

Protocol

Veilig slapen en wiegendoodpreventie

Wat is wiegendood?

Het begrip wiegendood, ook wel 'Sudden Infant Death Syndrome' (SIDS), betekent een plotselinge en onvoorziene dood van een ogenschijnlijk gezond kind. Over de oorzaken van wiegendood is nog veel onduidelijk, maar door onderzoek weten we inmiddels veel over de omstandigheden waaronder wiegendood zich voordoet. De grootste risico groep zijn kinderen van nul tot twee jaar oud. Er zijn een aantal risicofactoren. Sommige daarvan zijn niet te beïnvloeden, zoals het mannelijke geslacht, vroeggeboorte, laag geboortegewicht, meerlingen of jeugdig moederschap, maar een heleboel factoren hebben we wel in de hand:

- slapen op de buik
- warmtestuwing
- onveilig bedmateriaal
- adembelemmering
- roken door de moeder

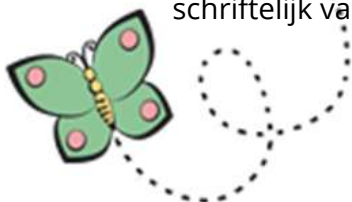
Helaas komt het in Nederland af en toe voor dat een baby tijdens kinderdagverblijf overlijdt onder het beeld van wiegendood. Aandacht voor preventie en voorzorgsmaatregelen kunnen het risico – dat in het bijzonder voor jonge baby's tussen de 3 en 9 maanden relatief hoger blijkt uit te vallen dan in thuissituaties – tot het uiterste beperken.

Bij Kinderdagverblijf Trots spannen we ons daarvoor in. Ouders van baby's ontvangen deze adviezen in de regel van consultatiebureau, verloskundigen of kraamzorg. Meer informatie over wiegendood kunt u vinden op: www.veiligheid.nl/kinderveiligheid/slapen/wiegendood

1. Wat kunnen wij doen om de veiligheid te bevorderen?

1.1. Baby op de rug laten slapen

- Een baby op de buik te slapen leggen maakt het risico van wiegendood wel vier tot vijf maal groter dan gemiddeld. Bij een verkouden baby nog iets meer. Wij leggen een baby nooit zonder schriftelijke toestemming van ouders op de buik.
- Wij wijzen ouders die iets anders willen eerst nadrukkelijk op de preventieadviezen. Willen zij desondanks dat hun baby in buikhouding slaapt, leggen wij deze opdracht schriftelijk vast, met redenen omkleed, en door de eindverantwoordelijke ouders



ondertekend. Kinderdagverblijf Trots heeft hier speciale formulieren voor. Deze formulieren worden ondertekend en bij het contract gevoegd.

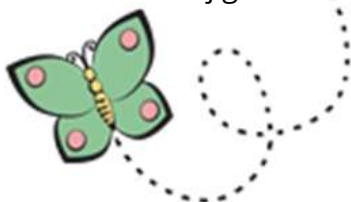
- Er zijn bepaalde (aangeboren) afwijkingen waarbij buik liggen wel wenselijk kan zijn. Ouders dienen dan een schriftelijke verklaring van hun arts te overleggen (kopie hiervan wordt in de map van het kind bewaard)
- Gemiddeld zijn baby's met vijf maanden in staat om zelf van rug naar buik en weer terug te draaien, maar sommigen zijn er pas met negen maanden aan toe. Doen zij dit uit hun zelf dan heeft het geen zin meer het kind terug te draaien op de rug.
- Omdat veranderingen in routine onmiskenbaar een risico verhogend effect hebben is het aan te raden om een baby die bij het slapen gaan aan een fopspeen (of iets anders) is gewend, die ook bij Kinderdagverblijf Trots consequent voor het slapen te geven. Wij gebruiken voor een fopspeen geen koord of lint dat langer is dan 10 centimeter. Dit om wurging te voorkomen.
- Wij laten baby's altijd minimaal 10 minuten "uitbuiken" na een fles. En goed boeren. Dit om eventueel te voorkomen dat een baby misschien stikt in omhoog komende voeding als zij op hun rug liggen in bed.

