



elevhälsoportalen

**Så kan du använda Elevhälsoportalens verktyg
för att hjälpa barn med allergier i skolan**

Marina Jonsson

Allergisamordnare, med dr

Catherine Fahlén Zelande

Allergikonsulent

Centrum för arbets- och miljömedicin

Disposition

- Kort om Elevhälsopoportalen
- Hur vanligt är det med allergier, astma och eksem i skolåldern
- Hur kan barn och unga med allergisjukdom påverkas av miljön i skolan
- Utbildning till personal visade på effekter
- Intervjuer med föräldrar och barn
- Hur du kan använda Elevhälsopoportalen allergiområde

Elevhälsopoportalen hjälper förskolor och skolor att arbeta hälsofrämjande



Vad erbjuder Elevhälsopoportalen?

- 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)

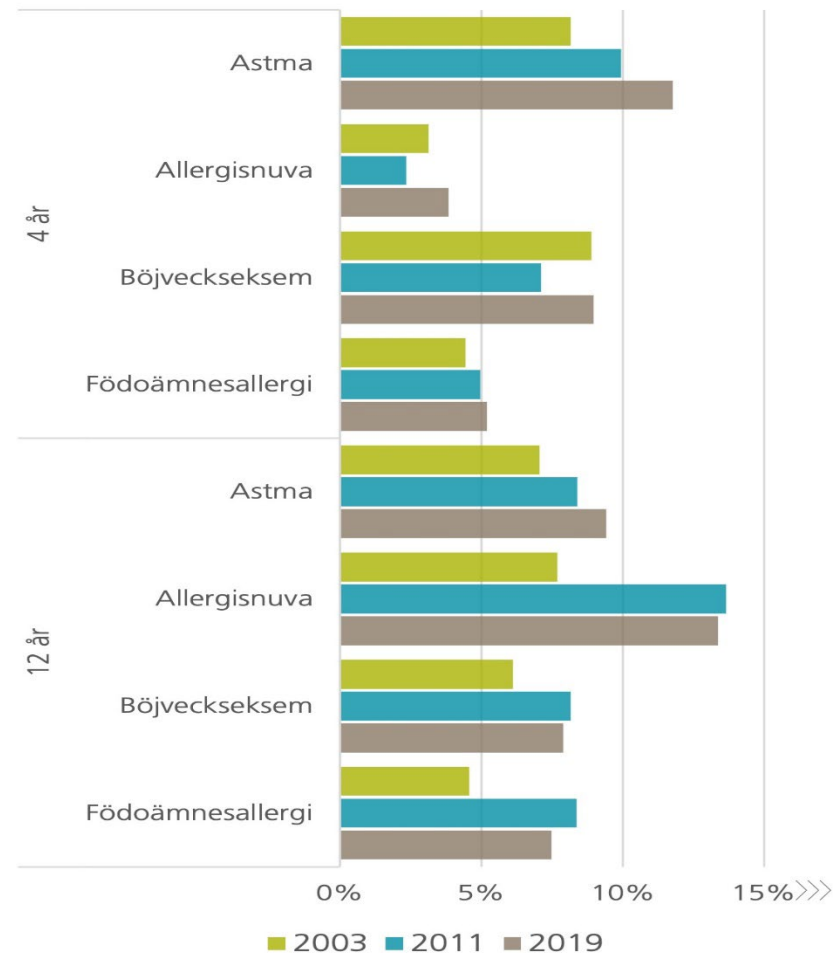
Centrum för epidemiologi och samhällsmedicin (CES)

Centrum för hälsoekonomi, informatik och sjukvårdsforskning (CHIS)

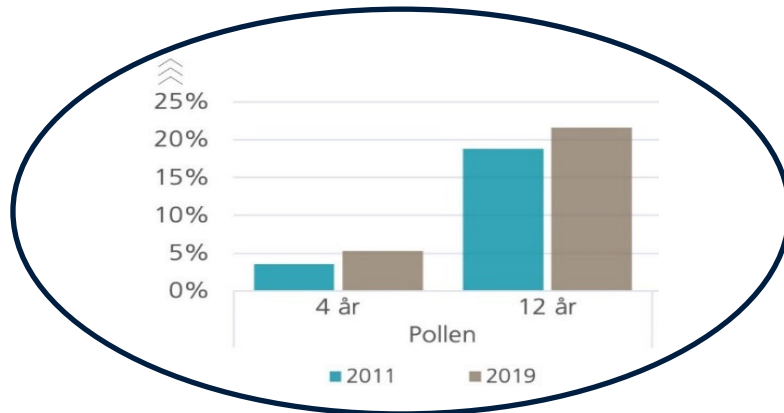
Hälsoområden

 Alkohol	 Allergi	 Buller
 Ergonomi	 Fysisk aktivitet	 Mat
 Psykisk hälsa	 Sexualitet och relationer	 Tobak

