

# Barn med allergi i förskolan



Marina Jonsson, Allergisamordnare, Barnsjuksköterska, Centrum för arbets- och miljömedicin (CAMM)

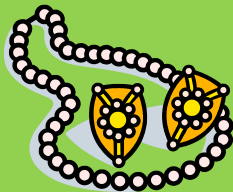
[marina.jonsson@sll.se](mailto:marina.jonsson@sll.se)

# CAMMs allergiprevention

## Fokus

Allergi som kan kopplas till:

- Miljöfaktorer inomhus och utomhus (t.ex. pollen och pälsdjur)
- Exponering för olika sorters produkter och material i arbetet eller på fritiden (t.ex. nickel)



## Kunskapsspridning

- Allergiförebygga de arbete i skolor och förskolor
- Kunskapshöjande insatser för allmänheten
- Nätverk och seminarier för skolsköterskor och hälso- och sjukvårdspersonal
- Samarbete med Astma- och allergiförbundet



## Kunskapskällor

Evidensbaserad kunskap

Kartläggningar och forskningsresultat, t.ex. miljöhälsorapporter och publikationer från Bamse-studien.



# Rapport om allergi och miljö i förskolan och skolan (mars 2013)

- Rapporten är framtagen av socialstyrelsen i uppdrag av regeringen
  
- Den visar på en rad brister i rutiner, kompetens och kontinuitet:
  - Utbildning och kommunikation
  - inomhusmiljön
  - utomhusmiljön
  - mathantering
  - idrott
  - ansvarsfördelning



# Kunskap

All personal på förskola och skola bör  
ha ett visst mått av kunskap om:

- Astma, allergier och deras utlösande faktorer och hur kan vi undvika att barnet får symtom eller behöver öka sin medicinerings i förskolan
- Symptom vid astmaanfall och vid svår allergisk reaktion
- Faktorer som påverkar inomhusmiljön/arbetsmiljön och att luftvägsirriterande ämnen hålls på en miniminivå

# Astma hos 4 åringar och 12 åringar mellan år 2003-2011



- Hos 4 åringar har astma ökat från 6,1 till 9,5%
- Hos 12 åringar har astma ökat från 6,4% till 8,9%
- Vanligare hos pojkar
- Förekomst av astma är högre bland barn till föräldrar med lägre utbildningsnivå

