



Astma och Allergiföreningen  
Östergötlands län

# Allergi BLADET

Nr 2  
2026

- Fikaträffar för daglediga
- Inspirationsföreläsning med Madelene Lennartsson
- Nya riktlinjer för allergivård
- Aktuell forskning

## Innehållsförteckning

- 3** Kalender
- 4** Ombudsman har ordet
- 5 - 8** Inbjudningar för hela länet
- 9** Kontakta lokalföreningarna
- 10-16** Information från lokalföreningarna
- 17** Uppdatera medlemsuppgifter
- 18** Astma- och Allergiförbundet Östergötland län
- 19-21** Astma- och Allergiförbundet
- 22-37** Nyheter från andra
- 38-39** Tävling – Solen står högt över fälten

**Bli medlem!**



## Kansliet

På Astma- och Allergiföreningen Östergötlands län arbetar Sara Hjalmarsson som ombudsman. Om du har några frågor eller hjälp med annat som rör astma och allergi är du välkommen att kontakta Sara. Du kan kontakta oss på tfn nr: 013- 10 34 82 eller skicka e-post till: [astma-allergi.ost@fontanen.org](mailto:astma-allergi.ost@fontanen.org)



Astma och Allergiföreningen  
**Östergötlands län**

**Nr 2:** 2026 Upplaga: 670 ex

**Ansvarig utgivare:** Björn Pettersson

**Postadress:** Astma- och Allergiföreningen

Östergötlands län,

Västra vägen 32, 582 28 Linköping

**Organisationsnummer:** 822001-3620

**E-post:** [astma-allergi.ost@fontanen.org](mailto:astma-allergi.ost@fontanen.org)

**Hemsida:** [www.astmaoallergi.se](http://www.astmaoallergi.se)

**Facebook:** [www.facebook.com/astmaoallergioost/](https://www.facebook.com/astmaoallergioost/)

**Omslagsfoto:** Syrén, Pixabay

**Tryck:** Föreningen Fontänen

## Utgivningsplan för Allergibladet 2026

	<b>Manus- stopp</b>	<b>Utgivning omkring:</b>
Nr 3	28 augusti	15 september
Nr 4	13 november	1 december

## Kalender 2026

- Maj**
- Allergibladet nr 2/2026
  - 18 maj Styrelsemöte Astma- och Allergiföreningen Linköping
  - 24 maj Bangolf Linköping tillsammans med Celiakiföreningen - Östergötland
  - 31 maj Tobaksfria dagen
- Juni**
- 1 juni Styrelsemöte Astma- och Allergiföreningen Östergötlands län
  - 4 juni Fikaträff för daglediga Linköping
- Juli**
- 2 juli Fikaträff för daglediga Linköping
- Augusti**
- 19 augusti – Inspirationsföreläsning med Madelene Lennartsson
  - 31 augusti Styrelsemöte Astma- och Allergiföreningen Linköping
- September**
- 14 september - Internationella dagen för atopiskt eksem
  - Allergibladet nr 3/2026
  - 18 september - Funktionsrätt Östergötland 60 år
  - 21 september - Styrelsemöte Astma- och Allergiföreningen - Östergötlands län
- November**
- Parfymfria veckan
  - 23 november - Styrelsemöte Astma- och Allergiföreningen Östergötlands län
  - Tobaksfria veckan
- December**
- 7 december Styrelsemöte Astma- och Allergiföreningen Linköping
  - Allergibladet nr 4/2026



## Välkommen till Allergibladet, som är Astma- och Allergiföreningarna i Östergötlands gemensamma informationsblad.

Det händer mycket i Östergötland och du som medlem har möjlighet att delta på de aktiviteter som intresserar dig. Vi ser vår gemensamma verksamhet som ett smörgåsbord, där vi tillsammans hjälps åt att erbjuda olika aktiviteter för våra medlemmar.



**Glöm inte heller att hålla koll på vår Facebook sida och vår hemsida där vi försöker att lägga ut intressanta aktiviteter som vi får tips om. Ibland skickar vi också ut inbjudningar via e-post direkt till de medlemmar som vi har e-postadress till.**

I detta nummer berättar vi bland annat om aktiviteten fika för daglediga som Astma- och Allergiföreningen Linköping ordnar tillsammans med Celiakiföreningen Östergötland. Vi har två tillfällen 4 juni och 2 juli för dig som ännu inte vågat dig dit. Vi fikar tillsammans under en timmes tid och samtalar om aktuella ämnen för dagen. Det brukar vara väldigt trevligt.  
*Välkommen!*

Den 19 augusti bjuder vi in till en spännande inspirationsföreläsning med Madelene Lennartsson tillsammans med åtta andra organisationer. Under @wholeblissco vill hon sprida glädje och enkelhet kring näringsrik mat, hälsa och personlig utveckling. Det går att delta på plats eller digitalt.

Vi laddar också upp för en ny utbildningsomgång av forskningspartner i början av 2027, då Region Östergötland har beviljat Funktionsrätt Östergötland bidrag så att vi nu kan fortsätta vår uppskattade forskningspartnerutbildning.

Vi kommer också jobba vidare regionalt med de nya riktlinjerna för allergivård som ska hjälpa miljontals svenskar.

Trots att allergi är en av Sveriges vanligaste kroniska folksjukdomar har det hittills saknats nationella riktlinjer. Den 8 april publicerade Socialstyrelsen för första gången nationella rekommendationer för allergivården. Samtidigt visar en ny utvärdering att vården vid de kroniska sjukdomarna astma och KOL behöver stärkas, särskilt i primärvården.

Riktlinjerna är verktyg för att styra verksamheten mot effektiva metoder, minska regionala skillnader och stödja regionala beslutsfattare i resursfördelning. Riktlinjerna är inte bindande, men vägledande för att få en god och likvärdig vård i hela landet.





## Medlemsträff med BANGOLF 24/5 kl. 13.00 – 15.30

Denna medlemsträff arrangeras ihop med Celiakiföreningen Östergötland. Kom och umgås en söndag i maj och testa bangolf till det mycket förmånligt priset 75 kr/person.

Du får spela så mycket du vill och på vilka banor du vill kl. 13.00-15.30.

Det finns även möjlighet att köpa fika i cafeterian.

Info angående betalning kommer via mail efter anmälan. OBS! Medlemskrav i någon av föreningarna

Har du frågor är du välkommen att ringa: 070-669 12 57, helgfria torsdagar 9 - 14.

Plats: Linköpings Bangolfklubb, Vidingsjö motionscentrum, Linköping

Tid: kl. 13.00-15.30

Pris för att spela 75 kr.

**Bindande anmälan  
via denna qr-kod:**



## Fikaträff för daglediga Celiakiföreningen Östergötland

Fika finns till självkostnadspris.

När:

- Torsdag 4/6 2026
- Torsdag 2/7 2026

Tid: kl. 10.15 – 11.15

Plats: Fontänen, Västra vägen 32 Linköping, Ingång via huvudentrén, Lokal är ännu inte fastställd så kolla på tavlan vid receptionen. Ingen anmälan är nödvändig!

## Inspirationsföreläsning med Madelene Lennartsson

Denna medlemsträff arrangerar vi tillsammans med Celiakiföreningen i Östergötlands län, Diabetesföreningen Region Östergötland, ILCO Östergötland, Magtarmföreningen Östergötland, Reumatikerföreningen Linköping, Sköldkörtelförbundet Östergötland, Funktionsrådet Östergötland och ABF.

