

T.C.
ERZURUM VALİLİĞİ
İl Milli Eğitim Müdürlüğü

Sayı : 51753401/136/9109397
Konu : 9 Mayıs Dünya Çölyak Günü

08.05.2019

DAĞITIM YERLERİNE

İlgi : MEB Destek Hizmetleri Genel Müdürlüğü'nün 06/05/2019 tarihli ve 8925271 sayılı yazısı.

Glutensiz diyet ile yakınmaların kısa sürede kaybolacağı, bağırsakların normale döneceği, hastalığın tanısı konulmazsa veya diyete uyum iyi olmazsa, çocuklarda büyüme ve gelişme geriliği başta olmak üzere anemi, vitamin yetersizlikleri, diş çürükleri, troit hastalıkları, kemik erimesi, diyabet ve kanser gibi birçok kronik hastalığa yakalanma riski artabileceği, çölyak hastalığı tanısı konulan bireylerin glutensiz beslenmeye uymalarının sağlıklı büyüme ve gelişmenin sağlanmasında, yetişkin çağında oluşabilecek problemlerin önlenmesinde ve okul başarısının artmasında etkili olduğunun bilindiği Bakanlığımızın ilgi yazıları ile bildirilmektedir.

Bu kapsamda 9 Mayıs Dünya Çölyak Günü'nün bulunduğu hafta içerisinde resmi ve özel okul/kurum yönetimleri tarafından Ek-1 ve Ek-2'de ayrıca <http://okulsagligi.meb.gov.tr/www/colyakla-mucadele-kapsaminda-yapilacakcalismalar/icerik/87> adresinde yer alan bilgilerden yararlanılarak öğrenci, öğretmen, veli, yemekhane-kantin işletmecisi/çalışanı ve diğer okul çalışanlarına yönelik farkındalık eğitimlerinin yapılmasının sağlanması ve okullarda yapılacak olan çalışmaların ilçe bazında raporlanarak, raporların Mayıs ayı sonuna kadar Müdürlüğümüze gönderilmesi hususunda;

Bilgilerinizi ve gereğini rica ederim.

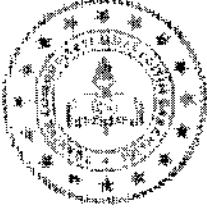
Hasan KAHRAMAN

Vali a.

İl Milli Eğitim Şube Müdürü

Ek:

- 1-Çölyak Hastalığı Öğretmenlere Yönelik Bilgilendirme Rehberi (21 sayfa)
- 2-Çölyak Hastaları İçin Kantin Yiyecek İçecek Standartları (3 sayfa)



T.C.
MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI
Destek Hizmetleri Genel Müdürlüğü

Sayı : 24301423-136-E.8925271
Konu : 9 Mayıs Dünya Çölyak Günü

06.05.2019

DAĞITIM YERLERİNE

İlgi : a) Sağlık Bakanlığı Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü'nün 14.03.2018 tarihli ve 82792155-322-E.249 sayılı yazısı.

Çölyak hastalığı genetik olarak yatkın bireylerde buğday, arpa, çavdar, yulaf gibi tahıl ve tahıl ürünlerinde bulunan "gluten" proteinine karşı duyarlılık sonucu gelişen ince bağırsak hastalığıdır.

Glutensiz diyet ile yakınmaların kısa sürede kaybolacağı, bağırsakların normale döneceği, hastalığın tanısı konulmazsa veya diyete uyum iyi olmazsa, çocuklarda büyüme ve gelişme geriliği başta olmak üzere anemi, vitamin yetersizlikleri, diş çürükleri, troid hastalıkları, kemik erimesi, diyabet ve kanser gibi birçok kronik hastalığa yakalanma riski artabileceği, çölyak hastalığı tanısı konulan bireylerin glutensiz beslenmeye uymalarının sağlıklı büyüme ve gelişmenin sağlanmasında, yetişkin çağında oluşabilecek problemlerin önlenmesinde ve okul başarısının artmasında etkili olduğu bilinmektedir.

Bu kapsamda 9 Mayıs Dünya Çölyak Günü'nün bulunduğu hafta içerisinde resmi ve özel okul/kurum yönetimleri tarafından Ek-1 ve Ek-2'de ayrıca <http://okulsagligi.meb.gov.tr/www/colyakla-mucadele-kapsaminda-yapilacakcalismalar/icerik/87> adresinde yer alan bilgilerden yararlanılarak öğrenci, öğretmen, veli, yemekhane-kantin işletmecisi/çalışanı ve diğer okul çalışanlarına yönelik farkındalık eğitimlerinin yapılmasının sağlanması, çölyaklı öğrencilerin beslenmesinin sağlanabilmesi için kantinlerde, okul/kurum ve pansiyon yemekhanelerinde glutensiz ürünlerin bulundurulması, glutensiz besin hizmetinin sağlanması amacıyla gerekli tedbirlerin alınması gerekmektedir.

Bilgilerinizi ve gereğini rica ederim.

İsmail ÇOLAK
Bakan a.
Genel Müdür V.

