

ALLERGIROND I SKOLAN

Ett hjälpmedel för skolans egenkontroll av innemiljön.

Checklistan för allergirond i skolan
har utarbetats av Astma- och Allergiföreningen i Stockholms Län
i samarbete med Statens folkhälsoinstitut.

Distribueras av Astma- och Allergiförbundet

Reviderad i maj 2002

ALLERGIROND I SKOLAN

Allergi – vår tids epidemi

Allergierna ökar alarmerande och framförallt hos barn. Fyra av tio skolbarn har eller har haft någon form av allergi/överkänslighet.

Faktorer i inomhusmiljön anses vara en bidragande orsak

Tobaksrök, föroreningar från material och verksamhet, fukt, dålig ventilation, otillräcklig städning mm är några av de faktorer som gör att allergierna ökar och blir allt svårare.

Allergirond – ett arbetsredskap för att förbättra inomhusmiljön

Vi måste alla hjälpas åt med att förebygga så att inte fler barn får allergi och för att lindra besvären hos de redan drabbade. Allergironden är ett hjälpmedel för skolans egenkontroll av innemiljön. Med hjälp av checklistan får man snabbt och enkelt överblick över var riskerna finns och vad som behöver rättas till.

Gör en allergirond i din skola med hjälp av checklistan

Deltagare vid allergironden bör i första hand vara rektor, skyddsombud, allergiombud, skolsköterska och elevskyddsombud. Rektor bör, som ansvarig för arbetsmiljöarbetet i skolan, vara sammankallande. På lågstadiet bör även representant från föräldraförening delta. I frågorna om inomhusklimat och ventilation deltar fastighetsansvarig. I frågorna om kost deltar skolmåltidspersonal och i frågorna om lokalvård deltar ansvarig städpersonal. Elever (förälder till små barn) och personal med allergi bör ges tillfälle att ge synpunkter på de faktorer som berör deras närmiljö.

Använd checklistan så här:

Fyll i checklistan tillsammans vid allergironden. I checklistan ställs frågor om de faktorer i miljön som påverkar och kan ge allergier. Svara med kryss efter ja eller nej. *Om svaret hamnar till höger, vid pilen, så har en risk identifierats.* Fortsätt då att fylla i vad som skall göras under ”åtgärd”, vem som ansvarar för att det blir gjort och när det skall vara klart. Checklistan täcker in de viktigaste faktorerna men inte alla. Kanske finns barn eller personal med särskild känslighet som behöver ytterligare åtgärder. Kommer ni på någon ytterligare risk i miljön så fyll i under ”övrigt”.

Gör handlingsplaner för att förbättra miljön

Använd checklistan som underlag för en diskussion om vad som måste göras. Gör handlingsplaner för åtgärdsarbetet med tydlig ansvarsfördelning och tidplan för genomförande. Sammanställ handlingsplanerna i ”Handlingsprogram för allergifrågor”.

En del åtgärder kan göras snabbt, andra får man arbeta med på sikt. Attitydfrågorna dvs frågorna om rökning, pälsdjur, parfymer etc är viktiga att ta upp och belysa. Ett sätt är att diskutera dessa på temadagar i skolan. Ta hjälp av skolhälsovården, apoteket, lokal astma- och allergiförening eller andra med intresse och kunskap om allergi.

Följ upp åtgärderna

Gör allergironden till rutin varje år för att få en bra översikt över arbetet med att förbättra miljön. Se till att de föreslagna åtgärderna verkligen blir utförda och skolan därmed alltmer allergisäker.

Skaffa ökad kunskap om allergi och miljöns betydelse

Allergironden bör kombineras med ökat kunnande om allergi och vilka faktorer i miljön som ger allergi. Personal och föräldrar bör informeras om allergi, miljöns och våra levnadsvanors betydelse och vad vi alla kan göra för att miljön i skolan ska bli så allergisäker som möjligt.