- **När:** onsdag 19 augusti 2026, kl. 18.00
- **Var:** Vagnhallen, Föreningshuset Fontänen Linköping eller digitalt.

Madelene arbetar som hälsoinspiratör, receptkreatör och kokboks författare. Hon gjorde en livsstilsförändring 2018, bland annat utan gluten, mjölk och vitt socker och lever sedan dess medicinfri från sin autoimmuna tarmsjukdom Ulcerös kolit. Under @wholeblissco vill hon sprida glädje och enkelhet kring näringsrik mat, hälsa och personlig utveckling. Madelene vill lyfta matens förmåga till läkning och de fantastiska egenskaper den har för vår kropp.

Har du frågor är du välkommen att ringa: 070- 669 12 57 helgfria torsdagar 9-14, semesterstängt vecka 28-31 (3/7-2/8)



**Bindande anmälan senast  
den 12 augusti via denna qrkod**



## Utbilda dig till forskningspartner!

Region Östergötland har beviljat Funktionsrätt Östergötland bidrag så att vi nu kan fortsätta vår uppskattade forskningspartnerutbildning.

Är du intresserad?



**Funktionsrätt**  
Östergötland

Nästa utbildningsomgång startar januari 2027. Anmälan för att delta i utbildningen öppnas efter sommaren men du kan redan nu fylla i ansökningsformuläret och skicka in det. Under hösten kommer du sedan att kallas till en digital intervju. Du som är intresserad av utbildningen eller av att samarbeta med forskningspartner kontaktar [susanna@funktionsratt-ostergotland.se](mailto:susanna@funktionsratt-ostergotland.se).

---

En forskningspartner har unika kunskaper om sin eller en anhörigs funktionsnedsättning eller sjukdom och hur det är att leva med den. Efter genomgången utbildning till forskningspartner finns möjligheten att ingå i ett forskningsprojekt och utifrån sina egna möjligheter delta i forskning från forskningsidé till slutresultat.

## Utbildningens innehåll:

I utbildningen ingår kunskap om forskningsprocessens olika delar, forskningsmetodik, forskningsetik, att vara forskningspartner i en forskargrupp, möjligheter och utmaningar som forskningspartner, forskningsfinansiering samt att söka och värdera vetenskaplig information. Utbildningen genomförs i form av föreläsningar, diskussioner, hemuppgifter och viss litteraturgenomgång. Utbildningen arrangeras i samarbete med Region Östergötland.

## Vad behövs för att kunna delta

- Goda kunskaper i att tala/teckna, läsa och förstå svenska.
- Att våga och vara beredd på att ta plats i ett forskningsteam.
- Grundläggande datorvana för att kunna mejla, söka fakta och delta i webinarier vid behov.
- Goda kunskaper om egen eller närståendes funktionsnedsättning och/eller sjukdom.
- Att ha fått perspektiv till erfarenheterna för att kunna vara företrädare för fler än sig själv.
- Ha tiden som krävs för ett engagemang i ett forskningsprojekt.
- Nyfikenhet på forskning och rollen som forskningspartner.

## Frågor och ansökan

För frågor och ansökan kontakta Susanna Ahlström på Funktionsrätt Östergötland. I ansökan berättar du om dig själv och reflekterar kring dina kvalifikationer.

## Kontaktuppgifter:

E-post: [susanna@funktionsratt-ostergotland.se](mailto:susanna@funktionsratt-ostergotland.se)  
Mobil: 070-256 42 35 (sms)  
Funktionsrätt Östergötland  
Susanna Ahlström  
Västra vägen 32  
582 28 Linköping

Läs mer och ladda ner  
ansökningsformuläret via qr-koden



### Astma- och Allergiföreningen i Linköping

#### Kontakta oss:

Astma- och Allergiföreningen i  
Linköping Västra vägen 32,  
582 28 Linköping

**Tel:** 013-10 34 82 (länsföreningen)

**E-post:** [astma-allergi@fontanen.org](mailto:astma-allergi@fontanen.org)

**Hemsida:** [www.astmaoallergi.se](http://www.astmaoallergi.se)



Astma- och Allergiföreningen  
Linköping

**Bankgiro för gåvor:** 5757-8981

Om du vill nå oss via telefon kan du  
alltid ringa till länsföreningens  
ombudsman Sara Hjalmarsson på  
telefonnummer: 013-10 34 82.

### Astma- och Allergiföreningen i Norrköping

#### Kontakta oss:

Astma- och Allergiföreningen i Norrköping,  
Husdel E, Gamla Övägen 23,  
603 79 Norrköping

**Plusgiro:** 86 33 76 - 0

**E-post:** [norrkoping@astmaoallergiforening.se](mailto:norrkoping@astmaoallergiforening.se)

**Kontakt:** Rolf 070-620 40 66 , Annelie 070-475 48 84



Astma- och Allergiföreningen  
Norrköping

*Bindande anmälan gäller till alla våra  
aktiviteter och ska göras 3 dagar innan,  
blir vi inte tillräckligt många kan  
arrangemanget ställas in med kort varsel.*

### Västra Östergötlands Astma- och Allergiförening

#### Kontakta oss:

Västra Östergötlands Astma- och Allergiförening,  
Monica Jernér Västra Älgsjö Lunnarp 1 ,  
596 91 Skänninge

**Tel:** 070-593 73 09

**E-post:** [monicajr.mj@gmail.com](mailto:monicajr.mj@gmail.com)



Astma- och Allergiföreningen  
Västra Östergötland



Nu finns vi på Facebook!  
Gilla oss och få den senaste  
informationen om vad som  
händer i föreningen.



### Behöver du extra stöd i dina Komvux-studier?

Har du en funktionsnedsättning och skulle vilja ha hjälp i eller inför dina studier?

Då finns FR-Kontakten för dig!

Vi kan bland annat hjälpa dig med:

- Stöd i studierna
- Förberedelse inför studier
- Hjälp medolika ansökningar
- Stöd i kontakter med myndigheter

Kontakta Caroline Beinerfelt:

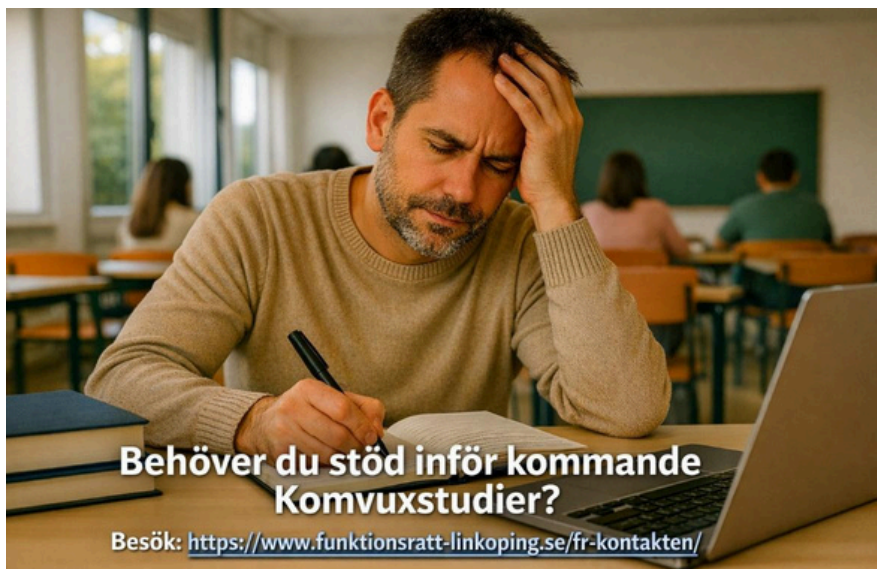
Telefon: 013–12 30 88

SMS: 070–295 04 51

E-post: [caroline@funktionsratt-linkoping.se](mailto:caroline@funktionsratt-linkoping.se)

FR-Kontakten är en del av vuxenutbildningen i Linköpings kommun och finns både för dig som studerar och för utbildningsanordnarna. Målet är att göra studier mer tillgängliga för vuxna med funktionsnedsättning – och att nå ut till dem som kan behöva extra stöd.

