisjauhoille, allerginen nuha ja astma. Oireita ovat nuha, nenän tukkoisuus, silmien ärsytys, yskä ja hengenahdistus, jotka vaivaavat erityisesti tämän alan töissä. Usein kehittyy myös ihottuma.

Jos leipurilla on astma, ammatti voi pahentaa sitä. Jos hänellä on taipumusta allergiaan, erityisesti heinäallergiaan, hän saattaa hyvinkin tulla allergiseksi jauhopölylle.

Leipomossa on tärkeää pitää huolta hygieniasta, ja siksi leipuri pesee käsiään usein. Se kuitenkin rasittaa ihoa. Työnteko edellyttää käsien tervettä ihoa, koska ihottuman bakteerit voivat aiheuttaa vaaraa asiakkaille.

Jotkin yleiset mausteet, kuten kaneli ja vanilja, voivat aiheuttaa kosketusallergiaa. Huonossa tapauksessa se voi johtaa käsi-ihottumaan.

Oireiden ehkäisy

Käsiä voi hoitaa käyttämällä hajusteetonta voidetta työpäivän jälkeen ja tauoilla. Suojakäsineitä kannattaa käyttää mahdollisimman paljon.

Jos sinulla on atooppista ihottumaa (taiveihottumaa tai maitorupea) tai oli sitä lapsena, jauhopöly todennäköisesti pahentaa oireitasi tai voi saada ne uusiutumaan, ja lisäksi sinulle voi kehittyä käsi-ihottuma tavallista useammin.

Jos sinulla on tai on ollut käsi-ihottumaa, on erittäin todennäköistä, että leipurin työ saa ihottumasi uusiutumaan tai pahenemaan.

Jos sinulla on astma tai oireinen heinäallergia, leipurin työ voi helposti saada oireesi uusiutumaan tai pahenemaan. Harkitse tarkoin ennen leipuriksi ryhtymistä ja keskustele ammatinvalinnasta hoitavan lääkärisi kanssa.

Otathan huomioon, että jos sinulla on tai sinulle tulee jauhoallergia ja/tai käsi-ihottuma, et ehkä voi jatkaa leipurina työskentelyä. Saatat joutua vaihtamaan täysin uuteen ammattiin.

Haluatko tietää lisää?

Jos sinulla on kysyttävää ja haluat kuulla lisää leipurin työhön liittyvistä astma- ja ihottumariskeistä, ota yhteyttä koulusi terveydenhoitajaan tai opinto-ohjaajaan.

Lihatuotteiden valmistaja



Pihvejä pannuun

Harva tulee ajatelleeksi pihviä popsiessaan, keiden kaikkien käsien kautta liha on kulkenut ennen pannuun päätymistä.

Lihanleikkaajan työ on tarkkaa käsityötä. Lihatuotteiden valmistaja työskentelee lihanleikkaamoissa, teurastamoissa, lihavalmisteen valmistus-, pakkaus- ja varastointitehtävissä pienyrityksissä tai suurteollisuudessa.

Mitä riskejä työhön liittyy?

Lihatuotteiden valmistaja pesee käsiään usein, mikä voi kuivattaa ihoa ja tehdä siitä herkän ärsyttävälle aineille. Liha ja muut käsiteltävät elintarvikkeet sisältävät aineita, joille voi tulla allergiseksi. Lisäksi käytetään voimakkaita pesuaineita.

Huonossa tapauksessa nämä altisteet voivat johtaa kutiavaan käsi-ihottumaan tai harvemmin astmaan. Astmaoireiden pahenemista voivat aiheuttaa muun muassa kylmässä työskentely ja pesuaineet.

Työnteon edellytyksenä on käsien terve iho, koska ihottuman bakteerit voivat aiheuttaa vaaraa asiakkaille.

Oireiden ehkäisy

Lihatuotteiden valmistajan on vaikeaa vältellä käsien pesemistä ja elintarvikkeita. Ne kuuluvat työhön.

Suojakäsineitä tulee käyttää mahdollisimman paljon, mutta iho voi ärsyntyä myös käsineiden hautovasta vaikutuksesta. Käsien rasvaaminen tauoilla sekä työpäivän alussa ja lopussa on hyvä ja yksinkertainen tapa suojata ihoa kuivumiselta ja ihottumalta.

Jos sinulla on atooppista ihottumaa (taiveihottuma) tai oli sitä lapsena, harkitse tarkkaan ennen lihatuotteiden valmistajaksi ryhtymistä. Ei ole lainkaan harvinaista, että lihatuotteiden valmistaja joutuu vaihtamaan ammattia ihottuman vuoksi.

Jos sinulla on tai on ollut käsi-ihottumaa, on erittäin todennäköistä, että lihatuotteiden valmistajan työ saa ihottumasi uusiutumaan tai pahenemaan.

Astma ei ole este lihatuotteiden valmistajan uralle. Jos sairastat vaikeampaa astmaa, kannattaa sinun keskustella ammatinvalinnasta hoitavan lääkärisi kanssa.

Haluatko tietää lisää?

Jos sinulla on kysyttävää ja haluat kuulla lisää lihatuotteiden valmistukseen liittyvistä allergia-, astma- ja ihottumariskeistä, ota yhteyttä koulusi terveydenhoitajaan tai opinto-ohjaajaan.

LVI-asentaja



Putket tutuiksi

Lämmin talo, juokseva vesi ja toimiva vessa – kaikesta tästä saamme kiittää LVI-asentajia.

LVI-asentaja asentaa ja korjaa putkia ja liitoksia vesi-, lämmitys- ja viemärijärjestelmiin. Hitsaussavu ja kosteus voivat kuitenkin olla haitallisia, jos on astma tai ihottuma.

Mitä riskejä työhön liittyy?

LVI-asentaja tekee töitä käsillään ja erilaisilla työkaluilla. Työ voi olla märkää, likaista ja ihoa hankaavaa. Työssä käytettävät liimat ja tiivisteaineet sekä putken pinnoitteet sisältävät allergiaa aiheuttavia muovikemikaaleja.

Joillekin kehittyy käsi-ihottuma, jolloin iho kuivuu, punoittaa ja hilseilee, ja siihen muodostuu halkeamia ja rakkuloita, jotka kutiavat.

Rakennustyömaalla ilmassa voi olla paljon pölyä. Hitsaus kuuluu yleisiin työtehtäviin, ja siitä tuleva savu voi olla haitallista astmaatikolle. Joskus LVI-asentaja työskentelee ahtaissa tiloissa, joissa ilma ei pääse vaihtumaan.

Oireiden ehkäisy

LVI-asentaja voi monella tavalla pyrkiä ehkäisemään ihottumaa ja astmaa. Suojakäsineitä tulee käyttää mahdollisimman usein ja hengityssuodatinta pölyisissä tiloissa. Käsiin tulee levittää lisäksi hajusteetonta käsivoidetta työpäivän alussa ja lopussa.

Jos sinulla on atooppista ihottumaa (taiveihottuma tai maitorupi) tai oli sitä lapsena, sinulle voi kehittyä tavallista useammin käsi-ihottuma tässä työssä. Jos päätät valita tämän alan, hoida käsiäsi säännöllisesti hajusteettomalla käsivoiteella ja suojaa kätesi tiiviillä suojakäsineillä märissä ja likaisissa työtehtävissä tai kun käsittelet kemikaaleja.

Jos sinulla on tai on ollut käsi-ihottumaa, on melko todennäköistä, että LVI-mekaanikon työ saa ihottumasi uusiutumaan tai pahenemaan.

Astma ei ole este LVI-asentajan uralle. Jos kuitenkin sairastat vaikeampaa astmaa, harkitse tarkoin ennen alalle ryhtymistä. Keskustele ammatinvalinnasta astmaasi hoitavan lääkärin kanssa.

Haluatko tietää lisää?

Jos sinulla on kysyttävää ja haluat kuulla lisää LVI-asentajan työhön liittyvistä astma- ja ihottumariskeistä, ota yhteyttä koulusi terveydenhoitajaan tai opinto-ohjaajaan.

Lähihoitaja, kodinhoitaja



Hoitotyötä lähellä ihmistä

Lähihoitaja on hyvin lähellä hoidettavia potilaita ja asiakkaita: hän työskentelee muun muassa vuodeosastoilla ja hoitolaitoksissa ja huolehtii heidän puhtaudestaan ja muista perustarpeista.

