



## **Sihtuuring „Tervislikel põhjustel teisiti toituvate laste toitlustamine lasteaias“**

### **1. Sissejuhatus**

Sotsiaalministri 15.01.2008. a määruse „Tervisekaitseõuded toitlustamisele koolieelses lasteasutuses ja koolis“ §5 lg 8 kohaselt korraldatakse tervislikel põhjustel teisiti toituva lapse toitlustamine tulenevalt tervishoiutöötaja soovitustest ning koostöös lapsevanemaga ja lasteasutuse pidajaga, tagades määruse lisa 1 kohase lapse vanuserühmale ettenähtud toiduenergia- ja toitainete vajaduse ning osakaalu toidukordade ajal.

### **2. Eesmärk**

Sihtuuringu eesmärgiks oli uurida kui palju on Eesti lasteaedades lapsi, kes vajavad teisiti toitlustamise korraldamist, millised on selleks tervislikud põhjused ning kuidas korraldavad lasteasutused toitlustamist nendele lastele.

### **3. Sihtuuringu ülesanded ja läbiviimise meetodika**

Sihtuuring oli anonüümne, laste isikuandmeid ei kajastatud (Lisa 1).

- Uuringu raames koguti lasteaedadest andmeid tervislikel põhjustel teisiti toituvate laste toitlustamise kohta. Aluseks võeti küsimustik (Lisa 1);
- Saadud andmed sisestati andmebaasi ja analüüsiti;
- Kogutud andmetest koostati kokkuvõte.

#### **Terviseameti talitused:**

- Viisid läbi küsitlused ning täitsid küsimustikud (Lisa 1);
- Sisestasid saadud andmed andmebaasi;
- Koostasid uuringust kokkuvõtte;
- Saatsid täidetud tabelid ja kokkuvõtte Terviseameti peadirektorile.

#### **Terviseameti keskkonnatervise osakond:**

- Valmistas ette andmete sisestamiseks küsimustikke ning andmebaasi;
- Analüüsis regioonidest saadud andmeid ja kokkuvõtteid;
- Koostas lõpliku kokkuvõtte.

#### 4. Sihtuuringu läbiviimise aeg ja koht

Uuring viidi läbi II-IV kvartalis 2013. a Terviseameti nelja talituse töötajate poolt ning hõlmas tervet Eesti territooriumi, andmed esitati Terviseameti peadirektorile koos 2013. aasta aruannetega.

#### 5. Kokkuvõte

Sihtuuringu „Tervislikel põhjustel teisiti toituvate laste toitlustamine lasteaias“ käigus kontrolliti kokku 682 lasteaeda. Uuringus osalenud lasteaedades oli lapsi 63817, neist toitus tervislikel põhjustel teisiti 1,4% (878 last).

**Tabel 1. Lasteaedade arv ja uuringus osalenud lasteaedade arv 2013. a.**

Terviseameti talitus	Lasteaedade arv kokku talituses	Laste arv kokku talituse kõikides lasteaedades	Uuringus osalenud lasteaedade arv	Laste arv uuringus osalenud lasteaedades	Teisiti toituvate laste arv uuringus osalenud lasteaedades
Lõuna	209	16086	201	15542	62
Lääne	96	7213	96	7213	144
Ida	104	9562	104	9562	186
Põhja	316	35911	281	31500	486
<b>Kokku</b>	<b>725</b>	<b>68772</b>	<b>682</b>	<b>63817</b>	<b>878</b>

**Uuring näitas, et teisiti toituvate laste toitlustamine on korraldatud sõltuvalt lasteaiast, lapse eripäradest ja vanemaga koostööst järgmiselt:**

- lapse jaoks asendatakse teatud toiduained tavamenüüs või
- lapse jaoks koostatakse eraldi menüü või
- vanemad annavad lapsele oma toitu kaasa või
- lapsevanem tutvub eelnevalt menüüga. Võimaluse korral asendatakse sobimatu toiduaine menüüs ning laps sööb lasteaias pakutavat toitu. Kui ei ole võimalik lasteaias menüüs toiduainet asendada, siis paneb lapsevanem lapsele toidu kaasa.

