

Webbinarium: Att göra skillnad i vardagen för barn och unga med allergi (Förskola)



Marina Jonsson

Allergisamordnare, med dr

Centrum för arbets- och miljömedicin

Catherine Fahlén Zelandar

Allergikonsulent



Det här är Centrum för arbets- och miljömedicin (CAMM)

CAMM är ett kunskapscentrum inom Region Stockholm. Vårt uppdrag är att arbeta för en jämlik och förbättrad folkhälsa genom att identifiera, bedöma och förebygga hälsorisker i **arbetsmiljön** och **omgivningsmiljön**.

[Nyhetsbrev](#)

Att göra skillnad i vardagen för barn och unga med allergi-Allergiförebyggande arbete

- Hur vanligt är det med allergier, astma och eksem i förskola/skola
- Hur kan barn och unga med allergisjukdom påverkas av miljön i förskola/ skolan
- Utbildning till personal visade på effekter
- Intervjuer med föräldrar och barn
- Intervjuer med två rektorer
- Hur man kan använda Elevhälsportalens allergiområde
 - Allergikonsulentmottagningen
 - Hållbart allergiförebyggande arbete



[Att göra skillnad i vardagen för barn och unga med allergi](#)

Program

- Kort om Elevhälsportal
- Hur vanligt är det med allergier, astma och eksem i förskole- och skolåldern
- Vanligaste allergierna hos små barn
- Hur kan barn och unga med allergisjukdom påverkas av miljön i förskolan/skolan
- Utbildning till personal visade på effekter
- Intervjuer med föräldrar
- Hur du kan använda Elevhälsportalens allergiområde

Elevhälsportalen hjälper förskolor och skolor att arbeta hälsofrämjande



Vad erbjuder Elevhälsopoortalen?

- Aktuell forskning inom olika hälsoområden
- Förslag på evidensbaserade insatser
- Arbetsmodell för ett systematiskt och långsiktigt arbete med tillhörande verktyg
- Webbinarier om aktuella ämnen

Evidensbaserat innehåll

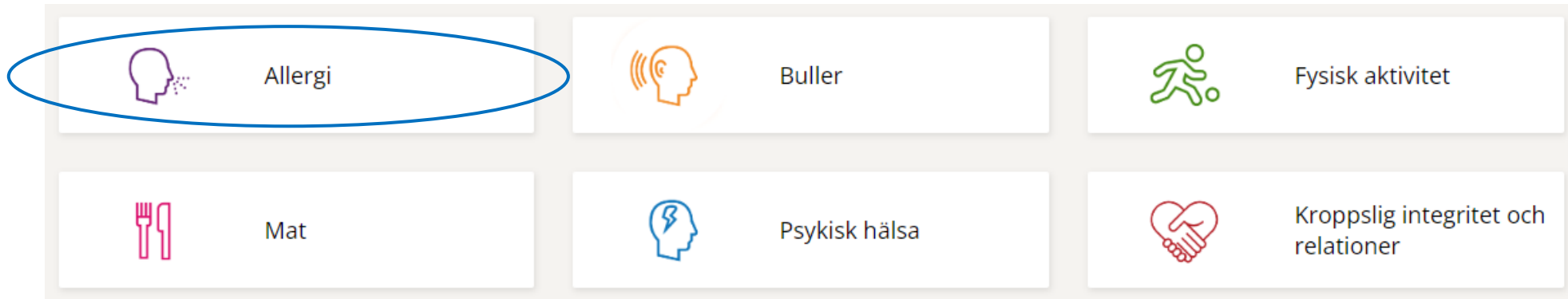
Framtagningen av insatserna på portalen är baserade på en systematisk genomgång av den vetenskapliga litteraturen inom det aktuella hälsoområdet

Centrum för arbets- och miljömedicin (CAMM)

Centrum för epidemiologi och samhällsmedicin (CES)

Centrum för hälsoekonomi, informatik och sjukvårdsforskning (CHIS)

Hälsoområden



Elevhälsopoortalen för allergi-förskola

Allergi



Förekomst av allergier hos barn ökar och studier visar att barn med allergier ganska ofta blir försämrade i sin allergi i förskolemiljön. Det är därför en viktig uppgift för förskolan att arbeta med förebyggande insatser och ökade kunskaper om hur allergier kan förebyggas och hanteras.

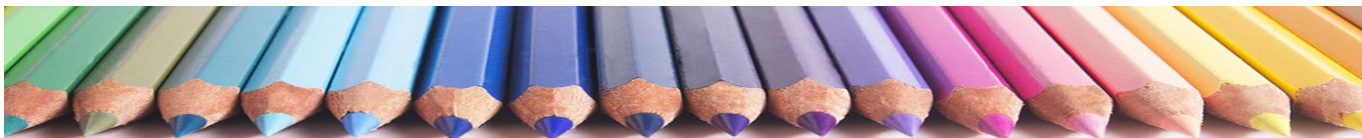


- + Fakta om barn och allergi i förskolemiljö
- + Symtom och åtgärder vid allergiska reaktioner
- + Symtom och åtgärder vid astma