”Skola fri från allergi” är ett undervisningsmaterial för grundskolan. Det kan beställas från Förlagshuset Gothia, tel 08-462 26 70, fax 08-462 03 22 eller e-post info.gothia@verbum.se

”Inneboken”, som togs fram under Innemiljöåret 1999, beskriver vilka faktorer som är betydelsefulla för att skapa och bibehålla en sund inomhusmiljö. Kan beställas från Svensk Byggtjänst AB, tel 08-457 11 00, fax 08-457 11 98 eller www.byggbokhandeln.com

”De sex stegen för en sund skola” är en skrift för dem som planerar ny- och ombyggnad av skolor och förskolor. Den kan beställas från Förlagshuset Gothia, tel 08-462 26 70, fax 08-462 03 22 eller e-post info.gothia@verbum.se

”Astma och Allergi i skolan – råd och rekommendationer”, Svenska Skolläkarföreningen m fl tar upp övergripande råd om hur skolan ska hantera elever med astma och allergi. En rad organisationer står tillsammans med folkhälsoinstitutet bakom skriften. Kan beställas från Astma- och Allergiförbundet eller hämtas på hemsidan.

”Tre goda exempel” är en skrift framtagen av Astma- och Allergiförbundet i samarbete med Statens Folkhälsoinstitut. Där presenteras hur man på ett bra sätt allergianpassat en förskola, en skola med låg- och mellanstadium och en med högstadium. Den kan beställas från och med hösten 2002 från Astma- och Allergiförbundet, fax. 08-506 28 249, info@astmaoallergiforbundet.se eller www.astmaoallergiforbundet.se.

Informationsblad om dofter och pälsdjur i skolan tar upp fakta och råd som gäller allergi/överkänslighet mot pälsdjur och dofter i skolan. Kan beställas från från Astma- och Allergiförbundet, fax. 08-506 28 249 , info@astmaoallergiforbundet.se eller laddas ner från hemsidan www.astmaoallergiforbundet.se

Kontakta miljö- och hälsoskyddskontoret och företagshälsovården i kommunen för att få råd. Hjälp och medverkan kan också fås av allergikommittén eller allergiombud från den lokala astma- och allergiföreningen, där sådan finns.

CHECKLISTA

Allergiförebyggande arbete i grundskolan och gymnasiet

Datum:

Skola:

Deltagare:

*Använd checklistan vid **skyddsron** 1 gång/år. Besvara frågorna med kryss efter **Ja** eller **Nej**. Om svaret hamnar till höger, vid pilen, fortsätt och fyll i vad som skall göras, vem som ansvarar för att det blir gjort och när det skall vara klart.*

HÄLSA

Åtgärd?

Vem ansvarar? När senast?

Förekommer hälsobesvär som irritationer i ögon, näsa eller hals, huvudvärk, trötthet i stor utsträckning? Nej Ja →
Om ja, har någon enkätundersökning gjorts? Ja Nej →

Om hälsobesvär och klagomål på torr luft, lukt, dålig ventilation m m är vanliga bör enkätundersökning göras t ex med Örebroenkäten (Yrkesmedicin, Örebro) eller Stockholm Konsults skolenkät.

Hur många allergiker finns i skolan? _____

Har berörd personal god kännedom om vad elever med allergi måste undvika för att må bra? Ja Nej →

Vet berörd personal vad de ska göra om barn får svåra allergiska reaktioner t ex astmaanfall eller allergisk chock? Ja Nej →

Kunskap om medicinering, krisplan.

Lärare bör ha kännedom om och kunna hantera svårt allergiska barns medicinering (gäller särskilt låg-/mellanstadiet).

Informeras allergiska elever om riskyrken? Ja Nej →

Medicinsk SYV (skolhälsovården, SYV)

Informeras elever om risken att utveckla nickelallergi vid håltagning i öronen och användning av smycken/metaller direkt mot huden? Ja Nej →
Skolhälsovården.

Övrigt att notera:

INOMHUSMILJÖ

Åtgärd?

Vem ansvarar?

När senast?

 Är inomhustemperaturen lagom?

Bör helst ej vara över 22°C!

Ja Nej →

Om nej, är den för hög, låg eller ojämn?

Var?

 Misstänks någon fuktskada?

Nej Ja →

Om ja, var?

