



Astma og allergi i skolen

Tema
Astma og allergi
i skolen

At flere børn møder i skole hver dag med astmamedicin, antihistaminer, næsespray, eksemcreme, en særlig madpakke eller lommeletter i skoletasken er en ny udfordring både for eleven, der bærer læsset, forældrene og den nye omgangskreds; lærere, klassekammerater og deres forældre. For hvad nu med klassens-time-kage, idræt, tag-dit-kæledyr-med dag, julehygge med stearinlys og børnefødselsdage?

Det sætter vi fokus på i dette nummer, hvor temaet handler om astma og allergi i skolen.



Herhjemme og i resten af den vestlige verden er forekomsten af allergiske sygdomme hos børn steget de sidste 20-30 år. Og hvad skyldes det egentlig?

– Jeg tror den stigning hænger sammen med flere ting. Dels at vi som læger er blevet bedre til at diagnosticere børnene, og dels at forældrene er blevet mere opmærksomme, hvis deres barn fx går og nyser hele sommeren, hoster om vinteren eller har åndedrætsbesvær ved fysisk aktivitet, så går de til lægen og får barnet udredt, hvor man tidligere blot slog nysene hen som en sommerforkølelse, siger Lone Agertoft, der er overlæge på børneafdelingen på H.C. Andersen Børnehospital i Odense.

Hun understreger, at den seneste undersøgelse af danske astmabørn fra 2011 viste, at antallet af astmatilfælde er uændret gennem de sidste 10 år. Men vores omgivelser og vores livsstil gør, at vi i stedet får andre allergier.

– Vi ser, at der kommer nye allergener herhjemme. På pollenområdet er det fx platan og bynke-ambrosie, som flere oplever at reagere allergisk på. Hvad angår fødevareallergi, så har vi set en stigning i jordnøddeallergi, og det hænger sammen med, at der er jordnødder i mere og mere af det mad, vi køber, siger Lone Agertoft og fortsætter:

– Jo mere vi eksponeres for noget des større er risikoen for at udvikle allergi over for det. Og i takt med at vores fødevarer bliver stadig mindre 'rene' og mere sammensatte, så bliver vi også udsat for flere ting, end vi tidligere blev. Derfor tror jeg også, at vi vil opleve, at flere får fødevareallergi, og at det er mere komplicerede fødevareallergier. ■

Fordelingen af allergier hos skolebørn

Fødevareallergi	1-2 %
Astma	7-10 %
Høfeber	10-15 %
Eksem	7-10 %

Kilde: sundhed.dk, 'Danske børns sygelighed og sundhed' fra 2009 udgivet af Institut for Folkesundhed og Syddansk Universitet



FYLD DIT LIV MED ALT DET GODE



Med Änglamark gør vi vores for, at udbrede omtanke blandt alle danskere. Gennem de seneste år har vi sat flere og flere økologiske, miljøvenlige og allergivenlige produkter på hylderne i vores mange butikker. Vi har gjort det, fordi det er vigtigt for os at give dig valget. Det vil vi blive ved med at gøre. Derfor kommer der hele tiden flere Änglamark produkter i sortimentet. Se efter dem i din lokale Coop butik. Nu kan du også finde os på Facebook.



EN HELT NATURLIG DEL AF LIVET

Kvickly

Super
Brugsen



Dagli' Brugsen

En skole for alle børn

Hvordan sikrer man, at skolebørn med svær allergi, astma og eksem ikke bliver isoleret eller udstillet? I Aalborg oprettede man for 13 år siden et allergitilbud på en helt almindelig folkeskole. Et team på to pædagoger har ansvar for især de mindste børn med astma, allergi og eksem i skolen. Det giver frihed til ungerne og tryghed til forældrene. Og ingen bliver udstillet eller isoleret pga. sygdom.

TEKST OG FOTO: MARTINE BENTSEN

Tema Astma og allergi i skolen



3 dråber mælk, 4 halve jordnødder og 1,9 gram æg. Det er de mængder mælk, jordnødder og æg Sigurd kan tåle inden for 8 timer. Til gengæld elsker han bananer og laks, som allergipædagogen Karen hjælper ham med at finde frem fra hans ternede termotaske.