**Teisiti toitumist põhjustavatest terviseprobleemidest esikohal on erinevad toiduallergiad.** Peamised allergiat põhjustavad toiduained, mille suhtes lapsed on tundlikud või mis põhjustavad haiguslikku seisundit on piim, piimatooted ja muna ning teraviljatoodetest peamiselt nisutooted. Loomset päritolu valgust tekitab allergiat peamiselt piimas ja piimatoodetes (allergilised 18 % kõikidest teisiti toituvatest lastest) ning munas (allergilised 12 % kõikidest teisiti toituvatest lastest) leiduv valk. Teraviljatoodetes põhjustab 7 % kõikidest teisiti toituvatest lastest allergiat gluteen. Toiduallergiat kala vastu esineb vähe

(allergilised 5 % kõikidest teisiti toituvatest lastest). Harvem esineb toiduallergiat tsitruseliste, kakao/šokolaadi, tomati, pähklite vastu. Vähestel põhjustavad toiduallergiat tatar, maasikad, mesi, herned, peet, viinamarjad, õunad ning kartul. Uuritud teisiti toituvatest lastest 68 % olid allergilised tabelis 2 nimetatud ühe või mitme toiduaine suhtes.

Ülejäänud 32 % toiduallergiatega lastel põhjustasid toiduallergiat harva nimetatud toiduained nagu paprika, köögiviljad, punased marjad, banaan, kiivi, pirn, kirsid, mais, oliivid, soja, suhkur, arbuus, granaatõunad, kookos, maapähklid, melon, mustsõstar, moosid, mahlad ja nektariin. Viimati nimetatud toiduainetele olid statistiliselt allergilised vähem kui 1 % kõikidest teisiti toituvatest lastest. Näiteks paprikale olid allergilised 4 last 878 lapsest (0,4 %), kirssidele 3 last 878 lapsest (0,3 %) jne.

**Tabel 2. Toiduallergiat enim põhjustavad toiduained**

<b>Toiduallergia</b>	<b>Allergilisi lapsi %</b>
piim- ja piimatooted	18%
muna	12%
teraviljatooted	7%
kala	5%
tsitruselised	5%
kakao, šokolaad	4%
tomat	3%
pähklid	3%
tatar	2%
maasikad	1%
munad+kana+kala	1%
mesi	1%
herned	1%
liha ja lihatooted	1%
peet	1%
viinamarjad	1%
õun	1%
kartul	1%
	<b>Kokku: 68%</b>

Teisiti toituvatest lastest on arsti diagnoosiga (arstitõendiga) lapsi vaid 16 %. Ülejäänud laste puhul on lapse toiduallergiast lasteasutust informeerinud lapsevanem. Kõige rohkem on teisiti toituvatel lastel diagnoositud hüpolaktaasiat ehk laktoositalumatust (9 % kõikidest teisiti toituvatest lastest), tsöliaakiat/gluteenitalumatust (4 % kõikidest teisiti toituvatest lastest) ning kalast, pähklitest, maasikatest, meest põhjustatud dermatiiti (1 % kõikidest teisiti toituvatest lastest).

Vähem, kui 1 % teisiti toituvatest lastest oli diagnoositud fenüülketonuuria, dermatiit (tsitruselised, šokolaad, mandel), dermatiit (kanamunad, kala), dermatiit (kala), dermatiit (kala, kanamunad, piim, herned), diabeet koos gluteenitalumatusega, PCI ehk neelamisraskustega ajukahjustus, kaseiini ja gluteenitalumatus, kaseiini talumatus,

hüpolaktaasia koos gluteenitalumatusega, ärritatud soole sündroom, söömishäired, ihtioos (välistatud kala ja pähklid).

Ühele lapsele oli määratud modifitseeritud ketogeenne dieet.

