



Astma och Allergiföreningen
Östergötlands län

Allergi BLADET

**Nr 3
2026**

- Värna och utveckla den samlade allergivården i Östergötland
- Vill du bidra till utvecklingen av stöd för bättre läkemedelsanvändning?
- För en preventiv, effektiv och jämlik allergivård Nationell allergistrategi 2026–2030
- Fikaträff för daglediga

Innehållsförteckning

- 3** Kalender
- 4 - 5** Ombudsman har ordet
- 6 - 8** Värna och utveckla den samlade allergivården i Östergötland
- 9 - 15** Inbjudningar för hela länet
- 15 - 16** Linköpings kommun
- 17** Kontakta lokalföreningarna
- 18** Korpen Linköping
- 19 - 22** Information från lokalföreningarna
- 23** Uppdatera medlemsuppgifter
- 24 - 27** Astma- och Allergiförbundet Östergötland län
- 28 - 32** Astma- och Allergiförbundet
- 33 - 49** Nyheter från andra
- 50 - 51** Tävlning – Lövligt klurigt!

Bli medlem!



Kansliet

På Astma- och Allergiföreningen Östergötlands län arbetar Sara Hjalmarsson som ombudsman.

Om du har några frågor är du välkommen att kontakta oss. Föreningen har ingen fast telefontid. Beskriv vad du behöver hjälp med och när vi kan då dig.



Du kan kontakta oss på följande sätt

- Ring: 013 - 10 34 82 (möjlighet att lämna meddelande)
- Skicka sms: 079 – 100 47 47
- E-post: astma-allergi.ost@fontanen.org
- Formulär via hemsidan: www.astmaoallergi.se

Nr 3: 2026 Upplaga: 700 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

Hemsida: www.astmaoallergi.se

Facebook: www.facebook.com/astmaoallergiost/

Omslagsfoto: Bernt Kazmierski

Tryck: Föreningen Fontänen

Utgivningsplan för Allergibladet 2026

Manus- stopp	Utgivning omkring:
-----------------	-----------------------

Nr 4	13 november	1 december
------	-------------	------------



Astma och Allergiföreningen
Östergötlands län

Kalender 2026

September

- Allergibladet nr 3/2026
- 18 september Funktionsrätt Östergötland 60 år
- 21 september Styrelsemöte Astma- och Allergiföreningen Östergötlands län
- 22 september Invånardialog psykisk hälsa – vuxna, digital via Teams
- 24 september Invånardialog psykisk hälsa - unga mellan 15 och 25 år i Östergötland, digital via Teams
- 30 september Invånardialog psykisk hälsa, Fontänen, Linköping

Oktober

- 6 oktober Seniordag, Linköping

November

- 6 november Fikaträff för daglediga, Linköping
- 15 – 16 november, föreningskonferens Astma- och Allergiförbundet
- 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 länet, och som medlem kan du delta i aktiviteter som intresserar dig. Vår gemensamma verksamhet är ett smörgåsbord av möjligheter som vi tillsammans skapar för våra medlemmar.



Håll gärna utkik på vår Facebooksida och webbplats, där vi löpande tipsar om intressanta aktiviteter. Vi skickar ibland också inbjudningar via e-post till de medlemmar som har registrerat en e-postadress.

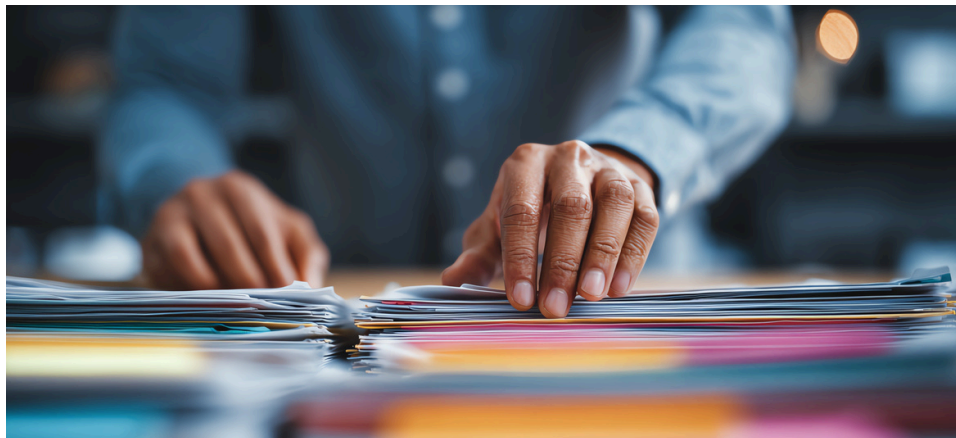
Socialstyrelsens nationella riktlinjer för allergivård, som presenterades i april, innebär en tydlig ambitionshöjning med fokus på en mer kunskapsbaserad, jämlik och samordnad vård. Vi såg därför fram emot att tillsammans utveckla allergivården i hela Östergötland.

Mot den bakgrunden var beskedet i maj överraskande. Region Östergötland hade redan fattat ett inriktningsbeslut om att dela upp Allergicentrums verksamhet: barnallergologin ska samlas inom barn- och kvinnocentrum, medan vuxenallergologin ska integreras med lungmedicinsk verksamhet. Exakt hur vården för allergiker ska organiseras har vi ännu inte fått presenterat för oss.

Allergicentrum skapades 1998 som en modellklínik för vård, utveckling, forskning och prevention inom allergisjukdomar för både barn och vuxna.

Vår utgångspunkt är tydlig: Östergötland behöver en jämlik och sammanhållen allergivård som bygger vidare på Allergicentrums kompetens, kontinuitet och samverkan – men där också primärvården är en självklar del. När framtidens allergivård formas måste de nationella riktlinjerna vara vägledande.

För patienterna är det avgörande att vården hänger ihop och att rätt kompetens finns tillgänglig när den behövs. Hur organisationens gränser dras är sekundärt. Innan ett slutligt beslut fattas krävs därför en grundlig analys av konsekvenserna för patienterna och vårdens kvalitet, kostnaderna för flytt och omorganisation samt förutsättningarna för pågående forskning och utbildning av allergologer.



Vi efterfrågar därför en tydlig och samlad redogörelse för hur Region Östergötland ska:

- bevara och utveckla specialistkompetensen inom allergologi,
- säkerställa kontinuitet och ett helhetsperspektiv för patienterna,
- skapa en mer jämlik allergivård för barn och vuxna i hela länet,
- stärka samverkan mellan berörda specialiteter samt mellan sjukhusvård och primärvård,
- trygga förutsättningarna för pågående forskningsprojekt, kliniska studier och utbildning av allergologer,
- ta till vara Allergicentrums tvärvetenskapliga arbetssätt och kopplingen mellan klinisk verksamhet, forskning och kunskapsutveckling,
- redovisa kostnader och andra praktiska konsekvenser av flytten och omorganisationen samt
- omsätta de nationella riktlinjerna i en långsiktig plan för allergivården i hela länet.

På sidan 6-8 i detta nummer av Allergibladet kan du läsa den senaste skrivelsen som vi har skickat till Region Östergötlands politiker.

***Sara Hjalmarsson
Ombudsman
Asthma- och Allergiföreningen Östergötlands län***

Värna och utveckla den samlade allergivården i Region Östergötland

Astma- och Allergiföreningen i Östergötlands län vill uppmärksamma Region Östergötland på de frågor som väcks av inriktningsbeslutet om Allergicentrums framtida organisering. Vi vill se en jämlik och väl sammanhållen allergivård i hela länet som bygger vidare på Allergicentrums kompetens, kontinuitet och samverkan.

Allergicentrum skapades 1998 med ett brett uppdrag inom vård, utveckling, forskning, prevention och utbildning. Genom att samla specialistkompetens och olika delar av vården har Allergicentrum varit en föregångare inom allergivården. Efter 28 år finns här kompetens, arbetssätt och erfarenhet som är värdefulla att bygga vidare på. För oss handlar frågan därför inte om att motsätta sig förändring, utan om att värna det som fungerar väl när allergivården utvecklas.

Socialstyrelsens nationella riktlinjer för allergivård, som presenterades i april, innebär en tydlig ambitionshöjning med fokus på en mer kunskapsbaserad, jämlik och samordnad vård.

Mot denna bakgrund ser vi med oro på hur en organisatorisk uppdelning av Allergicentrum kan påverka de samlade kompetensmiljöer och etablerade arbetssätt som i dag bidrar till en sammanhållen verksamhet. En sådan förändring riskerar att försvåra möjligheterna att möta de nationella riktlinjernas ambitioner om en mer samordnad vård.

I den föreslagna inriktningen ingår att barnallergologin samlas inom Barn- och kvinnocentrum och att vuxenallergologin integreras med lungmedicinsk verksamhet. Inriktningen är en del av en större översyn av den internmedicinska verksamheten och förändringar inom den nuvarande organisationen. Syftet beskrivs vara att skapa bättre förutsättningar för en mer jämlik vård i länet, stärka kopplingen till angränsande specialiteter och förbättra möjligheterna att erbjuda de evidensbaserade behandlingar som de nationella riktlinjerna lyfter fram.

Det är viktiga mål som vi ställer oss bakom. Samtidigt behöver det framgå hur de ska nås utan att styrkorna i dagens samlade verksamhet går förlorade och hur samverkan, specialistkompetens, forskning och utbildning ska säkerställas i den nya organisationen.



För patienterna är det avgörande att vården hänger ihop och att rätt kompetens finns tillgänglig när den behövs – inte var de organisatoriska gränserna går. Innan ett slutligt beslut fattas behövs en ordentlig genomlysning av förändringens konsekvenser för patienterna och vårdens kvalitet, kostnaderna för att flytta och omorganisera verksamheten samt hur pågående forskningsprojekt och utbildningen av allergologer ska säkerställas.