Tynde sommerjakker og regnjakker hænger side om side i den store højloftede kældergarderobe, der har vinduer ud mod en græsklædt boldbane. Hvis du ikke viste det i forvejen ville du sikkert ikke lægge mærke til det, men der er et par ting, der gør Vesterkærets Skole helt unik, og garderoben i kælderen med den behagelige udluftning i loftet er en af dem.

En anden ting er fraværet af planter, og at tegninger, der hænger på væggen mere end 14 dage, skal lamineres for ikke at afgive for kraftige kemikaliedufte. Hånd-sæben og opvaskemidlet er deklareret,

tavlen er skiftet ud med et whiteboard og gardinerne er vaskbare rullegardiner.

Vesterkærets Skole er unik, fordi den har et særligt tilbud til børn med svær astma og allergi. For at kunne give det tilbud, så er rammerne nødt til at være i orden og garderoben i kælderen sikrer, at overtøjet med dyrehår, pollen og regndråber ikke hænger oppe, hvor eleverne færdes og bliver irriteret, der udløser astma- og allergisymptomer. Her er lyst og rent, og skolen må vel gå som den re-neste i Kongeriget, uden at eleverne tilsyneladende synes, at skolen har for mange regler eller er kedelig.



Fra nødhospital til ren folkeskole

Skoledagen er gået i gang. Klokkeren er 8.30, men der er alligevel liv på gangene. Sommerferiestemningen er så småt begyndt at indfinde sig.

De store røde murstensbygninger med lange brede gange, stort lysindfald og hvide fliser på væggene er som skabt til at rumme allergibørn, men det anede man ikke dengang, man byggede skolen.

Vesterkærrets Skole blev bygget, så den eventuelt ville have kunnet fungere som et nødhospital under Den Kolde Krig, det blev heldigvis aldrig nødvendigt, fortæller Kai Korsgaard leder af skolefritidsordningen eller DUS'en som den hedder, da vi ankommer til skolen.

Men da skolen i 1998 valgte at give alle skolebørn i Aalborg Kommune med svær astma, allergi og eksem et særligt tilbud skulle det vise sig aldeles fordelagtigt, at bygningerne også var indrettet med det formål, for de brede gange og flisebelagte vægge er nemme at holde rene.

DUS med allergipædagoger

I et særligt indrettet rum i DUS'en er Lis og Karen ved at gøre klar til at gå en morgenrunde blandt de 12 elever i indskolingen, der har svær astma og allergi. De 12 børn er visiteret af en læge til at få en særlig plads her og flere af børnene bor i den anden ende af kommunen. Lis og Karen tjekker skemaerne, flere af børnene er med deres klasser på tur, men der er en håndfuld på skolen, som de lige vil snakke med.

Lis og Karen er begge uddannede pædagoger og har i snart fem år udgjort astma- og allergiteamet, og når de ikke

bliver kaldt Lis og Karen, så går de under betegnelsen allergipædagogerne.

Den daglige rutine begynder med en runde til de forskellige klasselokaler, hvor de tager en kort snak med børnene om, hvordan de har det. De to allergipædagoger er voldsomt populære, også blandt de andre elever, og der bliver uddelt kram og udvekslet sommerferieplaner.

Eleverne hygger, der bliver spist kage, spillet computer og leget. En dreng fra 3.b løber forbi os ned i allergirummet for at finde sine særlige chokoladestik. Milo, som drengen hedder, kan nemlig ikke tåle æg, og de andre børn er godt i gang med at fortære en vandkringle. Han er hurtigt tilbage og sidder nu og guffer sammen med de andre elever. Ingen har nærmest opdaget, at han var væk og snakken handler om alt muligt andet end mad.

– Vi har oplevet, at nogle af de andre børn gerne ville have astma eller allergi, så de også kunne få sådan en kasse med deres navn på nede hos os, fortæller Lis.

Kasserne i skabet

De særlige kasser står i skabet hos Lis og Karen i allergirummet. Fra eleverne starter på skolen som astma og allergibørn lærer de, at det er her deres medicin er, deres særlige mad og her der er tryghed i form af telefonnumre og vejledninger. Børnene i 3.klasse lærer deres hjemmehavende at stikke ind forbi og få et kram, et hvil, lidt medicin eller tage deres særlige mad, hvis

de har så slem fødevarerallergi, at det opbevares alene.

