

At leve med risiko

Perspektiver fra unge med fødevareallergi

FSLA 2025

Britt Egmose

**Sygeplejerske, Ph.d-studerende
Hudafdeling I og Allergicentret,
Odense Universitets Hospital**



OUH
Odense University Hospital
Clinical Research Unit Skin and Allergy - ORCA



Maja – 15 år – har fødevareallergi



Formål

Undersøge unges perspektiver på det daglige liv med fødevareallergi i deres teenageår



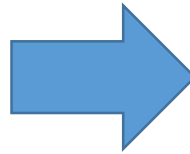
Svært at være teenager, men dobbelt så svært med fødevareallergi

*Jeg er bange for en reaktion
Jeg synes det sociale er værst
Jeg kan godt spørge, om jeg kan tåle det
Jeg ved hvad jeg kan tåle
Jeg ved hvad jeg plejer at gøre
Jeg skal undvære det
Jeg har ligesom lært at leve med det
Jeg føler jeg er til besvær
Jeg gider ikke italesætte det i det daglige
Jeg bryder mig ikke om at folk skal vide
det
Jeg føler der er noget pinligt i det
Jeg synes ikke andre forstår
Jeg skal forklare hvorfor jeg gør*

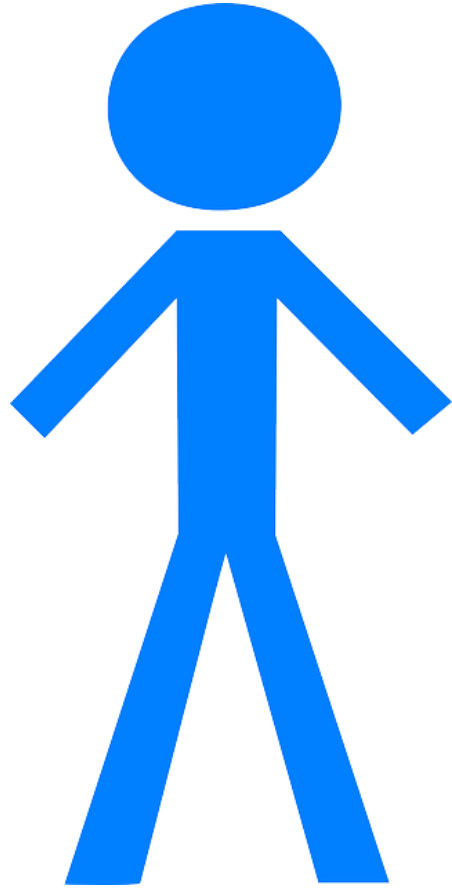
*Jeg skal forklare mig selv
Jeg bliver i tvivl om jeg er god nok
Jeg bliver spurgt om jeg overreagerer
Jeg bliver tvivlet på
Jeg bliver i tvivl om det er ok at gøre sådan
Jeg føler ikke de forstår
Jeg føler mig alene
Jeg siger ikke noget om at jeg har allergi
Jeg er ikke allergien
Jeg vælger ikke at deltage
Jeg orker ikke at skulle forklare
Jeg vil ikke fremstå som den der er allergi
Jeg syntes, det var for akavet at spørge
Jeg føler ansvaret er overvældende*

Generering af empiri – de unges perspektiv

- Kritisk psykologisk tilgang
- Unge voksne (n=10)
 - 18-23 years
 - Forskningsteamet (n=5)
- Setting - 2 dags Camp
 - Workshop format
 - Gruppe diskussioner, måltider, frikvater, gåture
- Data indsamling
 - Gruppe diskussioner
 - Deltager observationer
 - Individuelle interviews



Resultater



1. Overtage ansvaret

2. Følelsen af at høre til

3. Selvforståelse i sociale relationer



1. Overtage ansvaret



- Overtage ansvaret for risikoen føles overvældende og stressende i teenage årene
 - Mangler forberedelse
- Konfliktualitet mellem uafhængighed og autonomi samt sikkerhed og afhængighed
- Nye, ukendte sociale kontekster og relationer uden forældrenes opsyn