Lähihoitaja voi toimia myös kodinhoitajana, jolloin hän työskentelee asiakkaiden kotona.

Mitä riskejä työhön liittyy?

Lähihoitajan työ on useimmiten käytännön hoivatyötä, jossa asiakkaita kosketellaan paljon ja käsitellään pesuaineita. Kädet kastuvat usein tai täytyy käyttää tiiviitä, ihoa hautovia suojakäsineitä. Hygieniavaatimukset ovat suuret, ja myös käsihuuhteet ärsyttävät ihoa, vaikka vähemmän kuin saippua ja vesi.

Suurin vaara on käsi-ihottuman kehittyminen. Pesuaineiden säilöntäaineet ja hajusteet voivat aiheuttaa allergiaa, ja myös kumikäsineet voivat olla allergisen ihottuman syy.

Oireiden ehkäisy

Tärkein keino ehkäistä iho-ongelmia on käyttää mahdollisimman paljon suojakäsineitä määrissä ja likaisissa töissä ja hajusteettomia käsivoiteita useita kertoja päivässä.

Jos sinulla on atooppista ihottumaa (taiveihottumaa tai maitorupea) tai oli sitä lapsena, saatat muita todennäköisemmin saada ihottumaa lähihoitajan työssä. Se kannattaa pitää mielessä, jos harkitset uraa hoitotyössä.

Jos sinulla on tai on ollut käsi-ihottumaa, lähihoitajan määrät työtehtävät saavat ihottumasi uusiutumaan tai pahenemaan suurella todennäköisyydellä.

Mielenterveys- ja päihdetyöhön liittyy usein vähemmän ihoa ärsyttäviä työtehtäviä kuin muissa suuntautumisvaihtoehdoissa.

Haluatko tietää lisää?

Jos sinulla on kysyttävää ja haluat kuulla lisää lähihoitajan työhön liittyvistä allergia- ja ihottumariskeistä, ota yhteyttä koulusi terveydenhoitajaan tai opinto-ohjaajaan.

Lääkäri



Tässä ammatissa
ihottumat ovat
tavallisia.
Suojautuminen
on tärkeää.

Kynä vai leikkausveitsi?

Lääkäri on suosittu ammatti, joka vaatii pitkän koulutuksen ja omistautumista ihmisille.

Työ saattaa aiheuttaa joillekin ihottumaa, mutta siinä on mahdollista pysyä terveenä monella tavalla. Jos sinulla on taipumusta ihottumaan, leikkauspöydän sijaan kannattaakin valita työpöytä.

Mitä riskejä työhön liittyy?

Opiskeluaikana ja valmistumisen jälkeen lääkärinä voi joutua usein tekemisiin mahdollisesti ärsyttävien ja herkistävien aineiden kanssa.

Koska hygieniä on tärkeää lääkärin työssä, käsiä pitää pestä usein. Jatkuva veden ja saippuan käyttö saattaa johtaa ihottuman syntyyn. Silloin iho kuivuu, punoittaa ja hilseilee, ja siihen muodostuu halkeamia ja rakkuloita, jotka kutiavat.

Jotkut lääkärit, kuten kirurgit ja gynekologit, käyttävät käsineitä suuren osan päivästä. Tiukat muovitai kumikäsineet voivat ärsyttää ihoa ja aiheuttavat joskus allergiaa.

Oireiden ehkäisy

Lääkärin peruskoulutuksen jälkeen on valittavana useita erilaisia suuntautumisvaihtoehtoja. Joissakin niistä voi tulla ihottumaa ja allergiaa, kun taas toiset ovat paljon turvallisempia. Esimerkiksi kirurgin työ on huomattavasti riskialttiimpaa kuin työterveyslääkärin, tutkijan tai psykiatrin työ.

Ihottuman ehkäisemiseksi ja ihon suojaamiseksi kannattaa käsiin levittää hajusteetonta voidetta useita kertoja päivässä.

Jos sinulla on atooppista ihottumaa (taiveihottumaa tai maitorupea) tai sitä oli lapsena, kannattaa valita erikoisala, jossa iho rasittuu mahdollisimman vähän.

Jos sinulla on tai on ollut käsi-ihottumaa, kirurgin tai gynekologin ura ei ole sinulle sopiva. Kannattaa valita erikoisala, jossa käsien iho rasittuu mahdollisimman vähän.

Haluatko tietää lisää?

Jos sinulla on kysyttävää ja haluat kuulla lisää lääkärin työhön liittyvistä allergia- ja ihottumariskeistä, ota yhteyttä koulusi terveydenhoitajaan tai opinto-ohjaajaan.

Maanviljelijä tai maatalouslomittaja



Heinäkorsi suupielessä

Maanviljelijän työ on vapaata ja vaihtelevaa, mutta tilaa on toisaalta hoidettava joka ikinen päivä ympäri vuoden.

Työssä on hyvä osata vähän kaikkea kirjanpidosta koneiden käyttöön, eläinten hoitoon ja heinän tekoon.

Mitä riskejä työhön liittyy?

Monet maatilan työt voivat aiheuttaa ihottumaa, astmaa ja allergiaa.

Maitotilallinen puhdistaa eläimensä ja lypsykoneensa usein eli tekee ihoa ärsyttävää märkätyötä. Suurin osa tilan töistä tehdään käsin. Iho hankautuu ja saattaa tulla käsi-ihottumaa.

Maanviljelijänä tai maatalouslomittajana saattaa tulla allergiseksi eläimille, niiden rehulle sekä ilmassa leijuvalle heinä- ja viljapölylle. Nenä vuotaa, silmät kutiavat, hengitys vaikeutuu ja voi ilmaantua ihottumaa. Sikojen lähellä leijailee pölyä, joka voi ärsyttää silmiä ja hengitysteitä.

Oireiden ehkäisy

Eläinallergian kehittymistä on vaikeaa välttää, sillä eläimet ovat osa työtä. Kannattaa panostaa työskentelytilojen ilmanvaihtoon. Puhtaisiin ja siisteihin tiloihin ei myöskään kehity kovin helposti hometta.

Hengityksensuojaimia on hyvä käyttää pölyisimmissä paikoissa, ja käsiineet suojaavat ihoa likaisissa ja kosteissa töissä.

Jos sinulla oli lapsena atooppista ihottumaa (taiveihottumaa tai maitorupea), sinulle voi kehittyä normaalia helpommin allergia maanviljelijän työssä.

Jos sinulla on tai on ollut käsi-ihottumaa, on erittäin todennäköistä, että maanviljelijän työ saa ihottumasi uusiutumaan tai pahenemaan.

Jos sinulla on astma, maataloustyö sopii sinulle huonosti, koska joudut silloin tekemisiin oireitasi pahentavien asioiden kanssa. Harkitse tarkoin ennen maataloustyöhön ryhtymistä ja keskustele ammatinvalinnasta astmaasi hoitavan lääkärin kanssa.

Haluatko tietää lisää?

Jos sinulla on kysyttävää ja haluat kuulla lisää maanviljelijän työhön liittyvistä astma- ja ihottumariskeistä, ota yhteyttä koulusi terveydenhoitajaan tai opinto-ohjaajaan.

Muovi- ja kumituotteiden valmistaja



Muovista valmistetaan melkein mitä tahansa

Maailma on täynnä muovikippoja ja -kuppeja, ikkunantiivisteitä, autonrenkaita... Näitä tuotteita puristetaan ja valmistetaan eri tehtaissa.

Työ vaatii tarkkaavaisuutta ja ripeyttä, ja joskus se voi olla myös fyysisesti raskasta.

Mitä riskejä työhön liittyy?

Muovi- ja kumituotteiden valmistustyössä on ihottumaoireiden paheneminen mahdollista. Voi myös kehittyä allergia tuotteiden sisältämille aineille.

Allergia aiheuttaa ihottumaa, kun kyseistä ainetta joutuu iholle. Silloin iho kuivuu, punoittaa ja hilseilee, ja siihen muodostuu halkeamia ja rakkuloita, jotka kutiavat.

Muovi- ja kumituotteiden valmistuksessa hengitysilmassa on jonkin verran ärsyttäviä huuruja, pölyjä ja käryjä, ja nämä voivat vaikeuttaa astmaoireita.

Oireiden ehkäisy

Hyvä tapa ehkäistä käsi-ihottumaa on käsien rasvaaminen hajusteettomalla voiteella työpäivän alussa ja lopussa sekä tiiviiden suojakäsineiden käyttö kosteissa ja likaisissa työtehtävissä.

