

I skola och förskola



Innehåll

Dålig luftkvalitet	sid. 4
Ohälsosam inomhusmiljö	sid. 4
Pälsdjursallergen i skolan	sid. 5
Besvär av dofter	sid. 5
Problem att klara idrotten	sid. 6
Allergen vid pyssel och slöjd	sid. 6
Svårigheter på kemi- och biologilektioner	sid. 7
Reaktioner på grund av mat	sid. 8
Likabehandling vid t. ex. aktiviteter	sid. 8
Nya grupper och lokaler	sid. 9
Negativa attityder från omgivningen	sid. 10
Frånvaro och IG-varning	sid. 10

Barn med allergi

Många barn lever med lättare allergi- eller överkänslighetsbesvär som kanske bara kräver enklare åtgärder i hem och skola för att individen ska må bra.

Det är när allergin blir svår som man kan tala om att barnet har en funktionsnedsättning. I de fallen krävs vanligtvis mer omfattande individuellt utformade anpassningar i förskola och skola – dels när det gäller den fysiska miljön, men också när det gäller rutiner för omhändertagandet och själva innehållet i verksamheten.

Den guide du läser nu fokuserar främst på rutiner kring själva verksamheten och undervisningen. Här beskrivs några vanliga situationer i förskola och skola med kortfattade förslag på lösningar, men framför allt hittar du källor till mer information. Glöm inte heller att fråga barnet själv om vad hon eller han tycker! Allergiska barn och ungdomar har ofta god egen kunskap om sin sjukdom och kan ge förslag på hur problem kan lösas.

Målgruppen för guiden är i första hand föreståndare och rektorer på förskolor respektive skolor, men allergikonsulenter, skolsköterskor, lärare, förskollärare, fritidsledare, fritidspedagoger, personal i matbespisningen, lokalvårdare och annan personal i förskola och skola har också nytta av informationen.

Här beskrivs några vanliga situationer i förskola och skola med kortfattade förslag på lösningar, men framför allt hittar du källor till fördjupad information.

Astma- och Allergiförbundet

Dålig luftkvalitet

Långa lektionspass kan innebära att luftkvaliteten blir dålig.

För många elever i förhållande till vad ventilationen klarar kan också ge dålig luft.

Möjliga lösningar

-Kortare lektionspass med raster emellan så man kan vädra.

-Skyltar vid klassrummen med max antal elever. Hänsyn till elevantal vid schemaläggning.

Läs mer

[Arbetsmiljöverkets webbsida med tema om skolan.](#)

[Folkhälsomyndighetens allmänna råd om ventilation.](#)

[Astma- och Allergiförbundets policy om städning.](#)

Ohälsosam inomhusmiljö

Partiklar som kan ge besvär hos allergiska barn är till exempel damm, avgaser, rök, pälsdjursallergen och pollen som följer med kläder och hår in. Kemikalier och starka dofter från rengöringsmedel kan också orsaka problem.

Möjliga lösningar

-Vid svår allergi kan den ordinarie klassrumstädningen behöva utökas. Det får dock inte ske på bekostnad av städningen i skolans övriga lokaler.

-Utveckla noggranna städrutiner, inklusive våttorkning, och säkerställ att de följs. Glöm inte utrymmen och redskap som exempelvis snickarum, mysrum, bollhav, kuddar, dynor, prydnader, hjälpmedel för barn med funktionsnedsättning och liknande.

-Se över inredningens städbarhet och byt till avtorkningsbara möbler och skåp som går att stänga.

-Plocka undan inför städningen så att ytorna är öppna och rena.

-Minimera förekomsten av textilier och använd helst inte begagnade klädda möbler, som exempelvis soffor.

-Använd doftfria rengöringsmedel, gärna Svalanmärkta produkter som rekommenderas av Astma- och Allergiförbundet.

Läs mer

[Allergikommittén i Lunds kommun.](#)

[Astma- och Allergiförbundets policy om städning i skolan](#)

[Folkhälsomyndighetens allmänna råd om städning](#)

[Astma- och Allergiförbundets länk till Svalanmärkta produkter](#)

Pälsdjursallergen i skolan

Allergiframkallande ämnen från pälsdjur fastnar ofta i kläder och hår från djurägare och följer med till skolan. De samlas sedan speciellt i textilier och stoppade möbler.

Möjliga lösningar

-Tänk igenom placering i klassrummet så att inte någon med svår allergi mot pälsdjur hamnar bredvid en elev med pälsdjur i hemmet. Även i kapprummet är placeringen viktig.