Varmt välkommen att höra av dig!  
/Caroline Beinerfelt, FR-Kontakten





## Rapport - Fika för daglediga

Den vid två tillfällen under våren har Astma- och Allergiföreningen Linköping tillsammans med Celiakiföreningen i Östergötlands län bjudit in till fika för daglediga på Föreningshuset Fontänen i Linköping.

Den 4 februari var vi 14 personer som fikade och samtalande tillsammans.

Den 2 april var vi 11 personer som fikade och samtalande tillsammans om märkning av produkter, spår av märkning och kommande aktiviteter.

Vi bjuder in till ytterligare två fikaträffar i juni och juli i detta blad. Se sidan 5.

Varmt välkommen!



# Astma- och Allergiföreningen Linköping

Den 14 mars besökte Astma- och Allergiföreningen Linköping, den omtalade utställningen "Häxor" på Östergötlands museum i Linköping.

I utställningen skildras verkliga händelser och kvinnliga livsöden från 1600-talet, samtidigt som fakta möter fantasi genom AI och gestaltningen av myter kring häxor och trolldom. Utställningen visas 29 november 2025–19 april 2026.



## KLOKA GUMMOR

*Fanns det vi kallar häxor på riktigt?*

I 1600-talets Sverige finns ytterst få utbildade läkare. I vardagen får man antingen sköta sina medicinska behov efter egen förmåga eller uppsöka en så kallad klok gummor eller gubbe. De är ett slags läkekunniga som använder botemedel som örtmedicin. Men ofta erbjuder de också vit magi, besvärjelser och olika ritualer.

»De kloka« ser man på med respekt. Den som kan konsten att läka, kanske också behärskar konsten att skada. För bredvid den vita magin, hotar den svarta. Trollkrafter som används för att komma åt någon man vill illa. *Maleficium*, eller så kallad förgörning, innebär att utföra illvilliga gärningar med magiska föremål. Det kan vara ben eller hår från en död man, torkade och pulvriserade paddor eller ormar som kan smygas in i hemmet hos den som ska utsättas för det onda.

Men »De kloka« är inte häxor och de anlitas i första hand inte för svart, utan för vit magi. Det är inte heller bland dem som de stora kaskaderna av häxanklagelser ska komma att brisera.

I Herrens år 1668 släpps Satans raseri lös i Sverige. Plötsligt anklagas kvinnor för häxeri och samvaro med Djävulen.

I kungens namn sänds entrolldomskommission ut med rätt att utmäta dödsstraff. Domarna börjar falla – och blir gnistan som får häxbålen att flamma upp över hela landet. "Det stora oväsendet" har inletts. Och innan det tystnar, kommer yxan och elden ha släckt närmare 300 kvinnoliv.



De anklagade kvinnornas livsöden levandegörs genom scenografier, filmer och bilder – sistnämnda skapade av Pompe Hedengren med hjälp av AI. I utställningen gestaltas även myter och fantasier om häxor, trolldom och Blåkulla.

HÄXOR har tidigare visats på Kalmar slott, Historiska museet i Stockholm och Örebro slott. Östergötlands museum presenterar en specialanpassad version av utställningen, där museets eget material kring häxprocesserna i Östergötland ges plats.



# Välkommen till brunch & samtal om sexuell hälsa

Sexuell hälsa är en viktig del av livet - och av vårt välbefinnande. Kronisk sjukdom eller funktionsnedsättning kan påverka lust, närhet, relationer och självbild, men trots detta pratas det sällan om sexuell hälsa i vården.

## VI VILL ÄNDRA PÅ DET – TILLSAMMANS MED DIG

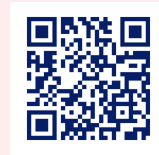
Vi bjuder på brunch och ett öppet samtal om hur vården kan bli bättre på att informera och att ta upp frågor om sexuell hälsa. Dina erfarenheter och tankar är värdefulla och för att förbättra framtidens vård

Datum: 1 juni

Tid: 10:00-14:00

Plats: Fontänen, Linköping

Anmälan senast 25 maj.  
Skanna QR-koden

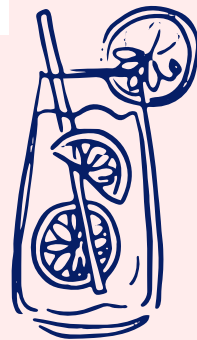


### PROGRAM FÖR DAGEN:

- Kl. 10:00-10:30 Introduktion av dagen
- Kl. 10:30-11:30 Brunch och mingel
- Kl. 11:30-14:00 Gruppsamtal och diskussion

Vi vill gärna höra dina tankar om:

- Vilka aspekter av sexuell hälsa är viktiga att prata om med vårdpersonal?
- Hur skulle du vilja att vårdpersonal tar upp ämnet?
- Om vi skapar en webbsida med samlad information - vilken information skulle du vilja hitta där?



DAGEN ÄR KOSTNADSFRI



Frågor? Kontakta oss, gärna via e-post eller telefon:

Leonie Klomstra  
leonie.klomstra@liu.se  
070-089 63 60

Magda Eriksson-Liebon  
magda.eriksson-liebon@liu.se  
070-169 76 49



## Friskvårdsbad hösten 2026

Söndagar kl.17:00-18:00, Vrinnevisjukhuset, Norrköping

Kom ihåg vikten av en god personlig hygien samt kravet på tvålvtättning innan man går i bassängen. Detta gäller även parfymerade produkter, lokalerna är en parfymfri zon.

All förtäring av mat eller dryck är förbjuden i och i anslutning till bassänglokalerna.

Höstterminen startar 13 september och slutar 20 december.

Anmälan görs inför varje söndag till mig Annelie på 0704-754884, sms eller pm.  
Välkomna!

### Stötta Astma- och Allergiföreningen Norrköping!

Nu säljer vi digitala lotter från Folkspel! Stötta gärna oss genom att skanna QR-koden till vår lottbutik där du kan köpa lotter och läsa mer. Tack!