Vi efterfrågar därför en tydlig och samlad beskrivning av hur Region Östergötland avser att:

- Bevara och utveckla specialistkompetensen inom allergologi
- Säkerställa kontinuitet och ett helhetsperspektiv för patienterna
- Skapa en mer jämlik allergivård för barn och vuxna i hela länet
- Säkerställa samverkan mellan berörda specialiteter samt mellan sjukhusvård och primärvård
- Säkerställa förutsättningarna för pågående forskningsprojekt, kliniska studier och utbildningen av allergologer
- Ta till vara Allergicentrums tvärvetenskapliga arbetssätt och kopplingen mellan klinisk verksamhet, forskning och kunskapsutveckling,
- Redovisa kostnader och andra praktiska konsekvenser av att flytta och omorganisera verksamheten, samt
- Omsätta de nationella riktlinjerna i en långsiktig plan för allergivården i hela länet.
- Vi menar att dessa frågor behöver vara ordentligt belysta och diskuteras innan ett slutligt beslut fattas

De nationella riktlinjerna ger en möjlighet att stärka allergivården i Östergötland, minska skillnader inom länet och förbättra samverkan kring patienterna. Den utvecklingen bör bygga vidare på den kompetens, de samarbeten och den erfarenhet som redan finns.

Vi önskar därför att Region Östergötland, innan ett slutligt beslut fattas, tydligt redovisar hur den föreslagna organisationen ska stärka allergivården och samtidigt ta till vara de värden som byggts upp inom Allergicentrum. Det handlar inte om att bevara en viss organisationsform, utan om att säkerställa specialistkompetens och kontinuitet för patienterna samt goda förutsättningar för forskning.

Vi önskar också en dialog med ansvariga företrädare för Region Östergötland innan den framtida organisationen fastställs.

Med vänlig hälsning,

Björn Pettersson, ordförande, Astma- och Allergiföreningen Östergötlands län

Mikaela Odemyr, förbundsordförande, Astma- och Allergiförbundet

Johan Hellgren, ordförande, SFFA (Svenska föreningen för Allergologi),

Professor, överläkare, ÖNH kliniken Sjukhusen i Väster,

Alingsås Robert Hejdenberg,

Ordförande, Astma- och Allergiförbundets,

Forskningsfond Inger Kull, professor i vårdvetenskap,

Specialistsjuksköterska, Karolinska Institutet, Institutionen för klinisk forskning

och utbildning,

Södersjukhuset, representant för CfA -Centrum för Allergiforskning, karolinska Institutet

Astma- och Allergiföreningen Östergötlands län

Västra vägen 32 582 28 Linköping

Tfn: 013 - 10 34 82

E-post: astma-allergi.ost@fontanen.org



Vill du bidra till utvecklingen av stöd för bättre läkemedelsanvändning?

Vi söker deltagare till en forskningsstudie vid Linköpings universitet. Studien handlar om hur patienter upplever det att trappa ned eller avsluta en läkemedelsbehandling – och hur ett informationsstöd skulle kunna göra denna process tryggare för dig som patient.

Vem kan delta?

Vi söker vuxna personer (18 år eller äldre) som regelbundet använder eller har använt receptbelagda läkemedel. Vi är särskilt intresserade av att prata med personer som har erfarenhet av att trappa ned eller avsluta en läkemedelsbehandling, oavsett om processen varit enkel eller utmanande.

Vad innebär det att delta?

Du medverkar i en intervju på cirka 30 minuter, antingen digitalt eller på plats enligt överenskommelse. Vi pratar om dina erfarenheter av läkemedelsbehandling och vilket stöd och information du skulle vilja ha när det kan vara dags att avsluta ett läkemedel.

Varför är din medverkan viktig?

Dina erfarenheter och perspektiv bidrar till att utveckla ett informationsstöd som vi hoppas ska göra det enklare att sluta med ett läkemedel, när det inte längre behövs.

Intresserad? Hör av dig!

Anmäl dig direkt med QR-koden!



Det går också bra att anmäla sig via:

<https://forms.office.com/e/kn71UMy5G4?origin=lprLink>

E-mail: aryoutha.asmar.talani@regionostergotland.se

Sms: 070-5510980

Ansvarig forskare: Professor och forskningsledare Ylva Böttiger;

E-post: Ylva.bottiger@liu.se

Doktorand: Aryoutha Asmar Talani;

E-post: aryoutha.asmar.talani@regionostergotland.se



Var med och påverka hur Östergötland ska jobba för ungas psykiska hälsa

Vi vill höra vaddu tycker behövs för att unga i Östergötlandska måbra –bådenuoch i framtiden. Därför vill vi bjuda in dig till ett digitalt samtal i liten grupp.

Under samtalet pratar vi till exempel om:

- Vad som får dig att må bra
- Vad som är viktigt i skolan, på jobbet och på fritiden för att unga ska trivas
- Hur kan vården och stödet till unga förbättras

Det du och andra unga berättar blir en del av Region Östergötlands arbete med att ta fram en plan för hela länets arbete med psykisk hälsa – ett arbete som vi gör tillsammans med kommunerna och andra aktörer i länet.

Vad innebär det att vara med?

Som deltagare får du:

- Vara med i ett digitalt samtal i en mindre grupp
- Dela med dig av tankar, erfarenheter och idéer
- Diskutera med andra unga vad som behövs för att fler ska må bra.

Samtalet leds av en samtalsledare. Det spelas in, men allt blir helt anonymt – ingen kommer kunna se vem som sagt vad.

Det är frivilligt att vara med, och du behöver inte kunna något särskilt innan.

Det viktigaste är att du vill dela med dig av dina tankar.

Varmt välkommen att vara med!

Tillfälle 1, tisdag den 22 september

Tid och dag: Tisdag den 22 september kl 18.30-20.30

Plats: Digitalt via teams

Målgrupp: Vuxna invånare i Östergötland

Anmälan: Du kan delta utan att anmäla dig, men du får gärna anmäla dig via denna länk: <https://link.webropolsurveys.com/EP/B5D63E9500B4C797> eller QR-kod

Du deltar i dialogen genom att gå in på denna möteslänk:

<https://teams.microsoft.com/meet/330401650982341?p=njguA7HuumczEB1P1q>

Vid frågor kan du vända dig till processledare Sofia Lindstrand via mejl till: sofia.lindstrand@regionostergotland.se:



Tillfälle 2, tisdag den 22 september

Tid och dag: Torsdag den 24 september kl 16.30-18.30

Plats: Digitalt via teams

Målgrupp: Unga mellan 15 och 25 år i Östergötland

Anmälan: Du kan delta utan att anmäla dig, men du får gärna anmäla dig via denna länk: <https://link.webropolsurveys.com/EP/D8EB252D909A55D1> eller QR-kod:

Du deltar i dialogen genom att gå in på denna möteslänk:

<https://teams.microsoft.com/meet/365144137364457?p=syvoaSznHIN8FLiRXM>

Vid frågor kan du vända dig till processledare Sofia Lindstrand via mejl till: sofia.lindstrand@regionostergotland.se



Tillfälle 3, tisdag den 22 september

Tid och dag: Onsdag 30 september klockan 17.30-20.00, inklusive tid för fika

Plats: Vagnhallen, Föreningshuset Fontänen, Västra vägen 32, Linköping

Målgrupp: Personer med funktionsnedsättningar eller du som är aktiv inom en förening inom Funktionsrätt och representerar målgruppen.

Anmälan: Senast måndag den 21 september till Karin, karin@funktionsratt-ostergotland.se, telefon, 070-664 75 58.

Frågor: Kontakta Karin på kontaktuppgifterna ovan.

Fikaträff för daglediga tillsammans med Celiakiföreningen Östergötland

När: Torsdag 5 november 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.

Fika finns till självkostnadspris.

Ingen anmälan är nödvändig!



Utbilda dig till forskningspartner, våren 2027

Region Östergötland har beviljat Funktionsrätt Östergötland bidrag så att vi nu kan fortsätta vår uppskattade forskningspartnerutbildning. **Är du intresserad?**

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.



Preliminära datum för utbildningsomgångens sex träffar är:

- Tisdag den 19 januari
- Onsdag den 27 januari
- Tisdag den 9 februari
- Tisdag den 16 februari
- Tisdag den 9 mars
- Onsdag den 17 mars

Alla tillfällen är mellan klockan 15.30-19.30 och på Föreningshuset Fontänen, Linköping.

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 kontakta Susanna Ahlström på Funktionsrätt Östergötland.

I ansökan berättar du om dig själv och reflekterar kring dina kvalifikationer.

Du som ansökt kommer sedan att kallas till en digital intervju.

Preliminära datum för denna intervju är 20 oktober, klockan 12.00 eller 21 oktober, klockan 16.00.

Kontaktuppgifter:

E-postadress:

susanna@funktionsratt-ostergotland.se

Mobil: 070-256 42 35 (sms)

Funktionsrätt Östergötland

Susanna Ahlström

Västra vägen 32, 582 28 Linköping

**Läsa mer och ladda ner
ansökningsformuläret via qr-koden**



Seniordagen

tisdagen 6 oktober 2026 kl. 10.00 – 16.00 på Konsert & Kongress Linköping

Tisdagen den 6 oktober är det dags för årets dag för alla seniorer i Linköping med omnejd. Seniordagen anordnas varje år på Konsert & Kongress. Det är en välbesökt dag fylld med underhållning, föreläsare och utställare. Sedan 1993 har Seniordagen, tidigare Äldredagen, vänt sig till dig som är senior, med ett innehåll tänkt att inspirera och informera, med aktiviteter som får oss att må väl, både till kropp och själ. Programmet är fyllt av utställare, konserter och föreläsningar. Det är fritt inträde och ingen anmälan behövs.

Program i Garden

- 10:00-10:10 - Invigning: Jonatan Hermansson, Vård- och äldreomsorgsnämndens ordförande, inviger Seniordagen 2026
- 10:15-10:55 - Konsert: Östgötabandet hyllar Georg Riedel
- 11:00-11:10 - Pausgympa med Friskis & Svettis
- 11:10-11:35 - Föreläsning "Hemberedskap" med Frivilliga resursgruppen, FRG
- 11:40-12:00 - Föreläsning "Man ångrar aldrig en god gärning" om att vara God man, Camilla Heiskanen
- 12:00-12:20 - Modevisning med Senioshop
- 12:20-13:30: Lunchuppehåll, Garden är stängd
- 13:30-14:15 - Föreläsning "100% livslust som senior" med Elisabeth Wahlin
- 14:25-14:45 - Föreläsning "Tryggt och säkert hem" med Räddningstjänsten
- 14:50-15:45 - Konsert "Musikens legender" med Kulturarbetarna & band



Inspirationsföreläsning med Elisabeth Wahlin

"100% LIVSLUST – livsglädje & nya vägar för dig över 60"

är en härlig feelgood-föreläsning som berör, lyfter och ger dig en riktig energikick – med både skratt, igenkänning och nya perspektiv.