### **Probleemid teisiti toituvate laste toitlustamisel:**

- a) osa lapsi tunneb end häirituna, kui nende toit erineb väga teiste laste toidust;
- b) lapsevanemad ei ole sageli nõus osa toidu asendamise eest menüüs raha juurde maksuma;
- c) lapsevanemad ei ole väga huvitatud arsti ettekirjutustest ja teevad lasteaedadega puudulikku koostööd;
- d) lapsevanemad ei informeerigi teisiti toituva lapse puudumisest lasteaeda ette või siis lapse uuesti lasteaeda toomisest. Seoses sellega jääb eritoit kas seisma või ei varuta vajalikku eritoitu ning toitlustamise korraldamine on häiritud;
- e) lapsele kodust kaasa antud toiduga kaasneb lasteaia lisavastutus toiduohutuse suhtes ja eritoidu valmistamisega kaasneb lasteaia töötaja täiendav töökoormus.

**Hinnang olukorrale:** tervislikel põhjustel teisiti toituvate laste toitlustamine lasteaedades on lahendatud lasteaia koostöös lapsevanemaga. Teisiti toituvate laste arv uuringus osalenud lasteaedades oli 878 ehk 1,4% uuringus osalenud lastest. See arv ei ole suur kuid vajab tähelepanu.

Uuringu kohaselt ei jää lasteaedades toitlustamata keegi erimenüüd vajavatest lastest, ka mitte paljude koosesinevate toiduallergiatega lapsed. On mõned üksikud erimenüüga lapsed, kes üldse lasteaias valmistatud toitu ei söö – neile antakse kodust iga päev toit kaasa.

Arvestades uuritud lasteaedades registreeritud laste üldarvu ( 63817), on tervislikel põhjustel teisiti toituvaid lapsi vähe. Oluline on, et teatud toiduainete vastu allergilistele lastele koostatud erimenüü sisaldaks vajalikke kiudaineid, valke, vitamiine ja mineraale, mis vastaksid lasteaia tavamenüüs sisalduvale. Näiteks valguvaeguse korral võib lastel pidurduda kasv ja areng, väheneda vastupanuvõime haigustele. Teisiti toituvate laste puhul tuleb eriti jälgida, et vajalikud mikro- ja makroelemendid oleksid menüüga tagatud.

Soovitame lasteaedadel panna nähtavale kohale, näiteks infotahvlile pöördumise lapsevanematele, et vanemad teavitaksid lasteaeda lapse toiduallergiast/toidutalumatusest.

Koostas: Kaili Sillamaa, Keskkonnatervise osakond

Lisa 1: küsimustik

Lisa 1.

**Küsimustik**

Inspektori nimi:

.....

Lasteaia nimetus:

.....

Lasteaias registreeritud laste üldarv ..... Tervislikel põhjustel teisiti toituvate laste üldarv

.....

	<b>Loetleda tervislikud põhjused, mille tõttu laps vajab teisiti toitumist (toiduallergia juhul täpsustada, milliste toiduainete suhtes on allergia):</b>	<b>Kuidas on organiseeritud teisiti toituva lapse toitlustamine antud juhul:</b>
<b>1</b>		Lapse jaoks koostatakse eraldi menüü Lapse jaoks asendatakse teatud toiduained tavamenüüs Vanemad annavad lapsele oma toidu kaasa Muu (täpsustada)
<b>2</b>		Lapse jaoks koostatakse eraldi menüü Lapse jaoks asendatakse teatud toiduained tavamenüüs Vanemad annavad lapsele oma toidu kaasa Muu (täpsustada)
<b>3</b>		Lapse jaoks koostatakse eraldi menüü Lapse jaoks asendatakse teatud toiduained tavamenüüs Vanemad annavad lapsele oma toidu kaasa Muu (täpsustada)
<b>4</b>		Lapse jaoks koostatakse eraldi menüü Lapse jaoks asendatakse teatud toiduained tavamenüüs Vanemad annavad lapsele oma toidu kaasa Muu (täpsustada)

<b>5</b>		Lapse jaoks koostatakse eraldi menüü Lapse jaoks asendatakse teatud toiduained tavamenüüs Vanemad annavad lapsele oma toidu kaasa Muu (täpsustada)

Lasteaia toitlustajal on tervislikel põhjustel teisiti toituvate laste toitlustamisel esile kerkinud järgmised probleemid:

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....