

OSNOVNA ŠOLA VOJNIK

Raziskovalna naloga
Alergije pri osnovnošolcih
OŠ VOJNIK

Vojnik, 2012

OSNOVNA ŠOLA VOJNIK

Raziskovalna naloga
Alergije pri osnovnošolcih
OŠ VOJNIK

Mentorica: Tatjana Hedžet

Avtorici: Lana Kuzman, 1998

Lektorica: Barbara Ojsteršek Bliznac
Veronika Slapnik, 1998

Vojnik, 2012

KAZALO

POVZETEK	6
1 UVOD	8
1.1 NAMEN	8
1.2 HIPOTEZE	8
1.3 RAZISKOVALNE METODE	9
2 TEORETIČNI DEL	10
2.1 ALERGIJA	10
2.2 KAKO ODKRIJEMO ALERGIJO	10
2.3 VZROKI ALERGIJE	11
2.4 NAJPOGOSTEJŠI ALERGENI	11
2.5 NAVZKRIŽNE ALERGIJE	13
2.6 ZDRAVLJENJE ALERGIJSKIH BOLEZNI	13
2.7 ALERGIJE PRI OTROCIH	14
2.7.1 Alergija dihal	14
2.7.2 Alergija kože	14
2.7.3 Alergija prebavil	15
2.7.4 Alergija na pike žuželk	15
2.7.5 Anafilaksija	15
3 EKPERIMENTALNI DEL	17
3.1 INTERVJUJI	17
3.1.1 Intervju s Ksenijo Goste, dr. med., spec. šolske medicine	17
3.1.2 Intervju s Polono Bastič, prof. biologije in gospodinjstva	17
3.1.3 Intervju s Tijo, učenko 3. razreda OŠ Vojnik	19
3.1.4 Intervju s Tijinim sošolcem, učencem 3. razreda OŠ Vojnik	20
3.1.5 Intervju z Nino, učenko 5. razreda, ki ima alergijo na zdravila.	20
3.1.6 Intervju z vodjo prehrane v Vrtcu Mavrica v Vojniku	21
3.1.8 Intervju s farmacevtko	22
3.2 REZULTATI ANKETE	25
3.4 Število obolelih otrok z astmo v Sloveniji	34
3.5 KONCENTRACIJE CVETNEGA PRAHU V ZRAKU	36
5 VIRI IN LITERATURA	40
6 PRILOGE	41
6.1 Anketni vprašalnik	41

KAZALO TABEL

Tabela 1: Pogosti navzkrižni alergeni	13
Tabela 2: Število učencev z dietno prehrano	18
Tabela3: Število učencev z dietno prehrano v prejšnjih šolskih letih	18
Tabela 4: Spol in starost anketirancev	25
Tabela 5: Alergije učencev po starosti in spolu	26
Tabela 6: Alergije učencev po spolu	26
Tabela 7: Podatki o vrstah alergij učencev po spolu	27
Tabela 8: Pojavnost alergije po spolu	28
Tabela 9: Ogroženost zdravja glede alergije po spolu	29
Tabela 10: Način zdravljenja alergije po spolu	30
Tabela 11: Alergijske reakcije pri učencih po spolu	31
Tabela 12 : Hospitalizacija v bolnišnici zaradi alergije po spolu	32
Tabela 13: Pogostost pojavljanja alergij	33
Tabela 14: Potrditev hipotez	38

KAZALO GRAFOV

Graf 1: Razvrstitev anketirancev po starosti in spolu	25
Graf 2: Ali imate alergijo?	26
Graf 3: Vrste alergij po spolu	27
Graf 4: Razširjenost alergij med učenci	28
Graf 5: Pojavnost alergij	29
Graf 6: Ogroženost zdravja glede alergije	29
Graf 7: Način zdravljenja alergije pri učencih	30
Graf 8: Alergijske reakcije po spolu pri učencih z alergijo	31
Graf 9: Alergijske reakcije učencev	32
Graf 10: Hospitalizacija učencev z alergijo v bolnišnici	32
Graf 11: Pojavljanje alergij	33
Graf 12: Delež sprejemov otrok (0–14 let) v bolnišnico zaradi astme v obdobju 2002–2009	34
Graf 13: Delež sprejemov otrok v bolnišnico zaradi astme glede na različne starostne skupine v obdobju 2002–2009	35

KAZALO SLIK

Slika 1:Cvetni prah	12
Slika 2:Hišni prah	12
Slika 3:Arašidi	12
Slika 4:Pes	12
Slika 5: Jajca	12
Slika 6: Mleko	12
Slika 7: Dietna malica za učenko	19
Slika 8:Pripravljene dietne malice	19
Slika 9:Tija z zdravili	20
Slika 10:Tijino zdravilo, adrenalin	20
Slika 11: Zdravila Jureta Tilna	22
Slika 12:Pripomoček pri zdravljenju	22
Slika 13: Zdravilne učinkovine za alergijo	23
Slika 14: Vid z zdravili	24
Slika 15: Cvetoča leska v okolici Vojnika	36
Slika 16:Cvetovi črne jelše v Vojniku	36

KAZALO PRILOG

ANKETNI VPRAŠALNIK	41
--------------------	----

POVZETEK

POVZETEK

ZDRAVSTVO

Naslov naloge: ALERGIJE PRI OSNOVNOŠOLCIH OŠ VOJNIK

Avtorici: LANA KUZMAN in VERONIKA SLAPNIK

Mentorica: Tatjana Hedžet

Lektorica: Barbara Ojsteršek Bliznac, prof.

Šola: OŠ Vojnik

Alergije so vedno bolj pogoste bolezni otrok, govori se celo o alergijskem pohodu, kajti v zadnjih letih močno naraščajo. Vsak tretji otrok naj bi imel kakšno alergijo.

Namen raziskovalne naloge je bil raziskati čim več o alergiji pri otrocih, spoznati njene značilnosti, povzročitelje alergij, kakšna je vloga staršev, učiteljev oziroma šole.

Raziskali smo razširjenost alergijskih obolenj med osnovnošolci naše šole, katere alergije imajo naši učenci šole, kako živijo z alergijo in kako se zdravijo. Ugotovili smo, da ima 31 % naših učencev vsaj eno alergijo. Največ jih ima alergijo na cvetni prah in hišne pršice ter na dlako živali. 4,5 % učencev OŠ Vojnik ima v šolskem letu 2011/12 zdravniško potrdilo, da ima dietno prehrano zaradi alergije. Število alergij na hrano se vsako leto povečuje, zato tudi narašča število diet, predvsem v zadnjih petih letih. Najbolj nas je presenetilo, da imamo dva učenca, ki imata stalno pri sebi adrenalin, ker imata tako hudo obliko alergije. Ugotovili smo, da so alergije najpogostejši vzrok za astmatična obolenja in da obstaja pomembna povezava med alergijskimi obolenji ter onesnaženostjo zraka v zaprtih prostorih in na prostem, tudi dednost ni izključena.

Spoznali smo, da je najučinkovitejše zdravilo izogibanje alergenom, da veliko otrok z alergijami živi običajno življenje, kot njihovi vrstniki, in da postaja alergija vse bolj stalna spremljevalka v življenju osnovnošolcev.

ZAHVALA

Raziskovalna naloga, ki je sedaj v vaših rokah, ne bi nastala brez pomoči in spodbude nekaterih ljudi.

Radi bi se zahvalili:

- *svojim staršem, ker so naju ves čas spodbujali in nama pomagali;*
- *mentorici, gospe Tatjani Hedžet;*
- *gospe Barbari Pangeršič, vodji Lekarne enota Vojnik;*
- *gospe Kseniji Goste, dr.med., spec. šolske medicine;*
- *gospe Poloni Bastič, prof. biologije in gospodinjstva;*
- *gospe Urški Agrež, prof. razrednega pouka;*
- *vsem anketiranim učencem naše šole, ki so si vzeli čas ter odgovorili na najino anketo;*
- *gospe Barbari Ojsteršek Bliznac, prof. slov, jezika, za jezikovni pregled naloge.*

1 UVOD

Za nalogo na temo alergije smo se odločili, ker nas je vedno zanimalo, zakaj dobivajo nekateri sošolci drugačno malico od večine in nekateri ne hodijo na cvetoč travnik z nami. Ko smo jih o tem povprašali, smo vedno dobili enak odgovor, alergija. Prav tako smo opazili, da so učitelji vedno spraševali o zdravstvenih posebnostih nas, učencev, ko smo izvajali razne dejavnosti izven šole.

1.1 NAMEN

Namen raziskovalne naloge je bil raziskati čim več o alergiji pri otrocih, spoznati njene značilnosti, povzročitelje alergij, kakšna je vloga staršev, učiteljev oziroma šole.

Ugotoviti, koliko otrok ima alergije na naši šoli, izvedeti, katere alergije so pri njih najpogostejše, način zdravljenja alergij in nevarnost alergij.

Zanimal nas je tudi njihov način življenja, kako živeti z alergijo.

1.2 HIPOTEZE

Na začetku raziskovanja smo si postavili nekaj predvidevanj.

Predvidevali smo:

- Število otrok z alergijskimi boleznimi narašča.
- Na naši šoli ima petina (20 %) učencev alergijsko bolezen.
- Največ učencev ima alergijo na cvetni prah in hišne pršice.
- Število alergijskih bolezni na različno hrano narašča.
- Alergijske bolezni ne ogrožajo njihovega zdravja.
- Porast alergij je povezan z onesnaženostjo okolja.
- Učenci z alergijskimi boleznimi imajo drugačen način življenja.

1.3 RAZISKOVALNE METODE

Raziskovalno delo smo začeli z iskanjem gradiva o alergijah. Informacije smo poiskali v revijah, časopisnih člankih in tudi na internetnih straneh se je našlo veliko zanimivih in koristnih podatkov.

Sledilo je zbiranje podatkov o značilnostih alergijskih bolezni.

Delo je potekalo tudi na terenu, kjer smo iskali pojavljanje cvetnega prahu pri določenih rastlinah.

Veliko koristnih informacij smo dobili na spletnih straneh: IVZ, Inštitutu za varovanje zdravja RS in ARSO, Agenciji republike Slovenije za okolje, v pristojnosti Ministrstva za kmetijstvo in okolje.

Opravili smo tudi intervjuje z učenci, ki imajo različne vrste alergijskih bolezni, z otroško zdravnico, Ksenijo Goste, z Melito Kacin Podgrajšek, mag. farmacije, z vodjo šolske prehrane Polono Bastič, z učiteljico Urško Agrež, z vodjo prehrane v Vrtcu Mavrica Mojco Vasle, z mamo učenca z alergijsko boleznijo.

Pripravili smo anketo, ki smo jo razdelili učencem naše šole. Rezultate ankete smo analizirali, ugotovitve pa prikazali s pomočjo grafov in tabel.