Elisabeth är en mycket uppskattad inspirationsföreläsare och författare till böckerna YES! och NU! – med livsberättelser om mod, hopp, glädje och att det aldrig är för sent att följa sina drömmar. Efter föreläsningen finns möjlighet att köpa hennes böcker.

Musik

Två större konserter hålls i Garden. Direkt efter invigningen gör Östgötabandet, från Östgötamusiken, en jazzkonsert med Georg Riedels musik, och dagen avslutas traditionsenligt med Kulturarbetarna som i år hyllar flera sångare och musikers långa karriärer med konserten "Musikens legender".

Utställare

Gemensamt för seniordagens utställare är att de visar upp tjänster, föreningar, verksamheter och produkter som vänder sig till dig som senior.

I år deltar 86 utställare på Seniordagen. Varmt välkommen till Seniordagen 2026!



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

Hemsida: 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

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



Astma- och Allergiföreningen
Västra Östergötland



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



Korpen för alla

På uppdrag av Linköpings kommun erbjuder Korpen Linköping träning för personer med fysisk och/eller psykisk funktionsnedsättning. Träningen kan anpassas med hjälpmedel, justerade övningar eller annat stöd för att deltagarna ska känna sig trygga i träningen.

Korpen för alla är träning för dig med fysisk och/eller psykisk funktionsnedsättning som gör att du behöver extra stöd i träningen. Det kan vara i form av vissa hjälpmedel, anpassningar av övningar eller annat stöd för att du ska känna dig trygg i träningen. Vi erbjuder gymträning, cirkelträning och vattenträning för dig som är 18 år eller äldre och vattenträning för dig som är mellan 13-17 år.

Om du har assistent eller anhörig som är en förutsättning för din träning är hen välkommen att följa med kostnadsfritt. Vi har tillgång till hiss, vid behov av detta kontakta oss innan start.

Läs mer här, <https://www.korpen.se/korpenlinkoping/korpen-for-alla/>



Rapport – Fika för daglediga



Sommaren

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



Träffarna blev välbesökta: den 4 juni samlades 22 personer, och både den 2 juli och den 3 september deltog 21 personer. Tillsammans njöt vi av gott fika, trevliga samtal och gemenskap.

Vi bjuder in till ytterligare fikaträffar under året, bland annat den 5 november. Varmt välkommen!"



Friskvårdsbad hösten 2026

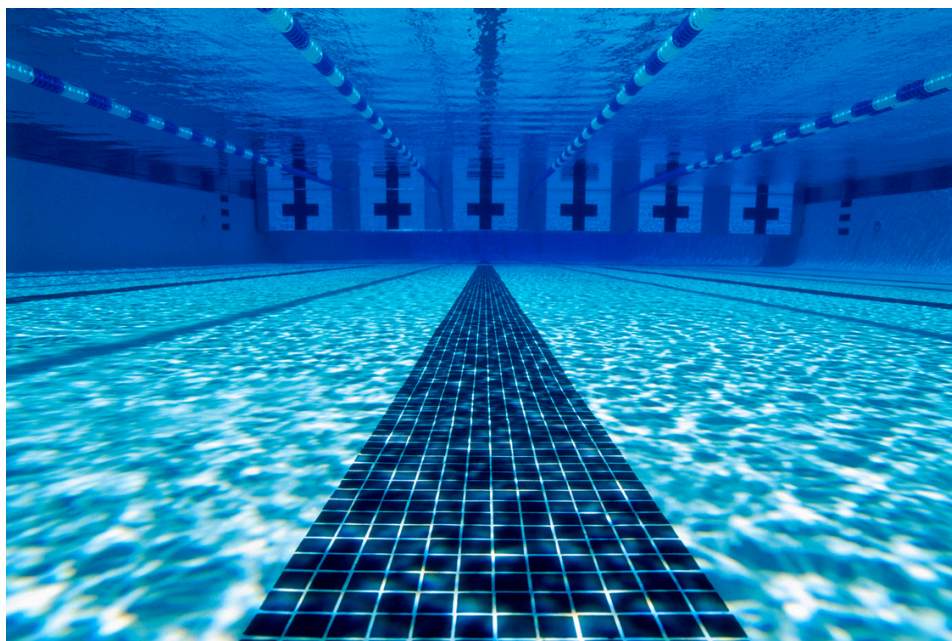
Söndagar kl.17:00-18:00, Vrinnevisjukhuset, Norrköping

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



HJULTORGET 12–13 maj 2026 på Kistamässan

Hjultorget är hjälpmedelsmässan som arrangerats i 40 år.

Mässan vänder sig till dig som är hjälpmedelsanvändare och de inom professionen som vill hålla sig uppdaterade på de senaste inom rullstolar, bilanpassning, fritidshjälpmedel och mycket mer. Hjultorget fungerar som en central träffpunkt där besökare kan inspireras och uppleva marknadens nya produkter för transport, fritid och rehab – stort och smått, nytt och etablerat. Dessutom finns bilanpassningsbranschen på plats och visar de senaste tekniska lösningarna.

Mässan bjuder även på ett intressant föreläsningsprogram i samarbete med stiftelsen Spinalis och Aleris Rehab Station och aktiviteter i samarbete med olika idrottsförbund.

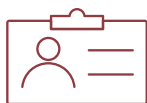


Den 12 maj besökte Astma och Allergiföreningen Norrköping mässan Hjultorget. Det är en hjälpmedelsmessa med olika hjälpmedel från rullstolar, el-skoter, rollatorer, käppar, höj och sänkbara wc till enkla vardagliga hjälpmedel.

Det fanns flera föreläsningar att lyssna på. Många föreningar deltog också, berättade om sin verksamhet och anordnade tävlingar där besökarna kunde vinna olika reklamartiklar.

Det vi saknade var försäljning av praktiska hemmahjälpmedel, till exempel strumppådragare, griptänger och krämpåstrykare.

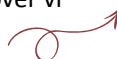




Uppdatera medlemsuppgifter

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.



Nu finns Astma- och Allergiföreningen Östergötlands län på Facebook!

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



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



Doftfritt på Östgotapendeln

När Astma- och Allergiföreningen Östergötlands län får in frågor som berör våra medlemmar har vi möjlighet att skicka dem vidare till olika samråd som Funktionsrätt Östergötland deltar i.

Saxat ur Minnesanteckningarna från Funktionsrätt Östergötlands samråd med Östgotatrafiken, 2026-06-09

"Doftfritt på pendeltåg:

Förslag: "Att Östgotatrafiken ska göra så att varje tåg har någon av de tysta kupéerna på Östgotapendeln doftfri. Många resenärer doftar väldigt gott men väldigt starkt och som astmatiker är det svårt att nyttja kollektivtrafiken idag. Jämför vad Mälartåg erbjuder,"Allergivänlig avdelning".

Om du är allergisk så finns det två speciellt avsedda utrymmen i varje ände av tåget, närmast förarhytten. Här får man varken äta nötter eller citrusfrukter. Man ska heller inte sitta här om man bär stark parfym. Djur får inte vistas här. Utrymmet ska ses som en allergivänlig avdelning som städas enligt samma rutiner som för tåget i övrigt."

Svar Östgotatrafiken:

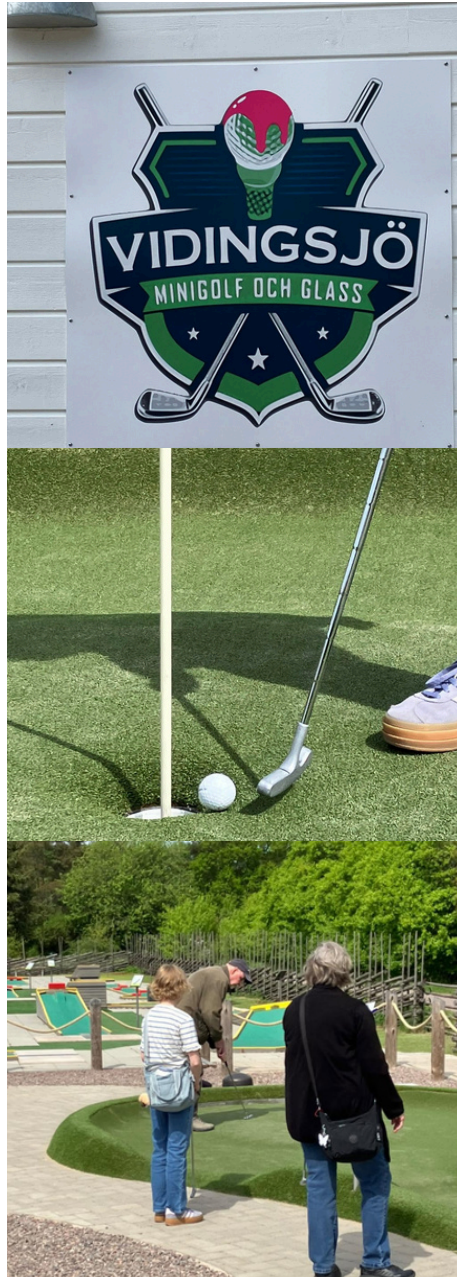
- En synpunkt som vi får ta till oss och se om vi kan göra någon åtgärd. Den blir dock svår att kontrollera. Östgotatrafiken får se om det kommer in flera ärenden på samma sak."

Tycker du att möjligheten att resa doftfritt på Östgotatrafikens tåg är en viktig fråga? Gör din röst hörd genom att ta kontakt med Östgotatrafiken via telefon: 0771-21 10 10 eller via qr-koden:

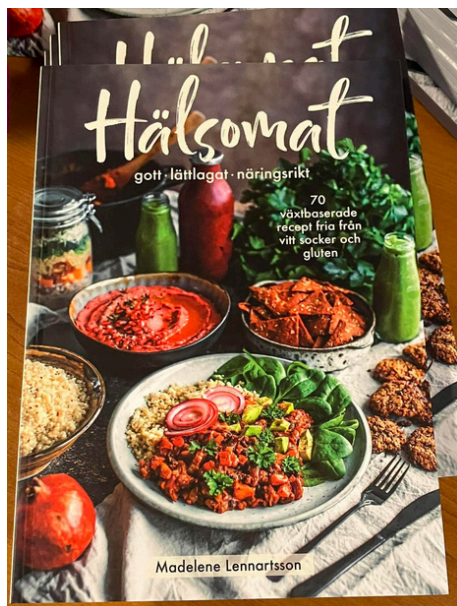


Rapport Bangolf!