-Ta inte in ytterkläder i klassrummet.

-Informera om hur viktigt det är att barn som har djur hemma har rena kläder på sig till skolan och att de inte bör klappa djuret på morgonen innan de går i väg.

-För barn med svår pälsdjursallergi kan särskilda "skolkläder" vara en lösning. Barnen byter då om till skolkläder på plats i skolan och kläderna tvättas också där.

-Strumpor bär ofta med sig allergen. Inneskor kan underlätta.

-Om luftrenare används bör den placeras nära den allergiska eleven.

-Vid behov bör luftrenare användas i alla de rum som svårt allergiska elever använder. Men eftersom det krävs stor kapacitet hos luftrenare i stora klassrum bör andra åtgärder prövas innan ett sådant beslut tas.

-Gymnastiken bör om möjligt förläggas till första timmen när lokalerna är nystädade.

Läs mer

Informationsbrev som skolsköterska eller klasslärare kan skicka ut till föräldrar och barn.

Fungerande allergianpassning i skolmiljö, Ann-Sofie Karlsson, Berith Andersson, Anne Renström, Jan Svedmyr, Kjell Larsson och Magnus P Borres, Allergi i praxis nr 4, 2007

Har allergenexponering i skolmiljön någon betydelse för astma och andra allergisjukdomar? Magnus Wickman, Allergi i Praxis nr 3, 2009

Allergikonsulenterna i skolan – allergirond, Elisabeth Holmner, Allergi i Praxis nr 3, 2009

Besvär av dofter

Doftöverkänslighet innebär att man inte tål dofter eller kemiska ämnen. Ofta gäller det dofter och kemikalier som finns i vår omgivning, men även det som människor har på sig i form av hygienartiklar, tvättmedel och rengöringsmedel. Dofter kan också ge problem för barn med astma. Särskilt vanligt är problemet i omklädningsrummen till idrotten och vid bad, då många använder doftande hygienartiklar.

Möjliga lösningar

-Anta ordningsregler om att inte använda doftande produkter i skolan, informera och sätt upp anslag i omklädningsrum och andra utrymmen. Informera också föräldrarna om detta, mycket av doftsättningen sker i hemmen.

-Använd doftfria rengöringsmedel i städningen.

-Undvik doftande lekmaterial, till exempel doftpennor, suddar, plastleksaker och dylikt.

Läs mer

[Astma- och Allergiförbundets temafolder om doftöverkänslighet.](#)

[Svalanmärkta produkter](#)

Problem att klara idrotten

Idrottslektioner kan utestänga elever med exempelvis astma eller pollenallergi.

Elever med eksem kan uppleva det som jobbigt att byta om tillsammans med andra och besvären kan förvärras vid aktiviteter som gör att man svettas mycket.

Många elever är känsliga för de dofter som ofta finns i de hygienprodukter som används i dusch- och omklädningsrum.

Möjliga lösningar

-Anpassa idrottslektioner så att elever med astma kan delta, t ex långsam och ordentlig uppvärmning och intervallträning.

-Ge möjlighet att välja idrott inomhus under pollensäsong.

-Undvik om möjligt stora "tävlingar" utomhus under pollensäsong, som allergiska elever då måste avstå från.

-Elever med eksem bör kunna ges möjlighet att klä om enskilt och utöva lugnare idrottsaktiviteter de perioder eksemet är sämre.

-Erbjud alternativ till lektioner i simhall för elever med allergi mot klor.

-Om luftrenare används bör den placeras nära den allergiska eleven.

-Informera om att starka dofter bör undvikas i dusch- och omklädningsrum och att det finns bra alternativ.

Läs mer

[Träningsråd vid astma, folder, Birgitta Lagercrantz, Allergikonsulent, leg. sjuksköterska, Barn- och ungdomskliniken, Barn- och ungdomskliniken, Centrallasarettet, Växjö FYSS för alla, Apoteket AB, 2004](#)

[Astma- och Allergiförbundets temafolder om dofter](#)

Allergen vid pyssel och slöjd

Pyssel inför jul och påsk kan ge problem. Före jul vill man gärna pyssla med nötter som kan ge både direkt och luftburen allergi. Vid påsk är det äggen, äggkartongerna och björkriset som kan ge besvär.

Mandelmassa och marsipan används vid många högtider och kan ge besvär för barn med allergi mot mandel.