Spremljali smo tudi biometeorološko napoved in pojav cvetnega prahu v naši okolici.

2 TEORETIČNI DEL

2.1 ALERGIJA

Alergija je premočen odziv našega imunskega sistema na snovi, ki nam niso nevarne oziroma škodljive, in nastane zaradi napake imunskega sistema. Vloga imunskega sistema je, da nas brani pred škodljivimi vplivi iz okolja.

Pomen alergije je, da je alergična oseba preobčutljiva na neko vrsto snovi, ki jih večina ljudi normalno prenese. Takšna pretirana reakcija povzroči različne alergijske bolezni. Bolezen se razvije v primeru, ko je alergična oseba izpostavljena točno tisti snovi, za katero je alergična.

Snovi, ki sprožijo alergijsko reakcijo, se imenujejo alergeni, med katere spadajo cvetni prah, pršice, živalska dlaka, plesni in živila.

Alergene lahko vdihnemo ali pa zaužijemo, ti pa takoj po vstopu v telo sprožijo alergijsko reakcijo.

Ko alergeni stopijo v stik s telesom, začne naš obrambni sistem prekomerno tvoriti protitelesa, pri naslednjem stiku se alergeni vežejo na že pripravljena protitelesa, pri tem pa se sproži aktivna spojina histamin.[1]

2.2 KAKO ODKRIJEMO ALERGIJO

Zelo pomembno je, da smo pozorni na ponavljajoče simptome in jih spremljamo. Pogosto zelo težko odkrijemo vzorčno povezavo. Velikokrat se alergije prikrijejo z virusnimi okužbami. Alergije se lahko enkrat na neko snov pojavijo izraziteje, drugič pa le v blagi obliki. Nekateri znaki alergij so lahko tudi znaki drugih bolezni. Vseh kožnih izpuščajev ne smemo vedno povezovati z alergijo. Nekatere alergijske bolezni pa imajo bolj očitne znake, ki jih seveda zdravniki hitro prepoznajo. [2]

Ali imamo alergijo?

Poskušajmo odgovoriti na nekaj vprašanj.

- Ali pogosto kihamo in smrkamo?
- Nas pogosto skelijo oči?
- Imamo velikokrat vzdraženo, srbečo kožo ali izpuščaje?
- Se nam pojavljajo prebavne težave in slabosti?

- Nam včasih otečejo obraz, roke in noge?
- So naše težave pogostejše v pomladnih mesecih?
- Se naše težave pojavljajo samo v določenem okolju (v šoli, doma, v stiku z domačimi živalmi)?
- So težave povezane z ozračjem (mrzlo, vlažno, klimatizirano)?
- Ima kdo od staršev alergijo?

Če na štiri od postavljenih vprašanj odgovorimo pritrdilno, je zelo verjetno, da imamo alergijo. V tem primeru obiščemo svojega zdravnika, ki nas bo morda napotil na pregled k specialistu alergologu.[5]

2.3 VZROKI ALERGIJE

Alergična oseba prepozna alergen kot škodljivo snov. Ni še dokončno pojasnjeno, zakaj imunski sistem naredi to napako. Obstaja več razlag, tudi ta, da se imunski sistem ne sreča z dovolj velikim številom škodljivih snovi v zgodnjem otroštvu in zaradi tega začne reagirati tudi na neškodljive snovi. Takšno razlago pojmujejo kot higiensko hipotezo. To pa postane še bolj zapleteno, kajti vsaka umazanija tudi ni zdrava. Znano je, da otroci, ki živijo v umazanih predelih nekaterih velikih ameriških mestih, najpogosteje obolevajo zaradi astme, ki je tipična alergijska bolezen otrok.

Razlog za nastanek alergij niso le različne higienske navade, pomembna je tudi dednost, izpostavljenost cigaretne dimu, izpostavljenost raznim alergenom, onesnaženost zraka in drugo.

Večina alergij se začne že v otroštvu, nekatere alergije z odraščanjem izginejo ali se ublažijo, nekatere pa ostanejo tudi vse do starosti.[3]

2.4 NAJPOGOSTEJŠI ALERGENI

Alergeni so lahko naravnega izvora, lahko pa so tudi snovi, ki jih je izdelal človek. Nekateri alergenii so stalno prisotni v okolju ali pa se pojavljajo z letnim časom.

Najpogostejši alergenii so:

- pršice v hišnem prahu,
- cvetni prah trav, dreves, plevelov,

- plesni,
- dlaka in perje domačih živali,
- hrana (jajca, mleko in mlečni izdelki, žita in žitni izdelki, sadje, morski sadeži, arašidi, soja),
- tekstilni izdelki in krzno,
- kozmetični izdelki,
- čistila in kemikalije,
- kovine (krom, nikelj, platina),
- strupi žuželk,
- zdravila.



Slika 1: Cvetni prah



Slika 2: Hišni prah



Slika 3: Arašidi



Slika 4: Pes



Slika 5: Jajca



Slika 6: Mleko

(Foto: Lana Kuzman, februar 2012)

Navadno med alergeni navajamo živalsko dlako, vendar je dlaka domačih živali le odličen prenašalec alergenov, ki so v slini psov, mačk in konj, v seču psov, mačk, hrčkov, morskih prašičkov.[4]

2.3 NAVZKRIŽNE ALERGIJE

Navzkrižna alergija je vrsta alergije, ko protitelesa, ki so nastala proti nekemu alergenemu, povzročijo alergijsko reakcijo tudi zaradi stika z drugim alergenom. Navzkrižni alergen nima vedno podobnega izvora kot osnovni. Pri alergiji na cvetni prah ene vrste trav lahko pričakujemo, da se bo pojavila alergija na cvetni prah tudi drugih vrst trav. Ob njej pa se lahko tudi pojavi alergija na paradižnik ali krompir. Žal je res tako, da so navzkrižne alergije nepričakovane.[4]

Tabela 1: Pogosti navzkrižni alergeni

Osnovni alergeni	Možni navzkrižni alergen
cvetni prah dreves (leska, jelša, breza)	jabolka, koščičasto sadje, lešniki, mandlji, arašidi, kivi, svež korenček, krompir, zelena, paradižnik, paprika, janež, kari, poper
cvetni prah trav	žita, koščičasto sadje, kivi, krompir, zelena, paradižnik, paprika, kari, grah, soja, kikiriki, timijan, peteršilj
cvetni prah zelišč (tudi plevelov), ambrozija, navadni pelin, trpotec, kamilica	zelena, soja, korenček, koromač, janež, kumina, česen, paprika, artičoka, melone, kumare, buče, mango
pršice v hišnem prahu	morski sadeži
lateks	banane, kivi, kostanj, avokado, fige, melone, paradižnik, lešniki, marelice, grenivke, ananas
kivi	ržena moka, jabolka, korenček, lešniki, breza, lateks, ananas, papaja, avokado

2.6 ZDRAVLJENJE ALERGIJSKIH BOLEZNI

Pri zdravljenju je najpomembneje, da izločimo alergen iz okolja. Velikokrat to ni mogoče, zato mora zdravnik predpisati zdravila za ublažitev ali zdravljenje alergije. Alergije povzročajo različni številni alergeni, glavni sprožitelj alergijske reakcije pa je vedno histamin. Antihistaminiki so zdravila, ki preprečujejo njegovo delovanje in s tem zavirajo nastanek alergijske bolezni.

V primeru zelo hude alergijske reakcije pa se zdravi celo z adrenalinom.

Možnost zdravljenja lahko poteka tudi v rednih časovnih presledkih v bolnišnici z imunoterapijo. Ta lahko traja od 3 do 5 let, tako da bolniku vsakič vbrizgajo večjo količino nekega alergena, da postane nanj manj občutljiv.[5]

2.7 ALERGIJE PRI OTROCIH

2.7.1 Alergija dihal

Alergijski rinitis in astma

Alergijski rinitis ali seneni nahod je alergijsko vnetje sluznice nosu in obnosnih votlin. Pogosto se mu pridruži še prizadetost očesnih veznic. Posledica so kihanje, izcedek iz nosu, občutek zamašenosti nosu in srbenje. Sezonski rinitis povzročajo pelodi trav in dreves, celoletni rinitis pa hišne pršice, živalske dlake in plesni.

Najpogostejše se pojavlja v starosti od 8 do 20 let.

Astma je najpogostejša kronična bolezen otroštva. Otroci z astmo kašljajo, piskajo, imajo občutek stiskanja v prsih in kratko sapo.

Pri astmi gre za kronično vnetje dihal. Prehlad in alergeni sta dva najpogostejša sprožilca astme pri otrocih.

2.7.2 Alergija kože

Med najpogostejše alergijske bolezni sodijo atopijski dermatitis, alergijski kontaktni dermatitis in koprivnica (urtikarija).

- *Atopijski dermatitis* je kronično vnetje kože. Pojavlja se v vseh starostnih obdobjih, je najpogostejši pri otrocih. Pogosto se kasneje bolezen umiri in celo lahko izgine. Pri nastajanju se prepleta več dejavnikov.

Znaki alergije kože so rdeča, nabrekla, luskasta, srbeča, zatečena koža, ki so posledica alergijskega dogajanja na koži.

- *Urtikarija ali koprivnica* so spremembe na koži, ki so videti kot po stiku s koprivo. Velikokrat jo spremlja otekanje vek, ustnic, obraza, dlani ali stopal.

- *Alergijski kontaktni dermatitis*, vnetje se pojavi na koži, po stiku s snovjo, za katero smo pri predhodnih stikih razvili preobčutljivost.[6]

2.7.3 Alergija prebavil

Večkrat se začne že v prvih mesecih življenja kot posledica alergije na hrano, večinoma na kravje mleko, jajca, pšenično moko, pozneje arašide, oreščke, morske sadeže.

Bolezniški znaki se razlikujejo po času ponavljanja, trajanju in jakosti. Najpogostejši znaki so bolečine v trebuhu, bruhanje, napenjanje, driska oziroma zaprtje.

2.7.4 Alergija na pike žuželk

V našem okolju povzročajo alergijo strupi kožekrilcev, med katere spadajo čebele, čmrlji, ose in sršeni, pa tudi obadi. Podoben strup imajo čebele in čmrlji, prav tako ose in sršeni.

Na mestu pika nastane večja srbeča oteklina, ki ostane kar nekaj dni. Koža je običajno pordela, pojavijo se tudi srbenje, rdečina in koprivnica. Pri težki sistemski preobčutljivosti reakcije so prizadeta dihalna, bolnik čuti oteženo dihanje, v prsih mu piska, ima pospešen srčni utrip, postane omotičen, lahko izgubi zavest ali celo doživi anafilaktični šok. Alergijski pojavi se razvijejo zelo hitro po piku, v nekaj minutah do 1 ure.

2.7.5 Anafilaksija

Anafilaksija je težka preobčutljivostna reakcija oziroma urgentno stanje.

