

## Ενημερωτικό δελτίο για γονείς παιδιών που διατρέχουν κίνδυνο αναφυλαξίας (Anaphylaxis fact sheet for parents of children at risk of anaphylaxis)

### Τι είναι η αναφυλαξία και πώς αντιμετωπίζεται; (What is anaphylaxis and how is it treated?)

Η Αναφυλαξία είναι η πιο σοβαρή μορφή αλλεργικής αντίδρασης και ενδέχεται να είναι απειλητική για τη ζωή. Συνήθως συμβαίνει με ραγδαίο τρόπο μετά από έκθεση σε τροφές/φαγητά, έντομα ή φάρμακα στα οποία ένα άτομο είναι ήδη αλλεργικό. Η Αναφυλαξία θα πρέπει πάντοτε να αντιμετωπίζεται ως επείγον ιατρικό περιστατικό και απαιτεί άμεση θεραπεία με αδρεναλίνη ([επινεφρίνη](http://www.allergy.org.au/patients/adrenaline)). Οι **αυτοενέσεις αδρεναλίνης** (Adrenaline autoinjectors) (π.χ. EpiPen®) είναι σχεδιασμένες να χρησιμοποιούνται από μη ιατρικό προσωπικό, όπως γονείς, προσωπικό σχολείων ή βρεφονηπιακών σταθμών, φίλους, περαστικούς ή τα ίδια τα άτομα με αλλεργία (εφόσον είναι υγιή και σε κατάλληλη ηλικία). Οι συσκευές των αυτοενέσεων αδρεναλίνης περιέχουν μιας χρήσης καθορισμένη δόση αδρεναλίνης η οποία λειτουργεί άμεσα κατά της αναφυλαξίας. Οδηγίες αναφέρονται στις ετικέτες των συσκευών, στο Σχέδιο Δράσης του ASCIA για την Αναφυλαξία, καθώς και στον ιστότοπο του ASCIA: [www.allergy.org.au/anaphylaxis](http://www.allergy.org.au/anaphylaxis)

### Εάν το παιδί σας έχει διαγνωστεί με κίνδυνο αναφυλαξίας, ο θεράπων γιατρός θα πρέπει να σας παράσχει: (If your child has been diagnosed at risk of anaphylaxis, their treating doctor should provide:)

