

# Anafilaksija pri otrocih – starši, šole in vrtci

**Tomaž Poredoš**

Služba za dietoterapijo in bolniško prehrano  
Pediatrična klinika, Univerzitetni klinični center

Izobraževanje staršev, zaposlenih v vrtcih in v šolah  
tomaz.poredos@kclj.si  
September 2014

# Odgovornost staršev

- Pravilna prehrana doma, skladna z dieto
- Pred vpisom se pozanimati, ali imajo izkušnje z dietnim kuhanjem in usposobljeno kuharsko osebje
- Pravočasno obveščanje šole vrtca o dieti
- Dogovor z vodjo prehrane
- V primeru kompleksnih diet se dogovoriti za pripravo individualnega jedilnika

# Odgovornost šole, vrtca

- Ustrezno pripravljena hrana v skladu z dieto
- Hitro obveščanje staršev v primeru napak
- Ustrezna usposobljenost kuhinjskega osebja
- Ustrezno usposobljen/a vodja prehrane
- Ustrezen jedilnik za otroka na željo staršev
- Poznavanje živil – sestave, deklaracij, specifikacij

# Razsežnost težav – je majhna

- Večina šol in vrtcev zgledno sodeluje s starši
- Večina šol in vrtcev pripravlja ustrezno hrano
- Večina šol in vrtcev ima usposobljeno osebje

## Težave:

- Šole in vrtci, ki ne želijo pripravljati dietne hrane
- Napake pri pripravi hrane
- Problematični starši
- Slaba komunikacija starši - vodja prehrane

# Reševanje težav

- Najprej nivo starši - šola
- Ustrezen način komunikacije starši – vodja prehrane (sestane)
- Kontaktiranje nadrejenih (v primeru, da dogovor z vodjo prehrane ni mogoč) – ravnatelj/ica
- Spisek dovoljenih in prepovedanih živil
- Zahteva priprave individualnega jedilnika







# Primer dobre prakse

- Učenec z alergijo na: **svinjino, mleko, jajca, pšenico, oreščke, arašide, paradižnik, sezam, kakav** (anafilaktična reakcija na arašide)
- Bistven je bil **ustrezen način komunikacije** s starši in priprava ustreznega jedilnika le z dovoljenimi živili
- Ustrezna **usposobljenost kuhinjskega osebja** (poznavanje diete, dietnih živil – sestave, poznavanje prepovedanih živil in stroga kontrola ter strogo sledenje jedilniku.
- Vodja prehrane – **nabava ustreznih živil**, seznanjanje staršev z novimi primernimi izdelki (deklaracije)

**Dosegli padec specifičnih IgE za določena živila in omogočili postopno uvajanje živil ponovno v prehrano**

# Primer jedilnika

\* dovoljene brezglutenske testenine, kruh,, nadomestki jajc, mleka, dovoljena zelenjava,...

	DAN	DATUM : od 29. 11. - 03. 12. 2010
	PO	<p>M: <u>brezglut</u> kruh, puranja prsa, čaj</p> <p>K: zelenjavna juha, puranja rižota z zelenjavo, zelena solata z rdečo peso, kivi, razredčen 100% sok</p> <p>M/PB: <u>brezglut</u> štručka, sojin desert <u>Joya</u>, razredčen 100% sok</p>
	TO	<p>M: Koruzni kosmiči*, sojin jogurt, hruška</p> <p>K: Goveja juha z rezanci, kuhana govedina, špinača v prikuhi*, pire krompir (brez mleka, masla), zelena solata, razredčen 100% sok</p> <p>M/PB: <u>brezglut</u> kruh, tofu, korenje, pomaranča</p>
	SR	<p>M: Rižev mleko, koruzni kosmiči*, <u>brezglut</u> <u>grisini</u>*, banana</p> <p>K: Cvetačna juha s proseno kašo, <u>junečji</u> zrezek v naravni omaki, kroketi (brez mleka, jajc, pšenice)*, zelena solata z radičem, razredčen 100% sok</p> <p>M/PB: <u>Brezglut</u>: <u>nemlečna</u> štručka, 100% jabolčni sok</p>
	ČE	<p>M: <u>brezglut</u> kruh, tofujev namaz</p> <p>K: Zelenjavna juha, tunina, <u>brezglut</u> /<u>brezjajčni</u> peresniki, zelena/zeljna solata</p> <p>M/PB: <u>Brezglut</u> krekerji, rižev mleko</p>
	PE	<p>M: <u>Brezglut</u> kruh, sojin jogurt, ananas</p> <p>K: Česnova juha z <u>brezglut</u> /<u>nejajčnimi</u> rezanci*, telečji golaž (brez paradižnika), solata, kivi, razredčen 100% sok</p> <p>M/PB: Riževe blazinice, kaki <u>vanilija</u></p>