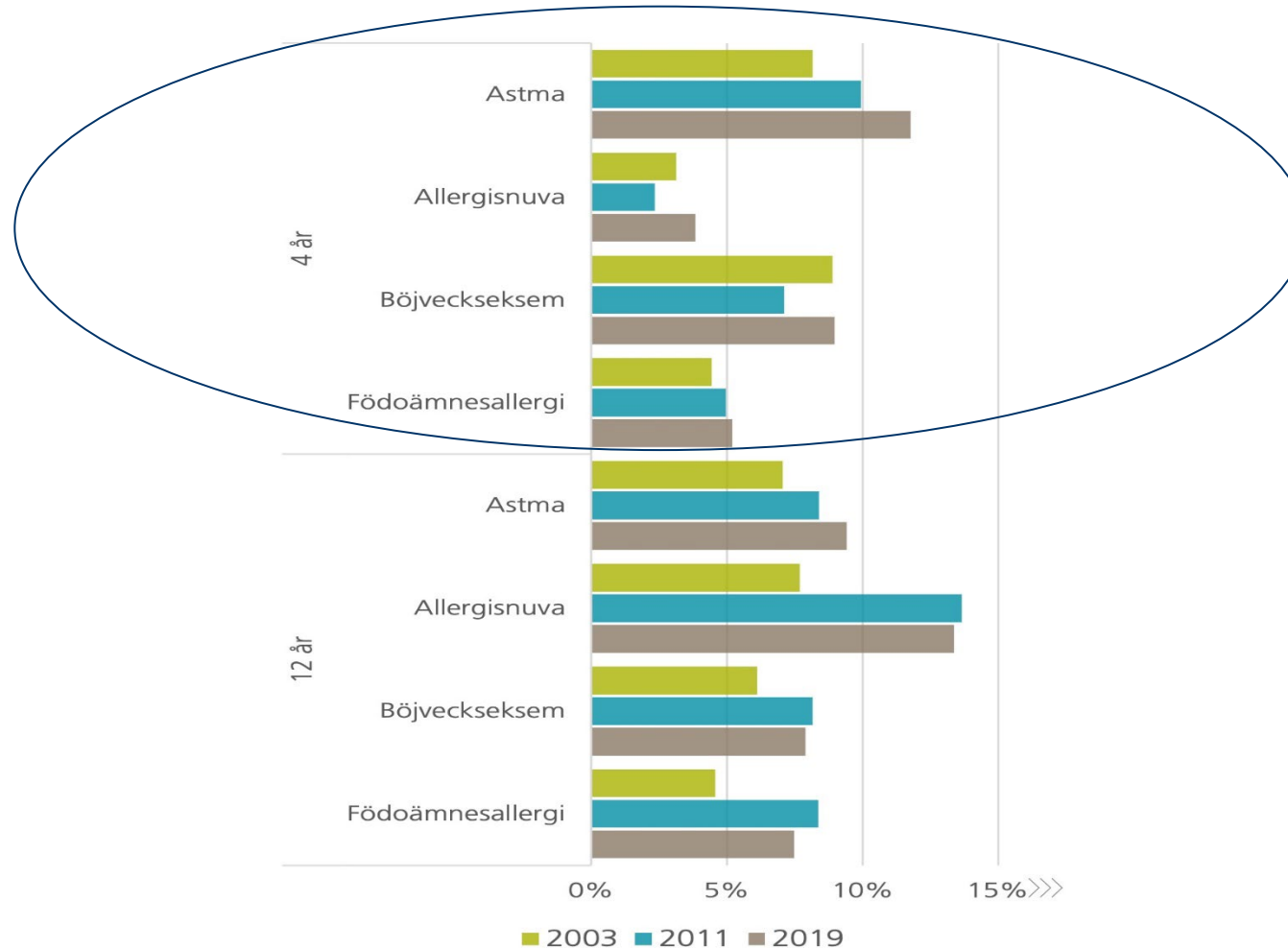
- + Gör Allergironden till en rutin
- + Se över och förbättra inomhusmiljön
- + Minimera nivåer av pälsdjursallergen i förskolemiljö
- + Skapa rutiner för hantering av nötter, jordnötter, mandel och sesam i förskolan
- + Skapa rutiner för pollensäsongen
- + Skapa rutiner för hantering av allergiska reaktioner i förskolan
- + Inkludera barn med allergi/astma/eksem
- + Skapa rutiner för hantering av specialkost
- + Skapa rutiner för rutiner hantering av eksem
- + Skapa rutiner för barn med astma
- + Skapa rutiner vid allergi mot insektsbett i förskolan

Strukturell och individuell nivå

- På strukturell nivå förebygger vi symtom som kan hjälpa flertalet barn
 - Gör allergironden
 - skapar rutiner (inomhusmiljö, matrutiner)
 - Arbetar fram policyer (pälsdjurspolicy)
- På individnivå hjälper vi barnet när symtom uppkommer samt upprättar också rutiner som
 - Går igenom den individuella planen
 - Försäkrar sig om att rätt mat ges till rätt barn