1. Overtage ansvaret

"Da jeg blev teenager, blev jeg mere bekymret for risikoen, fordi det nu var op til mig. Min mor var der selvfølgelig stadig, men nu var det mig, der skulle håndtere det selv... det var ret overvældende, og jeg blev i tvivl om jeg nu havde styr på det"

Louise 20 år



2. Følelsen af at høre til



- At være sammen med andre med fødevareallergi var noget særligt
- Skabte en dybere forståelse, accept og reflection over egne følelser og handlinger – nye perspektiver
- En anderledes støtte end fra ikke-allergikere

2. Følesen af at høre til

“Jeg har savnet så nogen som jer i mit liv, nogen der kan forstå det og som siger at vi føler det samme, men vi håndtere det sådan her... man bliver ligesom normal og at det er ok som jeg føler”

Mads 21 år



3. Selvforståelse i sociale sammenhænge



- Selvforståelsen påvirkes af håndteringen af fødevareallergi i sociale kontekster, hvilket førte til følelsen af at være til besvær og isolation
- Accept og forståelse fra sociale relationer blev vigtige
- Ønsker at blive set som den person de er og ikke defineret af deres fødevareallergi

3. Selvforståelse I sociale sammenhænge

“Der var nogen i klassen der havde spist peanuts ved mit bord, så jeg tørrede det af inden jeg satte mig og så sagde de at jeg skulle slappe af at jeg overreagerede, at jeg overdrev min allergi... så blev jeg jo i tvivl om det var for meget eller om jeg var for meget”

Sofie 19 år

Transition - MELEIS' FIRE TYPER AF TRANSITION

1. Udviklingsmæssige transitioner forekommer som en del af den normale livsudvikling. De er forudsigelige og forventede. Eksempler inkluderer overgange fra barndom til ungdom, fra ungdom til voksenalderen.
2. Sundheds- og sygdomstransitioner er relateret til sundhed og sygdom. Det kan være overgangen fra sundhed til sygdom, når en person diagnosticeres med en kronisk sygdom eller pludselig får en akut sygdom eller skade.
3. Situationsbestemt transitioner udløses af specifikke begivenheder i en persons liv, der kræver en form for ændring eller tilpasning. Det kan være begivenheder som at flytte til en ny by, starte på ny uddannelse eller et nyt job eller opleve et betydeligt tab.
4. Organisatoriske transitioner refererer til ændringer, der finder sted inden for organisationer, såsom transition fra børne- og ungeafdeling til voksenafdeling på hospitalet.

Konklusion

- Støtte fra jævnaldrende med FA er vigtigt, når man vokser op med fødevareallergi – Dele erfaringer og strategier bidrager til en følelse at høre til og normalisering.
- Teenageres autonomi udfordres af FA
 - Balancere selvstændighed og afhængighed er svær
 - Ansaret føles overvældende
- Transition kan skabe usikkerhed og selvpålagte begrænsninger i hverdagen, hvilket påvirker sociale interaktioner og selvforståelse.
- Manglende forståelse fra omgivelserne
 - Balancere hvornår man "afsløre" sin fødevareallergi
 - Selvforståelsen - følelser af isolation og at være en byrde

Kliniske implikationer

- Fødevareallergi er mere end en fysisk tilstand
 - Psykosociale aspekter
- Anerkende at support peers to peers er vigtigt - bidrager med støtte som klinisk praksis ikke rummer
- Skabe rum hvor unge kan dele deres erfaringer, følelser og håndteringsstrategier
- Støtte og forberede unge til transition
- Gradvist overtagelse af ansvaret for deres fødevareallergi
 - Split-konsultationer
- Det daglige liv – sociale sammenhænge
- Adressere at navigere både fødevareallergien og samtidig navigere i normale transitioner i livet



Tak

Britt.egmose@rsyd.dk



OUH
Odense University Hospital
Clinical Research Unit Skin and Allergy - ORCA



SDU
University of
Southern Denmark