

ERITYISRUOKAVALIOT PÄIVÄKODEISSA, KOULUISSA JA OPPILAITOKSISSA - ohje terveydenhuollolle

Terveydenhuollosta annetaan tarpeen mukaan selvitys lapsen/nuoren erityisruokavaliosta perustuen kansallisiin suosituksiin seuraavissa tilanteissa:

Ruoka-aineallergia, josta tulee vakavia oireita (esim. anafylaksia, laaja-alainen vaikea ihottuma), keliakia, turvaruoka, vegaaniruokavalio ja sairaus, joka vaatii erityisruokavaliota. Kuvattu alla tarkemmin.

Tiedonkulku ja vastuut

Jokaisella kunnalla ja ruokapalvelujen tuottajalla on omat ohjeet, kuinka tiedot ilmoitetaan päiväkotiin, kouluun ja oppilaitokseen. Ajantasaiset tiedot kannattaa tarkistaa kunkin kunnan verkkosivuilta.

Lapsen ja nuoren muuttaessa tai ruokailupaikan vaihtuessa, vastuu tietojen siirtämisestä uuteen päiväkotiin, kouluun ja oppilaitokseen (ruokapalvelujen tuottajalle) on huoltajalla tai täysikäisellä nuorella itsellään.

Ruoka-aineallergiat

Keskeisten ruokien (maito, soija, kananmuna, vehnä) allergia tulee tutkia Käypä Hoito -suosituksen mukaisesti altistustesteillä. Muutoin selvitys tehdään ruoka-aineista, jotka aiheuttavat vakavia (anafylaksia) tai vaikeita reaktiota (esim. voimakkaat vatsakivut ja/tai oksentelu).

Selvityksen laatijana on hoitava taho (erikoissairaanhoito, perusterveydenhuolto, yksityinen lääkäri tai ravitsemusterapeutti). Ruoka-aineallergiaselvitykset ovat pääsääntöisesti määräaikaista.



Pitkäaikaissairaudet ja erityisruokavalio

Keliakia

Hoitava taho laatii pysyväisluonteisen selvityksen, kun keliakia todetaan. Lisäksi ilmoitetaan, jos gluteeniton kaura ei sovi.

Tyypin 1 diabetes

Ei laadita selvitystä. Ei edellytä ateriasuunnitelmaa. Välipalan tarjoaminen sovitaan kuntakohtaisesti huoltajan tai nuoren omalla ilmoituksella.

Laktoosi-intoleranssi

Ei laadita selvitystä. Päiväkotien, koulujen ja oppilaitosten ruoka on lähtökohtaisesti laktoositonta tai kuntakohtaisesti ohjeistetaan omailmoituksen tekeminen.

Muut pitkäaikaissairaudet, joiden hoitoon käytetään erityisruokavaliota. Selvityksen laatii ravitsemusterapeutti tai lääkäri.

Turvaruoka

Selvityksen laatii ravitsemusterapeutti. Selvityksen edellytyksenä on pitkäaikainen, erittäin valikoiva, kasvua ja kehitystä vaarantava syöminen. Selvitys on aina määräaikainen.

Eettinen ja uskonnollinen ruokavalio sekä kasvisruokavaliot

Ei edellytä selvitystä terveydenhuollosta. Kasvisruokavalio sisältää maitoa ja munaa.

Vegaaniruokavaliosta (ei sisällä lainkaan eläinkunnan tuotteita) laaditaan alaikäiselle erityisruokavalioselvitys. Myös terveydenhoitaja voi laatia selvityksen, mutta vegaaniruokavalioon siirtyvä lapsi tai alaikäinen nuori tulee ohjata ravitsemusterapeutille, mikäli hän ei ole saanut aiemmin ravitsemusterapeutin ohjausta vegaaniruokavaliosta.