På deres morgenrundt i klasserne taler Lis og Karen med børnene om alt muligt andet end deres allergi, og senere betror de mig, at det også er en metode til at se, om

børnene har det godt bare uden hele tiden at fokusere på deres sygdom. Deres trick ser ud til at virke, for børnene ser overhovedet ikke ud til at lade sig mærke med, at deres vilde leg i skolegården kan resultere i et astmaanfald. De kender deres symptomer og ved, hvornår de skal løbe ind og få en omgang astmamedicin og vigtigst af alt, så ved omgivelserne det, så de kan reagere, hvis der sker noget.

Forældrenes tillid er det vigtigste

Fra 3. klasserne går vi hen til 1. klassen, der skal til at spise lidt mad, inden de skal på tur. Karen går ned og henter en grøn- og hvidtternet termotaske. Heri er Sigurds madpakke. Sigurd er superallergisk over for flere fødevarer, han tåler mikroskopiske mængder af æg, mælk og jordnødder. Karen sætter sig ned sammen med Sigurd og de åbner hans madpakke. Rundt om bordet har de andre elever også pakket deres mad ud.

– Bananer og laks er noget af det, jeg rigtig godt kan lide. Og så kan jeg godt lide at spille fodbold, siger Sigurd.

Han har haft fødevarerallergi siden han var fire måneder gammel, hvor han fik sit første allergiske chok. Han ved selv, hvad han skal holde sig fra og går der en skål med æbler rundt i klassen siger han nej tak, for der skal ikke mere til at udløse en reaktion end, at en af de andre elever har haft rørt ved det, han ikke kan tåle og derefter haft fingrene i æbleskålen.

Tilbage efter morgenrunden uddyber Lis og Karen deres roller.

– Havde der ikke været dette tilbud, så havde Sigurd nok haft en hjemmelærer i stedet, hans fødevarerallergi er så aggressiv, at den kræver særligt opsyn, men Sigurd skal også have lov at være barn, og det håber vi, at tilbuddet her kan hjælpe ham med ved at aflaste ham fra hele tiden at skulle tænke på sin sygdom, og i det spiller forældrene også en stor rolle, de skal kunne stole på os, siger Karen. ▶



Skabet

er hvor allergibørnene har deres egen særlige kasse med navn og billede. En sådan kasse får de, når de begynder i 0.klasse.

Kiks uden æg

Epipen

Opgavebeskrivelse

Solcreme

Køkkenredskaber

Migrænemedicin

Vigtige telefonnumre

Tube med fed creme

Peakflowmeter



” Det er irriterende at have astma og allergi. Min storebror går fx på en anden skole, mens jeg bliver hentet tidligt om morgenen i taxa og kørt hertil. Jeg kan godt lide at spille fodbold, computer og x-box.

Marcus Jens, 3.b, astma og allergi over for farvestoffer



” Det er irriterende at have astma, og når jeg er ude at løbe, kan jeg nogen gange mærke min astma, så går jeg ind til Lis og

Karen og spørger efter medicin. Jeg går til gymnastik og redskabsgymnastik. Når man har astma og skal løbe, så går det ikke så hurtigt.

Nicolai, 3.a, astma og allergi over for husstøvmider



” Det er træls, når det klør. Det skal smøres hver dag. Jeg kan godt lide at spille basketball.

Jonas, 3.b, eksem

Om at have astma, allergi og eksem



Gode råd før I vælger skole

- **Nærmiljø.** Ofte er der langt til skole, hvad så med legekammerater i nærheden?
- **Inklusion.** Vil dit barn blive inkluderet i de almindelige klasser, eller vil allergibørnene være en isoleret gruppe?

- **Tillid.** Tjek ordningen ud, snak med allergipædagogerne og de andre forældre med allergibørn på skolen, og tag beslutningen på den baggrund. Hvis I som forældre ikke har tillid, vil det smitte af på barnet.

