



NACKA KOMMUN

2010 -04- 15

Dnr
Dpl

Stockholm 2010 03 29

Att:
Skolnämnder
Barn och Ungdomsnämnder
i Sveriges samtliga kommuner

samt
Sveriges Kommuner och Landsting

Från

Astma- och Allergiförbundet
handläggare:
Marianne Jarl

Angående förbud mot förekomst av trädnötter, jordnötter, mandel och sesamfrö i förskolor och skolor.

Sammanfattning:

Astma- och Allergiförbundet föreslår att Sveriges samtliga kommuner, i enlighet med Livsmedelsverkets rekommendationer*, fattar beslut om att nötter (trädnötter), mandel, jordnötter och sesamfrö inte ska förekomma inom förskolor och skolor.

* Se Livsmedelsverkets skrift: Bra mat i skolan, sid 4:
”Bra principer för maten i skolan:
- nötter, inklusive mandel, jordnötter och sesamfrö förekommer inte”
(märkningsföreskriften LIVSFS 2004:27, bilaga 1)

Bakgrund

Allergi eller överkänslighet mot mat är vanligt. I en Stockholmsundersökning rapporterade föräldrarna att drygt 10 procent av barnen reagerade på mat. För vuxna är motsvarande andel drygt 20 procent. Födoämnesallergier verkar öka i befolkningen. I vissa länder har det under de senaste två decennierna skett en dubbling av antalet barn och vuxna med jordnötsallergi, och för sjukhusvård har en 4-faldig ökning skett på grund av allergiska reaktioner på livsmedel. I Sverige är dock dessa förhållanden inte klarlagda, men mycket talar för att samma utveckling även har skett i vårt land.

Allergi mot jordnötter och nötter är idag minst lika vanligt som allergi mot mjölk och ägg bland barn i förskoleåldern och är bland skolbarn och vuxna de vanligaste formerna av matallergi. Denna förändring i förekomsten av matallergi är ett nytt fenomen och kan förklaras av att vi idag exponeras för en mängd olika nötter och frön t.ex. cashew nöt och sesamfrö, jämfört med för ett 20-tal år tillbaka i tiden.



Varje år dör barn/ungdomar/unga vuxna i Sverige pga. matallergi och ett stort antal barn söker akut efter reaktion mot födoämnen som inte sällan är potentiellt livshotande. Svenska undersökningar har visat att barn och föräldrar till barn med matallergi har en sämre hälsorelaterad livskvalitet, jämfört med barn med andra allergiska sjukdomar. Detta är inte förvånande med tanke på den oro många föräldrar och barn kan känna avseende barnets matallergi.

Nötter, jordnötter och sesamfrö kan ge upphov till mycket allvarliga allergireaktioner. Symtomen är framför allt klåda i mun och svalg och svullna läppar och kan bli mer uttalade om man äter det man inte tål under pollensäsongen. Vid svår allergi kan reaktionen utvecklas till livshotande allergisk chock (anafylaktisk chock).

Reaktion kan också utlösas av luftburna allergen. Det kan räcka att knäcka en hasselnöt eller öppna en jordnötspåse i samma rum

Allergi mot nötter kan uppträda i alla åldrar och växer sällan bort. Det är inte ovanligt att små barn uppvisar allergi eller har IgE-antikroppar mot nötter och jordnötter. Speciellt svåra reaktioner får de som redan i barndomen utvecklar nöt- eller jordnötallergi.

Jordnöten är inte en nöt utan tillhör ärtväxterna.

Förbud mot nötter, jordnötter och mandel

Inom kommunen kan man ta ett politiskt beslut om att nötter och jordnötter inte ska förekomma inom förskola och skola. Om ett sådant beslut inte finns kan förskolan/skolan själv fatta ett beslut. Ett sådant beslut underlättar för alla inom skolan att hålla området nöt-, mandel-, sesamfrö-, jordnötsfritt. Motivet till beslutet är att på alla sätt undvika olyckstillbud med risk för allvarliga allergiska reaktioner.

Det finns en risk för sammanblandning och svårigheter att identifiera nötter, jordnötter och mandel i mat, godis och kaffebröd. Därför bör förbudet omfatta även mandel.

Förbudet bör även gälla utflykter, disco, personalens kaffebröd och kaffebröd vid föräldramöten, föräldrafika osv.

