

Factsheet

Leerlingen met coeliakie in het middelbaar onderwijs

Alles wat u als school wilt weten als uw leerling om medische redenen glutenvrij moet eten.

In Nederland heeft ongeveer 1 op de 100 kinderen coeliakie. Dat betekent dat er ook op uw school leerlingen met coeliakie rondlopen en dus om medische redenen glutenvrij moeten eten. Wat betekent dat voor het beleid op school? In deze factsheet geven wij tips hoe u als school het beste uw leerlingen met coeliakie kunt ondersteunen.

Wat is coeliakie?

Coeliakie is een auto-immuunziekte die uitgelokt wordt door de inname van gluten en komt alleen voor bij mensen met een erfelijke aanleg. Door het eten van gluten ontstaan voornamelijk ontstekingsreacties in het darmslijmvlies van de dunne darm. Maar overal in het lichaam kunnen zich uitingen van de ziekte voordoen, zoals in de huid, gewrichten en hersenen. De enige behandeling van coeliakie is het volgen van een strikt glutenvrij dieet. Levenslang!

Wat is gluten?

Gluten is een eiwit dat voorkomt in de granen (khorasan)tarwe, gerst en spelt. Als iemand met coeliakie iets eet of drinkt dat met een van deze graansoorten is bereid, leidt dit tot activatie van het immuunsysteem en tot klachten. Deze klachten variëren van buikkoliek, vermoeidheid, misselijkheid tot bijvoorbeeld neurologische afwijkingen, bloedarmoede en depressiviteit. Het is daarom van groot belang dat de leerling absoluut geen gluten binnenkrijgt.

Tips voor op school

- Organiseer voorafgaand aan de start van het schooljaar een gesprek tussen de ouders, leerling en zorgcoördinator/ondersteuningscoördinator.
- Zorg ervoor dat in het leerlingenvolgsysteem wordt vastgelegd dat de leerling coeliakie heeft.
- Laat de leerling indien nodig altijd naar de wc gaan.



- Laat de leerling in geval van nood het schoolplein verlaten, als hij of zij bijvoorbeeld iets eetbaars moet halen in de supermarkt omdat er een broodkruimel (met gluten) in de broodtrommel is terechtgekomen.
- Kondig gezamenlijke eetmomenten met de klas op tijd bij de leerling aan.
- Bespreek van tevoren met de leerling het gezamenlijke eetmoment en kijk samen naar de oplossing.
- Krijgt de leerling kookles, laat de betrokken leerkracht dan duidelijke afspraken met de leerling maken.

Tips voor op reis naar het buitenland

- Neem tijdig contact op met de leerling/ouders om samen zo snel mogelijk een glutenvrij gastgezin te vinden.
- Het is fijn als de leerling tijdens de reis bij een docent terecht kan die begrijpt wat coeliakie inhoudt.
- De NCV heeft informatie in meer dan 40 talen. Deze kunt u opvragen via info@glutenvrij.nl.

Hoe verder?

Het kan zijn dat er een keer iets misgaat. De leerling weet zelf dan heel goed wat hij of zij moet doen. Voor al uw vragen kunt u terecht bij de leerling, de ouders of bij de NCV, de vereniging voor iedereen die om medische redenen glutenvrij moet eten: info@glutenvrij.nl of 035-6954002.