

# Þegar „one size fits all“ er ekki lausn



Fyrir börn með fæðuofnæmi er hádegismaturinn ekki alltaf sjálfgefinn hluti af skóladeginum. Það átti við um okkar börn og þá fann ég mig í hlutverki foreldrisins með vesenið. Sem spurði of oft, sendi tölvupósta, hringdi og bað um skýringar. Ekki vegna þess að ég vildi flækja hlutina, heldur vegna þess að börnin voru einfaldlega nær alltaf með einkenni. Lengst af taldi ég að sú staða sem við vorum í væri fyrst og fremst mín eigin. Kannski var ég of áhyggjufull, of krefjandi eða einfaldlega foreldri með börn sem pössuðu ekki alveg inn í kerfið. Að lokum enduðum við á að nesta börnin, það var ekkert annað í boði. Það var leið til að minnka áhættuna þegar kerfið gaf ekki skýr svör. Þegar vafi leikur á öryggi barna eiga börnin að njóta vafans. Þá verður nesti ekki spurning um hentugleika, heldur nauðsyn. Þannig býður kerfið foreldrum upp á falskt val: annaðhvort að treysta lausnum sem eru óljósar, breytilegar eða ósambærilegar, eða að taka ábyrgðina alfarið á sig, ábyrgð sem birtist í aukinni vinnu, auknum

kostnaði og stöðugri vöktun. Ekki vegna þess að foreldrar vilji vera með vesenið, heldur vegna þess að öryggi, líðan og heilsa barnsins krefst þess. Þarna voru börnin þó sett í þá stöðu að þegar þau börn sem fengu mat í skólanum fóru til vinstri og inn í matsalinn fóru okkar börn til hægri að sækja nestið sitt í ísskáp og til þess að hita matinn sinn, vanalega eftirlitslaus.

## Könnunin

Þegar ég ákvað að leggja fyrir könnun meðal foreldra barna með fæðuofnæmi var það ekki til að finna sökudólga eða benda fingrum. Mig langaði einfaldlega að vita hvort þetta væri raunverulega bara mín upplifun. Svörin komu hratt og þau voru sláandi í einfaldleika sínum. Könnunin, sem 94 foreldrar barna með fæðuofnæmi í leik- og grunnskólum svöruðu, sýnir að þótt margt sé gert vel og víða sé vilji til staðar, þá virðast þó of mörg börn búa við óöryggi, óljósar lausnir og skort á upplýsingum um einn viðkvæmasta þátt skóladagsins: hádegismatinn. Það sem ég hafði

upplifað sem persónulegt „vesen“ reyndist vera kerfisbundið mynstur.

## Vegan sem sjálfgefin lausn en fyrir hvern?

Ein skýrasta niðurstaða könnunarinnar er hvernig veganfæði er notað sem varalausn þegar barn er með fæðuofnæmi. Í spurningu um hvort aðalmáltíð barnsins sé leyst með veganfæði kemur fram að um fjórðungur foreldra segir að það sé gert kerfisbundið. Nær jafn stór hópur segir að það sé ekki gert, á meðan um helmingur lýsir framkvæmdinni sem breytilegri, annaðhvort að það gerist aðeins stundum eða að aðrar lausnir séu notaðar. Svarmöguleikinn „Annað“ reyndist þó ekki vísa í eina samræmda framkvæmd heldur fjölbreyttar lausnir. Þar lýsa sumir foreldrar sérútgáfum af sama rétti, svo sem mjólkurlausum eða ofnæmisvænum útgáfum sem eru ekki endilega vegan. Aðrir nefna nesti að heiman eða að matur sé lagaður sérstaklega fyrir barnið. Jafnframt kemur ítrekað fram að foreldrar viti einfaldlega