



ILMOITUS ERITYISRUOKAVALIOTA NOUDATTAVASTA LAPSESTA / OPPILAASTA

Valitse sopiva vaihtoehto المتناسب الخيار حدد	
1. ILMOITUS ERITYISRUOKAVALIOTA NOUDATTAVASTA LAPSESTA / OPPILAASTA 1. إشعار لطفل / تلميذ يتبع نظامًا غذائيًا خاصًا	
2. MUUTOSILMOITUS 2. إشعار لتعديل	

Lapsen / oppilaan nimi اسم الطفل / التلميذ	Syntymävuosi عام الميلاد
Koulun/ päiväkodin nimi اسم المدرسة / مركز الرعاية النهارية	Luokka / Ryhmä الفئة / المجموعة
Huoltajan nimi اسم الوالد / مقدم الرعاية	Puhelinnumero رقم الهاتف

1.1 LAPSEN / OPPILAAN ERITYISRUOKAVALIO

1.1 نظام غذائي خاص لطفل / تلميذ

PYSYVÄ ERITYISRUOKAVALIO نظام غذائي خاص مستمر	Lääkärintodistus vaaditaan kertaalleen. تلتزم شهادة الطبيب مرة واحدة فقط
Diabetes مرض السكري	
Keliakia مرض بطني	
Keliakia mutta kaura soveltuu مرض بطني، لكن لا يستهلك الشوفان	
Vähälaktoosinen نظام غذائي منخفض اللاكتوز	Katso ruokavalioiden määritelmät alla. انظر تعريفات الأنظمة الغذائية أدناه.
Laktoositon نظام غذائي خالي من اللاكتوز	

ERITYISRUOKAVALIO نظام غذائي خاص	Lääkärintodistus päivitetään vuosittain toimintakauden alkaessa tai ruokavaliion muuttuessa
Vilja-allergia حساسية القمح	يتم تحديث شهادة الطبيب كل عام في بداية الفصل الدراسي أو عند تغيير النظام الغذائي.
Maidoton نظام غذائي خالي من اللبن	Katso ruokavalioiden määritelmät alla. انظر تعريفات الأنظمة الغذائية أدناه.
Vakava ruoka-aineallergia حساسية غذائية شديدة	

KELIAKIA Ruokavaliosta on poistettava huolella vehnä, ohra ja ruis. Ruokavaliio on elinikäinen. Keliakikolle sopii riisi, tattari, hirssi, maissi ja perunajauho. Kauran käyttö on yksilöllistä مرض بطني يجب استبعاد القمح والشعير والجواردار بعناية من النظام الغذائي. ويكون النظام الغذائي دائمًا. ويمكن للأشخاص المصابين بمرض بطني تناول الأرز والحنطة السوداء والدخن والذرة ودقيق البطاطا. ويتفاوت استخدام الشوفان من شخص لآخر.
VILJA-ALLERGIA Ruokavaliosta jätetään täydellisesti pois oireita aiheuttavat viljalajit. Ne korvataan ruokavaliiossa muilla viljalajeilla. حساسية الحبوب يجب استبعاد جميع أنواع الحبوب التي تسبب أعراضًا استبعادًا تامًا من النظام الغذائي. ويتم استبدالها في النظام الغذائي بأصناف حبوب أخرى.



ILMOITUS ERITYISRUOKAVALIOTA NOUDATTAVASTA LAPSESTA / OPPILAASTA

MAITOALLERGIA (maidoton ruokavalio)

Ruokavaliossa tulee välttää täydellisesti maidon valkuaisen (kaseiinin ja heraproteiinin) saamista. Maito korvataan kasvispohjaisilla ruoanvalmistustuotteilla.

حساسية اللبن (نظام غذائي خالي من اللبن)

يجب أن يتجنب النظام الغذائي تناول بروتين اللبن تمامًا (بروتين المصالة والكازين) ويتم استبدال اللبن بمنتجات طيح تستند إلى الخضروات.