Söndagen den 24 maj spelade medlemmar från Astma- och Allergiföreningen Östergötlands län tillsammans med Celiakiföreningen i Östergötlands län bangolf tillsammans. Vi var 13 personer som efter instruktioner från Mikael Laweby från Linköpings Bangolfklubb fattade klubborna och provade de fina banorna i Vidingsjö. Vi fick en fin dag tillsammans och det blev många bollar som hamnade på rätt plats och några som fick fiskas upp ur vattnet. Efter spelande var det dags ta en paus med hjälp av kioskens utbud av glass och fika. Tack för en trevlig eftermiddag!



Inspirationsföreläsning "Går det att äta sig symtomfri" med Madelene Lennartsson 19 augusti 2026



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

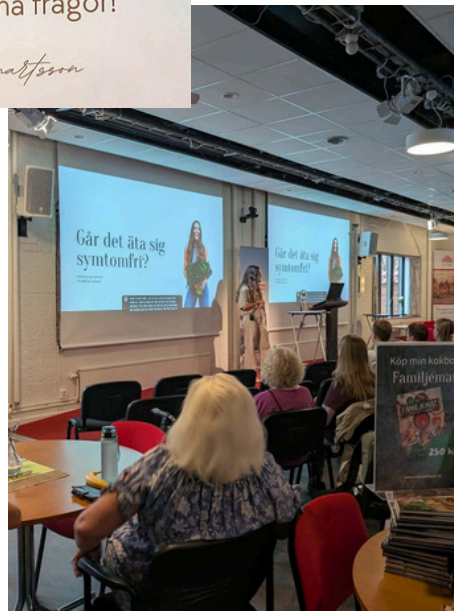
Vi var ca 80 personer som deltog på plats i Vagnhallen, Föreningshuset Fontänen Linköping och ca 20 personer som deltog digitalt.

Vilken spännande kväll vi fick tillsammans,

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 ville lyfta matens förmåga till läkning och de fantastiska egenskaper den har för vår kropp.

Efter föreläsningen fanns det möjlighet för den som ville att köpa Madelenes kokböcker och att få dem signerade.

Du kan läsa mer om Madelene och hennes resa på <https://wholeblissco.se>



Astmakontroll Sverige

Hundratusentals svenskar lever med astmasymtom i onödan. Astmakontroll Sverige samlar patienter, vård och forskning för att öka kunskapen om astma. Tillsammans vill vi bidra till att fler får rätt stöd och behandling för sin sjukdom.

Astma ska inte begränsa vardagen

Astma ska inte behöva begränsa människors vardag. Med rätt behandling kan de flesta bli symtomfria eller få god kontroll över sin sjukdom och kunna leva ett aktivt liv utan att begränsas av sina besvär.

Trots det är det många som vänjer sig vid andningssvårigheter, hosta och trötthet och tänker att det är något man måste leva med. Men återkommande symtom kan vara tecken på att astman inte är under kontroll.

Okontrollerad astma kan visa sig genom andningssvårigheter, även nattliga besvär, återkommande behov av snabbverkande luftrörsvidgande astmamedicin och att sjukdomen påverkar vardagliga aktiviteter som träning, arbete, studier eller socialt umgänge.

När astman inte är under kontroll påverkas inte bara livskvaliteten här och nu. Risken ökar också för försämringsperioder, akuta vårdbesök och på sikt permanenta lungskador, vilket kan innebära allvarliga konsekvenser för hälsan.

Därför behövs Astmakontroll Sverige

Trots att det finns goda möjligheter att behandla astma får många inte det stöd och den kunskap som behövs för att hantera sjukdomen på bästa sätt. Vården ser olika ut över landet, uppföljningen brister och många patienter får aldrig någon strukturerad utbildning om sin sjukdom.

Konsekvensen blir att många lever med symtom som de skulle kunna slippa.

För att förändra detta har vi tagit initiativ till Astmakontroll Sverige. Satsningen är en del av det internationella samarbetet International Respiratory Coalition (IRC) och samlar nio olika organisationer. Tillsammans ska representanter för patienter, vård och forskning samarbeta för att stärka patienters möjligheter att ta kontroll över sin sjukdom, och bidra till en mer jämlik och kunskapsbaserad astmavård.



Ett nationellt kunskapslyft

Astmakontroll Sverige arbetar för ett nationellt kunskapslyft som ska stärka egenvården, förbättra implementeringen av nationella riktlinjer i hälso- och sjukvården och bidra till att fler får rätt behandling i rätt tid. Genom utbildning, forskning och kunskapsspridning vill vi bidra till en mer jämlik och kunskapsbaserad astmavård.

Det här kunskapslyftet kan vi göra tack vare stöd från Herman Kreftings Stiftelse för Allergi- och Astmaforskning.

Första steget – en webbaserad patientutbildning

Ett av våra första initiativ är att utveckla en webbaserad patientutbildning för personer med astma.

Utbildningen ska ge ökad kunskap om sjukdomen, förbättra egenvården och göra det enklare för patienter att känna igen tecken på att astman inte är under kontroll. Målet är att fler ska känna sig trygga i sin behandling och få bättre förutsättningar att leva ett liv utan symtom och begränsningar.

Utbildningen utvecklas i samverkan mellan patienter, vård och forskning för att innehållet ska vara relevant, användbart och bygga på aktuell kunskap.

Var med och utveckla en ny patientutbildning

Är du patient och har astma? Det är viktigt att innehållet i den webbaserade patientutbildning vi ska ta fram utgår från patienternas behov. Därför vill vi ta vara på erfarenheter från personer som lever med astma.

Genom Astma- och Allergipanelen kan personer med astma eller allergi bidra med sina perspektiv och hjälpa oss att utveckla utbildningar, forskning och vård som gör verklig skillnad. Gå med i Astma- och Allergipanelen,



Vad arbetar koalitionen med?

- Webbaserat patientutbildningsprogram. Vi utvecklar kunskap och verktyg som hjälper personer med astma att förstå sin sjukdom och ta en aktiv roll i sin behandling.

Kompetensutveckling för vårdpersonal

- Vi vill bidra till att fler patienter får tillgång till en vård som bygger på aktuell kunskap, strukturerad uppföljning och nationella riktlinjer.

Forskning och uppföljning

- Genom forskning och kvalitetsregister kan vi följa utvecklingen, identifiera förbättringsområden och skapa ny kunskap om astma och behandlingsstrategier.

Kunskapsspridning och påverkan

- Vi arbetar för att öka medvetenheten om okontrollerad astma och för att fler ska få tillgång till jämlik vård oavsett var i landet de bor.





Våra mål

Astmakontroll Sverige arbetar för att:

- Stärka patienters förmåga till egenvård och sjukdomskontroll.
- Förbättra astmavården, genom tidig upptäckt och rätt behandling.
- Öka medvetenheten om okontrollerad astma.

Organisationer som deltar

ASTA (Astma- allergi och KOL-sjuksköterskeföreningen)

Astma- och Allergiförbundet

Astma- och Allergiförbundets Forskningsfond

BLFA (Barnläkarföreningens delförening för allergi och lungmedicin)

Breathe Sweden Cfa (Centrum för Allergiforskning)

Luftvägsregistret NAAKA (nätverket för astma- allergi och KOL-intresserade allmänläkare)

SFFA (Svenska föreningen för allergologi)

Om Astmakontroll Sverige

Astmakontroll Sverige är ett nationellt initiativ där patientorganisationer, vårdprofession och forskare går samman för att förbättra astmakontrollen i Sverige.

Initiativet samlar nio olika organisationer i ett nätverk kring ett gemensamt mål: att färre ska leva med okontrollerad astma och att fler ska få rätt vård i rätt tid.

Nätverket är en del av det internationella samarbetet International Respiratory Coalition (IRC). Det är ett samarbete som har funnits sedan 2021 och som samlar aktörer från ett tjugotal länder för att stärka lunghälsan och förbättra vården av lungsjukdomar.

Läs mer om IRC:



Astma- och Allergipanelen

– dina erfarenheter blir till kunskap

Gå med i Astma- och Allergipanelen

Genom Astma- och Allergipanelen kan du dela hur det är att leva med astma, allergi, eksem eller annan överkänslighet – och bidra till bättre vård, forskning och patientutbildning.

Dina erfarenheter kan göra skillnad
Vi tror att vården blir bättre när du som patient får möjlighet att vara med och påverka.

Många människor lever med astma, allergi, eksem och annan överkänslighet – men vi vet fortfarande för lite om hur sjukdomarna påverkar vardagen. Den kunskapen är viktig för att kunna utveckla vård, forskning och patientutbildning som fungerar i praktiken.

Astma- och Allergiförbundet arbetar för bättre vård och livsvillkor för personer med dessa sjukdomar. För att kunna påverka vård, forskning och beslut som rör astma och allergi behöver vi ta del av fler erfarenheter.

Därför har vi startat Astma- och Allergipanelen – en patientpanel där du som lever med astma, allergi eller annan överkänslighet kan bidra med dina perspektiv.

Så funkar det

För att gå med i panelen fyller du i dina uppgifter i formuläret nedan.

Du blir då en del av panelen och kan få utskick från Astma- och Allergiförbundet med förfrågningar om att delta i projekt och initiativ som syftar till att öka kunskapen om astma, allergi och annan överkänslighet.

Som deltagare kan du bli kontaktad när vi vill ta del av patienters erfarenheter i arbete som rör forskning, vård och patientutbildning. Du väljer alltid själv om du vill delta.

