

# Hur kan vi möta barn med allergier i skolan

Marina Jonsson

Barnsjuksköterska, allergisamordnare



# Barnet och familjen i skolan

- För barn med astma är det viktigt att det fungerar bra i det dagliga livet, skolan, hemmiljö och fritid
- Är jag ett astma/allergibarn eller är jag ett barn som har astma eller allergi
- Om familjen upplever att det finns ett samarbete kring deras situation där familjen möts med förståelse och att familjens synpunkter tas på allvar skapar bättre förutsättningar

# Förebyggande åtgärder vid allergiska reaktioner

- Boka ett allergimöte i samband med barnets start i verksamheten
- Föräldrarna /allergikonsulent informerar och utbildar personalen om barnets allergi och eventuella mediciner
- Upprätta säkra rutiner för hur ny personal och vikarier ska få information. Det gäller både lärare/förskolepersonal samt kock/kokerska

# Hur kan man göra

- Personalen måste få information. En blankett från rektor går till föräldrarna som ska skicka tillbaka den så att den kan gå vidare till tillagningskök, skolsköterska, lärare och fritidshem/personal.
- Blanketten ska uppdateras och lämnas i god tid.

*”Säker mat i förskola och skola- Hur du förbättrar skolmåltiderna för elever med allergi”*

# Förbud mot nötter, mandel och jordnöt i skolorna/förskolorna



- Inom kommunen kan beslut tas
- Hålla skolan/förskolan ren från nöt, jordnöt, mandel, sesamfrö och mandel
- Undvika olyckstillbud med risk för allvarliga allergiska reaktioner
- Det finns en risk för sammanblandning av nötter, jordnöt och mandel därför bör alla dessa inkluderas
- Förbudet ska gälla utflykter, föräldrafika, disco, personalens kaffebröd

# Hur kan födoämnesallergier hanteras i skolan

Personalen i skola måste:

- Ha bra kunskap om innehållet i maten
- Kunna informera om detta på ett enkelt sätt
- Hålla isär råvaror och redskap och hålla rent utan risk för kontamination
- Servera maten till eleverna på ett säkert sätt
- Kunna bidra med matglädje och bra mat!

## Tips och råd vid födoämnesallergier

- Om barnet reagerar luftburet på allergen från fisk, ägg får man hitta praktiska lösningar
- I skolan kan barnet behöva en vuxen med i matsalen i början.
- Vid reaktion där det är oklart spar maten och skicka till Livsmedelsverket kostnadsfritt
- Skicka en incidensrapport och säkra rutinerna

# Vi skall anmäla om fel mat serveras

- Enl livsmedels regelverket ska incidenter där en elev serveras mat den inte tål anmälas till miljö och hälsoskyddsämnden
- Om det rör sig om ett allvarligt tillbud att det lett till att eleven behövt söka Hälso- och sjukvården ska den anmälas till Arbetsmiljöverket



# Hur kan vi minska pälsdjursallergen



- Vi utsätts för allergen överallt (skolan, förskolan, kollektivtrafik, affärer m.m.). Allergener förs mellan olika miljöer, ansamlas och är svåra att ”städa bort”



**Minska tillförseln av allergener till förskolan!**

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

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



# Minska pälsdjursallergennivåer

- ✓ Undvik dammsamlade föremål och textilier, underlätta städningen genom att plocka undan
- ✓ Skåp istället för hyllor
- ✓ Lådor med lock



## Minska pälsdjursallergennivåer

- ✓ Informera barn och föräldrar att inte gosa med sina djur innan skolan och byt gärna strumpor varje dag!
- ✓ Förbjud ridkläder i förskolan!
- ✓ Tänk på att allergener även sitter i hår



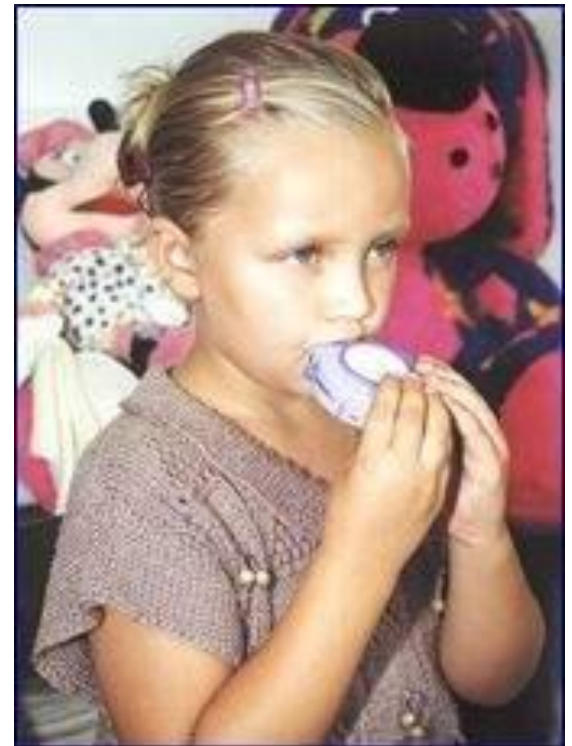
- ✓ Känsliga barn ska inte sitta bredvid djurägare
- ✓ Barn med pälsdjursallergi får hänga sina kläder på avsedda ställen så de inte kommer i kontakt med kompisars kläder som har pälsdjur hemma
- ✓ Speciallösningar endast i undantagsfall
- ✓ Känsligheten är mycket individuell, det finns inget gränsvärde!