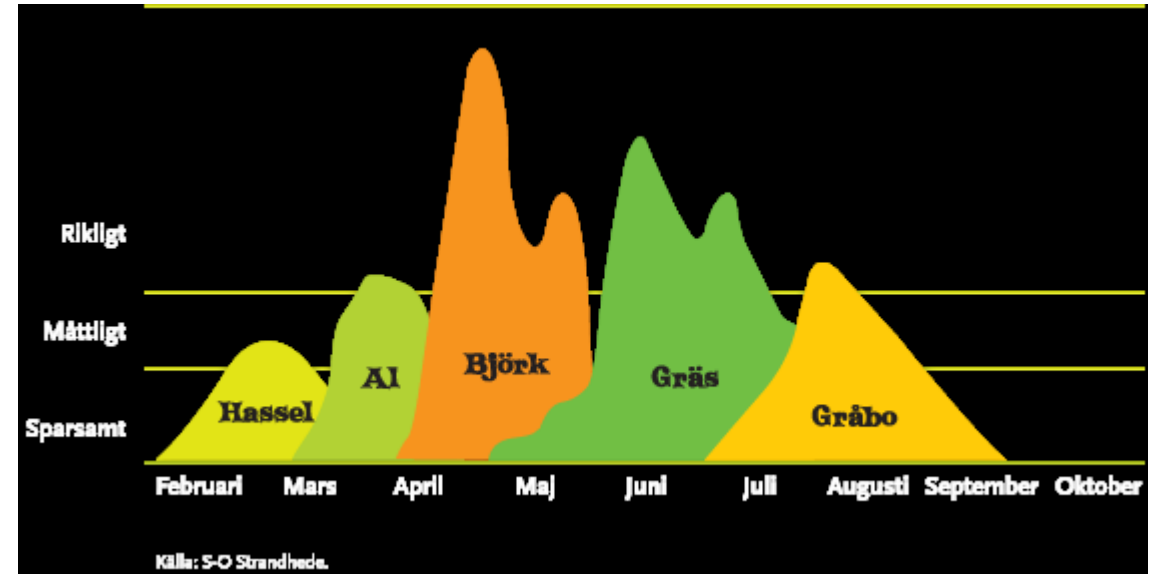
Läkardiagnostiserad allergisjukdom



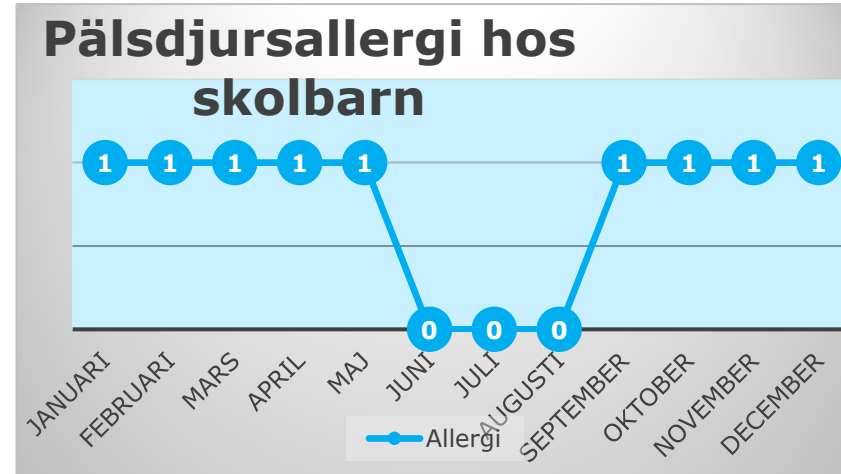
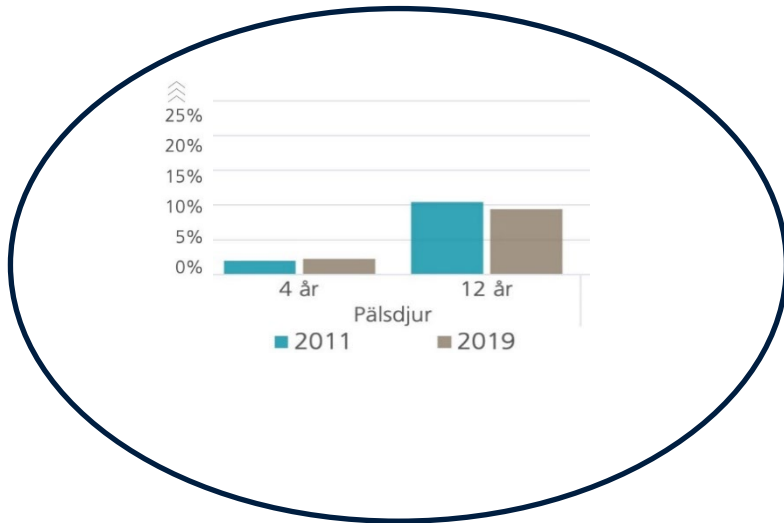
Pollen