- **Frihed.** Lær at gi' slip. Måske har de første år været hårde for jer

som familie, måske har I levet i angst for, hvad nye situationer ville bringe, men når allergipædagogerne er sat ind i situationen, så arbejdt med at nyde det fantastiske tilbud, at jeres barn er i trygge hænder og samtidig gradvist lærer at blive en del af samfundet, og at I som forældre kan nyde mere frihed.



Børnene skal lære ansvar

Omkring frokosttid er det tid til at gå en runde med medicinen, Nicolai fra 3.a og Marcus Jens fra 3.b skal begge have astmamedicin, og Jonas fra 3.b skal have creme på sit eksem. Der er ikke noget med at gemme det væk, alle tre børn tager deres medicin foran de andre børn og det tager så kort tid, at de er i gang med legen med det samme igen.

Et af de vigtige aspekter ved deres arbejde er at sikre, at børnene når de forlader

indskolingsgruppen er mere eller mindre selvhjulpne, når det gælder deres sygdom og deres medicin. Fra 4. klasse er det kun de hårdest ramte, der har en særlig kasse og får særligt tilsyn hver dag.

– Vi er der selvfølgelig, hvis der er behov, men børnene skal lære, at være selvstændige, og vi kan jo se, at dem vi har haft, som nu er blevet store børn og ved at forlade skolen, de husker os jo næsten ikke mere, og det betragter vi som en god ting, siger Karen.

Allergi skal ikke gøres til noget særligt

3.a skal i svømmehallen, og Karen tager med med medicin, hvis der skulle være noget, som en støtte for lærerne.

– Forældrene er generelt gode til at sige: giv ham ekstra medicin, så han kan komme med i zoo eller på bondegård eller i svømmehallen, så børnene ikke føler sig udenfor, men kan være en del af de fælles aktiviteter, siger Lis.

Da Lis og Karen begyndte i allergiteamet var de enige om at fokus på børnene

Sådan fungerer allergitilbuddet på Vesterkærrets Skole

Vesterkærrets Skole er en helt almindelig folkeskole med 393 børn i den vestlige del af Aalborg Kommune. Siden 1997 har skolen haft et særligt tilbud til skolebørn med svær astma og allergi. Børnene bli-

ver visiteret til ordningen, men er integreret med de andre elever i de enkelte klasser. Ressourcerne bruges primært i børnehaveklasserne til og med 3. klasse, hvor der de sidste par år har været 10-14 børn

med astma og allergi, dvs. ca. 3 på hvert klassetrin. To pædagoger er ansat i ordningen og tilknyttet skolens DUS (skolefritidsordning red.). www.vesterkaeretsskole.dk



Milo, 3.b

Hygiene

er alfa omega for et godt indeklima. Trappegangen på Vesterkærrets Skole er bred og lys og fliserne på væggene er nemme at holde rene. Og skolebørnene? De tager gerne en omgang med svaberen i løbet af dagen

Lis og Karen

har næsten højere status end selveste Justin Bieber. De to superpopulære pædagoger er tilknyttet astma- og allergiteamet og hjælper med medicin, smøring, madpakker og tager med på ture ud af huset efter behov.

Randers har også et allergitilbud

Siden 2004 har man på folkeskolen Østervangsskolen i Randers haft et allergitilbud. Det er skolens tidligere leder Karen Marie Schytter, der var med til at sikre allergitilbuddet. I dag er hun pædagogisk udviklingschef på skoleområdet i Randers Kommune.

"Filosofien i Randers Kommune er, at skolen skal udvikle sig i forhold til de børn, der går på skolen, og vi samlede erfaringerne med astma og allergi et sted med udgangspunkt i, at børnene skulle indgå så vidt muligt på lige vilkår med de andre børn. Der blev etableret en lokal visitationsordning og en allergipædagog blev ansat, og der blev bevilget ekstra rengøring for at sikre rene rum fri for pollen, fugt og støv. Det var og er en bekostelig affære for en skole, og det kræver store ressourcer at bygge et tillidsforhold op, så forældrene stoler på, at vi gør arbejdet godt nok. De første elever, der brugte tilbuddet går ikke længere på skolen, men der er ingen tvivl om, at indsatsen i deres tidlige skoleår har gjort det muligt for dem at være inkluderet i en almindelig folkeskole."

www.oestervangsskolen.dk



skulle vendes, hidtil havde man ladet skolens ene spor udelukkende være for børn med særlige behov. Og den udvikling var DUS-leder Kai Korsgaard enig i.

