

הועד

יו"ר

א. אליצור

מזכיר

י. טל

גזבר

ר. מעוז סגל

חבר

ע. לחובר רוט

יו"ר יוצא

א. הרשקו

EXECUTIVE  
COMMITTEE

CHAIRMAN

A. ELIZUR

SECRETARY

Y. TAL

TREASURER

R. MAOZ-

SEGAL

MEMBER

I. LACHOVER-

ROTH

PAST

CHAIRMAN

A. HERSHKO

אלרגיה למזון ושנת הלימודים: גילוי דעת**הקדמה**

על רקע מצוקה העולה מהורים וילדים המגיעים למרפאות האלרגיה לקראת תחילת שנת הלימודים, ושאלות חוזרות בנושא, מפרסם האיגוד הישראלי לאלרגיה ואימונולוגיה של ההסתדרות הרפואית, גילוי דעת לקראת פתיחת שנת הלימודים. גילוי דעת זה מבוסס על ניסיון רפואי ומדעי רחב היקף מהארץ ומהעולם ומשקף את הגישה, המקובלת בעולם, לאלרגיה למזון במערכת החינוך.

**תמונת מצב בישראל**

אלרגיה למזון עולה חדשות לבקרים לכותרות, אם בשל הקושי שחווים ילדים אלרגיים והוריהם בהתנהלות היומיומית, או במסגרת מערכת החינוך, אם על רקע מקרים טראגיים של תגובות קטלניות. סביב פתיחת שנת הלימודים, צף מידי שנה החשש בקרב הילד האלרגי והוריו משהות לאורך שעות רבות בסביבה לא מבוקרת וללא השגחה הורית. חששות אלה הם טבעיים ומובנים.

במדינת ישראל קיים כיום איסור על הכנסת מזונות אלרגניים לכיתה, או לבית הספר, אשר נועד לסייע לילד האלרגי. איסור זה מבוסס על שתי הנחות:

1. ייתכנו תגובות קשות בעקבות מגע או הרחה של מזון אלרגני
2. איסור כזה יפחית את הסיכון לתגובות אלרגיות מסוכנות בבית הספר

האם הנחות אלו נכונות?

ניירות עמדה שפורסמו בשנים האחרונות על ידי איגודי רופאים בינלאומיים מלמדות שהנחות אלו מוטעות.

1. **ילדים עם אלרגיה למזון נמצאים בסיכון לתגובות באכילה של המזון האלרגני.** אלה עלולות להיות תגובות רב-מערכתיות ואף קשות. לא ניתן לחזות מי מהילדים האלרגיים יפתח תגובה קשה, ואף אם ילד חווה בעבר תגובות קלות בלבד, אין המשמעות שבפעם הבאה הוא לא יחווה תגובה קשה. על כן הילד האלרגי צריך להיזהר שלא לאכול את המזון אליו הוא אלרגי.

אולם, **ילדים עם אלרגיה למזון לא נמצאים בסיכון לתגובות רב מערכתיות או קשות - בשל מגע או הרחה של מזונות אלרגניים.**

מגע - עלול לגרום לתפרחת עורית קלה ומעט לא נעימה באזור המגע, כפי שקורה בתבחינים העוריים שנעשים באופן קבוע לילדים אלה במרפאות האלרגיה.

**הועד**

יו"ר

א. אליזור

מזכיר

י. טל

גזבר

ר. מעוז סגל

חבר

ע. לחובר רוט

יו"ר יוצא

א. הרשקו

**EXECUTIVE  
COMMITTEE****CHAIRMAN**

A. ELIZUR

**SECRETARY**

Y. TAL

**TREASURER**R. MAOZ-  
SEGAL**MEMBER**I. LACHOVER-  
ROTH**PAST****CHAIRMAN**

A. HERSHKO

לגבי הרחה - ייתכנו תגובות קלות לחלקיקי מזון אלרגני הנישאים באוויר במצבים יוצאי דופן, כמו בישול דגים בקרבת ילד עם אלרגיה לדגים. מחקרים רבים הראו שפרט לכך, אין תגובות למזונות בהרחה.

לכן, העובדה שילדים אחרים סביבו אוכלים את המזון אליו הוא אלרגי - אינה מסכנת את הילד האלרגי, כל עוד הוא מבין שעליו להקפיד לאכול את המזון שלו.

המשמעות היא, שהילד האלרגי תלוי בעיקר בעצמו, יש לו כוח ושליטה באלרגיה, והידיעה הזו יכולה לסייע בהפחתת חששות.

2. על פי האיגודים הבינלאומיים, איסור גורף על הכנסת מזונות אלרגניים לבתי הספר לא הוכח כמפחית את הסיכון לתגובה אלרגית. ראשית, איסור כזה לא באמת ישים באופן מוחלט ואינו ניתן לאכיפה. מזון אלרגני עשוי להימצא במוצרי מזון שונים באופן סמוי, בפרט בישראל, בה לא קיים עדיין חוק לסימון מזונות אלרגניים. התוצאה היא, שבעוד שהילד חש ביטחון במחשבה שהמזון האלרגני לא נמצא בסביבתו, הוא למעשה חש ביטחון כוזב. שנית, יצירת אזור נקי מאלרגן בבית הספר פוגע במוכנות הילד להתנהל בזהירות במקומות אחרים, בהם האלרגן יימצא בוודאות (חברים, בילויים שונים, וכו'). יצירת שולחנות נפרדים לילדים אלרגיים וודאי שאינה מומלצת, מאחר ותרחיק את הילד האלרגי מחבריו.