Källa Miljöhälsorapporten 2013



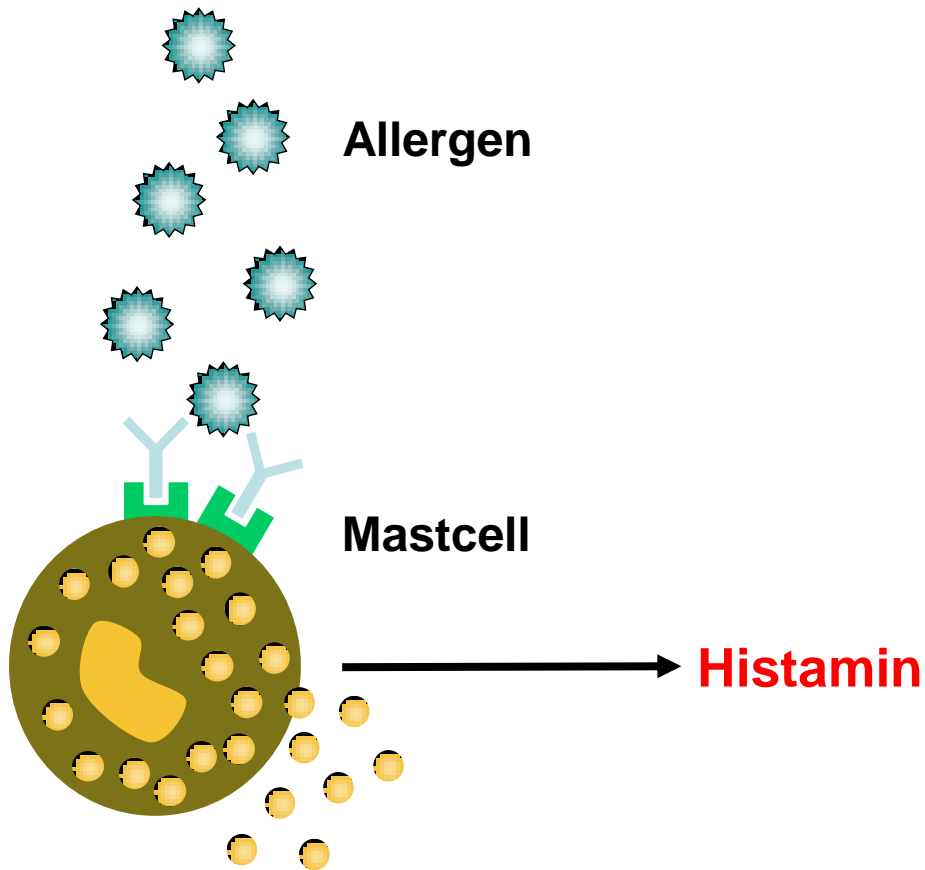
# Regionala Miljöhälsorapporten 2013

	4 år		8 år		12 år		16 år
	2003	2011	2003	2011	2003	2011	2011
<b>Astma</b>	8,2	<b>9,9</b>	6,9	<b>8,0</b>	7,1	<b>8,4</b>	<b>8,5</b>
<b>Hösnuva</b>	3,1	<b>2,3</b>	7,1	<b>6,8</b>	7,7	<b>13,7</b>	<b>16</b>
<b>Böjveckseksem</b>	8,9	<b>7,1</b>	7,1	<b>8,6</b>	6,1	<b>8,2</b>	<b>5,0</b>
<b>Födoämnesallergi</b>	4,4	<b>5,0</b>	5,4	<b>8,4</b>	4,6	<b>8,4</b>	<b>8,1</b>
<b>Något av ovan</b>	20	<b>19</b>	20	<b>22</b>	18	<b>26</b>	<b>25</b>

# Vad är allergi?

- Allergi är en överreaktion hos det immunologiska försvaret mot ofarliga ämnen i omgivningen som man normalt borde vara tolerant emot
- De ämnen man reagerar mot kallas allergener och är alltid proteiner

# Allergisk reaktion





# Symtom på allergi

- Nysningar, klåda, nästäppa och rinnsnuva
- Röda kliande svidande ögon
- Andnöd, hosta, pipande andning
- Nässelutslag och eksem
- Tarm och magproblem
- Astma
- Allergisk chock (anfylaxi)



- Kan komma snabbt eller efter flera timmar

# Den allergiska marschen



Födoämnesallergi  
och eksem



Astma, pälsdjurs-  
och kvalsterallergi



Rhinit, pollenallergi

# Lindrig-måttlig reaktion

## Symtom

- Hudutslag med klåda (nässelutslag)
- Klåda/rinnande ögon/näsa
- Svullnad klåda mun och svalg
- Svullna läppar/ögonlock

# Kraftig reaktion

## Symtom

- Utbrett nässelutslag, kraftig rodnad och/eller svår klåda över stora delar av kroppen
- Ökande svullnad i mun och svalg med heshet eller svårt att tala
- Tydliga andningsbesvär: hosta, astma, eller andra andningssvårigheter
- Tilltagande magsmärtor och/eller kräkningar
- Kallsvett, blekhet
- Oro, ångest, tilltagande trötthet, medvetslöshet

# I förskolan och skolan kommer allergi vanligtvis från

- Födan

Ägg, mjölk, nöt, jordnötter, soja,  
vete, fisk

- Pälsdjuren

Katt, hund, häst, gnagarna

- Pollen

Björk, gräs och gråbo



# Födoämnesallergi

Specificerade symtom från luftvägar, hud eller mage eller tarm vid intag av födoämnen (diagnos ska ställas av läkare)

Barn under 1 år: mjölk, ägg (fisk)

Äldre barn: jordnötter, nötter, skaldjur, ev soja

Födoämnen som kan ge livshotande allergiska reaktioner:  
mjölk, ägg, nötter, jordnötter och soja



# Mjölkalergi



- Förekommer hos 3-5-8%
- Upptäcks tidigt ofta mellan 2-6 månader
- Tester är inte alltid positiva
- Symtom kan vara från huden eksem med blossande kinder och utslag i ansiktet, diarré, kräkningar, matvägran, dålig viktuppgång, astma
- De allra flesta växer ifrån sin allergi före 3 års ålder
- Men 75-80% av barnen får tillbaka sin allergi i skolåldern mot pollen och pälsdjur