**Norrköpings Astma-Allergi Förening**

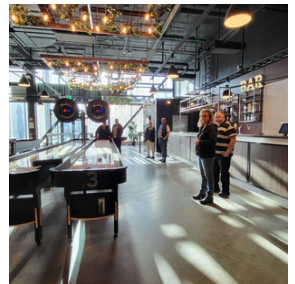
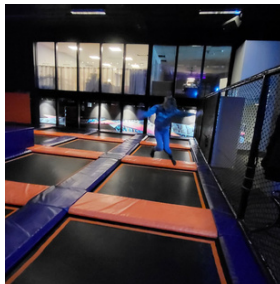
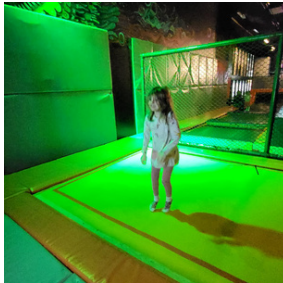


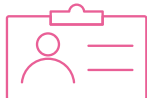
# Astma- och Allergiföreningen Norrköping

## Den 21 mars hade Astma och Allergiföreningen i Norrköping aktivitetsdag.

Det var för få anmälda till bussresan till Tom Tits Experiment så vi planerade om och meddelade de anmälda att vi skulle ses på Eventcenter i Hageby kl. 12:30. Där avnjöt vi en god lunch och resten av eftermiddagen spelade vi på de olika aktiviteterna och en del försvann in på trampolinparken.

När dagen var slut enades vi om att vi haft en väldigt trevlig och rolig dag som vi gärna gör om.





## Uppdatera medlemsuppgifter

**Astma- och Allergiförbundet skickar ut informations-, kampanj- och erbjudandemejl.**

Via QR-koden bredvid kan du skicka in kompletterande medlemsuppgifter till oss. För att du ska kunna ta del av informations-, kampanj- och erbjudandemejl så behöver vi din mejladress och ditt mobilnummer.



Astma och Allergiföreningen  
Östergötlands län

**Nu finns Astma- och Allergiföreningen  
Östergötlands län på Facebook!**

Följ oss gärna  
[www.facebook.com  
/astmaoallergioست/](https://www.facebook.com/astmaoallergioست/)



Gilla oss och få den senaste informationen om vad som händer i föreningen!

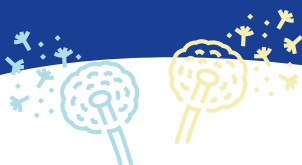


Den 13 april hölls årets årsmöte för Astma- och Allergiföreningen Östergötlands län. Ett tillfälle att både se tillbaka på året som varit men även att planera för framtiden. Årsmötet skapar möjlighet för föreningarnas valda ombud att utbyta erfarenheter med varandra, planera tillsammans och ta del av ny information.

Mötesordförande var Mattias Sköld,  
verksamhetsutvecklare  
Funktionsrätt Östergötland

Tack för en trevlig kväll!





## Pollenskolan, del 1: Vad är du allergisk mot?

### Pollenskolan del 1

Varför är det viktigt att du vet vad du är allergisk emot?



Många vet att de är pollenallergiska, men inte exakt mot vad, eller när besvären faktiskt börjar och slutar. Det är inte så konstigt. Symtomen kan lätt blandas ihop med en förkylning, och pollensäsongen ser olika ut från år till år.

Kanske känns det som att medicinen inte riktigt hjälper? Ofta handlar det om när du behandlar och vad du egentligen reagerar på.

De flesta pollenallergier orsakas av lövträd – framför allt björk, al och hassel. Deras pollen sprids med vinden och finns i stora mängder. Även gräs (som blommor på sommaren) och gråbo är vanliga.

Och visste du att även sporer från till exempel svampar kan ge allergiska besvär?

#### Vanliga symtom:

- Kliande, rinnande ögon
- Nästäppa och nysningar
- Trötthet och sämre sömn
- För vissa även astmabesvär

#### Vad kan du göra?

Ta reda på vad du reagerar mot och sök vård om du misstänker allergi. Rätt behandling kan göra stor skillnad – och minska risken för att utveckla astma.

Hur du mår beror både på hur känslig du är – och hur mycket pollen det finns i luften.



## Pollenskolan del 2

Så håller du pollenfritt hemma.



### Pollenskolan del 2: Håll pollenfritt hemma

Små förändringar kan göra stor skillnad under pollensäsongen!



- Skaffa ett pollennät till fönstret om du vill vädra under pollensäsongen – eller vädra på natten efter regn
- Håll fönstren stängda under dagen
- Byt kläder när du varit utomhus
- Byt lakan ofta
- Undvik att hänga tvätt eller sängkläder ute på tork
- Skölj håret innan läggdags för att få bort pollen
- Undvik kontakt med husdjur som varit ute och fått pollen i pälsen
- Fuktmoppa golven och torka av ytor regelbundet
- Välj en dammsugare med bra filter (gärna rekommenderad av Asthma Allergy Nordic)
- Välj växter som inte avger pollen, till exempel gullranka och svärmorstunga (bonus att de är lättskötta)
- Klipp gräset när det är daggvått.



## Pollenskolan del 3: Därför blir pollen- säsongen längre

Känns det som att  
pollensäsongen aldrig riktigt  
tar slut? För många börjar  
besvärerna tidigare..



**Nya pollensorter på väg** - Malörtsambrosia sprider sig norrut i Europa och etableras på nya platser. Den är en av de mest allergiframkallande växterna och kan ge besvär så sent som i september-oktober.

**Längre pollensäsong** - Ett varmare klimat gör att träd som björk blommar tidigare än förr, samtidigt som mildare höstar förlänger pollensäsongen.

**Pollen färdas långt** - Pollen kan transporteras hundratals mil med luftströmmar vilket gör att du kan få symtom även när blomningen inte är igång där du bor.

**Det är inte bara pollen** - Även svampsporer i luften, särskilt under sensommar och höst, kan ge allergiska besvär.

**Fler känner av symtom** - Längre säsonger och högre pollenhalter gör att fler upplever symtom, och att besvärerna kan pågå under en större del av året.

**Vad kan du göra?** - Följ pollenprognoser och sök vård om dina besvär förvärras. Vid svåra besvär kan allergivaccin (immunterapi) vara ett alternativ.

### Nya riktlinjer för allergivård ska hjälpa miljontals svenskar

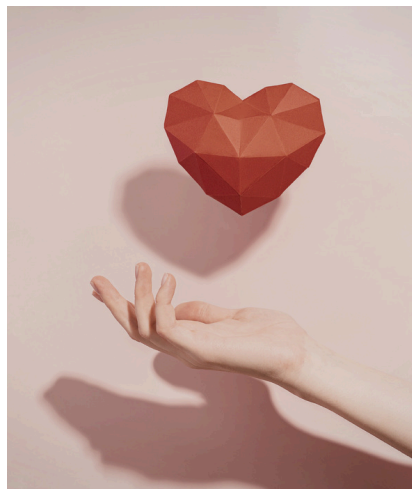
Trots att allergi är en av Sveriges vanligaste kroniska folksjukdomar har det hittills saknats nationella riktlinjer. Den 8 april publicerade Socialstyrelsen för första gången nationella rekommendationer för allergivården. Samtidigt visar en ny utvärdering att vården vid de kroniska sjukdomarna astma och KOL behöver stärkas, särskilt i primärvården.

Fler än tre miljoner svenskar uppger att de har någon form av allergi. Socialstyrelsen presenterar nu nya nationella riktlinjer för allergivård som omfattar de vanligaste allergisjukdomarna hos barn och vuxna, bland annat matallergi, atopiskt eksem, pollen- och pälsdjursallergi samt läkemedelsallergi.

