

päivitetty 3.7.2019

ERITYISRUOKAVALIOIDEN JA RUOKARAJOITUSTEN TOTEUTUS VARHAISKASVATUKSESSA

Varhaiskasvatuksen tehtävänä on tukea lapsen tervettä kasvua ja kehitystä sekä mm. kehittää lapsen maku- ja ruokatottumuksia. Rauman kaupungin varhaiskasvatuksessa lapselle tarjotaan allergian tai sairauden hoidon vaatima erityisruokavalio. Uskonnolliset ruokarajoitukset otetaan myös huomioon.

Ruoka-aineallergiat ja – rajoitukset

Valtakunnallisen allergiaohjelman mukaisesti ruokavaliosta jätetään pois vain ne ruoka-aineet, joiden on kokeiluun perustuen todettu aiheuttavan lapselle siinä määrin haittaa, että niiden pitäminen poissa myös päiväkotiruokailusta on perusteltua. Lievää oireilua (ohimenevä suun kutina tai kirvely ja ihon punoitus) aiheuttavia ruoka-aineita ei tarvitse välttää.

Lääkärin tai terveydenhoitajan todistus vaaditaan aina, kun on kyse allergiasta tai ruokavaliohoitoisesta sairaudesta. Kasvisruokavaliion toteuttamiseen vaaditaan terveydenhoitajan todistus. Näin pyrimme osaltamme varmistamaan, ettei lapsenne ravitsemustila vaarannu.

Ruoka-allergioiden osalta todistus on voimassa korkeintaan yhden vuoden kerrallaan. Ruoka-allergiat usein häviävät lapsen kasvaessa. Tavoitteena on, että kouluikään mennessä rajoitukset on asianmukaisesti purettu. Ruokaan liittyvät rajoitukset puretaan hoitavan lääkärin tai terveydenhoitajan ohjeiden mukaan.

Allergiatestejä tai seerumin IgA- ja IgG-vasta-ainemäärityksiä ei hyväksytä todistuksena erityisruokavaliion tarpeesta, koska nämä eivät korreloi ruoka-allergian oireisiin. Uskomuslääketieteen menetelmiä esim. bioresonanssi, kinesiologia, iridologia, hiusanalyysit ja sytotoksisia testejä ei myöskään hyväksytä todistuksena erityisruokavaliion tarpeellisuudesta.

Laktoosi-intoleranssi on harvinainen alle kouluikäisillä lapsilla. Tämän vuoksi lapsen vatsaoireiden syy on aina tärkeä selvittää turhien rajoitusten välttämiseksi. Päiväkodin ruoka on pääsääntöisesti laktoositonta, mutta laktoositonmat ruokavaliot tulee kuitenkin ilmoittaa mm. ruokajuomia, aamupala- ja välipalatuotteita varten (**vähälaktoosinen ruokavalio toteutetaan laktoosittomana**)

Todistus erityisruokavaliion tarpeesta ja tiedonkulku

Olette varhaiskasvatushakemuksessanne ilmoittanut, että lapsenne noudattaa erityisruokavaliota sairauden tai uskonnollisista syistä johtuen tai lapsellanne on kasvisruokavalio.

Jatkotoimenpiteenä **huoltaja** ottaa yhteyttä lastenneuvolaan perheen terveydenhoitajaan ja [Todistus erityisruokavaliion tarpeesta](#) –lomake täytetään yhdessä terveydenhoitajan kanssa. Huoltaja toimittaa täytetyn lomakkeen varhaiskasvatuspaikkaan.

päivitetty 3.7.2019

Maito- ja vilja-allergisten lasten olisi tärkeää olla lääkärin hoidossa, joten Todistus erityisruokavalion tarpeesta – lomakkeen laatii vuosittain lääkäri. Tämän todistuksen huoltaja toimittaa varhaiskasvatuspaikkaan ja ilmoittaa erityisruokavaliosta lastenneuvolaan.

Lapsenne ruokarajoitukset otetaan päivittäin huomioon ruoanvalmistuksessa. Turhan työn välttämiseksi pyydämme teitä ystävällisesti aina ilmoittamaan, kun lapsenne ei ruokaile varhaiskasvatuspaikassa tai erityisruokavalioon on tehty muutoksia.

Lapsen huoltajalta voidaan pyytää yksityiskohtaiset kirjalliset ohjeet ruokavalion toteutuksesta. Huoltajan tulee myös huolehtia siitä, että varhaiskasvatukselle annettavat ohjeet ruokavalion toteutuksesta ovat selkeät ja yksiselitteiset. Tarvittaessa lapsenne ruokavalion toteutuksesta voidaan järjestää neuvottelu hoitosuhteen alkaessa.

Allergiatyöryhmän puolesta:

Pirjo Vainio, Ruokapalvelujohtaja ja Annamaija Leppimäki, Ravitsemusterapeutti