



Für Lehr- und Betreuungspersonen Nahrungsmittelallergie

Bei Nahrungsmittelallergien reagiert der Körper unangemessen heftig auf eigentlich harmlose Substanzen in der Nahrung. Dies kann unterschiedliche Beschwerden hervorrufen wie z.B. Juckreiz, Ausschläge, Husten etc. In seltenen Fällen kann es zum lebensbedrohlichen Schockzustand kommen (Anaphylaxie).



Was ist eine Allergie?

Eine Allergie ist ein «Fehlalarm» des Immunsystems, welches auf harmlose Stoffe (Eiweisse) in der Umwelt mit Abwehr reagiert. Das Immunsystem bildet Antikörper. Diese lösen beim erneuten Kontakt mit dem Fremdstoff eine Reaktion aus, die mehr oder weniger heftig sein kann.

Häufige Allergene

In der Nahrung sind die häufigsten Allergene folgende:

▶ Kuhmilcheiweiss, Hühnererei, Nüsse und Erdnüsse, Fisch

Ist der allergieauslösende Stoff (das Allergen) vom Arzt einmal identifiziert, ist das entsprechende Allergen bzw. Nahrungsmittel konsequent zu meiden. Denn selbst geringe Mengen können eine allergische Reaktion auslösen.

Allergische Reaktionen

Die Symptome allergischer Reaktionen sind je nach Person sehr unterschiedlich, was Stärke und Aus-

prägung anbelangt. Folgende Symptome sind möglich:

- ▶ Juckreiz, Hautrötung, Nesselsucht, Niesen
- ▶ Heiserkeit, Atembeschwerden
- ▶ Schwellungen im Mund, Husten, Asthma
- ▶ Übelkeit, Erbrechen, Bauchschmerzen, Koliken, Durchfall
- ▶ Herzrasen, Schwindel, Bewusstlosigkeit, Schock

Nur sehr selten kann als gravierendste Form ein anaphylaktischer Schock auftreten, bei dem Lebensgefahr besteht. Er erfordert in jedem Fall eine ärztliche Betreuung des betroffenen Kindes (siehe Notfallszenario).

Das Kind in der Klasse

Die meisten der betroffenen Schulkinder wissen, welche Nahrungsmittel für sie schädlich sind und haben gelernt, diese abzulehnen, wenn sie ihnen angeboten werden. Trotzdem ist es hilfreich, wenn auch die Klasse darauf geschult ist, mit dem Kind kein Essen zu teilen oder zu tauschen. Viele betroffene Kinder kennen auch die Symptome einer sich ankündigenden allergischen

Sicher in jeder Situation: Besprechen Sie Fragen und Unsicherheiten bezüglich Allergien im Voraus mit den Eltern und allenfalls mit dem Schulärztlichen Dienst. Lassen Sie sich den Notfallplan erklären und sich instruieren, wie Sie das Notfallset im Ernstfall handhaben sollen.

Reaktion recht gut. Es hilft ihnen, wenn sie wissen, dass sie

- ▶ jederzeit die notwendigen Massnahmen ergreifen dürfen – auch während des Unterrichts.
- ▶ wenn nötig die Lehrperson um Hilfe bitten können.
- ▶ kurz den Raum (in Begleitung) verlassen dürfen.

Notfallszenario bei Anaphylaxie

- ▶ **Ruhe bewahren**
- ▶ **Hilfsperson rufen**
- ▶ **144 anrufen, Situation schildern**
- ▶ **Notfallset: Notfall-Medikament gemäss Notfallplan verabreichen**
- ▶ **Eltern benachrichtigen**

Kontakt und weitere Informationen:

Ernährungsberatung des Schulärztlichen Dienstes: Tel. +41 44 413 46 61,

Mail: ernaehrung.sad@zuerich.ch

Angebot «zäme unterwegs - chronische Erkrankung und Schule» für Eltern und Schulen, ssd-sad-zäme-unterwegs@zuerich.ch, www.stadt-zuerich.ch/schularzt