Jos sinulla on tai on ollut käsi-ihottumaa, on mahdollista, että muovi- tai kumituotteiden valmistajan työ saa ihottumasi uusiutumaan tai pahenemaan.

Astma ei ole este muovi- tai kumituotteiden valmistajan uralle. Jos kuitenkin sairastat vaikeampaa astmaa, harkitse tarkkaan ennen alan valitsemista. Keskustele ammatinvalinnasta astmaasi hoitavan lääkärin kanssa.

Haluatko tietää lisää?

Jos sinulla on kysyttävää ja haluat kuulla lisää muovi- ja kumituotteiden valmistajan työhön liittyvistä allergia-, astma- ja ihottumariskeistä, ota yhteyttä koulusi terveydenhoitajaan tai opinto-ohjaajaan.

Muurari, kivirakentaja, rappaaja



Tiiltä tiilen päälle

Muurarin työ voi olla raskasta, mutta työn jälki on näkyvää ja pitkäikäistä.

Muurari muuraa seiniä ja savupiippuja sekä rappaa julkisivuja. Usein hän työskentelee ryhmässä rakennustyömailla ulko- ja sisätiloissa ympäri vuoden.

Raskaiden taakkojen nostelu, kylmyys ja pöly voivat hankaloittaa työtä astmaatikolla.

Mitä riskejä työhön liittyy?

Laasti on märkää, ja iho hankautuu muuraustyössä. Jos muurarilla on ollut atooppista ihottumaa (taiveihottumaa tai maitorupea), hän saattaa saada työssä käsi-ihottumaa. Silloin iho kuivuu, punoittaa ja hilseilee, ja siihen muodostuu halkeamia ja rakkuloita, jotka kutiavat.

Muurarin työ on fyysisesti raskasta, ja joskus on työskenneltävä ulkona kylmässä. Työ voi pahentaa astmaatikon oireita. Muurauslaastista ja rappauksesta tuleva pöly voi myös ärsyttää hengitysteitä.

Oireiden ehkäisy

Puhtaat ja kuivat käsineet suojaavat käsiä muuraus- ja rappauslaastilta. Käsien kuivuminen edeltää usein käsi-ihottumaa, joten käsiä kannattaa rasvata hajusteettomalla voiteella usein.

Kun muurari käyttää hengityksensuojainta ja pölynsuodatinta, hän ei joudu hengittämään ärsyttävää

pölyä.

Jos sinulla on tai on ollut käsi-ihottumaa, on erittäin todennäköistä, että muurarin työ saa ihottumasi uusiutumaan tai pahenemaan.

Astma ei ole este muurarin uralle. Jos kuitenkin sairastat vaikeampaa astmaa, harkitse tarkoin ennen alalle ryhtymistä. Keskustele ammatinvalinnasta astmaasi hoitavan lääkärin kanssa.

Haluatko tietää lisää?

Jos sinulla on kysyttävää ja haluat kuulla lisää muurarin työhön liittyvistä allergia-, astma- ja ihottumariskeistä, ota yhteyttä koulusi terveydenhoitajaan tai opinto-ohjaajaan.

Ompelija, vaatturi, modisti



Kankaita ja luomisen iloa

Ompelija toimii todellisena käsityöläisenä ja loihtii ihanista kankaista uusia vaatteita tai muita tekstiilejä. Usein ompelija tekee myös korjausompelutyötä.

Vaatturi eli aiemmalta nimeltä räätäli valmistaa mittojen mukaan vaatteita. Puku on vaatturin työn taidonnäyte, ja se valmistetaan alusta loppuun itse. Asiakkaalta otetaan mitat, valitaan kangas ja malli, piirretään kaavat, leikataan ja ommellaan.

Modisti on asustealan ammattilainen, joka täydentää asukokonaisuudet erilaisilla asusteilla, kuten hatuilla tai muilla päähineillä, laukuilla, käsineillä ja huiveilla.

Mitä riskejä työhön liittyy?

Kankaiden ja lankojen käsittely voi rasittaa ihoa. Käsien iho hankautuu ja saattaa kuivua. Ongelmaksi tilanne kehittyy yleensä vain silloin, jos saa muutenkin helposti käsi-ihottumaa. Tekstiilipöly voi pahentaa atooppista ihottumaa.

Nikkeliä saattaa olla ompelutarvikkeissa, kuten neuloissa, vetoketjuissa ja painonapeissa.

Ilma voi olla kuivaa ja pölyistä työtilassa. Vaikeampi astma voi pahentua työssä niin paljon, että ompelutöitä on vaikeaa jatkaa.

Oireiden ehkäisy

Nikkeliallergisen kannattaa varmistua, että ei käytä nikkeliä vapauttavia tuotteita tai työvälineitä.

Jos sinulla on käsi-ihottumaa, saattavat oireesi pahentua hankauksesta ja eri materiaalien käsittelystä. Kuivumiselta ja käsi-ihottumalta voi suojautua rasvaamalla käsiä usein hajusteettomalla voiteella.

Astma ei ole este ompelijan, vaatturin tai modistin uralle. Jos kuitenkin sairastat vaikeampaa astmaa, harkitse tarkoin ennen alalle ryhtymistä. Keskustele ammatinvalinnasta astmaasi hoitavan lääkärin kanssa.

Haluatko tietää lisää?

Jos sinulla on kysyttävää ja haluat kuulla lisää ompelijan, vaatturin tai modistin työhön liittyvistä allergia- ja ihottumariskeistä, ota yhteyttä koulusi terveydenhoitajaan tai opinto-ohjaajaan.

Painaja



Töiden painamista

Kaikkialla näkyy painajien työn jälkiä: sanomalehtiä, kirjoja, julisteita, esitteitä...

Painaja käyttää työssään erilaisia painokoneita sekä asettaa ja säätää niitä niin, että lopputuloksesta tulee siisti.

Painoalalla tekninen kehitys on ollut nopeaa, ja nykyaikaisia painokoneita ohjataan usein tietokoneella. Silti niitä on huollettava, ja paperit ja värit on vaihdettava.

Mitä riskejä työhön liittyy?

Tietyissä painoprosesseissa käytettävät säilöntäaineet ja värit ärsyttävät ihoa ja hengitysteitä ja voivat aiheuttaa allergiaa. Iho kutiaa ja hengittäminen vaikeutuu.

Paperipöly voi sekä kuivattaa että ärsyttää hengitysteitä, kuten myös painokoneiden puhdistuksessa käytettävät liuottimet. Myös painomusteesta voi joskus tulla oireita, jos on huonoa onnea. Astmaoireet voivat pahentua työssä.

Oireiden ehkäisy

Käsineet suojaavat ihoa hyvin tietyissä työtehtävissä, kuten painokoneiden puhdistuksessa ja säätämisessä. Joskus voi olla myös hyvä käyttää pölynsuodatinsuojainta, joka suojaa paperipölyltä ja liuottimilta.

Vaikka monet työtehtävät voivatkin ärsyttää ihoa ja hengitysteitä, voi oireita myös ehkäistä. Työpaikan

hyvä yleisilmanvaihto ja kohdepoistot voivat ehkäistä hengitystieoireiden pahenemista. Likaisimmissa töissä kannattaa käyttää sopivaa hengityksensuojainta.

Jos sinulla on atooppista ihottumaa (taiveihottumaa tai maitorupea) tai oli sitä lapsena, saattaa sinulle kehittyä käsi-ihottuma painajan työssä. Joskus iho-oireita tulee myös muille ihoalueille.

Jos sinulla on tai on ollut käsi-ihottumaa, on todennäköistä, että painajan työ saa ihottumasi uusiutumaan tai pahenemaan.

Astma ei ole este painajan uralle. Jos kuitenkin sairastat vaikeampaa astmaa, harkitse tarkoin ennen alalle ryhtymistä. Keskustele ammatinvalinnasta astmaasi hoitavan lääkärin kanssa.

Haluatko tietää lisää?

Jos sinulla on kysyttävää ja haluat kuulla lisää painajan työhön liittyvistä allergia-, astma- ja ihottumariskeistä, ota yhteyttä koulusi terveydenhoitajaan tai opinto-ohjaajaan.

Palomies



Pelastaja hädän hetkellä

Palomiehen työhön kuuluu tulipalojen sammuttamista, onnettomuuspaikoilla auttamista ja paljon muuta.