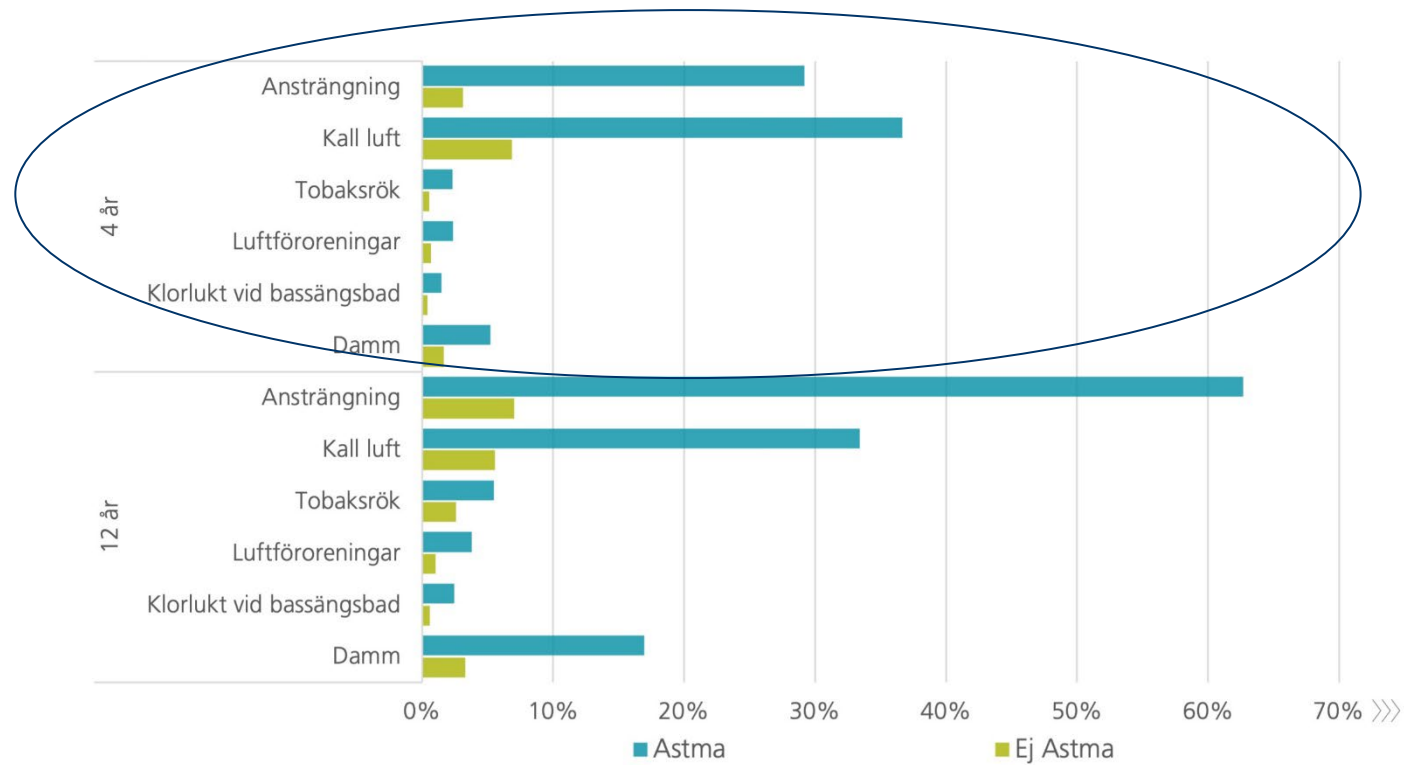


Läkardiagnostiserad allergisjukdom



Hos små barn är
förkylningsastma mycket
vanligt

Astma och triggers





Skola/förskola är viktiga miljöer

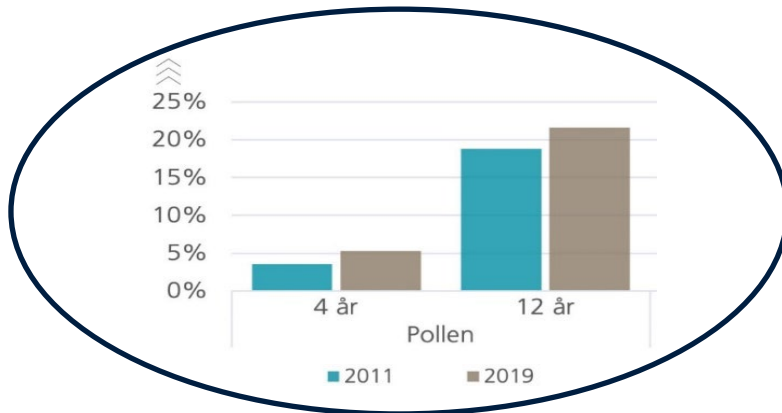
- Barn tillbringar sin huvudsakliga tid i inomhusmiljö bland annat i förskolan
- Inomhusmiljön har stor betydelse för barns exponering.
- Dammhalterna ofta höga och består av bland annat pälsdjursallergener
- Pälsdjursallergen förs med kläder och hår hos pälsdjursägare från hemmet till andra miljöer t ex skolan
- Förskolor och skolor uppfyller inte de regler och rekommendationer som finns för en god inomhusmiljö (Socialstyrelsen 2013)
- Man kan vissa år utsättas för pollenexponering från februari till september.

Symtom

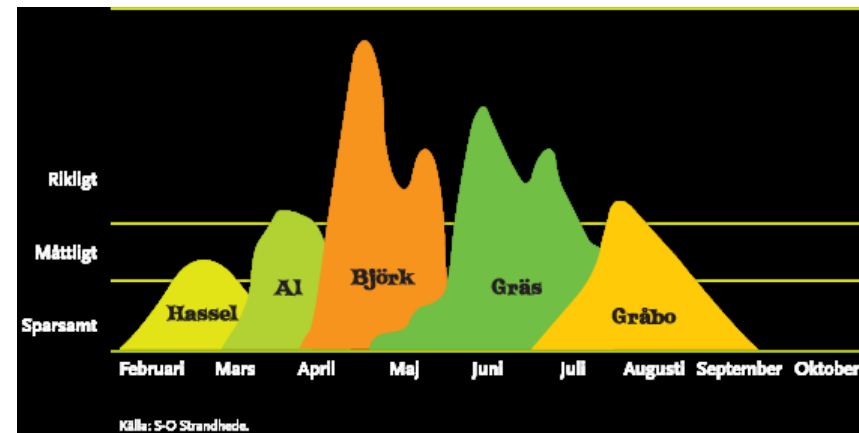
- Nysningar, klåda, nästäppa och rinnsnuva
- Röda kliande svidande ögon
- Andnöd, hosta, pipande andning
- Nässelutslag och eksem
- Tarm och magproblem
- Astma
- Anafylaxi (Allergisk chock)



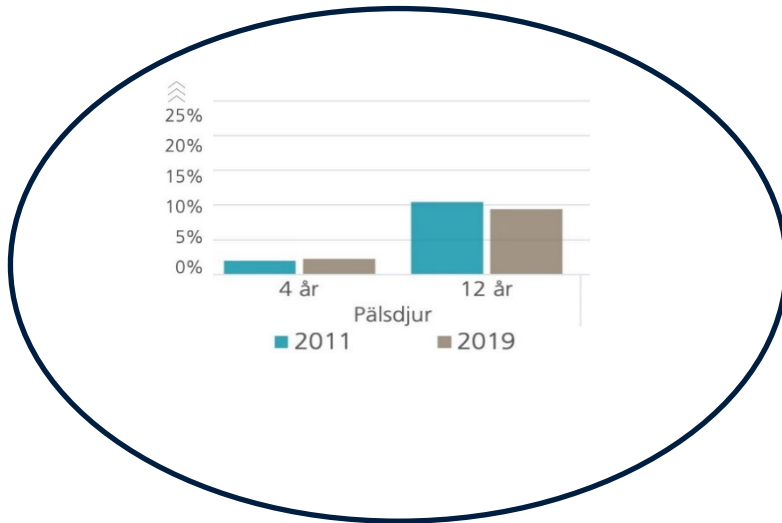
Pollen



Regionala miljöhälsorapporten 2021



Pälsdjursallergi



Pälsdjursallergener sitter i stor mängd i kläder och förs med Barnet från en pälsdjursmiljö till en Icke pälsdjursmiljö, ex förskolan

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

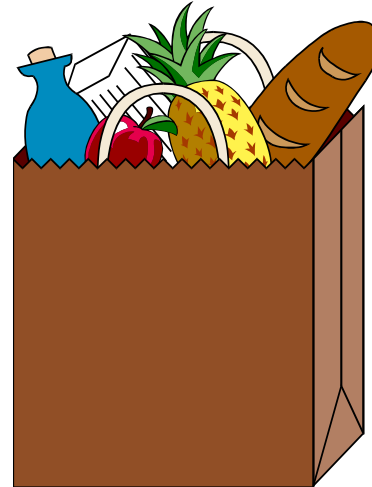
Mataallergi

- Barn under året, mjölk och ägg
- Äldre barn: jordnötter, nötter, soja
- Ofta snabba reaktioner (minuter till timmar)
- Stor symptomvariation, ofta flera organ involverade (hud, mage, luftvägar)
- Stor variation i svårighetsgrad
- Milda symptom vanligast
- Anafylaxi (allvarliga symptom på luftburen allergi mycket ovanligt)