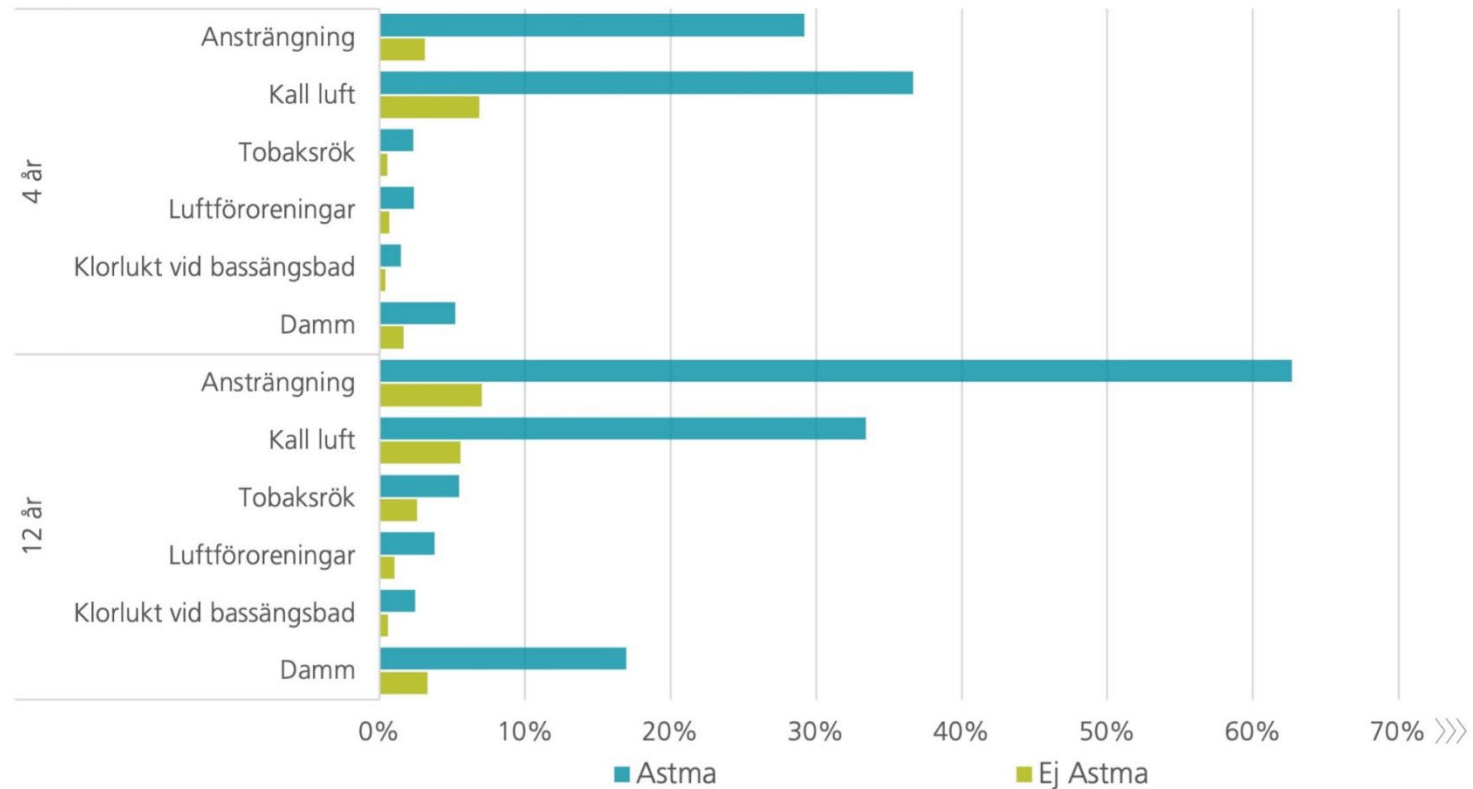
Regionala miljörapporten 2021



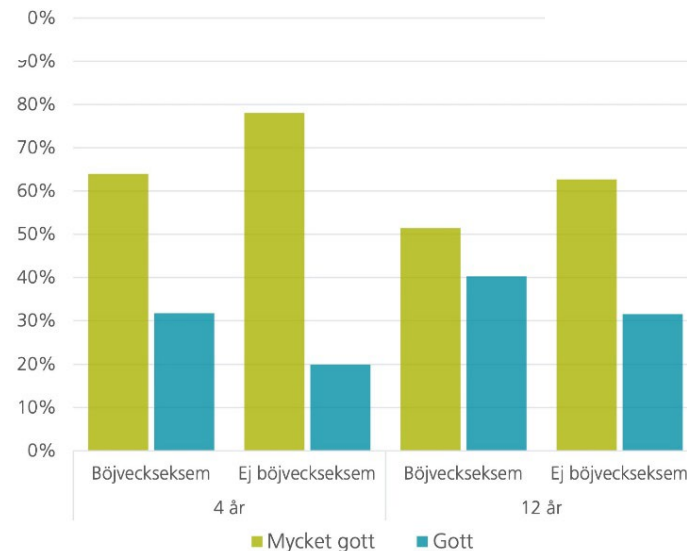
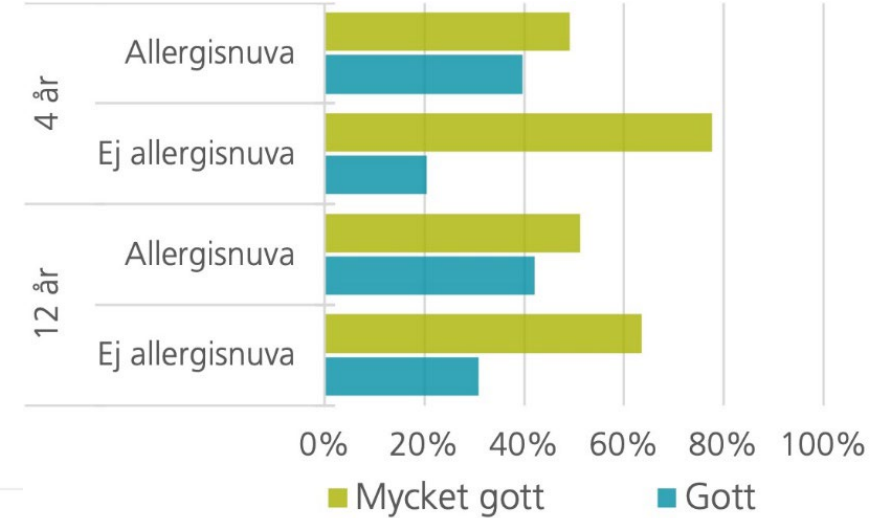
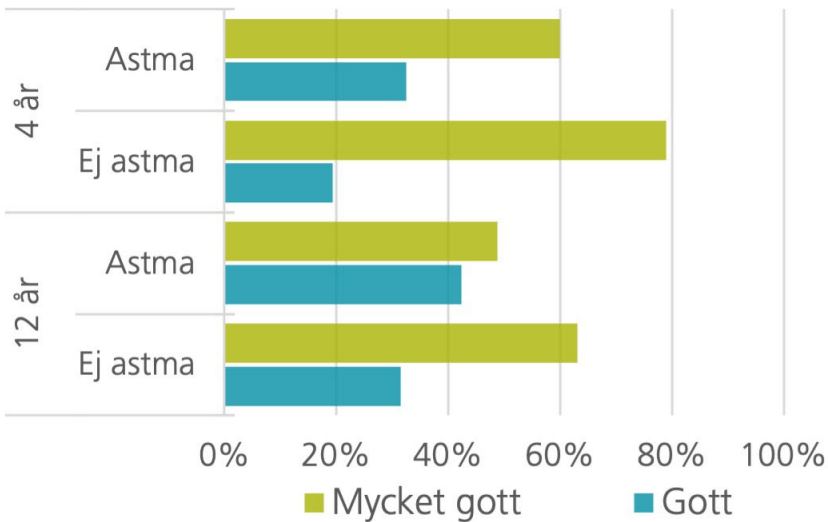
Pälsdjursallergi