Monet unelmoivat tästä vaihtelevasta työstä, mutta siinä on myös suuria haasteita. Työ vaatii hyvää terveyttä, ja astmaa sairastava ei pääse opiskelemaan palomieheksi.

Mitä riskejä työhön liittyy?

Tulipalossa muodostuu savukaasuja, jotka ärsyttävät hengitysteitä. Se voi aiheuttaa yskää, silmien vuotamista ja hengitysvaikeuksia. Jos palavat aineet ovat vaarallisia, savu voi aiheuttaa astmaa, vaikka sitä ei olisikaan aiemmin ollut.

Koulutuksessa ja työssä tehdään savusukelluksia, jolloin mennään savua täynnä olevaan taloon. Savusukellus on erittäin vaativaa, joten palomiehiä testataan säännöllisesti, jotta voidaan varmistaa, että he kestävät sen. Jos sinulla on astma tai jokin muu hengitystä vaikeuttava sairaus, et voi työskennellä savusukeltajana, koska riskit ovat sinulle liian suuret.

Oireiden ehkäisy

Sammutustöissä palomies käyttää aina hengitystä ja vartaloa suojaavia varusteita. On tärkeää, että palomies pitää itsensä hyvässä kunnossa, sillä hänen pitää pystyä työskentelemään vaikeissa olosuhteissa.

Jos sinulla on pitkittyneitä hengitystieoireita, sinun kannattaa hakeutua lääkärin tutkimuksiin ennen palomieheksi pyrkimistä. Astmaa sairastava ei pääse opiskelemaan palomieheksi.

Haluatko tietää lisää?

Jos sinulla on kysyttävää ja haluat kuulla lisää palomiehen työhön liittyvistä astma-, allergia- ja ihottumariskeistä, ota yhteyttä koulusi terveydenhoitajaan tai opinto-ohjaajaan.

Pintakäsittelijä, maalari



Väriä ihmisten elämään

Pintakäsittelijän työ on vaihtelevaa ja liikkuvaista. Sisä- ja ulkoseinien maalaamisen lisäksi siihen voi kuulua tapetointia, koristemaalusta ja marmorointia. Työhön kuuluu myös esivalmisteluja, kuten vanhojen tapettien poistamista, silotusta ja hiomista.

Esivalmistelut ovat tärkeitä, jotta pinnasta tulee siisti ja kestävä. Pintakäsittelijä käyttää paljon aikaa pesemiseen ja hiomiseen.

Tietyt pintakäsittelijän työtehtävät voivat olla riskialttiita, mutta on myös hyviä tapoja ehkäistä ihottumaa ja astmaa.

Mitä riskejä työhön liittyy?

Pintakäsittelijä pesee käsiään, työvälineitään ja työalustaa, mikä on raskasta iholle.

Maaleissa ja tasoitteissa on herkistäviä säilöntäaineita. Ne voivat aiheuttaa ihottumaa, jolloin iho kuivuu, punoittaa ja hilseilee, ja siihen muodostuu halkeamia ja rakkuloita, jotka kutiavat.

Tasoitteesta tuleva hiomapöly kuivattaa ja ärsyttää ihoa. Pöly voi ärsyttää myös hengitysteitä ja aiheuttaa ongelmia astmaatikolle.

Oireiden ehkäisy

Pintakäsittelijälle on hyviä suojavarusteita, ja jos niiden käytön ottaa tavaksi, voi ehkäistä ongelmia.

Suojakäsineillä ja pitkähihaisilla työvaatteilla voi hyvin suojata vartaloa pölyltä ja maalilta. Ihosta kannattaa huolehtia myös rasvaamalla käsiä hajusteettomalla voiteella. Vaarallisten kaasujen ja pölyn hengittämistä voi välttää käyttämällä sopivia hengityksensuojaimia.

Jos sinulla on atooppista ihottumaa (taiveihottumaa tai maitorupea) tai oli sitä lapsena, harkitse tarkkaan ennen pintakäsittelijän uran valintaa, koska oireesi voivat pahentua tai puhjeta uudelleen. Lisäksi saat tavallista helpommin käsi-ihottumaa pintakäsittelijän työssä.

Jos sinulla on tai on ollut käsi-ihottumaa, on erittäin todennäköistä, että pintakäsittelijän työ saa ihottumasi uusiutumaan tai pahenemaan.

Astma ei ole ehdoton este maalarin uralle. Harkitse kuitenkin tarkoin ennen pintakäsittelijän uran valintaa. Keskustele ammatinvalinnasta astmaasi hoitavan lääkärin kanssa.

Haluatko tietää lisää?

Jos sinulla on kysyttävää ja haluat kuulla lisää pintakäsittelijän työhön liittyvistä allergia-, astma- ja ihottumariskeistä, ota yhteyttä koulusi terveydenhoitajaan tai opinto-ohjaajaan.

Pizzaleipuri



Käsin tehtyä ruokaa

Valmista 10 minuutissa! Ei muuta kuin jauhot pölisemään, jos aikoo saada pizzan valmiiksi.

Valittavana on paljon hyviä täytteitä, mutta pölyävien jauhojen vuoksi pizzaleipuri voi saada astman tai hänen astmansa voi pahentua.

Lisäksi kosteat raaka-aineet sekä astioiden ja käsien peseminen voivat ärsyttää ihoa ja aiheuttaa käsi-ihottumaa.

Mitä riskejä työhön liittyy?

Työhön kuuluu täytteiden valmistamista ja toisinaan myös astioiden pesua ja siivousta. Tällaisissa työtehtävissä käytetään paljon vettä, joka haurastuttaa ihoa. Huonossa tapauksessa se voi johtaa käsi-ihottumaan. Työnteko edellyttää käsien tervettä ihoa, koska ihottuman bakteerit voivat aiheuttaa vaaraa asiakkaille.

Leivonnassa käytettävä jauhopöly voi aiheuttaa allergiaa. Nenän tukkoisuus, silmien ärsytys, yskä ja hengitysvaikeudet ovat yleisiä allergiaoireita, joita esiintyy erityisesti tämän alan töissä.

Allergia voi kehittyä astmaksi. Jauhoallergia aiheuttaa usein myös ihottumaa.

Oireiden ehkäisy

Käsi-ihottumaa voi ehkäistä hieromalla niihin hajusteetonta voidetta työpäivän jälkeen ja tauoilla. Käsineitä kannattaa käyttää aina kun mahdollista, esimerkiksi astioiden pesun aikana.

Jos sinulla on astma tai käsi-ihottumaa tai on ollut käsi-ihottumaa aiemmin, pizzaleipurin työ voi helposti saada oireesi uusiutumaan tai pahenemaan. Harkitse tarkasti ennen pizzaleipuriksi ryhtymistä ja keskustele tarvittaessa ammatinvalinnasta lääkärisi kanssa.

Sama pätee, jos sinulla on oireinen heinäallergia. Silloin jauhoallergian kehittymisen riski erityisen suuri.

Otathan huomioon, että jos sinulla on tai sinulle tulee jauhoallergia ja/tai käsi-ihottuma, et ehkä voi jatkaa työskentelyä pizzaleipurina. Saatat jopa joutua vaihtamaan täysin uuteen ammattiin.

Haluatko tietää lisää?

Jos sinulla on kysyttävää ja haluat kuulla lisää pizzaleipurin työhön liittyvistä astma- ja ihottumariskeistä, ota yhteyttä koulusi terveydenhoitajaan tai opinto-ohjaajaan.

Puuseppä



Sahanpurua kurkussa

Hyvä puuseppä harvoin lyö itseään vasaralla sormeen.

Vaikka olisi kuinka taitava, on kuitenkin vaikeaa välttyä hengittämästä puupölyä, jota työpaikalla on usein runsaasti. Pöly voi aiheuttaa ja pahentaa sekä ihottumaa että astmaa.

Mitä riskejä työhön liittyy?

Jotkin trooppiset puulaadut ovat herkistäviä ja voivat aiheuttaa sekä kosketusihottumaa että astmaa. Silloin iho kuivuu, punoittaa ja hilseilee, ja siihen muodostuu halkeamia ja rakkuloita, jotka kutiavat. Myös hengitysvaikeuksia voi tulla.

Tilannetta hankaloittaa se, että työkalut ja työssä käytettävät materiaalit hankaavat käsien ihoa.

