

## **Stravování dětí s celiakií ve školní jídelně? Problém každého rodiče celiaka.**

Bezlepková dieta je v současnosti jediný lék na celiakii. I když dětí s celiakií stále přibývá, zajištění bezlepkového stravování ve školní jídelně může být velkým problémem. Jaké tedy mají rodiče možnosti?

Celiakie je autoimunitní onemocnění, jehož jedinou léčbou je přísná a celoživotní bezlepková dieta. V dnešní době se jedná o poměrně neznámé, i když značně rozšířené onemocnění. Jedním z problémů celiaků v dnešní době je stravování ve školách.

Na první překážku naráží bezlepkové stravování již v zákoně. Školní kuchyně nemá povinnost připravovat jakoukoliv dietní stravu. Příprava bezlepkové stravy závisí pouze na ochotě personálu školní kuchyně.

Z výzkumu provedeného v roce 2011 vyplývá, že pouhých 20% školních kuchyní je ochotno připravovat bezlepkovou stravu. Toto číslo není malé, ale není ani velké. Z důvodu lepší diagnostiky celiakie a cílených screeningů rizikových skupin se počet celiaků bude zvyšovat. Předpokládá se, že v České republice se nyní nachází asi 100 000 celiaků, avšak celiakii má diagnostikovanou asi 15 000 nemocných.

### **Možnosti rodičů**

S nástupem do mateřské či základní školy nastává pro rodiče nelehký úkol. Zajistit bezlepkovou stravu pro své dítě ve školní kuchyni.

Mohou nastat čtyři alternativy:

1. Dohoda s personálem školní kuchyně na tom, že budou pro dítě připravovat bezlepkovou porci.
2. Dohoda s personálem školní kuchyně na tom, že se společně s rodiči budou snažit vybírat a kombinovat bezlepková jídla z nabízených jídel.
3. Dohoda s personálem školní kuchyně na tom, že rodič bude jídlo do školy dítěti přinášet.
4. Škola odmítá jakoukoliv spolupráci.

Samozřejmě, že u každé možnosti se rodič může setkat s odmítnutím. Jak už bylo řečeno, vše závisí pouze na ochotě personálu. Neochota většinou pramení ze strachu z neznámého, popřípadně z možných rizik. Zde se ukazuje malá informovanost veřejnosti o celiakii.

### **Když je škola ochotna připravovat bezlepkovou dietu ...**

... je to nejpříjemnější možnost pro rodiče. Nezbytností však je, aby stravu připravoval proškolený pracovník. A i ochota nechat se proškolit je velkým úspěchem.

Rodiče se často setkávají s prosbou, aby vysvětlili podstatu bezlepkové diety a navrhli recepty k její přípravě. Dále záleží na školní kuchyni, zda se rozhodne nakupovat bezlepkové suroviny sama, nebo o to požádá rodiče. Většinou se jedná o zajištění mouky, těstovin a pečiva. I když pro rodiče je tato varianta finančně náročnější, má alespoň větší jistotu, že škola nenakoupí špatné, neproověřené suroviny a také tím jistým způsobem vykazuje vděčnost personálu kuchyně.

### **Když škola připravuje více jídel ...**

... rodič se může pokusit domluvit s vedoucí kuchyně, zda by se připravovaná jídla dala kombinovat tak, aby byla bezlepková. Bohužel, ne vždy lze oběd takto nakombinovat. Tudíž se může stát, že dítě bude mít oběd pouze několikrát do týdne. I tato možnost je však řešením.

Rodič ale musí počítat s poměrně velkým rizikem, že se jídlo dostane při přípravě do kontaktu s lepkem.

### Když škola vyjde alespoň částečně vstříc ...

... většinou povolí přinášení bezlepkových obědů do školy. Tato možnost je ale velmi náročná pro rodiče, kteří každý den musí do kuchyně zanést oběd. Rodič se také může setkat s odmítnutím ze strany kuchyně, a to kvůli přísným hygienickým předpisům. Tyto předpisy dnes již umožňují uchovávání přinesené bezlepkové stravy a její následný výdej ve školní kuchyni.

### Když škola odmítá bezlepkové stravování ...

... je potřeba se dále snažit. Rodiče se mohou setkat s vedoucím školní kuchyně a pokusit se zjistit, co je důvodem odmítnutí. Většinou se jedná o malou informovanost, strach nebo pouze o neochotu. Pokud i nadále bude škola odmítat alespoň uchovávat bezlepkové obědy v kuchyni, je potřeba najít jiné řešení.

### Pokusy o řešení situace

I přes to, že některé organizace se pokoušejí problém stravování celiaků ve školách řešit, většinou se setkají s nezájmem ze strany škol. Například Klub celiakie Brno v roce 2009 připravil projekt, který měl za úkol proškolit pracovníky školních kuchyní tak, aby byly schopny připravovat bezlepkovou dietu. Projekt se však pro nezájem škol nerealizoval.

### Rady na závěr

- Školní kuchyně nemají povinnost připravovat jakoukoliv dietní stravu, ale měly by celiakům vyjít alespoň částečně vstříc. Celiakie není jejich rozmar, ale jejich onemocnění.
- Neochota nebo strach z přípravy diety vychází většinou z nízké informovanosti o celiakii. Rodič by se měl s personálem setkat osobně a poskytnout jim všechny potřebné informace.
- Pokud se rodičům podaří domluvit přípravu bezlepkové stravy, je dobré do školy přinést základní suroviny, jako je mouka, těstoviny, popř. pečivo. Personál kuchyně to jistě ocení.
- Při větší poptávce po bezlepkové dietě se školní kuchyně začne o tento problém více zajímat. Je dobré zjistit, zda se na škole nenachází více celiaků.