> 90 % av födoämnesallergier hos barn kommer från 6 födoämnen

- Mjölk
- Ägg
- Nötter
- Soja
- Jordnöt
- Vete



Allergi

Mjölkallergi

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



Överkänslighet

Laktosintolerans

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



Jordnöt- och nötallergi

Jordnötsallergi

- Starkt allergen, är en ärtsläkting
- Förekommer dolt i choklad och konditorivaror
- Kan ge allvarliga till livshotande allergiska reaktioner
- Luftburet ej upphov till allvarliga reaktioner
- Hos barn som är björkallergisk, symtom från mun och svalg

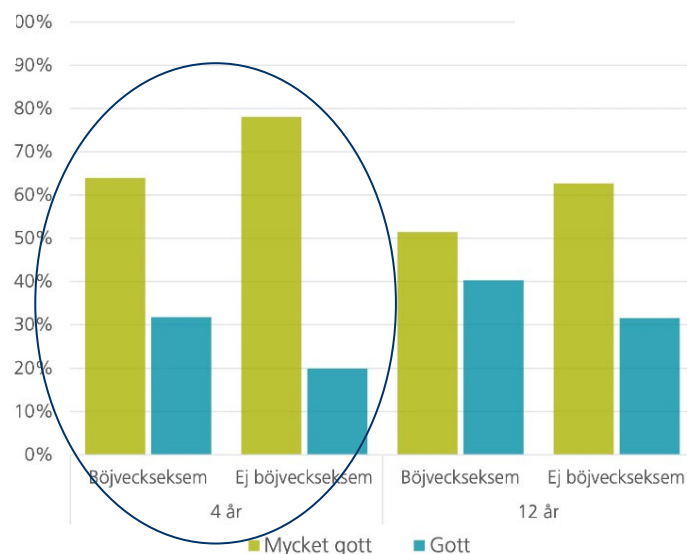
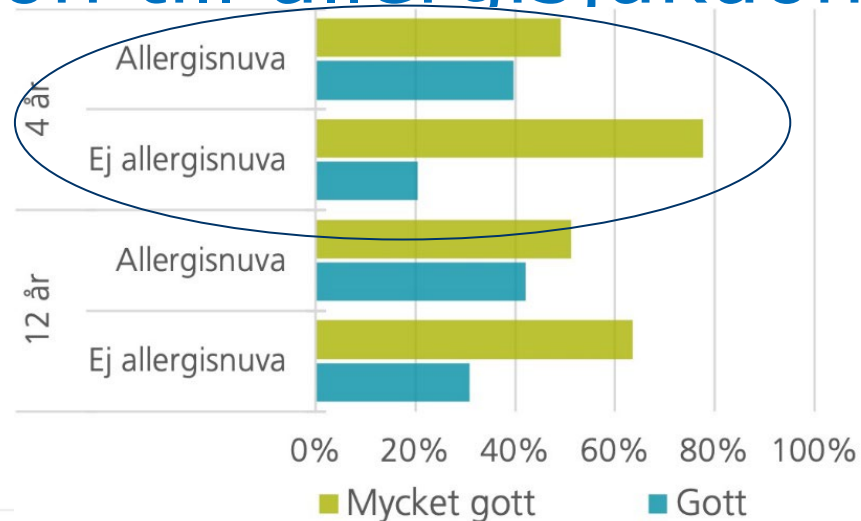
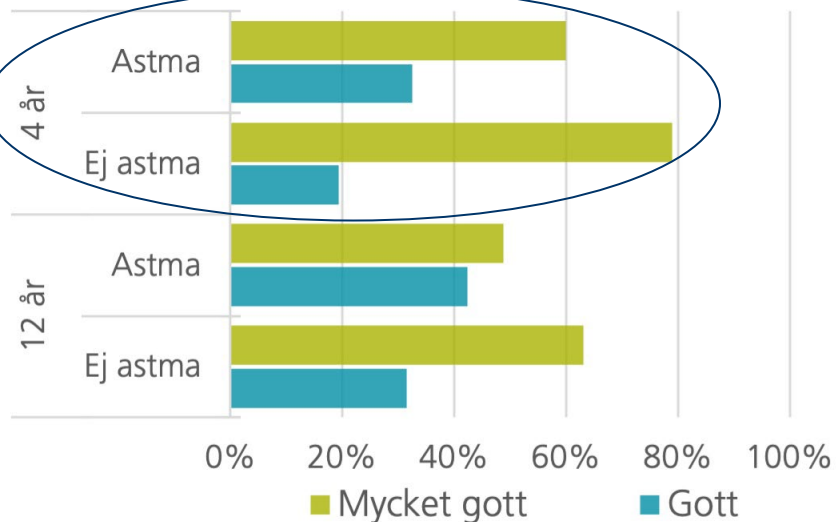


Nötallergi

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

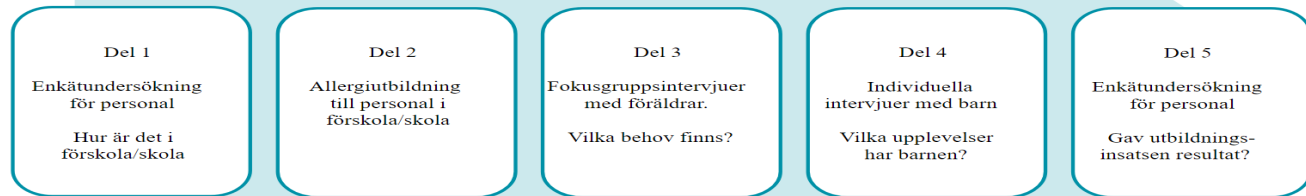


Allmänt hälsotillstånd i relation till allergisiukdom



Utbildningsprojektet som ledde till ökad kunskap i förskolan och skolan

Allergiprojektet i förskolor och skolor



Syftet var att utveckla och implementera Elevhälsopoportalen allergiområde samt öka personalens, föräldrar och barnens kunskap och trygghet



[allergirapport.pdf \(regionstockholm.se\)](https://regionstockholm.se/allergirapport.pdf)

Enkät 1

Skickades ut före utbildningstillfället
till personal som skulle delta i utbildningen

1045 svar, 36 % från förskolor, 64 % skolor

18 av 24 kommuner och från alla
socioekonomiska områden



Resultat- Enkät 1

- Kunskapsbrister inom allergi
- Brister i säkerhet och trygghet
- En av sex rapporterade hög oro för att barn skulle få allergiska reaktioner
- Få arbetade med Elevhälsoportalen