Puuseppä työskentelee usein paikoissa, joissa on puupölyä ja liuottimista tulevia höyryjä, mikä voi pahentaa astmaa.

Oireiden ehkäisy

Puusepälle saattaa kehittyä ihottuma herkistävistä puulaaduista. Ongelmia voi ehkäistä käyttämällä työssä suojakäsineitä ja, mikäli mahdollista, välttämällä tiettyjä trooppisia puulaatuja, jotka ovat tunnetusti ärsyttäviä ja herkistäviä.

Astman kehittymistä ja vaikeutumista voi ehkäistä vähentämällä työpaikan pölyisyyttä esimerkiksi kohdepoistojen avulla. Pölynsuodattimella varustettua hengityksensuojainta kannattaa käyttää aina, kun se on mahdollista.

Jos sinulla on atooppista ihottumaa (taiveihottumaa tai maitorupea), harkitse ennen puusepäksi ryhtymistä.

Jos sinulla on tai on ollut käsi-ihottumaa, puusepän työ voi saada ihottumasi uusiutumaan tai pahenemaan.

Astma ei ole ehdoton este puusepän uralle. Jos sairastat astmaa, harkitse kuitenkin tarkoin ennen puusepäksi ryhtymistä ja keskustele ammatinvalinnasta astmaasi hoitavan lääkärin kanssa.

Haluatko tietää lisää?

Jos sinulla on kysyttävää ja haluat kuulla lisää puusepän työhön liittyvistä astma-, allergia- ja ihottumariskeistä, ota yhteyttä koulusi terveydenhoitajaan tai opinto-ohjaajaan.

Puutarhuri



Viherpeukalokin voi herkistyä

Puutarhuri viettää päivänsä kauniiden kukkien tai kasvien keskellä puutarhayrityksessä tai puistossa. Työssä arvostetaan luovuutta, suunnitelmallisuutta ja kiinnostusta kasvien kasvattamiseen.

Puutarhurin työtä voidaan tehdä sekä vilpoisissa ulkopuutarhoissa että kostean lämpimissä kasvihuoneissa.

Jatkuva mullan ja veden koskettaminen johtavat toisinaan käsi-ihottuman kehittymiseen ja jotkin kasvit tai torjuntaeläimet voivat aiheuttaa allergiaa ja astmaa.

Mitä riskejä työhön liittyy?

Puutarhurin kädet koskettavat usein multaa, vettä ja erilaisia kasveja. Kaikki tämä rasittaa ihoa ja voi johtaa käsi-ihottuman syntyyn. Silloin iho kuivuu, punoittaa ja hilseilee, ja siihen muodostuu halkeamia ja rakkuloita, jotka kutiavat.

Jotkin yleiset kukat ja kasvit (muun muassa tulppaani, harsokukka, päivänkakkara, kehäkukka, ruiskaunokki ja krysanteemi) voivat aiheuttaa allergiaa ja astmaa. Voimakkaat tuoksut ja pölyt voivat myös pahentaa astmaoireita erityisesti kasvihuoneissa työskenneltäessä.

Oireiden ehkäisy

Puutarhatyöhön suunnitellut käsineet voivat suojata käsiä vedeltä, mullalta ja teräviltä piikeiltä. Iholle on hyväksi myös käsivoiteen käyttö useita kertoja päivässä. Jos työssä käytetään torjunta-aineita, on tärkeää käyttää asianmukaisia suojavarusteita.

Hyvä ilmanvaihto voi ehkäistä hengitystieoireita. Kasvihuoneessa työskentely voi pahentaa astman oireita.

Jos sinulla on atooppista ihottumaa (taiveihottuma tai maitorupi) tai oli sitä lapsena, sinulla on tavallista suurempi mahdollisuus saada käsi-ihottumaa puutarhurin työssä. Jos päätät valita tämän uran, hoida käsiäsi ja käytä suojakäsineitä märissä ja likaisissa töissä.

Huomaathan, että jos sinulla on tai on ollut käsi-ihottumaa, puutarhurin työ saa usein ihottuman uusiutumaan tai pahenemaan.

Astma ei ole este puutarhurin uralle. Jos kuitenkin sairastat vaikeampaa astmaa, harkitse tarkoin ennen alalle ryhtymistä. Keskustele ammatinvalinnasta astmaasi hoitavan lääkärin kanssa.

Haluatko tietää lisää?

Jos sinulla on kysyttävää ja haluat kuulla lisää puutarhurin työhön liittyvistä astma-, allergia- ja ihottumariskeistä, ota yhteyttä koulusi terveydenhoitajaan tai opinto-ohjaajaan.

Rakennustyöntekijä



Vasarat heilumaan ja laudat vatupassiin...

Uskomatonta ajatella, että useat kauniit talomme ovat syntyneet aivan käsityönä.

Rakennustyöntekijän tehtäviin voivat kuulua lähes kaikki talonrakennuksen ja betonirakentamisen työt.

Rakennustyöntekijä työskentelee työmailla, joilla rakennetaan uudisrakennuksia tai peruskorjataan vanhoja rakennuksia. Hän tekee esimerkiksi rakennusten perustustöitä, runko- ja vesikattotöitä sekä sisustus- ja viimeistelytyöitä. Työtä tehdään usein sekä ulko- että sisätiloissa.

Mitä riskejä työhön liittyy?

Rakennustyöntekijän kädet ovat koetuksella, sillä käsien iho voi kärsiä runsaista pölyistä, hankauksesta ja erilaisten työkalujen käytöstä. Liimat, tasoitteet, maalit, sementti, saumausaineet ja muut käsille joutuvat tuotteet voivat aiheuttaa ärsytystä tai allergista kosketusihottumaa.

Rakennustyömailla on vaikeaa välttää altistumista erilaisille pölyille ja maalien tai liimojen käryille. Työ on usein fyysisesti raskasta, ja sitä joutuu tekemään kylmässä ja kuumassa ilmassa. Kaikki nämä tekijät voivat vaikeuttaa astmaoireita. Harvinaisempaa on, että rakennustyö aiheuttaisi astman puhkeamisen.

Oireiden ehkäisy

Hyvä tapa ehkäistä käsi-ihottumaa on käsien rasvaaminen hajusteettomalla voiteella työpäivän alussa ja lopussa sekä tiiviiden suojakäsineiden käyttö kosteissa ja likaisissa työtehtävissä.

Jos sinulla on atooppista ihottumaa (taiveihottumaa tai maitorupea) tai oli sitä lapsena, harkitse tarkkaan rakennusalan valintaa. Jos kuitenkin päätät valita tämän alan, hoida käsiäsi säännöllisesti hajusteettomalla käsivoiteella ja käytä tiiviitä suojakäsineitä kosteissa työvaiheissa.

Jos sinulla on tai on ollut käsi-ihottumaa, on varsin todennäköistä, että rakennustyöntekijän työ saa ihottumasi uusiutumaan tai pahenemaan.

Astma ei ole este rakennusmiehen uralle. Jos sairastat vaikeampaa astmaa, harkitse tarkkaan ennen kouluttautumista rakennusosalalle. Keskustele ammatinvalinnasta astmaasi hoitavan lääkärin kanssa.

Haluatko tietää lisää?

Jos sinulla on kysyttävää ja haluat kuulla lisää rakennustyöhön liittyvistä allergia-, astma- ja ihottumariskeistä, ota yhteyttä koulusi terveydenhoitajaan tai opinto-ohjaajaan.

Ripsipidennysten tekijä



Tässä ammatissa
ihottumat ovat
tavallisia.
Suojautuminen
on tärkeää.



Jos sairastat
astmaa, harkitse
tarkoin ennen
tähän ammattiin
hakeutumista.

Katse silmiin

Ripsien pidennykset tehdään liimaamalla asiakkaan omiin ripsiin keinomateriaalista valmistetut ripset. Työ on tarkkaa ja vaatii hyvää sorminäppäryyttä.

Mitä riskejä työhön liittyy?

Työssä käytettävä liima sisältää akrylaatteja ja voi aiheuttaa ihottumaa, nuhaa ja astmaa.

Oireiden ehkäisy

Ihottuman syntyä voi ehkäistä välttämällä ihokosketusta liimoihin. Työntekijän ei tulisi myöskään teettää itselle ripsien pidennyksiä.

Astman ja nuhan syntyä voi ehkäistä huolehtimalla hyvästä ilmanvaihdosta ja käyttämällä sopivaa hengityksensuojainta.