VÄHÄLAKTOOSINEN RUOKAVALIO (VLA)

Oireita aiheuttaa maitosokeri. Ruokavaliossa voidaan käyttää vähälaktoosisia tuotteita (esim. Hyla / Into -tuotemerkkejä).

نظام غذائي منخفض اللاكتوز (VLA)

يتسبب اللاكتوز في ظهور أعراض. ويمكن استخدام المنتجات منخفضة اللاكتوز في النظام الغذائي. (على سبيل المثال، هايلا / أسماء علامات تجارية).

TÄYSIN LAKTOOSITON RUOKAVALIO (LA)

Ruokavaliossa ei saa esiintyä laktoosia. Käytetään täysin laktoosittomia tuotteita.

نظام غذائي خالي تمامًا من اللاكتوز (LA)

لا يُسمح بوجود لاكتوز في الطعام. ويُسمح فقط بتناول الأطعمة الخالية تمامًا من اللاكتوز.

1.2. RUOKA-AINEALLERGIAT

Tietyt ruoka-aineet saattavat aiheuttaa allergisen reaktion. Lapsen kasvaessa allergiaoireet lievenevät tai häviävät kokonaan. **Tärkeää on, että ruokavaliota ei supisteta tarpeettomasti (Kansallinen allergiaohjelma).** Allergiatodistus päivitetään kerran vuodessa.

Lapsen / oppilaan tarvitsema erityisruokavalio sairauden hoitoon

Lääkärintodistus vaaditaan anafylaktisen reaktion (henkeä uhkaava allerginen reaktio) aiheuttavasta ruoka-aineesta, (lista korvaavista ruoka-aineista lääkäriltä)

Mikäli lapsella / oppilaalla on vaikea allergia, toimitetaan keittiöön ravitsemusterapeutin ohjeet toteutettavasta ruokavaliosta.

1.2. الحساسيات الغذائية

قد تتسبب أطعمة معينة في رد فعل تحسسي. ومع اكتمال نمو الطفل، تقل أعراض الحساسية أو تختفي. ومن المهم ألا يتم تقليل النظام الغذائي بدون ضرورة. (البرنامج الفنلندي الوطني للحساسية). ويتم تحديث الشهادة الطبية للحساسية مرة كل عام.

نظام غذائي خاص للطفل / التلميذ مطلوب لعلاج مرض

يلزم توفر شهادة طبيب تحدد المادة (المواد) الغذائية التي تسبب صدمة تأقية (رد فعل تحسسي مهدد للحياة) ، (قائمة بأطعمة قابلة للاستبدال من الطبيب). إذا كان الطفل مصابًا بحساسية شديدة، يجب تزويد مطبخ المدرسة بتعليمات نظامه الغذائي التي وضعها طبيب التغذية المعالج.

KIELLETTY RAAKA-AINE	SOVELTUU KYPSENNETTYNÄ	OIREET
الأطعمة المحظورة	يمكن تناولها عند طبخها	الأعراض
	kyllä ei	
	نعم لا	



ILMOITUS ERITYISRUOKAVALIOTA NOUDATTAVASTA LAPSESTA / OPPILAASTA

Litteenä lääkärintodistus

شهادة الطبيب مرفقة

Mikäli lapsi / oppilas tarvitsee 2 viikoksi diagnoosin varmistamiseksi eliminaatiodieetin, asiasta voi sopia suoraan keittiöhenkilökunnan kanssa.

إذا احتاج الطفل / التلميذ نظامًا غذائيًا استبعاديًا لمدة أسبوعين (2) للتحقق من التشخيص، يمكن ترتيب النظام الغذائي عن طريق الاتصال بموظفي المطبخ.

Päiväys التاريخ	Huoltajan allekirjoitus توقيع الوالد / مقدم الرعاية
--------------------	--

Päiväys التاريخ	Terveystenhoitajan allekirjoitus توقيع ممرضة المدرسة
--------------------	---