לאור ההבנה שהנחות אלו מוטעות, פורסמו בשנים האחרונות על ידי האיגודים הבינלאומיים לאלרגיה (האמריקאי, האירופאי והאוסטרלי) ניירות עמדה ברוח דומה, הממליצים **לא לאסור על הכנסת מזונות אלרגניים לגנים ולבתי ספר, למעט בתינוקות ובילדים קטנים, או בילדים עם עיכוב התפתחותי.**

המלצות אלו מיושמות באירופה, בארצות הברית ובאוסטרליה. האיגוד הישראלי לאלרגיה ואימונולוגיה פרסם בעבר נייר עמדה הממליץ לאמץ את הגישה הבינלאומית, וקרא לא לאסור באופן גורף על הכנסת מזונות אלרגניים לבתי הספר. מעבר לטיעונים שהועלו על ידי האיגודים הבינלאומיים, האיסור להכניס מזונות אלרגניים לבתי הספר מייצר תפישות מוטעות ומעורר חרדה מיותרת בקרב ההורים והילדים האלרגיים.

אנו ממליצים להתחיל ליישם המלצות אלה בצורה מדורגת תוך התאמתן למערכת החינוך הישראלית, וכתלות בסוג המזון ובבשלות הילד.

**איך נכון להגן על הילד האלרגי:**

לקראת שנת הלימודים הקרבה ממליץ האיגוד:

- להקפיד על מעקב קבוע אצל רופא מומחה באלרגיה

הועד

יו"ר

א. אליצור

מזכיר

י. טל

גזבר

ר. מעוז סגל

חבר

ע. לחובר רוט

יו"ר יוצא

א. הרשקו

- להביא לבית הספר מכתב המפרט את האלרגיות של הילד, וכן תכנית פעולה לטיפול - במקרה של תגובה אלרגית למזון.
- להדריך את צוות בית הספר על אלרגיה למזון וטיפול בתגובות אלרגיות.
- מזרקי אפיפן - לאחרונה הועבר חוק הקובע שבתי ספר צריכים להיות מצוידים במזרקי אפיפן. האיגוד קורא למנהלי בתי הספר לוודא שיש ברשותם מזרקי אפיפן ובתוקף. בד בבד, קורא האיגוד להורי הילדים האלרגים לוודא, שהם מצוידים תמיד בתיק במזרק אפיפן אישי בתוקף.
- חלילה מתגלה במהלך השנה תגובה אלרגית רב מערכתית אצל ילד - הטיפול היעיל ביותר הוא הזרקת אפיפן. **אם יש ספק לגבי חומרת התגובה – יש להזריק אפיפן.**

גישה זו, המתייחסת לסיכון לתגובות אלרגיות למזון בבית הספר בצורה זהירה, אך מושכלת, אינה פוגעת בבטיחות הילד האלרגי, ויכולה לסייע לתחושת הביטחון העצמי שלו, ולהבנה טובה יותר של הילד והוריו, ואף של המערכת כולה, באשר להתנהלות הנכונה עם אלגיה למזון באופן כללי ובבית הספר בפרט. גישה זו עשויה לסייע גם להבנה ולשיתוף הפעולה עם הורים ועם ילדים אחרים בהתנהלות הכינתית סביב אלרגיה למזון ובאירועי בתי הספר.

שתהא שנה טובה, בטוחה ובריאה.

EXECUTIVE  
COMMITTEECHAIRMAN

A. ELIZUR

SECRETARY

Y. TAL

TREASURERR. MAOZ-  
SEGALMEMBERI. LACHOVER-  
ROTHPASTCHAIRMAN

A. HERSHKO

על החתום:

פרופ' ארנון אליצור, יו"ר האיגוד לאלרגיה ואימונולוגיה קלינית ומנהל המכון לאלרגיה, אימונולוגיה וריאות ילדים, מרכז רפואי שמיר

פרופ' יובל טל, מזכיר האיגוד לאלרגיה ואימונולוגיה קלינית ומנהל היחידה לאלרגיה ואימונולוגיה, מרכז רפואי הדסה

פרופ' אהרון קסל, מנהל היחידה לאלרגיה ואימונולוגיה, מרכז רפואי בני ציון

פרופ' אברהם ביגלמן, מנהל היחידה לאלרגיה ואימונולוגיה, מרכז רפואי שניידר

פרופ' אילן דלאל, מנהל אגף ילדים ומנהל מחלקת ילדים, מרכז רפואי וולפסון

דר' עידית לחובר, רופאה בכירה ביחידה לאלרגיה ואימונולוגיה, מרכז רפואי מאיר

דר' רמית מעוז-סגל, רופאה בכירה ביחידה לאימונולוגיה קלינית, אנגיואדמה ואלרגיה, מרכז רפואי שיבא

פרופ' אלון הרשקו, יו"ר יוצא של האיגוד לאלרגיה ואימונולוגיה קלינית, מנהל מח' פנימית, מרכז רפואי הדסה