PAI
PEDIATRIC ALLERGY
AND IMMUNOLOGY



LETTER |  Open Access |  

**Management of children with allergies in preschool and school
—Potential for improvements**

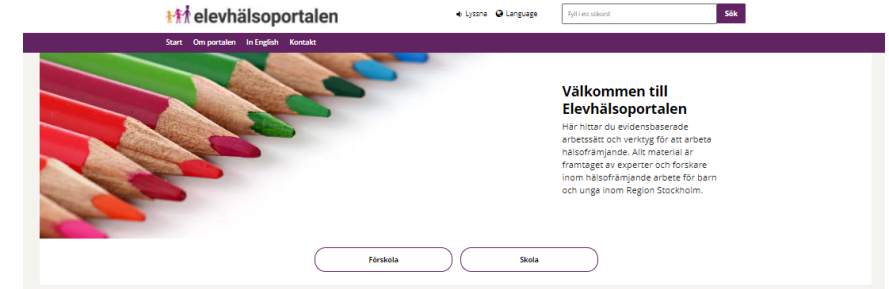
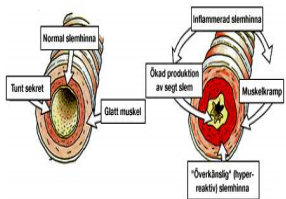
Emmanouela Sdona  Annelie Turesson, Catherine Fahlén Zelandér, Alexandra Löfquist, André Lauber, Antonios Georgelis, Anna Bergström, Marina Jonsson

Upplägg intervention/utbildningstillfälle

- Frågar efter behov på förskolan/skolan
- Anpassar utbildning efter enkätsvar och behov
- Föreläsning om allergisjukdom och åtgärder utifrån Elevhälsportal



1. Kontrollera att spacen är fri från skador, att inga delar saknas och att inte ligger någonstans i spacen. Titta inuti!
2. Placera barnet i en stadig sittande ställning på en stol eller i ditt knä. Barnet kan sitta i knä eller stå beroende på ålder och allmänhetssäkerhet, låt situationen avgöra.
3. Ta bort skyddskorkarna från astmasprayen och spacen.
4. Placera sprayen bakom till i spacen.
5. Sätt fast masken framtill.
6. Skaka spray och spacer några gånger.
7. Sätt masken över barnets mun och näsa och slut tätt.
8. Stöta gärna barnets bröst om så behövs. Kontrollera att barnet andas in och ut.
9. Puffa en gång = 1 dos och låt barnet andas 6-8 andetag. Om barnet är ordinerat fler doser/puffar upprepa steg 5-8.
10. Räkna andetagerna genom att titta på ventilen.



Kontakta oss

Om du har frågor eller vill kontakta oss, är du välkommen att använda kontaktuppgifterna nedan.

E-post: elevhalsportal.sto@sl.se

Telefon: 08-123 371 11

Telefonen är vanligtvis bemannad mellan kl 9:00-15:00 måndag till fredag, med vissa undantag.

Här finns vi

Postadress:
Elevhälsportal
Centrum för epidemiologi och samhällsmedicin
Region Stockholm
Box 1497
171 29 Solna

Besöksadress:
Solnavägen 1E, Stockholm

Följ oss i sociala medier

Följ oss gärna på Facebook och Twitter för de senaste uppdateringarna!



Elevhälsportal är ett samarbete mellan tre centrum inom Region Stockholm:
Centrum för arbets- och miljömedicin (CAMM)
Centrum för epidemiologi och samhällsmedicin (CES)
Centrum för hälsökonomi

- Självvbedömningsenkäter
 - Handlingsplan
- Allergiområdets åtgärder

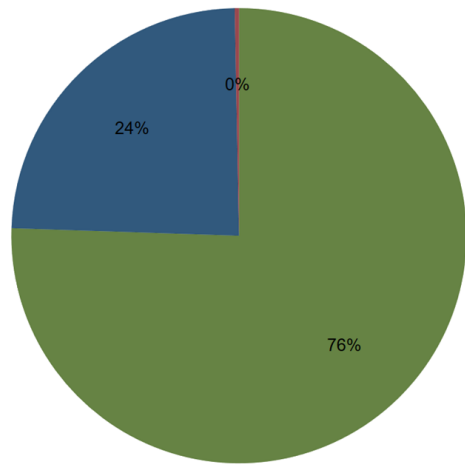
Utvärdering

- Enkäter före och 3 månader efter utbildningstillfället
- Fokusgruppsintervjuer med föräldrar
- Individuella intervjuer med skolbarn



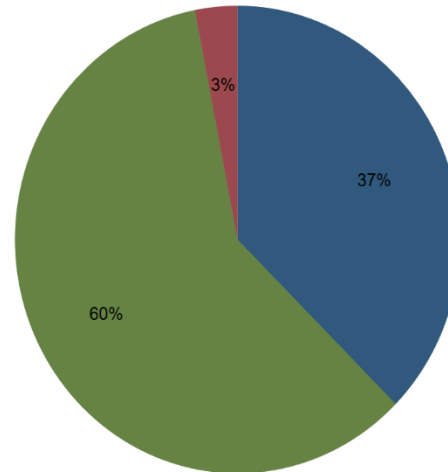
Enkät 2 (361 svar)- Utbildning gav resultat

Jämfört med innan seminariet hur anser du dina kunskaper?



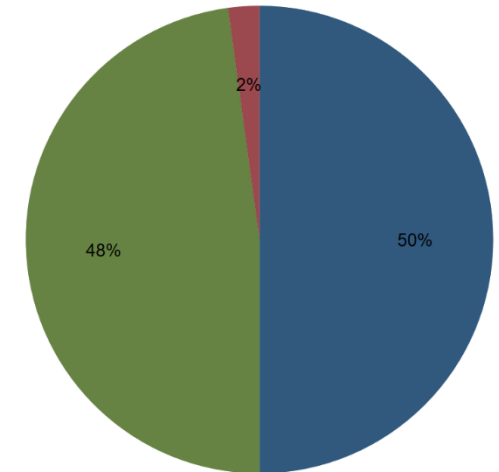
 Bättre nu än innan seminariet  Oförändrade
 Sämre nu än innan seminariet

Jämfört med innan seminariet känner du dig tryggare?