# Allergi

## Mjölkalergi

- Protein
- Små barn
- ”Växer oftast bort”
- Immunförsvaret
- Symtom från hela kroppen
- Nolltolerans mjölk
- Ingen medicin
- Ibland/sällan livshotande
- Mjölfri kost

# Överkänslighet

## Laktosintolerans

- Kolhydrat
- >skolåldern
- Växer fram
- Enzymbrist (laktas)
- Symtom från mag-tarmkanalen
- Tål inte laktos
- Laktastabletter
- Aldrig livshotande
- Laktosfri kost







# Äggallergi

- Förekommer hos ca 2-4% av barnen
- Debuterar också ofta tidigt 2-6-9 månader
- Har god prognos och växer också ofta bort innan skolåldern
  
- Men 75-80% av barnen får tillbaka sin allergi i skolåldern mot pollen och pälsdjur



# Jordnötsallergi

- Starkt allergen, är en ärtsläkting
- Förekommer dolt i choklad och konditorivaror, kan ibland räcka att man öppnar en påse med jordnötter
- Skall inte få förekomma i förskolans lokaler eller område
- Kan ge allvarliga till livshotande allergiska reaktioner
- Hos björkallergiker symtom från mun och svalg



# Nötallergi

- Hasselnöt, pecannöt, valnöt, cashew, pistage och paranöt (mandel)
- Inte släkt med jordnöt
- Primär nötallergi kan ge kraftiga till livshotande allergier
- Hos björkallergiker kan symtom från mun, svalg och hals förekomma vid intag av nötter

# Födoämnesallergier hos barn- korsreaktioner

- Lövträd: Hasselnöt, jordnöt, alla stenfrukter och kärnfrukter (äpple, päron, persika etc), kiwi, morot och potatis
- Gråbo pollen: selleri, persilja, koriander, kamomill
- Baljväxter: Ärtor, bönor, linser, sojaböna, jordnöt, lakrits
- Timotej: Vete

# Fisk allergi

- Mer ovanlig <1%
- Är en viktig näringskälla
- Fisk kan till finnas i tapenade, leverpastej, charkprodukter
- Det finns även fiskallergiker som reagerar på kyckling eller andra fåglar pga att de äter djurfoder som är gjorda av fiskprotein