Sprožijo jo zelo hitro nekatera zdravila, piki žuželk, hrana, ko vstopijo v telo. Anafilaktične reakcije se ponavadi zgodijo doma, v vrtcih, v šolah, na izletih, trgovinah, ne pa v zdravstvenih domovih. Zato je pomembno, da tudi vzgojitelji in učitelji poznajo težave otrok z alergijskimi boleznimi, da lahko preprečijo pojav težke alergijske reakcije in pravočasno in pravilno ukrepajo. Pomembno je njihovo izobraževanje, da bi pravilno ukrepali, če se le-te vseeno zgodijo.

Osrednji znaki na koži so srbenje, koprivnica, nenaden nahod, kašelj in dušenje, pa tudi slabost, siljenje k bruhanju, omotičnost, vse do nezvesti, znižanje krvnega tlaka, vse do šoka, zato je zelo pomembno pravočasno ukrepanje. Taki bolniki imajo vedno pri sebi zdravila za samopomoč, ki jih morajo takoj uporabiti in se odpraviti v bližnji zdravstveni dom.

Taki bolniki imajo tudi izkaznico z navodili za ukrepanje ob alergijski reakciji, za samopomoč ob težji reakciji pa ima tak bolnik samoinjektor adrenalina, ki ga mora stalno imeti ob sebi. [8]

»Zaradi najtežje stopnje anafilaktičnega šoka na leto umrejo 1–3 osebe na 1 milijon prebivalcev, med vzroki je najpogostejše naveden pik žuželke.«(Ema Mivšek Mušič, Anafilaksija, online).

<http://www.dpbs.si/Alergije/Huda%20alergijska%20reakcija/Anafilaksija.htm>

3 EKPERIMENTALNI DEL

3.1 INTERVJUJI

3.1.1 Intervju s Ksenijo Goste, dr. med., spec. šolske medicine

V mesecu novembru smo imeli sistematski zdravniški pregled v Zdravstveni postaji Vojnik. Zdravnici Kseniji Goste smo postavili nekaj vprašanj o alergijah otrok.

1. Ali opazate naraščanje alergij učencev na zdravniških pregledih?

Da, alergij je vsako leto čedalje več.

2. Ali obstaja preventiva pri alergijah?

Najboljša preventiva je izogibanje alergenov.

3. Katere vrste alergij so najpogostejše pri osnovnošolskih učencih?

Alergija na cvetni prah in pršice.

4. Kako ugotovite, ali ima nekdo alergijo?

Ali ima nekdo alergijo, ugotovimo s testiranjem, analizo in pregledom krvi.

5. Kako se zdravi alergija?

Z zdravili (preprečevanje alergijske reakcije).

6. Kaj naredite v primeru zelo hude alergijske reakcije (ko je oseba v smrtni nevarnosti)?

Dobi ustrezno zdravilo, adrenalin, ponavadi ga ima vedno sabo.

7. Koliko je smrtnih primerov zaradi hude alergije na leto letno?

Nimam teh podatkov, ne vem.

3.1.2 Intervju s Polono Bastič, prof. biologije in gospodinjstva

Polona Bastič je učiteljica na OŠ Vojnik in vodja šolske prehrane.

1. Koliko učencev je v tem šolskem letu alergičnih na določeno hrano in ima dietno hrano?

Teh učencev je 31 od 671, kar pomeni v letošnjem šolskem letu 4,6 %.

2. Koliko učencev je alergičnih na mleko, jajca, gluten?

9 učencev je alergičnih na mleko, 5 na jajca in štirje na gluten.

3. Na katera druga živila so še alergični učenci na OŠ Vojnik?

Na arašide, konzervanse, ribe (tuna), sojo, med, olivno olje, sezam, jagode, riž, južno sadje. Štirje otroci pa imajo celiakijo.

4. Koliko otrok prejema dietno hrano v posameznih razredih?

Tabela 2: Število učencev z dietno prehrano

	1. r.	2. r.	3. r.	4. r.	5. r.	6. r.	7. r.	8. r.	9. r.	Skupaj
Št. učencev z dieto	3	3	4	8	2	4	0	3	4	31

Iz tabele je lepo razvidno, da je največ diet pri devetletnikih, četrtošolcih.

6. Koliko otrok je prejemal dietno malico v prejšnjih letih?

Tabela 3: Število učencev z dietno prehrano v prejšnjih šolskih letih

Št. učencev./ šolsko leto	2004/05	2006/07	2008/09	2011/12
Št. učencev z dietami	7	14	25	31
Št. vseh učencev	741	698	678	671
v %	0,9 %	2 %	3,6 %	4,6 %

V tabeli so zbrani podatki za posamezna prejšnja šolska leta, zelo lepo je razvidno, da število diet zaradi alergij narašča. V sedmih letih se je število alergij na hrano štirikrat povečalo. Tudi na ostalih šolah v Sloveniji je podobno stanje.

7. Katera alergija vas je najbolj presenetila?

Najbolj me je presenetila alergija pri Tiji, učenki 3. razreda, ki ima tako hudo alergijo na arašide. Zaradi te učenke smo morali marsikaj prilagoditi in seveda opozoriti vse učence naše šole, delavce šole in starše učencev, kajti Tija niti v zraku ne sme zaznati arašidov. Vemo pa, da sledi arašidov najdemo v marsikaterem živilu. V čokoladah, olju, maslu ...

8. So živila za diete dražja?

Da, vendar učenci z alergijami ne plačujejo dražje malice.

9. Želite še kaj dodati?

Vsak učenec, ki mora imeti prilagojeno prehrano oziroma dieto, mora prinesiti zdravniško potrdilo od svojega zdravnika.



Slika 7: Dietna malica za učenko

(Foto: Lana Kuzman, december 2011)



Slika 8: Pripravljene dietne malice

(Foto: Veronika Slapnik, december 2011)

3.1.3 Intervju s Tijo, učenko 3. razreda OŠ Vojnik

Tija hodi v tretji razred osnovne šole. Vsa šola je pozorna na njo zaradi njene hude alergije.

1. Na kaj si alergična?

Alergična sem na arašide, jajca, oreščke, mleko in dlako.

2. Kakšno alergijsko reakcijo dobiš?

Zatečem ali pa me začne srbeti po celem telesu, mi je slabo in lahko padem tudi v šok.

3. Kako vpliva alergija na tvoje življenje?

Sem se že navadila in me to ne moti tako zelo.

4. Je tvoje življenje ogroženo, če dobiš alergijsko reakcijo?

Da, vendar samo pri arašidih.

5. Si že bila kdaj v bolnišnici zaradi alergijske reakcije?

Da, velikokrat.

6. Ali lahko greš v trgovino zraven mame ali pa v restavracijo?

Seveda, saj nosim vedno s sabo zdravila, ne smem nikamor brez njih.



Slika 9: Tija z zdravili

(Foto: Lana Kuzman, december 2011)



Slika 10: Tijino zdravilo, adrenalin

(Foto: Lana Kuzman, december 2011)

7. Kdo skrbi za tvojo prehrano?

Mami.

8. Pri katerem živilu si bila najbolj presenečena, da vsebuje arašide?

Najbolj me je presenetilo, da so arašidi v olju.

3.1.4 Intervju s Tijinim sošolcem, učencem 3. razreda OŠ Vojnik

1. Ali veš, da ima Tija alergijo?

Vem, da ima hudo alergijo.

2. Ali te skrbi kaj zanjo?

Malo.

3. Kako skrbiš, da ne dobi alergijske reakcije?

Za Tijo skrbim tako, da ne prinašam nobene hrane v šolo.

3.1.5 Intervju z Nino, učenko 5. razreda, ki ima alergijo na zdravila.

1. Na kaj si alergična?

Alergična sem na zdravila, ki vsebujejo penicilin.

2. Kdaj si dobila prvič alergijo?

Prvič sem dobila alergijo pri šestih letih.

3. Kakšno alergijsko reakcijo dobiš?

Pojavijo se mi izpuščaji po celotnem telesu, ki zelo srbijo.

4. Čemu se moraš izogibati?

Nekaterim zdravilom, domačemu mleku, nekaterim sladoledom ...

3.1.6 Intervju z vodjo prehrane Mojco Vasle v Vrtcu Mavrica v Vojniku

1. Koliko otrok je v vaši oskrbi?

V naši oskrbi je 380 otrok.

2. Koliko od njih ima alergijo na določeno vrsto živil?

V tem letu imamo 33 otrok z različnimi alergijami na hrano, kar predstavlja 8,6 %. Vsako leto jih je več.

3. Na kaj vse pa so otroci alergični?

Na mleko, mlečne izdelke, jajca, gluten, sojo, oreščke, svinjsko meso, kokos...

4. Kako poskrbite za njih?

Vsi ti otroci imajo posebno prehrano oziroma dieto, ena od kuharic skrbi oziroma kuha samo za te otroke z dieto.

5. Kaj naredite, če kdo doživi (hudo) alergijsko reakcijo?

Če je res huda, ga peljemo takoj k zdravniku, če pa ni tako huda, samo pokličemo starše.

3.1.7 Intervju z mamo otroka z alergijo

Intervju sva opravili z gospo Urško, ki ima sina z zelo hudo alergijo.

1. Koliko je star vaš otrok?

Moj sin Jure Tilen je star 11 let in hodi v 6. razred osnovne šole.

2. Kakšno alergijo ima vaš otrok in od kdaj?

Ima alergijo na jajca in je tudi astmatik. Prvi znaki alergije so se pojavili takoj ob rojstvu.

3. Kako huda je ta alergija?

Je življenjsko nevarna, ne sme pojesti ničesar, kar vsebuje jajca, ali izdelke iz jajc.

4. Ima kakšna zdravila za alergijo?

Ja, če dobi alergijsko reakcijo, si mora v mišico vbrizgati anapen.

5. Je že bil kdaj zaradi alergij v bolnišnici?

Da, zaradi cepiva, ko so ga testirali za alergijo na mleko.

6. Ali njegova alergija vpliva na vaše življenje?

Da, skrbeti moramo za pravilno dieto, ne moremo na dopust v hotel, ne jemo v restavracijah.



Slika 11: Zdravila Jureta Tilna Slika 12: Pripomoček pri zdravljenju

(Foto: Lana Kuzman, februar 2012) (Foto: Lana Kuzman, februar 2012)

7. *Kako skrbite za njega?*

Skrbimo za dieto in če je potrebno, mu damo zdravila. Vsak trenutek smo pozorni na njegovo zdravstveno stanje. Izobražujemo se glede novosti na tem področju. Skrbimo, da redno obiskuje zdravnika.

8. *Ste o alergiji svojega sina seznanili šolo.*

Seveda. Starši otroka z alergijo moramo obvestiti šolo o stanju svojega otroka, kajti tudi v šoli lahko dobi hudo reakcijo. O vsem smo seznanili razredničarko, vodstvo šole. Sin ima zdravniško potrdilo, da ima alergijo. Učitelji na šoli so seznanjeni s tem.

