



Eskilstuna
kommun

INTYG OM SPECIALKOST

Om eleven är i behov av specialkost, är det viktigt att skolan känner till detta.
Fyll i intyget och lämna det till måltidspersonalen alternativt klassföreståndaren.

Namn	Person nr	FOTO
Skola	Klass	
Vårdnadshavare 1	Tele nr	
Vårdnadshavare 2	Tele nr	

ELEVEN ÄR ALLERGISK/ÖVERKÄNSLIG MOT:

<input type="checkbox"/> Gluten(celiac)	<input type="checkbox"/> Nötter, mandel	<input type="checkbox"/> Ägg
<input type="checkbox"/> Laktos Mitt barn tål mjölk i mindre mängder i tillagad mat, ex- empelvis i såser och grytor.	<input type="checkbox"/> Jordnötter	<input type="checkbox"/> Baljväxter (ärtor, bönor, linser, kikärter)
<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nej	<input type="checkbox"/> Mjölprotein	<input type="checkbox"/> Sojaprotein
	<input type="checkbox"/> Fisk	<input type="checkbox"/> Annan:
Vilka allergiska reaktioner får eleven och hur snabbt?		
Vad ska man göra när eleven får en allergisk reaktion?		
Är eleven i behov av medicin vid reaktion? <input type="checkbox"/> Nej <input type="checkbox"/> Ja, medicin och instruktioner finns hos:		

ANNAN KOST

<input type="checkbox"/> Kost fri från gris	<input type="checkbox"/> Lakto-ovo-vegetarian
<input type="checkbox"/> Diabetes	<input type="checkbox"/> Annan:

UNDERSKRIFT

Datum	Vårdnadshavarens underskrift
-------	------------------------------

AB150107

För elevens säkerhet kommer dessa uppgifter att finnas allmänt tillgängliga för måltidspersonalen.
Glöm inte meddela köket vid förändrade behov eller vid frånvaro.

**Vid flera allergier som första sidan
inte täcker in, skriv här:**

Detta kan eleven äta	Detta kan eleven INTE äta

Övriga upplysningar:

Vilka allergiska reaktioner får eleven och hur snabbt?

Vad ska man göra när eleven får en allergisk reaktion?

Är eleven i behov av medicin vid reaktion?

Nej Ja, medicin och instruktioner finns hos:

KONTAKT (vid en allergisk reaktion)

Namn

Tele nr

Vi strävar efter att skapa en trygg och säker mathantering för elever med allergier eller annan födo-
ämnesöverkänslighet. Vi vill att kommunikationen mellan hemmet och skolan ska fungerar bra.
Hör gärna av er till måltidspersonalen om ni har frågor eller funderingar angående kosten.

Vad är skillnaden mellan mjölkallergi och laktosintolerans?

Mjölkallergi

Mjölkallergi beror på en reaktion mot proteiner i mjölken. Allergin är vanlig hos små barn men växer ofta bort. Man räknar med att 0,5 till 2,5 procent av barnen (beroende på ålder) och 0,1 till 0,2 procent av den vuxna befolkningen är allergiska mot mjölkproteiner.

Vid mjölkallergi måste alla former av mjölk- och mjölkprodukter uteslutas helt ur kosten. Detta gäller komjölk liksom får- och getmjölk och produkter av dessa.

Laktosintolerans

Laktosintolerans beror på brist på enzymet laktas som behövs för att bryta ned laktos (mjölksocker) i tunntarmen.

Laktosintolerans är mycket ovanligt hos små barn. De flesta med laktosintolerans tål en viss mängd laktos. Hur mycket laktos man tål varierar, men de flesta kan dricka åtminstone en deciliter mjölk utan symtom.

Laktos finns i all mjölk, inte bara i komjölk utan också i get- och fårmjölk. Hög halt av laktos finns i mesost, messmör, mjölkchoklad och viss nougat. Hårdost är däremot fri från laktos.

Hos personer med ärftlighet för laktosintolerans minskar produktionen av enzymet laktas vanligtvis under skol- eller ungdomsåren.

Andelen laktosintoleranta varierar mellan olika befolkningsgrupper. I Sverige räknar man med att 4-10 procent av den vuxna befolkningen är laktosintolerant. I Finland är uppskattningsvis 15-20 procent av de vuxna laktosintoleranta. I medelhavsområdet är laktosintolerans betydligt vanligare och ungefär 30-60 procent av den vuxna befolkningen är laktosintolerant. I stora delar av Asien, Sydamerika och Afrika är alla vuxna laktosintoleranta.

Källa: www.slv.se