Ingalill Björn
Ordförande Astma- och Allergiförbundet



Förslag till utformning av beslut i kommun

Till förskolechefer, skolledare, föräldrar och elever i X-kommun

Nötförbud

I Kommunfullmäktige (*alternativt den förvaltning som har hand om förskola, grundskola och gymnasium*) har vi antagit ett generellt förbud mot alla typer av trädnötter, jordnötter, mandel och sesamfrö i kommunens alla skolor. Motivet till detta beslut är att på alla sätt undvika olyckstillbud med risk för allergiska reaktioner för våra elever.

Förbudet gäller alla dagar och alla tider i skolorna och gäller alltså även vid uthyrning eller utlåning av lokalerna och också personalens kaffebröd, kaffebröd vid föräldramöten, disco etc.

Det finns alltid en risk att sammanblanda och kanske inte kunna identifiera trädnötter jordnötter, mandel och sesamfrö i mat, godis och kaffebröd varför detta generella förbud införs.

Detta gör vi för att du som elev, förälder eller personal skall känna dig trygg.

Alla som kommer till skolan för första gången ska informeras om detta förbud. Förbudet ska anslås väl synligt så att också tillfälliga besökare kan ta del av det.

Förbudet bör även gälla utflykter, disco, personalens kaffebröd och kaffebröd vid föräldramöten, föräldrafika osv.

Anslag om nötförbudet bifogas detta brev. Det kan beställas från Astma- och Allergiförbundets kansli.



2010 03 29

Kortfakta om nötter

Mycket små mängder av trädnötter, jordnötter, mandel och sesamfrö är nog för att utlösa allvarliga allergireaktioner. De, som grupp betraktade, är en av de vanligaste orsakerna till allergisk chock hos barn och unga.

Damm från knäckning av nötter kan utlösa luftvägsallergi och astma. Sådant damm kan finnas kvar efter nötknäckningen. Nötallergi varar hela livet.

Begreppet **trädnötter** omfattar följande nötter:

Mandel, hasselnöt, valnöt, cashewnöt, pekannöt, paranöt, pistaschmandel, makadamianöt och Queenslandsnöt, samt produkter därav.

Många tror också att **jordnöten** är en nöt, men det är en ärtä och hör till baljväxterna. Jordnötsspån förväxlas lätt med mandelspån. Det finns personer som är så allergiska mot jordnötter att de reagerar på om det finns jordnötter i rummet eller om någon öppnar en påse jordnötter. Jordnötsallergi varar i många år.

Sesamfrö har visat sig kunna ge barn allergisk chock och kan vara svår att identifiera i livsmedel.

Kokosnöt och **muskotnöt** omfattas inte av förbudet mot nötter i skolan.

Kokosnöten kommer från en palm och är inte släkt med andra nötter. Man kan vara allergisk mot kokosnöt även om det är ovanligt.

Muskotnöt och muskotblomma används som krydda. Den är inte släkt med andra nötter och fröer och är inte farligt för personer med hasselnötsallergi. Man kan vara allergisk mot muskotnöt, men det har inget samband med annan nötallergi.

Hur ställs diagnosen?

Att kunna diagnostisera allergi är viktigt, dels för att den som är allergisk ska kunna undvika det han eller hon inte tål, dels för att den behandlande läkaren ska kunna sätta in rätt behandling. Det finns många olika möjligheter till att fastställa sjukdomen allergi. Tyngst väger alltid den allergiska människans egen sjukdomshistoria, så kallad anamnes. Det finns inga allergitester som med 100% säkerhet kan påvisa eller frikänna från allergi.

Märkning

Innehåll av trädnöt, jordnöt, mandel eller sesamfrö, liksom produkter därav, i livsmedel måste alltid deklarerats. Se vidare i Livsmedelsverkets föreskrifter om märkning och presentation av livsmedel.

Om Trädnötter

Hur vanlig är nötallergi?

En stor del av de som är björkpollenallergiker blir också allergiska mot nötter. I Sverige har cirka två miljoner svenskar björkpollenallergi.

Vilka symtom kan man få?

Klåda i munnen, svullnad i halsen, läppsvullnad, blåsor i munnen, nässelutslag (urtikaria och kontakturtikaria), ögonsymtom, symtom från luftvägarna, astma, buksmärtor, illamående, diarré, rinit (rinnande ögon och näsa) och allergichock.

I vilka produkter kan nötproteiner finnas?