- **Επιμόρφωση σχετικά με την αποφυγή των γνωστών αλλεργιογόνων (των ουσιών που προκαλούν την αλλεργική αντίδραση).** Αυτό είναι ιδιαίτερα σημαντικό για την αναφυλαξία λόγω αλλεργίας σε τροφές/φαγητά, η οποία μπορεί να προκληθεί με πολύ μικρές ποσότητες τροφών ή τυχαίας έκθεσης σε αυτές. Οι στρατηγικές για την αποφυγή έκθεσης σε γνωστά αλλεργιογόνες τροφές/φαγητά ή έντομα πρέπει να εφαρμόζονται στο σπίτι και στο σχολείο, στο βρεφονηπιακό σταθμό και στους σταθμούς προσχολικής αγωγής. Περισσότερες πληροφορίες είναι διαθέσιμες στον ιστότοπο του ASCIA: [www.allergy.org.au/schools-childcare](http://www.allergy.org.au/schools-childcare)  
Αλλεργία σε τροφές/φαγητά [www.allergy.org.au/patients/food-allergy](http://www.allergy.org.au/patients/food-allergy) Αλλεργία σε έντομα [www.allergy.org.au/patients/insect-allergy-bites-and-stings](http://www.allergy.org.au/patients/insect-allergy-bites-and-stings)
- **Το σχέδιο Δράσης ASCIA για την Αναφυλαξία.** Αυτό το σχέδιο περιγράφει τι πρέπει να κάνετε εάν το παιδί σας έχει αλλεργική αντίδραση. Θα πρέπει να συμπληρωθεί και να υπογραφεί από τον γιατρό που παρακολουθεί το παιδί σας και να φυλάσσεται μαζί με την αυτοένεση αδρεναλίνης, ακόμα κι αν το παιδί σας την μεταφέρει. Αυτό το σχέδιο περιλαμβάνει προσωπικά στοιχεία, τις ενδείξεις της αλλεργικής αντίδρασης, οδηγίες για το πώς να χρησιμοποιείται η συσκευή και για το αν θα πρέπει να δοθεί φαρμακευτική αγωγή.
- **Ιατρική συνταγή για δύο αυτοενέσεις αδρεναλίνης.** Αυτό σας επιτρέπει να έχετε τη μία πάντα μαζί με το παιδί σας (εντός και εκτός σπιτιού) και την άλλη στο σχολείο ή τον παιδικό σταθμό. Μαθητές γυμνασίου και των τελευταίων τάξεων του δημοτικού θα πρέπει συνήθως να μεταφέρουν μία αυτοένεση οι ίδιοι, ενώ η δεύτερη θα πρέπει να φυλάσσεται στο σχολείο. Δύο συσκευές καλύπτονται από το Σύστημα Φαρμακευτικής Παροχής (PBS) στην Αυστραλία, ενώ επιπρόσθετες συσκευές μπορούν να αγοραστούν χωρίς έκπτωση από τα φαρμακεία. Περισσότερες πληροφορίες: [www.allergy.org.au/health-professionals/anaphylaxis-resources/adrenaline-autoinjectors-fags](http://www.allergy.org.au/health-professionals/anaphylaxis-resources/adrenaline-autoinjectors-fags)
- **Εκπαίδευση για το πώς να χρησιμοποιείτε μία αυτοένεση αδρεναλίνης.** Συνιστάται να κάνετε τακτικά εξάσκηση χρησιμοποιώντας τον τύπο συσκευής για πρακτική εξάσκηση όσον αφορά την αυτοένεση αδρεναλίνης που έχει συνταγογραφηθεί για το παιδί σας. Ο τύπος των συσκευών για πρακτική εξάσκηση δεν έχει βελόνα και δεν περιέχει αδρεναλίνη, επομένως μπορεί να χρησιμοποιηθεί επανειλημμένα για την εξάσκηση και την εκπαίδευση της οικογένειας και των φίλων.
- **Πληροφορίες πάνω σε διακριτικό σήμα [identification jewellery] με τα ιατρικά σας στοιχεία.** Αυτό είναι προαιρετικό και δεν αντικαθιστά το Σχέδιο Δράσης του ASCIA για την Αναφυλαξία.

### Ποιος είναι ο ρόλος του γονέα; (What is the role of the parent?)

- **Ενημερώστε το διευθυντή του σχολείου ή τον υπεύθυνο του βρεφονηπιακού σταθμού ή σταθμού προσχολικής αγωγής** εάν το παιδί σας έχει συνταγογραφηθεί με αυτοένεση αδρεναλίνης, είχε προηγούμενη ή διαδοχική αναφυλαξία, έχει οποιαδήποτε μεταβολή στις αλλεργίες του· καθώς κι οποιεσδήποτε άλλες ιατρικές ανάγκες ή αναπηρίες (συμπεριλαμβανομένων και των μαθησιακών δυσκολιών), οι οποίες ενδέχεται να επηρεάσουν την αντιμετώπιση της αναφυλαξίας.
- **Δώστε ένα Σχέδιο Δράσης του ASCIA για την Αναφυλαξία συμπληρωμένο και υπογραμμένο από το θεράποντα γιατρό του παιδιού σας.** Αυτό θα πρέπει να ενημερώνεται (συμπεριλαμβανοντας και φωτογραφίες) όταν η ιατρική συνταγή για αυτοένεση αδρεναλίνης ανανεώνεται (συνήθως κάθε 12-18 μήνες) ή εάν οι αλλεργίες μεταβάλλονται. Τα σχέδια αυτά είναι ιατρικά έγγραφα και δεν πρέπει να συμπληρώνονται ή να τροποποιούνται από γονείς, σχολικό προσωπικό ή προσωπικό παιδικού σταθμού.
- **Δώστε μία αυτοένεση αδρεναλίνης στο σχολείο, τον βρεφονηπιακό σταθμό ή τον σταθμό προσχολικής αγωγής του παιδιού σας.** Πάντοτε να σημειώνετε την ημερομηνία στην ετικέτα και να αντικαθιστάτε τη συσκευή πριν από την ημερομηνία λήξης. Ακόμα κι αν το παιδί σας μεταφέρει τη δική του αυτοένεση αδρεναλίνης, θα πρέπει να προμηθεύσετε το σχολείο με μία άλλη αυτοένεση αδρεναλίνης. Αυτή απαιτείται σε περίπτωση που το παιδί σας δεν έχει μαζί του την αυτοένεση όταν τη χρειαστεί.
- **Βοηθήστε στην ανάπτυξη ενός Ατομικού Σχεδίου Ιατρικής Περιθάλψης ή ενός Σχεδίου Ελαχιστοποίησης Κινδύνου.** Αυτό είναι ένα σχέδιο το οποίο το προσωπικό του σχολείου, του βρεφονηπιακού σταθμού ή του σταθμού προσχολικής αγωγής διαμορφώνει για να υποστηρίξει τη φροντίδα των ιατρικών αναγκών του παιδιού σας.
- **Επιμόρφωση ανάλογη με την ηλικία.** Επιμορφώστε το παιδί σας σχετικά με το πώς να αποφεύγει τα γνωστά αλλεργιογόνα, καθώς και για το γιατί κάτι τέτοιο είναι σημαντικό. Να του υπενθυμίζετε ότι εάν νιώθει άρρωστο να απευθύνεται άμεσα σε κάποιον που βρίσκεται κοντά του, όπως έναν δάσκαλο ή ενήλικα. Διαβεβαιώστε το ότι αυτό είναι το σωστό πράγμα να κάνει, και ότι δεν θα πρέπει να φοβάται μήπως βρει τον μπελά του.