Missfärgade fläckar på golv/tak/väggar, blåsor i mattor, mögellukt? Tak, vindar och krypgrunder bör kontrolleras regelbundet! Rutiner bör finnas för snabb felanmälan till fastighetsansvarig!

 Förekommer konstig/besvärande lukt

någonstans i lokalerna? Nej Ja →

Om ja, vad?

och var?

Utred alltid orsak till dålig lukt och åtgärda!

Förebygg genom att rengöra golvbrunnar regelbundet samt se till att vattenlås till oanvända avlopp är vattenfyllda!

Organiskt material (tyg, trä, papper, skinn m m) skall ej lagras i lokal med hög luftfuktighet t ex ej uppvärmd källare.

Om ny inredning eller nya möbler skall inköpas: Ställ krav på låg emission (kemisk avgasning) från material t ex mjukgörare i golvmattor, formaldehyd i spånskivor (möbler).

 Övrigt att notera:

VENTILATION

Åtgärd?

Vem ansvarar?

När senast?

 Har obligatorisk funktionskontroll av

ventilationssystem (BFS 1994:40) utförts?

Ja Nej →

Intyg skall finnas på väl synlig plats i byggnaden.

 Har eventuella brister åtgärdats?

Ja Nej →

Kräv uppgift om resultatet av ventilationskontrollen!

 Upplevs att ventilationen

ändå inte är tillräcklig? Nej Ja →

Om ja, var?

Om ventilationen upplevs som dålig, begär mätning av luftflöden och luftutbyteseffektivitet!

 Är kemisalar utrustade med väl fungerande

dragskåp? Ja Nej →

 Är träslöjdsalar utrustade med bra spånsug?

Ja Nej →

 Om rökrum finns, är det utrustat

med separat frånluftventilation?

Ja Nej →

 Är den tillräcklig?

Ja Nej →

forts VENTILATION

Åtgärd?

Vem ansvarar?

När senast?

Om tilluftfilter finns, byts det tillräckligt ofta?

Ja Nej →

Fungerar drift och underhåll
av ventilationen?

Ja Nej →

Glöm ej en gammal beprövad "ventilationsmetod": VÄDRA!

Övrigt att notera:

RÖKNING

Åtgärd?

Vem ansvarar?

När senast?

Känner vi till och följer gällande tobakslag?

Ja Nej →

Målsättningen är att ingen mot sin vilja skall behöva utsättas för tobaksrök.

Förekommer röklukt där den inte bör vara?

Nej Ja →

Om ja, var?

*Tänk på att även röklukt i kläder, hår och andedräkt kan ge besvär!*Informeras eleverna om allergiriskerna med
rökning och passiv rökning?

Ja Nej →

Följs rökvanor hos eleverna upp?

Ja Nej →

Övrigt att notera:

PÄLSDJUR

Åtgärd?

Vem ansvarar?

När senast?

Har någon allmän information skett om vikten
av att byta kläder, duscha och tvätta håret efter
ridning samt att ej gå till skolan i kläder som
varit i direkt kontakt med pälsdjur?

Ja Nej →

Finns regler/rekommendationer för detta,
som alla känner till?

Ja Nej →

*Pälsdjur eller fåglar skall ej förekomma i skolan. Ej heller ridkläder. Förvara ev. uppstoppade djur i skåp med dörrar!*Finns enskilda, väl ventilerade skåp
för klädförvaring?

Ja Nej →

Förvara ej ytterkläder i klassrummen!

Övrigt att notera:

PARFYMER

Åtgärd?

Vem ansvarar? När senast?

Har någon allmän information skett om vad parfymer, hårspray m m har för betydelse för allergiker?

Ja Nej →

Finns regler/rekommendationer för detta, som alla känner till?

Ja Nej →

Särskilt viktigt är detta i omklädningsrum då många med astma har ansträngningsutlöst astma och är extra känsliga efter gymnastik och idrott. Undvik parfymade produkter överhuvudtaget!

Övrigt att notera:

VÄXTER

Åtgärd?

Vem ansvarar? När senast?

Förekommer allergiframkallande/giftiga växter?

