- Θα πρέπει να υπάρχει πάντα η δυνατότητα επικοινωνίας με το θεράποντα αλλεργιολόγο (όνομα, τηλέφωνο).

Το ασθματικό παιδί στο σχολείο:

1. Επιτρέπεται να συμμετέχει στις αθλητικές δραστηριότητες όταν το άσθμα του δεν είναι σε έξαρση. Μπορεί να απαιτείται η χρήση εισπνεόμενων βρογχοδιασταλτικών πριν την άσκηση.
2. Πρέπει να του επιτρέπεται να φέρει μαζί του τα φάρμακά του και να τα χρησιμοποιεί σύμφωνα με τις οδηγίες του γιατρού.
3. Δεν πρέπει να απουσιάζει από τα μαθήματά του όταν έχει ήπια συμπτώματα.

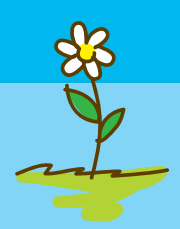
Το "μυστικό" για την ευεξία των αλλεργικών παιδιών στο σχολείο είναι η ανάπτυξη μιας σχέσης συνεργασίας ανάμεσα στο σχολείο, την οικογένεια και τον θεράποντα ιατρό με στόχο τη δημιουργία ενός ασφαλούς μαθησιακού περιβάλλοντος. Στόχος είναι το πέρασμα του παιδιού από την "ασφάλεια" του σπιτιού στον κόσμο του σχολείου να γίνεται με τον πιο ομαλό τρόπο.

Οι γονείς των παιδιών διαδραματίζουν βασικό ρόλο.
Με τις κατάλληλες οδηγίες που θα έχουν από τον θεράποντα ιατρό, θα πρέπει να ενημερώσουν κατάλληλα το σχολικό προσωπικό και να δημιουργήσουν μια συνεχή γραμμή επικοινωνίας.

Η συνεργασία σχολείου, οικογένειας και θεράποντα ιατρού στοχεύουν σε ένα ασφαλές και υπεύθυνο περιβάλλον.

"Ο Αλλεργιολόγος είναι ο ειδικός που θα βοηθήσει το αλλεργικό παιδί για μια καλύτερη ποιότητα ζωής και στο χώρο του σχολείου."

ΕΕακα
ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΑΛΛΕΡΓΙΟΛΟΓΙΑΣ ΚΑΙ ΚΛΙΝΙΚΗΣ ΑΝΟΣΟΛΟΓΙΑΣ



Για περισσότερες πληροφορίες:

- www.allergikos.gr
- www.allergy.org.gr

Επείγουσες αλλεργικές καταστάσεις στο σχολείο

ΕΕακα
ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΑΛΛΕΡΓΙΟΛΟΓΙΑΣ ΚΑΙ ΚΛΙΝΙΚΗΣ ΑΝΟΣΟΛΟΓΙΑΣ

3πτυχο 10x21 - Έξω

Αν το παιδί σας πάσχει από κάποια σοβαρή αλλεργία, όπως αλλεργία σε κάποιο τρόφιμο, φάρμακο, στο δηλητήριο της σφήκας ή της μέλισσας, ή αν πάσχει από αλλεργικό άσθμα, να ξέρετε ότι δεν είστε μόνοι! Κατά τη διάρκεια της σχολικής χρονιάς 1 στα 10 παιδιά θα παρουσιάσει ασθματική κρίση ενώ 4-7% των παιδιών παρουσιάζουν τροφική αλλεργία, με το 20% των αλλεργικών τροφικών αντιδράσεων να συμβαίνει στο χώρο του σχολείου.

Προετοιμαστείτε εγκαίρως!

Η έναρξη της σχολικής χρονιάς μπορεί να είναι μια αγχωτική εμπειρία για όλους τους γονείς, πόσο μάλλον όταν ένα παιδί πάσχει από κάποια σοβαρή αλλεργία. Αν και είναι απόλυτα φυσιολογικό ως γονείς να ανησυχείτε, πρέπει να γνωρίζετε ότι η συναισθηματική σας φόρτιση μπορεί να επηρεάσει πολύ αρνητικά την ψυχολογία του παιδιού σας. Βοηθείστε το να ξεπεράσει τον κοινωνικό αποκλεισμό στο σχολείο. Ενημερωθείτε σωστά, οργανώστε με τον γιατρό σας ένα γραπτό σχέδιο δράσης για το παιδί σας και επικοινωνήστε το πρόβλημά σας εγκαίρως στο σχολείο. Ασφαλές περιβάλλον στο σχολείο σημαίνει θετική ψυχολογία και αυτοπεποίθηση παιδιών-γονέων-εκπαιδευτικών.

