



UPPSALA  
UNIVERSITET

Examensarbete C,  
15hp

Grundnivå  
vt 2013

# Allergi i hem- och konsumentkunskap, en livsviktig kunskap

Hem- och konsumentkunskapslärares erfarenhet  
av allergi och överkänslighet inom skolan och  
den egna undervisningen

Sara Andersson och Ulrika Sundström

Institutionen för  
kostvetenskap  
Box 560  
Besöksadress: BMC,  
Husargatan 3  
751 22 Uppsala



UPPSALA UNIVERSITET  
Institutionen för kostvetenskap  
Examensarbete C 15 hp, vt 2013

**Titel:** Allergi i hem- och konsumentkunskap- en livsviktig kunskap

*Hem- och konsumentkunskapslärares erfarenhet av allergi och överkänslighet inom skolan och den egna undervisningen*

**Författare:** Sara Andersson och Ulrika Sundström

## Sammanfattning

Mat är en central del i våra liv. Att få uppleva matglädje och dela en måltid med andra människor har stor social betydelse för oss. För en person som har allergi eller annan överkänslighet kan det vara svårt att uppleva detta. Allergi, astma och överkänslighet är idag ett växande hälsoproblem. Syftet är att få en förståelse för hur lärare i hem- och konsumentkunskap hanterar och arbetar kring allergier i undervisningen. Den metod som valts är kvalitativa intervjuer med lärare som undervisar i ämnet hem- och konsumentkunskap. Intervjuerna har genomförts med sex stycken verksamma lärare. I intervjuerna framkom det att de äldre lärarna är nöjda med sin kompetens. De yngre lärarna som inte har lika många års erfarenhet i yrket, känner dock att kunskaperna ibland brister. Allergier är ett område som inte är högt prioriterat i undervisningen. Lärarna brukar ge lite allmän information om allergier till alla elever, främst om de stora grupperna som gluten och laktos. Lärarnas arbete kring recepten ser olika ut. Trots att det ibland är svårt att hitta recept så strävar ändå lärarna efter att eleverna ska laga så lika rätter som möjligt. Lärarna vill inte att någon elev ska känna sig utanför och därför är det viktigt att alla får laga likvärdiga rätter.

Uppsala University  
Department of Food, Nutrition and Dietetics  
Bachelor thesis, 15 ECTS credit points, spring 2013

**Title:** Allergy in home and consumer science- vital knowledge  
*home and consumer science teachers experiences of allergies and other abnormal sensitivities in school and their own teaching*

**Author:** Sara Andersson och Ulrika Sundström

## **Abstract**

Food and eating is a central part of our lives. To eat with joy and to share a meal with others is of great social importance. To someone with allergies or abnormal sensitivity to food this experience may be inhibited. Allergies, asthma and other abnormal sensitivities is a growing health problem. The objective of this report is to achieve a better level of understanding how home and consumer science teachers approaches the subject of allergies in their teaching. We choosed qualitative interviews with active home and consumer science teachers as our methodology. Six currently operative teachers were interviewed. The interviews showed that older teachers deemed their competence adequate while the younger teachers with less experience sometimes felt lacking in their allergy knowledge. Allergy is a non prioritized teaching area. Commonly teachers share some general allergy information with students, such as gluten and lactos intolerance common to large allergic groups. Teachers work differently with food recipes. Despite difficulty to find relevant recipes they aim for their students to cook as may dishes as possible. Teacher strive for their students not to feel indifferent and as such it is paramount that each and every student can cook similar dishes.

## Innehållsförteckning

Sammanfattning.....	2
Abstract.....	3
Bakgrund .....	5
Introduktion.....	5
Allergier .....	5
Barn och ungdomars erfarenhet av allergi och överkänslighet.....	6
Hem- och konsumentkunskap.....	7
Hälsosam skolmiljö.....	8
Lagar och ansvar.....	8
Syfte .....	9
Metod .....	9
Urval .....	9
Etik.....	9
Analys.....	10
Resultat.....	11
Elever med allergi och överkänslighet.....	11
Lärarnas erfarenhet av allergi och överkänslighet i undervisningen .....	11
Diskussion.....	13
Resultatdiskussion.....	13
Metoddiskussion .....	14
Förslag på framtida studier .....	15
Slutsats.....	15
Referenslista .....	17
Bilaga 1.....	20
Bilaga 2.....	21

## Bakgrund

Det industrialiserade samhället har fört med sig en stor förändring kring vår mat och våra matvanor. Maten och ätandet har blivit en officiell angelägenhet, från bondesamhället till 1960-talet då offentliga måltider blev vanliga på både skolor och arbetsplatser. Utbudet i affärerna har förändrats radikalt och det mesta finns tillgängligt för de flesta människor på dygnets alla tider (Jansson, 1992). Vi ställs inför ständiga val när det gäller den mat vi ska äta idag. Mat är en central del av våra liv och att dela en måltid är det som sammanför oss människor. Måltiden har många symboliska och kulturella betydelser. Maten kan även ha en betydande roll i skapandet av en människas identitet. Vi äter för att känna en gemenskap och att vara en del av en grupp (Holm, 2012). Men om man är allergisk så kan det vara svårt att dela dessa stunder med andra människor. Vad innebär det att behöva undvika en del livsmedel och leva med risken för att få i sig något man inte tål? Framför allt barn och ungdomar vill smälta in och vara en i gruppen. Den som inte kan äta all slags mat lider av ett dolt handikapp som kan medföra vissa sociala problem (Bengtsson et. al, 2006)

## Introduktion

### Allergier

Det finns ingen definition som täcker in alla allergisjukdomar. Det saknas därför en fullständig enighet om hur de olika reaktionerna ska delas in och definieras. Ofta görs feltolkningar och det blir lätt missförstånd kring allergier och överkänslighet. Överkänslighetsreaktioner mot livsmedel kan vara av olika slag. Så tidigt som 1906 definierades allergi som ”*ovanlig överkänslighet mot ämnen som för de flesta är helt harmlösa*” (Livsmedelsverket, 2007. s.130). Det är inte ovanligt att läkare feltolkar allergier och överkänslighet. Det är skillnad på allergi och överkänslighet. Allergi innebär att immunförsvaret reagerar. Överkänslighet betecknas däremot som en icke-allergisk reaktion, det händer att personer som har överkänslighet inte alltid vet den bakomliggande orsaken till reaktionen. Allergi, astma och andra allergirelaterade sjukdomar som har kopplingar till immunsystemet har ökat sedan 1950-talet. Uppskattningsvis har cirka 1.5–1.8 miljoner svenskar en pågående allergisjukdom. Många av dessa människor kan leva sina liv utan större besvär men för vissa, uppskattningsvis 500 000, innebär en allergisjukdom en reducerad hälsorelaterad livskvalitet (Wikman, 2009). I en nyligen utgiven Miljöhälsorapport om barns miljö och hälsa visar resultaten att 13% av barn mellan 4-12 år har någon allergirelaterad sjukdom (Wikman, 2013).