Textilslöjd med undervisningsmoment som vävning, växtfärgning, tovning och kardning kan ge symtom liksom tyger som är behandlade med kemikalier.

Trä- och metallslöjd innehåller moment som sågning, svarvning och putsning med sand-papper som alstrar damm. Kemikalier som lacker, thinner och lacknafta kan orsaka besvär.

Möjliga lösningar

-Avstå från att pyssla med nötter, mandel och ägg

-Anta en skolpolicy med förbud mot nötter, mandel och jordnötter (se länk nedan) om skolan inte redan har en sådan.

-Ta inte in björkris till påsk eller granris till jul.

-Ta inte in björkris till påsk eller granris till jul.

-Vävning bör ske i separat rum.

-Vissa undervisningsmoment som växtfärgning och behandling av ull kan behöva utföras utomhus.

-Ventilationen bör vara god och inredningen bör underlätta städning.

-Spånsug och punktutsug ska finnas i slöjdsalen och målning bör ske i särskilt rum med utsug.

Läs mer

[Om PYS-paragrafen](#)

[Astma- och Allergiförbundets dokument om nötförbud.](#)

[Städrutiner som hjälp vid upphandling och egenkontroll – Förskola, Allergikommittén i Lunds kommun,](#)

[Städrutiner som hjälp vid upphandling och egenkontroll – Grundskola, fritidsverksamhet och mötesplats,](#)

[Allergikommittén i Lunds kommun](#)

Svårigheter på kemi- och biologielektioner

Elever med allergi och astma kan ha svårt att klara sina betyg i kemi och biologi på grund av att de inte kan delta i laborationer.

Möjliga lösningar

Hitta alternativa lösningar och använd PYS-paragrafen, eleven kan t ex intervjua kompisar som laborerat eller göra laboration i dragskåp.

Läs mer

[Om PYS-paragrafen](#)

Reaktioner på grund av mat

Elever kan få allvarliga allergiska reaktioner om de får i sig mat som de inte tål i samband med skollunchen eller andra måltider under skoltid eller fritidsverksamhet.

Elever med matallergi kan inte alltid delta i hemkunskapen om matlagningen inte anpassats till vad de tål.

Möjliga lösningar

-Varje elev med svår allergi ska ha en individuell handlingsplan för hur förskola och skola ska agera om barnet blir sjukt.

-All personal som har ansvar för måltider i förskola och skola ska ha möjlighet att vidareutbilda sig på området.

-Den skolmåltidspersonal som lagar dietmaten får inte vara en vikarie. Det är viktigt att han eller hon inte blir störd under matlagningen.

-Skolan bör ha en policy om att inte servera nötter, mandel, jordnötter och sesam. Denna policy bör även vara känd och tillämpas i hemkunskapen.

-Hemkunskapsläraren och övriga berörda bör ha kontakt med skolhälsovården och föräldrar och veta vilka elever som har matöverkänslighet och hur deras individuella handlingsplan ser ut.

-Hemkunskapsundervisning och recept bör anpassas till vad eleven tål.

-Skolan bör anta en policy om förbud mot nötter, mandel och jordnötter, om en sådan inte finns.

-Mobilt kök (penry) kan användas för elever med svår matöverkänslighet med instruktioner om vilken mat som får användas.

-Det bör finnas en plan för vad som gäller vid utflykter och aktiviteter utanför förskolan/skolan, så att matallergiska barn inte blir sjuka eller utan mat.

Läs mer

[Säker mat i förskola och skola – hur du förbättrar skolmåltiderna för elever med allergi, handbok framtagen av Astma- och Allergiförbundet](#)

[Säkerhetsrutiner i skolan, Astma- och Allergiförbundet](#)

[Astma- och Allergiförbundets dokument om nötförbud](#)

Likabehandling vid t.ex. aktiviteter

Aktiviteter utanför skolan ska inte utestänga eller ge besvär för elever med till exempel pollen-, mat- eller pälsdjursallergi. Exempel på aktiviteter är utflykter, idrottsdagar, lägerskola och studiebesök.

Elever med allergi ska inte utsättas för luftburen jordnötsallergen under en resa.