Astma och triggers



Allmänt hälsotillstånd i relation till allergisjukdom



Skola är en viktig miljö



- Barn tillbringar sin huvudsakliga tid i inomhusmiljö bland annat i skolan
- 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
- 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

Påverkar allergi skolprestationer

- Astma påverkar skolprestationer vid 16 år och främst hos dem med okontrollerad astma
- Barn med astma har fler frånvarodagar
- Barn och ungdomar med astma eller allergiska näsbesvär hade lägre betyg och presterade sämre på kunskapstester speciellt de med svårast sjukdom
- Elever med pollenallergi presterar sämre under pollenssäsongen, sämre koncentration men de påverkas olika mycket

Elevhälsportal för allergi-skolan

Allergi

Buller

Ergonomi

Fysisk aktivitet

Mat

Psykisk hälsa

Sexualitet och relationer

Tobak

Allergi

Förekomst av allergier hos barn ökar och studier visar att elever med allergier ofta blir försämrade i skolmiljön. Med preventiva insatser och ökade kunskaper kan skolan hantera och förebygga allergier hos eleverna.



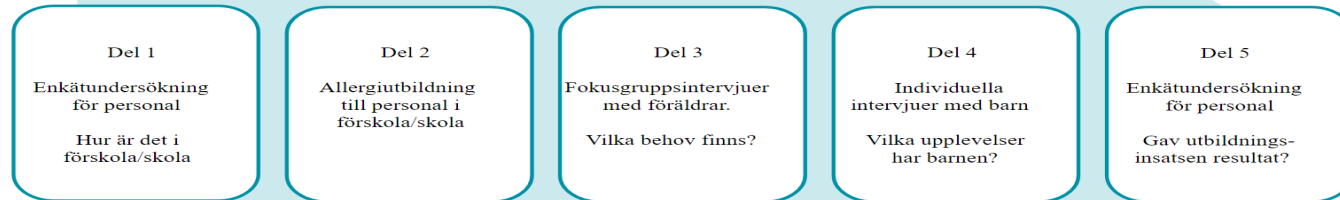
- + Fakta om barn och allergi i skolmiljö
- + Symtom och åtgärder vid allergiska reaktioner
- + Symtom och åtgärder vid astma



- + Gör Allergironden till en rutin
- + Se över och förbättra inomhusmiljön
- + Minimera nivåer av pälsdjursallergen i skolmiljön
- + Se den samlade Elevhälsan som en resurs i det allergiförebyggande arbetet
- + Skapa rutiner för hanteringen av nötter, jordnötter, mandel och sesam i skolan
- + Skapa rutiner för pollensäsongen
- + Skapa rutiner för hantering av allergiska reaktioner i skolan
- + Skapa rutiner för starka dofter och parfymer
- + Inkludera elever med allergi/astma/eksem
- + Skapa rutiner för hantering av specialkost
- + Skapa rutiner för hantering av eksem
- + Skapa rutiner för elever med astma
- + Skapa rutiner vid allergi mot insektsbett i skolan

Utbildningsprojektet som ledde till ökad kunskap i förskolan och skolan

Allergiprojektet i förskolor och skolor



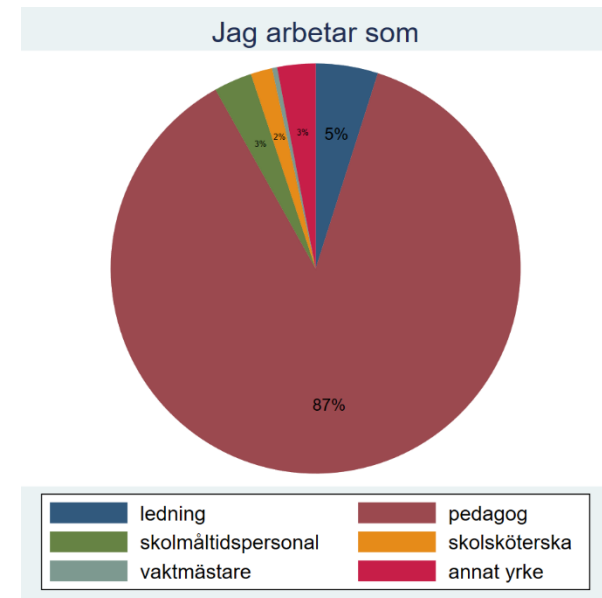
Syftet var att utveckla och implementera Elevhälsportalens allergiområde samt öka personalens, föräldrars och barnens kunskap och trygghet



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

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 Elevhälsportal



Upplägg intervention/utbildningstillfälle

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

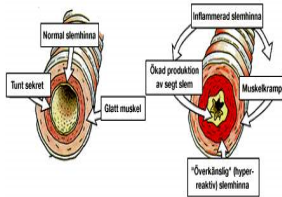


Håll hela tiden inhalatorn upprätt.

