



Informationsblatt für Lehr- und Betreuungspersonen

Nahrungsmittelallergie

Bei Nahrungsmittelallergien reagiert der Körper unangemessen stark auf Substanzen in der Nahrung, die in der Regel völlig harmlos sind. Dies kann unterschiedliche Beschwerden hervorrufen wie z.B. Juckreiz, Ausschläge, Husten etc. In seltenen Fällen kann es zum lebensbedrohlichen Schockzustand kommen (Anaphylaxie).

Sicher in jeder Situation

Besprechen Sie Fragen und Unsicherheiten bezüglich Allergien im Voraus mit den Eltern und allenfalls mit dem Schularzt. Lassen Sie sich den Notfallplan erklären und sich instruieren, wie Sie das Notfallset im Ernstfall handhaben sollen.

Was ist eine Allergie?

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

Häufige Allergene

In der Nahrung sind die häufigsten Allergene folgende:

Kuhmilch, Hühnerei, Nüsse (v.a. Erdnuss), Fisch, Weizen.

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 Ausprägung 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 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 (z.B. bei der Anwendung von Augentropfen)
- ▶ kurz den Raum verlassen dürfen

Notfallszenario bei Anaphylaxie

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

Kontakt und weitere Infos

Schulgesundheitsdienste der Stadt Zürich
Schulärztlicher Dienst

Die Adresse Ihres Schularztes oder Ihrer Schulärztin finden Sie unter:

www.stadt-zuerich.ch/schularzt