3.1.8 Intervju s farmacevtko

Informacije smo poiskali tudi v Lekarni Vojnik. Intervju smo opravili z Melito Kacin Podgrajšek, mag. farmacije.

1. *Ponujate v Lekarni Vojnik test alergije na pasjo in mačjo dlako?*

To so zelo nove zadeve, ki jih še nimamo v naši lekarni, nismo še dobili nobene ponudbe od dobaviteljev, pa tudi povpraševanja po njih še ni bilo.

2. *Imate vedno v zalogi zdravila in razne pripomočke, ki lajšajo težave pri alergijah?*

Ta zdravila so vedno na zalogi, sploh sedaj v tem času, ko se začneja sezona alergij, torej zgodaj spomladi.

3. *Ali lahko ta zdravila kupimo brez recepta?*

Brez recepta lahko dobite zdravilne učinkovine za 10 dni, to je manjše pakiranje.

To so rinolan, flonidan S, claritin S, pa tudi sirupe, na recept dobite večje pakiranje.



Slika 13: Zdravilne učinkovine za alergije

(Foto: Lana Kuzman, marec 2012)

4. Ali imajo ta zdravila stranske učinke?

Da, stranski učinki so glavobol, zaspanost, imamo pa tudi novejša zdravila, kjer ni nezaželenih učinkov, kot sta acrius in dasselta.

5. Se je povečalo povpraševanje teh zdravil?

Seveda, občutno, povpraševanje in nabava teh zdravil sta vsako leto večja. Največje povpraševanje je pred dopusti oziroma pred počitnicami. Ljudje kupijo ta zdravila iz preventive.

6. Kaj svetujete, če imate stranko z otokom, ki ima sum na alergijo?

Pri otrocih smo zelo previdni, tudi pri odraslih, staršem svetujemo, da obiščejo zdravnika.

7. Ste imeli kakšen primer imunoterapije?

Tukaj v Vojniku ne, v Celju pa 4 primere.

3.1.9 Intervju z učiteljico na OŠ Vojnik

Intervju smo opravili z Urško Agrež, prof. razrednega pouka v 2. razredu OŠ Vojnik.

1. Koliko so stari učenci v vašem razredu?

Učenci v mojem razredu so stari 7 ali nekateri že 8 let.

2. Koliko učencev v razredu ima alergijo?

V razredu ima šest učencev različne vrste alergij, večina na cvetni prah in hišne pršice.

3. Kako ste izvedeli, da imajo ti učenci alergijo?

Takoj 1. septembra 2011, prvi šolski dan, so me starši seznanili s tem. Sicer prvi šolski dan starši izpolnijo poseben vprašalnik, v katerega napišejo zdravstvene posebnosti otroka. Potem pripravim zbirnik, ki ga oddam vodstvu šole in je priložen v dnevniku. To je zelo pomembno, ker ni zadosti, da vem samo jaz te posebnosti, vsi, ki so v stiku s tem učencem, so seznanjeni z njegovimi zdravstvenimi posebnostmi.

4. Na katerega učenca ste posebej pozorni to šolsko leto zaradi alergije?

Na vse učence z alergijo enako. Izpostavila bi mogoče Vida, ki ima alergijo na cvetni prah in hišne pršice ter je astmatik. Vedno ima v šolski torbici zdravila in pripomočke.



Slika 14: Vid z zdravili

(Foto: Veronika Slapnik, februar 2012)

V tem spomladanskem času sem zelo pozorna na učence, ki imajo alergijo na cvetni prah, kajti ne morejo v naravo, na cvetoč travnik. Pripraviti jim moram posebno zaposlitev.

5. Ste imeli kdaj kakšnega učenca z nenavadno alergijo, da vas je presenetila?

Seveda, v prejšnjem šolskem letu sem imela učenko Nino, ki je imela alergijo na cvetni prah, hišne pršice in kredo. V tem primeru smo imeli v učilnici samo tablo, na katero sem pisala s flomastri. Zelo smo pazili, da ni imela pouka oziroma podaljšanega bivanja v ostalih učilnicah, kjer so imeli table, na katere so pisali s kredo. Ja, takrat je bilo kar pestro, res smo bili vsi učitelji dosledni.

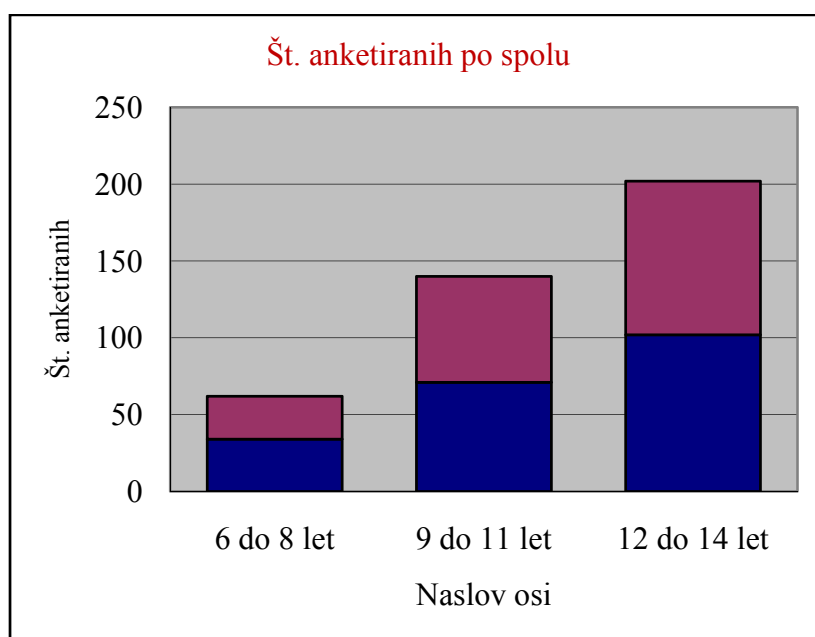
3.2 REZULTATI ANKETE

Anketo smo razdelili v mesecu novembru med učence OŠ Vojnik. Razdelili smo 600 anket, vrnjenih smo jih dobili 404.

1. Zanimala sta nas starost in spol anketirancev.

Tabela 4: Spol in starost anketirancev

	6 do 8 let	9 do 11 let	12 do 14 let	Skupaj
Ženskega spola	34	71	102	207
Moškega spola	28	69	100	197
Skupaj	62	140	202	404



Graf 1: Razvrstitev anketirancev po starosti in spolu

Anketirali smo učence vseh treh triad naše šole. Največ anketiranih učencev je bilo III. triade, točno 50 %, najmanj pa učencev I. triade, le 15 %. 35 % učencev je bilo iz II. triade.

V prvi triadi (6 do 8 let) so učenci 1., 2., in 3. razreda, v drugi triadi (9 do 11 let) učenci 4., 5., in 6. razreda in v tretji triadi učenci (12 do 14 let) 7., 8. in 9. razreda.

V spolu ni bilo bistvene razlike, razmerje je bilo 51% deklic in 49% dečkov.

2. Ali imate oziroma ste imeli kakšno alergijo?

Tabela 5: Alergije učencev po starosti in spolu

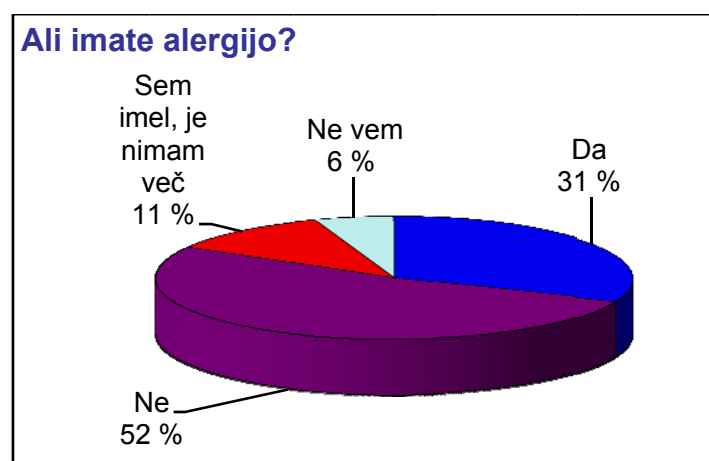
	DEKLICE			DEČKI			Skupaj
	6–8 let	9–11 let	12–14 let	6–8 let	9–11 let	12–14 let	vsi
Da	14	23	32	5	23	29	126
Ne	20	34	49	20	35	53	211
Sem imel, je nimam več	0	10	12	3	6	14	45
Ne vem	0	4	9	0	5	4	22
Skupaj	34	71	102	28	69	100	404

Največ alergij imajo deklice v I. triadi, 41% vseh anketiranih deklic, najmanj pa dečki v isti starosti, torej I. triade, le 17 %. Pri ostalih starostnih skupinah ni takega razpona.

Tabela 6: Alergije učencev po spolu

	DEKLICE	DEČKI	Skupaj
Da	69	57	126
Ne	103	108	211
Sem imel, je nimam več	22	23	45
Ne vem	13	9	22
Skupaj	207	197	404

Alergijo ima 69 deklic od vseh anketiranih, kar pomeni 33, 3 %, dečkov pa 57 od vseh anketiranih, kar predstavlja 28,9 %.



Graf 2: Ali imate alergijo?

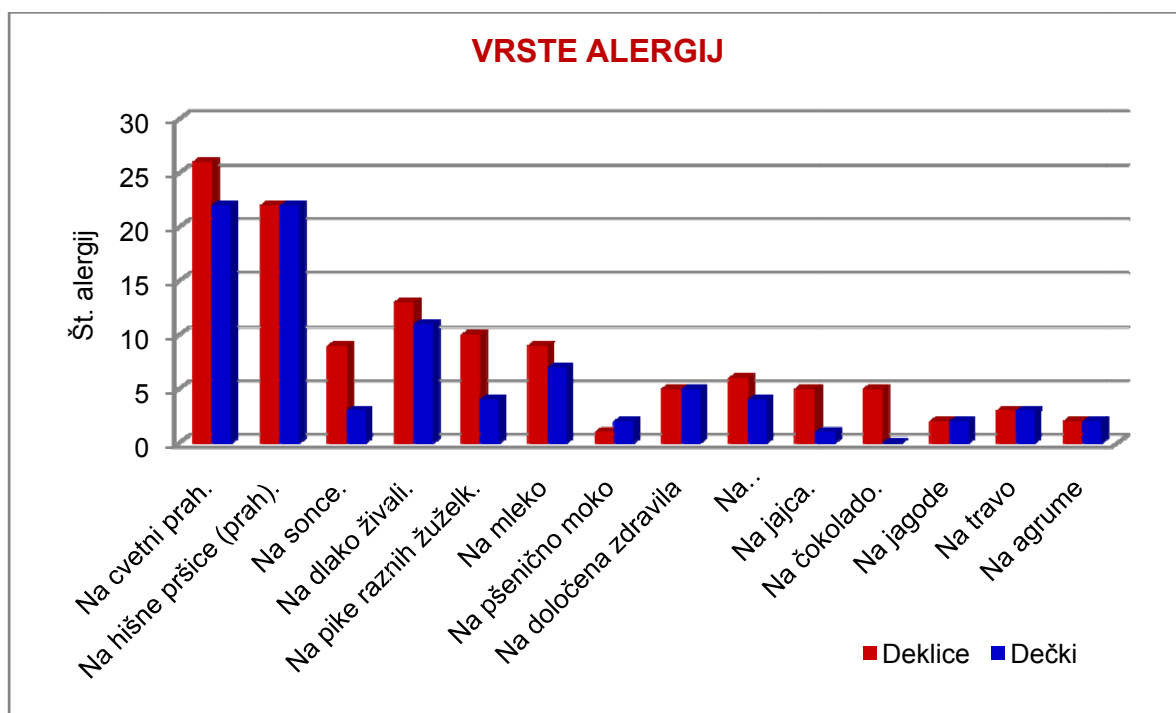
Z grafa je razvidno, da ima 31 % učencev alergijo, polovica učencev je nima, 11 % jo je imelo, pa je nima več, 6 % pa ne ve, da bi imelo katero koli obliko alergije.