1. Skaka inhalatorn 3-5 gånger.
2. Ta av den blå skyddshylsan.
3. Tryck fram en dos genom att pressa den färgade delen nedåt.
4. Andas ut fullständigt.
5. Sätt inhalatorn mellan tänderna och slut läpparna kring munstycket.
6. Andas in djupt och kraftigt.
7. Ta bort munstycket från munnen och håll andan i 5 sekunder.
8. Sätt på skyddshylsan.

Andas aldrig ut i inhalatorn då pulvret kan bli fuktigt och inhalatorn kommer då att fungera sämre.

Instruktionsfilmer finns på www.janusinfo.se



Så hanterar du en kraftig allergisk reaktion
 Lär dig om anafylaxi och hur du bäst hanterar det i skolan och förskolan.

elevhälsportalen
 Lystna Language Fyll i ett sökord Sök

Start Om portalen In English Kontakt

Välkommen till Elevhälsportalen
 Här hittar du evidensbaserade arbetsätt och verktyg för ett arbete hälsofrämjande. Allt material är framtaget av experter och forskare inom hälsofrämjande arbete för barn och unga inom Region Stockholm.

Föreläsning Skola

Kontakta oss

Om du har frågor eller vill kontakta oss, är du välkommen att använda kontaktsidorna nedan.
 E-post: elevehalsportalen.riso@sl.se
 Telefon: 08-123 371 11

Här finns vi

Postadress: Elevhälsportalen
 Centrum för epidemiologi och samhällsmedicin
 Region Stockholm
 Box 1407
 171 29 Solna
 Besöksadress: Solnavägen 1E, Stockholm

Följ oss i sociala medier

Följ oss gärna på [Facebook](#) och [Twitter](#) för de senaste uppdateringarna!



Elevhälsportalen är ett samarbete mellan tre centrum inom Region Stockholm:
 Centrum för arbets- och miljömedicin (CAMM)
 Centrum för epidemiologi och samhällsmedicin (CES)
 Centrum för hälsoekonomi, information och utvärderingsforskning (CIUS)

- Självmbedömningsenkäter
- Handlingsplan
- Allergiområdets åtgärder

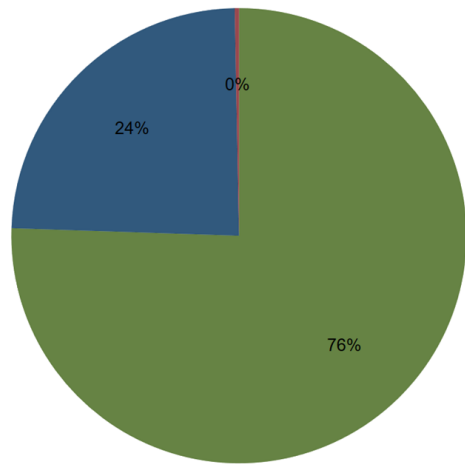
Utvärdering

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



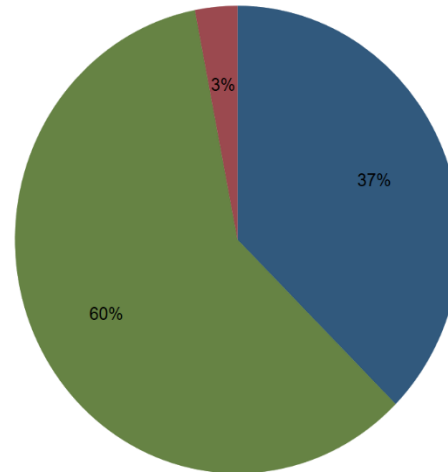
Enkät 2 (361 svar) - Utbildning gav resultat

Jämfört med innan seminariet hur anser du dina kunskaper?



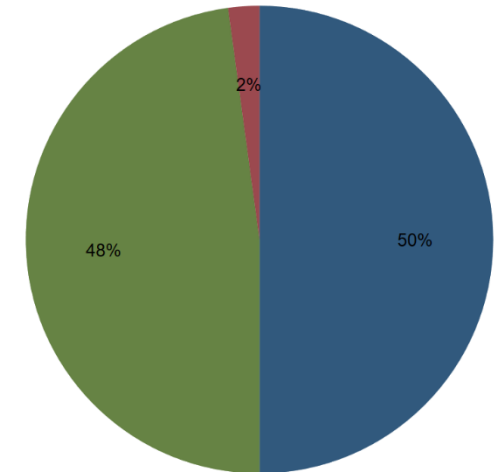
Bättre nu än innan seminariet Oförändrade
Sämre nu än innan seminariet

Jämfört med innan seminariet känner du dig tryggare?



