

**TÄNA SÖÖME
VALEJÄNEST:**
Porgandikotlet
ja piimaga kohv
on näide laste-
aia erimenüüst.



Enamik lasteaedu allergikutega ei arvesta

Kolmandik Eesti lapsi on põdenud mõnd allergiat. Aga ainult ühes lasteaias on allergikutele mõeldud erirühm.

**Alo Lõhmus
Helen Urbanik**

elu@ekspress.ee

Tom (4,5) on täiesti tavaline Tallinna lasteaialaps. Ainult et kui Tom läheb hommi-
kul lasteaeda, paneb ema Eve tal-
le kaasa karbi toiduga, mida poiss
lasteaias sööb. Näiteks, kui teistele

lastele keedab söögitädi putru leh-
mapiimaga, siis Tomile soojendab
ta ema tehtud samasuguse sojapii-
maga pudru.

Ema **Eve Suiste** näeb peaaegu
iga päev nii palju vaeva sellepärast,
et Tom on allergik. Poiss on tund-
lik väga paljude toiduainete suhtes
– piim, muna, kartul, nisu, oder,
porgand, küüslauk, banaan, õun,
pähklid. Mõne asja söömist ei talu

Tom üldse, mõnda saab ta süüa ai-
nult piiratud koguse – näiteks sara-
puupähkleid viis tükki.

Allergikuid 30 protsenti

Tom on erand ainult selles mõttes,
et ta on allergiline nii paljude toi-
duainete suhtes. Eesti Allergialiidu
andmetel on juba üle 30 protsen-
di Eesti lastest viiendaks eluaastaks

põdenud või põeb mingit allergia-
haigust. Seega läheb lasteada-
desse üha rohkem lapsi, kes on tundli-
kud kas mingi toiduaine või kes-
konna suhtes.

Eve Suiste kogemus näitab, et
lapsevanemad ise peavad tegema
kõige rohkem selgitustööd ja ka
muidu kõige rohkem vaeva näge-
ma. Juba siis, kui Tom Mustamäel
asuvasse Vesiroosi lasteaeda järje-

korda pandi, rääkis Eve juhataja
Pille Siimpojale Tomi allergiast.
Juhataja suunas ta lasteaia tervi-
setöötaja ja peakoka ning lõpuks
Tomi rühma kasvatajate ja söögi-
tädi juurde.

“Saad igal reedel järgmise nä-
dala menüü, mille põhjal ma siis
otsustan, mida laps saab lasteaia-
süüa, mida mitte,” räägib Eve la-
hendusest, mis ühiselt Tomi jaoks

leiti. "Igaks päevaks teen ma pojale kaasa eraldi toidud." Samuti saab Tom iga päev kaasa kirja, mida ta võib "ühisest katlast" süüa, mida mitte.

Kasvatatjatega on kokku lepitud, et ema käest küsitakse, kui tekib mingi uus olukord. Ka teised lapsed ja lapsevanemad on olnud väga mõistvad – koosolekul otsustati ühiselt, et lapsed söövad maiustused ära enne lasteaia uksest sissetulemist. Erand on sünnipäevad, aga siis annavad kasvatajad pärast emale teada, kas Tom söi midagi ebatavalist või mitte.

Lasteaia uus kogemus

Kuna Tomi allergia on nii mitmekeesine, ei tulnud emale pähegi nõuda, et tema pojale hakataks lasteaiaas eraldi toite valmistama. Eve ise arvab, et Tomil oli lasteaeda sulanduda üsna lihtne sellepärast, et tal ei ole keskkonnaallergiat (näiteks tundlikkus elamutolmu või mõne mööblitööstuses kasutatava keemikaali suhtes) – Eesti lasteaedade ehitamisel ja sisustamisel ei ole selliste lastega ju arvestatud.

Samas oli Tom Vesiroosi lasteaiale täiesti uus kogemus – seal käib küll veel paar allergikut last, kuid nemad on tundlikud vaid mõne üksiku toiduaine suhtes. "Allergiline laps ei ole lasteaia probleem, vaid pigem võimalus," ütleb Vesiroosi juhataja Pille Siimpöög. Ta on tänulik Tomi vanematele, kes lasteaia arengupüüdlustesse nii mõistvalt suhtuvad. Koolieelse lasteasutuse seadus kohustab lasteaeda küll arvestama

iga lapse individuaalsusega, kuid kui lasteaiaas on 210 last nagu Vesiroosis, siis peaks rühmas olema kas vähem lapsi või rohkem kasvatajaid, et näiteks Tomi vajadustega veel paremini arvestada.

Tõenäoliselt tuleb allergiahaikeid lapsi Eestis üha juurde. Allergialiidu esindaja **Maie Jürissoni** sõnul ei ole lasteaiaid praegu veel erilist huvi tundnud, kuidas nendega paremini toime tulla. "Seni on koolitus olnud ebapiisav ja sõltunud lasteaedade töötajate enda tahetest ja ettevõtlikkusest," ütleb Jürisson. "Mina pidasin loengut allergiast lasteaednikele palju aastaid tagasi ja minule teadaolevalt ei ole vähemalt Allergialiidu kaudu selliseid koolitusi toimunud."

