



SPECIALDIETER I DAGHEM OCH SKOLA

För barn inom dagvården och för skolelever ordnas specialdiet av hälsoskäl på basis av läkarintyg. Övriga dieter (t.ex. vegetarisk eller religiös kost, laktosfattig diet) ordnas på basis av anmälan från barnets förälder och förutsätter inte läkarintyg. Detsamma gäller lindriga allergisymtom, som kan beaktas under måltiderna.

Specialdieten ordnas så att barnet inte får i sig något olämpligt födoämne. Matsedeln för barn med specialdiet görs upp så att den i så stor utsträckning som möjligt liknar de andra barnens matsedel. Födoämnesallergierna kontrolleras med ett års mellanrum. Specialdieter ses över vid behov; om födoämnesallergier ber vi om anmälan av föräldrarna årligen. Nytt läkarintyg behövs endast då situationen förändras i fråga om en svår allergi.

Diabetes

Diabetiker får samma mat som de andra barnen. Inom dagvården ska vårdnadshavare till barn med diabetes vid behov lämna in barnets individuella måltidsplan som bilaga till anmälan. Vid behov ordnas ett separat möte mellan föräldrar, daghemspersonal och en diabetesskötare från specialsjukvården. Samtidigt fyller man i blanketten för behandling av barnets diabetes och kommer överens om den praxis som tillämpas vid måltider och eventuella mellanmål samt vid akuta hypoglykemier (för lågt blodsocker). I daghemmen sköter vårdpersonalen utportioneringen av maten. Kökspersonalen hjälper till vid behov.

I skolan lämnas den individuella måltidsplanen till skolhälsovårdaren, som vidarebefordrar den till matserviceförmannen i centralköket samt till skolans kökspersonal.

Celiaki

Vete, råg och korn ersätts med glutenfria sädeslag och glutenfria produkter vars analyserade glutenhalt är lägre än 20 mg/kg. Inom dagvården serveras med tillstånd av föräldrarna maträtter som innehåller glutenfri havre eller glutenfri vetestärkelse.

Allergi

a) Svårt allergisymtom eller centralt födoämne: Mjök, ägg, vete, fisk och nötter är de vanligaste födoämnen som orsakar allvarliga allergiska reaktioner. Näringsmässigt centrala födoämnen ersätts med andra födoämnen som passar för barnet. Dieten baserar sig på en diagnos som ställts av en läkare samt ett läkarintyg. Om dieten är särskilt begränsad, måste också en individuell dietplan bifogas till anmälan.

De anställda i daghemmet/skolan ska vara informerade om användning av ev. adrenalinspruta och veta hur man ska ta hand om barnet om hen av misstag får i sig ett olämpligt födoämne.

b) Lindriga symtom som går över av sig själva: Om barnet får lindriga symtom av ett födoämne, beaktas detta vid måltiderna genom att det aktuella födoämnet flyttas undan. Då behövs varken specialdiet eller läkarintyg. Födoämnen som ofta ger lindriga, övergående allergisymtom såsom klåda i munnen och hudrodnader är råa grönsaker (tomat, paprika, äpple) och frukter, framför allt hos barn som lider av björkpollenallergi eller atopiskt eksem. I allmänhet passar grönsaker som ger lindriga symtom utmärkt, om de tillreds. Allergi mot tillsatser och kryddor är mycket ovanliga, och mild kryddad mat passar i allmänhet för allergiska barn. Det är viktigt att barn lär sig att äta mångsidigt. Ju fler födoämnen som ska undvikas, desto svårare är det att sätta samman en näringsmässigt fullvärdig diet. Om man undviker ett stort antal grönsaker, frukter och bär, minskar intaget av flera vitaminer och mineralämnen, och risken för fetma ökar.

God medicinsk praxis-rekommendationerna (på finska): Matallergier (barn)/patienter (www.kaypahoito.fi). Handboken Lasten ruoka-allergia (www.allergia.fi)