

Alergeny v pokrmech

Od 13. 12. 2014 vzniká školním jídelnám **povinnost informovat strážníky o přítomnosti alergenů v podávaných pokrmech**. Tato povinnost vyplývá ze *směrnice 1169/2011 EU a vyhlášky 113/2005 Sb. O způsobu označování potravin a tabákových výrobků, § 8 odstavce 10.*

Přítomnost alergenů v daném pokrmu je vyznačena na jídelním lístku číslem označujícím alergen, přičemž seznam těchto legislativně stanovených alergenů s označením čísla najdete vedle jídelního lístku.

Školní jídelna má pouze povinnost informační, tzn. nebude brán zřetel na jednotlivé přecitlivělosti strážníků. Tuto skutečnost si musí každý strážník uhlídat sám, jelikož není možné se při výrobě jídel jednotlivě věnovat strážníkům s potravinovou alergií.

Co jsou to alergen

Alergeny jsou přirozeně se vyskytující látky bílkovinné povahy, které způsobují u přecitlivělých jedinců nepřiměřenou reakci imunitního systému (IS), která může vyústit až k anafylaktickému šoku. V podstatě se jedná o poruchy imunity, kdy normálně neškodné látky fungují negativně a jsou napadány imunologickou obranou organismu.

Alergická reakce spočívá v tom, že IS reaguje tvorbou protilátek – bílkovin, které se specificky navazují na alergen a tak je deaktivují a vylučují z organismu. Nástup je rychlý, zpravidla 1 hodinu po požití.

Projevy alergické reakce: kýchání, svědění, kopřivka, otoky, nadýmání, dýchací potíže, svědění rtů a úst, nevolnost, křeče, průjemy, výjimečně může vyústit k anafylaktickému šoku.

Intolerance – averze je též nepříjemná reakce, její nástup trvá delší dobu a projevuje se nadýmáním, průjemem nebo zácpou. Symptomy potravinové intolerance vznikají delší dobu a nezahrnují imunitní odezvu. Nejedná se o alergickou reakci.

Různé druhy alergií postihují až 30% populace a na alergii není lék. Každý jedinec musí zjistit podle příznaků, jaké potraviny se příště vyvarovat. Alergie většinou zanikají v souladu s narůstajícími roky. Alergickou reakci mohou vyvolat všechny potraviny (jedině voda není alergenní), ale EU specifikovala 14 hlavních potenciálních alergenů, které podléhají legislativnímu značení (viz obrázek).