



Att:
Landsting
Kommuner
Reseföretag

Allergiker i kollektivtrafiken

För att underlätta för er som ansvarar för miljön på tåg, buss, flyg, båt och färdtjänst har Astma- och Allergiförbundet sammanställt en lista med förslag till åtgärder som ökar tillgängligheten för människor med allergiska sjukdomar. Med hjälp av denna hoppas vi att ni ska kunna arbeta förebyggande med frågor som påverkar våra grupper.

Sveriges regering och riksdag har ratificerat den av FN antagna konventionen om mänskliga rättigheter för människor med funktionsnedsättning. Enligt dessa regler ska staterna undanröja hinder mot funktionshindrades tillgänglighet bland annat till kollektivtransporter.

Ni är varmt välkomna att kontakta oss om ni har några frågor kring astma, allergi och annan överkänslighet.

Med vänliga hälsningar,

Maritha Sedvallson
Ordförande
Astma och Allergiförbundet

Så här kan tillgängligheten öka för människor som har astma, allergi eller annan överkänslighet när de reser med allmänna kommunikationer (tåg, buss, flyg, båt och färdtjänst):

Rökning

En utgångspunkt är att personer som är känsliga för tobaksrök ska kunna resa utan att komma i kontakt med tobaksrök.

- Resenärer ska inte behöva komma i kontakt med tobaksrök vare sig i anslutning till eller under resan.
- Rökning ska inte vara tillåten vid entréer, på perronger och vid busshållplatser.

Dofter

- Personal på färdmedlet ska upplysas om att de inte ska använda parfym, doftande rakvatten eller doftande tvålar då de arbetar.
- Resenärer kan enkelt upplysas via biljetten om att de ska resa parfymfria för medpassagerarnas skull.
- Tvålar på toaletter ska vara parfymfria, såväl på färdmedlet som i vänthallar.
- Även rengöringsmedlen som används på färdmedlet och i angränsande utrymmen, ska vara parfymfria.

Mat

- Resenären ska få fullständig information om innehållet i den mat som serveras, på kaféer, serveringsvagnar och restauranger på och i anslutning till färdmedlet, då personen frågar efter den.
(Mer info om gällande regler för information till konsument finns på Livsmedelsverket: http://www.slv.se/sv/grupp1/livsmedelsforetag/Markning_och_pastaenden/Informationsforordningen/)
- Nötter och jordnötter ska varken serveras eller säljas i kaféer, serveringsvagnar eller restauranger. (Definition av nötter finns på Livsmedelsverkets websida: <http://www.slv.se/sv/grupp1/livsmedelsforetag/Lokaler-hantering-och-hygien/Allergener/Notter/>)
- Resenärer uppmanas att inte förtära jordnötter eller nötter under eller i samband med resan.

- Alternativ ska finnas för de vanligaste födoämnesallergierna / intoleranserna. (Se Livsmedelsverkets information om de 14 vanligaste allergenerna: <http://www.slv.se/sv/grupp1/livsmedelsforetag/Lokaler-hantering-och-hygien/Allergener/>)
- Allergianpassade alternativ även för andra allergier ska kunna beställas i förväg.
- Innehållet i godisautomater och liknande ska vara fritt från nötter eftersom dessa allergen sprids luftburet.

Pälsdjur

- Pälsdjur ska endast tillåtas i begränsade och väl avskilda avdelningar av färdmedlet där allergiker inte behöver uppehålla sig eller passera.
- På och avstigning ska arrangeras så att allergiker inte behöver möta pälsdjur. Detta ska gälla även vänthallar och entréer. (Ledarhundar undantagna).

Inredning

- Utformningen av lokal, inredning och inredningsmaterial ska väljas så att de underlättar städning. De ska inte heller i sig själva avge lukt eller doft, (plaster, limmer och tätningsmedel är exempel på material som kan ge besvär).
- Textila heltäckande golv och luddiga textilier ska inte förekomma eftersom de samlar damm och är svåra att hålla rena.
- Klädsel till stolar och soffor ska helst vara avtorkningsbara och rengöras med täta intervall med parfymfria rengöringsmedel. I annat fall ska de vara avtagbara och tvättbara.
- Ventilationen ska inte återcirkulera luft.
- Bra och daglig städning ska utföras.