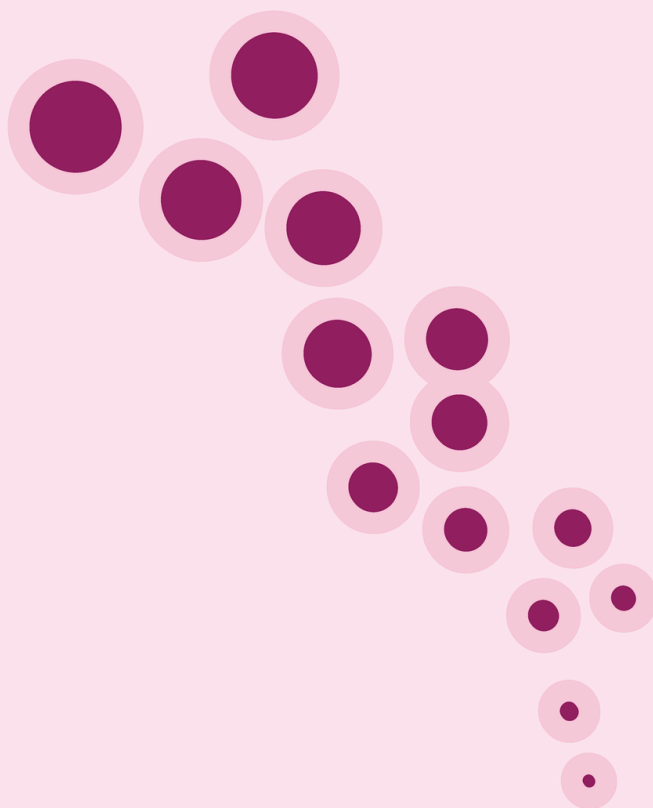
Ditt deltagande är helt frivilligt, och du kan när som helst tacka nej eller avsluta ditt deltagande. Dina uppgifter används endast för att kontakta dig om relevanta aktiviteter och hanteras enligt gällande dataskyddsregler.

Anmälningss formulär för Astma-och Allergipanelen hittar du här:

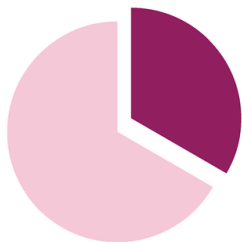


För en preventiv, effektiv och jämlik allergivård

Nationell allergistrategi 2026–2030



Förord



Allergier är några av våra vanligaste kroniska sjukdomar och uppskattas beröra över en tredjedel av Sveriges befolkning. Allergier är ett växande folkhälsoproblem. Astma, pollenallergi, matallergi och eksem påverkar vardagen för miljontals människor.

Det finns många orsaker till att människor har allergier. Det kan till exempel handla om ändrade levnadsvanor, kosthållning och exponeringar för olika ämnen som luftföroreningar. Samtidigt som vårdbehoven ökar visar analyser på tydliga skillnader i tillgång till allergivård i landet, både mellan regioner och mellan olika grupper i samhället. Regeringen presenterar en nationell strategi i syfte att åstadkomma en mer preventiv, effektiv och jämlik allergivård.

Den nationella strategin, med en gemensam riktning och gemensamma mål, ska underlätta för bland annat huvudmän och vårdgivare att prioritera och planera insatser för att förebygga att allergier utvecklas, ger symtom eller förvärras, såväl i vården som i andra delar av samhället. Även myndigheter ska planera och prioritera utifrån strategin.



Elisabet Lann
Sjukvårdsminister

Regeringens strategi ska ses i ljuset av de pågående satsningar som regeringen initierat inom hälso- och sjukvårdsområdet och som har bäring på allergiområdet. Det handlar bland annat om att bygga ut primärvården, satsningar för att korta köerna och att förbättra vårdens kompetensförsörjning.

Hälso- och sjukvården behöver utvecklas på flera nivåer för allergiker eftersom de flesta patienter med allergi ska få hjälp i primärvården medan patienter med svår allergi behöver specialiserad vård, av allergologer eller av hudläkare.

Även kommuner, skolor, förskolor och andra aktörer som möter personer med allergi i vardagen behöver på ett strukturerat och metodiskt sätt få bättre kunskaper om allergier och hur miljö och livsmedels hantering påverkar allergiker. Livsmedelsföretag måste informera om innehållet av allergena ingredienser på ett transparent och tydligt sätt, så att kostbehandling kan fungera och individer med matallergi kan vara trygga. Därför tar strategin särskild hänsyn till livsmedelskedjans roll för säkra livsmedel när det gäller allergener.

Regeringen ser patient- och anhörigorganisationerna som viktiga aktörer i vårdens utveckling. Deras insikter och erfarenheter är viktiga för att skapa en vård som verkligen möter patienternas behov. Detta avspeglas i den nationella allergistrategin.

En bärande del i strategin är Socialstyrelsens nationella riktlinjer för allergi som publicerades i april 2026.

Många har en allergi

Förekomst av allergi och överkänslighet har historiskt sett varit svåra att belysa, bland annat för att begreppen inte har haft en väl representerad plats i den internationella klassifikationen ICD (International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems).

Globalt sett har dock allergirelaterade sjukdomar ökat över tid. I dag är mellan 10 och 30 procent av alla människor i världen drabbade. Enligt WHO är allergi den fjärde största kroniska sjukdomen. Organisationen bedömer vidare att totalt 50 procent av mänskligheten – i alla åldrar – kommer att ha en allergi år 2050.

I den nationella folkhälsoenkäten Hälsa på lika villkor? som Folkhälsomyndigheten genomförde 2024 uppgav nästan 35 procent att de har en allergi, vilket gör allergier till en av de vanligaste kroniska sjukdomarna. Vanliga allergier inkluderar allergier mot vissa pollen, pälsdjur, parfym och livsmedel. Andelen 12-åringar i Sverige som lider av pollenallergi har stigit från 14 till 19 procent från 2011 till 2019. Uppgiften bygger på föräldraenkäter till 12-åringar och redovisas i Folkhälsomyndighetens statistikdatabas samt i Miljöhälsorapporten 2021.

EU:s arbete med allergifrågor

EU arbetar med allergifrågor främst genom att stärka regler och policyer som skyddar personer med allergier. Ett centralt område är livsmedelssäkerheten, där EU ställer krav på tydlig och konsekvent märkning av 14 allergener för att hjälpa konsumenter att undvika ämnen de inte tål. Detta omfattar både förpackade och oförpackade livsmedel, och syftar till att förbättra tryggheten för personer med matallergi.

Vilka allergier omfattar strategin?

Strategin omfattar de vanligaste formerna av allergi hos barn och vuxna:



astma

(allergi är en vanlig orsak till astma hos barn och förekommer även hos vuxna)



atopiskt eksem



kontaktallergi



pollenallergi

(rinokonjunktivit)



matallergi



celiaki

(glutenintolerans) är inte en allergi, men ingår i de delar av strategin som rör livsmedelslagstiftningen, eftersom livsmedelslagstiftningen ställer samma informationskrav för alla matallergener, alltså även spannmål som innehåller gluten.

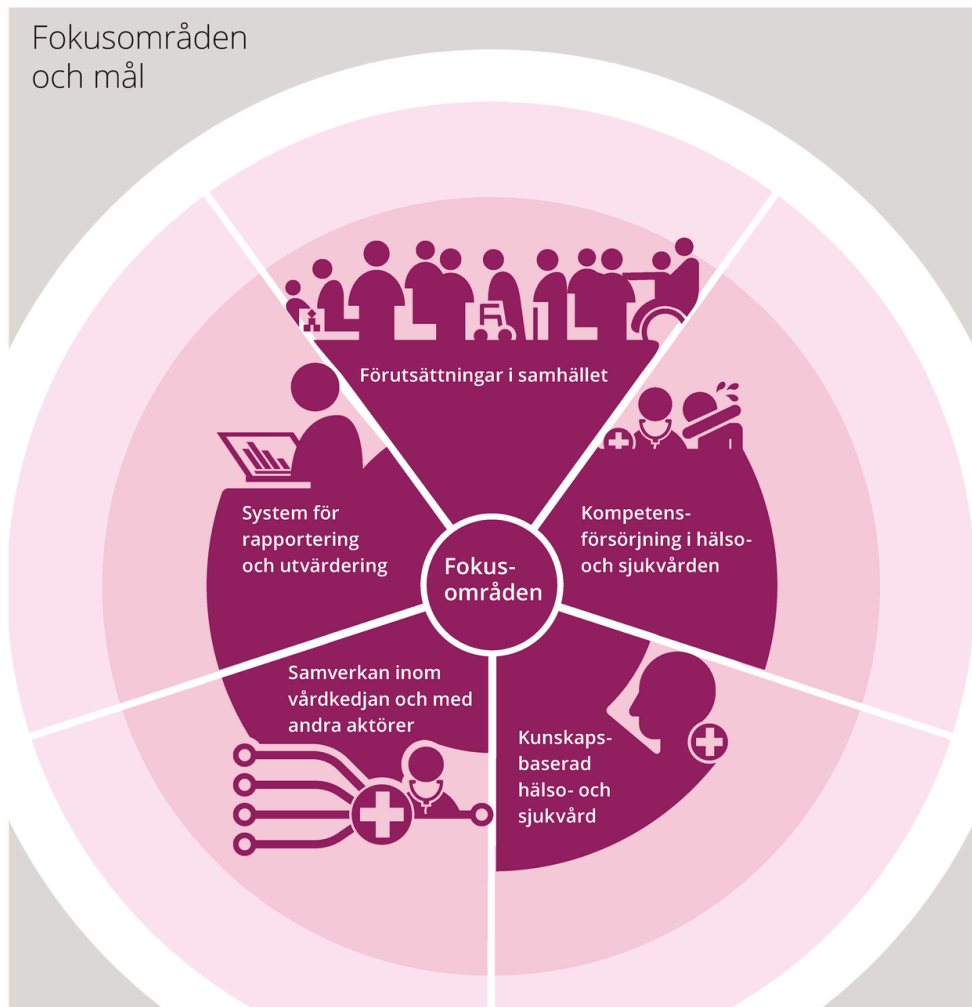
Struktur och innehåll

Regeringen gav den 29 februari 2024 Livsmedelsverket och Socialstyrelsen i uppdrag att lämna förslag till nationell strategi och handlingsplan för allergiområdet. Underlaget som myndigheterna redovisade den 31 januari 2026 ligger till grund för denna strategi.

