

## ERITYISRUOKAVALIO KOULUSSA

### – Tiedote vanhemmille

Osana ensimmäisen, viidennen ja kahdeksannen luokan laaja-alaista terveystarkastusta kartoitetaan lapsenne mahdolliset ruoka-aineallergiat ja arvioidaan erityisruokavalioiden tarvetta. Koululaisten erityisruokavalioiden tarjoamisen edellytyksenä ovat terveydelliset, eettiset tai uskonnolliset syyt. Allergia- ja muiden erityisruokavalioiden toteutus sujuu parhaiten yhteistyössä kodin, kouluterveydenhuollon ja ruokapalveluiden kanssa. Jokaisella yhteistyötaholla on omat tehtävänsä, joita esitellään tässä tiedotteessa.

### Koti

#### ***Ruoka-aineallergia***

- Mikäli ruoka-aine aiheuttaa **lieviä oireita**, ei tarvita erityisruokavaliota allergian vuoksi. Tällaisissa tapauksissa **siedättäminen eli oireita aiheuttavan ruoka-aineen säännöllinen tarjoaminen kehittää sietokykyä ruokaa kohtaan**.
- Kun koululaisella on todettu ruoka-aineallergia, joka aiheuttaa **merkittäviä tai hengenvaarallisia oireita** (esim. laaja-alainen hankala ihottuma, ripuli, hengitysvaikeus, yleistilan heikkeneminen), tarvitaan **erityisruokavalio**.
- Siitepölyallergian aiheuttama ruokaan liittyvä suun kutina ei ole vaarallista.
- Erityisruokavalioilmoitus täytetään/ tarkistetaan kouluterveydenhoitajan kanssa laaja-alaisten terveystarkastusten yhteydessä (1., 5. ja 8. lk) tai erityisruokavalion tarpeen ilmaantuessa tai muuttuessa.

#### ***Keliakia ja diabetes***

- Huoltaja täyttää kouluterveydenhoitajan kanssa erityisruokavalioilmoituksen koululaisen keliakia- tai diabetesruokavalion tarpeesta. Ilmoitus on voimassa pysyvästi.

#### ***Laktoosi-intoleranssi***

- Kouluruoka valmistetaan pääsääntöisesti laktoosittomana lukuun ottamatta muutamia ruokia, jotka ovat vähälaktoosisia. Mikäli koululainen tarvitsee täysin laktoosittoman ruokavalion tai pelkästään ruokajuomaksi laktoosittoman maitojuoman, siitä ilmoitetaan erityisruokavalioilmoituksella.

#### ***Kasvisruokavalio ja ruokavaliorajoitukset uskonnollisista syistä***

- Huoltaja täyttää kouluterveydenhoitajan kanssa erityisruokavalioilmoituksen koululaisen kasvisruokavalion tarpeesta tai uskonnollisista syistä johtuvista ruokavaliorajoituksista. Mikäli ruokavalion tarpeeseen tulee muutoksia, huoltaja ilmoittaa niistä kouluterveydenhoitajalle.

#### ***Kaikkien erityisruokavalioiden osalta***

- Huoltaja informoi opettajaa koululaisen erityisruokavaliosta, kun erityisruokavalioilmoitus on ensin tehty kouluterveydenhoitajan kanssa.
- Ennakkoon tiedetty poissaolo ilmoitetaan koulun keittiöön.

## Kouluterveydenhoitaja

- Täyttää huoltajan kanssa erityisruokavalioilmoituksen.
- Arvioi allergiaruokavalion jatkamisen tarpeellisuutta yhdessä huoltajan kanssa laaja-alaisten terveystarkastusten yhteydessä.
- Antaa tarvittaessa ohjausta allergiaruokavalion toteutukseen/ purkamiseen.
- Toimittaa erityisruokavalioilmoitukset keittiöön ruokapalveluvastaavalle.
- Tekee tarvittaessa lähetteen avopediatrian poliklinikalle ja/tai ravitsemussuunnittelijan vastaanotolle.
- Keskustelee huoltajan kanssa erityisruokavalion tarpeellisuudesta mikäli koululainen jättää toistetusti syömättä valmistetun aterian.

## Koululääkäri

- Voi tarvittaessa auttaa erityisruokavalioihin liittyvissä kysymyksissä.

## Opettaja

- Tulee saada huoltajalta tieto koululaisen erityisruokavaliosta.
- Voi tarvittaessa ohjata kouluterveydenhoitajan vastaanotolle.

## Ruokapalvelut

- Kokki tai dieetikokki valmistaa erityisruokavalionmukaiset ateriat.
- Keittiöhenkilökunta sopii koululaisen kanssa, mistä ruoka haetaan.
- Keittiöhenkilökunta ilmoittaa kouluterveydenhoitajalle niistä erityisruokavalioista, jotka jäävät toistuvasti syömättä.

## Ravitsemussuunnittelija

- Ravitsemussuunnittelijalle tulee lähettää ruoka-aineallergiset koululaiset silloin, kun rajoituksia on paljon tai ravitsemuksellisesti keskeisiä ruoka-aineita on jätetty pois ruokavaliosta (esim. viljat tai maitotuotteet) tai kun erityisruokavaliota noudattavan koululaisen kasvussa todetaan hidastumista tai ruokavalio toteutuu yksipuolisesti.
- Ravitsemussuunnittelija arvioi ruokavalion ravitsemuksellisen riittävyyden ja ohjaa erityisruokavalion monipuolisessa toteutuksessa.
- Ravitsemussuunnittelijan vastaanotolle tarvitaan koululääkärin tai –terveydenhoitajan lähete.

## Kuopion kaupungin ja Servican puolesta

Hanna-Mari Tanninen  
Terveydenhoidon  
palvelujen päällikkö  
Kuopion kaupunki

Kaj Korhonen  
Kouluterveydenhuollosta  
vastaava apulaisylilääkäri  
Kuopion kaupunki

Sari Karttunen  
Palvelujohtaja  
Servica



**Kuopion kaupunki**  
Perusturva ja terveydenhuolto



**Servica**  
Itä-Suomen huoltopalvelut Iky  
Ruokapalvelut