 Ingen skillnad  Ja
 Nej

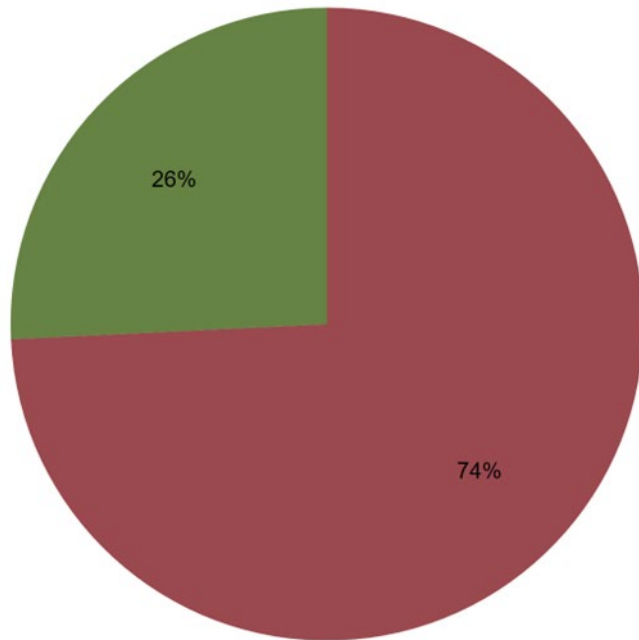
Jämfört med innan seminariet har omhändertagande förbättrats?



 Ingen skillnad  Ja
 Nej

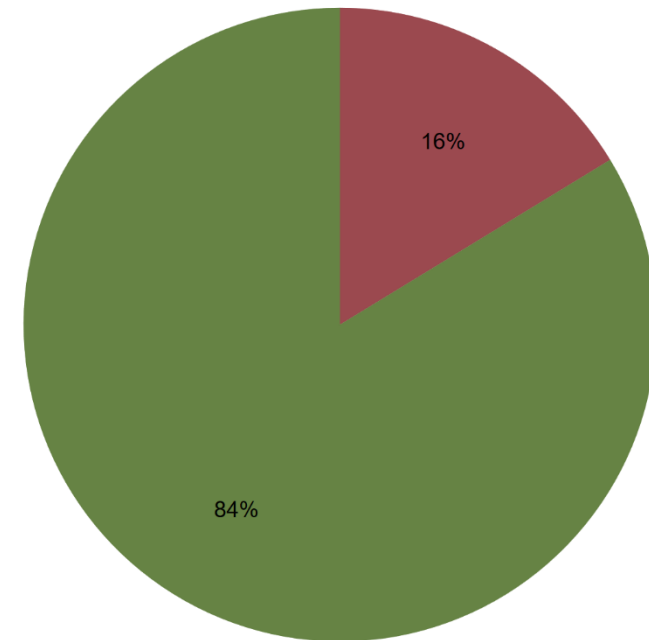
Elevhälsopoportalen

Känner du till Elevhälsopoportalen innan



Nej Ja

Känner du till Elevhälsopoportalen efter

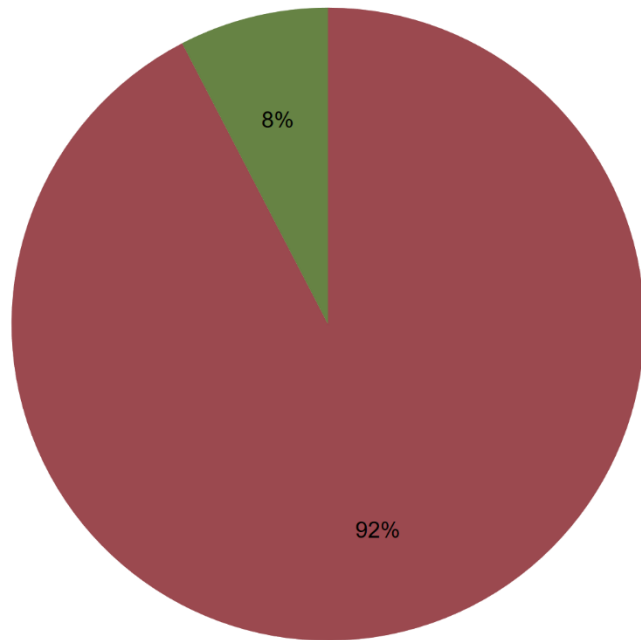


Nej Ja

* p -
värde < 0.05

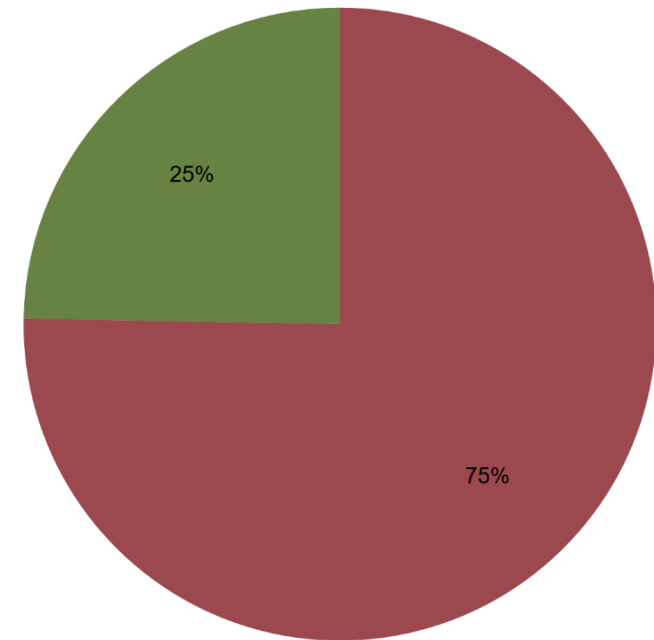
Elevhälsopoportalen

Arbetar du med Elevhälsopoportalen innan



Nej Ja

Arbetar du med Elevhälsopoportalen efter



Nej Ja

* p -
värde < 0.05

Vad behövs för att ta hand om barn med allergier

- Kunskap
- Bra fungerande rutiner
- Bra kommunikation mellan personal, samt till både föräldrar och barn

"Vid allergisk reaktion är jag mest osäker på hur man gör, men jag har ju också ett eget ansvar att kolla upp så jag blir säkrare. Har inget barn på just min avdelning men behöver ändå läsa på såklart"

(förskola, pedagog)



Sammanfattning

- Efter interventionen hade personalen:
 - Bättre kunskap om allergier
 - Ökad trygghet i hanteringen av allergiska reaktioner
 - Bättre omhändertagande av barn med allergier
 - Större andel deltagare kände till EHP men endast 1 av 4 använder den idag

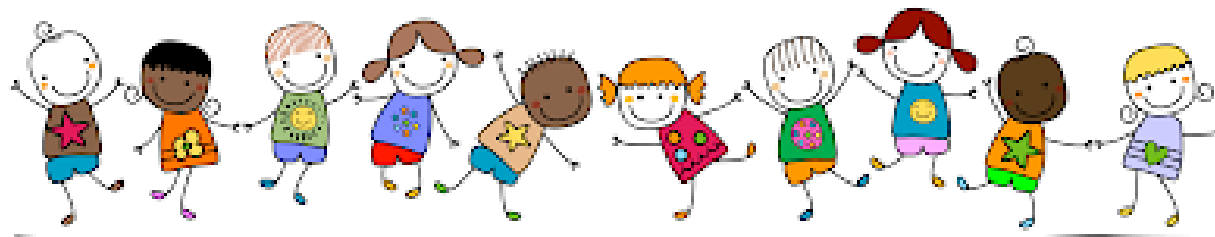


En intervjustudie med föräldrar till barn med allergisjukdom

25 föräldrar till barn mellan 2-13 år, två fokusgrupper med föräldrar till förskolebarn samt två fokusgrupper med föräldrar till skolbarn

Hur fungerar det i förskola och skola för barn med allergi?