Ur samma nationella miljöhälsorapport så beskrivs allergi, astma och överkänslighet som ett ökande hälsoproblem i dagens samhälle (Wikman, 2013). Den största ökningen har skett bland barn till föräldrar med låg utbildning. Bakomliggande orsaker tros vara olika miljöfaktorer i kombination av ärftliga faktorer. Reaktioner av allergi eller födoämnesöverkänslighet varierar mycket från individ till individ. (Astma och allergi förbundet, 2013c) De reaktioner som uppstår kan variera från lätta besvär till livshotande. Lätta besvär kan till exempel vara klåda i munnen, rodnad runt munnen, illamående, kräkningar, snuva eller eksem (Astma och allergi förbundet, 2013d). Till svårare besvär räknas anafylaktisk chock, vilket innebär att alla organ i kroppen kan drabbas av allmän påverkan. Anafylaktisk chock leder alltid till påverkan av andningsvägarna eller hjärtkärlsystemen och ibland till och med båda (Astma och allergi förbundet, 2013a). En allergisk reaktion kan komma direkt eller flera dygn efter intag av en allergen (Astma och allergi förbundet, 2013d). Man har beräknat att i en klass med 30 elever finns i genomsnitt 3 barn med astma, 4 med allergisk snuva och 2 med födoämnesöverkänslighet (Socialstyrelsen, 2013). Barn och ungdomar spenderar mycket av sin tid i

skolan och det är därför viktigt att alla elever kan känna sig trygga i skolmiljön, således är det angeläget att alla vuxna som jobbar inom skolan har bra kännedom om olika allergier och vilken handlingsplan som finns om en allergireaktion skulle inträffa. En ökad risk för reaktion finns bland annat i skolmatsalen, skolcafé eller i samband med undervisningen i hem- och konsumentkunskap. I hem- och konsumentkunskapsundervisningen arbetar eleverna till stor del med praktiska uppgifter i köken. Eleverna lär sig laga mat, baka samt andra uppgifter som förekommer i ett hem. På uppdrag av regeringen har Socialstyrelsen utrett frågor kring allergier i skola och förskola. Utredningen visar på brister i både miljön i skolan och kring anpassning av mat och undervisning. I en rapport från Socialstyrelsen framgår att elever med allergi har högre sjukfrånvaro än andra barn. Att leva med allergi kan därför påverka individens totala sociala livskvalitet (Socialstyrelsen, 2013).

Alla livsmedel som innehåller proteiner kan fungera som allergener, vilka är allergiframkallande ämnen. De livsmedel som vanligen ger allergiska reaktioner är mjölk, ägg, fisk, skaldjur, baljväxter som jordnötter och soja, olika nötter och fröer och vete. Allergi uppkommer när kroppens normala försvarsmekanismer mot främmande ämnen inte fungerar som de ska. För personer med allergi gäller det att undvika de livsmedel som kroppen reagerar på. De symtom som orsakas av allergi och överkänslighet kan komma från praktiskt taget alla delar av kroppen, men det varierar från individ till individ (Livsmedelsverket, 2007). Astma, snuva, ögonkatarr, eksem, nässelutslag och mag-tarmbesvär efter födoämnesintag kan alla utmärkas som besvär orsakade av överkänslighet (Wikman, 2009). De vanligaste symtomen kommer dock från mag-tarmkanalen och kan föra med sig illamående och magont. På huden kan det uppkomma eksem och utslag och eller från luftvägarna som då kallas astma (Landstinget Västmanland, 2013b). Vid en allergisk reaktion, reagerar immunsystemet genom att bilda antikroppar mot ofarliga substanser som till exempel pollen. Substansen som orsakar reaktionen kallas för antigen. En antigen som framkallar en allergi kallas för allergen. Astma innebär andnöd som är orsakad av en inflammation i luftvägarna. Inflammationen orsakar ökad slemproduktion, svullnad samt att glatta muskulaturen i halsen drar ihop sig (Henriksson & Rasmusson, 2007).

Att inte tåla gluten innebär att man inte kan äta havre, vete, korn och råg. Gluten är inget enhetligt protein, utan består av gliadiner och gluteniner. Den framkallande orsaken till glutenintolerans är gliadinerna. Gluten ger upphov till att tarmens slemhinna skadas, vilket gör att kroppen inte kan tillgodogöra sig mat på ett vanligt sätt. Havre skiljer sig från de övriga spannmålen, vete, korn och råg och kan därför ingå i kosten till många med celiaki (Livsmedelsverket, 2007). Celiaki innebär att personen reagerar på sädeslagen vete, korn och råg (Astma och Allergiförbundet, 2013b). Laktosintolerans däremot beror på att kroppen har brist på enzymet laktas. Kroppen behöver laktas för att kunna bryta ner mjölksockret (laktos) i tunntarmen. Den mängd laktos som kroppen tål är individuell. Laktos finns i all komjölk men även i mjölk från tex get och får (Livsmedelsverket, 2007).

Ärftlighet är en bidragande orsak till allergi. Matallergier kan drabba en person i vilken ålder som helst men mjölkallergi och allergi mot ägg uppträder oftast i tidig ålder och kan växa bort. Andra allergier kan komma i vuxen ålder och allergi mot pollen brukar utvecklas under ungdomsåren. De som har allergi mot pollen brukar även ha allergi mot mandel och hasselnötter och vissa frukter (Livsmedelsverket, 2007b). Pollen och vissa livsmedel är besläktade med varandra, det är dolt i deras proteiner. Detta betecknas som att en person har korsallergier (Apoteket hjärtat, 2013).

### ***Barn och ungdomars erfarenhet av allergi och överkänslighet***

I en avhandling av Marklund (2007a), ingår en delstudie med ungdomar mellan 14-18 år som

berättar om sina erfarenheter av allergi och överkänslighet. Genom kvalitativ innehållsanalys framkom 5 huvudkategorier, ”kategori 1: uppfatta sig som särskild, kategori 2: känna sig begränsad, kategori 3: uppleva andras okunskap, kategori 4: hålla koll och kategori 5: det är okey”.

Ungdomarna beskrev sig som kompetenta och det visste vad de kunde äta och inte äta. De upplevde dock svårigheter i sitt dagliga liv och att de kände en frustration över att hantera sin födoämnesöverkänslighet. De beskrev en strävan efter att bli som alla andra (Marklund, 2007a) Ungdomsperioden är en dynamisk tid när stora förändringar sker, både socialt och biologiskt. Marklund (2007b) visar att allergier har stor inverkan på barn och ungdomars dagliga liv. Nya situationer och platser skapade en otrygghet bland ungdomarna i studien. Det var endast i hemmet som ungdomarna kunde känna sig trygga. Vidare i Marklunds studie (2007b) berättar ungdomarna att det kan vara svårt att göra spontana aktiviteter när man lider av någon allergi. Att ständigt behöva vara orolig för att inte kunna äta den mat som serveras, eller att kunna drabbas av någon allergisk reaktion har stor inverkan på personens identitet. Ungdomarna beskrev även att det var krävande att bli ifrågasatt om sin allergi och särskilt från vuxna (Marklund, 2007b).

