



ANVISNINGAR OM SPECIALDIET INOM SMÅBARNSPEDAGOGIKEN

(Använd blanketten som medföljer denna anvisning för anmälan om specialdiet.)

Specialdiet av hälsoskäl ordnas för barn i småbarnspedagogiken huvudsakligen på basis av läkarutlåtande. För laktosfattig diet, laktosfri diet, vegetarisk diet, vegansk diet eller diet som baseras på övertygelse eller etiska orsaker behövs inget läkarutlåtande.

Läkarutlåtande för specialdiet ska man i första hand be av den läkare/instans som vårdat och/eller undersökt barnet. Om barnet för specialdietens del inte uppföljs vid någon enhet ska familjen kontakta sin egen hälsostationsläkare för ett utlåtande. Rådgivningsläkaren kan skriva ett utlåtande i samband med ett normalt kontrollbesök vid rådgivningen. Läkarutlåtandet får vara högst 6 månader gammalt då småbarnspedagogiken inleds, om inte den läkare som skrivit utlåtandet fastslagit en längre giltighetstid.

Vanda stads daghem och daghemskök tar inte emot livsmedel och hemmalagad mat som barnets vårdnadshavare har med sig, med undantag av specialersättning och kliniska näringspreparat. Barn med specialdiet och allergiska barn får mat enligt sin egen diet på daghemmet. Måltidsserviceproducenterna lagar måltiderna av råvaror som levereras av egna livsmedelsleverantörer. Inom småbarnspedagogiken utgår man för specialdietens del från att barnet inte får några olämpliga födoämnen, men inte nödvändigtvis allt det som barnet tål. Då man gör upp en meny för ett barn med specialdiet strävar man efter att den i så hög grad som möjligt påminner om de övriga barnens matsedel.

Barnet kan enligt överenskommelse serveras så kallad trygg mat i småbarnspedagogiken. Behovet av att erbjuda barnet trygg mat baserar sig på en rekommendation som getts av en yrkesutbildad inom hälsovården. Ett läkarintyg ska lämnas in om behovet av trygg mat. Barnets vårdnadshavare fyller i en specialdietblankett och lämnar in intyget som getts av hälsovården om behovet av trygg mat till daghemmet eller skolan enligt anvisningarna. Måltidsservicen tillreder trygg mat enligt barnets behov. Behovet av trygg mat utreds alltid utifrån kundspecifika grunder. En lista över trygg mat begärs av föräldrarna och listan går igenom tillsammans med daghemmet och måltidsservicen, och beslut om vad som ska serveras fattas på grundval av denna.

Specialdietblanketten lämnas varje år till daghemmets föreståndare. Denna praxis garanterar att uppgifterna om barnets diet hålls uppdaterade och att matleverantören känner till uppgifterna om specialdieten vid eventuella förändringar. Ett nytt läkarintyg behöver däremot inte lämnas in varje år om läkaren som skrivit utlåtandet har konstaterat att specialdieten ska följas en längre tid eller om specialdieten är varaktig (t.ex. diabetes, celiaki, och fisk- eller nötallergi).

HUR SPECIALDIETER GENOMFÖRS

Diabetes

Diabetikerna serveras samma mat som de övriga barnen. Vårdnadshavaren ska vid behov lämna in diabetikerns personliga måltidsplan till köket och komma överens om ett möte med den köksansvariga samt personalen vid småbarnspedagogiken. Vid mötet kommer man överens om måltider, eventuella mellanmål vid behov, samt vilka safter som behövs för att kunna intas vid plötslig hypoglykemi. Personalen vid småbarnspedagogiken har hand om utportionering av maten och inskrivning av planen för barnets läkemedelsbehandling som en del av planen för småbarnspedagogik.



Celiaki

Vete, råg och korn ersätts med glutenfria sädeslag och glutenfria produkter vilkas analyserade glutenhalt underskrider 20 mg/kg gluten. Inom småbarnspedagogiken serveras med föräldrarnas tillstånd mat som innehåller glutenfri havre eller glutenfri vetestärkelse

Laktosintolerans

Laktoshaltiga mjölkprodukter ersätts med laktosfattiga eller laktosfria produkter. Som matdryck serveras mjölk/surmjök med låg laktoshalt eller laktosfri mjölkdryck/surmjök enligt vad barnet tål. För laktosfattig och laktosfri kost räcker det med föräldrarnas anmälan.