### Ποιες είναι οι αρμοδιότητες του σχολείου, του βρεφονηπιακού σταθμού ή του σταθμού προσχολικής αγωγής του παιδιού σας; (What are the responsibilities of your child's school, preschool or childcare service?)

- **Εκπαίδευση του προσωπικού** σχετικά με την επίγνωση της σημασίας, τη διαχείριση, την αναγνώριση των συμπτωμάτων, καθώς και την επείγουσα αντιμετώπιση της αναφυλαξίας.
- **Εφαρμογή στρατηγικών** για την ελαχιστοποίηση του κινδύνου της τυχαίας έκθεσης σε γνωστά αλλεργιογόνα, συμπεριλαμβανομένων περιστάσεων όπως οι εκδρομές.
- **Κατάλληλη αποθήκευση των αυτοενέσεων αδρεναλίνης** μαζί με ένα Σχέδιο Δράσης ASCIA για την Αναφυλαξία σε εύκολα προσβάσιμο μέρος, μακριά από την απευθείας έκθεση σε ήλιο ή ζέση. Επίσης το προσωπικό θα πρέπει να γνωρίζει το συμφωνημένο μέρος (π.χ. τσέπη, τσάντα ζώνης, σχολική τσάντα) όπου οι συσκευές θα μεταφέρονται από τους μαθητές.

### Περισσότερες πληροφορίες (Further information)

- **Αυστραλοασιατική Εταιρεία Κλινικής Ανοσολογίας και Αλλεργιών (ASCIA)** [Australasian Society of Clinical Immunology and Allergy (ASCIA)] [www.allergy.org.au](http://www.allergy.org.au)  
Επαγγελματικός ιατρικός οργανισμός που παρέχει διαδικτυακή εκπαίδευση, ενημερωτικό υλικό για ζητήματα υγείας, πληροφορίες για ασθενείς και καταναλωτές
- **Allergy & Anaphylaxis Australia** [www.allergyfacts.org.au](http://www.allergyfacts.org.au)  
Εθνικός οργανισμός υποστήριξης ασθενών που παρέχει συμβουλές και ενημερωτικό υλικό σχετικά με τις αλλεργίες και την αναφυλαξία
- **Πρότυπα Τροφίμων Αυστραλίας και Νέας Ζηλανδίας (Food Standards Australia and New Zealand-FSANZ)** [www.foodstandards.org.au](http://www.foodstandards.org.au)  
Παρέχει πληροφορίες σχετικά με τη νομοθεσία για τις ετικέτες στα τρόφιμα και τα τροφικά αλλεργιογόνα στις ετικέτες των τροφίμων.