Nej Ja →

Undvik doftande och blommande växter samt ta ej in kvistar av björk och sälg! Var sparsam med krukväxter i klassrummen!

Hur ser utemiljön ut? Björk, hassel, sälg, syren, balsampoppel, spirea, jasmin direkt utanför fönster eller vid luftintag?

Nej Ja →

Pollen och starka dofter är mycket besvärande för många allergiker.

Övrigt att notera:

KOST

Åtgärd?

Vem ansvarar? När senast?

Har skolmåltidspersonalen kunskap om hur viktigt det är att allergiker ej får i sig något de ej tål?

Ja Nej →

Skolmåltidspersonal måste vara väl kunnig om de olika matallergier/-överkänsligheter som förekommer i skolan. Ta dietist till hjälp!

Finns rutiner för ansvar och hantering vad gäller specialkost för allergiker?

Ja Nej →

Finns rutiner, så att även vikarier kan beakta detta, t ex listor på vad allergiska elever inte tål?

Ja Nej →

Mycket små mängder kan ge reaktioner (även livshotande). T o m lukt t ex av fisk kan ge besvär! Beakta korsreaktioner t ex björkpollenallergi–nötter; kärnfrukter; jordnötter–sojaprotein; gråbo–selleri, kiwi, paprika!

Förekommer nötter, jordnötter och mandel i skolmaten?

Nej Ja →

Undvik alla sorters nötter, jordnötter och mandel! Obs! Kan finnas i bröd, sallader, müsli m m!

Övrigt att notera:

LOKALVÅRD

Åtgärd?

Vem ansvarar?

När senast?

Fungerar städningen bra

- i klassrum? Ja Nej →
- i gymnastiksal Ja Nej →
- i omklädningsrum? Ja Nej →
- i träslöjdsal? Ja Nej →
- i syslöjdsal? Ja Nej →
- i specialsalar (hem-
kunskap, kemi m fl)? Ja Nej →
- i korridorer, entréer? Ja Nej →
- även efter uthyrning? Ja Nej →

Vid kvällsanvändning bör lokalerna städas 2 ggr/dygn!

Känner alla till städschemat?

Ja Nej →

*Städschema bör finnas för varje lokal!*Städas golven dagligen i klassrum, korridorer
m m med bra metod?

Ja Nej →

*Moppning bör ske med rena redskap och bra dammsamlade metod (t ex fuktigt eller elektrostatiskt, ej för vått). Städmetoder som sprider damm i luften (sopning, dammsugning med gammal dammsugare) bör undvikas. Centraldammsugare eller dammsugare med specialfilter är bättre. Undvik om möjligt städning under pågående verksamhet!*Torkas övriga horisontella ytor, som
bord, stolar, hyllor, fönsterbänkar m m
minst 1 gång/vecka?

Ja Nej →

Städas även ev uppehållsrum/"myshörnor" regelbundet?

Ja Nej →

Dynor och madrasser bör ha avtagbar klädsel som tvättas regelbundet!

Utförs storstädning minst 1 gång/år?

Ja Nej →

Ingår i denna följande rutiner:

- tvätt/byte av textilier t ex gardiner,
mattor med mera? Ja Nej →
- rengöring av frånluftdon och tvätt av tak/vägg
kring tilluftdon? Ja Nej →
- rengöring av armaturer? Ja Nej →

Är golven fria från stolar, väskor, skor, sladdar,
grövre skräp mm när det ska städas?

Ja Nej →

*Undvik om möjligt ytterskor i klassrummen!*Är material som ej används för tillfället
undanstädat?

Ja Nej →

Material bör förvaras i skåp med dörrar!

HANDLINGSPROGRAM

för

ALLERGIFRÅGOR

Skola

Jag har deltagit i Allergirond

Namn

Datum



Checklistan kan beställas från
Astma- och Allergiförbundet, tel 08-506 28 200, fax 08-506 28 249.
Den går också att ladda ner från
Astma- och Allergiförbundets hemsida astmaoallergiforbundet.se
eller från Statens folkhälsoinstituts hemsida www.fhi.se