3. Na kaj imate alergijo?

Tabela 7: Podatki o vrstah alergij učencev po spolu

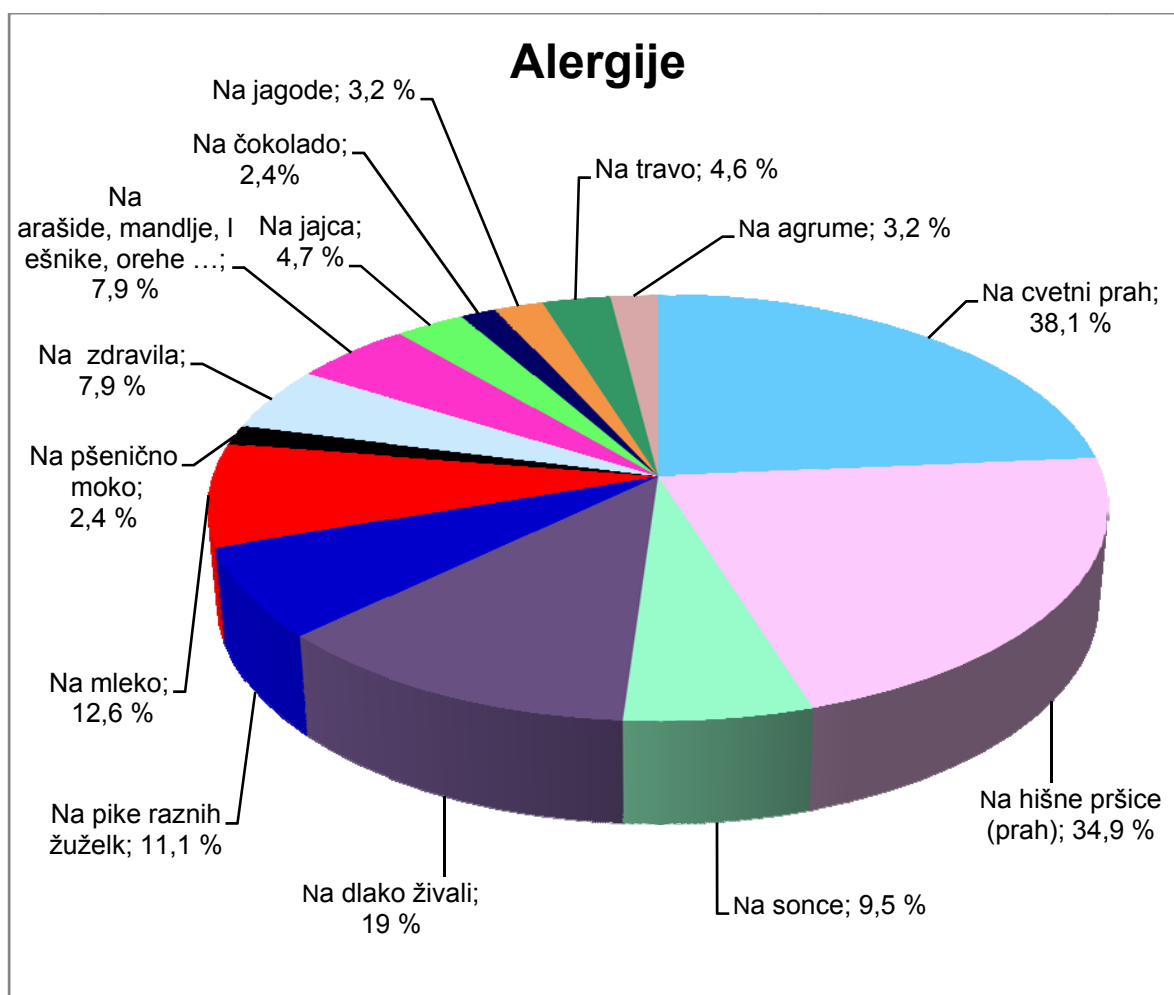
	Deklice	Dečki	skupaj
Na cvetni prah	26	22	48
Na hišne pršice (prah)	22	22	44
Na sonce	9	3	12
Na dlako živali	13	11	24
Na pike raznih žuželk	10	4	14
Na mleko	9	7	16
Na pšenično moko	1	2	3
Na določena zdravila	5	5	10
Na arašide, mandlje, lešnike, orehe ...	6	4	10
Na jajca	5	1	6
Na čokolado	5	0	3
Na jagode	2	2	4
Na travo	3	3	6
Na agrume	2	2	4

Drugo: perje, mraz, barvila, krema za sončenje, konzervansi (2), barvila, smetana. Podatke o vrstah alergij in število le-teh smo zbrali v tabeli po spolu. Pri obeh spolih je največ alergij na cvetni prah in hišne pršice.



Graf 3: Vrste alergij po spolu

Z grafa sta lepo razvidna primerjava alergij med spoloma in število alergij pri obeh spolih. Ugotovili smo, da ima več deklic kot dečkov alergijo na pike raznih žuželk, na dlako živali, na sonce, na jajca, na čokolado. Pri ostalih alergijah ni takih očitnih razlik.



Graf 4: Razširjenost alergij med učenci

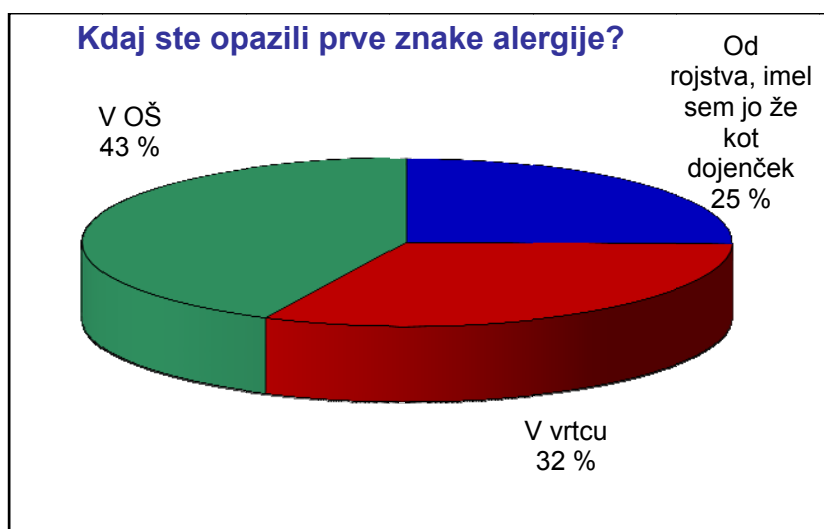
Učenci imajo več vrst alergij. Največ učencev ima alergijo na cvetni prah in hišne pršice, sledi alergija na dlako živali in na mleko ter pike raznih žuželk.

4. Kdaj ste opazili prve znake alergij?

Tabela 8: Pojavnost alergije po spolu

	Deklice	Dečki	Skupaj
Od rojstva, imel sem jo že kot dojenček	17	15	32
V vrtcu	23	17	40
V OŠ	29	25	54
Skupaj	69	57	126

60 % deklic je imelo alergijo že pred vstopom v šolo, dečkov pa 56 %. Ostali so opazili prve znake alergije šele v osnovni šoli.



Graf 5: Pojavnost alergij

Četrtnina učencev ima alergijo že od rojstva, pri slabi polovici učencev se je pojavila v osnovni šoli in pri tretjini učencev v vrtcu.

5. Ali vaša alergija ogroža vaše zdravje?

Tabela 9: Ogroženost zdravja glede alergijepo spolu

Spol anketirancev	Deklice	Dečki	Skupaj
DA	27	20	47
NE	42	37	79
Skupaj	69	57	126

Pri 40 % deklic alergija ogroža njihovo zdravje, pri dečkih pa pri 35 %.



Graf 6: Ogroženost zdravja glede alergije

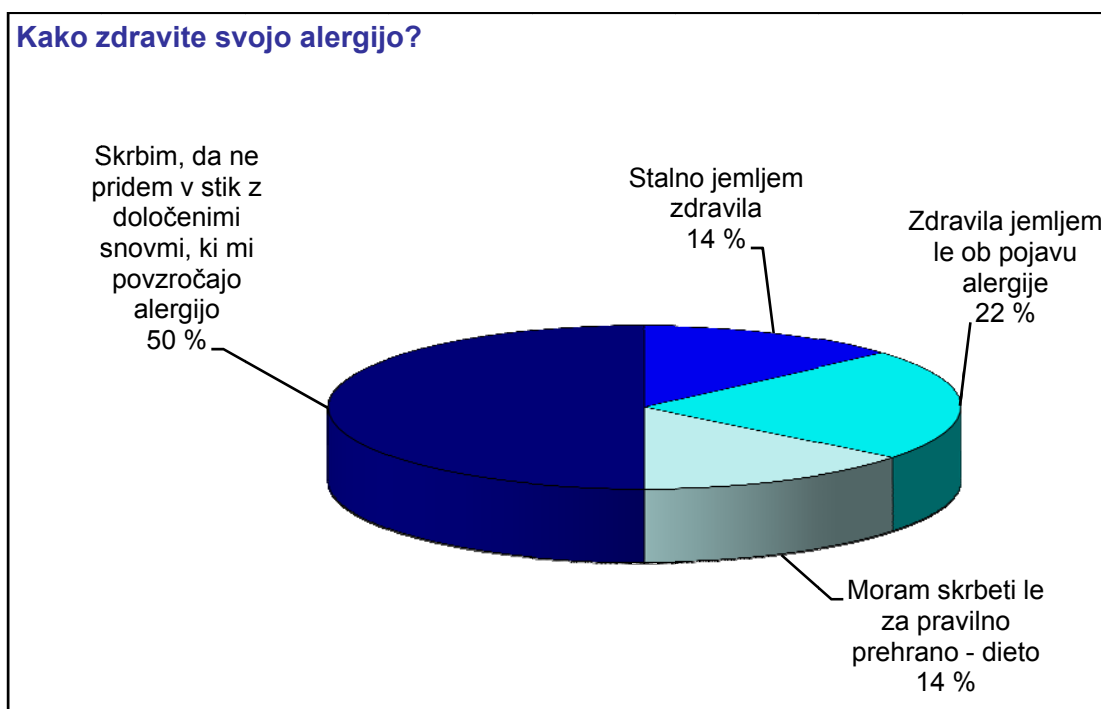
Alergija ogroža zdravje pri 37 % vseh učencev z alergijo, kar pomeni, da je teh že več kot tretjina.