Syftet: Att undersöka behovet hos föräldrar till barn med allergisjukdom i relation till miljö, kunskap, säkerhet och trygghet i förskola och skola



Ett behov av kunskap och förståelse i förskola och skola En intervjustudie

Vårdnadshavares behov, till barn med allergier och/eller astma och som går i förskolan/skolan

Väl implementerade rutiner

- En allergianpassad säker
- Tydlig ansvarsfördelning
- Förbättrad information

" Jag upplever att bra kunskap i hur man ger mediciner har brustit, helt enkelt att de inte vågar ge medicinerna eller inte vet trots att det finns tydliga behandlingsscheman"

Allergikompetens hos personal

- Grundkunskap inom allergi,
- Praktisk kunskap för att kunna agera i akuta situationer

Att mitt barn blir likabehandlat

- Att mitt barn blir inkluderat,
- Att mitt barn får känna sig som alla andra i skolan

Att känna tillit

- Bli tagen på allvar
- Kunna lita på personalen

".. "det skulle vara bra om de hade lite mer inkluderande tänk ibland när de har något speciellt eller bjuder på någonting att de tänker finns det någon glass som han tål och som alla andra gillar, varför köper vi inte den till alla"

...så ringer de och säger att Sofia har fått i sig någon mat och mår inte bra och hon säger att hon inte kan andas och jag sa : Lägg på och ge henne sprutan på en gång och så ringer hon upp mig och säger.. Jag vågar inte....."



Journal of Pediatric Nursing
Volume 79, November–December 2024, Pages 100–106



The needs of parents of children with allergic diseases in preschool and school: A focus-group study

Alexandra Lövgren Ph.D. ^{a b c d e}, Annelie Turesson M.Sc. ^{a 1},
Jennifer L.P. Protudier Ph.D. ^{b c d e}, Catherine Fahlén Zelander M.Sc. R.N. ^a,
Marina Jonsson Ph.D. R.N. ^{a b e}



Slutsats

- Det behöver finnas allergikunskap och förståelse hos personal i förskola och skola.
- Kunskap är en förutsättning för att personalen ska kunna införa och använda fungerande allergirutiner, agera i akuta situationer, se till att lika villkor gäller för barn med allergisk sjukdom och etablera en tillitsfull, allergistödjande relation med både föräldrar och barn.

Allergiprevention

Använd elevhälsportalen för beprövade och effektiva insatser

Skapa rutiner för:

- Öka förutsättningar för barnen att må bra i förskolan
- Minska risken för allvarliga allergiska reaktioner
- Underlätta för personal i att känna en ökad trygghet i omhändertagandet av barnen
- Öka föräldrarnas känsla av trygghet

Vad behövs för att ta hand om barn med allergier?



1. Kunskap
2. Fungerande rutiner
3. Kommunikation mellan personal, vårdnadshavare och elev

Allergi

Förekomst av allergier hos barn ökar och studier visar att barn med allergier ganska ofta blir försämrade i sin allergi i förskolemiljön. Det är därför en viktig uppgift för förskolan att arbeta med förebyggande insatser och ökade kunskaper om hur allergier kan förebyggas och hanteras.



- + Fakta om barn och allergi i förskolemiljö
- + Symtom och åtgärder vid allergiska reaktioner
- + Symtom och åtgärder vid astma



Arbeta vidare med detta hälsoområde

Genom att använda Elevhälsportalens arbetsmodell och verktyg kan förskolan arbeta strukturerat, långsiktigt och med stöd i forskning.

[Så här gör du: Arbetsmodell och verktyg](#)



- + **Gör Allergironden till en rutin**
- + **Se över och förbättra inomhusmiljön**
- + **Minimera nivåer av pälsdjursallergen i förskolemiljö**
- + **Skapa rutiner för hantering av nötter, jordnötter, mandel och sesam i förskolan**
- + **Skapa rutiner för pollensäsongen**
- + **Skapa rutiner för hantering av allergiska reaktioner i förskolan**
- + **Inkludera barn med allergi/astma/eksem**
- + **Skapa rutiner för hantering av specialkost**
- + **Skapa rutiner för hantering av eksem**
- + **Skapa rutiner för barn med astma**
- + **Skapa rutiner vid allergi mot insektsbett i förskolan**

[Referenslista litteratursammanställning allergiprevention \(pdf\)](#)

[Referenslista för projektet astma \(pdf\)](#)

+ Skapa rutiner för hantering av specialkost

Strukturellnivå

– en rutin för **alla** barn med matallergi

Skapa rutiner för att:

- All personal får kunskap om allergier, symtom, behandling och konsekvenser
- Säkra rutiner finnas - från det inkommande intyget till servering vid alla mattillfällen
- Specialkost hålls åtskild från annan kost, laga specialkost först
- Barn med matallergi ska få namnmärkt kost – gäller allt
- Rutiner för hantering av specialkost finns
- Ha kännedom om matens innehåll
- Läsa igenom innehållsförteckningen noga, var gärna minst två som läser igenom samma
- Hålla rent och håll isär specialkost från all annan kost
- Incidentrapporteringssystemet används vid incidenter
- Regelbundna uppföljningar mellan förskola/vårdnadshavare sker



+ Skapa rutiner för hantering av specialkost

Individuellnivå

– en rutin för **varje** barn med matallergi

Skapa anpassningar för eleven genom att:

- Placera barnet vid kortsidan av bordet med vuxen bredvid
- Om barnet behöver hjälp ska rutin på att du har förutsättningar att ha rena händer, ta inte i barnet eller barnets mat utan att ha tvättat händerna
- Hålla rent vid matplatsen
- Låta det allergiska barnet tvätta sig först efter maten
- Ha en rutin för att minska kontamineringen i miljön från de andra barnen
- Städa med rengöringsmedel och vatten, använd engångstrasor för att torka upp