# Če težave še vztrajajo

- Razmisliti o prepisu otroka na drugo šolo ali v drug vrtec, ki lahko zagotovi ustrezno dietno prehrano
- Predlagati **izobraževanje osebja** (npr. Srednja šola za gostinstvo in turizem, Pediatrična klinika v Ljubljani)
- Skrajna možnost je priprava hrane doma in odjava otroka od prehrane v šoli



# Pomoč dietetikov pediatrične klinike

- Na posvetu - ustrezna navodila za dieto
- Dosegljivi preko telefona ali elektronske pošte za informacije
- Primeri jedilnikov za določeno dieto (ne namesto šole ali vrtca) za starše
- Telefonski posvet 01/522-34-08

# Primer dileme

- **Otrok z anafilaksijo na jajca** v vrtcu ali šoli
- Otroci v vrtcu/šoli radi jedo pečena jajca za zajtrk – zgoraj omenjeni otrok pa **ne sme biti niti v prostoru, kjer se pečejo jajca**
- Kaj bi naredili? Kako bi najbolje rešili to težavo?

# Primer dileme

- Ali bi vsem otrokom onemogočili uživanje pečenih jajc?
- Ali bi otroka z alergijo ločili od skupine in bo imel zajtrk posebej v prezračeni jedilnici?

# Primer dileme

- Če vsem otrokom onemogočimo jesti pečena jajca, jim odvzamemo eno jed, ki jo imajo radi, otroku z anafilaksijo pa omogočimo, da je skupaj z njimi in se počuti del skupine
- Ostali otroci pa pojedjo jajca doma

# Primer dileme

- Če otrokom, ki nimajo alergije vseeno omogočimo pečena jajca, alergičnega otroka pa ločimo iz skupine, lahko sprožimo pri alergičnem otroku naslednje občutke in reakcije skupine:
  - Da je posebnejš
  - Da se ne počuti več del skupine
  - Da ga lahko drugi otroci zbadajo zaradi tega
  - Da ga drugi otroci lahko celo nadlegujejo zaradi tega (ali celo ustrahujejo)

# Primer slabe prakse - vrtec

- Otroku z anafilaksijo na brazilske oreščke vzgojiteljica ponudi „študentsko hrano“ z rozinami in oreščki.



- Otrok ve, da oreščkov ne sme, zato vzame rozino. **Otrok dobi anafilaktično reakcijo.**
- Na kaj bi morala pomisliti vzgojiteljica preden je otroku ponudila „študentsko hrano“ ?