Ek:

- 1-Çölyak Hastalığı Öğretmenlere Yönelik Bilgilendirme Rehberi (21 sayfa)
- 2-Çölyak Hastaları İçin Kantin Yiyecek İçecek Standartları (3 sayfa)

Dağıtım:

Gereği:
B Planı

Bilgi:
Din Öğretimi Genel Müdürlüğüne

Hayat Boyu Öğrenme Genel Müdürlüğüne
Meslekî ve Teknik Eğitim Genel Müdürlüğüne
Ortaöğretim Genel Müdürlüğüne
Özel Eğitim ve Rehberlik Hizmetleri Genel Müdürlüğüne
Özel Öğretim Kurumları Genel Müdürlüğüne
Temel Eğitim Genel Müdürlüğüne

ÇÖLYAK HASTALARI İÇİN KANTİN YİYECEK VE İÇECEK STANDARTLARI

Giriş

Çölyak hastalığı, genetik yatkınlığı olan bireylerin diyetle BUĞDAY, ARPA, ÇAVDAR ve YULAFTA bulunan GLUTEN proteinini alımı sonrası ortaya çıkan ince bağırsak hasarı sonucunda gelişen bir sindirim sistemi hastalığıdır.

Tüm dünyada çölyak hastalığının görülme sıklığı ortalama 100 kişide 1 olup, son 20 yılda 2-6 kat artmıştır. Bu hastalığın tanı yöntemlerinin gelişmesi ve farkındalığın artması ile tanı alan hasta sayısı çoğalmıştır.

Çocukluk çağının en yaygın emilim bozukluğu nedeni olan bu hastalık, çocukları ve erişkinleri yaşam boyu etkilemekte ve her yaşta ortaya çıkabilmektedir. Çölyak hastalığı tanısı kesin olmalıdır. Çünkü ömür boyu devam edecek bir hastalıktır ve tedavisi de sadece diyet tedavisi olup, yaşam boyudur.

Çölyak hastalığında uygun diyet tedavisi yapılmazsa çocuklarda başta büyüme ve gelişme geriliği olmak üzere; anemi, vitamin yetersizlikleri, diş çürükleri, tiroid hastalıkları, kemik erimesi, diyabet ve kanser gibi birçok kronik hastalığa yakalanma riski artmaktadır.

Çölyak hastalığı tanısı alan bireylerin glutensiz beslenmeye uymaları, sağlıklı büyümeye ve gelişmesinin sağlanmasında, yetişkin çağında oluşabilecek sağlık problemlerinin önlenmesinde ve okul başarısının artmasında etkilidir.

Okul dönemi; hızlı öğrenme, bilgi ve beceri kazanma ve etkilenme dönemidir. Bu dönemde, erlen tanı ile glutensiz beslenmeye başlanması ve doğru beslenme alışkanlıklarının kazanılması ve sürdürülmesi açısından önemlidir.

ÇÖLYAKTA TEK ÇÖZÜM: GLUTENSİZ YAŞAM

Çölyak Hastaları için Yiyecek ve İçecek Standartları çölyak hastalarına yönelik hazırlanmış olup, glutensiz beslenmeye yönelik öneriler vermektedir. Standartta yer alan yiyecek ve içecekler, gluten durumuna göre gruplandırılmıştır.

MAVİ → Daha önce yayınlanan Okullarda Yiyecek ve İçecek Standartlarında kullanılan renklerle karışmaması için glutensiz besinler için mavi renk uygun görülmüştür.

Bu gruplandırmadaki amaç, okulların kantin/çay otağı/büfe/yemekhanelerindeki yiyecek ve içeceklerin içerisinde mümkün olduğunca glutensiz MAVİ gruptakilerden bulundurulmasıdır. Örneğin; kantinde normal ekmekek kullanılarak hazırlanmış beyaz peynirli bir sandviç ile birlikte; glutensiz ekmekek kullanılarak içine uygun koşullarda hazırlanmış marul, domates, salatalık eklenmiş, beyaz peynirli paketli bir sandviç de satılmalıdır.

MAVİ GRUP

Bu gruptaki yiyecek ve içecekler glutensizdir. Okullarda her gün bulundurulması önerilir. Doğasında gluten bulunmayan, üretim ve servis esnasında gluten bulaşması olmayan ve glutensiz olduğu onaylı malzemeler gözetilerek belirlenen yiyecek ve içecekler;

- Kabuklu taze meyveler (elma, portakal, muz gibi), çiğ tüketilebilen sebzeler (mevsiminde uygun olarak), salatalar (zeytinyağı ve limon eklenebilir) (paketli, uygun koşullarda hazırlanmış)
- Kuru meyveler (30 g, glutensiz logolu, ambalajlı, kaplamasız ve şeker katısız- incir, kayısı, üzüm vb.)
- Çiğ kuruyemişler (30 g, ambalajlı, kavulmamış, soslanmamış, tuzsuz, kabukluuz - ceviz, fındık vb.)
- İçme suyu (şeker veya tatlandırıcı eklenmemiş)
- Sade içme sütü (UHT/Pastörize süt, 200 mL, paketli, doğası gereği glutensizdir)
- Sade yoğurt (100-150 g, paketli, doğası gereği glutensizdir)
- Ayran (200 mL, paketli, doğası gereği glutensizdir)
- Sade kefir (200 mL, paketli, doğası gereği glutensizdir)

-
- Peynir (pastörize, paketlenmiş, glutensiz olduğu bildirilen)
 - Gündelik haşlanmış yumurta (kabuklu)
 - Glutensiz ekmek, galeta, grisini vb. (paketlenmiş)
 - Şekerli sakızlar (glutensiz olduğu bildirilen)
 - Glutensiz kahvaltılık gevrekler
 - Glutensiz unlu mamüller (paketlenmiş simit, poğaç, tatlı / tuzlu kurabiye, kek vb.)
 - Paketlenmiş %100 meyve suları (glutensiz olduğu bildirilen)
 - Meyveli yoğurtlar (glutensiz olduğu bildirilen)
 - Dondurmalar (paketlenmiş, glutensiz olduğu bildirilen)