# Astmasjukdom hos barn

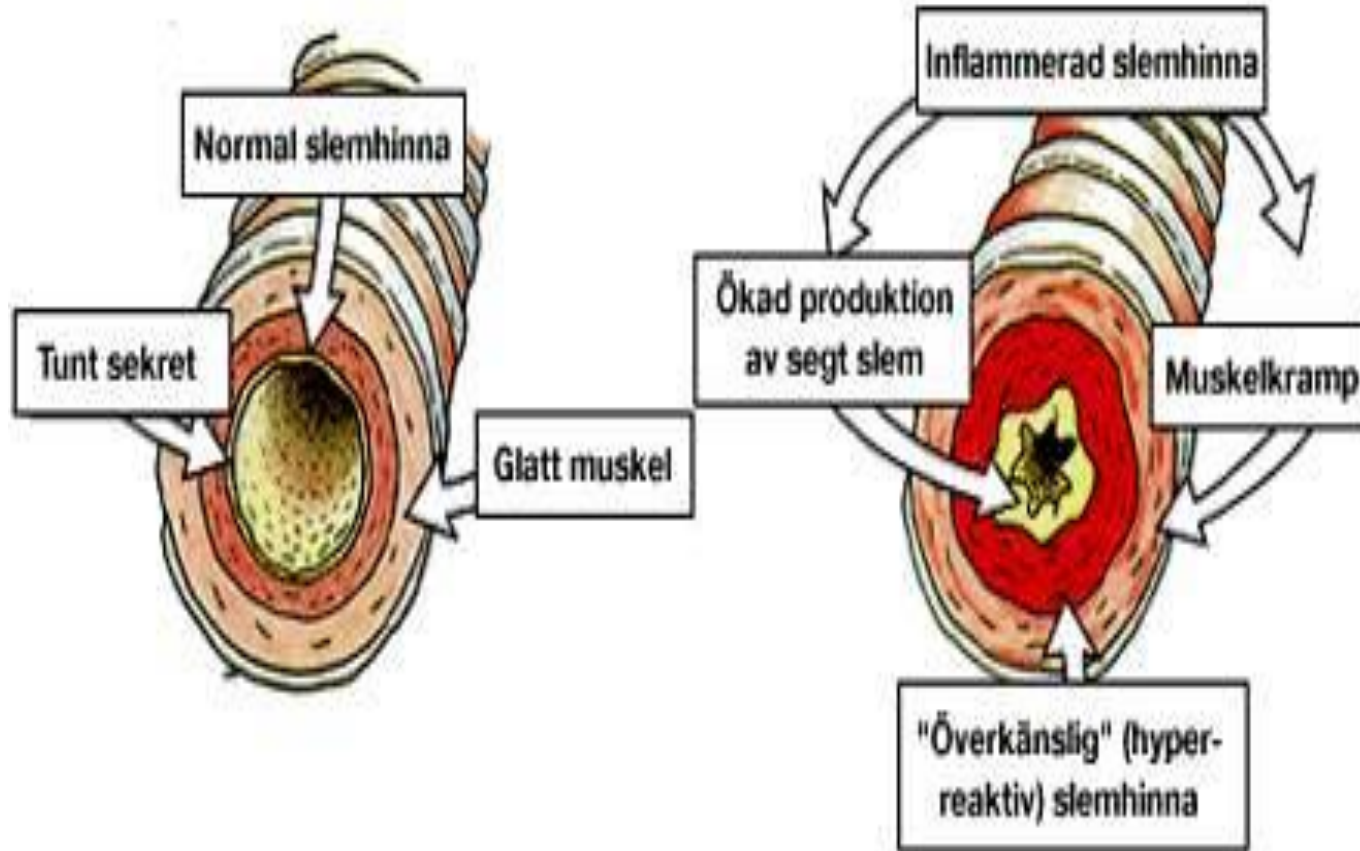
## Orsak

Infektioner, pollen- eller pälsdjursallergi, kvalster, födoämnen, ansträngning

## Symtom

- Pipande och väsande andning
- Hosta (vid skratt, gråt, lek, på natten)
- Trötthet, bristande konc.förmåga (äldre barn)
- Tungt att andas vid ansträngning (äldre barn)



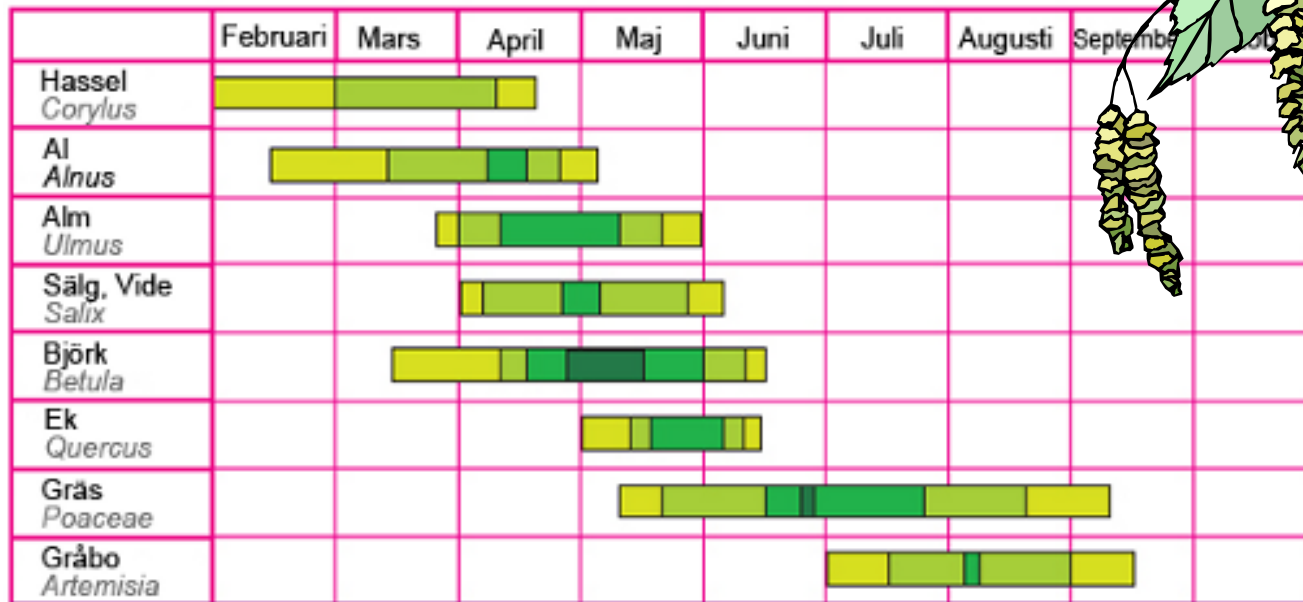
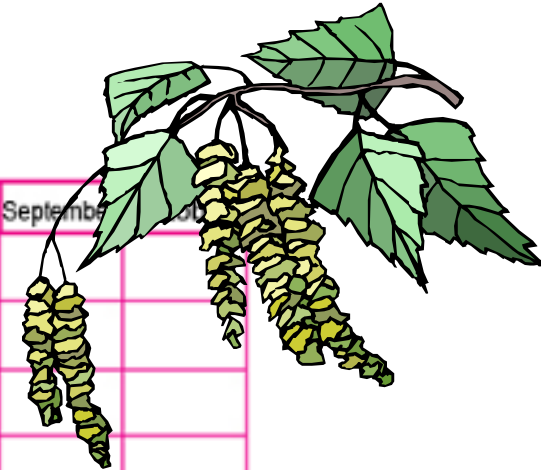