6. Kako zdravite svojo alergijo?

Tabela 10: Način zdravljenja alergije po spolu

	Deklice	Dečki	Skupaj
Stalno jemljem zdravila	7	10	17
Zdravila jemljem le ob pojavu alergije	15	13	28
Moram skrbeti le za pravilno prehrano - dieto	13	5	18
Skrbim, da ne pridem v stik z določenimi snovmi, ki mi povzročajo alergijo	34	29	63
Skupaj	69	57	126

Več deklic mora skrbeti za pravilno prehrano, kar je seveda posledica tega, ker ima več deklic alergijo na hrano. Več dečkov v primerjavi z deklicami pa jemlje za alergijo zdravila.



Graf 7: Način zdravljenja alergije pri učencih

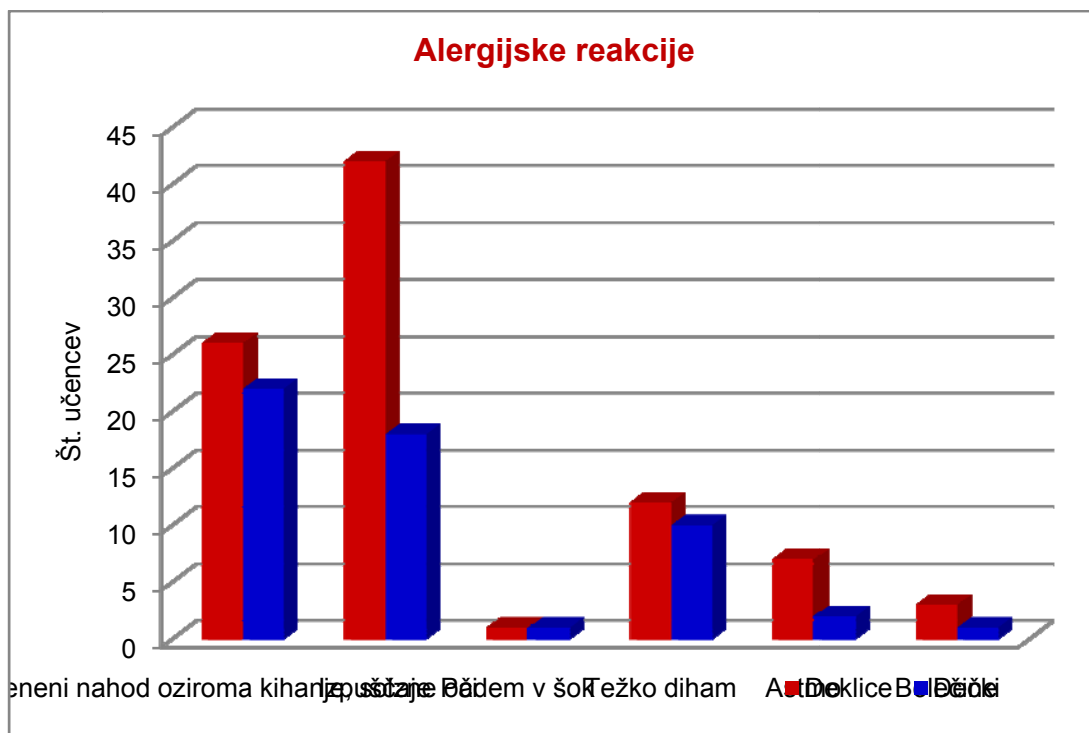
Polovica vseh učencev z alergijo mora skrbeti, da ne pride v stik z določenimi alergeni, ki povzročajo njihovo alergijo. Enako število jih pazi na pravilno prehrano oziroma stalno jemlje zdravila. Petina učencev pa posega po zdravilih le ob pojavu alergije.

8. Kakšno alergijsko reakcijo dobite?

Tabela 11: Alergijske reakcije pri učencih po spolu

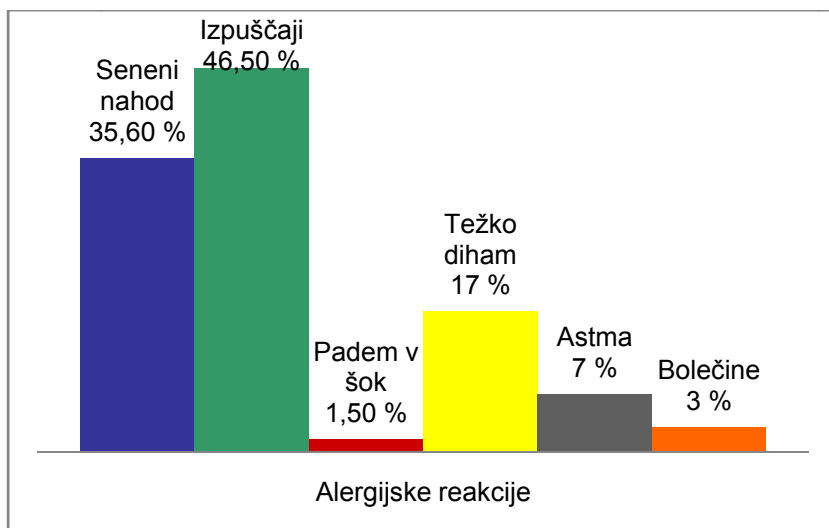
	Deklice	Dečki	Skupaj
Seneni nahod oziroma kihanje, solzne oči	26	22	46
Izpuščaji	42	18	60
Padem v šok	1	1	2
Težko diham	12	10	22
Astma	7	2	9
Bolečine	3	1	4

42 deklic od 69 z alergijo dobi izpuščaje, kar pomeni 60 % deklic, 38 % dečkov pa ima seneni nahod.



Graf 8: Alergijske reakcije po spolu pri učencih z alergijo

Največ deklic pri alergiji dobi izpuščaje, dečki pa dobijo seneni nahod. Dva učenca imata zelo težko alergijo in ob stiku z alergenom padeta v šok.



Graf 9: Alergijske reakcije učencev

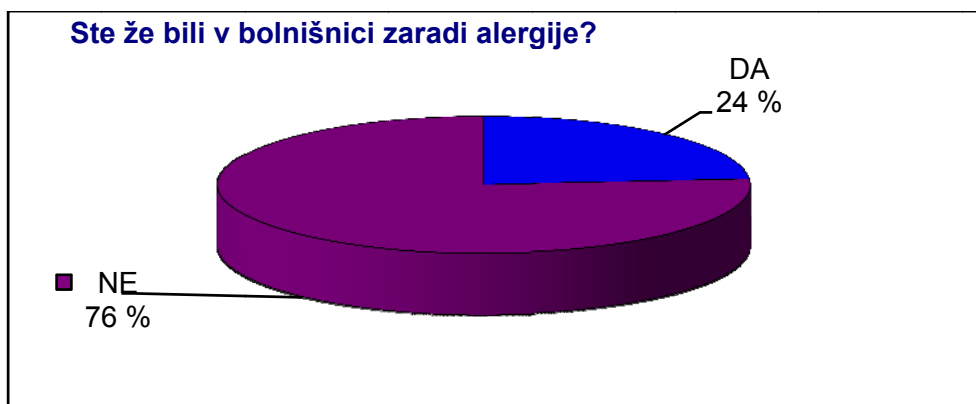
Največ učencev ima izpuščaje ob pojavu alergije, tretjina jih ima seneni nahod, šestina jih težko diha, 7 % pa jih ima astmo. Kar nekaj učencev ima hkrati dve ali celo tri alergijske reakcije.

9. Ste že kdaj bili v bolnišnici zaradi hude alergijske reakcije?

Tabela 12: Hospitalizacija v bolnišnici zaradi alergije po spolu

Spol anketirancev	Deklice	Dečki	Skupaj
DA	19	11	30
NE	50	46	96
Skupaj	69	57	126

V bolnišnici je bilo zaradi alergije 27,5 % deklic z alergijo in 19,2 % dečkov.



Graf 10: Hospitalizacija učencev z alergijo v bolnišnici

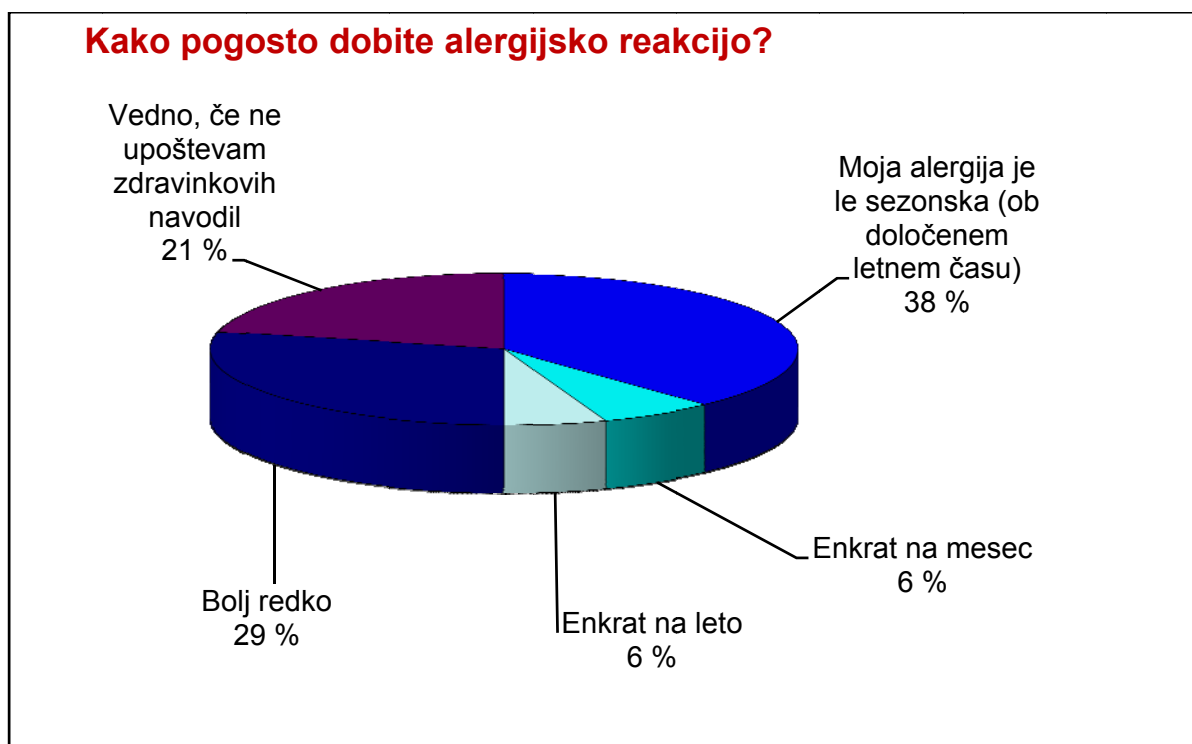
Četrtna učencev z alergijo je bila zaradi svoje bolezni že v bolnišnici na zdravljenju.

