



ILMOITUS ERITYISRUOKAVALIOTA NOUDATTAVASTA LAPSESTA / OPPILAASTA

<i>Valitse sopiva vaihtoehto</i> เลือกตัวเลือกที่เหมาะสม	
1. ILMOITUS ERITYISRUOKAVALIOTA NOUDATTAVASTA LAPSESTA / OPPILAASTA 1. การแจ้งสำหรับเด็ก/นักเรียนที่มีการควบคุมอาหารแบบพิเศษ	
2. MUUTOSILMOITUS 2. การแจ้งเพื่อแก้ไข	

<i>Lapsen / oppilaan nimi</i> ชื่อของเด็ก/นักเรียน	<i>Syntymävuosi</i> ปีเกิด
<i>Koulun/ päiväkodin nimi</i> ชื่อโรงเรียน/ศูนย์เลี้ยงเด็ก	<i>Luokka /Ryhmä</i> ชั้น/กลุ่ม
<i>Huoltajan nimi</i> ชื่อผู้ปกครอง/ผู้ดูแล	<i>Puhelinnumero</i> หมายเลขโทรศัพท์

1.1 LAPSEN / OPPILAAN ERITYISRUOKAVALIO

1.1 อาหารพิเศษสำหรับเด็ก/นักเรียน

PYSYVÄ ERITYISRUOKAVALIO การควบคุมอาหารแบบพิเศษตลอดไป		Lääkärintodistus vaaditaan kertaalleen. ใช้ใบรับรองแพทย์เพียงครั้งเดียว
<i>Diabetes</i> โรคเบาหวาน		<i>Katso ruokavalioiden määritelmät alla.</i> ดูคำนิยามของการควบคุมอาหารด้านล่าง
<i>Keliakia</i> โรคเกี่ยวกับช่องท้อง		
<i>Keliakia mutta kaura soveltuu</i> โรคเกี่ยวกับช่องท้อง แต่สามารถรับประทานข้าวโอ๊ตได้		
<i>Vähälaktoosinen</i> อาหารที่มีแล็กโทสต่ำ		
<i>Laktoositon</i> อาหารที่ปราศจากแล็กโทส		

ERITYISRUOKAVALIO อาหารแบบพิเศษ		Lääkärintodistus päivitetään vuosittain toimintakauden alkaessa tai ruokavaliion muuttuessa
<i>Vilja-allergia</i> อาการแพ้ข้าวสาลี		ปรับปรุงข้อมูลใบรับรองแพทย์ทุกปีตอนเปิดเทอมหรือเมื่อเปลี่ยนการควบคุมอาหาร
<i>Maidoton</i> อาหารที่ปราศจากนม		
<i>Vakava ruoka-aineallergia</i> อาการแพ้อาหารอย่างรุนแรง		
		<i>Katso ruokavalioiden määritelmät alla.</i> ดูคำนิยามของการควบคุมอาหารด้านล่าง

KELIAKIA <i>Ruokavaliosta on poistettava huolella vehnä, ohra ja ruis. Ruokavaliio on elinikäinen. Keliakikolle sopii riisi, tattari, hirssi, maissi ja perunajauho. Kauran käyttö on yksilöllistä</i> โรคเกี่ยวกับช่องท้อง ต้องระมัดระวังอย่าให้มีข้าวสาลี ข้าวบาร์เลย์ และข้าวไรย์ในอาหาร ควบคุมอาหารตลอดไป บุคคลที่เป็นโรคเกี่ยวกับช่องท้องสามารถรับประทานข้าวบัควีท ข้าวฟ่าง ข้าวโพด และแป้งมันสำปะหลังได้ การใช้ข้าวโอ๊ตแตกต่างกันในแต่ละบุคคล
--



ILMOITUS ERITYISRUOKAVALIOTA NOUDATTAVASTA LAPSESTA / OPPILAASTA

VILJA-ALLERGIA

Ruokavaliosta jätetään täydellisesti pois oireita aiheuttavat viljalajit. Ne korvataan ruokavaliossa muilla viljalajeilla.