Ποια είναι τα επείγοντα αλλεργικά προβλήματα που μπορεί να παρουσιάσει ένα παιδί στο σχολείο;

- *Συστηματική αναφυλαξία (Αλλεργικό Σοκ)*
- *Κνίδωση – Αγγειοοίδημα*
- *Οξεία ασθματική κρίση*

Στόχος είναι η πρόληψη, αν όμως προκληθεί αλλεργική αντίδραση, θα πρέπει να αντιμετωπιστεί με κατάλληλη γνώση, εκπαίδευση και συγκεκριμένο πλάνο αντιμετώπισης.

Ποια είναι τα αλλεργιογόνα στα οποία μπορεί να εκτεθεί ένα παιδί στο σχολικό περιβάλλον;

Οι τροφές και τα τσιμπήματα μέλισσας ή σφήκας προκαλούν τις συχνότερες σοβαρές αλλεργικές αντιδράσεις στο χώρο του σχολείου. Άλλα αλλεργιογόνα με τα οποία έρχονται σε επαφή οι μαθητές είναι οι γύρεις, οι μύκητες, τα ακάρεα, οι γομολάστιχες (latex), και τα επιθήλια ζώων. Μη-ειδικοί ερεθιστικοί παράγοντες όπως ο ψυχρός αέρας, η άσκηση, οι ιογενείς λοιμώξεις, τα χημικά καθαριστικά, τα αποσμητικά χώρου, τα εντομοκτόνα, οι μπογιές, ο καπνός τσιγάρου, κ.α. μπορούν να προκαλέσουν βήχα ή/και οξεία κρίση άσθματος σε παιδιά με αναπνευστική αλλεργία.

Πάνω απ' όλα η πρόληψη!

Κανένας γονιός δε θα ήθελε να "στερεί" πράγματα ή να μεταδίδει φόβο στο παιδί του. Ωστόσο κάθε παιδί με σοβαρή αλλεργία, ανάλογα με την ηλικία του, πρέπει να γνωρίζει και να συμφιλιώνεται με την ιδιαιτερότητά του. Η σωστή πρόληψη ξεκινάει από το σπίτι. Οι γονείς θα πρέπει με τη βοήθεια του αλλεργιολόγου να ενημερώσουν σωστά τα παιδί τους και να παρέχουν σαφείς και γραπτές οδηγίες πρόληψης και αντιμετώπισης στο προσωπικό του σχολείου.

Προστατεύω το παιδί με τροφική αλλεργία σημαίνει εκπαιδεύω το παιδί και το περιβάλλον του, ωστε:

- να κατανοήσει τη σοβαρότητα του προβλήματος,
- να ενημερωθεί αναλυτικά για τις τροφές στις οποίες έχει αλλεργία,
- να διαβάζει τα συστατικά στις ετικέτες όλων των έτοιμων τροφών,
- να μην ανταλλάσει και να μη μοιράζεται τρόφιμα,
- να μη μαζεύει και να μην παίζει με υπολείμματα τροφών,
- να πλένει πάντα τα χέρια του με σαπούνι, πριν και μετά το φαγητό
- να αποφεύγει τη χρήση των αλλεργιογόνων τροφών σε μαθήματα, π.χ. στη χημεία, φυσική, καλλιτεχνικά, κ.α.
- η οικογένεια πρέπει να ετοιμάζει φαγητό από το σπίτι, όταν είναι αδύνατος ο ακριβής προσδιορισμός της σύστασης των τροφών κεντρικών κουζινών.

ΧΡΥΣΟΣ ΚΑΝΟΝΑΣ: ***ΑΝ ΔΕ ΓΝΩΡΙΖΩ ΤΙ ΠΕΡΙΕΧΕΙ, ΔΕΝ ΤΟ ΤΡΩΩ!***

Τι πρέπει να ξέρει ένα παιδί με αλλεργία στη μέλισσα ή σφήκα όταν βρίσκεται σε εξωτερικό χώρο:

- να μην τρώει και να μην πίνει αναψυκτικά & χυμούς,
- να φορά πάντα παπούτσια,
- να μη φορά ανοιχτόχρωμα ή πολύχρωμα ρούχα,
- να μη φορά αρώματα,
- να αποφεύγει τις συναθροίσεις κοντά σε πηγές, τρεχούμενα ή στάσιμα νερά,
- να φέρει πάντα μαζί του αυτοενιέμενη αδρεναλίνη.

! ΟΙ ΑΣΘΕΝΕΙΣ ΜΕ ΑΛΛΕΡΓΙΑ ΣΤΗ ΜΕΛΙΣΣΑ Ή ΣΤΗ ΣΦΗΚΑ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΥΠΟΒΑΛΛΟΝΤΑΙ ΣΕ ΑΝΟΣΟΘΕΡΑΠΕΙΑ.

Το παιδί με άσθμα πρέπει:

- ν' αποφεύγει τους χώρους με έντονες & ερεθιστικές μυρωδιές,
- να έχει άμεση πρόσβαση στα εισπνεόμενα φάρμακά του.

