Det här är en parfymfri arbetsplats

Det innebär att vi visar hänsyn mot våra kollegor och besökare som kan ha astma, allergier eller doftöverkänslighet.

Tänk gärna på detta:

- **Undvik att använda sprayer och stark parfym**
- **Använd doftfritt tvättmedel och doftfritt sköljmedel**
- **Ta inte in doftande växter/blommor till oss**
- **Välj parfymfria alternativ. Leta efter symbolen Asthma Allergy Nordic när du handlar. Oparfymerade produkter finns på de flesta apotek och livsmedelsaffärer**

Doftöverkänslighet innebär att man får besvär av vissa dofter och kemikalier. Det är inte doften i sig som framkallar besvär, utan den retning i luftvägarnas slemhinnor som ett ämne kan framkalla i det så kallade kemestetiska sinnet. Vanliga symtom vid doftöverkänslighet är bland annat besvär i hals, luftvägar, näsa, ögon och huvudvärk. Dofter kan även utlösa astmaanfall hos personer med astma.

Symtom vid doftöverkänslighet, även kallat sensorisk hyperreaktivitet (SHR), kan påminna om astma, men orsakerna till reaktionen är olika.

I dag saknas behandling för personer med SHR och de drabbade är hänvisade till att undvika ämnen de inte tål. Symptom för personer med doftöverkänslighet kan hålla i sig flera dagar, även om man utsätts för doften en kort stund. Det kan också leda till sjukfrånvaro.
Att ständigt försöka undvika parfymdofter begränsar livet och ger en försämrad livskvalitet. Det är därför viktigt med hänsyn och förståelse från omgivningen och att avstå från parfym och doft på arbetet.

Astma och Allergiförbundet