Vegetarisk diet och övriga dieter

Barnen serveras vegetarisk kost om föräldrarna ber om det. Den vegetariska maträtt som barnen serveras innehåller utöver spannmålsprodukter, baljväxter, grönsaker, frukt och bär även animaliska produkter som mjölkprodukter och ägg (lakto-ovo-vegetarisk diet). Man kommer överens med föräldrarna hur strikt man efterföljer dieten i småbarnspedagogiken. Om vegansk diet meddelas i blanketten under punkten "andra dieter". I dieter som baseras på övertygelse eller etiska orsaker ersätts svinkött, nötkött eller produkter som innehåller blod huvudsakligen med andra köttalternativ.

Specialmodersmjölksersättningar, kliniska näringspreparat och övriga läkarordinerade näringstillskott som ersätts av FPA

Barnen eller deras vårdnadshavare har med sig specialmodersmålsersättningar, kliniska näringspreparat och övriga individuella produkter som ordinerats av läkare. Ett läkarutlåtande krävs för dessa. Vid behov görs det vid hälsovården upp en plan för läkemedelsbehandling av barnet. Uppgifter om planen för läkemedelsbehandling som är nödvändiga för organiseringen av småbarnspedagogik (användningen av specialersättningar och kliniska näringspreparat) antecknas i barnets plan för småbarnspedagogik. Det ska komma överens om användningen av preparat med daghemsförståndaren och personalen eftersom det är daghemmet som ser till att ge preparaten till barnet. Produkterna förs till småbarnspedagogikens vårdställe som engångsportioner (t.ex. i påsar), högst en veckas portioner åt gången. Daghemmet underrättar daghemsköket om användningen av ovanstående preparat.

BARN OCH UNGDOMARS MATALLERGIER

I) **Lindriga symptom som går över av sig själv:** Grönsaker och frukter är typiska födoämnen som ger upphov till lindriga allergiska symptom som klåda i munnen eller hudrodnad, speciellt hos björkpollenallergiker eller barn med atopiskt eksem. Största delen av de frukter och grönsaker som orsakar lindriga symptom passar utmärkt efter tillredning och upphettning. Allergier mot tillsatsämnen och kryddor är ytterst ovanliga och den lätt kryddade daghemsmaten passar vanligtvis barn med atopiskt eksem eller födoämnesallergi. Det är viktigt att barnet lär sig äta mångsidigt. Ju fler födoämnen man undviker i barnets diet, desto svårare blir det att sätta ihop en näringsmässigt fullvärdig kost och för barnet att lära sig äta mångsidigt. Om man i stor utsträckning undviker frukt och grönsaker minskar intaget av ett flertal vitaminer och mineralämnen och barnet riskerar att utsättas för fetma. Av den anledningen utelämnas bara de födoämnen som konstaterats orsaka sådana besvär för barnet att det är motiverat att undvika dessa födoämnen också i den mat som serveras i daghemmet.

II) **Svåra allergier och allvarliga symptom:** Vid födoämnesallergi anger man på blanketten de födoämnen som ska undvikas och som orsakar svåra eller besvärande symptom på munnens slemhinnor, symptom i luftvägarna, hudreaktioner, eller symptom i tarmkanalen. Om dieten är särskilt begränsad



bifogas en individuell dietplan till anmälan. En allergidiet utgår från diagnos som ställts av läkare och för dieten krävs läkarutlåtande. De födoämnen som oftast orsakar allvarliga allergiska reaktioner är mjölk, ägg, vete, fisk och nötter. Näringsmässigt viktiga födoämnen ersätts med andra födoämnen som barnet tål. Ett läkarutlåtande behövs för alla de födoämnen som ska undvikas, även om födoämnet i sig inte är viktigt eller kommer att ersättas med annan mat. Småbarnspedagogiken ska informeras om barnets risk för en generell allergisk reaktion (anafylaktisk chock), eventuell användning av adrenalinspruta samt hur barnet ska skötas om hon/han i misstag intar något födoämne som bör undvikas. Uppgifter om barnets adrenalinspruta och andra eventuella läkemedel skrivs in i planen för barnets läkemedelsbehandling som en del av barnets plan för småbarnspedagogik.

Nya födoämnen prövas alltid i hemmet, inte i småbarnspedagogiken.