อาการแพ้ธัญพืช

ต้องห้ามมิให้มีธัญพืชทุกชนิดที่เป็นสาเหตุให้ปรากฏอาการในอาหาร เปลี่ยนไปใช้ธัญพืชอื่นแทนในอาหาร

MAITOALLERGIA (maidoton ruokavalio)

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

อาการแพ้นม (อาหารที่ปราศจากนม)

ต้องหลีกเลี่ยงการรับประทานโปรตีนจากนม (เคซีนและหางนม) เปลี่ยนไปใช้ผลิตภัณฑ์ที่เป็นผักแทนนมในการประกอบอาหาร

VÄHÄLAKTOOSINEN RUOKAVALIO (VLA)

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

อาหารที่มีแลคโทสต่ำ (VLA)

แลคโทสทำให้อาการปรากฏ สามารถใช้ผลิตภัณฑ์ที่มีแลคโทสต่ำในอาหารได้ (เช่น ยีห้อ ไฮล่า / อินทู)

TÄYSIN LAKTOOSITON RUOKAVALIO (LA)

Ruokavaliossa ei saa esiintyä laktoosia. Käytetään täysin laktoosittomia tuotteita.

อาหารที่ปราศจากแลคโทสโดยสิ้นเชิง (LA)

ห้ามมีแลคโทสในอาหาร ใช้เฉพาะอาหารที่ปราศจากแลคโทสโดยสิ้นเชิงเท่านั้น

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. อาการแพ้อาหาร

อาหารบางอย่างอาจทำให้เกิดอาการแพ้ เมื่อเด็กโตขึ้น อาการแพ้จะลดลงหรือหายไป
จำเป็นที่จะต้องไม่ลดอาหารโดยไม่จำเป็น แผนงานว่าด้วยอาการแพ้แห่งประเทศไทย
ปรับปรุงข้อมูลใบรับรองแพทย์แสดงอาการแพ้ปีละหนึ่งครั้ง

การควบคุมอาหารแบบพิเศษของเด็ก/นักเรียนสำหรับการรักษาโรค

**ต้องมีใบรับรองแพทย์ระบุอาหารที่เป็นสาเหตุให้เกิดการช็อคจากการให้ยาสลบ
(อาการแพ้ที่เป็นอันตรายต่อชีวิต) (รายการอาหารที่ใช้แทนกันได้จากแพทย์)**

หากเด็กมีอาการแพ้รุนแรง โรงเรียนของโรงเรียนจะได้รับคำแนะนำสำหรับการควบคุมอาหารจากนักโภชนาการบำบัด



ILMOITUS ERITYISRUOKAVALIOTA NOUDATTAVASTA LAPSESTA / OPPILAASTA

KIELLETTY RAAKA-AINE อาหารต้องห้าม	SOVELTUU KYPSENNETTYNÄ สามารถรับประทานได้หากผ่านการปรุง		OIREET อาการ
	<i>kyllä</i> ใช่	<i>ei</i> ไม่ใช่	



Liitteenä lääkärintodistus
แนบใบรับรองแพทย์

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

หากเด็ก/นักเรียนต้องหลีกเลี่ยงไม่รับประทานอาหารที่สงสัยว่าเป็นสาเหตุให้เกิดอาการ 2 สัปดาห์เพื่อยืนยันการวินิจฉัยโรค สามารถจัดอาหารได้โดยติดต่อกับเจ้าหน้าที่ในโรงครัวได้

Päiväys วันที่	Huoltajan allekirjoitus ลายมือชื่อผู้ปกครอง/ผู้ดูแล
----------------	---

Päiväys วันที่	Terveystenhoitajan allekirjoitus ลายมือชื่อพยาบาลประจำโรงเรียน
----------------	--