Möjliga lösningar

Planera aktiviteterna utifrån att alla ska kunna delta på lika villkor och lägg in detta i skolans likabehandlingsplan. Anpassa aktiviteterna eller ge likvärdiga alternativ som fungerar även för elever med funktionsnedsättning som allergi. Detta planeringsunderlag kan användas vid till exempel friluftsdagar, studiebesök, öppet hus på skolan, högtider, skolavslutning etc. Genom god framförhållning och planering av aktiviteterna, och med anpassningar som gör att alla kan delta på lika villkor, kan vi höja elevernas självkänsla.

Använd gärna planeringsunderlag "Konsekvensanalys" nedan:

1. Beskriv aktiviteten
2. Vilka ska delta?
3. Kan alla delta?
4. Vilka funktionsnedsättningar har vi att ta hänsyn till?
5. Finns det andra aspekter som kan göra att någon inte kan delta på lika villkor? Vilka?
6. a) Kostar aktiviteten någonting?
b) Kan vi betrakta kostnaden som ringa?
c) Kan skolan eller eleven stå för avgiften?
7. Kan vi lägga till någon annan aktivitet som gör att det finns något som passar alla?
8. Kan vi ta bort något för att alla ska kunna vara med på samma villkor?
9. Vilka tidigare erfarenheter har vi, goda och mindre goda?

Vid val av aktivitet skickar skolan hem en blankett med de olika alternativen så att eleven kan göra sitt val i lugn och ro. Genom att pedagogerna gör gruppindelning minimeras riskerna för utanförskap.

Läs mer

Barn med allergi – vardagstips till föräldrar med barn i förskola och skola, Astma- och Allergiförbundet i samarbete med Gothia förlag, 2011

DO – förebygg diskriminering i skolan

Ta fram en likabehandlingsplan – se webbsidan www.planforskolan.se

Nya grupper och lokaler

Pedagogik som innebär att elever arbetar i nya konstellationer/grupper gör att elever med allergi träffar fler elever som kanske inte fått nödvändig allergiinformation (t ex om dofter och pälsdjur). Liknande problem kan uppstå om undervisning måste flyttas till lokaler som inte är avsedda för den aktuella aktiviteten, till exempel målning med starkt doftande färger.

Möjliga lösningar

-Tänk noga igenom grupp sammansättningen.

-Ge regelbunden allergiinformation och påminn om ordningsregler, t ex regler om dofter och pälsdjur, innan eleverna börjar arbeta i nya konstellationer.

-Anpassa aktiviteterna efter lokalens möjligheter.

Negativa attityder från omgivningen

Barn och ungdomar med allergi får inte alltid ett positivt bemötande från omgivningen. Funktionshindret syns ju inte och det kan vara svårt att få förståelse för de anpassningar som måste göras för att barnet ska må bra. I värsta fall upplevs de som ”jobbiga” och ”krångliga”.

Möjliga lösningar

-Diskutera frågor om likheter/olikheter, dolda respektive synliga funktionsnedsättningar öppet och regelbundet i förskolan och skolan. För att underlätta att ta upp frågor om attityder och bemötande i skolan har Astma- och Allergiförbundet tagit fram pjäser som kan spelas av eleverna.

Läs mer

Barn med allergi – vardagstips till föräldrar med barn i förskola och skola, Astma- och Allergiförbundet i samarbete med Gothia förlag, 2011

Frånvaro och IG-varning

Under pollentiden kan elever med svår pollenallergi få symtom liknande dem vid influensa, vilket kan innebära perioder av sjukskrivning. Tyvärr hjälper inga allergimediciner då.

Ibland slås frånvaro som beror på sjukdom respektive annan frånvaro ihop. Det gör det svårt för skolan att se om elever med allergi har mycket sjukfrånvaro som kan bero på arbets- miljön eller upplägg av undervisningen. Varning för icke godkänt (IG) ges ibland ganska sent.

Möjliga lösningar

-Elever med pollenallergi kan behöva extra anpassning av undervisningen och ett individanpassat schema för provperioden under våren, särskilt för de prov som är viktiga för betygsättningen. Om detta inte görs utsätts de för en systematisk diskriminering som kan få långtgående följder för deras framtida möjligheter till studier och yrkesval.

-Om möjligt: ta reda på vilken kunskap eleven ifråga har på annat sätt än via prov under pollenssäsongen.

-Elever med pollenallergi bör IG-varnas med extra god framförhållning, så att de får möjlighet att ta igen kunskap före pollenssäsongen.

-Dela upp frånvaro i sjukfrånvaro och annan frånvaro så att skolan i tidigt skede fångar upp sjukfrånvaro som kan förvärras av förhållanden i skolan.