Om du har frågor som gäller ditt barns specialdiet i småbarnspedagogiken ber vi dig först kontakta daghemmets föreståndare. Om du behöver råd för att sätta ihop eller bredda barnets diet kan du kontakta Vanda stads kostrådgivare:

1. **Ta kontakt via chatten onsdagar kl. 10.00–13.00.** Chattjänsten syns i den högra kanten av sidan som en blå pratbubbla. Du kan vara anonym i chatten. Tjänsten frågar efter ditt postnummer för statistiska ändamål.
2. **Ring kostrådgivningen vardagar kl. 9–15.** Du kan kontakta en specialist på näringsfrågor per telefon, vardagar kl. 9.00–15.00. Om en yrkesutbildad inte kan svara i telefonen ringer hen upp dig så fort som möjligt. Kostrådgivningens telefonnummer: **040 185 3636**
3. **Skicka din fråga per e-post till kostrådgivaren.** Vårt mål är att svara på e-postmeddelandena inom en vecka. Skicka inte känsliga uppgifter per e-post såsom personbeteckning eller diagnosuppgifter. Näringsrådgivningens e-postadress: saana.karjalainen@vantaa.fi

Närmare information om födoämnesallergier hos barn:

God medicinsk praxis-rekommendationerna: Matallergi (barn) / patienter (<https://www.kaypahoito.fi/sv/>) Guide för barn med matallergi (<https://www.allergia.fi/sve/>)

BASUPPGIFTER OM BARNET

Förnamn

Efternamn

Födelsedatum

Daghem/familjedagvårdsgrupp

Vårdnadshavarens förnamn

Vårdnadshavarens efternamn

Telefon

E-post

SPECIALDIET AV HÄLSOSKÄL Förutsätter läkarutlåtande

Diabetes (vid behov bifogas en personlig måltidsplan)

Celiaki, tål inte havre

Celiaki, glutenfri havre passar

Celiaki, tål inte glutenfri vetestärkelse

Matallergi med svåra symtom

Adrenalinspruta som reservmedicin

Förbjudet födoämne

Risk för en generell allergisk reaktion,
dvs. anafylaktisk chockRisk för en generell allergisk reaktion,
dvs. anafylaktisk chockRisk för en generell allergisk reaktion,
dvs. anafylaktisk chockRisk för en generell allergisk reaktion,
dvs. anafylaktisk chockRisk för en generell allergisk reaktion,
dvs. anafylaktisk chockRisk för en generell allergisk reaktion,
dvs. anafylaktisk chockRisk för en generell allergisk reaktion,
dvs. anafylaktisk chock

Produkter med märkningen "kan innehålla små mängder" får serveras

Produkter med märkningen "kan innehålla små mängder" får inte serveras

TRYGG MAT (ANGE VILKA FÖDOÄMNEN) Förutsätter läkarutlåtande**ANNAN DIET AV HÄLSOSKÄL** Förutsätter läkarutlåtande**ANDRA DIETER** Inget läkarutlåtande

Ej griskött	Ej nötkött	Ej inälvor	Ej rätter som tillreds av blod
Låglaktos, ersättande mjölk:		låglaktos	laktosfri
Laktosfri, medfödd laktasbrist			Vegansk diet

ANNAT ATT BEAKTA**FÖRÄNDRINGAR I DIETEN**

Anmäl barnets frånvaro och förändringar i barnets diet till gruppens personal. De ansvarar för att anmäla ändringarna till kostservicens personal.

LÄKARINTYG HAR VISATS UPP FÖR DAGHEMSFÖRESTÅNDAREN

Datum	Daghemsföreståndarens underskrift	Namnförtydligande
-------	-----------------------------------	-------------------

VÅRDNADSHAVARENS UNDERSKRIFT

Datum	Vårdnadshavarens underskrift*	Namnförtydligande
-------	-------------------------------	-------------------

KÖKET HAR MOTTAGIT BLANKETTEN

Datum	Underskrift	Namnförtydligande
-------	-------------	-------------------

* Genom att underteckna denna blankett godkänner jag att daghemsföreståndaren skickar nödvändiga uppgifter om barnets specialdiet till daghemmets kök. Blanketten förvaras i ett skåp försett med lås under hela den tid barnet deltar i småbarnspedagogiken och förskoleundervisningen och förstörs när barnets klientskap upphör. Eventuella läkarintyg returneras till vårdnadshavarna efter att de uppvisats.