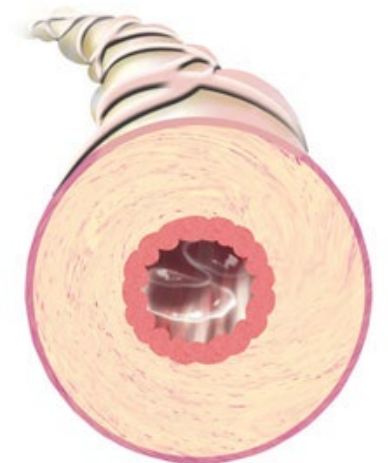
Skapa rutiner för hantering av nötter, jordnötter, mandel och sesam i förskolan

Förslag på åtgärder på **strukturell nivå**

- Mat som tillreds eller serveras på förskolan ska **inte** innehålla nötter, jordnötter, mandel eller sesamfrön.
- Inför ett allmänt nötförbud i hela förskolans område.
- Informera personal och vårdnadshavare att livsmedel märkta med "kan innehålla spår av" nötter, jordnötter, mandel eller sesam inte får förekomma inom förskolans område. Halterna av allergener kan variera.
- Påminn vårdnadshavare regelbundet att barn på förskolan inte ska ha med sig livsmedel hemifrån som innehåller nötter, jordnötter, mandel eller sesam, oavsett tillfälle.
- Informera vårdnadshavarna om att inte lämna nötter, jordnötter, mandel eller sesam i vagnar eller cyklar inom förskolans område.
- Påminn personalen regelbundet att nötter, jordnötter, mandel och sesam inte får tas med av personalen själva eller serveras på föräldrafika, i personalrummet eller på utflykter.

Astma behandling hos små barn

- Det är vanligt med astma hos små barn
- Barn inte ska ha några symtom och ska kunna leva ett aktivt liv utan några begränsningar
- Astma behandlas med inflammationsdämpande inhalationer och luftrörsvidgande inhalationer.
- Luftrörsvidgande läkemedel kan bli aktuellt i förskolan



+ Skapa rutiner för barn med astma

Behandling

- Skriftlig behandlingsplan
- Utbildning i hur inhalationsmedicinen används på rätt sätt.
- Ha kunskap om att inhalationsspray distribueras i en andningsbehållare som heter spacer.
- - [Information vid användning av spray och andningsbehållare - spacer med mask \(pdf\).](#)
- God kommunikation med vårdnadshavare om hur många doser som givits under förskoledagen

Varför är det viktigt att utvärdera rutiner?

- För att säkerställa att barnets individuella behov möts på ett effektivt sätt.
- Hjälper till att anpassa strategier och metoder
- Ger insikt i vilka anpassningar som är mest effektiva och vilka som behöver justeras eller bytas ut.



Varför är det viktigt med skriftliga rutiner?

- Skapa en organiserad och strukturerad miljö
- Alla vet och kan ta del av vad som förväntas
- Minskar stress
- Ökar känslan av säkerhet.
- Underlättar planeringen
- Tydliga, skriftliga rutiner gör också att utvärderingen av ert arbete är lättare



Vad ska utvärderas?

Har rutinerna fungerat för barnet?

Har barnet haft några reaktioner?

Har barnet inkluderas i alla aktiviteter?

Har informationsspridningen i arbetslaget fungerat?

Har rutinerna i köket följts?

Har vårdnadshavare/personal hittat ett bra kommunikationssätt?

Bestäm en ny tid för utvärdering!



Skriftliga individuella åtgärder

- Intyg om allergi – från sjukvården
- Åtgärder vid allergisk reaktion – från sjukvården
- Egenvård med praktisk hjälp – från sjukvården
- Utformning av medicinsk handlingsplan – förskolan/fldr

Catherine Fahlén Zelder 2024-11-05

Uppföljning är viktigt

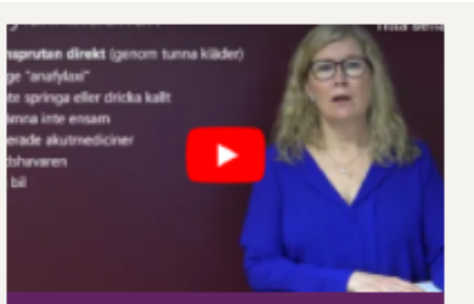
- Utarbetade rutinplaner för allergipreventiva insatser bör utvärderas efter 6-8 veckor för att se att det är rätt saker förskola/skola gör.
- Därefter minst 1 gång per läsår
- Barnets miljö i förskola/skola följs upp hos behandlande läkare vid varje tillfälle



+ Skapa rutiner för hantering av allergiska reaktioner i förskolan

- **Informera personalen:** Säkerställ att all personal vet vilka barn som är allergiska och vad de är allergiska mot.
- **Rutiner för anafylaxi:** Upprätta och regelbundet repetera rutiner för vem i personalen som gör vad vid en anafylaxi
- **Träning för personal:** Se till att berörd personal regelbundet tränar på hur adrenalinsprutan ska administreras
- **Förvaring av akutmediciner:** Akutmediciner tillsammans med den skriftliga behandlingsplanen för allergisk reaktion
- **Tillgång till akutmediciner:** All berörd personal ska ha tillgång till och känna till var barnets akutmediciner förvaras. Akutmedicinen får ej vara inlåst.
- **Skriftlig behandlingsplan:** Barn som behöver adrenalinspruta ska ha en individuell, skriftlig behandlingsplan från sjukvården
- **Egenvårdsplaner:** Barn med behov av akutmediciner ska ha en egenvårdsplan.
- **Utvärdera incidenter:** Vid en incident är det viktigt att senare utreda vad som hände för att skapa säkra, förebyggande rutiner.
- **Medicin vid utflykter:** Akutmedicin ska alltid tas med när barnet lämnar förskolans område

Filmtime



Så hanterar du en kraftig allergisk reaktion

Lär dig om anafylaxi
och hur du bäst
hanterar det i skolan
och förskolan.

Nya riktlinjer om Anafylaxi

Adrenalin viktigaste
medicinen, ge tidigt

Ej kortison som
akutbehandling

Ge ej kall dryck

Spring inte med barnet

Utbildning viktigt

[2024-10-04-SFFA-Nationell-
vardprogram-anafylaxi.pdf](#)



Tack för att du lyssnade!

Prenumerera gärna på våra nyhetsbrev:



marina.jonsson@regionstockholm.se

catherine.fahlen-zelander@regionstockholm.se

camm.regionstockholm.se/nyhetsbrev