### ***Hem- och konsumentkunskap***

Sedan år 2011 finns det en ny läroplan för grundskolan (Lgr 11). Läroplanen beskriver de mål och riktlinjer som gäller för grundskolan. Utbildningen inom skolväsendet ska syfta till att eleverna inhämtar och utvecklar kunskap och värden. Skolan har ett grundläggande uppdrag att främja elevers lärande samt ge dem de redskap de behöver för att leva i samhället. Skolan ska även ha ett nära samarbete med hemmen, detta för att skapa de bästa förutsättningarna för elevernas personliga utveckling. ”Skolan ska främja förståelse för andra människor och förmåga till inlevelse”(Lgr 11, s.7). Ingen i skolan ska utsättas för något slag av diskriminering. Utbildningen ska anpassas till varje elevs förutsättningar och behov. Alla som arbetar i skolan ska uppmärksamma och stödja elever i behov av särskilt stöd (Lgr 11).

Varje ämne har sin egen kursplan att följa men den enskilda läraren har stor frihet att själv lägga upp hur undervisningen ska genomföras. Ämnet hem- och konsumentkunskap har sedan år 1962 varit ett obligatoriskt ämne i grundskolan (Pipping, Ekström, Hjalmskog, 2006). År 1962 hette ämnet enbart hemkunskap och moment som klädvård och tvätt, bostads- och hemvårdslära och familjekunskap ingick. Med tiden har dock ämnets kursplan genomgått en rad förändringar. År 2000 ändrades namnet till hem- och konsumentkunskap och då tillkom perspektiven hälsa och resurshushållning och även jämställdhet och kultur (Hjalmskog, Cullbrand och Petersson, 2006).

Hem- och konsumentkunskap är idag grundskolans minsta ämne fördelat på totalt 118 timmar (Skolverket, 2011). Syftet med ämnet hem- och konsumentkunskap är att eleverna ska få möjlighet att utveckla medvetenhet om vilka konsekvenser valen i hushållet får för hälsa, välbefinnande och gemensamma resurser. Eleverna ska med hänsyn till hälsa, ekonomi och miljö lära sig göra medvetna val som framtida konsumenter. Kursplanen styrs av tre centrala innehåll: *Mat, måltider och hälsa, Konsumtion och ekonomi och Miljö och livsstil* (Lgr 11). Ett av målen med undervisningen i hem- och konsumentkunskap är att eleverna ska planera och tillaga mat och måltider för olika situationer och sammanhang, (Lgr 11 s 42). Det framgår inte att eleverna ska lära sig specifikt om allergier i kursplanen, men under delen att planera och tillaga mat och måltider för olika situationer kan det ingå att lära sig om allergier (Lgr 11). Under delen miljö och livsstil är en av punkterna att eleverna ska lära sig hur livsmedel och andra varor produceras och transporteras och hur de påverkar miljö och hälsa. Undervisningen i hem- och konsumentkunskap innehåller mycket praktiskt arbete där eleverna oftast jobbar två och två i köken. I ämnet finns många moment

där elever kommer i kontakt med livsmedel av olika slag. För de elever med allergi kan det innebära att livsmedel måste bytas ut och recepten anpassas med hänsyn till allergier.

### ***Hälsosam skolmiljö***

En del skolor har allergiavdelningar/klasser där den allergiske eleven har fått sina behov tillgodosedda. Detta görs när det finns en eller flera elever med svår allergi. Hur mycket skolan åtgärdas beror på graden av den allergiske elevens behov. Oftast innebär en åtgärdad skolmiljö ökad städning i klassrummet samt anpassning av kost. Förskolorna är bättre på att åtgärda miljön efter elevers behov. De har längre erfarenhet av detta (Folkhälsoinstitutet, 2000). I grundskolan är det vanligast att låg- och mellanstadiet har en åtgärdad miljö. På högstadiet och gymnasiet är det ovanligt förekommande med lokaler som är åtgärdade efter allergiska elevers behov. En åtgärdad miljö i de högre stadierna blir mer omfattande eftersom eleverna vistas i fler lokaler (Folkhälsoinstitutet, 2000). Allergier är ett ökande problem, problemen som finns i skolans värld idag kommer att fortsätta om inget görs. För att göra något åt de ökade problemen bör bland annat skolsköterskan medverka för att personalen på skolan får en utökad kunskap om allergier. Enligt Borres et al (2000) bör all personal på skolan ha grundläggande kunskaper om astma och allergi. Det bör även specificeras vilket ansvar föräldrar, lärare och skolan har vid medicineringen av en allergisk elev (Jacksson Devoe, 2008). Elever ska inte behöva få symtom eller behöva öka medicinering pga förhållanden i skolan. Skolan har till uppgift att lägga en grund för gynnsam inlärning vilket inkluderar även de elever som har astma och allergi. Rektorn har ett visst ansvars kring elever med allergi. Det är rektorns ansvar att se till att det finns en aktuell handlingsplan för elever med astma och allergi (Borres et. al, 2000). Även föräldrarna har ett visst ansvar. Föräldrarna har en skyldighet att upplysa skolan om elevens allergisituation. Föräldrarna bör även föreslå en akut handlingsplan vid akuta allergiska reaktioner som rör deras barn (Garrow, 2011). Ytterligare ansvarsområde är att säkra rutiner kring skolmaten och elever med födoämnesöverkänslighet. Rektorn bör även uppmuntra en kommunikation mellan skolans personal och föräldrar till elever med astma och allergi. Var 4:e familj som har ett barn med astma är missnöjda med skolans sätt att hantera detta på. Sätten att arbeta för en hälsosam skolmiljö är många. Till exempel bör skolans personal undvika parfym och starkt doftande hud- och hårvårdsprodukter, detta är även något som skulle kunna omfatta eleverna. Städningen av lokalerna bör utföras under den tid då eleverna inte vistas i lokalerna. Det bör heller inte vara tillåtet med rökning inom skolans område, inte ens i särskilda rökrutor (Borres et. al, 2000).

### ***Lagar och ansvar***

Det är flera olika regelverk som tillämpas gällande barn med allergi, astma och överkänslighet. Framför allt finns regleringar i Skollagen, Miljöbalken, Arbetsmiljölagen och Livsmedelsförfattningarna. Skolförfattningarnas främsta fokus ligger på utbildningen men omfattar även frågor kring miljön i skolan. Skollagen stadgar att alla barn ska ha lika tillgång till utbildning. Skolan måste därför anpassa verksamheten till elever med allergi, överkänslighet eller andra funktionsnedsättningar. Miljöbalken styr att lokaler och utemiljöer i skolan inte ska påverka hälsan negativt (Socialstyrelsen, 2013). Arbetsmiljölagen omfattar att arbetsmiljön i skolan inte ska påverka hälsan och välbefinnandet, varken hos elever eller personal. Arbetsmiljön ska vara anpassad till den enskildes förutsättningar. Livsmedelslagstiftningen innefattar regler som till exempel att maten som serveras ska vara säker utifrån barns olika allergier eller överkänslighet (Socialstyrelsen, 2013). Ansvaret för verksamheten ligger ofta hos barn- och utbildningsnämnden när det gäller kommunala skolor. För det praktiska genomförandet har skolchefen eller rektor det



yttersta ansvaret. I den utredning som Socialstyrelsen nyligen gjort, visar den på en rad olika problem. Dels är regelverket väldigt komplext och dels finns det ett behov av att ge en myndighet i uppgift att ta fram en gemensam nationell strategi för allergirelaterade sjukdomar (Socialstyrelsen, 2013).

