



NFBIB

Julens blomster som vi IKKE anbefaler allergikere å pynte med inne

Dette er planter som er vanlige i julen, men der vi har rapporter om allergi eller at planten ikke tåles av annen grunn.

Hvis barn eller kjæledyr har spist mer enn et par bær eller blad, sjekk med Giftinformasjonen: [Hvilke planter og bær er giftige?](#) Giftinformasjonen - Helsenorge
Se også på www.bedreinnemiljoforbarn.no om Julens allergivennlige blomster og Julens allergivennlige grener.



Julesypress *Ellwoodii* (*Chamaecyparis*)

Vi skal være oppmerksomme på at sypress er kilde til pollenallergi.
Noen arter er giftige.

Dette er en plante vi ikke anbefaler å bruke inne.

Julestjerne (*Euphorbia pulcherrima*)

Denne velkjente planten tilhører vortemelk-familien (Euphorbiaceae), som inneholder slimhinne- og hudirriterende stoffer.

Planten er moderat giftig. Selv om risikoen for forgiftning er liten, anbefaler vi å vise varsomhet der demente og små barn befinner seg.

Det er kommet mange rapporter om luftveisproblemer i forbindelse med julestjernen i innemiljøer. Allergisk sjokk (anafylaksi) er også beskrevet!

Det er mange «myter» rundt denne juleplanten. Les Myte 3 i dette dokument.

Julestjernen er en plante vi ikke anbefaler i innemiljøer for allergikere og andre som har opplevet reaksjon på den.





Juleglede (*Begonia x cheimantha*)

Dette er en plante vi ikke ubetinget anbefaler i innemiljøer for allergikere.

NAAF har fått mange rapporter om luftveisproblemer i forbindelse med planten, men Giftinformasjonen anser den som ufarlig.

Hudproblemer ved kontakt er dokumentert. Flere arter i slekten inneholder plantesafter som er irriterende og bør behandles som lett giftige.

Giftinformasjonen: Juleglede, julekaktus og roser regnes som ufarlige planter.



Løkplanter (*Liliaceae*)

Svibler, amaryllis og tulipaner er av de som hører til denne gruppen.

Sterkt duftende arter og kryssninger utløser ikke sjelden overfølsomhetsreaksjoner hos allergikere ved innendørs bruk av snittblomster eller plantede grupper.

Noen får også plager med hud og luftveier ved hobbydyrking.

Alle deler av flere av tulipaner og liljeartene inneholder plantesaft som kan gi forgiftninger.

Dette er planter vi ikke anbefaler i innemiljøer for barn, allergikere og duftsensitive.



Myte 1:

Det fort gjort å gjøre huset allergivennlig selv om huset er fullt av julestjerner og svibler!

Fakta: Selv om du fjerner det dine gjester ikke tåler og lufter like før de ankommer, vil det ikke være nok for de som er mest duftoverfølsomme og som har luftveisallergi.

Det vil alltid hjelpe å fjerne det gjestene ikke tåler i god tid (noen døgn) før de kommer. Det vil også hjelpe å gjennomlufter godt både før og under besøket.

Les våre lufteråd på: www.bedreinnemiljoforbarn.no

Myte 2:

Alle grønnplanter er allergivennlige!

Fakta: Denne myten lever godt, men er ikke korrekt. Vi anbefaler at du leser listen over allergivennlige blomster og grener.

Om ikke så lenge vil boken *Gode råd er grønne* bli lagt ut digitalt på NFBIBs nettside. Nå finnes den på biblioteket og hos flere blomsterhandlere og privatpersoner (Ble trykket i 3000ex). I *Gode råd er grønne* vil du få kjennskap til hvilke grønnplanter som faktisk er allergivennlige.

Myte 3:

Klipp av toppen (blomsten) på julestjernen, da er den allergisikker!

Fakta: Denne myten er seiglivet. Beklageligvis vil dette ikke hjelpe alle som reagerer på julestjernen. Planten inneholder slimhinne- og hudirriterende stoffer. Selv om «toppen» av julestjerne er borte, vil planten fortsatt kunne gi allergi og overfølsomhetsreaksjoner.

Redaksjonen er avsluttet november 2023.

Det er ikke tillatt å kopiere fra dette dokumentet uten skriftlig tillatelse fra NFBIB.

Norsk Forum for Bedre Innemiljø for Barn

Stiftet 18.november 1996

post@nfbib.org

Org.nr 984 097 824