10. Kako pogosto dobite alergijsko reakcijo?

Tabela 13: Pogostost pojavljanja alergij

	Deklice	Dečki	Skupaj
Moja alergija je le sezonska (ob določenem letnem času)	30	18	48
Enkrat na mesec	3	5	8
Enkrat na leto	3	4	7
Bolj redko	20	16	36
Vedno, če ne upoštevam zdravnikovih navodil	13	14	27
Skupaj	69	57	126

Skoraj polovica deklic z alergijo, 44 %, ima alergijo le v določenem letnem času. Pri dečkih je tudi teh največ 32 %.



Graf 11: Pojavljanje alergij

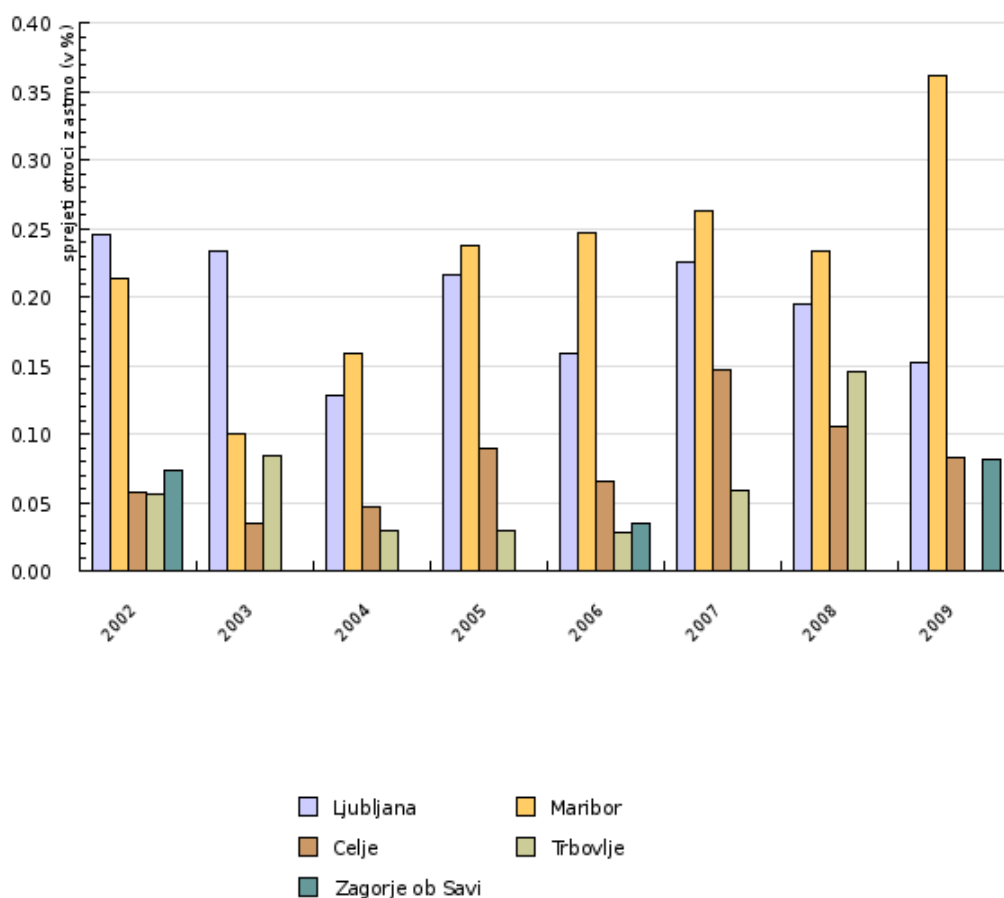
Pri 38 % učencev se največkrat pojavi alergija ob določenem letnem času, pri petini učencev, če ne upoštevajo zdravnikovih navodil, pri 30 % pa se pojavlja bolj redko, ker se dosledno izogibajo alergenom.

3.4 Število obolelih otrok z astmo v Sloveniji

Podatke smo poiskali, ker je astma kronično vnetje dihalnih poti zaradi alergije, virusnih infekcij dihal in tudi dražilnih snovi v zraku.

Podatke o deležu otrok, ki so bili sprejeti v bolnišnico zaradi astme, smo dobili na IVZ RS – Institutu za varovanje zdravja Republike Slovenije. Najbolj so nas zanimali podatki za Celje, torej število otrok, ki je bilo sprejetih v celjsko bolnišnico.

Podatke smo dobili le za delež otrok, sprejetih v bolnišnico.



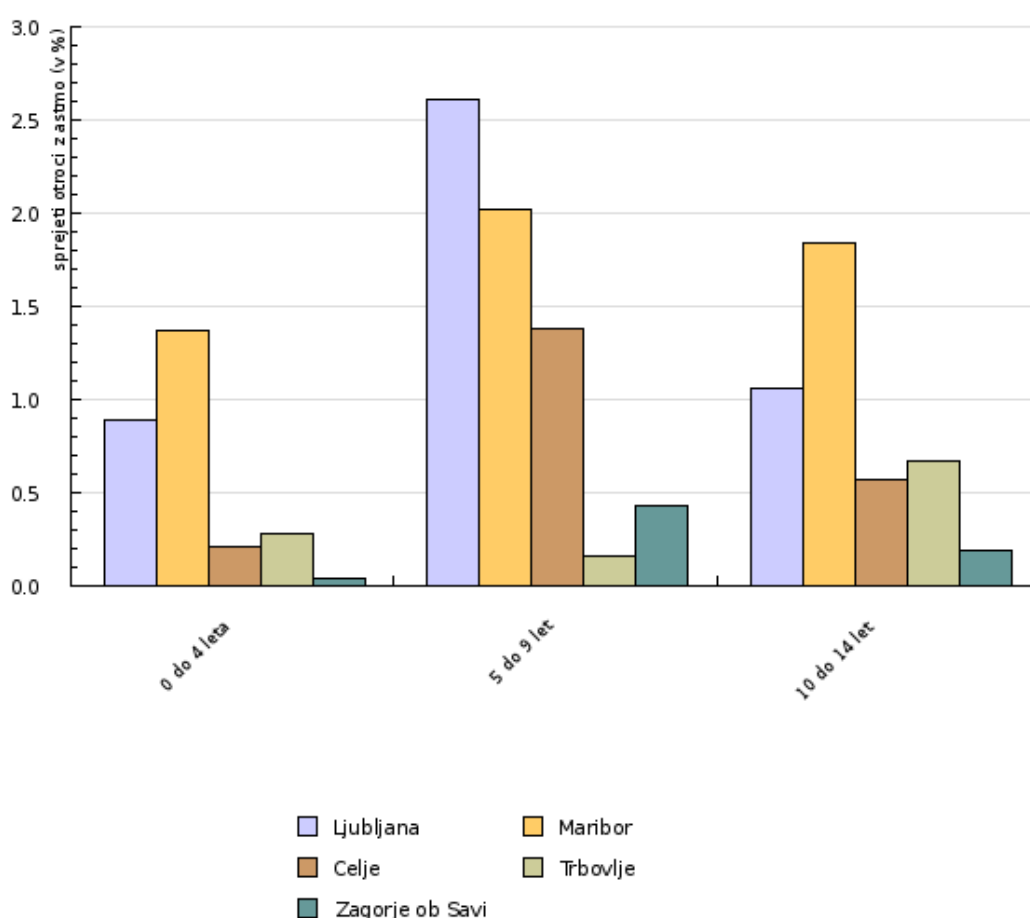
Graf 12: Delež sprejemov otrok (0–14 let) v bolnišnico zaradi astme v obdobju 2002–2009

Vir: Baza podatkov IVZ RS, Inštitut za varovanje zdravja, 2011

Največ sprejemov je v Ljubljani in Mariboru, to število z leti narašča. V Celju je bilo največ sprejemov v letu 2007. Zelo pa narašča to število v Trbovljah in Zagorju, kar je verjetno posledica onesnaženosti zraka.

Število sprejemov v bolnišnico zaradi astme ni visoko, kar pomeni, da so otroci z astmo v Sloveniji zelo dobro oskrbovani v ambulantah in prejemajo ustrezno terapijo, kar preprečuje tako poslabšanje astme, da bi bil potreben sprejem v bolnišnico.

Zadnje študije kažejo na povezavo med izpostavljenostjo onesnaženemu zraku in poslabšanjem astme, predvsem zaradi izpostavljenosti prašnim delcem in ozonu. V mestih, še posebej v mestnih središčih, kjer je onesnaženje zraka največje, število otrok z astmo najbolj narašča. [7]



Graf 13: Delež sprejemov otrok v bolnišnico zaradi astme glede na različne starostne skupine v obdobju 2002–2009

Vir: Baza podatkov IVZ RS, Inštitut za varovanje zdravja, 2011

Največ sprejemov v bolnišnico je v starostni skupini od 5 do 9 let, torej prva triada osnovnošolcev.

3.5 KONCENTRACIJE CVETNEGA PRAHU V ZRAKU

Na Inštitutu za varovanje zdravja RS in na spletnih straneh Agencije RS za okolje smo spremljali podatke prvi teden v marcu 2012 o vsebnosti cvetnega prahu v zraku in napoved za prihajajoče dneve.

Ugotovili smo, da je glavna sezona pojavljanja cvetnega prahu jelše in leske. V tednu od 27. februarja do 4. marca 2012 je bila obremenjenost zraka s cvetnim prahom jelše zelo visoka, obremenjenost zraka s cvetnim prahom leske pa srednje visoka. Koncentracija cvetnega prahu topola je bila nizka.

Zanimalo nas je tudi, če se opravljajo meritve cvetnega prahu v Celju. Teh meritev za Celje ni, kar nam je sporočila Andreja Kofol Seliger z IVZ RS.

Odpravili smo se na sprehod po Vojniku in okolici in ugotovili, da je res cvetenje leske in črne jelše v največjem razmahu. Opazovali smo tudi breze, vendar te še niso začele cveteti.



