



## Informationsbrev angående specialkostintyg medicinska och etiska/kulturella skäl

Läs detta informationsbrev innan du fyller i blanketten! Du kan ge värdefull information så att vi inte ändrar maten mer än vad som behövs. Om du har information om något av nedanstående så fyll i det under "Övrigt" på specialkostblanketten.

Vid sjukdom eller ledighet, ring köket före kl. 8.00 för att undvika att specialkost tillagas och slängs. Vårdnadshavare för förskolebarn ansvarar för att informera pedagoger vid ändrade förhållanden och alltid inför ev. byte av förskola. Vårdnadshavare för skolbarn ansvarar för att informera pedagoger/skolsköterska vid ändrade förhållanden och alltid inför nytt läsår samt skolbyte. Vid eventuella frågor angående formuläret kontaktar vårdnadshavare för förskolebarn kost och lokalvårdsorganisationen och vårdnadshavare för skolbarn kontaktar skolsköterskan.

### Laktosintolerans hos små barn

Laktosintolerans är extremt ovanligt hos barn under fem-sex år (*Läkartidningen 31 januari 2012*). Om ett barn har problem med magen är det därför troligare att det beror på något annat än laktosintolerans. Om misstanke finns att barnet reagerar på mjölk är det viktigt att kontakta Familjens Hus (gäller förskolebarn) eller skolsköterskan (gäller skolbarn). Det man tror är laktosintolerans kan vara en mjölkproteinallergi eller annan medicinsk orsak t.ex. en obehandlad glutenintolerans.

### Hur mycket laktos klarar barnet/eleven av att äta?

Laktosintolerans är inte en sjukdom, en stor del av världens befolkning har en nedsatt förmåga att bryta ner laktos. De flesta laktosintoleranta klarar av att få i sig ca 5-10 g laktos/dag jämt fördelat under dagen. En viss nedbrytning av laktos verkar vara bra för tjocktarmen (*Läkartidningen 31 januari 2012*). Om barnet/eleven klarar av att äta vanlig mat men behöver laktosfri mjölk till maten, kryssa i ruta 1. Om även laktoslåg mat behövs, kryssa i ruta 2.

### Glutenintolerans och mjölkproteinallergi

Om barnet/eleven har både glutenintolerans och mjölkproteinallergi vill vi veta om ni använder Oatlys produkter. De är inte märkta med "mycket låg glutenhalt" men innehåller enligt tillverkaren inte mer än 100 ppm gluten. Meddela under "Övrigt" om det tillåts i barnets/elevens mat.

### Sädeslagsallergi

En del sädeslagsallergiker klarar av att få i sig en liten mängd av sädeslagsproteinet. 2012 sänktes glutenmängden i glutenfria livsmedel till 20 ppm gluten. Klarar barnet/eleven glutenfria produkter innehållandes denna mängd, fyll i det under "Övrigt".

### Tål i små mängder

Ibland kan man äta små mängder av det man vanligtvis inte tål, exempelvis paprika eller lök i kryddblandningar. Fyll i den informationen under "Övrigt".

### Tål exempelvis äpple, morot och tomat när det är upphettat.

Vissa frukter och grönsaker tolereras inte råa men kan ätas i upphettad form, exempelvis äpple. Fyll i den informationen under "Övrigt".

### Sojaproteinallergi

I sällsynta fall kan sojaproteinallergiska personer även reagera på produkter som utvinns från sojabönan, t.ex. sojalecitin (E322) eller sojabönshemicellulosa (E426). Fyll i den informationen under "Övrigt".

**Specialkostintyg medicinska och etiska/kulturella skäl**

Barnet/Elevens namn:	Personnummer:	Datum:
Skola/Fritidshem/Förskola:		Klass/avdelning
Vårdnadshavare:	E-mail och telefon:	
Mentor/Förskolepersonal:	E-mail och telefon:	

Intyget lämnas till:  
Förskola – till  
samhällsbyggnadsförvaltningen

Skolelever – till skolsköterskan

Foto

---

**Viktig information, ifylls alltid!**  
Symptom, reaktion:

---



---

Eventuell akutbehandling:

---



---

**Bifoga egenvårdsplan om sådan finns.**

**Barnet/eleven är överkänslig/allergisk mot**

Laktosintolerans, **välj 1** av nedanstående alternativ

<input type="checkbox"/> Behöver laktosfri dryck	<input type="checkbox"/> Ägg
<input type="checkbox"/> Behöver laktosfri dryck och laktoslåg mat	<input type="checkbox"/> Sojaprotein
<input type="checkbox"/> Gluten	<input type="checkbox"/> Annan böna, ärta, linser, vilken? _____
<input type="checkbox"/> Mjölprotein	<input type="checkbox"/> Rå tomat
<input type="checkbox"/> Fisk	<input type="checkbox"/> Rå morot
<input type="checkbox"/> Skaldjur	<input type="checkbox"/> Rå paprika
<input type="checkbox"/> Barnet/eleven har diabetes	<input type="checkbox"/> Tål kokt tomat
	<input type="checkbox"/> Tål kokt morot
	<input type="checkbox"/> Tål kokt paprika

**Barnet/eleven äter följande mat av etiska/kulturella skäl:**

Vegetarisk mat, mjölk och ägg ingår

Äter inte griskött, blod

**Övrigt:** (Läs informationsbrevet innan du fyller i detta)

- Beskriv om barnet/eleven är allergisk/överkänslig mot något annat än ovanstående.
- Beskriv om barnet/eleven tål något i små mängder ex. kryddor.
- Beskriv om barnet/eleven tål frukt/grönsak när den är kokt.

---



---



---

Nötter, jordnötter, sesamfrön och mandel förekommer inte i maten och får heller inte medtas till skolan. Om barnet/eleven har en svår allergi mot detta är det ändå viktigt att informationen fylls i under övrigt.

**Underskrift vårdnadshavare**

Namn: \_\_\_\_\_ Datum: \_\_\_\_\_