Jos sairastat astmaa, voi ripsipidennystyö pahentaa astmaoireitasi. Keskustele ammatinvalinnasta astmaa hoitavan lääkärisi kanssa.

Otathan huomioon, että jos tulet allergiseksi akrylaateille, et ehkä voi jatkaa ripsipidennysten tekemistä.

Haluatko tietää lisää?

Jos harkitset työtä ripsien pidennysten parissa ja haluat kuulla lisää työhön liittyvistä allergia- ja ihottumariskeistä, ota yhteyttä koulusi terveydenhoitajaan tai opinto-ohjaajaan.

Sairaanhoitaja tai terveydenhoitaja



Sairas sairaanhoitaja?

Sairaanhoitaja on suosittu ammatti. Sairaista ja loukkaantuneista huolehtiminen on hyvin vastuullista työtä, joka vaatii paljon omistautumista.

Kaiken muun keskellä on helppo unohtaa, että ihon rasittuminen voi johtaa käsi-ihottuman kehittymiseen.

Mitä riskejä työhön liittyy?

Sairaanhoitaja käsittelee työpäivänsä aikana useita aineita, jotka voivat ärsyttää ihoa ja aiheuttaa allergiaa. Tilannetta ei paranna se, että sairaanhoitaja pesee käsiään useita kertoja päivässä.

Jatkuva veden ja saippuan käyttö saattaa johtaa kosketusihottuman syntyyn. Silloin iho kuivuu, punoittaa ja hilseilee, ja siihen muodostuu halkeamia ja rakkuloita, jotka kutiavat.

Sairaalainfektioiden ehkäisy vaatii jatkuvaa käsihuuhteiden käyttöä. Huuhteet ärsyttävät ihoa, vaikkakin vähemmän kuin saippua ja vesi.

Oireiden ehkäisy

Tietyt sairaanhoitajan erikoistumisalueet rasittavat käsiä enemmän kuin muut. Esimerkiksi leikkaussalihoitajan täytyy pestä käsiään usein ja käyttää tiiviitä, ihoa hautovia suojakäsineitä pitkiä aikoja. Hänen työnsä on haitallisempaa kuin sellaisen sairaanhoitajan tai terveydenhoitajan, joka työskentelee poliklinisella vastaanotolla.

Kaikki eivät tietenkään ihottumaa saa, ja riskiä voi pienentää helposti. Yksinkertaisin ja kenties tärkein

tapa on suojakäsineiden käyttö ja käsien hoitaminen hajusteettomalla käsivoiteella useita kertoja päivässä.

Tartuntariskin vuoksi työssä käytetään usein kumisia suojakäsineitä. Ikävä kyllä kumi voi herkistää ihoa ja aiheuttaa ihottumaa.

Jos sinulla on atooppista ihottumaa (taiveihottumaa tai maitorupea) tai oli sitä lapsena, harkitse tarkoin ennen sairaanhoitajaksi ryhtymistä.

Jos sinulla on tai on ollut käsi-ihottumaa, sairaanhoitajan työ voi saada ihottumasi uusiutumaan tai pahenemaan.

Haluatko tietää lisää?

Jos sinulla on kysyttävää ja haluat kuulla lisää sairaanhoitajan työhön liittyvistä allergia- ja ihottumariskeistä, ota yhteyttä koulusi terveydenhoitajaan tai opinto-ohjaajaan.

Siivooja, kodinhuoltaja, toimitilahuoltaja



Siistiä jälkeä

Oletko koskaan tullut ajatelleeksi, kenen ansiosta saamme päivittäin tulla raikkaisiin ja siisteihin kouluihin ja työpaikkoihin?

Siivoojan ammatti on ”puhdas” palveluammatti. Taistelu villakoiria, tahroja ja likaisia lattioita vastaan edellyttää veden ja puhdistusaineiden käyttöä.

Jos siivooja ei tiedä, miten suojata itseään, hän saattaa hyvinkin saada käsi-ihottumaa.

Mitä riskejä työhön liittyy?

Siivooja käyttää joka päivä erilaisia puhdistusaineita. Osa siivoustyöstä tehdään käyttäen miedompia puhdistusaineita ja mikrokuituliinoja. Kuitenkin esimerkiksi erilaiset desinfektoivat puhdistusaineet, lattianhoitoaineet, kiillotusaineet ja ikkunanpesuaineet ovat voimakkaita.

Märät kädet eivät tietenkään auta asiaa. Kosketusihottuma voi kehittyä helposti, jos ei ole varovainen. Silloin iho kuivuu, punoittaa ja hilseilee, ja siihen muodostuu halkeamia ja rakkuloita, jotka kutiavat.

Pölyt ja voimakkaat puhdistusaineet voivat myös pahentaa astmaoireita.

Oireiden ehkäisy

Siivoojan ammatti on vaarallinen ihottuman kannalta, mutta onneksi sairastumisriskiä voi pienentää. Tärkein ja kenties yksinkertaisin tapa on ihon suojaaminen käsivoiteella useita kertoja päivässä.

Monet siivoojat käyttävät kumisia suojakäsineitä, joiden alla käytetään puuvillaisia käsineitä. Ikävä kyllä käsineet voivat myös aiheuttaa ihottumaa.

Siivousalalla on luonnollisesti useita erityyppisiä töitä, joista jotkin ovat haitallisempia kuin muut. Toimistosiivooja ei saa käsi-ihottumaa yhtä helposti kuin teollisuussiivooja, joka käyttää työssään paljon vettä ja voimakkaita kemikaaleja.

Jos sinulla on atooppista ihottumaa (taiveihottumaa tai maitorupea) tai oli sitä lapsena, harkitse kahteen kertaan ennen siivoojaksi ryhtymistä. Käsi-ihottuma kehittyy sinulle tavallista helpommin, ja likaisissa töissä atooppisen ihottuman oireet saattavat pahentua.

Jos sinulla on tai on ollut käsi-ihottumaa, on melko todennäköistä, että siivoojan työ saa ihottumasi uusiutumaan tai pahenemaan.

Astma ei ole este siivoojan uralle. Toimistosiivoojan työ sopii kuitenkin astmaa sairastavalle paremmin kuin esimerkiksi teollisuussiivoojan työ. Jos sairastat vaikeampaa astmaa, harkitse tarkoin ennen alalle ryhtymistä ja keskustele ammatinvalinnasta astmaasi hoitavan lääkärin kanssa.

Haluatko tietää lisää?

Jos sinulla on kysyttävää ja haluat kuulla lisää siivoojan työhön liittyvistä allergia- ja ihottumariskeistä, ota yhteyttä koulusi terveydenhoitajaan tai opinto-ohjaajaan.

Sukeltaja



Pinnan alla

Viihdytkö vedessä kuin kala konsanaan?

Sukeltajan työpaikka on ahventen ja uponneiden hylkyjen keskellä. Rakennussukeltaja työskentelee vedenalaisena rakentajana, kun taas pelastussukeltaja noutaa uponneita esineitä. Osa työskentelee myös pelastustoimissa.

Työssä on monia riskejä, joten sukeltajan on viihdyttävä vedessä, oltava hyvässä kunnossa ja hengitettävä ongelmitta.

Mitä riskejä työhön liittyy?

Sukeltaja pitää työpäivänsä aikana kuiva- tai märkäpukua, joka ei ole erityisen hyväksi iholle. Työhön kuuluu myös paljon vedessä olemista, joten jos sukeltajalla on ihottumaa tai herkkä iho, työ voi pahentaa tilannetta.

Veden alla työskentely on vaativaa. Sukeltaja saattaa joutua työskentelemään jopa 50 metrin syvyydessä. Jos sukeltajaksi haluavalla on astma tai muita hengitystieoireita, jotka vaivaavat erityisesti rasituksen yhteydessä, voi tähän työhön ryhtyminen olla vaikeaa terveysriskien vuoksi.

Oireiden ehkäisy

Iho-ongelmien välttämiseksi on hyvä rasvata ihoa ihovoiteella joka päivä.

On tärkeää, että sukeltaja pitää itsensä hyvässä kunnossa, sillä hänen pitää pystyä työskentelemään vaikeissa olosuhteissa. Sukeltajien terveyttä seurataan säännöllisillä lääkärintarkastuksilla.