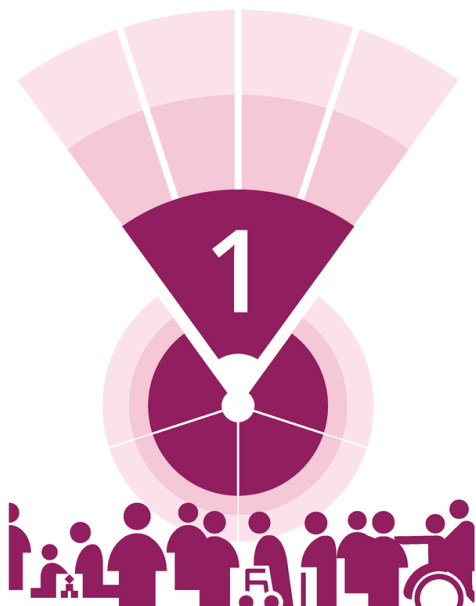
Inom ramen för uppdraget att ta fram en strategi har Socialstyrelsen och Livsmedelsverket samarbetat med experter på allergiområdet och samverkat med livsmedelsföretag och andra aktörer.

Utifrån myndigheternas förslag har Regeringskansliet identifierat breda fokusområden inom vilka det finns behov av utveckling. Kopplat till respektive fokusområde finns ett antal målsättningar.

Fokusområden och mål



Förutsättningar i samhället



Fler aktörer i samhället, utöver hälso- och sjukvården, ska inkluderas i arbetet med att både förebygga utvecklingen av allergier och bidra till tryggare och säkrare utomhus- och inomhusmiljöer för den som har en allergi. Flera olika aktörer i samhället påverkar även möjligheten till säkra och trygga måltidssituationer för personer med matallergi och celiaki. Dessa aktörer kan skapa förutsättningar, exempelvis genom att samverka och samarbeta med varandra, informera, men även genom att följa gällande regler och rutiner.

Målsättningar:

- Ökad kunskap hos befolkningen för att förebygga och vid behov behandla allergier.
- Ökad kunskap hos föräldrar så att de tryggt kan introducera mat till spädbarn.
- Ökad kunskap i skolor och förskolor för att säkerställa ändamålsenliga rutiner.
- Kontroll och information om allergener ska vara systematisk, metodisk och prioriterad.

Ökad kompetens i allergivården

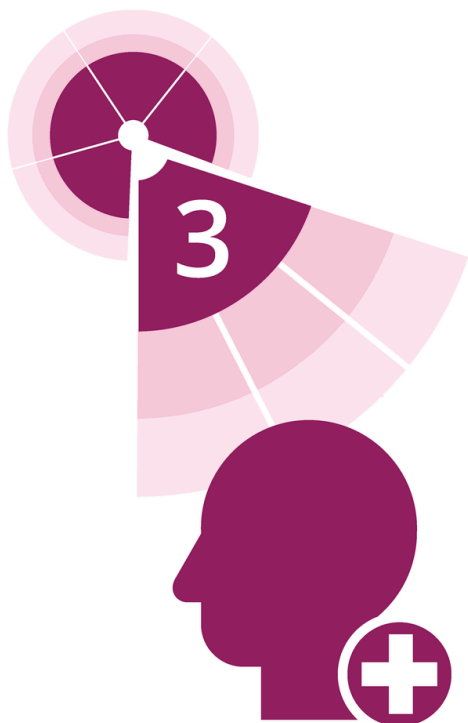


Rätt och tillräcklig kompetens i hälso- och sjukvården är en förutsättning för att möta dagens och framtidens vårdbehov. Kompetensen behöver vara tillgänglig i regionerna, i relation till de vårdbehov som finns. Det är vårdgivarna som ansvarar för att de som arbetar i verksamheten har rätt kompetens för sina arbetsuppgifter. Till exempel har antalet vuxenallergologer minskat över tid, med begränsad tillgång i vissa regioner som konsekvens.

Målsättningar:

- Bättre och mer jämlik tillgång till allergologer.
- Kontinuerlig fortbildning för vårdpersonal.
- Allergikunskap i relevanta vårdutbildningar.

En mer effektiv kunskapsstyrning i allergivården



Allergivården ska arbeta förebyggande och behandla patienterna utifrån kunskap och beprövad erfarenhet om allergier.

Primär- och sekundärprevention och allergisk inflammation är viktiga forskningsområden för att förhindra utvecklingen av allergisjukdomar, men även för att utveckla behandlingar för redan etablerade sjukdomar. Kunskapsutveckling medför större möjligheter att minska risken för allergier, men även minska eller senarelägga utvecklingen av symtom.

För att vården systematiskt och metodiskt ska utgå från bästa tillgängliga kunskap och erfarenhet finns nationella kunskapsstöd om både förebyggande och behandlande metoder av allergier. Kunskapsstöden behöver systematiskt och metodiskt förstärkas, samordnas, tillgängliggöras och integreras med individanpassade åtgärder i hälso- och sjukvården.

Flera aktörer ansvarar för att ta fram kunskapsstöd till hälso- och sjukvården, exempelvis Socialstyrelsen, Läkemedelsverket, Livsmedelsverket, Folkhälsomyndigheten, regionernas kunskapsstyrningsorganisation (NPO), professionsorganisationer, universitet och högskolor. Samordning mellan relevanta aktörer och kunskapsstöd är viktigt för ett ökat genomslag.

Målsättningar:

- Vården ska arbeta förebyggande och behandla allergier utifrån kunskap och beprövad erfarenhet.
- Nationella kunskapsstöd ska vara samordnade, uppdaterade och lättillgängliga.
- Stöd för implementering av kunskapsstöd ska finnas.

Samverkan inom vårdkedjan och med andra aktörer

Fokusområde 4 handlar om hälso- och sjukvårdens förmåga att skapa förutsättningar som leder till att berörda patienter får en mer samordnad allergivård. Patienter behöver en kontinuerlig och samordnad process, där olika aktörer som kommuner och regioner samarbetar för en individuell, trygg och säker vård för patienten. Relevanta aktörer, som förskolan och skolan, behöver få information från hälso- och sjukvården. I vissa regioner har man allergikonsulenter som fungerar som en länk mellan samhället och hälso- och sjukvården. Det ger möjligheter till ett strukturerat informationsflöde mellan olika vårdgivare, och kan främja dialog och gemensamt utvecklingsarbete utifrån patientens behov.

Skillnaden mellan barn- och vuxenvården är stor och ansvaret för sammanhållen övergång behöver klargöras. Sammanhållen övergång i vården hänger samman med en fungerande vårdkedja och är en avgörande faktor för att bedriva god och säker vård. Övergången från barn- till vuxenvård innebär i dag att ett större ansvar läggs på patienten. När en patient har kontakt med flera vårdgivare finns det dock risk för glapp i vårdkedjan och att patient och personal inte har en gemensam bild av vårdbehoven.

Personcentrerad vård är ett förhållningssätt där patienten ses som en partner i vården. Fokus ligger på att förstå personens livssituation, behov, önskemål och resurser – inte bara den medicinska diagnosen.



Målsättningar:

- Patienter med allergi får en sammanhållen och personcentrerad allergivård på rätt nivå.
- Bättre samverkan och samarbete mellan allergivården och skola/förskola/andra aktörer.
- Sammanhållen vårdkedja i övergången mellan barn- och vuxensjukvården i allergivården.

Rapportering och utvärdering

För att kunna följa utvecklingen i allergivården ska ändamålsenliga system för rapportering och utvärdering vara till hjälp. Med rapporteringssystem menas registrering av all typ av vård och behandling inom allergiområdet samt rapportering av allergiincidenter. I strategin ingår att utreda behovet av och förutsättningarna för ett rapporteringssystem för allergivård utan att ytterligare belasta vårdens samlade administrativa börda.

Även livsmedelskedjan behöver följa upp allergiska reaktioner. Väl underbyggda data, som samlas in och sammanställs på nationell nivå, är ett viktigt underlag för riskvärdering, planering av en riskbaserad kontroll och för uppföljning av åtgärder på kommunal och nationell nivå. Därför ska behovet av och förutsättningarna för ett digitalt inrapporteringssystem av allergiincidenter till följd av livsmedel ses över.

Över tid är data även ett värdefullt underlag i informations- och utbildningssyfte.

Målsättningar:

- Utveckla nationella rapporteringssystem för allergivård utan att öka den administrativa bördan.
- Skapa system för att rapportera allergiincidenter, för befolkningen och i livsmedelskedjan.





Socialstyrelsen och Livsmedelsverket är centrala aktörer

Som framgår ovan är samverkan och samarbete mellan flera aktörer av vikt för strategins genomförande. Socialstyrelsen och Livsmedelsverket är två av de centrala statliga myndigheterna på allergiområdet och de kommer att ha aktiva roller i arbetet med att genomföra och följa upp strategin.

Livsmedelsverkets roll omfattar bland annat samverkan med aktörer inom livsmedelskedjan, skolan, allmänheten och barnhälsovården samt uppföljning av olika slag.

Socialstyrelsens roll omfattar bland annat genomförande av nationella satsningar på hälso- och sjukvården, styrning med kunskap, strukturell beredskap samt uppföljning.

Uppdrag för genomförande och uppföljning av strategin

Regeringen har gett Socialstyrelsen och Livsmedelsverket i uppdrag att bidra till genomförandet samt följa upp arbetet och resultaten med den nationella strategin.

Under 2026 ska Socialstyrelsen tillsammans med Livsmedelsverket ta fram en plan för uppföljning av den nationella strategin. Från och med 2027 ska myndigheterna årligen till och med 2030 till Regeringskansliet (Socialdepartementet) redovisa uppföljningens resultat.

Uppdrag till Socialstyrelsen att genomföra regeringens allergistrategi 2026–2030

Regeringens beslut

Regeringen ger Socialstyrelsen i uppdrag att bidra till genomförandet av den nationella allergistrategin För en preventiv, effektiv och jämlik allergivård 2026–2030 samt följa upp åtgärder och resultat inom ramen för strategiarbetet. Livsmedelsverket ges ett motsvarande uppdrag. Myndigheterna ska samverka i genomförandet av uppdraget.

