

# Ruoka-altistus / Maitoaltistus

## Välttämismuistiote kotona ennen sairaala-altistusta

Nimi ja henkilötunnus

Aloituspvm

\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ 20\_\_\_\_

Aloita oirekaavion täyttäminen 7 vrk ennen altistusta. Merkitse kaikki käytetyt päivittäiset hoitotuotteet, joita olet käyttänyt (perusvoiteet, lääkerasvat, allergialääkkeet).

Kirjoita tähän käyttämäsi tuotteet ja lääkkeet: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Pvm	Oireet	Hoito
7 vrk ennen	Iho: _____ _____ Suolisto: _____ _____ Muut: _____ _____	<input type="checkbox"/> Perusvoiteet <input type="checkbox"/> Lääkerasvaus <input type="checkbox"/> Antihistamiini

<p>6 vrk ennen</p>	<p>Iho: _____ _____</p> <p>Suolisto: _____ _____</p> <p>Muut: _____ _____</p>	<p><input type="checkbox"/> Perusvoiteet <input type="checkbox"/> Lääkerasvaus <input type="checkbox"/> Antihistamiini</p>
<p>5 vrk ennen</p>	<p>Iho: _____ _____</p> <p>Suolisto: _____ _____</p> <p>Muut: _____</p>	<p><input type="checkbox"/> Perusvoiteet <input type="checkbox"/> Lääkerasvaus <input type="checkbox"/> Antihistamiini</p>
<p>4 vrk ennen</p>	<p>Iho: _____ _____</p> <p>Suolisto: _____ _____</p> <p>Muut: _____</p>	<p><input type="checkbox"/> Perusvoiteet <input type="checkbox"/> Lääkerasvaus <input type="checkbox"/> Antihistamiini</p>

<p>3 vrk ennen</p>	<p>Iho: _____ _____</p> <p>Suolisto: _____ _____</p> <p>Muut: _____ _____</p>	<p><input type="checkbox"/> Perusvoiteet <input type="checkbox"/> Lääkerasvaus <input type="checkbox"/> Antihistamiini</p>
<p>2 vrk ennen</p>	<p>Iho: _____ _____</p> <p>Suolisto: _____ _____</p> <p>Muut: _____</p>	<p><input type="checkbox"/> Perusvoiteet <input type="checkbox"/> Lääkerasvaus <input type="checkbox"/> Antihistamiini</p>
<p>1 vrk ennen</p>	<p>Iho: _____ _____</p> <p>Suolisto: _____ _____</p> <p>Muut: _____</p>	<p><input type="checkbox"/> Perusvoiteet <input type="checkbox"/> Lääkerasvaus <input type="checkbox"/> Antihistamiini</p>

Yllä olevaan taulukkoon merkitään sairaala-altistusta edeltävien päivien tilanne ilman epäiltyä ruoka-ainetta. Kirjaa oireet ja miten on hoidettu.

### **Seurattavat oireet välttämisen aikana**

Iho-oireet: punoitus, kutina, atooppinen ihottuma, urticaria / nokkosihottuma.

Suoli-oireet: pahoinvointi, oksentelu / pulauttelu (määrä ?), ummetus, ripuli (määrä ?), vatsakivut, ilmavaivat, peräaukon kutina ja punoitus.

Muut oireet: nuha, yskä, hengenahdistus, yölevottomuus, väsymys, ärtyneisyys, itkuisuus.