Jos sinulla on hengitystieoireita, jotka pahenevat rasituksen yhteydessä, sinun kannattaa harkita tarkkaan ennen sukeltajaksi ryhtymistä.

Haluatko tietää lisää?

Jos sinulla on kysyttävää ja haluat kuulla lisää sukeltajan työhön liittyvistä astma-, allergia- ja ihottumariskeistä, ota yhteyttä koulusi terveydenhoitajaan tai opinto-ohjaajaan.

Suuhygienisti



Kalusto kuntoon

Suuhygienisti varmistaa, että suut saadaan puhtaiksi ja siisteiksi. Hän antaa neuvoja hampaiden hoitoon, ottaa näytteitä, kiillottaa hampaita ja poistaa hammaskiveä.

On tärkeää huolehtia käsien puhtaudesta potilaiden lähellä, mutta käsineiden käyttö ja jatkuva käsien peseminen voivat joskus aiheuttaa ihottumaa.

Mitä riskejä työhön liittyy?

Suuhygienisti käyttää käsineitä suuren osan työpäivästä, mikä pitkän päälle hautoo käsien ihoa. Myös jatkuva käsien peseminen joka päivä rasittaa ihoa, ja jotkut suuhygienistit saavatkin käsi-ihottumaa. Silloin iho kuivuu, punoittaa ja hilseilee, ja siihen muodostuu halkeamia ja rakkuloita, jotka kutiavat.

Joskus myös astmaoireet saattavat hankaloitua työssä.

Oireiden ehkäisy

Ihoa tulee suojata rasvaamalla käsiä usein pehmentävällä voiteella. Kädet on hyvä pestä miedolla saippualla.

Jos sinulla on atooppista ihottumaa (taiveihottumaa tai maitorupea) tai oli sitä lapsena, riskejä kannattaa selvittää tarkemmin ennen suuhygienistiksi ryhtymistä.

Jos sinulla on tai on ollut käsi-ihottumaa, on erittäin todennäköistä, että suuhygienistin työ saa ihottumasi uusiutumaan tai pahenemaan.

Astma ei ole este suuhygienistin uralle. Jos kuitenkin sairastat vaikeampaa astmaa, harkitse tarkoin ennen alalle ryhtymistä. Keskustele ammatinvalinnasta astmaasi hoitavan lääkärin kanssa.

Haluatko tietää lisää?

Jos sinulla on kysyttävää ja haluat kuulla lisää suuhygienistin työhön liittyvistä allergia-, astma- ja ihottumariskeistä, ota yhteyttä koulusi terveydenhoitajaan tai opinto-ohjaajaan.

Sähkö- ja automaatioasentaja



Valoa pimeään

Syyhyätkö sormesi jo pelkästä ajatuksesta, että voisit työskennellä sähköasentajana?

Sähköasentaja tuo valoa ihmisten työpaikoille asentamalla ja korjaamalla kaikkea mahdollista sähköverkosta hisseihin ja pesukoneisiin.

Sähkö ei kuitenkaan ole työn ainoa riski, sillä siinä voi saada myös ihottumaa, ja työ voi pahentaa astmaa. Sairastumisriskiä voi kuitenkin pienentää.

Mitä riskejä työhön liittyy?

Käsien iho kärsii sähköjohtojen vetämisestä ja erilaisten käsityökalujen käytöstä. Lisäksi työssä voidaan käyttää liimoja, jotka voivat aiheuttaa allergiaa.

Rakennettavissa tai remontoitavissa kohteissa työskentelevä sähköasentaja altistuu usein höyryille ja rakennuspölylle, mikä voi pahentaa astmaa.

Joillekin pölyn tarttuminen ihoon aiheuttaa ihottumaa. Silloin iho kuivuu, punoittaa ja hilseilee, ja siihen muodostuu halkeamia ja rakkuloita, jotka kutiavat.

Oireiden ehkäisy

Sähköasentaja voi monella tavalla pienentää riskiään sairastua ihottumaan tai astmaan.

Varmin tapa on valita sellainen työympäristö, jossa ei altistu usein esimerkiksi rakennuspölylle. Muun muassa korjaamalla ja huoltamalla sähkölaitteita voi välttää pölyiset ympäristöt, joissa asennuksia tekevä sähköasentaja usein työskentelee. Lisäksi kannattaa käyttää suojakäsineitä niin usein kuin mahdollista ja hajuusteettomia käsivoiteita säännöllisesti.

Jos sinulla on atooppista ihottumaa (taiveihottumaa tai maitorupea) tai astma, alalle hakeutumiselle ei ole ehdotonta estettä. Kannattaa kuitenkin miettiä, mikä olisi sinulle oikea suuntautumisvaihtoehto sähköasentajana.

Jos sinulla on käsi-ihottumaa tai astma, saattavat oireesi pahentua erityisesti pölyisissä rakennuskohteissa.

Haluatko tietää lisää?

Jos sinulla on kysyttävää ja haluat kuulla lisää sähköasentajan työhön liittyvistä allergia- ja ihottumariskeistä, ota yhteyttä koulusi terveydenhoitajaan tai opinto-ohjaajaan.

Tarjoilija



Tässä ammatissa
ihottumat ovat
tavallisia.
Suojautuminen
on tärkeää.

Keitto ilman kärpäsiä

Tarjoilija kiirehtii paikasta toiseen ja tapaa suuren määrän ihmisiä.

Tarjoilija pitää huolta ravintolan asiakkaista, suosittelee ruokia ja juomia, tarjoilee annoksia ja siistii pöytiä. Työympäristö voi vaihdella pienestä lounaspaikasta (jossa pitää tarjoilemisen lisäksi myös tiskata) luksusluokan gourmetravintolaan.

Vaikka asiakkaatkin voivat joskus aiheuttaa ongelmia, enemmän haittaa on jatkuvasta käsien pesemisestä, jos tarjoilijalla on taipumusta käsi-ihottumaan. Ongelmia voi kuitenkin ehkäistä eri tavoin.

Mitä riskejä työhön liittyy?

Tarjoilija pesee käsiään usein, pyyhkii pöytiä ja täyttää astianpesukonetta. Kaikki nämä voivat ärsyttää ihoa.

Lisäksi työssä käsitellään rahaa, mikä voi aiheuttaa ongelmia nikkeliallergikolle.

Oireiden ehkäisy

Tarjoilijoille on tarjolla monia erityyppisiä töitä. Käsien rasvaaminen tauoilla sekä työpäivän alussa ja lopussa on hyvä ja yksinkertainen tapa vahvistaa ihoa ja ehkäistä ihottumaa.

Jos sinulla on atooppista ihottumaa (taiveihottumaa tai maitorupea) tai oli sitä lapsena, saat käsi-

ihottumaa tavallista herkemmin tarjoilijan työssä. Jos päätät valita tämän uran, hoida käsiäsi huolella perusvoiteilla ja käytä suojakäsineitä märissä ja likaisissa työvaiheissa.

Jos sinulla on tai on ollut käsi-ihottumaa, on varsin todennäköistä, että tarjoilijan työ saa ihottumasi uusiutumaan tai pahenemaan.

Haluatko tietää lisää?

Jos haluat kuulla lisää tarjoilijan työhön liittyvistä allergia- ja ihottumariskeistä, ota yhteyttä koulusi terveydenhoitajaan tai opinto-ohjaajaan.

Teknisen työn opettaja



Kätevää opetusta

Teknisen työn opettaja perehdyttää oppilaita puu- ja metallityöhön. Hän osaa opettaa muita luomaan käsillään uutta ja käyttämään sahaa, sorvia ja höylää. Tiedossa on siis pitkä rivi voiveitsiä ja linnunpönttöjä!

Opetustilassa ei ole pelkästään kilttejä oppilaita vaan myös sahajauhoa, vaarallisia koneita ja liuottimia. Huonossa tapauksessa ne voivat pahentaa sekä ihottumaa että astmaa.

Mitä riskejä työhön liittyy?

Jotkin puulaadut ovat herkistäviä ja voivat aiheuttaa sekä kosketusihottumaa että astmaa. Silloin iho kuivuu, punoittaa ja hilseilee, ja siihen muodostuu halkeamia ja rakkuloita, jotka kutiavat. Myös hengitysvaikeuksia voi tulla.

Lisäksi työkalut ja työssä käytettävät materiaalit hankaavat käsien ihoa.

Opetustilan ilmassa on usein puupölyä ja liuottimista tulevia höyryjä, mikä voi pahentaa astmaa herkällä ihmisellä.