Nötter och mandel förekommer i många olika livsmedel som smakförstärkare. Nougat, choklad och annat godis, frukostflingor, bröd, kakor, glass, orientalisk mat, såser och fyllningar kan innehålla nötproteiner. De som är allergiska mot mandlar reagerar på allt som innehåller marsipan. De kan också reagera på kärnmassa från persika och aprikoser som ofta används i bakverk. Kärnmassa kallas ibland bakmassa. Den som är allergisk mot nötter ska vara mycket försiktig med choklad även om det inte är deklarerat nötter i innehållsförteckningen. De flesta chokladfabriker har rutiner som gör att den mesta chokladen är kontaminerad med spårmängder av nötter och/eller mandel. Många sorters glass kan också innehålla spår av nötter.

Korsreaktioner

Hasselnöt korsreagerar med paranöt, valnöt och pekannöt. Några är allergiska mot alla slags nötter och mandlar medan andra kan tåla någon sort.

Hasselnötter korsreagerar med björkpollen. Vissa pollenallergiker reagerar inte så mycket på andra nötter utan får bara sveda, klåda och svullna slemhinnor i munnen (oralt syndrom). Hudtest (pricktest) eller RAST kan inte säga något om styrkan i dessa reaktioner. Man räknar med att ungefär hälften av de personer som är allergiska mot björk, hassel och al får klåda i munnen av hasselnötter och i en del fall av mandel, äpplen, råa morötter och rå potatis.

Om Jordnötter

Hur vanlig är jordnötsallergi?

Jordnötsallergi blir allt vanligare bland barn och kan bryta ut redan när barnet är mycket litet.

Vilka symtom kan man få?

Klåda i munnen, svullnad i halsen, läppsvullnad, blåsor i munnen, nässelutslag (urtikaria och kontakturtikaria), ögonsymtom, symtom från luftvägarna, astma, buksmärtor, illamående, diarré, rinit (rinnande ögon och näsa) och allergichock.

Reaktion kan utlösas av luftburet jordnötsallergen.

I vilka produkter kan jordnötsproteiner finnas?

Jordnötter finns mer eller mindre synliga i en mängd produkter: choklad, godis, glass, snacks, bakverk (bland annat som flarn i stället för mandelflarn). De har förekommit odeklarerade som fyllning i kanelkrans och i sås till japanska snabbnudlar. De är vanliga i orientalisk

matlagning och finns i t ex sataysås. Spår av jordnötter i jordnötsolja kan också skapa problem i potatischips och liknande då de kan friteras i en olja som innehåller jordnötsolja. Det är framförallt kallpressad olja som kan ge besvär. Jordnötsprotein kan också förekomma i pesto.

Vad händer vid uppvärmning?

Jordnötsproteiner förändras till en del vid uppvärmning. Men den mängd proteiner som finns kvar är tillräckligt för att ge personer som redan är allergiska svåra reaktioner.

Korsreaktioner

Det finns ingen korsreaktion mellan jordnöt och nötter som hasselnöt, paranöt eller pekannöt. Man kan vara allergisk mot både jordnötter och nötter samtidigt, men allergierna är oberoende av varandra. Mjöl från lupiner har börjat användas i bakverk och pasta. Det har förekommit reaktioner på lupinmjöl hos personer som är jordnötsallergiska.

Om Sesamfrö

Sesamfrö används för smakens skull och som garnering i flera olika typer av livsmedel. Exempel på detta är bakverk, konfektyrer, bageriprodukter (bröd, hamburgerbröd, riskakor), panering av fisk, pastasåser, vegetariska rätter och pesto.

Vid allergi mot sesamfrö reagerar man på ett eller flera av de proteiner (allergener) som förekommer.

Studier av allergiker under provokation har visat att allergiska reaktioner kan utlösas av 30 mg sesamfrö och av några få ml sesamolja.

Vilka symtom kan man få?

Klåda i munnen, svullnad i halsen, läppsvullnad, blåsor i munnen, nässelutslag (urtikaria och kontakturtikaria), ögonsymtom, symtom från luftvägarna, astma, buksmärtor, illamående, diarré, rinit (rinnande ögon och näsa) och allergichock.

Korsreaktioner

Korsreaktioner förekommer mellan hasselnöt, vallmofrö, sesamfrö.

Fakta hämtad från Astma- och Allergiförbundets nätsida Allt om Allergi

samt från Livsmedelsverkets information om allergi.