Eriline menüü

Mõnes lasteaiaas riputavad kasvatajad seinale nimekirja, milline laps mida ei tohi, et meelest ei läheks. On lasteaedu, kus toidutegemisel arvestatakse allergiku menüüga, aga sugugi mitte kõikjal. Ja praegu on Eestis ainult üks allergilistele lastele mõeldud lasteaiarühm.

Nahahaiguste arst **Terje Kukkk** uuris aastatel 1996–1997 doktoritöö tarvis atoopilise nahapõletiku esinemist väikestel lastel ning avastas kahe tuhande Tartu lapse läbi vaatamisel, et seda haigust põeb ligikaudu kümme protsenti põngerjatest. Atoopiline nahapõletik on allergia, mis väljendub nahalööbena põskedel, kätel ning jalgadel, kaasnedes võib krooniline nohu või isegi astma.

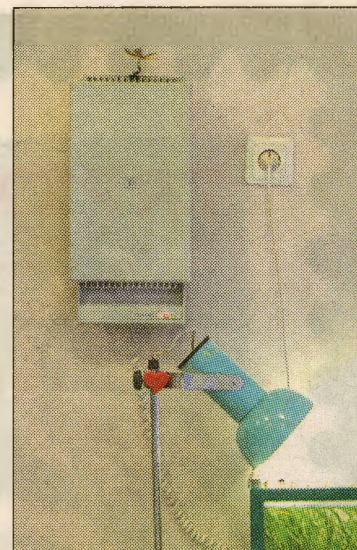
Allergikute vanematel oma foorum

Tomi väiksem vend **Siim** (aasta ja neli kuud) on samuti allergiline. Ema Eve Suistel seisab seega palju selgitustööd alles ees. Tema meelest võiksid olemas olla mingid esmased infomaterjalid, mida vanemad saaksid näiteks lasteaiaas jagada ja mis aitaksid lastega tegelevaid inimesi allergia teemal harida.

Eve ise toimetab kodulehte <http://allergialaps.kolhoos.ee/>, kus lisaks mitmesugusele teabele allergiast on ka allergiliste laste vanemate foorum.

Avastusest sündis mõte asutada mõnda linna lasteaeda erirühm just allergilistele lastele. "Hellikus juhtus olema üks vahva medõde ja tore lasteaiajuhataja," põhjendab Kukkk, miks see rühm tegutses just Tartu äärelinnas füüsikainstituudi külje all.

Rühma kasutada olevates ruumides ei leidu midagi silmatorkavalt eripärast võrreldes tavalise rõõmsa ja koduse lasteaiaaotaga. Erinevused peituvad pisiasjades: looduslikud värvid ja katematerjalid, puidust mööbel, allergikutele sobiv voodipesu, tolmu üleskeerutamist vältivad tolmulapid, allveelaevadelt tsiviiltoot-



ALLEVEELAEVNIKE KINGITUS LASTELE: Allergikute rühmas hoolitseb värsket õhu eest sõjateöstusest tsiviiltootmisse kohandatud õhupuhasti.

misest jõudnud õhupuhastid, spetsiaalsed pesuvahendid, lausa eraldi pesumasin jne.

"Tegelikult võiks olla ka selline tolmuimeja, mis imab tolmu koos niiskusega, aga see maksaks 40 000 krooni," muigab Kukkk. "Kuid samas olen kohanud allergilise lapse vanemat, kellel on selline tolmuimeja olemas. Vanemad on oma lapse nimel kõigeiks võimelised."

Looduslähedane lapsepõlv

Atoopilise nahapõletiku põdejad ei kannata muna- ja piimavalke ning

kala – need hõrgutised ongi toidusedelist kõrvaldatud. Kui rühma tuleb mõne teise allergiaga lapsi, arvestatakse individuaalselt tema vajadusi – või pigem vastunäidustusi – mahlade, puuviljade jms osas. Kuid 19liikmelises rühmas käib ka päris terveid lapsi. Oma menüüd teiste laste menüüga võrreldes saavad allergilised lapsed harjuda mõttega, et teatud toiduained ei ole nendele soovitatavad. Teisalt tingis tervete juurdevõtmise ka rühma algne alatäituvus. "Rühmale ei joostudki alguses tormi, alles nüüd on lapsevanemate teadlikkus hakanud tõusma," ütleb Kukkk. Lasteaia juhataja Maie Kurul kinnitab: algava lastebuuri tõttu leidub vakantseid kohti vaid alates 2007. aastast.

Kõiges muus on allergikute rühma kodukord ja päevakava täpselt samasugune nagu tavalistes lasteaiarühmades. "Me ei saa öelda, et me võtame siin allergia lapselt ära, aga me lihtsalt vähendame allergenikoormust," sõnab Kukkk.

Allergikute erirühma loomine ei ole juhataja Kuruli sõnul lasteaiale märkimisväärsed lisakulutusi toonud ning ka lasteaiaatase on sama mis muudes rühmades. Miks ei võiks siis kõik rühmad lähtuda samasugustest looduslähedastest põhimõtetest?

"Jah, miks mitte!" vastab Kukkk. "Lasteaiaid peaksidki võimalusel kasutama eriti looduslähedasi materjale."

Järgmine selline erirühm peaks Allergialiidu abiga peagi loodama Tallinna.