– Allergi är en av våra stora folksjukdomar och påverkar livskvaliteten för många människor. Med nationella riktlinjer får vården ett tydligare stöd för hur resurser kan användas där de gör störst nytta, säger Björn Eriksson, generaldirektör för Socialstyrelsen.

#### Ojämlig vård i dag

I dag varierar allergivården mellan olika delar av landet. Kunskapen i primärvården skiljer sig åt och i flera regioner saknas specialistkompetens inom allergologi. Det kan göra det svårare för patienter med svåra eller oklara besvär att få rätt diagnos och behandling.



– Tidiga och riktade insatser kan förbättra livskvaliteten för många patienter och samtidigt minska framtida vårdbehov, säger, Peter Nygren projektledare för framtagandet av Socialstyrelsens riktlinjer.

De nya riktlinjerna betonar bland annat vikten av regelbunden uppföljning, bättre stöd till egenvård och tidigare insatser.

Riktlinjerna rekommenderar att fler patienter erbjuds behandlingar som kan förändra sjukdomens förlopp. Det gäller till exempel oral immunterapi till barn med svår jordnötsallergi, allergen immunterapi vid pollen- och kvalsterallergi och systemisk behandling vid svårare atopiskt eksem.

### **Ny utvärdering visar brister i astma- och KOL-vården**

Socialstyrelsen publicerar även en ny utvärdering av vården vid astma och KOL, två allvarliga kroniska luftvägssjukdomar som drabbar stora delar av befolkningen.

Utvärderingen visar att dödligheten i både astma och KOL har minskat över tid och färre personer behöver läggas in på sjukhus, vilket tyder på att vården i flera avseenden har utvecklats positivt. Samtidigt kvarstår betydande utmaningar.

Vården behöver bli mer tillgänglig  
Enligt Socialstyrelsen har primärvården en viktig roll för diagnostik, behandling och uppföljning av patienter med kroniska luftvägssjukdomar

– Många vårdcentraler har i dag särskilda mottagningar för astma och KOL, men viktiga insatser genomförs ändå inte i tillräcklig omfattning. Det gäller bland annat tillgång till spirometri, patientutbildning och stöd för att sluta röka, säger Maria State, enhetschef på Socialstyrelsen.

Socialstyrelsen framhåller att primärvårdens astma- och KOL-mottagningar behöver tillräckliga resurser för att kunna erbjuda vård till de stora patientgrupperna med astma och KOL. De allra äldsta patienterna med astma och KOL är exempelvis en grupp som inte alltid får den kontinuerliga och tillgängliga vård de behöver.

– Här behövs god samverkan mellan regionerna och den kommunala hälso- och sjukvården och mer kompetensutveckling för personalen för att säkerställa en jämlik vård även högt upp i åldrarna, säger Maria State.



### **Fakta: Nationella riktlinjer Allergi**

För första gången har nationella riktlinjer tagits fram för allergi.

Omfattar bland annat matallergi, atopiskt eksem, pollen- och pälsdjursallergi samt läkemedelsallergi.

Ska stödja prioriteringar och resursfördelning i hälso- och sjukvården.

Socialstyrelsen och Livsmedelsverket har även tagit fram ett förslag till nationell strategi och handlingsplan för allergivården.

### **Fakta: Utvärdering av vård vid astma & KOL**

**Bygger på en utvärdering av följsamheten till Socialstyrelsens nationella riktlinjer för vård vid astma och KOL.**

**Visar att dödligheten minskar, men att brister i vården kvarstår.**

**De flesta vårdcentraler har astma- och KOL-mottagningar.**

**Spirometri, patientutbildning och stöd till rökstopp behöver erbjudas i högre omfattning.**

**Äldre patienter behöver få bättre tillgång till vård, även i kommunal hälso- och sjukvård.**

**Regionerna behöver säkerställa tillräckliga resurser och personal med rätt kompetens.**

### **Nationella riktlinjer 2026 - Allergi**



Prioriteringsstöd till dig som beslutar om resurser i hälso- och sjukvården

Artikelnummer: 2026-4-10118 |  
Publicerad: 2026-04-01

### **Utvärdering Nationella riktlinjer astma och KOL**



Artikelnummer: 2026-3-10096 |  
Publicerad: 2026-04-08



Nationella riktlinjer 2026:

# Allergi

Riktlinjerna i korthet

# Socialstyrelsens första nationella riktlinjer om allergi

Allergi är en folksjukdom och hör till devanligaste kroniska sjukdomarna i Sverige: 35 procent av befolkningen uppger att de har en allergi.

Även globalt sett har allergiska sjukdomar ökat över tid, och idag är upp till en femtedel av världens befolkning påverkade av allergisjukdomar, vilket medför betydande direkta och indirekta kostnader kopplade till den höga sjukligheten.

De nationella riktlinjerna om allergi vänder sig framför allt till dig som har ett övergripande ansvar för att fördela resurser i hälso- och sjukvården. Observera att riktlinjerna inte är tänkta att vara heltäckande, utan gäller ett urval av insatser där vägledningsbehovet är stort.

Läs riktlinjerna i sin helhet på Socialstyrelsens webbplats, [socialstyrelsen.se/nationellariktlinjer/allergi](https://socialstyrelsen.se/nationellariktlinjer/allergi).



## Rekommendationer i korthet

Vi ger 10 rekommendationertill beslutsfattare ochchefer iriktlinjerna. Här sammanfattar vi några viktiga budskap:

### Följ upp vården och ge stöd till egenvård

**Regelbunden och strukturerad uppföljning** av allergisjukdomar är nödvändigt för att ge rätt behandling, kunna avskriva allergi och diagnostisera ny allergi. Idag sker sådan uppföljning dock alltför sällan. Detsamma gäller **stöd till egenvård** som är en viktig del av allergivården. I stort sett för alla allergisjukdomar behöver patienten engageras och utföra själva behandlingen, även om omfattningen och innehållet varierar mycket.

### Erbjud immunterapi och systemisk behandling till fler patienter

Erbjud **oral immunterapi** till barn med allvarlig jordnötsallergi. Behandlingen ökar toleransen för jordnötter, vilket kan öka tryggheten och förbättra livskvaliteten för patienterna och deras familjer. Ju yngre barn, desto bättre effekt.

Erbjud **allergen immunterapi** till barn och vuxna med allergisk rinokonjunktivit, orsakad av till exempel björkpollen, gräspollen eller kvalster. Behandlingen ger långvariga sjukdomsmodifierande effekter och minskar också risken för astmautveckling. För patienten kan även små förbättringar få stor betydelse för livskvaliteten.

Erbjud **systemisk behandling** till barn och vuxna med atopiskt eksem där standardbehandlingen inte räcker. Se till att patienterna kan få prova flera olika läkemedel om det första alternativet inte fungerar tillfredsställande. Individuellt anpassade behandlingsalternativ är viktiga, eftersom de minskar exempelvis klåda och sömnproblem, och därmed ökar livskvaliteten.

## Utred vuxna med förmodad feldiagnosticerad penicillinallergi

Erbjuden **direktprovokation med penicillin** till vuxna med förmodad feldiagnosticerad penicillinallergi – om risken för en allergisk reaktion bedöms vara låg. Efter denna insats kan man avskryva allergimisstanken för minst 95 procent av patienterna. Genom att avskryva feldiagnosticerad penicillinallergi ges möjlighet till en effektiv behandling om vårdbehovet skulle uppstå framöver.