## Primer slabe prakse - vrtec

- Vzgojiteljica bi morala pomisliti, da ima pred seboj **otroka z anafilaksijo na brazilske oreščke**.
- Vzgojiteljica bi morala **preveriti sestavo „študentske hrane“** in **iz deklaracije** ugotoviti, da ta za tega otroka **ni primerna**.
- Vzgojiteljica bi morala vedeti, da ima **lahko tudi rozina sledove brazilskih oreščkov**

**Morala bi se zavedati posledic zaužitja te hrane za otroka!**

# Primer slabe prakse - šola

- Punčka 10 l, **alergična na arašide in oreščke**
- V šoli za popoldansko malico otroci dobivajo oreščke, ona pa **se umika**, saj dobi simptome žgečkanja po grlu
- Pri krožku **od učiteljice dobila čokolado, ki vsebuje arašide in oreščke**
- Pomotoma jo je začela jesti na poti domov – v avtomobilu – dobi anafilaktično reakcijo
- **Kakšna je njena varnost v šoli?**
- Mama pove, da **je v šoli ne jemljejo resno in se sprašuje do kakšnega izzida bo moralo priti.**



# Poročanje iz tujine

- V šolah v Evropski uniji kar 16 - 18 % otrok z alergijo doživi alergijsko reakcijo.
- Okoli 61 % šol v Evropski uniji ima vpisanega vsaj enega otroka s tveganjem za anafilaktično reakcijo.
- Samo 23 % šolskega osebja sposobno prepoznati znake alergijske reakcije.
- Le 17 % šolskega osebja zna prebrati deklaracije na živilskih izdelkih.
- Navodila za ukrepanje pri alergijski reakciji ima le 40 % šol.
- Slovenija v študijo ni bila vključena.

# Sledovi v živilih

- Ali so pod kontrolo kot deklaracije o sestavi?
- Ali so obvezno označevanje ali so prostovoljno?
- Ali jim lahko zaupamo?
- Ali pomenijo to, kar pravijo?
- Ali kdo to preveri?
- Kolikšna je verjetnost, da je alergen prisoten?
- Kakšna količina se lahko nahaja v živilu?
- Ali bo alergik odreagirал na živila z alergenom v sledovih?
- Ali jih lahko alergik varno uživa?
- Ali je strah pred temi živili upravičen?

# Sledovi v živilih - primer

EKO HRENOVKE – deklarirano brez alergenov

- Ali so brez alergenov?

Allergene		
Ueberschrift für Allergenetabelle	lt. Rezeptur enthalten	im Betrieb verwendet
Glutenhaltiges Getreide u. -erzeugnisse	nein	ja
Krebstiere u. -erzeugnisse	nein	nein
Eier u. Eiererzeugnisse	nein	ja
Fisch- u. Fischerzeugnisse	nein	nein
Erdnüsse u. -erzeugnisse	nein	nein
Soja u. -erzeugnisse	nein	ja
Lupine und -erzeugnisse	nein	ja
Milch u. -erzeugnisse einschl. Lactose	nein	ja
Schalenfrüchte (z.B. Nüsse) u. -erzeugn.	nein	ja
Sellerie u. -erzeugnisse	nein	ja
Senf u. Senferzeugnisse	nein	ja
Sesamsamen u. -erzeugnisse	nein	ja
Schwefeldioxid u. Sulfite*	nein	nein
Weichtiere und -erzeugnisse	nein	nein

- Če so brez alergenov, zakaj so nekateri "nealergični" otroci odreagirali nanje (dobili kožni izpuščaj?)

# Navzkrižna kontaminacija? - primer

Mama je s **hčerko z anafilaksijo na kravje mleko** na prazničnem kosilu na kmečkem turizmu.

- **Predhodno jih obvesti o alergiji** in prosi zanjo in za hčerko posebno juho brez kravjega mleka.
- Dobita juho, ki naj bi bila brez kravjega mleka, **mama ponovno vpraša ali to drži.**
- **Hčerka poje 3 žlice juhe** in **dobi anafilaktično reakcijo** in kličejo rešilca ter gre v bolnico.
- Kaj je šlo narobe?
- Ali je juha res brez kravjega mleka?
- Ali bo mama še šla s hčerko jesti ven?

**HVALA ZA POZORNOST**

**VPRAŠANJA?**