I uppdraget ingår bland annat att

- löpande följa upp och vid behov revidera de nationella riktlinjerna för både allergi och astma/KOL,
- stödja sjukvården vid implementering av de nationella riktlinjerna för både allergi och astma/KOL,
- följa upp allergivården och de nationella riktlinjernas genomslag,
- säkerställa allergiperspektiv i pågående arbeten inom bland annat tillgänglighet och kompetensförsörjning, och
- följa upp arbetet med strategin och uppfyllelsen av målen inom myndighetens verksamhetsområde.

Socialstyrelsen ska, till Regeringskansliet (Socialdepartementet och Landsbygds- och infrastrukturdepartementet), redovisa en plan för genomförande av arbetet senast den 15 december 2026, lämna delredovisningar senast den 15 december 2027, den 15 december 2028 och den 15 december 2029 samt redovisa en uppföljning av resultatet senast den 15 december 2030.

För uppdraget får Socialstyrelsen under 2026 använda 3 000 000 kronor. Medlen ska redovisas mot det under utgiftsområde 9 Hälsovård, sjukvård och social omsorg för budgetåret 2026 uppförda anslaget 1:6 Bidrag till folkhälsa och sjukvård, anslagsposten 38 Kvalitetshöjande insatser i hälso- och sjukvården. Medlen betalas ut engångsvis efter rekvisition till Kammarkollegiet senast

den 1 december 2026. Medel som inte har använts ska återbetalas senast den 31 mars 2027 till Kammarkollegiet. Vid samma tidpunkt ska en ekonomisk redovisning lämnas till Kammarkollegiet. Redovisning, rekvisition och återbetalning ska hänvisa till diarienumret för detta beslut.

Bakgrund

Allergier är några av våra vanligaste kroniska sjukdomar och berör över en tredjedel av Sveriges befolkning. Regeringen har beslutat om den nationella strategin För en preventiv, effektiv och jämlik allergivård. Strategin ska genomföras under fem år, 2026–2030.

Regeringens strategi ska ses i ljuset av de pågående satsningar som regeringen arbetar med inom hälso- och sjukvårdsområdet och som har bäring på allergivården. Det handlar bland annat om att utveckla primärvården och göra vården mer patientcentrerad, satsningar för att korta köerna och kompetensförsörjning.

Allergier är ett stort och växande folkhälsoproblem. Med strategin pekar regeringen ut en gemensam riktning för hur vården och samhället kan möta behoven på ett mer jämlikt sätt.

En bärande del i strategin är Socialstyrelsens nationella riktlinjer för allergi samt astma/KOL. I de nationella riktlinjerna rekommenderar Socialstyrelsen olika utredningar och behandlingar för barn och vuxna. Myndigheten tar också fram indikatorer för uppföljning och utvärdering.

Närmare om uppdraget

Socialstyrelsen ska ta fram och tillgängliggöra ett samlat implementeringsstöd kopplat till de nationella riktlinjerna för astma/KOL och allergi, för att underlätta för vårdgivare och regioner att omsätta de nationella riktlinjerna i praktiken. Socialstyrelsen ska vid behov komplettera detta med stödmaterial riktat till beslutsfattare för att underlätta prioritering och resursplanering inom allergivården.

Socialstyrelsen ska inleda en strukturerad uppföljning av allergivården. I detta ingår att ta fram en modell för uppföljning, för att bland annat se i vilken omfattning de nationella riktlinjerna får genomslag och i vilken takt de behöver revideras framåt.

Socialstyrelsen ska tillämpa ett allergiperspektiv i andra relevanta delar av myndighetens verksamhet såsom exempelvis regeringens riktade satsningar på

en utbyggd patientcentrerad primärvård, tillgänglighet och kompetensförsörjning. Socialstyrelsen ska också lämna förslag till regeringen i de fall myndigheten ser behov av ytterligare åtgärder på nationell nivå inom ramen för allergiområdet.

Socialstyrelsen ska sprida information om strategin och arbetet inom ramen för strategin till berörda aktörer.

Inom ramen för uppdraget ska en dialog föras genom partnerskapet till stöd för kunskapsstyrning samt med andra relevanta aktörer.

Strategin ska genomföras under fem år, 2026–2030. Socialstyrelsen ska under 2026 tillsammans med Livsmedelsverket ta fram en plan för uppföljning av den nationella strategin. Från och med 2027 ska myndigheterna årligen till och med 2030 till Regeringskansliet (Socialdepartementet och Landsbygds- och infrastrukturdepartementet) redovisa uppföljningens resultat. Av uppföljningen ska framgå

- hur myndigheterna var för sig och tillsammans arbetat för att bidra till genomförandet av strategin
- hur relevanta aktörer så som huvudmän på lokal och regional nivå och livsmedelsföretag arbetat för att bidra till genomförandet av strategin
- hur mål inom myndighetens verksamhetsområde uppnåtts.

Regeringen beräknar att 5 000 000 kronor kommer att avsättas för uppdraget årligen under 2027–2030 under förutsättning att riksdagen anvisat medel för det aktuella anslaget.

Uppdrag till Livsmedelsverket att genomföra regeringens allergi-strategi 2026–2030

Regeringens beslut

Regeringen ger Livsmedelsverket i uppdrag att bidra till genomförandet av den nationella allergistrategin. För en preventiv, effektiv och jämlik allergivård 2026–2030 samt följa upp åtgärder och resultat inom ramen för strategiarbetet. Socialstyrelsen ges ett motsvarande uppdrag. Myndigheterna ska samverka i genomförandet av uppdraget.

I uppdraget ingår bland annat att

- ta fram informationsmaterial till livsmedelsföretag med syftet att höja kompetensen inom livsmedelskedjan och förebygga att livsmedel orsakar allergiincidenter,
- samverka med aktörer inom förskola/skola för att säkra miljön för personer med matallergi och celiaki,
- löpande följa upp och vid behov revidera råd om introduktion av livsmedel för barn,
- utreda behovet och förutsättningarna för ett digitalt system för anmälan av allergiincidenter till följd av livsmedel, och
- följa uppfyllelsen av strategin inom sitt verksamhetsområde till och med 2030.

Livsmedelsverket ska, till Regeringskansliet (Socialdepartementet och Landsbygds- och infrastrukturdepartementet), redovisa en plan för genomförandet av arbetet senast den 15 december 2026, lämna delredovisningar senast den 15 december 2027, den 15 december 2028 och den 15 december 2029 samt redovisa en uppföljning av resultatet senast den 15 december 2030.

För uppdraget får Livsmedelsverket under 2026 använda 3 000 000 kronor. Medlen ska redovisas mot det under utgiftsområde 9 Hälsovård, sjukvård och social omsorg för budgetåret 2026 uppförda anslaget 1:6 Bidrag till folkhälsa och sjukvård, anslagsposten 38 Kvalitetshöjande insatser i hälso- och sjukvården. Medlen betalas ut engångsvis efter rekvisition till Kammarkollegiet senast 1 december 2026. Medel som inte har använts ska återbetalas senast den 31 mars 2027 till Kammarkollegiet. Vid samma tidpunkt ska en ekonomisk redovisning lämnas till Kammarkollegiet. Redovisning, rekvisition och återbetalning ska hänvisa till diarienumret för detta beslut.

Bakgrund

Allergier är några av våra vanligaste kroniska sjukdomar och berör över en tredjedel av Sveriges befolkning. Regeringen har beslutat om en nationell strategi för en mer förebyggande, effektiv och jämlik allergivård. Strategin ska genomföras under fem år.

Regeringens strategi ska ses i ljuset av de pågående satsningar som regeringen arbetar med inom hälso- och sjukvårdsområdet och som har bäring på allergi-strategin. Det handlar bland annat om en utbyggd och patientcenterad primärvård, satsningar för att korta köerna och kompetensförsörjning.

Allergier är ett stort och växande folkhälsoproblem. Med strategin pekar regeringen ut en gemensam riktning för hur vården och samhället kan möta behoven på ett mer jämlikt sätt.

En viktig del i strategin är att beskriva hur livsmedel kan bli säkrare för personer med matallergi och celiaki (glutenintolerans).

Närmare om uppdraget

Livsmedelsverket ska vid behov ta fram nya informationsmaterial, revidera befintliga samt sprida dessa till olika livsmedelsföretag i syfte att undvika allergiincidenter.

Livsmedelsverket ska utveckla samverkan med aktörer som verkar inom skola och förskola för att säkra miljön för personer med matallergi och celiaki. Samverkan mellan myndigheter, huvudmän i vård och skola, yrkesgrupper, professionsföreningar, branschorganisationer och patientföreningar är central för att sprida kunskap.

Livsmedelsverket ska se över myndighetens råd om introduktion av livsmedel och vid behov revidera dem med vetenskapligt underlag. Dessa råd ska kommuniceras till barnhälsovården och allmänheten på lämpligt vis.

Livsmedelsverket ska utreda förutsättningarna för ett digitalt inrapporteringsystem av allergiincidenter till följd av livsmedel. Inrapportering ska kunna ske av flera aktörer, bland annat vårdpersonal, skolpersonal, livsmedelsföretag och privatpersoner. I detta ingår att analysera omfattning, kostnad för uppbyggnad och förvaltning samt vilken myndighet som ska vara ansvarig. En effektiv rapportering av allergiincidenter orsakade av livsmedel ger mer kunskap om de största riskerna och i förlängningen om hur de kan undvikas.

Inom ramen för uppdraget ska en dialog föras genom partnerskapet till stöd för kunskapsstyrning samt med andra relevanta aktörer

Strategin ska genomföras under fem år, 2026–2030. Socialstyrelsen ska under 2026 tillsammans

med Livsmedelsverket ta fram en plan för uppföljning av den nationella strategin. Från och med 2027 ska myndigheterna årligen till och med 2030 till Regeringskansliet (Socialdepartementet och Landsbygds- och infrastrukturdepartementet) redovisa uppföljningens resultat. Av uppföljningen ska framgå

- hur myndigheterna var för sig och tillsammans arbetat för att bidra till genomförandet av strategin
- hur relevanta aktörer så som huvudmän på lokal och regional nivå och livsmedelsföretag arbetat för att bidra till genomförandet av strategin
- hur mål inom myndighetens verksamhetsområde uppnåtts.