# Råd under pollensäsongen

- Tänk på att hår och kläder innehåller pollen efter utevistelse
- Ett pollenallergiskt barn är mer trött under vår och sommar
- Vädra under pollensäsong eller vädra när det precis regnat
- **Plocka inte in björkkvistar eller andra kvistar**
- Pollenallergiska barn bör kunna stanna inomhus under dagar med mycket pollen i luften – Viktigt att tänka på vid idrottslektioner och lek/aktiviteter utomhus
- Undvik att sitta i gräs om man har gräsallergi
- Under pollensäsongen kan pollenallergiker vara särskilt känsliga även för annat som dofter, damm...
- Mår ofta bättre när vädret är sämre

# Målet med behandling av astma

- Barnet ska klara vardagsaktiviteter
- Sova lugnt på natten
- Förebyggande medicinering
- God basmedicinering
- God miljösanering



# Vad säger lagen om egenvård

- Hälsa- och sjukvården bestämmer vilken åtgärd som kan utföras som egenvård i varje enskilt fall
- Vårdnadshavaren har tillsynsansvar för sina barn enl föräldrabalken, övergår till förskolan och skolan den tid som barnet vistas där
- Förskolan och skolan har ansvar för att barnen får hjälp med sin egenvård, tex hjälp med att ta sina mediciner
  
- Det ska finnas rutiner för vad som skall göras för att uppfylla denna skyldighet
- Det är viktigt att man samarbetar så att egenvården fungerar så tryggt som möjligt, både från sjukvården, föräldrarna och förskolan/skolan

# När kan barnen behöva astmamedicin på- ha en dialog med föräldrarna

- Vid symtom såsom ”jobbig hosta”, ”pip” i bröstet, tung rosslande andning
- Ev ge luftrörsvidgande medicin före ansträngande lek, utevistelse, sport
- En del av barnen kan också behöva en luftrörsvidgande medicin innan vilan, före idrott



## Råd vid idrott och astma



- Ta den luftrörsvidgande medicinen cirka 15 minuter före träning.
- Var noga med att värma upp innan träningen börjar.
- Träna gärna i intervaller, med inlagda pauser.
- Drick vatten då vätska motverkar uttorkning av luftvägarna.
- Känner barnet av sina besvär så bör tempot minskas.

# Pulverinhalatorer



# Allergiska reaktioner

- Kan vara allt från hösnuva, rinnande ögon till astma och påverkan av allmäntillståndet, blekhet, kräkningar mm.
- Rutiner måste finnas på skolan hur detta skall hanteras och detta måste upprepas och repeteras

## Förebyggande åtgärder

- Alla ska veta var akutmedicinen och den skriftliga handlingsplanen och all berörd personal ska ha fått information angående åtgärd vid akut allergisk reaktion
- Upprätta rutiner hur ni gör i samband med aktiviteter, utflykter, läger, fester etc

# Lindrig-måttlig reaktion

## Symtom

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

## Åtgärd

- **Ge antihistamin**
- **Kontakta föräldrar**
- **Kontakta sjukvården om symtomen inte minskar och släpper.**
- **Om symtomen ökar, gå vidare med åtgärd 2**

# 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

## Råd till personal vid en svår allergisk reaktion:

- Ropa på hjälp
- Finns mediciner till barnet? Ge dem i så fall!
- Ring 112.
- Lämna aldrig barnet.
- Behåll lugnet!
- Ring föräldrar

Ge ej kall dryck, spring ej med barnet

*OBS Upprätta rutiner för hur detta skall gå till!!*

# Skriftlig behandlingsplan-Åtgärd

1. Ge adrenalinpenna :..... Skall ges i lårets övre yttre muskel. Om dålig effekt kan denna dos upprepas efter 5-10 minuter
2. Vara i stillhet, liggande med möjlighet att andas effektivt
3. Om astmasymtom (hosta, svårt andas) ge astmamedicin ..... inhalera minst 2 doser. Om dålig effekt kan denna dos upprepas inom 5-10 minuter
4. **Ring 112 efter ambulans, kontakta föräldrar/anhörig**
5. Om ej redan tidigare gjort ge antihistamin:  
..... mängd:.....
6. Kortison (t.ex. Betapred) verkar ej akut och är därför ej viktigt initialt men kan nu ges i form av ..... mängd: ..... kan lösas i vatten



# Adrenalin autoinjektorer



# Tobak

- Kunskap om tobakslagen
  - Tobakslag (1993:581)
- Röklukt i kläder, hår och andedräkt kan ge besvär
- Rökfri arbetstid

- Parfymmer och starka dofter

Undvik parfymmer eller tvålar och starka dofter på förskolan

Ta inte in blommor som doftar



# Värdegrund

*”Det är viktigt för oss på skolan, och att alla som finns i våra lokaler känner att de kan vistas här utan oro för sin hälsa och välmående”*

säger rektor Omar Hijazi, Grillska  
Gymnasiet, Uppsala

# Före



# Efter



# Före



# Efter



# Goda exempel



# Skriftliga policy och rutiner

- Hur parfym och starka dofter skall hanteras
- Hur pälsdjursallergen nivåer kan minimeras
- Hur specialkostor skall skötas
- Kräva skriftliga behandlingsplaner för mediciner



# Till Sist

- Barn behöver trots sin allergi få känna att de kan vara som alla andra barn
- Stigmatisera inte
- Tack!

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

[www.camm.sll.se](http://www.camm.sll.se)