Oireiden ehkäisy

Työympäristö vaikuttaa paljon siihen, miten opettaja pärjää ihottuman ja astman kanssa työssään.

Opetustiloja on sekä hyviä että huonoja. Hyvä opetustila on siisti ja hyvin suunniteltu, ja työpöytien lähellä on poistoimuri, jotta pöly ja höyryt eivät pääse leviämään.

Ihon suojaamiseksi on hyvä käyttää hajusteetonta käsivoidetta työpäivän alussa ja lopussa. Myös suojakäsineitä kannattaa käyttää aina kun mahdollista.

Sinulle voi helpommin puhjeta ihottuma teknisen työn opettajana, jos sinulla oli lapsena atooppista ihottumaa (taiveihottumaa tai maitorupea).

Astma ei ole este teknisen työn opettajan uralle. Jos kuitenkin sairastat vaikeampaa astmaa, harkitse tarkoin ennen alalle ryhtymistä. Keskustele ammatinvalinnasta astmaasi hoitavan lääkärin kanssa.

Haluatko tietää lisää?

Jos sinulla on kysyttävää ja haluat kuulla lisää teknisen työn opettajan työhön liittyvistä astma-, allergia- ja ihottumariskeistä, ota yhteyttä koulusi terveydenhoitajaan tai opinto-ohjaajaan.

Tekstiilityön opettaja



Kankaita ja luomisen iloa

Tekstiilityön opettajalla on vapaus luoda uutta oppilaidensa kanssa, mikä vaatii sekä pedagogista osaamista että sorminäppäryyttä.

Työ vaikuttaa mukavalta, mutta se voi joskus olla melko raskasta erityisesti hengitysteille.

Mitä riskejä työhön liittyy?

Kankaiden ja lankojen käsittely voi rasittaa ihoa. Iho hankautuu ja saattaa kuivua. Ongelmaksi tilanne kehittyy kuitenkin vain silloin, jos saa muutenkin helposti käsi-ihottumaa.

Nikkeliä on monissa ompelutarvikkeissa, kuten neuloissa, vetoketjuissa ja painonapeissa. Nikkelin koskettaminen voi aiheuttaa nikkeliallergiaa tai pahentaa oireita, jos allergia on jo kehittynyt.

Ilma voi olla kuivaa ja pölyistä opetustilassa. Jos on vaikea astma, se voi pahentua niin paljon, että lopulta on vaikeaa jatkaa tekstiilityön opettajana.

Oireiden ehkäisy

Jos sinulla on käsi-ihottumaa, saatavat oireet pahentua hankauksesta ja eri materiaalien käsittelystä. Kuivumiselta ja käsi-ihottumalta voi suojautua rasvaamalla usein käsiä hajusteettomalla voiteella.

Jos sinulla on nikkeliallergia, tekstiilityön opettajana työskentely voi pahentaa oireitasi. Jos olet

allerginen nikkelille, voit kokeilla vaihtaa ompelutarvikkeet ja työvälineet nikkelittömiin.

Astma ei ole este tekstiilityön opettajan uralle. Jos kuitenkin sairastat vaikeampaa astmaa, harkitse tarkoin ennen alalle ryhtymistä. Keskustele ammatinvalinnasta astmaasi hoitavan lääkärin kanssa.

Haluatko tietää lisää?

Jos sinulla on kysyttävää ja haluat kuulla lisää tekstiilityön opettajan työhön liittyvistä allergia- ja ihottumariskeistä, ota yhteyttä koulusi terveydenhoitajaan tai opinto-ohjaajaan.

Veneenrakentaja



Väljemmille vesille

Kohti kesää, vene vesille ja purjeet ylös!

Ensin kuitenkin veneenrakentajan pitää valmistaa turvallinen ja kestävä vene veneveistämössä, joissa valmistetaan moottori- ja purjeveneitä. Venetelakoilla korjataan ja huolletaan valmiita veneitä.

Mitä riskejä työhön liittyy?

Veneenrakentajan kädet ovat koetuksella, sillä käsien iho voi kärsiä runsaista pölyistä ja hankauksesta sekä erilaisten työkalujen käytöstä. Käytössä olevat liuottimet voivat aiheuttaa ihon ärsytysihottumaa, ja lamiointiaineiden ja liimojen muoviyhdisteet voivat aiheuttaa allergista kosketusihottumaa.

Veneenveistämössä on vaikeaa välttää altistumista erilaisille pölyille, käryille ja liuotinhuruille. Nämä tekijät voivat vaikeuttaa astmaoireita. Kellukkeiden vaahdotustöissä altistutaan taas astmaa aiheuttaville kemikaaleille.

Oireiden ehkäisy

Hyvä tapa ehkäistä käsi-ihottumaa on käsien rasvaaminen hajusteettomalla voiteella työpäivän alussa ja lopussa sekä tiiviiden suojakäsineiden käyttö kosteissa ja likaisissa työtehtävissä. Kemikaaleilta on suojauduttava käyttämällä asianmukaisia suojakäsineitä ja muita suojaimia.

Hyvien työtapojen noudattaminen ja hengityksensuojaimien käyttö vähentävät astmariskejä.

Jos sinulla on atooppista ihottumaa (taiveihottumaa) tai oli sitä lapsena, harkitse tarkkaan ennen veneenrakentajan uran valintaa. Jos kuitenkin päätät valita tämän alan, hoida käsiäsi säännöllisesti hajusteettomalla käsivoiteella ja käytä asianmukaisia suojakäsineitä eri työvaiheissa.

Jos sinulla on tai on ollut käsi-ihottumaa, on varsin todennäköistä, että veneenrakentajan työ saa ihottumasi uusiutumaan tai pahenemaan.

Astma ei ole este veneenrakentajan uralle. Jos kuitenkin sairastat vaikeampaa astmaa, harkitse tarkkaan ennen kouluttautumista alalle. Keskustele ammatinvalinnasta astmaasi hoitavan lääkärin kanssa.

Haluatko tietää lisää?

Jos sinulla on kysyttävää ja haluat kuulla veneenrakentajan työhön liittyvistä allergia-, astma- ja ihottumariskeistä, ota yhteyttä koulusi terveydenhoitajaan tai opinto-ohjaajaan.

Verhoilija



Huonekaluille pehmeämpi ja kauniimpi päällys

Verhoilijan käsissä vanha esine saa uuden ilmeen ja elämän.

Perinteinen verhoilija kunnostaa ja verhoilee huonekaluja. Teollisuusverhoilijat työskentelevät huonekaluteollisuudessa.

Työ edellyttää hyvää motoriikkaa, loogista päättelykykyä, hyvää värisilmää ja sommittelukykä sekä asiakaspalvelutaitoja.

Mitä riskejä työhön liittyy?

Kankaiden ja lankojen käsittely voi rasittaa ihoa. Käsien iho hankautuu ja saattaa kuivua. Ongelmaksi tilanne kehittyy kuitenkin yleensä vain silloin, jos saa muutenkin helposti käsi-ihottumaa. Työn pölyisyys voi pahentaa atooppista ihottumaa.

Nikkeliä saattaa olla ompelutarvikkeissa, kuten neuloissa, vetoketjuissa ja painonapeissa.

Ilma voi olla kuivaa ja pölyistä työtilassa. Jos on vaikeampi astma, se voi pahentua niin paljon, että lopulta on vaikeaa jatkaa verhoilijana.

Oireiden ehkäisy

Kuivumiselta ja käsi-ihottumalta voi suojautua rasvaamalla usein käsiä hajusteettomalla voiteella.

Nikkeliallergisen kannattaa varmistua, että ei käytä nikkeliä vapauttavia tuotteita tai työvälineitä.

Jos sinulla on käsi-ihottumaa, saatavat oireesi pahentua hankauksesta ja eri materiaalien käsittelystä.

Astma ei ole este verhoilijan uralle. Jos kuitenkin sairastat vaikeampaa astmaa, harkitse tarkoin ennen alalle ryhtymistä. Keskustele ammatinvalinnasta astmaasi hoitavan lääkärin kanssa.

Haluatko tietää lisää?

Jos sinulla on kysyttävää ja haluat kuulla lisää verhoilijan työhön liittyvistä allergia- ja ihottumariskeistä, ota yhteyttä koulusi terveydenhoitajaan tai opinto-ohjaajaan.