Για την προστασία των ασθματικών παιδιών:

- ο καθαρισμός του σχολείου να γίνεται μετά το τέλος των μαθημάτων, όταν δεν υπάρχουν μαθητές.
- στα εργαστήρια χημείας να υπάρχει κατάλληλος αερισμός, για την αποφυγή εισπνοής ερεθιστικών ουσιών.
- κρατάμε τα παράθυρα κλειστά την άνοιξη & το φθινόπωρο.

Μαθαίνω ν' αναγνωρίζω τα συμπτώματα

Η ***συστηματική αναφυλαξία*** (Αλλεργικό Σοκ) είναι η πιο σοβαρή, γενικευμένη και δυνητικά θανατηφόρα αλλεργική αντίδραση. Εκδηλώνεται με:

- φαγούρα, κνίδωση (πετάλες, καντήλες, φλούμπες, κ.α.),
- αγγειοοίδημα: πρήξιμο στα χείλη, στα μάτια, στη γλώσσα, κ.α. (μεμονωμένα ή συνδυαστικά)
- βραχνάδα, αλλαγή φωνής,
- δύσπνοια, συριγμό (σφύριγμα αναπνοής, «γατάκια»),
- πόνο στην κοιλιά, εμετό ή/και διάρροια,
- ξαφνική αδυναμία, ζάλη, πτώση πίεσης, απώλεια αισθήσεων,
- τα μικρότερα παιδιά μπορεί να χρησιμοποιούν εκφράσεις όπως «αυτό το φαγητό καίει πολύ», «αυτό το φαγητό με ξύνει» ή «με γαργαλάει ο λαιμός μου».

! Προσοχή: Η εξέλιξη των συμπτωμάτων είναι ταχύτατη, δεν πρέπει να χάνουμε χρόνο. Υπάρχει κίνδυνος!

Τι μπορεί να παρουσιάσει ένα παιδί με την άθληση;

- Συχνότερη είναι «η ασθματική κρίση από άσκηση». Εκδηλώνεται με βήχα, δύσπνοια, βράσιμο και σφίξιμο στο στήθος. ***Χρήζει άμεσης αντιμετώπισης!***
- Βήχας ή και συριγμός με την άσκηση σημαίνει μη-καλά ελεγχόμενο άσθμα.
- Σπανιότερες είναι η κνίδωση και συστηματική αναφυλαξία από άσκηση με ή χωρίς λήψη τροφής

ΣΩΣΤΗ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ

Τι πρέπει να περιλαμβάνει το φύλλο οδηγιών για την αντιμετώπιση ενός επεισοδίου αλλεργικού σοκ;

Το φύλλο οδηγιών πρέπει να περιλαμβάνει :

1) Το όνομα του παιδιού
2) Τη φωτογραφία του
3) Τα αλλεργιογόνα στα οποία το παιδί είναι ευαισθητοποιημένο
4) Την ύπαρξη άσθματος (τότε το αλλεργικό σοκ είναι σοβαρότερο)
5) Τα συμπτώματα που πρέπει ν' αναγνωριστούν γρήγορα
6) Αναλυτικά τα φάρμακα που πρέπει να χορηγηθούν και με ποια σειρά
7) Τα τηλέφωνα του ιατρού και των γονέων.

Αναφυλαξία

Αν το παιδί φάει τρόφιμο ή τσιμπηθεί από έντομο στο οποίο έχει αλλεργία, τότε πρέπει να χορηγείται ενδομυϊκά αδρεναλίνη. Τα αντιισταμινικά, η κορτιζόνη και τα εισπνεόμενα βρογχο-διασταλτικά πρέπει να δίνονται μετά την αδρεναλίνη. Τέσσερις στις έξι θανατηφόρες αντιδράσεις στις τροφές συμβαίνουν σε σχολεία όπου δεν υπάρχει διαθέσιμη αδρεναλίνη ή καθυστερεί πολύ η χορήγησή της.

Οξεία ασθματική κρίση

- Ο αλλεργιολόγος οφείλει να χορηγήσει ενημερωτικό σημείωμα για τους εκπαιδευτικούς, ώστε ν'αναγνωρίσουν μια ασθματική κρίση, να χορηγήσουν τα απαραίτητα φάρμακα, να ενημερώσουν τους γονείς και πιθανά να μεταφέρουν το παιδί στο νοσοκομείο.
- Το παιδί οφείλει να σταματά οποιαδήποτε δραστηριότητα όταν εμφανίζονται τα πρώιμα συμπτώματα και να λαμβάνει αμέσως τα εισπνεόμενα φάρμακα του.
- Αν σε 10'-15΄ δε βελτιωθούν τα συμπτώματα ή επιδεινωθούν, τότε ενημερώνονται οι γονείς και ίσως χρειαστεί η μεταφορά του παιδιού στο νοσοκομείο.

3πτυχο 10x21 - Μέσα