Regeringen beräknar att 5 000 000 kronor kommer att avsättas för uppdraget årligen under 2027–2030 under förutsättning att riksdagen anvisat medel för det aktuella anslaget.

Skönhetsideal kommer med risken för hudallergier

Att färga håret, göra gelnaglar och använda parfymerad hud- eller hårvård är inte ovanligt i dagens samhälle. Men många skönhetsideal kommer också med risken för kontaktallergier och till hudmottagningen på Skånes universitetssjukhus kommer ständigt nya patientfall.

Lyster i håret. En kropp som luktar fräscht av citrus. Många av dagens skönhetsideal kantas av risken för kontaktallergier. Men livet måste såklart inte levas helt doft- och sminkfritt. Även om olika doftämnen är de vanligaste kosmetiska allergenerna kan man testa för att se om man tål sin nya produkt.

– Använd produkten på en liten bit hud på armens insida i 14 dagar. Får du inget eksem alls under den tiden kan du troligen vara trygg i att du tål produkten, säger Cecilia Svedman.

Hon är professor vid Lunds universitet och överläkare inom yrkes- och miljödermatologi på Skånes universitetssjukhus. Till hudmottagningen remitteras bland annat patienter som redan fått behandling mot eksem i ansiktet, men utan att det har hjälpt.

– Då är det ofta någon hudvårdsprodukt man inte tål, säger Cecilia Svedman.

Parfymämnerna och hårfärg

Den som läser produktens innehållsdeklaration kan ofta se att det finns potentiellt allergiframkallande ämnen. Olika parfymämnerna kan orsaka problem, men också konserveringsmedel.



En del konserveringsmedel avger dessutom formaldehyd, ett allergent ämne som tenderar att "sippra ut" lite i taget – ibland utan att de går att läsa sig till i innehållslistan.

Ämnen i hårfärg är en annan allergen grupp som kan ge stora besvär, i värsta fall akut svullnad i ansiktet och blåsor på huden. Inte sällan heter boven i dramat PPD, p-fenylendiamin. Hårfärger innehåller ämnen som kan ge stora allergiska besvär.

Allergi mot gelnaglar

Det senaste decenniet har forskare sett många fall av allergi mot gelnaglar. Koncentrationen av de allergena akrylatämnena är störst innan naglarna härdats, men molekylerna kan även spridas i luften när en nagel slipas.

För den som är allergisk mot akrylater kan det räcka att bli kliad av någon med gelnaglar för att kontaktallergin ska triggas.

– Ja, så tråkigt är det faktiskt. Immuncellerna i huden har ett livslångt minne, och helt utan avsikt kan man utsätta någon annan för risken att besvär blossar upp, säger Cecilia Svedman.

Allergin går inte över

Den som en gång har utvecklat kontaktallergi mot ett ämne, bär med sig den resten av livet. Eksemen försvinner oftast när man slutar med produkten som utlöste den, men nästa gång huden träffas på allergenet dyker eksemet snabbt upp igen.

Att göra sig av med skönhetsprodukter som tros ge allergi kan ta emot. Cecilia Svedman berättar om patienter som kommit in med en hel kasse produkter som de vill ta reda på om de tål. Men det är inte bara för att slippa slänga saker i onödan som det är viktigt att ringa in allergi.

– Många av våra patienter har andra diagnoser. Ibland blir de ordinerade att använda vissa medicinska produkter som de faktiskt är allergiska mot. Det är till exempel ett stort problem att akrylatallergiker med diabetes reagerar på sina insulinpumpar. Men om man har en diagnostiserad kontaktallergi är det lättare att veta vad man ska undvika, säger Cecilia Svedman.

Kosmetika är innehållsdeklarerat. Utöver att läsa baksidestexten noga, tycker Cecilia Svedman att det är bra om fler också rapporterar hudproblem till Läkemedelsverket.

– Genom att rapportera in problem kan vi påverka så att vi får en säkrare marknad för hudprodukter, och det hjälper oss alla, säger Cecilia Svedman.

**Detta är en bearbetning av en artikel som först
var publicerad i Vetenskap & Hälsa:**



Nyheter från Karolinska institutet

Kontrollerat jordnötsintag kan minska allergi hos små barn

Att långsamt vänja barnen vid små mängder jordnöt var förenat med färre biverkningar än tidigare studier av oral immunterapi.



Forskare vid Karolinska Institutet har effektivt behandlat barn i åldern 1–3 år med jordnötsallergi. Med hjälp av ett dagligt intag av små mängder jordnöt, som gradvis ökade över tid, vande sig barnen långsamt vid att äta jordnötter. Resultaten presenteras i tidskriften *The Lancet Regional Health – Europe*.

– Alla barn som följde protokollet klarade målet att äta tre och en halv jordnöt utan allergisk reaktion, och de flesta klarade upp till 25 jordnötter. Vi bedömer att behandlingen är säker om den genomförs under kontrollerade former i vården, säger Caroline Nilsson, docent vid institutionen för klinisk forskning och utbildning, Södersjukhuset, Karolinska Institutet, och överläkare vid Sachsska barn och ungdomssjukhuset.

Jordnötsallergi är ofta livslång och kan innebära en ständig oro för svåra allergiska reaktioner. I april 2026 presenterade Socialstyrelsen nya riktlinjer för allergivård som rekommenderar att fler patienter erbjuds behandlingar som kan förändra sjukdomens förlopp. Det innefattar oral immunterapi för barn med svår jordnötsallergi, som går ut på att vänja immunsystemet vid jordnöt genom regelbundet intag.

Jordnötspuffar var lätta att äta

Den aktuella studien omfattar 75 barn i åldern 1–3 år i Stockholm med konstaterad jordnötssallergi av olika svårighetsgrad, från milda besvär till svåra allergiska reaktioner vid intag. 50 barn fick aktiv behandling med oral immunterapi i form av jordnötspuffar, medan 25 barn i kontrollgruppen helt undvek jordnötter.

Behandlingen inleddes på sjukhus med en mycket låg dos och fortsatte därefter hemma med dagligt intag. Var fjärde till sjätte vecka ökades dosen tills barnen nådde en låg underhållsdos motsvarande cirka en och en halv jordnöt per dag.

– Detta är den första randomiserade studien av oral immunterapi på små barn med långsam upptrappning och låg underhållsdos. Jordnötspuffarna upplevdes som lätta att äta, vilket gjorde det enkelt för familjerna att följa behandlingen, och vi blev överraskade av hur positiva resultaten var, säger Caroline Nilsson.



Efter tre års behandling kunde 82 procent av barnen i behandlingsgruppen äta minst tre och en halv jordnöt utan allergisk reaktion, även efter ett fyra veckors uppehåll. I jämförelse tålde endast 12 procent av barnen i kontrollgruppen sådana mängder.

Biverkningar förekom men var i de flesta fall lindriga, till exempel klåda i munnen eller hudutslag. Allvarigare reaktioner inträffade främst under perioder då dosen ökades. Några enstaka barn i behandlingsgruppen behövde adrenalininjektion för att motverka svår allergisk reaktion under studiens gång.

Nära kontakt med vården krävs

Forskarna betonar att behandlingen alltid ska ske under kontrollerade former, i nära kontakt med vården och med medicinsk uppföljning.

– Det försiktiga behandlingsupplägget verkar spela en viktig roll för säkerheten, men det här är inget som föräldrar ska experimentera med hemma själva eftersom allvarliga reaktioner ändå kan uppstå, säger Anna Asarnej, docent vid institutionen för kvinnors och barns hälsa, Karolinska Institutet, och överläkare vid Astrid Lindgrens barnsjukhus, Karolinska Universitetssjukhuset, som lett studien tillsammans med Caroline Nilsson.

Nästa steg är att analysera hur immunförsvaret förändras under behandlingen och att följa barnen över längre tid för att se om toleransen kvarstår.

Barnen identifierades via Karolinska Universitetssjukhusets laboratorium, som analyserar prover från olika vårdnivåer, och barnen behandlades sedan vid forskningsenheten på Sachsska barn och ungdomssjukhuset, Södersjukhuset i Stockholm.

Publikation:

Susanna Klevebro, Carina Uhl, Jon Roald Konradsen, Josefin Ullberg, Sandra Ganrud Tedner, Idun Holmdahl, Isabella Badolati, Rui Da Silva Rodrigues, Eva Sverremark-Ekström, Caroline Nilsson, Anna Asarnej, The Lancet Regional Health – Europe, online 7 maj 2026, doi: 10.1016/j.lanepe.2026.101690. ”



källa:



Tävling – Lövligt klurigt!

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

Bondgårdsbesök	Kubb	Skattjakt
Cykling	Lökplantering	Soluppgång
Drakflygning	Löpning	Stjärnskådning
Eldning	Lövkrauttnig	Strandpromenad
Fiske	Lövsamling	Svamplockning
Fotboll	Naturkonst	Tipspromenad
Fotografering	Naturresevatbesök	Utomhusfika
Fågelskådning	Paddling	Vandring
Grillning	Picknick	Vindskyddsbygge
Kastanjakt		Ä_____ (14)

Orden kan stå fritt eller bildas vågrätt, lodrätt, diagonalt, baklänges eller haka i varandra med en eller flera bokstäver. I tävlingen finns 29 olika aktiviteter som du kan göra på hösten. Vi har angett 28 aktiviteter, den sista aktiviteten hittar du och skickar in till oss som lösenord. Som ledtråd har vi angett första bokstaven i aktiviteten och det totala antalet bokstäver i hela ordet inom parentes.

Skicka in lösenordet senast den 4 november 2026

via e-post astma-allergi.ost@fontanen.org eller
Astma- och Allergiföreningen Östergötlands län
Västra vägen 32, 582 28 Linköping

Glöm inte att ange namn och adress!

Tävling i Allergibladet nr 2, 2026 – ”Solen står högt över fälten”

Rätt svar: ”Jag trivs bäst i öppna landskap, där vindarna får fart, där lärkorna slår högt i skyn och sjunger underbart.”

Orden är början på den klassiska svenska sången ”Öppna landskap”. Ulf Lundell skrev både texten och musiken. Sången gavs ut 1982 på albumet Kär och galen och är en av Ulf Lundells mest kända låtar.

Vinnarna är:

Marie Håkansson, Kolmården
Ann-Christin Petersén, Linköping



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