Ingen skillnad Ja
Nej

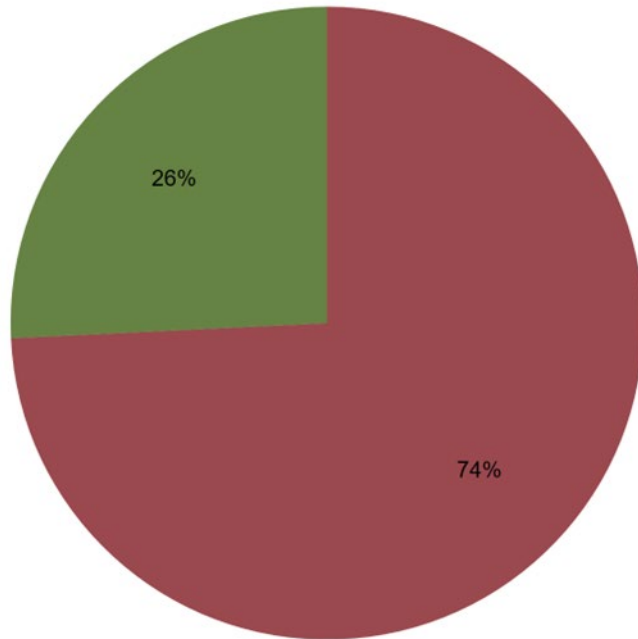
Jämfört med innan seminariet har omhändertagande förbättrats?



Ingen skillnad Ja
Nej

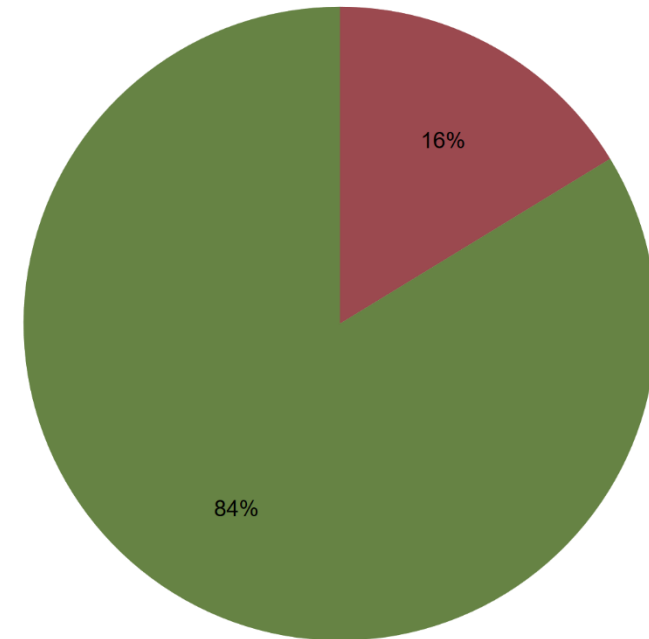
Elevhälsopoportalen

Känner du till Elevhälsopoportalen innan



Nej Ja

Känner du till Elevhälsopoportalen efter

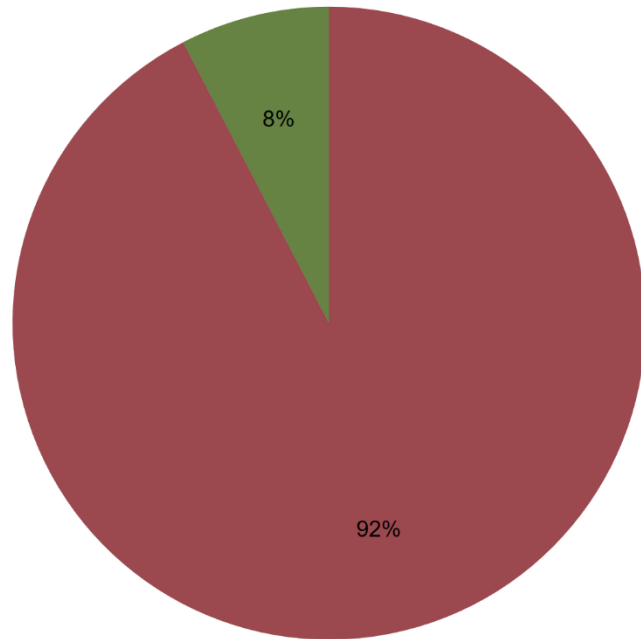


Nej Ja

* p -värde < 0.05

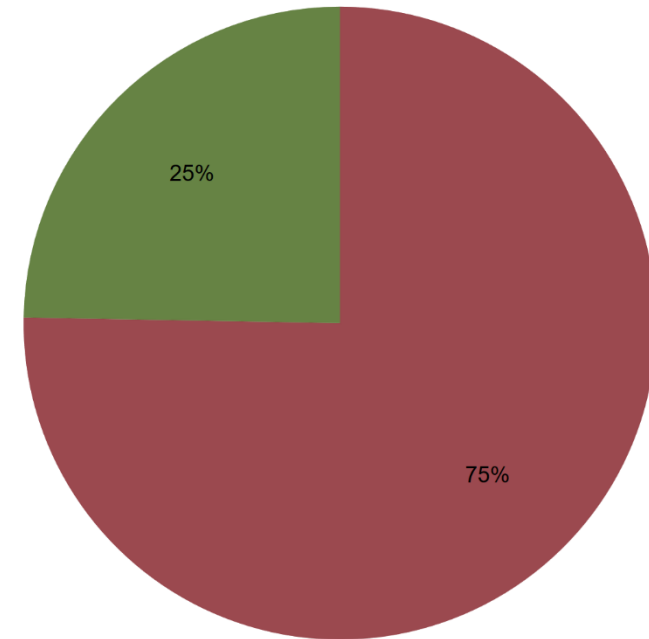
Elevhälsopoportalen

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



" Jag är helt säker och trygg när det gäller "mina egna barn" men andra barn kan reagera annorlunda än mina egna, därför är det superviktigt att all personal på skolan får information om alla barn med allergier"

(lärare/mentor)

