



Dijete s celijakijom u vrtiću

Što učiniti kad se u odgojnoj skupini nađe dijete koje se zbog zdravstvenih teškoća mora podvrgnuti posebnom režimu prehrane, različitom od uobičajenog vrtićkog jelovnika?



Kata Unić, zdravstvena voditeljica
Dječji vrtić 'Mali princ'
Zagreb

Prije dvije godine u jasličku skupinu našeg vrtića upisana je zdrava djevojčica. U prvoj godini boravka djeteta nismo kod nje primjećivali nikakve teškoće koje bi ukazivale na bolest.

Kad je došla u stariju jasličku skupinu, pojavili su se prvi problemi: djevojčicu su mučila povraćanja i učestali proljevi neugodnog mirisa. Gubila je apetit, mijenjala raspoloženja, a nakon petnaestak dana roditeljima i nama bilo je jasno da se radi o nečem ozbiljnijem. Roditelji su zatražili liječničku pomoć pedijatra i gastroenterologa nakon koje je djevojčici dijagnosticirana **celijakija**.

Celijakija se može javiti u svakoj životnoj dobi. Simptomi bolesti su individualni, a slika bolesti ovisi o dobi bolesnika te trajanju i jačini bolesti.

Celijakija je trajna nesnošljivost organizma na gluten, bjelančevinu pšenice, ječma, raži i zobi. Autoimuna je, doživotna gastroenterološka bolest s nasljednom predispozicijom.



Klasičan oblik bolesti (crijevni oblik) nastaje zbog oštećenja sluznice tankog crijeva. Najčešće se javlja između 6. i 18. mjeseca života djeteta, a uobičajeni simptomi su:

- dugotrajan proljev ili učestale, obilne, masne, pjenušave stolice vrlo neugodnog vonja;
- gubitak ili stagnacija tjelesne težine;
- nadut trbuha;
- nagle promjene raspoloženja;
- kod adolescenata dodatni simptomi mogu biti nizak rast i zakašnjeni pubertet.

Nakon što je djevojčici dijagnosticirana celijakija, nekoliko je tjedana boravila kod kuće i uz podršku roditelja privikavala se na nov način prehrane. Tijekom tog razdoblja u vrtiću smo se pobrinuli za pravodobnu prevenciju i osigurali potrebne preduvjete za siguran povratak djevojčice u vrtić:

- Uz pomoć roditelja prikupili smo zdravstvenu dokumentaciju te se dogovorili o načinu prehrane u vrtiću.
- Istovremeno smo proveli zdravstvenu edukaciju osoblja kuhinje i odgajateljica koja uključuje upoznavanje s karakteristikama bolesti, te potrebnom strogom odvajanja hrane koju konzumira bolesna djevojčica od one koju konzumiraju ostala djeca.

Nakon povratka djevojčice u odgojnu skupinu navikavali smo djecu da ne diraju hranu pripremljenu za djevojčicu s celija-

Jedini lijek za celijakiju je strogo pridržavanje pravila prehrane u kojoj ne smiju biti zastupljene namirnice s glutenima.

...

Dijete s celijakijom može bez problema boraviti u vrtiću ukoliko se poštuju specifična pravila prehrane ovog djeteta. U suprotnom, bolest će se zakomplicirati jer nepridržavanje pravila dovodi do povrata (remisije) bolesti i stanja koja mogu uznapredovati čak i do zloćudnih bolesti.

kijom, a nju da ne poseže za drugom hranom. Za hranu koju konzumira djevojčica odredili smo posebno mjesto. Djevojčica je vrlo brzo prihvatila da se njezina hrana nalazi na posebnom mjestu u atraktivnim posudama. Ostala djeca u skupini naučila su da ta hrana nije za njih, ali su je sva djeca imala prilike kušati. Za djevojčicu

kreiramo tjedni jelovnik koji je u velikoj mjeri sličan jelovniku ostale djece, ali je pripremljen je posebnim bezglutenskim namirnicama. S jelovnikom upoznajemo odgajateljice i roditelje.

Roditelji djevojčice donose bezglutenski kruh, tjesteninu i slatkiše, tako da se i djevojčica sladi u vrijeme proslave rođendana i drugih radosnih događaja. Tijekom godine odgajateljice koriste svakodnevne situacije i specifične aktivnosti kako bi djecu podsjetili i naučili da se neki od nas zbog specifičnih zdravstvenih teškoća moraju hraniti drukčije i stalno paziti na svoju prehranu.

Želimo vas upozoriti da kod odraslih postoje i pritaženi i netipični oblici ove bolesti koji se vrlo često ne dovode u vezu s celijakijom:

- kožna celijakija (herpetiformni dermatitis) koju karakterizira pojava sitnih mjehurića na koži koljena, laktova i bedara;
- psorijaza i gubitak kose;
- slabokrvnost koja traje usprkos dugotrajnoj terapiji;
- razne reumatske bolesti;
- kronične upale jetre, srčane ovojnice (perikarditis);
- krhkost kostiju (40% osoba s osteopenijom ima celijakiju, a 20% osoba s celijakijom ima osteoporozu);
- neurološki poremećaji celijakijara prezentiraju se slikom epilepsije, polineuropatije, cerebralne ataksije, miastenije;
- osobe s celijakijom češće obolijevaju od dijabetesa i upale štitnjače.

Više informacija o celijakiji:

**SAVEZ UDRUGA ZA CELIJAKIJU HRVATSKE, Mejska 6, 10 000 Zagreb,
tel/fax: 01/2916281 • www.celiac.inet.hr • e-mail: celiac@inet.hr**