I Socialstyrelsens undersökning framgår vidare att rutinerna brister kring specialkost särskilt om en elev byter skola, i samband med utflykter eller då mat serveras i undervisningen. Barn och ungdomar uppsöker sjukvård gång på gång för att de serverats mat som de inte tål. Det händer också återkommande att elever inte får någon lunch i skolan trots att Sverige har fria skolmåltider. Det framkommer att elever inte vågar lita på skolmaten och istället väljer att ta med egen mat till skolan. Det finns också exempel där elever inte får sitta med sina klasskamrater och äta på grund av sina allergier. På så sätt kan elever med allergiska besvär ofta känna sig utpekade, annorlunda och besvärliga (Socialstyrelsen, 2013).

## Syfte

Syftet med denna uppsats är att undersöka hur lärare i hem- och konsumentkunskap hanterar och arbetar kring allergier och överkänslighet inom skola och i undervisningen.

## Metod

Den metod som valdes är kvalitativa intervjuer med lärare som undervisar i ämnet hem- och konsumentkunskap. Intervjuerna genomfördes med 6 yrkesverksamma lärare. Ett bekvämlighetsurval gjordes för att finna de medverkande lärarna. Innan intervjuerna fick lärarna tillgång till frågorna. Totalt bestod intervjuerna av 9 frågor samt allmänna frågor kring namn, ålder, verksamma arbetsår samt när och var deras utbildning skedde. Frågorna innehöll huvudsakligen frågor som rör undervisning kring allergi. Vidare har författarna granskat 3 läromedel i hem- och konsumentkunskap, läst böcker, rapporter, artiklar samt websidor.

## Urval

En strävan fanns att intervjua lärare i hem- och konsumentkunskap med olika lång yrkeserfarenhet. För att finna dessa lärare användes ett bekvämlighetsurval och kontakterna togs genom skolor som varit kopplade till verksamhetsförlagd utbildning samt genom nätverk för lärare i hem- och konsumentkunskap. 3 lärare från en större kommun och 3 lärare från en mindre kommun i mellansverige intervjuades. Alla intervjuade lärare i denna studie är kvinnor som i denna uppsats fått fingerade namn. **Lärare 1**, Birgitta har jobbat som lärare sedan 1971 och undervisar endast i hem- och konsumentkunskap. **Lärare 2**, Malin tog examen 2005 och är även utbildad lärare i religion. **Lärare 3**, Anna tog examen 2012 och har svenska som sitt andra ämne. **Lärare 4**, Kajsa tog examen 2003 och är även utbildad lärare i so-blocket. **Lärare 5**, Wilma arbetar som lärare i hem- och konsumentkunskap samt so-blocket men väntar på sin examen. **Lärare 6**, Berit har arbetat som lärare i 38 år och undervisar endast i hem- och konsumentkunskap.

## Etik

Etiska överväganden togs och de grundade sig i de grundläggande etiska principer som svensk forskning baserar sig på. Totalt finns det fyra etiska principer.

1. *Informationskravet*- Den berörda personen informeras om undersökningens syfte, vilket innebär

bland annat att personen ska vara väl medveten om sitt frivilliga deltagande samt att de har rätt att dra sig ur när de helst önskar. Personen har även rätt till att veta vilka moment som ingår i undersökningen.

2. *Samtyckeskravet*- Personerna som deltar i undersökningen har själva rätt att bestämma över sin medverkan.

3. *Konfidentialitetskravet*- De uppgifter personerna uppger ska behandlas med största möjliga konfidentialitet. Personuppgifterna måste bevaras på ett sådant sätt att personer som är obehöriga inte kan komma åt dem.

4. *Nyttjandekravet*- De uppgifter som har samlats in under undersökningens gång kring enskilda personer är uppgifter som endast får användas för forskningens ändamål.

(Bryman, 2011)

Hur de estetiska principerna applicerats i denna uppsats:

1. Informanterna blev informerade om studiens syfte. De var fullkomligt medvetna om att de deltog av egen fri vilja samt att de när som helst kunde avbryta sitt deltagande. I och med att informanterna fick tillgång till intervjuguiden innan, fick de därmed veta om vilka moment studien skulle komma att omfatta.

2. Informanterna i studien bestämde över sin medverkan.

3. Uppgifterna som informanterna delgivit författarna har behandlats med konfidentialitet. De inspelade intervjuerna har efter de transkiberats raderats, transkiberingen har modifierats med de fingerade namnen, de har även fått kodnummer.

4. Informanterna är informerade om att det insamlade intervju materialet endast kommer användas för denna studie.

## ***Analys***

Valet av metod föll på kvalitativa intervjuer. Intervjuer är den metod som används mest inom kvalitativ forskning (Bryman, 2011). Semistrukturerade kvalitativa intervjuer är en flexibel metod. Informantens egen uppfattning och synsätt är det som är i fokus. Det finns en flexibilitet kring att kunna forma följdfrågor under intervjun. Informanten har även stor frihet att själva utforma sina svar. Vid kvalitativa intervjuer vill forskaren göra det möjligt att få information från den intervjuades egen värld. Vid kvalitativa intervjuer är det viktiga att vara väl förberedd. Kvalitativa intervjuer bör alltid spelas in och skrivas ut. Detta för att det finns en risk att enbart viktiga ordfraser antecknas. Det finns även en risk att inte uttryck kommer med. Att spela in intervjuer ger en mer rik och detaljerad analys som ofta krävs vid kvalitativa intervjuer (Bryman, 2011).

I denna uppsats, spelades intervjuerna in, de transkiberades samt analyserades. Varje deltagande lärare fick ett kodnummer 1-6. En intervjuguide skapades (se bilaga 2). Intervjuerna analyserades flera gånger för att finna bland annat olika teman. 2 teman fanns, elevens perspektiv samt lärarens perspektiv. Dessa teman utformar resultatet.