– Allergibørnene blev gjort til en institution i institutionen, de blev sygeliggjort, og det ville vi gerne ændre. Derfor sagde vi, at børnene skal være fuldstændigt integreret i klasserne og skal gradvist selv lære at komme ned, når de har brug for det, og allergipædagogerne kommer jo også rundt flere gange om dagen, siger Kai og fortsætter:

– Både børn og forældre er ofte meget tyndhudede, når de kommer her. De har altid skulle tage specielle hensyn, de har en kronisk angst for at miste, og derfor gør vi også meget for de nye forældre. Vi kan give trygge rammer og lære børnene at stå på egne ben, så de bedre kan lære at takle samfundet på den anden side af skoletiden, siger Kai, men erkender at det bedste ville være, at folkeskolen generelt kunne rumme allergibørn.

– Det mest optimale ville selvfølgelig være, at de kunne gå i almindelige skoler, men det er skolerne bare ikke gearet til i dag. Hvis man ser på det samfundsmæssigt, så er det altså mange sygedage, børns sygedage og afbrudte skoleforløb, mange familier med astma- og allergibørn har, det kan vi forhåbentligt være med til at ændre med vores allergitilbud, siger han.

Udfordringen fødevareallergi

Det er blevet eftermiddag, og legepladsen i skolegården er tom. Det er begyndt at regne, og de sidste børn sidder og snakker i en sofa i DUS'en og venter på, at deres forældre skal hente dem. For Kai, Lis og Karen er der en udfordring, som vil vokse de kommende år, og som de alle savner redskaber til at håndtere. Udfordringen hedder fødevareallergi.

– Fødevareallergien er svær, dels fordi den er meget differentieret og kan være aggressiv. Og så fylder den meget psykosocialt for både børn og forældre, det er jo store dele af det sociale liv, der udspiller sig omkring bordet med mad, siger Lis og understreger, at det kræver en indsats på flere planer at håndtere sygdommen bedre, bl.a. ved at samfundet accepterer graden af alvor i sygdommen og dels at mærkningsaf fødevarer bliver bedre. ■

9 km til skole er jo ingenting

Sigurds bedste ven hedder Mille. De går i klasse sammen på Vesterkærrets Skole. En dag skulle klassen lege købmandsforretning og blandt remedierne, børnene brugte, var bl.a. gamle mælkekartoner. Mille tog en runde og sondrede terrænet og fjernede fluks de kartoner, der var gået fri af kontrollen. For mælkekartoner – selv dem hvor mælken for længst er væk – kan indeholde spor af mælk, og det vidste Mille, at hendes bedste ven ville reagere på.

Sigurd har slem fødevareallergi og kan ikke tåle mælk, jordnødder (peanuts) og æg. Det vil sige, den mængde han reagerer på ved



indtagelse over 8 timer er: 3 dråber mælk, 4 halve jordnødder, 1,9 gram æg.

Da Sigurd var 2 ½ år begyndte han i allergibørnehaven Hyldehaven i Aalborg. Det gav hans mor og far Anni og Jens Christian tryghed ved at tage på arbejde, for her kunne de stole på, at der blev taget hensyn til Sigurds allergi, og da tiden nærmede sig hvor han skulle begynde i skole tog de til Odense for at få testet Sigurd grundigt, og på baggrund af den test valgte familien Vesterkærrets Skole, der ligger 9 km væk, fordi skolen havde et allergitilbud, men de var alligevel meget i tvivl om det var det rigtige.

– Skoletiden handler jo om nærhed, om venner på vejen. Der ligger en skole 500 meter væk fra hvor vi bor, men den kunne slet ikke tilbyde, det vi kan få her. Det er en god klasse med søde børn. Og nogle af de her pædagoger, dem ville man jo ønske, at man var i familie med! Vi er ikke i tvivl om, at vi er meget privilegerede, det er helt enestående, at man kan indrette en skole sådan her, siger Anni.

Selv om skolen ligger langt væk fra, hvor 8-årige Sigurd bor, så er han og hans forældre Anni og Jens Christian meget glade for Vesterkærrets allergitilbud.