## Vi följer upp och utvärderar

Med de nationella riktlinjerna vill Socialstyrelsen bidra till jämlika insatser med hög kvalitet. Vi kommer senare, när riktlinjerna har implementerats, att utvärdera hur de används och påverkar praxis i hälso- och sjukvården. Kunskapen används sedan när vi uppdaterar riktlinjerna.

## Välkommen med synpunkter

Det här är första gången Socialstyrelsen publicerar riktlinjer om allergi. Du som arbetar för exempelvis en region, intresseorganisation, yrkesförening eller privat vård- eller omsorgsgivare kan skicka skriftliga synpunkter på riktlinjerna till e-post [allergi@socialstyrelsen.se](mailto:allergi@socialstyrelsen.se).



Nationella riktlinjer 2026: Allergi – Riktlinjerna i korthet (artikelnr 2026-4-10118-Riktlinjerna i korthet) kan laddas ner på vår webbplats. [www.socialstyrelsen.se/publikationer](http://www.socialstyrelsen.se/publikationer)

## Rätt tarmflora kan skydda barn mot allergi

**Vissa tidiga tarmbakterier hos spädbarn kan minska risken att utveckla allergi senare i barndomen.**

Det visar ny forskning från Karolinska institutet. Under ett spädbarns första månader utvecklas tarmfloran snabbt. I en ny studie har forskare följt barn från födseln till fem års ålder för att se hur tidiga tarmbakterier hänger ihop med allergiantikroppar (IgE) i blodet.

### Samband mellan tarmbakterier & allergi

Forskarna analyserade upprepade avföringsprov från barn och deras mammor med dna-teknik och mätte samtidigt olika mjölksyror som bakterierna producerar. Resultaten var tydliga. Barn som tidigt hade en hög andel bifidobakterier, som bildar aromatiska mjölksyror, utvecklade färre allergiantikroppar. Särskilt betydelsefull var mjölksyran 4-hydroxy-fenyllaktat. Dessa barn hade också en lägre risk att utveckla atopiskt eksem vid två års ålder.

### Vaginal förlossning och amning

Tre faktorer visade sig särskilt gynna etableringen av de skyddande bakterierna: vaginal förlossning, helamning under de första två månaderna samt tidig kontakt med äldre syskon. Enligt forskarna bidrar dessa omständigheter till att de gynnsamma bifidobakterierna får fäste i tarmen.



**– Studien visar att rätt tarmflora tidigt i livet kan minska risken för allergi.**

Om vi kan hitta sätt att stödja dessa bakterier hos spädbarn, kanske via kost, amning eller andra metoder, kan det på sikt bli ett nytt verktyg för att förebygga allergier, säger Johan Alm, barnläkare och forskare vid Karolinska institutet, i ett pressmeddelande.

### Bakterier påverkar immunförsvaret

I laboratorieförsök kunde forskarna visa att den aktuella mjölksyran minskade IgE-produktionen i immunceller med cirka 60 procent. Det tyder på att bakterierna faktiskt påverkar immunförsvaret aktivt. Studien är ett samarbete mellan Karolinska institutet, Danmarks tekniska universitet och flera internationella forskargrupper.

Vetenskaplig artikel:



### Hund i hemmet verkar ha liten effekt på barns astma

Kontinuerlig exponering för hundar verkar inte öka den långsiktiga risken för måttlig till svår astma hos barn med astma och luftvägsallergi. Däremot är det förknippat med en något ökad risk för akut astma, enligt en studie från Karolinska institutet.

Barn med allergisk astma har ofta husdjur i hemmet och många familjer undrar om det påverkar barnets symtom att ha hund. Nu har forskare vid Karolinska institutet undersökt detta genom att studera 99 389 barn diagnostiserade med astma och allergi i luftvägarna.

Barnen följdes tills de fyllde 19 år eller tills studien avslutades 2023 och exponering för hund från diagnos och framåt kategoriserades som ingen exponering, kontinuerlig exponering eller avbruten exponering.

– Det finns begränsat med studier om det påverkar astmautfall hos barn med allergisk astma att leva med en hund eller att göra sig av med hunden, vilket är anledningen till att vi ville studera detta på befolkningsnivå, säger Catarina Almqvist Malmros, barnläkare vid Astrid Lindgrens barnsjukhus och professor vid institutionen för medicinsk epidemiologi och biostatistik på Karolinska institutet.



**Inget tydligt samband mellan hund och astma** – utom för akut studien fann inget tydligt samband mellan kontinuerlig exponering för hund och måttlig till svår astma över tid. Efter två, fyra och sex år från diagnosen var astmans svårighetsgrad ungefär densamma hos barn med och utan hund.

Det såg dock lite annorlunda ut när forskarna fokuserade på akut astma, det vill säga episoder som kräver akutvård eller hög användning av luftrörsvidgande läkemedel. Barn som bodde med hund hade en något högre risk för akut astma än barn utan hund. Detta gällde både för barn som fortsatte att leva med hund och för dem vars familjer gjorde sig av med hunden. Att sluta ha hund verkade alltså inte förbättra astmautfallen.

En möjlig förklaring är att hundallergen kan finnas kvar i hemmet i många månader, och att hundallergen är vanliga i offentliga miljöer som skolor, även för familjer utan husdjur. En begränsning av studien är att man inte kunde skilja på patienter som hade hundallergi och andra luftvägsallergier.

– Våra fynd kan vara ett stöd i samtal mellan familjen och hälso- och sjukvårdspersonal. Att ha eller behålla hunden verkar inte påverka astmans svårighetsgrad långsiktigt, men det kan öka risken för akut astma något, säger Resthie Putri, postdoktor vid institutionen för medicinsk epidemiologi och biostatistik på Karolinska institutet.

Dog exposure and subsequent asthma outcomes in children with asthma and allergy, *Journal of Allergy and Clinical Immunology: Global*.



### Mycket hög PFAS-exponering kopplas till astma hos barn

Astma är betydligt vanligare hos barn vars mammor exponerades för mycket höga PFAS-halter under graviditeten. Det framgår av en studie från Lunds universitet, där forskarna har studerat kvinnor och barn som har exponerats för PFAS via förorenat dricksvatten i Ronneby kommun.

PFAS, per- och polyfluoralkylsubstanser, är en stor grupp av syntetiska ämnen som är mycket svårnedbrytbara. Vissa typer av PFAS stannar kvar länge i kroppen. Ämnena kan förekomma i många produkter och livsmedel, bland annat i brandskum.



### PFAS i vattnet i 30 år

I den nu aktuella studien har forskarna kartlagt förekomsten av astma hos över 11 000 barn födda i Blekinge mellan 2006 och 2013. Bakgrunden är upptäckten 2013 av höga PFAS-halter i dricksvattnet i Ronneby kommun.

Efter brandövningar på regementet F17 hade en tredjedel av ortens invånare exponerats för dricksvatten som hade förorenats av brandskum. Föroreningen hade pågått i över trettio år, men när kvinnorna blev gravida var det ännu inte känt att dricksvattnet i delar av Blekinge var förorenat. PFAS kan passera över moderkakan, vilket betyder att exponering under graviditeten också innebär en exponering för fostret.