## Resultat

### *Elever med allergi och överkänslighet*

Hur många elever som har allergier på de 6 utvalda skolorna varierar i antal. Det som är gemensamt för de undersökta skolorna är att de har elever med liknande allergier det vill säga alla skolor har någon elev med antingen gluten- eller laktosintolerans. På de 6 undersökta skolorna finns det de elever som endast har en allergi till de elever som har två eller fler. De livsmedel eleverna är allergiska eller överkänsliga mot är exempelvis: nötter, baljväxter, ägg, laktos, gluten, mjölkprotein, kyckling, morötter, äpplen, kiwi, tomat och skaldjur. Hur lärarna får informationen om elevernas allergier skiljer skolorna åt. Vissa lärare frågar eleverna vid första mötet. Andra lärare får söka efter vilka elever som har allergi och överkänslighet. Sökningen av informationen om elevernas allergier sker bland annat via kontakt med föräldrarna. Det är skolsköterskan som har informationen om elevernas allergier och överkänslighet samt hur de reagerar vid en eventuell allergireaktion. Det är inte alltid allergilistan som skolsköterskan har stämmer. Det händer även att allergilistan i matsalen inte heller stämmer. De större skolorna har bättre struktur kring hanteringen av elevernas allergier. På dessa skolor har skolsköterskan en central roll. Trots att skolsköterskan har all information om elevernas allergier och överkänslighet väljer många lärare att ändå tala med eleverna för att få deras version av allergierna eller överkänsligheten. En av de intervjuade lärarna har dock inget annat val än att prata med eleverna då varken skolsköterskans- eller matsalens uppgifter om elevernas allergier är uppdaterade. En annan lärare berättar att det har blivit som en rutin att varje läsår fråga eleverna om deras allergier. Läraren passar även på att fråga vad eleverna vill äta och inte vill äta oavsett allergier. Lärarna beskrev att allergier ökar. Främst finns ökningen bland elever som har två eller fler allergier. En lärare kan dock se en minskning av livsmedelsallergier som kiwi, tomat och citrusfrukter.

### *Lärarnas erfarenhet av allergi och överkänslighet i undervisningen*

De äldre lärarna är nöjda med sin kompetens som de besitter om allergier men som med all annan kunskap så kan den hela tiden utvecklas. De yngre lärarna som inte har lika många års erfarenhet i yrket, känner att kunskaperna ibland brister. Samtliga lärare försöker att fortbilda sig genom att söka information om allergier via internet. De yngre tycker inte att internet är tillräckligt och efterfrågar någon form av fortbildning. En fortbildning som är såväl teoretisk som praktisk, där lärarna kan få information om olika allergier. Förslag och idéer på olika livsmedel som kan bytas ut samt att få provlaga rätter. Lärarna tycker att glutenintolerans är särskilt svår, speciellt när det kommer till bakning. Lärarna säger själva att bakverket blir hårda om vanligt vetemjöl i recepten byts ut mot glutenfritt mjöl.

*Jag önskade att jag kanske kunde få en dag med utbildning just kring mat och bakning. Jag kan inte minnas att vi lärde oss så mycket under lärarutbildningen heller. Jag minns inte att vi fick prova att baka utan gluten under utbildningen (Malin)*

Tiden till fortbildning finns dessvärre inte där alla gånger. Det är inte alltid det finns tid till att undervisa om allt i ämnet, därför blir vissa ämnesområden mer prioriterade än andra. Allergier är ett område som inte är högt prioriterat. Lärarna brukar ge lite allmän information om allergier till alla elever, främst om de stora grupperna som gluten och laktos.

*Alla elever får lite allmän information om allergier, det kan vara så att man själv drabbas eller ska bjuda någon på mat som är allergisk. Vill någon elev själv berätta om sin allergi är det bästa, de kan ju allt om just sin allergi (Birgitta).*

Informationen om allergierna ges ofta i samband med att lärarna undervisar om olika livsmedelsgrupper. Lärarna passar då på att väva in kunskaper om allergi. Detta är ofta en nödvändighet eftersom lektionstimmarna är få. Det finns ytterligare en aspekt av allergiundervisningen och det är recepten. Lärarna tycker inte att hem- och konsumentkunskapsboken tar upp så mycket om allergier. Boken är en grund och ingång till allergiundervisningen, men lärarna kompletterar gärna boken med ytterligare information. För att komplettera hem- och konsumentkunskapsboken använder lärarna material från internet. Lärarna tycker att internet är en bra informationskälla eftersom det finns mycket information att hämta där. Sidor som är vanliga att lärare använder är Livsmedelsverkets och Celiakiförbundets hemsidor. Några lärare tar även hjälp av eleverna i sin undervisning om allergi, ofta har de mycket kunskap kring allergier och är då till stor hjälp.

Lärarnas arbete kring recepten ser olika ut. Vissa lärare använder hem- och konsumentkunskapsbokens recept och byter ut de produkter eleverna inte tål. Andra lärare har speciella recept då de inte tycker att resultatet blir så bra när produkter endast byts ut. Recepten kommer antingen från de få böcker som finns på marknaden men oftast från föräldrar eller elever. Flera av lärarna skriver om recept och samlar dem i en pärm eller liknande inför nästa termin. Trots att det ibland är svårt att hitta recept så strävar ändå lärarna efter att eleverna ska laga så lika rätter som möjligt. Lärarna vill inte att någon elev ska känna sig utanför och därför är det viktigt att alla får laga likvärdiga rätter.

*Det jag försöker, så långt det går, så att maträtten ska bli så lika det som de andra eleverna lagar. Man vill att de ska bli så likt som möjligt, så att inte någon ska känna sig utanför (Malin)*

När det kommer till köp av varor så är många av skolorna styrda till att beställa via storgrossister då skolorna ofta har upphandlingar hos vissa storgrossister. Den vanligaste storgrossisten som skolorna använder sig av är Servera. För lärare i hem- och konsumentkunskap kan det vara svårt att handla specialprodukter via storgrossister eftersom de inte har alla varor i sitt sortiment eller kräver att man köper större mängder. Samtliga av de undersökta skolorna har därför ett ICA kort som komplement till Servera. ICA kortet kan användas till bland annat inköp av specialprodukter. På skolan där det går flest elever, finns det alltid gluten- och laktosfria produkter. Eftersom skolan har så pass många elever går det nästan alltid åt, så det finns hemma. Om det blir över så är det lätt att frysa in så länge det märks upp väl. På en mindre skola är det svårare att ha speciella produkter hemma eftersom det inte går åt i samma utsträckning. Där händer det att margarin byts ut mot olja och mjölk mot vatten. Är det någon särskild produkt som behövs, så ser läraren till att den köps in.

I den större av kommunerna har alla skolor en policy mot nötter. Det får inte förekomma några nötter alls på skolans område. Medan i den mindre kommunen finns det inte någon sådan policy. Att elever inte kan vara med i undervisningen i hem- och konsumentkunskap förekommer, även om det är ovanligt. Ibland har elever med luftburen allergi fått baka/laga mat hemma eller fått vara i ett angränsande rum. Hur undervisningen läggs upp vid luftburen allergi avgörs i samråd med både elever och föräldrar. Om en allergireaktion skulle inträffa så finns det på de flesta skolor en handlingsplan kring detta, men inte på alla. Med handlingsplan menas den plan som lärare följer om en allergireaktion skulle inträffa. På många av skolorna förekommer ett nära samarbete med skolsköterskan och ofta finns det en lista som talar om i vilken ordning saker ska göras om en elev drabbas av en allergireaktion.