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

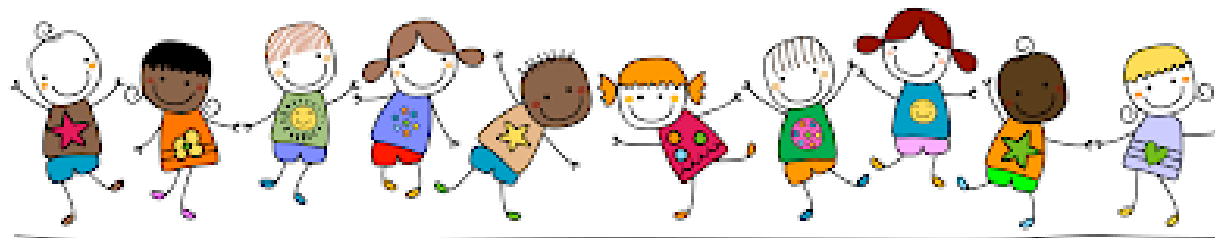


En intervjustudie med föräldrar till barn med allergisjukdom

- 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

Allergikompetens hos personal

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

"..den information måste spridas, till så många som möjligt, till alla som är kring det barn som är allergiskt måste veta att barnet är allergiskt men just i dagsläget är det inte så"

" 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"

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....."



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

Individuella intervjuer med skolbarn



Vilka erfarenheter skolbarn med allergisk sjukdom har av att vara i skolan

Resultat

Skolbarns upplevelser i skolan

- **Att behöva ha egen kontroll**

själv ta ansvar för situationer som kan leda till allergiska reaktioner i skolsmiljön och för hantera eventuella allergiska reaktioner.

"Jag brukar ju kolla på lappen som brukar finnas där ovanpå som det står om det finns ägg eller inte"

"Då så sa han att jag skulle lukta på hans tröja för att han hade kelat med sin kanin"

- **Att känna sig särbehandlad och utanför**

anpassningar som inte fungerar förstärker känslan av utanförskap och av att vara annorlunda.



Skolbarns behov i skolan

- **Av bättre anpassningar**

att de tillämpas och utformas både i undervisningen.

" för att alla tillbehör, bunkar, kastruller, var ganska smutsiga, de andra eleverna tvättade inte så himla noggrant så jag var trodde att det fanns lite ägg kvar" "

"Jag tänker jag får ta hand om mig själv mestmen det skulle ju vara lite bra att han (mentor) hade koll eller att alla lärare visste jag var allergisk "

- **Att vuxna har mer kunskap om allergier och förståelse**

Vet inte hur de ska hantera en allergisk reaktion och att de inte visar förståelse för symtom och konsekvenser av allergisjukdom

"Jag brukar oftast vända mig till mina kompisar först och se vad de tycker, men det är bara mina närmaste"

- **Att kunna lita på vuxna i skolan**

beskriver en tillitsbrist till vuxna i skolan och att eleverna inte vågar gå till kamrater för att få råd och lösa uppkomna problem i stället för vuxna.

Slutsats

- Vuxna i skolan behöver större kunskaper om allergier och dess konsekvenser för eleven
- Allergianpassningar måste ske i samråd med eleven
- Anpassningarna måste vara väl förankrade i personalgrupperna
- Information mellan lärare måste ske så eleven slipper bära ansvaret



Allergiprevention

Använd elevhälsoportalen för beprövade och effektiva insatser

Skapa rutiner för:

- Öka förutsättningar för eleverna att må bra i skolan
- Öka förutsättningar för eleverna att tillgodo göra sig utbildningen
- Underlätta för personal i att känna en ökad trygghet i omhändertagandet av allergiska elever
- Öka tryggheten för elever och föräldrar

Specialkost, strukturell nivå

- All personal ska ha kunskap och fortbildas regelbundet
- Säkra rutiner ska finnas - från det inkommande intyget till servering vid alla mattillfällen
- Särskilj matallergi, som kan ge upphov till allvarliga reaktioner från övrig överkänslighet
- Ha rutiner för hantering av specialkost
- Förbered specialkost åtskild från annan kost, laga specialkost först
- Ha kunskap om matens innehåll
- Läs igenom innehållsförteckningen noga, var gärna minst två som läser igenom samma
- Håll rent och håll isär specialkost från all annan kost

Specialkost, individuell nivå

- Placera barnet vid kortändan av bordet med vuxen bredvid
- Servera det allergiska barnet först
- Servera endast namnmärkt kost – gäller allt
- Ha alltid rena händer, ta inte i barnet eller barnets mat utan att ha tvättat händerna
- Håll rent
- Låt 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
- Tänk på att stora delar av inomhusmiljön är kontaminerad

Tips och råd vid pälsdjursallergi

Strukturell nivå:

- Använd skåp med dörrar och lådor med lock
- Pälsdjur bör inte förekomma i förskolan
- Informera regelbundet vårdnadshavare med pälsdjur hemma att deras barn behöver byta strumpor ofta
- Uppmana regelbundet vårdnadshavare att inte kela med sina pälsdjur precis innan de går i väg till förskolan

Individuell nivå:

- Vid svår pälsdjursallergi: skolchefen ansvarar för att se till att en individuell handlingsplan utformas och att den följs upp
- Hitta en plats där barnet kan hänga sina kläder där de inte kommer i kontakt med kläder till barn som har pälsdjur hemma
- Extra städning (våttorka)

Insatser vid astma

Individuella insatser

- Utbildning och genomgång av skriftlig behandlingsplan
- Utbildas hur inhalationsmedicinen används på rätt sätt
- Hjälpa eleven att komma ihåg att ha med astmamedicin och använda den vid behov
- Var uppmärksam på om elever med astma känner sig generade, utanför eller utsatta av andra

Strukturella

- Vid allergisk bör åtgärder vidtas för att minska försämring, se insats "Minimera nivåer av pälsdjursallergen" och insats "Skapa rutiner för pollensäsongen".
- Astma kan försämrans av faktorer i inomhusmiljön, därför behövs rutiner för en god inomhusmiljö, se insats "Se över och förbättra inomhusmiljön".
- Elever med astma bör kunna uppnå symtomfrihet i skolan och det är av stort värde att göra en genomgång och bedömning av skolans miljö genom att göra en allergirond, se insats "Gör allergironden till en rutin".

