



# ALLERGI

## Vad kan DU göra?

Till dig som har barn i  
förskola/skola i Vimmerby kommun

## Allergi mot djur

Om ni har djur hemma, till exempel pälsdjur eller fåglar, tänk då på att allergenet som orsakar allergiska besvär lätt följer med i kläder, skor, i håret och på händerna.

### Det här kan du och ditt barn göra:

- Tvätta händerna efter djurkontakt.
- Undvika att, i skolan, ha kläder som varit i kontakt med djur. Tänk på ytterkläder, strumpor och skor!
- Kela inte med djuren innan du går till skolan.
- Ha aldrig ridkläder i skolan.
- Duscha och tvätta håret efter ridning.

## Allergi mot födoämnen

En mycket liten mängd av ett födoämne som man är allergisk mot kan innebära en akut och livshotande reaktion.

Vimmerby kommun rekommenderar förbud mot nötter, jordnötter och mandel i samtliga lokaler i förskolan, skolan och fritids.

Nötter kan finnas i många produkter som man inte tänker på till exempel choklad, glass och energibars.

### Det här kan ditt barn göra:

- Följa rekommendationen om nötförbud på förskolor och skolor.
- Rådfråga personalen vad som gäller vid exempel utflykter.

## Allergi mot växter och pollen

Många växter och blommor kan ge allergiska besvär.

### Det här kan du och ditt barn göra:

- Ta inte med doftande och allergiframkallande blommor eller växter till förskolan eller skolan.

## Dofter

Starka dofter och tobaksrök kan många få besvär av.

Tänk på att tobaksrök finns kvar i kläder, hår och utandningsluft under lång tid.

Tänk på att olika hygienprodukter, till exempel parfym/rakvatten, sprayer, schampo, tvätt- och sköljmedel kan innehålla starka dofter.

### Det här kan du och ditt barn göra:

- Visa hänsyn och avstå från användande av allergiframkallande produkter innan förskola/skola.

## Allergierna ökar..

Allergiska besvär har blivit allt vanligare bland barn och ungdomar. Cirka 10-15% har en allergi av sådan omfattning att skolan måste ta särskild hänsyn. I genomsnitt finns 2-3 barn med allergiska besvär i varje klass.

För den som är allergisk kan det betyda allt från klåda, snuva och huvudvärk till andningsproblem, astma och svår allergisk reaktion som kräver sjukvård. De vanligaste orsakerna till allergiska besvär är pälsdjur, pollen och födoämnen. Många får också besvär av dofter och tobaksrök.

**Det handlar om barnens trygghet och för att det ska fungera måste vi alla hjälpas åt!**