# Några ord om pollen och växter





# Pollen



Kan förekomma  

 Alltid förekommande,  
vanligen i måttliga halter

Ofta förekommande,  
ofta i låga halter  

 Alltid förekommande,  
vanligen i höga halter

# Hur påverkas pollenallergiska barn i förskola och skola?

- Skolresultat och koncentrationsförmågan påverkas under pollensäsong
- De får sämre sömn och är trötta på dagarna
- Känsla av nedstämdhet och minskad tro på framtiden
- Har lika påverkad livskvalitet som barn med diabetes och epilepsi
- Orkar inte vara ute och leka med sina kompisar kan leda till stillasittande

Kiotseridis et al. Juni 2013



# Allergener från pälsdjur i förskola



- Drygt 40% av alla barnfamiljer har pälsdjur
- Katt är det vanligaste husdjuret, c:a 20-25%
- Kattallergi är den vanligaste pälsdjursallergin bland barn i Sverige c:a 10-15%





## Råd till allergiska barn

- Det finns idag vetenskapligt stöd för att barn med etablerad allergisk sjukdom mot pälsdjur skall undvika att skaffa pälsdjur särskilt sådana djur de är sensibiliserade mot

*Faktorer som har betydelse för uppkomst av astma och allergisjukdom hos barn vetenskaplig sammanfattning (2010)*

[www.barnallergisektionen.se](http://www.barnallergisektionen.se)

# Vad är ett djurallergen

- Små molekyler (proteiner=äggviteämnen) som finns i djurens spottkörtlar, urin, talgkörtlar, hud m.fl.
  - I regel mer hos handjur
- Allergener från pälsdjur liknar ofta varandra och korsallergi är vanligt
- Allergener utsöndras, "torkar" och frigörs sedan till luften vi andas
- Har förmåga att "klistra sig" på ytor, t.ex. väggar
- Håller sig luftburna under lång tid



## Pälsdjur

- Pälsdjursallergener sitter i stor mängd på kläder och i hår och förs med barnet från en pälsdjursmiljö till en icke pälsdjursmiljö (skolan) därför blir rådet att försöka minimera pälsdjursallergennivåer i förskola och skola.
- Vi vet också att barn med pälsdjursallergi försämras i förskolan, behöver mer medicin och blir tröttare.

# Varför är det vanligt med pälsdjursallergen i förskolan?

- Barn med pälsdjur hemma för med sig allergener till förskolan via kläderna och håret
- Många dammsamlade ytor och mycket material
- Stoppade möbler, stolsdynor, gardiner
- Dålig städning → Damm ansamlas
- Många barn i mindre rum
- Underdimensionerad/undermålig ventilation



# Irritanter som försämrar:

- Parfymmer
- Tobak
- Kyla, fuktig väderlek
- Infektioner
- Inomhusmiljön, dålig ventilation
- Luftföroreningar

