



Mer LAGAnda

LAKTOS ASTMA GLUTEN ALLERGI



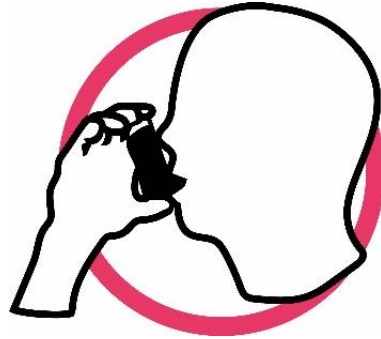
Din klass

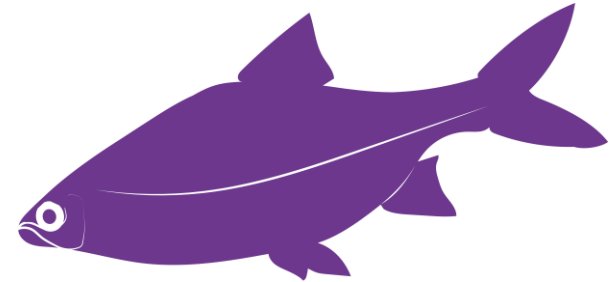
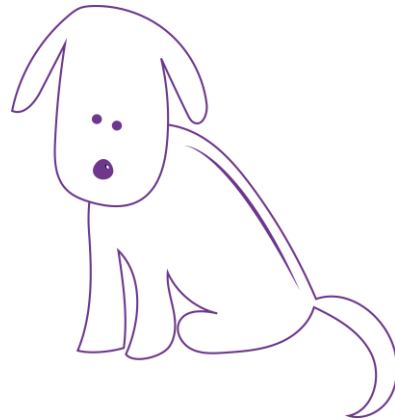
I varje klass har i genomsnitt:

- 3 astma
- 4 allergisk snuva
- 2 födoämnesöverkänslighet

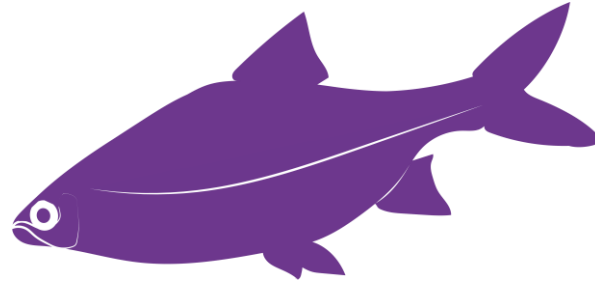


Astma är en benämning på ett tillstånd där luftrören dras samman och skapar andningssvårigheter. Mögel, kall luft, parfym eller avgaser kan utlösa astma. Det är olika från person till person.





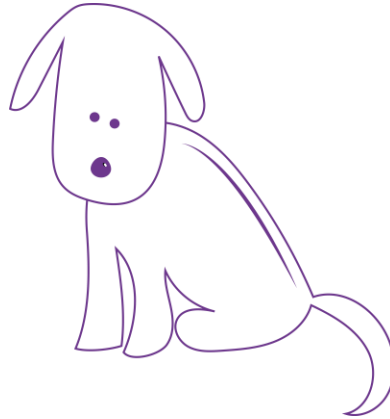
Allergi innebär att immunförsvaret överreagerar: en person med allergi har ingen möjlighet att styra när och hur mycket besvär hen får. Saker en kan vara allergisk mot är bland annat födoämnen, pälsdjur och pollen.



“Kompisar kommenterar ens mat och att den ser äcklig ut - *hur kan du äta den, stackars dig.*”



”Jag har pollenallergi. På våren kan jag inte vara med fullt ut på idrotten, då får jag ofta höra att jag är lat.”



”Besök på bondgård fungerar inte alls för mig,
man känner sig utanför i skolan och får inte följa
med när de åker dit.”



Celiaki, ibland kallad glutenintolerans, är en sjukdom och inte en allergi. En person med celiaki blir sjuk av gluten som finns i vete, råg och korn. Produkter som innehåller gluten är bland annat pasta, bröd och bakverk.



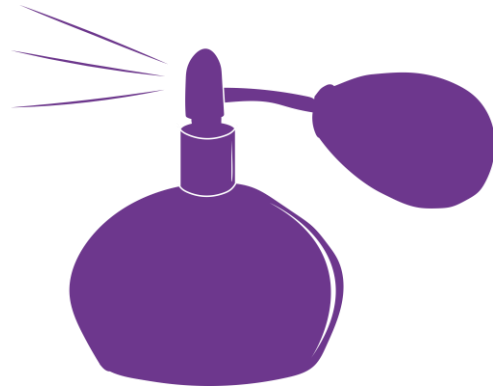
“Jag fick laga maten men inte äta den, fick sitta kvar och se på när alla andra åt den.”



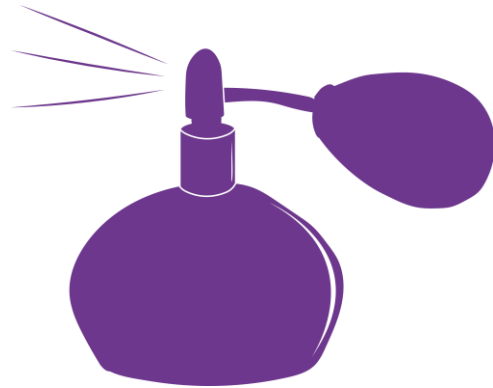
Laktosintolerans innebär att en person har svårt att bryta ner mjölksockret, laktos, som finns i mejeriprodukter så som glass, ost och smör. Laktos gör att en bland annat får magknip eller diarré.



”På skolavslutningen fick alla en glasstrut,
men jag fick ingenting.”



Personer med överkänslighet mot starka dofter kan få besvär av väldigt små mängder av t.ex. tvättmedel, blommor eller schampo. Det är viktigt att tänka på att inte ha på sig starka dofter i skolan.



”Några verkar förstå när jag förklarar. Men de flesta behöver se vad parfym gör med mig för att "tro" på mig.”



Spela!



After spelet



Reflektion

- Tyckte ni att det var kul att spela spelet?
- Hur kändes det när ni fick backa/inte gå framåt även fast ni kunde svaret?
- Vissa svarade rätt på många frågor men kom ingenstans, hur kändes det? Förstod ni varför ni inte fick gå framåt?
- Har ni lärt er någonting nytt om hur elever med astma, allergi, celiaki och intolerans kan må i skolan?



Framåtblick

Hur kan ni hjälpa klasskamrater som har astma, allergi, celiaki och intolerans att må bättre?

- I klassrummet
- I skolrestaurangen
- På gympan
- På rasten

Vad ska vi undvika för att klasskamrater inte ska må dåligt?



Summering

- Vad är korsallergi?
- Hur många barn har pälsdjursallergi? Hur många barnfamiljer har pälsdjur?
- I vilka livsmedel finns laktos?
- Vad kan en person med överkänslighet mot starka dofter bli sjuk av?
- Vad är celiaki och vad blir en person med celiaki sjuk av?