### Vissa kraftigt exponerade

För att uppskatta fostrens exponering utgick forskarna från mammornas bostadsadress under de fem åren före barnets födelse. Dessa uppgifter kopplades sedan till kommunens information om vattenförsörjning.

Kvinnorna delades in i olika grupper, från låg exponering till en mycket hög sådan. "Mycket hög exponering" definierades som att modern under samtliga fem år bott på en adress med kraftigt PFAS-förorenat dricksvatten. "Hög exponering" innebar att ha bott på sådan adress under minst ett av de fem åren före förlossningen.



### 40 procent högre risk

Barnen i studien följdes från födseln upp till tolv års ålder. Hos barn vars mammor hade varit utsatta för "hög exponering" under graviditeten sågs ingen ökad förekomst av astma. Däremot syntes ett tydligt samband mellan "mycket hög exponering" och högre förekomst av astma.

– Risken att utveckla astma var omkring 40 procent högre bland barn till mödrar med mycket hög PFAS-exponering, säger Annelise Blomberg, forskare i arbets- och miljömedicin vid Lunds universitet. Under uppföljningstiden utvecklade 16 procent av barnen med låg exponering astma, jämfört med 27 procent i gruppen med mycket hög PFAS-exponering.

### Viss osäkerhet finns

Forskarna tittade även på andra faktorer som skulle kunna påverka sambandet.

– Vi kan bara konstatera detta samband. Vi kan inte säkert säga att ökningen beror just på PFAS, men vi har gjort vårt bästa för att ta bort annat som kan påverka, säger forskaren Anna Saxne Jöud, docent i epidemiologi vid Lunds universitet.

## Mer forskning behövs

Alla utsätts för PFAS i någon utsträckning, via en mängd produkter och livsmedel. Tidigare studier, som främst undersökt grupper av människor med lägre PFAS-exponering, har gett blandade resultat.

Forskarna menar att det nu är viktigt att undersöka om liknande resultat kan ses hos andra grupper av människor med mycket hög PFAS-exponering. Att klarlägga om PFAS kan påverka lungfunktionen, även vid lägre exponeringsnivåer, är också angeläget, enligt forskarna.

– Vi kommer också att förfina våra exponeringsmodeller för Ronneby för att ännu bättre ringa in tidpunkt och intensitet av PFAS-exponeringen. Det skulle förbättra våra möjligheter att analysera hur exponering under olika utvecklingsstadiet kan påverka barns hälsa, säger Annelise Blomberg.

Läs också: **PFAS – så kan vi bli av med evighetskemikalierna**

## Mer om studien

De 11 488 barnen i studien delades in i grupper utifrån hur länge deras mammor hade varit utsatta för PFAS i dricksvattnet fem år före barnens födsel.

Fördelningen blev denna:

- Mycket högt exponerade: 194 barn (mammor som under samtliga fem år hade bott på adresser med kraftigt förorenat dricksvatten)
- Högt exponerade: 479 barn (mammor som hade bott på sådan adress i minst ett år före förlossningen)
- Medel: 1591 barn (mammor som bodde i Ronneby, men inte på en adress med kraftigt förorenat vatten)
- Bakgrundsgrupp: 9 224 barn (mammor som bodde i Blekinge, men inte i Ronneby)

Vetenskaplig artikel:



## GB GLACE UPPDATERAR GLASSEN TWISTER – INNEHÅLLER NU MJÖLK



GB Glace meddelar att receptet på deras glass Twister uppdateras och kommer att innehålla mjölk. Det innebär att Twister inte längre är lämplig för personer med laktosintolerans, mjölkproteinallergi eller som av andra skäl behöver undvika mjölk.

### NÄR BÖRJAR DETTA GÄLLA?

Utrullningen sker stegvis:

Flerpack från v.9

Styckglass från v.14

Under en övergångsperiod kan olika versioner förekomma i butik och i handeln så det är viktigt att alltid läsa innehållsförteckningen.

Vilka produkter berörs?

Twister Pineapple styckglass

Twister mini Pineapple 8-pack

Twister mini Pineapple 10-pack

Twister mini Tropical 8-pack

Kids mix 8-pack

För ytterligare frågor kontakta GB Glace Konsumentkontakt:  
0771-82 91 00 eller [www.gb.se/kontakta.htm](http://www.gb.se/kontakta.htm)



## Lyssningstips!

### **Drabbad av KOL eller astma? Medicinvetarna #191**

Behandlingen av astma och KOL revolutionerades när de inhalerade kortison-preparaten kom. Men för många drabbade innebär ändå diagnosen ett lidande och nedsatt livskvalitet. Det finns också ett mörkertal - många svenskar vet inte att deras problem skulle kunna förbättras med rätt medicinering. Hör docent Hanna Sandelowsky berätta mer om astma och KOL. Avsnittet publicerades 11 februari 2026.



### **Hur funkar biologiska injektioner mot astma?**

Vården av personer med astma förändrades i grunden när kortisonpreparaten kom på 1980-talet. Men kortison kan orsaka biverkningar, och idag kan vissa med svår astma istället bli hjälpta av biologiska injektioner.



# JOBBAFRISK

Jobbafrisk.se vänder sig till dig som ska välja utbildning eller yrke och letar efter information om hur du kan få ett hållbart arbetsliv.

Här finns information om yrken, hälsorisker och hur man kan skydda sig för att hålla sig frisk under hela arbetslivet.



## Tävling – Solen står högt över fälten

### *Tävling – Solen står högt över fälten*

B J A A G T R I V T B S B F Ä S T A I B Ö P T S M A R T E G  
P L N M A L A N R D S L Ö K S A P L D R Ä R N V I N D A R T  
R R Å N M A F Ö Å K R R O M F A R B T Ä D Ä I R L Ä R K E I  
O E R S N O S A R S G L U D O Å R B H N Ö G L T I S K Y V M  
N O T C I K L Å H Ä S L J G R U N I H N X E K D N U H R S O  
G E R S E P K B T U T N A D E O R F Ä Ä B A G V R T D Ö M T  
W M V L M V P M S R Ö L L E K A T K S S M R R I J A V D Ö E  
W K R P I O I A O G I J A C I I A C T S X K E L O K I F R J  
B Ä A C K G L N F S R W D S M S A O H L I S B D H I N I B I  
K L K O E D F B S I F O J A Z B C L O A I X A K A L T B L P  
D E Å J M U T U R R N Y B A L Z L F V S I G T A N J E B O F  
R Q J K L A T H Z Ä A T M R N B F Å U L G T S P N E R L M K  
V B G G L A U P S U J E A V E R O Z G K Y M T R E N G A M T  
Y U Z K G O C D G J M T W R U G L R Ä U Ö Q I I S P R O A E  
R O A Y W K C M O S I P Y L Ö Z N P G R L L C F Ö Å Ö R R V  
A D N I B R E K Å J T G N K S D A I B B T L D O R S N M N E  
Z B M O O J C U A D K R F T Y K K L F D L O N L T F A B T R  
E G A R K T S Ä R P C R E T S M O L B E L M U H Ä G G U Ä O  
P L I L J E K O N V A L J D O M O G Ö S G N S B G L R N R N  
V P E C Y W H N F X B Ä U Y M I P L S V U U F W O O N K E I  
Z S G H M A D M R S L T M A V F P Z A S E S L Z G B U E N K  
O H X B R W M E S G C W P S C T C T S R T R V L W B I W P A  
T W L S C G V T Ö E O D R L N W Ö P P E N J P Y V T Y U R K  
S M Y F L Ö Z R S G R O A A G S L N M I R T Ä K X I R F I K  
P R H G L S T G U C M D Y W N N X D P W T D V R J I V D S C  
A L O K X O W L O V Y S X E A R Ä M T I V N Z T N Q H A W Q  
H M T K L H M E Y U Y C T V I T S I P P A F E Z P A X L H I  
S I R C V Å H T Q S O S L O I V T T A N S D R Å G D Ä R T N  
V D W D R Y S H V J O B I F K J R Y N H N J R C P J L K Q I  
B M N A W C V F G L C X U M I D S O M M A R B L O M S T E R