## **Diskussion**

I intervjuerna framkom det att de äldre lärarna är nöjda med sin kompetens. De yngre lärarna som inte har lika många års erfarenhet i yrket, känner dock att kunskaperna ibland brister. Allergier är ett område som inte är högt prioriterat i undervisningen. Lärarna brukar ge lite allmän information om allergier till alla elever, främst om de stora grupperna som gluten och laktos. Lärarnas arbete kring recepten ser olika ut. Trots att det ibland är svårt att hitta recept så strävar ändå lärarna efter att eleverna ska laga så lika rätter som möjligt. Lärarna vill inte att någon elev ska känna sig utanför och därför är det viktigt att alla får laga likvärdiga rätter.

## **Resultatdiskussion**

Undersökningens huvudsakliga syfte var att undersöka hur lärare hanterar allergier i undervisningen och allt vad det kan innebära. Resultatet omfattar hur lärarna tar hänsyn, lär ut och hanterar allergier i undervisningen. Huvudresultatet speglar en undervisning där samtliga av de 6 intervjuade lärarna tycker att allergier är viktigt samt att det är något de vill arbeta med, men det finns inte tillräckligt med tid och utrymme för detta. Lärarna har inte alltid den tid som krävs till fortbildning.

I resultatet från intervjuerna framkommer det att på vissa skolor finns det ingen uppdaterad allergilista i varken matsalen eller hos skolsköterskan. Utredningen från socialstyrelsen (2013) visar även den på brister kring anpassning av mat. Det är svårt att anpassa maten efter elevers behov när det inte framkommer någonstans vilka allergier eleverna har då listorna inte är uppdaterade som de ska. En ökad risk för en reaktion finns bland annat i skolmatsalen. Det händer även att elever får uppsöka sjukvård efter att ha ätit felaktigt anpassad mat som serverats i skolmatsalen (Socialstyrelsen, 2013). Livsmedelslagstiftningen innefattar regler som till exempel att maten som serveras ska vara säker utifrån barns olika överkänslighet (Socialstyrelsen, 2013). Eleverna i skolan är idag skyddade av många lagar som till exempel Miljöbalken som bland annat reglerar att luften i lokalerna är bra. Trots att det finns lagar som reglerar detta brister det. Många skolor har dålig inneluft vilket inte bara påverkar allergiska elever negativt utan dålig inneluft är något som påverkar alla (Folkhälsoinstitutet, 2013). Skollagen stadgar bland annat om att skolorna ska anpassa sin verksamhet till de elever med överkänslighet eller andra funktionsnedsättningar (Socialstyrelsen, 2013). Trots att detta finns i skollagen följs det inte eftersom det finns särskilda allergianpassade skolor. En allergianpassad skola innebär i många fall att städningen utökas. Även de barn som inte är allergiska har fått ökad närvaro jämfört med klasser på icke allergianpassade skolor. Vilket visar på att en miljö anpassad för allergiker inte bara är hälsosam för allergiker utan för alla (Folkhälsoinstitutet, 2000).

Skolsköterskan är den person eller en av de personer som bäst känner till elevernas allergier. På en skola finns det ingen struktur alls kring allergier. Att skolsköterskan är den som har hand om de allergiska eleverna är logiskt. Oavsett om skolsköterskan är den person som har hand om de allergiska eleverna eller inte, väljer ändå många lärare att själva fråga eleverna om deras allergier. Skolsköterskans jobb är bland annat att inhämta information om eleverna och deras allergier. Skolsköterskan besitter medicinsk expertis och bör därför besitta goda kunskaper kring allergisjukdomar och deras behandlingar. Det bör även på skolan finnas ett fungerande samarbete mellan skolsköterskan och övrig personal kring frågor som rör astma och allergi (Borres et. al, 2000).

Av undersökningen framgår att undervisning kring allergier inte är något som prioriteras. Allergier undervisar lärarna kring när de undervisar om livsmedelsgrupperna. Detta på grund av att ämnet Hem- och konsumentkunskap endast har 118 timmar (Lgr 11). En annan förklaring till att allergier inte prioriteras in undervisningen kan vara att alla lärare ser allergier på olika sätt. Ingen av de intervjuade lärarna kunde minnas att det förekom någon del om allergier i utbildningen på universitetet. I kursplanen för ämnet på grundskolan står det inte specifikt om allergier. Det är något som helt enkelt glöms bort i undervisningen. Vilket kanske inte är konstigt då det inte står något i kursplanen (såvida lärarna inte läser kommentarsmaterialet där det står 1 mening om allergier). Kommentarsmaterialet riktar sig bland annat till lärare, materialet är tänkt att det ska ge en djupare förståelse för olika val och ställningstagande som ligger bakom det som är skrivet i kursplanerna. Inom centrala innehållet mat, måltider och hälsa finns punkten för årskurs 7-9, "individuella behov av energi och näring, till exempel vid idrottande samt hur måltider kan komponeras efter olika behov" (Lgr 11). Kommentarmaterialet tar upp att allergier även är en faktor att ta hänsyn till vid individuella behov (Skolverket, 2011).

Lärarna arbetar olika kring recepten. Hur lärare hanterar detta kring recepten är upp till dem själva. Det finns olika sätt att hantera recepten på som även framgår i resultatet. Lärare använder sig antingen av recepten som finns i hem- och konsumentkunskapsboken och endast byter ut allergenerna eller av recept som de fått av elever och deras föräldrar eller av recept som de hittat på internet. Idag finns väldigt få allergianpassade kok/bakböcker på marknaden.

Skolorna i den här studien är kopplade till inköp via storgrossisten Servera. När inköp görs via Servera, blir resultatet stora förpackningar. Specialvaror som gluten och laktosvaror går inte åt i undervisningen i storförpackningar. För att ändå kunna handla in specialvaror till undervisningen har lärarna ett ICA kort som de kan använda. Allergiprodukterna som finns på ICA säljs i betydligt mindre förpackningar och lärarna har då större valfrihet att välja de märken som de själva tycker om att arbeta med. I de större kommunerna är behovet av specialvaror större. På skolorna i den mindre kommunerna går inte specialvarorna åt i samma utsträckning då det är få elever på skolan. För att få ekonomin att gå ihop samt arbeta för en hållbar utveckling kan det därför vara nödvändigt att byta ut specialvaror mot varor som normalt används i undervisningen som till exempel olja och vatten.

I undersökningen framkom att alla 3 av undersökta skolorna i den större kommunen har en nötpolicy. Medan på de 3 skolorna i den mindre kommunen förekom ingen sådan policy. Policies införs på skolor för att förebygga att elever inte konsumerar ämnen som de inte tål (Cameron, Thelen, 2012). Nötter är allergener som tenderar att ge kraftiga reaktioner (Borres et. al, 2000). Framförallt är jordnöten en av de allergener som är mest farliga. Familjer som har barn som är allergiska mot jordnötter är mer splittrade när det gäller sociala familjeaktiviteter jämfört med familjer som har barn med reumatism. En förklaring till detta är att familjer med barn som har jordnötsallergi är rädda för döden. Rädda att deras barn ska få en anafylaktisk chock orsakad av en jordnöt (King et al, 2009). Spår av nötter från en öppnad påse kan färdas 30 meter. Det finns personer som är så känsliga mot jordnötter att de kan reagera på 1/2000 dels jordnöt (Matnyttigt, 2013).