Skyltning

- Tydlig information är en nyckelfråga om man vill lyckas i det allergiförebyggande arbetet. Skyltar och dekaler ska vara väl synliga och upplysa om var djur kan respektive inte kan vara. Information till resenärer i samband med biljettköp kan underlätta. Intern information till anställda bör gå ut regelbundet. Särskilt vid nyanställningar är informationen viktig.

Hur vanliga är allergiska sjukdomar?

Allergi och annan överkänslighet har ökat stadigt under de senaste decennierna och tillhör numera våra mest utbredda kroniska sjukdomar.

Nedan redovisas aktuella procentsiffror av andel av Sveriges befolkning som har följande diagnoser: (statistik från Allergifakta 2015) :

Diagnos	Barn	Vuxna
Astma	9 %	10 %
Allergisk snuva/rinit	13 %	20 %
Allergiska magbesvär	5 %	7 % (egenrapporterad = 20 %)
Atopiskt eksem	20 % (förskolebarn)	8 – 10 %
Kontaktallergi	15 %	20%
Handeksem	10 %	
Pollen	14 %	25 %
Pälsdjur	7 %	18 %
Mat	8 %	15 %
Kvalster	6%	10 %
Mögel	2% (tonåringar)	4 %
Bi/geting	ingen uppgift	1,5 %
Sensorisk hyperreaktivitet (Doftöverkänslighet)	1 % (tonåringar)	33 % (varav 6 % svår)

Överkänslighet

Överkänslighet kan definieras som ett tillstånd där känsligheten för vanliga ämnen är sjukligt förhöjd i ett eller flera organ i kroppen.

Reaktionen i immunförsvaret saknas men själva besvären liknar allergikerns.

Överkänslighetsreaktioner kan utlösas av många olika saker.

Vanliga orsaker är dofter, tobaksrök, kemikalier och mat. Symtom som trötthet, huvudvärk, yrsel och koncentrationssvårigheter är vanliga liksom slemhinnesymtom från ögon, näsa, hals och luftrören. Man kan också få hudbesvär som torr kliande rodnande hud i ansikte och på händer.

Överkänslighet kan liksom allergi utlösa astmaliknande symtom.

Vad är allergi?

Allergi är en form av överkänslighet. Den beror på att kroppens normala försvarsmekanismer mot främmande ämnen inte fungerar riktigt som det ska. Det som kroppen normalt borde tåla och som andra personer klarar av utan problem kan ge en människa med allergi olika symtom.

Ofta orsakas allergi av olika protein som vi kommer i kontakt med via växter, djur eller mat.

Allergi kan exempelvis ge klåda i ögonen, snuva, hudproblem, astma och magbesvär. En del får symtom snabbt, andra efter flera timmar.

Astma

Astma är en kronisk inflammation i luftvägarna.

Allergi- eller överkänslighetsframkallande ämnen retar slemhinnorna och kan utlösa ett astma.

Astma uppstår genom att luftrörens muskler drar ihop sig samtidigt som slemhinnorna svullnar och det bildas en ökad mängd segt slem.

Vid ett astmaanfall får man svårt att andas och behöver medicin och/eller akut sjukvård.



Allergichock (anafylaxi)

Allergichock är en akut allergisk reaktion som oftast ger symptom från flera olika organ. De första symptomen kan vara värmekänsla, klåda eller pirrande i huden och en känsla av ångest. De vanligaste symptomen därefter är nässelutslag och andningsproblem. Symptomen uppträder ofta bara någon minut efter det att man kommit i kontakt med något man inte tål men kan även dröja en timme eller mer.

En allergichock kräver alltid snabb läkarvård och kan i sällsynta fall leda till döden.

Stockholm 2015 01 15

Maritha Sedvallson
Ordförande för Astma- och Allergiförbundet