Orden kan stå fritt eller bildas vågrätt, lodrätt, diagonalt, baklänges eller haka i varandra med en eller flera bokstäver. Bland de bokstäver som blir över i rutnätet på de sex översta raderna hittar du en dold sångtext, börja från vänster.

(Tips! Titeln kan hjälpa dig att hitta till rätt artist även om vi söker efter en annan sångtext)

Backtimjan	Förgätmigej	Johannesört	Rölleka	Trädgårdsnattviol
Bergklint	Getrams	Kråkvicker	Skogsstjärna	Tussilago
Blodrot	Groblad	Kärleksört	Smultron	Vildkaprifol
Blågull	Gullviva	Liljekonvalj	Smörblomma	Vintergröna
Blåklocka	Gulmåra	Midsommarblomster	Stensöta	Vitklöver
Blåsippa	Harsyra	Ormbunke	Styvmorsviol	Vitmåra
Brännässla	Humleblomster	Prästkrage	Såpnejlika	Vitsippa
Daggkåpa	Hundkex	Revsmörblomma	Teveronika	Åkerbinda
Fingerborgsblomma	Hägg	Rödfibbla	Timotej	Älgört
Flockfibbla	Hästhov	Rödklöver	Tjärblomster	Ärenpris

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

Skicka in den hemliga sångtexten senast den 16 augusti 2026 via e-post: [astma-allergi.ost@fontanen.org](mailto:astma-allergi.ost@fontanen.org) vi post Astma- och Allergiföreningen Östergötlands län Västra vägen 32, 582 28 Linköping

Glöm inte att ange namn och adress!

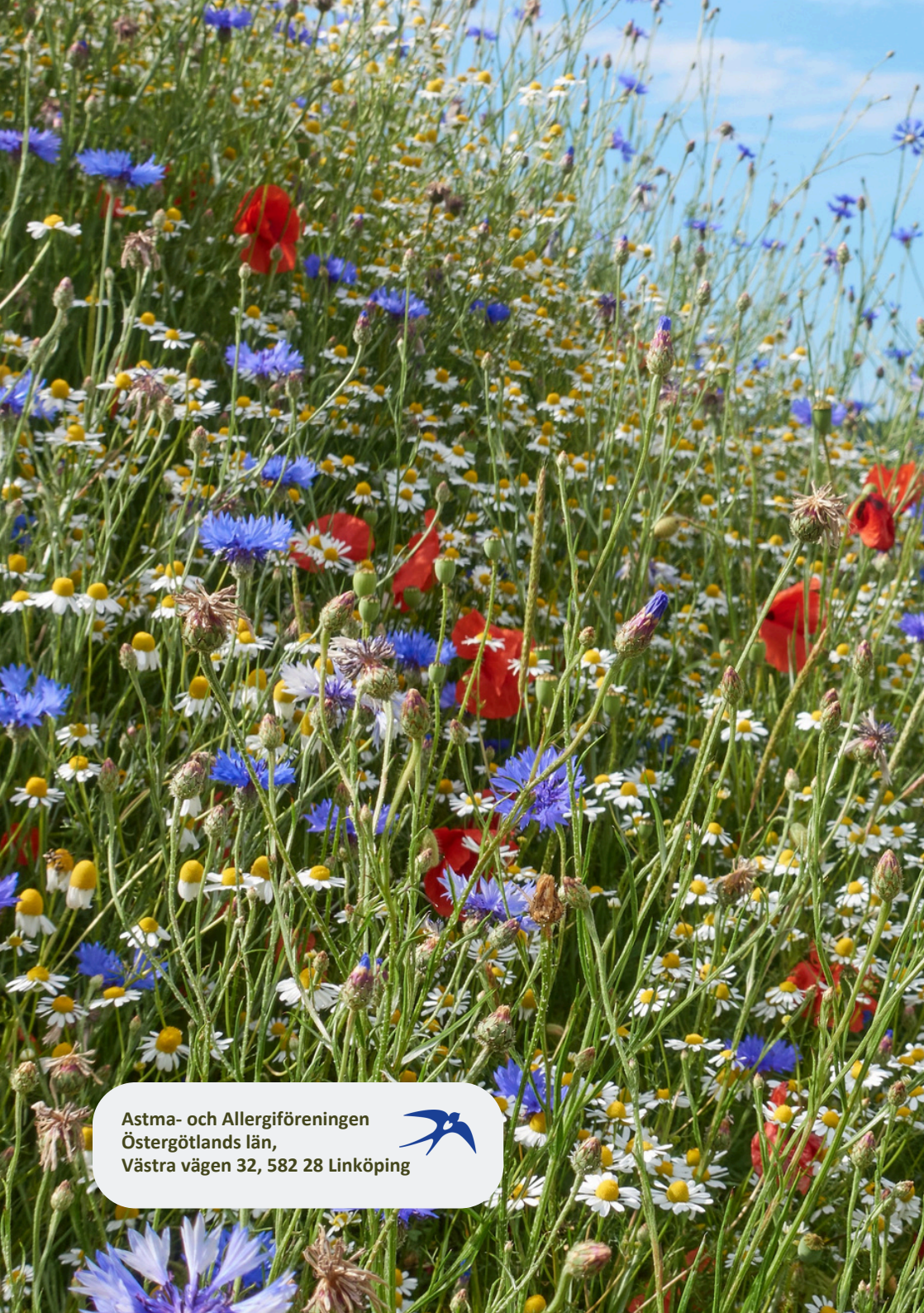
### Tävling Allergibladet nr 1 2026 – "Vårvinter"

Rätt svar: "Se hur det droppar ifrån gran och tall solen gör tö av vintersnö"

"Vårvinter", med text och musik av Bobbie Ericson, var ett av tävlingsbidragen i den svenska uttagningen till Eurovision Song Contest 1961 (då kallad Eurovisionsschlagern, svensk final). Låten framfördes i två versioner: Lill-Babs sjöng den i första omgången och Lars Lönndahl i den andra.

Resultat: Bidraget kom på delad andra plats med totalt 71 poäng.  
Framförande: Låten framfördes av två av tidens största artister i olika omgångar.  
Segrare 1961: Vinnare blev "April, april" med Siw Malmkvist/Gunnar Wiklund.

**Vinnare är**  
Britt Rundvall, Norrköping  
Anders Rundvall, Norrköping



Astma- och Allergiföreningen  
Östergötlands län,  
Västra vägen 32, 582 28 Linköping