## **Metoddiskussion**

De kvalitativa intervjuerna lämpade sig väl för att få en kännedom om lärares erfarenheter av allergi och överkänslighet i undervisningen. Lärarna fick en intervjuguide i förväg. I och med att de fick guiden i förväg kunde lärarna förbereda sig innan intervjun och därmed ge fylliga och genomtänkta

svar. Författarna är medvetna om att informanterna kan ha förvrängt sanningen i och med att de fick tillgång till intervjuguiden i förväg. De kvalitativa intervjuerna var semistrukturerade, de valdes därför att informantens egna verklighet hamnar i fokus. Genom att ha ett brett spann mellan informanterna ges en spridning, vilket även resultatet visar. Informanternas examensår varierar mellan 1970-tal fram till 2010-tal. Ett bekvämlighetsurval var det som avgjorde urvalet av informanter. Eftersom ämnet hem- och konsumentkunskap är kvinnodominerat, är det svårt att få tag på manliga lärare. Samtliga av de tillfrågade lärarna tackade ja, det var lätt att hitta lärare till denna undersökning. Informanterna som ingick i undersökningen kommer allihop ifrån mellansverige och har alla genomgått sin utbildning vid Uppsala Universitet. Trots att informanterna arbetar i olika stora kommuner finns ändå många likheter i deras svar. Eftersom resultaten är likvärdiga stärker det trovärdigheten i informanternas svar. Citat finns med i resultatdelen för att förstärka resultatet. Det finns inte tidigare studier som specifikt tar upp detta ämne, finns inga resultat att jämföra med. I och med att detta är en liten kvalitativ undersökning, går det inte att göra någon generalisering av resultatet.

Datan som framkom av intervjuerna var tidskrävande att analysera då informationen som samlats in var av stor mängd. Intervjuerna var lätta att transkribera då informanterna intervjuades en och en. Intervjuernas delades upp författarna emellan delvis för att det blir bekvämare för informanten om det inte är fler som intervjuar. Materialet det vill säga intervjuerna har granskats flera gånger för att upptäcka kategorier, återkommande mönster, koder. Att granska materialet flera gånger hjälper även till att undvika eventuella misstag.

### ***Förslag på framtida studier***

Som den här uppsatsen visar på, finns det inte tillräckligt med kunskap om allergier i skolans värld. För att få en ökad förståelse kring allergier krävs ökad forskning inom detta område. Allergier är ett brett område men det saknas viss forskning om vissa specifika allergener som gluten eller mjölkprotein samt inom skolan om hur undervisning kring allergier framställs. Forskning ur elevens synvinkel, hur ser eleverna på allergiundervisningen, tycker de att undervisningen är tillräcklig med mera. Elevperspektivet skulle till exempel kunna samlas in via intervjuer eller observationer.

### ***Slutsats***

Att lärare i ämnet hem- och konsumentkunskap till viss del saknar utbildning kring allergi och överkänslighet är inte unikt. Lärare behöver få en grundundervisning om detta, vilka symtom som förekommer hur eventuella allergireaktioner bör hanteras samt lära sig att ta hänsyn till elever med allergi. Under våren är det till exempel många elever på skolorna som är allergiska mot pollen. Av dessa elever är det många som tar allergimedicin mot pollen under denna tid på året och en biverkning av medicinen är trötthet vilket medför att en ökad hänsyn borde tas till dessa elever. Till exempel ligger alla nationella prov under våren. Elever som har pollenallergi presterar sämre på de nationella proven jämfört med icke allergiska elever (forskning, 2013). Det bör även utformas en bättre struktur kring hur skolorna hanterar elever med allergi. I dagens skolor är det många elever som har det svårt på grund av sin allergi, särskilt svårt blir det om en allergisk elev byter skola då alla skolor har olika sätt att hantera allergier på. I uppsatsen framkommer även att många skolor brister i sin hantering av just allergier. Ett steg i rätt riktning vore till exempel att alla skolor införde ett förbud mot alla sorters nötter så väl i undervisningen som inom skolans område.

Även ämnet hem- och konsumentkunskap har mycket att utveckla kring punkten allergier till

exempel behövs det en utökad undervisning om detta. Hem- och konsumentkunskapsboken skulle kunna kompletteras med ett utökat kapitel om allergier samt allergianpassade recept eller åtminstone recept där det framgår förslag på substitut av olika allergiframkallande livsmedel. Recepten gäller samhället i stort, i och med att allergier ökar, ökar även efterfrågan av anpassade recept och kok/bakböcker.



## Referenslista

Apoteket hjärtat. *När man är allergisk mot flera saker*. (elektronisk) (2013-05-26) Tillgänglig:  
<http://www.apotekhartat.se/ny-fakta-rad/fakta-rad-teman/allergi/behallare-artiklar/Kostallergier/>

Astma och Allergiförbundet (2013a). *Anafylaxi*. (elektronisk) (2013-06-04) Tillgänglig:  
<http://astmaoallergiforbundet.se/information/anafylaxi/>

Astma och Allergiförbundet (2013b). *Celiaki*. (elektronisk) (2013-06-04) Tillgänglig:  
<http://astmaoallergiforbundet.se/information/celiaki/>

Astma och Allergiförbundet (2013c). *Födoämnesöverkänslighet*. (elektronisk) (2013-05-02)  
Tillgänglig:  
<http://www.astmaoallergiforbundet.se/Page.aspx?catid=78&pageid=291>

Astma och Allergiförbundet (2013d). *Matallergi*. (elektronisk) (2013-06-04) Tillgänglig:  
<http://astmaoallergiforbundet.se/information/matallergi/>

Bengtsson, U, Borres, M, Dannaeus, A, Edberg, U, Eriksson, N, E, Foucard, T, Kull, I, Lilja, G, Malmheden Yman, I, Pal, A, Wickman, M, Östblom, E (2006). *Mat och överkänslighet- ett kunskapunderlag*. Stockholm. Astma och Allergiförbundet.

Borres, M, Rinné-Ljungkvist, L, Bråkenhielm, G, Abrahamsson, G, Farbricius, T, Hååg, C, Andersson, B, Foucard, T, Andersson, B. (2000) *Astma och allergi i skolan- riktlinjer med bred förankring*  
Läkartidningen nr 41 vol 97

Bryman, A (2011). *Samhällsvetenskapliga metoder*. 2. uppl. Malmö: Liber ekonomi.

Cameron, E, A, Thelen, P. (2012) *Food allergy concerns in primary classrooms*.  
*YC: Young Children*. Sep2012, Vol. 67 Issue 4, p106-112.