Slika 15: Cvetoča leska v okolici Vojnika

(Foto: Lana Kuzman, marec 2012)



Slika 16: Cvetovi črne jelše v Vojniku

(Foto: Lana Kuzman, marec 2012)

4 ZAKLJUČEK

Pri raziskovalnem delu smo se veliko naučili o alergijskih boleznih.

Ugotovili smo:

- Da so alergije vedno bolj pogoste bolezni otrok, govori se celo o alergijskem pohodu, kajti v zadnjih letih močno naraščajo. Vsak tretji otrok naj bi imel kakšno alergijo.
- Alergija pomeni pretirano reakcijo imunskega sistema po stiku s sicer nenevarno snovjo, alergenom, ki pri zdravih ljudeh ne povzroča težav.
- Strokovnjaki predvidevajo, da so vzroki: dednost, večja onesnaženost okolja, način življenja, izpostavljenost cigaretnemu dimu, prevelika higiena in drugo.
- Alergije se lahko med seboj prepletajo, možne so navzkrižne alergije.
- Najpogostejši alergeni so cvetni prah, pršice v hišnem prahu, živalska dlaka, piki žuželk, zdravila in hrana, na primer mleko, arašidi, soja.
- Alergije so najpogostejši vzrok za astmatska obolenja.
- Z zdravili le lajšamo ali preprečujemo znake alergije, ne moremo pa je z njimi pozdraviti.
- Zdravila, ki ublažijo težave, lahko kupimo brez recepta.
- Starši otroka z alergijo morajo obvestiti šolo oziroma seznaniti razredničarko in vodstvo šole o stanju svojega otroka.
- Otroci s hudo obliko alergije imajo stalno pri sebi zdravilo adrenalin in morajo v primeru močne reakcije takoj k zdravniku.
- V šoli so vsi učitelji seznanjeni z alergijami učencev in skrbijo, da do reakcije alergije ne pride.
- Učenci z alergijo na cvetni prah ne gredo na prosto v času pojavljanja cvetnega prahu.
- Na vsaki šoli razredniki pripravijo zbirnik učencev z zdravstvenimi posebnostmi, v katerih so zajete tudi alergije.
- Ob upoštevanju navodil lahko veliko otrok živi normalno življenje, skoraj tako kvalitetno, kot ga imajo njihovi vrstniki.
- Večina alergij se začne že v otroštvu, nekatere alergije z odraščanjem izginejo ali se ublažijo, nekatere pa ostanejo tudi vse do starosti.

Na začetku smo si postavili nekaj hipotez, ki so vodile naše delo.

Tabela 14:Potrditev hipotez

HIPOTEZA	POTRDITEV
- Število otrok z alergijskimi boleznimi narašča.	<i>Hipoteza je potrjena, to smo izvedeli iz strokovnih člankov in intervjuja s pediatrično.</i>
- Na naši šoli ima petina (20 %) učencev alergijsko bolezen.	<i>To hipotezo moramo ovreči, s pomočjo ankete smo ugotovili, da ima 31 % učencev najmanj eno vrsto alergije.</i>
- Največ učencev ima alergijo na cvetni prah in hišne pršice.	<i>To hipotezo lahko potrdimo. S pomočjo ankete smo ugotovili, da ima največ učencev ti dve vrsti alergije.</i>
- Število alergijskih bolezni na različno hrano narašča.	<i>To hipotezo moramo potrditi. S pomočjo intervjuja z vodjo šolske prehrane smo ugotovili, da je vsako leto več izločevalnih diet, prav tako v vrtcu.</i>
- Alergijske bolezni ne ogrožajo njihovega zdravja.	<i>To hipotezo moramo delno ovreči, kajti s pomočjo ankete smo ugotovili, da alergije ogrožajo 40% učencev z alergijo.</i>
- Porast alergij je povezan z onesnaženostjo okolja.	<i>Tudi to hipotezo moramo potrditi. To smo izvedeli na spletni strani Inštituta za varovanje zdravja RS.</i>
- Učenci z alergijskimi boleznimi imajo drugačen način življenja.	<i>To hipotezo prav tako potrjujemo, kajti ti učenci morajo stalno skrbeti za preventivo, za kar mislimo, da vpliva na njihov način življenja.</i>

Najbolj pomembno se nam zdi, da bomo znali opaziti znake alergije in seveda komu pomagati.

Najprej bomo na razredni uri preizkusili sošolce s tem vprašanjem.

Kaj pa vi, imate alergijo?

Poskušajte odgovoriti na nekaj vprašanj.

- Ali pogosto kihate in smrkate?
- Vas pogosto skelijo oči?
- Imate velikokrat vzdraženo, srbečo kožo ali izpuščaje?

- Se vam pojavljajo prebavne težave in slabosti?
- Vam včasih otečejo obraz, roke in noge?
- So vaše težave pogostejše v pomladnih mesecih?
- Se vaše težave pojavljajo samo v določenem okolju (v šoli, doma, v stiku z domačimi živalmi, v naravi)?
- So težave povezane z ozračjem (mrzlo, vlažno, klimatizirano)?
- Ima kdo od vaših staršev alergijo?

Ste navsaj štiri od postavljenih vprašanj odgovorili pritrdilno?

Potem je zelo verjetno, da imate alergijo.

Svetujemo vam, da obiščete svojega zdravnika.

5VIRI IN LITERATURA

1. __, 2011: Alergija: [Online]. [Članek dobljen 2. novembra 2011, ob16:28]. Dostopno na naslovu:

<http://www.klinika-golnik.si/dejavnost-bolnisnice/opis-bolezni-in-preiskav/7/>

2. __2011: Alergija in astma: [Online]. [Članek dobljen 12. novembra 2011, ob17:28]. Dostopno na naslovu:

<http://www.krka.si/media/bin?bin.id=547>

3. __, 2011: Alergije: [Online]. [Članek dobljen 5. novembra 2011, ob17:28]. Dostopno na naslovu:<http://www.dpbs.si/Alergije.htm>

4. Eva Mušič: Živimo z alergijo. Mladinska knjiga 2006

5. Alenka Kmecl, 2011: Alergija, znana neznanka: [Online]. [Članek dobljen 20. novembra 2011, ob17:00]. Dostopno na naslovu:

<http://www.krka.si/sl/v-skrbi-za-vase-zdravje/v-skrbi-za-vase-zdravje/alergija-in-astma/alergija-znana-neznanka>

6. Helena Rupnik, 2012: Alergije in koža:[Online]. [Članek dobljen 5. marca 2012, ob16:00]. Dostopno na naslovu:

<http://pza.si/Clanek/Alergije-in-koza.aspx>

7.__, 2011: Astma in alergijske bolezni pri otrocih: [Online]. [Članek dobljen 15. februarja 2012, ob17:00]. Dostopno na naslovu:

http://kazalci.arso.gov.si/?data=indicator&ind_id=437

8. __,2012:Huda alergijska reakcija: [Online]. [Članek dobljen 20. februarja 2012, ob10:00]. Dostopno na naslovu:

<http://www.dpbs.si/Alergije/Huda%20alergijska%20reakcija.htm>

9.__, 2012:Poročilo o vsebnosti cvetnega prahu v zraku in napoved za prihodnje dni: [Online]. [Članek dobljen 5. marca 2012, ob19:00]. Dostopno na naslovu:

http://www.ivz.si/Mp.aspx?ni=0&pi=1&_1_id=1910&_1_PageIndex=0&_1_groupId=25&_1_newsCategory=&_1_action=ShowNewsFull&pl=0-1.0.#napoved

10. __, 2012: Napoved koncentracije cvetnega prahu v zraku: [Online]. [Članek dobljen 5. marca 2012, ob 20:00]. Dostopno na naslovu:

<http://www.arso.gov.si/vreme/napovedi%20in%20podatki/bio.html>

6 PRILOGE

6.1 Anketni vprašalnik

Anketa

Sva Lana Kuzman in Veronika Slapnik, učenki OŠ Vojnik, in delava raziskovalno nalogo o alergiji. Lepo Vas prosiva, da si vzamete minuto časa in rešite najino anketo. Anketa je anonimna! **Obkrožite črko** pred izbranim odgovorom.

1. Sem:

- a) ženskega spola,
- b) moškega spola.

2. Moja starost je:

- a) od 6 do 8 let,
- b) od 9 do 11 let,
- c) od 12 do 14 let.

3. Ali imate oziroma ste imeli kakšno alergijo?

- a) Da.
- b) Ne.
- c) Sem imel, pa je nimam več.
- d) Ne vem.

Če ste na prejšnje vprašanje odgovorili z »Da«, vas prosiva, da nadaljujete z reševanjem najine ankete.

4. Na kaj imate alergijo?

- a) Na cvetni prah.
- b) Na hišne pršice (prah).
- c) Na sonce.
- d) Na dlako živali.
- e) Na pike raznih žuželk.
- f) Na mleko.
- g) Na pšenično moko.
- h) Na določena zdravila.
- i) Na arašide, mandlje, lešnike, orehe ...
- j) Na jajca.
- k) Na čokolado.
- l) Na jagode.
- m) Drugo: _____.

5. Kdaj ste opazili prve znake alergij?

- a) Od rojstva, imel sem jo že kot dojenček.
- b) V vrtcu.
- c) V osnovni šoli, v nižjih razredih (1–5. r.).
- d) V osnovni šoli, v višjih razredih (6–9. r.).
- e) V srednji šoli.
- f) Kasneje, kot odrasla oseba.

6. Ali vaša alergija ogroža vaše zdravje?

- a) Da.
- b) Ne.

Če ste na prejšnje vprašanje odgovorili z »Da«, odgovorite na naslednje vprašanje.

7. Kako zdravite svojo alergijo?

- a) Stalno jemljem zdravila.
- b) Zdravila jemljem le ob pojavu alergije.
- c) Moram skrbeti le za pravilno prehrano – dieto.
- d) Skrbim, da ne pridem v stik z določenimi snovmi, ki mi povzročajo alergijo.
- e) Drugo:_____.

8. Kakšno alergijsko reakcijo dobite?

- a) Seneni nahod oziroma kihanje.
- b) Izpuščaje.
- c) Padem v šok.
- d) Težko diham.
- e) Astmo.
- f) Drugo:_____.

9. Ste že kdaj bili v bolnišnici zaradi hude alergijske reakcije?

- a) Da.
- b) Ne.

10. Kako pogosto dobite alergijsko reakcijo?

- a) Moja alergija je le sezonska (ob določenem letnem času).
- b) Enkrat na mesec.
- c) Enkrat na leto.
- d) Bolj redko.
- e) Vedno, če ne upoštevam zdravnikovih navodil.

Hvala, ker ste si vzeli čas in rešili najino anketo.

Veronika Slapnik in Lana Kuzman