Ge stöd vid fysisk aktivitet - Allmänna tips till idrottslärare

- Astma ska vara välbehandlad och det är särskilt viktigt vid hård träning eller tävling.
- Veta vilken elev som har astma så förebyggande åtgärder och hänsyn kan tas.
- Påminna elever som att ta astmamedicin innan fysisk aktivitet.
- Vid allergisk astma mot pollen bör fysisk aktivitet förläggas inomhus under dagar med höga pollenhalter.
- Ansträngningsutlöst astma uppkommer oftast efter cirka sex minuters ansträngning, men ibland efter ansträngningens slut.
- Intervallträning tolereras oftast bättre vid astma.
- Vid träning i kyla kan värmeväxlare användas, som tar vara på utandningsluftens fukt och värme.

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

Sachska barn- och ungdomsjukhuset
Sachska Barn- och ungdomsmottagningen Handen
Dalarövägen 6
136 45 Handen

IMYG
2024-03-12
Till den det!

Åtgärder vid allergisk reaktion Barn - bilaga till Egenvård

Planering av "EGENVÅRD MED HJÄLP"

Ansvarig vårdhetel/vårdgivare: SLSO - Allergikonsepter	Avser: Ått ge akut medicin vid allergisk reaktion
Adress: Solnavägen 4, plan 10 113 65 Solna	Personnummer: [Redacted]
Telefonnummer: 08-123 372 62	Namn: [Redacted]
Namn: CXGF Chrystalleni Papageorgiou (Läk)	Adress: [Redacted]
Befattning: Läkare	Postadress: [Redacted]
	E.v. hemjämtutörare: [Redacted]

Jag ger mitt samtycke till att personal som ska hjälpa mig/mitt barn med egenvård beslutsfattare inom kommun samt ansvariga inom hälso- och sjukvården får utfråga som rör egenvården.
Datum: 2024-04-11

Följande hälso- och sjukvårdsåtgärd har bedömts som egenvård

Ått ge akut medicin vid allergisk reaktion efter genomgång i skolan vilke information om allergisjukdom, symtom samt handläggning av allergiska information om livsmedelsantering, mat - o risk-situationer för allergipre utfört av Catherine Fahlén Zelander allergikonsepter

Åtgärden beräknas pågå:
Tills vidare

Information och handledning/enkel instruktion behov som skall utföra egenvården?

Nej, den vuxna patienten instruerar själv

Ja (om ja, namn på den som ansvarar för instruktionen, v när detta ska ske)

Följande åtgärder ska vidtas om den enskilda dr eller sjukdom i samband med egenvården:
Kontakta rektor och v-havare för information och genomgång av händelsen i verksamhetens incidentrapporteringssystem.

Centrum för arbets- och miljömedicin Individuell handlingsplan vid allergi, astma, eksem och överkänslighet

Mål:

- att personal har kunskap om barnets/elevers allergi/astma/eksem och hur dessa bör hanteras
- att barnet/elevens inte får några allergiska reaktioner/astma i förskolan/skolan.
- att personal vet vad som ska göras vid en eventuellt reaktion.
- att barnet/elevens, vårdnadshavare och personal känner sig trygga och säkra i förskola/skolan.

Barnets/Elevers namn: [Redacted]
Vårdnadshavare namn: [Redacted]

Ämnen: Astma, eksem, allergi, överkänslighet
Skolverksamhet: [Redacted]
Förskola/Skola: [Redacted]
Vårdnadshavare tel nr: [Redacted]

Ska utvärderas senast senast: [Redacted]
Skapades av: [Redacted]
Uppdaterades av: [Redacted]

Uppträd lugnt! Lämna inte barnet!

Datum: 2024-03-12
Behandlande läkare: CXGF
Chrystalleni Papageorgiou
Mottagningens adress och telefonnummer: SÖS Sac BHM Handen
08-123 610 10
Ehänheten telefonnummer: [Redacted]

UPPMÄRKA! Härmed intygas att ovanstående patient är allergisk mot jordnöt, cashewnöt or härvarande mottagning Sachska barn- och ungdomsträdnöter. Han är utrustad med adrenalinpenner egenvårdsplan som föräldrarna lämnar till si Han är pollenallergiker och har även ka med infektioner.
Han är också inhalationsmediciner sur med infektioner.
Han är pollenallergiker och har även ka med infektioner.
Vid andningsbesvär - tacksam för hjä bronkvidgare, Airomir 0,1mg/dos 1-2 doser vid b Ska alltid inhaleras i andningsbeh? Vid svåra andningsbesvär kan 4- mellan dem.
Intygas i tjänsten,
Chrystalleni Papageorgiou
Barnallergolog, Barnläka
Sachska barn- och un

Uppföljning är viktigt

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



Tack för att ni lyssnat!

marina.jonsson@regionstockholm.se

catherine.fahlen-zelander@regionstockholm.se



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

Marina Jonsson, Ulla-Britt Andersson, Catherine Fahlén Zelander, Alexandra Lövquist, Leena Oscarson,
Emmanouela Sdona, Annelie Turesson.
Redaktör: Charlotte Danielsson