Folkhälsoinstitutet (2000). *Allergianpassning i förskolor och skolor*. (elektronisk) (2013-05-16)  
Tillgänglig:  
<http://www.fhi.se/PageFiles/3114/anpassni.pdf>

Folkhälsoinsitutet (2013) (elektronisk) (2013-05-22) Tillgänglig:  
<http://www.fhi.se/Handbocker/Uppslagsverk-barn-och-unga/Skola---ventilation/>

Forskning (2013) (elektronisk) (2013-05-29) Tillgänglig:  
<http://www.forskning.se/nyheterfakta/nyheter/redaktionellaartiklar/pollenallergi.5.626de3121289139eac080002086.html>

Garrow, E. (2011). *Managing food allergies in school: What educators need to know*.  
*School Business Affairs*. Apr2011, Vol. 77 Issue 4, p8-10

Henriksson, O, Rasmusson, M. (2007) *Fysiologi: med relevant anatomi*. 2. uppl. Lund: Studentlitteratur.

- Holm, L. Tange Kristensen, S (red). (2012) *Mad, mennesker og måltider: samfundsvidenskabelige perspektiver*. 2. uppl. Köpenhamn: munksgaard.
- Hjälmeskog, K. *Lärarprofession i förändring*. (2006) Uppsala. Föreningen för svensk undervisningshistoria.
- Jansson, S. (1992) *Maten och det sociala samspelet: Etnologiska perspektiv på matvanor*. Uppsala. Sveriges Lantbruksuniversitet.
- Jacksson Devoe, J. (2008). *Adressing food allergies*. District Administration. May2008, Vol. 44 Issue 6, p28-33
- King, R.M., Knibb, R.C., & Hourihane, J.O'B (2009). *Impact of peanut allergy on quality of life, stress and anxiety in the family*. *Allergy*, 64, 461-468.
- Landstinget Västmanland. 1177 (2013a) *Matallergi hos barn* (elektronisk) (2013-05-08) Tillgänglig:  
<http://www.1177.se/Vastmanland/Fakta-och-rad/Sjukdomar/Matallergi-hos-barn/>
- Landstinget Västmanland. 1177 (2013b) *Allergisk chock* (elektronisk) (2013-05-08) Tillgänglig:  
<http://www.1177.se/Vastmanland/Fakta-och-rad/Sjukdomar/Allergisk-chock/>
- Livsmedelsverket (2013a) *Allergi och överkänslighet*. (elektronisk) (2013-05-08) Tillgänglig:  
<http://www.slv.se/sv/grupp1/Risker-med-mat/Allergi-och-overkanslighet/>
- Livsmedelsverket. (2007b) Andersen, M (red). *Mat och hälsa*. Danagårds Grafiska AB. Ödeshög.
- Matnyttigt (2013) *Unga Allergiker*. (elektronisk) (2013-05-26) Tillgänglig:  
<http://www.matnyttigt.se/tidigare-artiklar-hidden/19-barn5/568-unga-allergiker-saeker-miljoe-en-demokratisk-raettighet-aeven-foer-allergiker>
- Marklund, B (2007a) *Upplevd allergi och överkänslighet- särskilt födoämnesöverkänslighet- och dess konsekvenser för barn, ungdomar och deras familjer*. Akademisk avhandling, Stockholms Universitet.
- Marklund, B. Wilde-Larsson, B. Ahlstedt, S. Nordström, G. (2007b) *Adolescents' experiences of being food-hypersensitive: a qualitative study*. *BMC Nursing* 2007, 6:8 doi:10.1186/1472-6955-6-8
- Skolverket (2011). *Läroplan för grundskolan, förskoleklassen och fritidshemmet 2011*. Stockholm: Skolverket; 2011
- Skolverket (2011). *Kommentarsmaterial till kursplanen i hem- och konsumentkunskap 2011*. Stockholm: Skolverket; 2011
- Socialstyrelsen (2013). *Allergi i förskola och Skola* (elektronisk) (2013-05-16) Tillgänglig:  
<http://www.socialstyrelsen.se/Lists/Artikelkatalog/Attachments/19043/2013-4-8.pdf>
- Wikman, M (2009) *Allergi och astma*. Hedlin, G och Larsson K (red). Studentlitteratur. Lund

(s. 17-26)

Wikman, M. (2013) *Miljöhälsorapport*. Institutet för Miljömedicin. Karolinska Institutet., (s 55-61)

# Bilaga 1

## Arbetsfördelning

Planeringen, undersökningen och uppsatsarbetet	50/50
Litteratursökning	50/50
Datainsamling	50/50
Analys	50/50
Uppsatsskrivandet	50/50

## **Bilaga 2**

### **Intervjuguide**

#### ***Etiska principer***

Några av de etiska principer som gäller för svensk forskning är:

- Informationskravet
- Samtyckeskravet
- Konfidentialitetskravet
- Nyttjandekravet

#### ***Generell bakgrundsinformation***

- Namn
- Ålder
- Antal år i yrket
- Utbildning (ort och år)

#### ***Bakgrund***

Mat är en central del i våra liv. Att få uppleva matglädje och dela en måltid med andra människor har stor social betydelse för oss. Men om man är allergisk eller överkänslig mot mat kan det bli svårt att dela de stunderna med andra. Idag är allergi och överkänslighet ett växande hälsoproblem och att leva med allergi påverkar människans fysiska och psykiska hälsa. Det sociala livet påverkas, och de konsekvenser som födoämnesöverkänslighet för barn och deras familjer är ett relativt outforskat område enligt Marklund (Upplevd allergi och överkänslighet- särskilt födoämnesöverkänslighet- och dess konsekvenser för barn, ungdomar och deras familjer). Enligt livsmedelsverket så har ca 15 % av den svenska befolkningen någon typ av allergi. De livsmedel som oftast ger allergiska reaktioner är mjölk, ägg, fisk, skaldjur, baljväxter som jordnötter och soja, olika nötter, fröer och vete. Bland barn är särskilt allergi mot mjölkprotein och ägg vanligt. Uppskattningsvis är det ca 5 % av barn som har allergi mot mjölkprotein

och upp till 2 % har allergi mot ägg. Ämnet hem- och konsumentkunskap i grundskolan har som syfte att eleverna ska få möjlighet att utveckla medvetenhet om vilka konsekvenser valen i hushållen får för hälsa, välbefinnande och gemensamma resurser. Ett av målen med undervisningen är att eleverna ska planera och tillaga mat och måltider för olika situationer och sammanhang.

#### ***Metod***

Kvalitativa intervjuer med lärare i hem- och konsumentkunskap om deras arbete när det har elever med allergi .

#### ***Frågor***

Har du elever med allergi, och i så fall vilken/vilka allergier?

Vilken planering finns kring inköp av speciella livsmedels som är allergianpassade?

Vilka recept använder du som är allergianpassade? Har du någon receptsamling? Lagar alla elever samma rätter?

Vilken struktur finns kring den information som gäller elevens allergi? Via eleven själv, föräldrar, skolsköterska, eller annat?

Finns det någon plan för att hantera en allergireaktion om en sådan situation inträffar?

Har du varit med om någon elev som är så allergisk så den inte kan vara med i undervisningen i hem- och konsumentkunskap? I så fall, hur arbetar du kring det?

Undervisar du om allergier till alla elever? Har du något material du använder? HK-boken eller annat?

Känner du att du har tillräcklig kunskap om olika allergier? Om inte, hur får du information om allergier?

Har du märkt någon ökning av allergier under de år du jobbat som lärare i hem- och konsumentkunskap?