

# Nokkosihottuma

**Nokkosihottuma (urtikaria) on yleinen iho-oire, jonka aiheuttaja jää usein tuntemattomaksi. Oireita voi helpottaa ilman reseptiä saatavilla antihistamiineilla.**

## Yleistä

Akuutista nokkosihottumasta puhutaan, kun iho-oireet kestävät alle kaksi kuukautta. Ihottuman voi laukaista jokin tavallinen virus tai allerginen reaktio. Alkoholin käytöllä, eri ruoka-aineilla tai fyysisellä rasituksella voi olla vaikutusta nokkosihottuman ilmaantumiseen. Nokkosihottuman tunnistaminen on helppoa, sillä missään muussa iho sairaudessa ei ole nopeasti nousevia ja melkein yhtä nopeasti häviäviä paukamia.

## Oireet

Nokkosihottuma muodostuu iholla koholla olevista paukamista, jotka muistuttavat nimensä mukaisesti nokkosen polttamaa. Paukaman koko voi olla 2 millimetristä aina 20 senttimetriin. Paukamet vaihtavat paikkaa ihoalueelta toiselle. Ne nousevat nopeasti ja painuvat pois parissa tunnissa tai viimeistään vuorokauden kuluessa. Jos paukamet pysyvät paikoillaan yli vuorokauden voi kyseessä olla jokin muu ihosairaus kuin nokkosihottuma.

Nokkosihottuman paukamet kutiavat aluksi kovasti. Kutina helpottaa, kun paukamet alkavat painua pois.

Nokkosihottumaan ei yleensä liity kuumetta, ellei ihottuma ole merkki jostakin muusta infektiosta. Rajuun nokkosihottumaan voi liittyä vatsaoireita. Joillekin ihmisille ilmaantuu nokkosihottuman lisäksi kiinteää, usein kivuliasta, paikallista turvotusta eli niin sanottua angioedeemaa (allerginen turvotus) huuliin, kieleen, silmäluomiin tai raajoihin.

Nokkosihottuma ei ole tarttuva tauti.

## Itsehoito

Nokkosihottuman aiheuttaman kutinan hoitoon voi käyttää suun kautta apteekista ilman reseptiä saatavia antihistamiinitabletteja. Apteekin henkilökunta auttaa tarvittaessa oikean tuotteen valinnassa. Antihistamiinin käyttöä voi jatkaa niin kauan kuin oireita on, kuitenkin vähintään 2-3 viikkoa. Ihon paikallishoitoon tarkoitetuista tuotteista ei ole apua nokkosihottuman hoidossa. Antihistamiinit eivät poista angioedeemaa.

## Milloin yhteys terveydenhuollon ammattilaiseen?

Nokkosihottuman aiheuttamien oireiden häviämistä voi odottaa rauhassa pari kuukautta, jos paukamat pysyvät vähissä tai kokonaan poissa antihistamiinien avulla. Oireiden pitkittyessä kannattaa olla yhteydessä terveydenhuollon ammattilaiseen.

Terveydenhuollon ammattilaiseen on syytä olla yhteydessä, jos

- nokkosihottumaan liittyy hengenahdistusta.
- äkillisesti alkaneeseen ja laajaan nokkosihottumaan liittyy kielen, suun tai nielun turvotusta.

## Aiheeseen liittyvää

- Nokkosihottuma eli urtikaria (Terveyskirjasto)  
[https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p\\_artikkeli=dlk00458](https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00458)
- Urtikaria-opas (Allergia.fi)  
[https://www.allergia.fi/site/assets/files/18693/urtikaria\\_2014.pdf](https://www.allergia.fi/site/assets/files/18693/urtikaria_2014.pdf)
- Angioedeema ("allerginen turvotus")  
[https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p\\_artikkeli=dlk00642](https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00642)

**Yhteistyössä mukana:**

DUODECIM  
TERVEYSKIRJASTO

Versio 2.0 12.2.2021