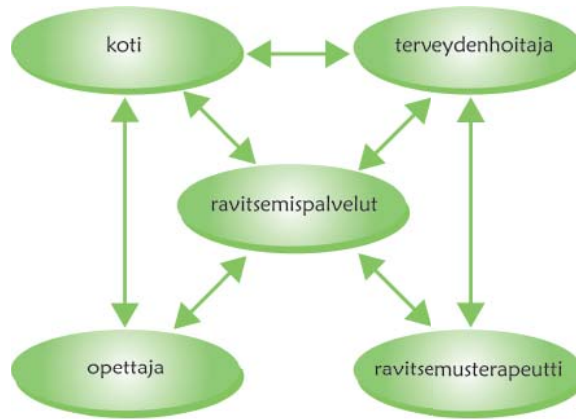


# ERITYISRUOKAVALIO KOULUSSA

## tiedote vanhemmille



Allergia- ja muiden erityisruokavalioiden toteutus sujuu parhaiten yhteistyössä

**Lievät allergiaoireet ovat yleisiä ja ne katoavat usein itsestään.  
Lievään allergiaan riittää itsehoito ja seuranta**

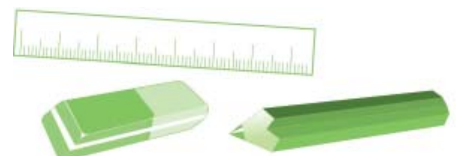
Kun koululaisella/opiskelijalla on todettu ruoka-allergia, joka aiheuttaa merkittäviä tai hengenvaarallisia oireita, tarvitaan erityisruokavalio

### Koti

- Joka lukuvuoden alussa täytetään erityisruokavalioilmoitus
- Mikäli lukuvuoden aikana tulee muutoksia, huoltaja ottaa yhteyttä terveydenhoitajaan
- Ennakkoon tiedetty poissaolo pyydetään ilmoittamaan koulun keittiöön
- Allergiaruokavaliota ei tule turhaan noudattaa. Vältettävää ruoka-ainetta kokeillaan lääkärin ohjeiden mukaan.
- Allergiaruokavaliion purkuohjeita: Ongelmia aiheuttaneen ruoka-aineen kohdalla edetään aluksi hitaasti, vain hyvin pieniä määriä maistellen, määrää hitaasti lisäten. Keskustele asiasta hoitavan lääkärin tai lasta hoitavan terveydenhoitajan kanssa.

### Terveydenhoitaja

- Arvioi ja varmistaa erityisruokavaliion jatkamisen tarpeellisuuden kunkin lukuvuoden alussa
- Tarkistaa erityisruokavalioilmoituksen sisällön ja antaa ohjaustaruokavaliion toteutukseen/purkamiseen
- Arvioi lääkärintodistuksen tarpeellisuuden ja ohjaa tarvittaessa ravitsemusterapeutin vastaanotolle
- Toimittaa lomakkeen keittiöön ruokapalveluvastaavalle
- Terveydenhoitajalla on oikeus poistaa erityisruokavaliio, mikäli oppilas toistetusti jättää syömättä valmistetun aterian



## Ravitsemispalvelut

- Kokki tai dieetikokki valmistaa erityisruokavalion mukaiset ateriat ja sopii koululaisen kanssa mistä ruoka haetaan
- Kokki tai ruokapalveluvastaava ilmoittaa koulu- ja opiskeluterveydenhoitajalle niistä erityisruokavalioista, jotka toistuvasti jäävät syömättä

## Opettaja

- Opettajan tulee tietää oppilaan erityisruokavalioista
- Voi tarvittaessa ohjata koulu- tai opiskeluterveydenhoitajan vastaanotolle

## Ravitsemusterapeutti

- Ravitsemusterapeutille tulee lähettää ruoka-aine-allergiset lapset/nuoret silloin kun rajoituksia on paljon tai ravitsemuksellisesti keskeisiä ruoka-aineita on jätetty kokonaan pois, esim. viljat tai maitotuotteet tai kun allergisen lapsen kasvussa (paino/pituus) todetaan hidastumista
- Ravitsemusterapeutti huolehtii ruoka-allergisen lapsen ruokavalion ravitsemuksellisen riittävyyden arvioinnista sekä vanhempien ohjauksesta
- Ravitsemusterapeutin vastaanotolle tarvitaan mielellään lääkärin tai terveydenhoitajan lähete



Maito ja terveys ry