

Kosallergieë vir kampbestuur en spyseniering

Die Wes-Kaapse Opleidingskomitee het tydens hulle laaste vergadering kosallergieë bespreek en dit goed gedink om 'n kort berig te skryf wat kampeiers en kampspyseniers kan help in die beplanning van 'n kamp ten einde kosallergieë korrek te hanteer.

Kosallergieë is nie iets wat deur 'n kind of persoon of ouer opgemaak is nie. Dit is lewensnoodsaaklik dat ons hiervan kennis neem en die korrekte optrede volg.

Van die mees algemene allergieë is:

Skulpvuis (bv. krap, kreef & garnale), Neute, Vis, Eiers, Koeimelk, Sjokolade, Koring, Soya.

Kampinskrywings

Inskrywingsvorme vir kampe moet voorsiening maak vir die openbaring van allergieë. Pas inskrywingsvorme aan om die volgende te bevat:

Het kampganger enige allergieë (omkring die regte antwoord): JA / NEE

Beskryf alle allergieë waaraan die kampganger ly volledig: (gee genoeg ruimte hiervoor)

Na inskrywings vir 'n kamp gesluit het moet die vorms deurgegaan word en alle onduidelikheid moet met die ouers of kampganger (indien volwassene) vooraf uitgeklaar word.

Dit is belangrik dat die AKL Administrasie en/of kampsekretaris seker maak dat indien JA daar meer inligting beskikbaar moet wees. ALLE kampeers (volwassenes ingesluit) moet vorms voltooi vir 'n kamp waar mediese besonderhede, kontakpersone en allergieë openbaar kan word, sodat wanneer dinge verkeerd gaan, die administrasie in orde is en kan daar korrekte optrede gedoen word.

Indien so 'n allergie op 'n kampvorm openbaar word en die nodige maatreëls nie in plek gestel is nie, kan die kampbestuur en kombuis verantwoordelik gehou word en moontlike duur kostes tot gevolg hê.

Meestal sal die kind of volwassene wat allergies is, vir mens kan sê wat hulle mag en nie mag eet nie.

Onthou - Voorkoming is beter as behandeling!

Kombuisspan en noodhulpoffisier

Die volgende belangrike stap is dat die kombuisspan en noodhulpoffisier in kennis gestel word van die allergieë van die kamp groep. Dit is belangrik dat hierdie inligting voortydig aan die kombuis gestuur word, voordat spyskaartbeplanning en kosaankope gedoen word.

Die noodhulpoffisier moet ten volle weet hoe om 'n allergiese reaksie te hanteer (en dat 'n Allergex© pilletjie en middagslapie nie die korrekte behandeling is nie). Die naaste hospitaal en mediese hulpentrum moet voor die kamp nagevors word, sodat indien iemand 'n ernstige allergiese reaksie het, geen tyd gemors word nie.

Simptome

Simptome kan

- van geringe (bv. veluitslag, maagpyn);
- tot lewensgevaarlike simptome (bv. lugweë wat toetrek) wees.

Simptome na inname van die allergeen waarvoor die persoon allergies is, kan binne minute tot en met 2 ure presenteer. Die mees algemene tekens behels:

- "snaakse" gevoel in jou mond
- Veluitslag, of jeuk
- Geswelde lippe, gesig, tong en keel (of enige ander liggaamsdeel)
- Fluitende bors, persoon sukkel om asem te haal
- Maagpyn, diarree, naarheid en braking
- Duiseligheid, lighoofdigheid of floute

Indien so 'n reaksie of simptome plaasvind, is dit **belangrik dat die persoon dadelik by 'n dokter uitkom**.

Spyseniering verantwoordelikheid

Maatreëls wanneer 'n spesifieke kossoort gebruik word waarvoor 'n kampeerder allergies is:

- Probeer die spyskaart aanpas, dat die koskas nie hierdie item bevat nie
- Die persoon wat allergies is, moet in kennis gestel word dat hierdie kossoort gebruik gaan word en in watter gereg dit gebruik is
- Vir mense wat baie allergies is, kan mikroskopiese hoeveelhede daarvan selfs 'n baie erge reaksie veroorsaak, dus is die konsep van kontaminasie baie belangrik:
 - Aparte voorbereidingstoonbank moet gebruik word. Nadat die voorbereiding klaar is, moet die toonbank met seep en water gewas word.
 - Aparte messe, lepels, bakke, potte, ens., moet gebruik word om te voorkom dat die kossoort in aanraking kom met enige ander kos wat die allergiese persoon mag eet.
 - Die persoon wat hierdie kossoort voorberei, moet tydens die proses nie betrokke wees by die ander disse se voorbereiding nie en wanneer die persoon klaar is, moet hulle hande goed gewas word met seep en water.

Kosintoleransie is wanneer die liggaam nie noodwendig 'n immunisasie teen die kossoort het nie, maar die liggaam sukkel om die kossoort te verteer en dit veroorsaak onaangename simptome in die persoon. Hierdie is gewoonlik nie lewensgevaarlik nie, maar dit gaan veroorsaak dat die persoon 'n gedeelte van of die res van die kamp gaan siek wees. Die mees algemene voorbeeld is koring ("gluten intoleransie").

Ander mediese kondisies wat ook vir die kampkombuis se beplanning belangrik is, is toestande soos diabetes en nierversaking. Weereens, klaar vooraf met die betrokke persoon of ouer uit wat toelaatbaar is en wat vermy moet word.

Onthou: Die Voortrekkers maak nie voorsiening vir gewigsverliesdiëte nie, dus moet sulke persone maar vir hulself voorsiening maak.