1.2. Voorkom dat een baby te warm ligt

- De factor warmtestuwing speelt een waarneembare rol onder de baby's die onder het beeld van wiegendood overlijden. Door koude overlijdt zelden een baby.
- Zo lang de voetjes (iets meer betrouwbaar dan het nekje) van een baby in bed prettig aanvoelen, heeft die het niet te koud. Een baby die zweet heeft het al gevaarlijk warm! Wij voelen regelmatig of de baby het niet te warm heeft.
- Wij zorgen dat het niet te warm is of wordt in de slaapvertrekken. De verwarming hoeft er niet vaak aan. De aanbevolen slaapkamertemperatuur is 15 tot 18 graden. Wij regelen dit met klimaatbeheersing.
- Leg een baby bij voorkeur te slapen in een slaapzak of onder een laken met een dekentjes die goed kunnen worden ingestopt. Maak het bedje zo op dat de baby met de voeten nagenoeg tegen het voeteneind ligt (dat heet laag opmaken).
- Wij gebruiken geen dekens maar slaapzakken voor kinderen onder de twee jaar.
- Wij combineren zomers geen slaapzak met ander beddengoed. En kleden de kinderen dan zoveel mogelijk uit in de slaapzak. In de winter moeten de kinderen een warme slaapzak van thuis meekrijgen.
- Wij laten een baby ook in principe niet met bedekt hoofd slapen! Dit doen wij alleen in hoge uitzondering als het kind buiten slaapt en het buiten zeer koud is. Wij houden dit kind dan extra in de gaten.

1.3. Zorg voor veiligheid in het bed

- Te zachte matrassen zijn blijkens vele onderzoeken een duidelijk verhoogd risico. Wij gebruiken in de bedjes goedgekeurde matrassen.



- Wij gebruiken nooit een kussen, een kussenachtige knuffel, zachte hoofd en zijwandbeschermers, zeiltjes, tuigjes, koorden of voorwerpen van zacht plastic in het bedje. Willen ouders dit wel dan moet zij dit aangeven op het toestemmingsformulier.
- We geven een fopspeen zonder koord.
- Wij ventileren slaapkamers goed door de deur altijd open te hebben van 's middags laat tot 's morgens vroeg. Tussendoor wordt er naar behoefte geventileerd (na gebruik).
- Het beddengoed wordt elke dag vervangen.
- We sluiten de sluiting van een dakje of spijlenhek goed af. Zorg dat er geen beddengoed tussen komt te zitten

1.4. Voorkom gezondheidsschade door (mee)roken

- Bij Kinderdagverblijf Trots wordt er binnen niet gerookt. Als er iemand komt werken die rookt wordt er na het roken grondig de handen gewassen.

1.5 Houd voldoende toezicht

- Wij kijken telkens als we een kindje naar bed brengt even in de andere bedjes. Wij houden nieuwkomers/ jonge baby's zoveel mogelijk extra in het oog. Er zijn sterke aanwijzingen dat veranderingen in omstandigheden en routine bij (jonge) baby's stress veroorzaken. De situatie tijdens kinderdagverblijf verschilt in vrijwel alle opzichten van die in het ouderlijk huis. Het is daarom verstandig om ouders van jonge baby's de gelegenheid te bieden om te komen wennen. Belangrijk is het hierbij dat ze tijdens deze wenmomenten een slaaperiode doormaken.
- Wij maken gebruik van een camerasysteem en babyfoon; zeker als er buiten wordt gespeeld of wanneer een leidster even elders moet zijn.
- Zeer jonge baby's laten wij bij voorkeur in de groep slapen (kinderwagen) om ze zo nog meer in de gaten te kunnen houden.
- Als er ondanks alle voorzorgen toch een baby in slechte conditie wordt aangetroffen, prikkel het kind dan door het aan te tikken en wat te bewegen en zie of het zich herstelt. Zo niet, sla dan alarm (112 bellen) en begin met reanimatie en mond op mondbeademing. De ouders worden gewaarschuwd en diegene die de ouders waarschuwt neemt contact op met de medische instanties. Het is van belang om van begin af aan feiten te noteren zoals het tijdstip, de omstandigheden en de betrokkenen.
- De ter hulp geroepen arts dient in het belang van het diagnostiek ook zo spoedig mogelijk de temperatuur van de baby op te nemen.

1.6 Slaapplekken



- Wij hebben 1 grote slaapkamer met 8 bedjes, 1 kamertje met 1 bedje en een kinderwagen. Op de andere groep maken we gebruik van stretchers. Alle slaapplekken voldoen aan het keurmerk veilig slapen.
- Wij maken gebruik van buiten bedjes. Deze zijn met de opening gericht naar het raam met daarachter de groepsruimte. Zo worden de kinderen zo nodig extra in de gaten gehouden. En er hangt een babyfoon (met alleen geluid). Ook gaan wij met regelmaat even kijken hoe het gaat met de kinderen die daar slapen.
- Het grote voordeel van buitenbedjes is dat de kans op warmtestuwing beperkt wordt en de zuurstof toevoer buiten altijd beter is.
- De bedjes staan in een beschutte schaduw plek.

2. Samenvatting

- Wij laten jonge baby's voorafgaand aan de plaatsing een aantal keer wennen om te wennen aan de veranderende omstandigheden en de nieuwe routine
- Wij houden jonge baby's tijdens het slapen extra goed in de gaten
- Wij controleren steeds alle kinderen als je er een naar bed brengt. Via camera en babyfoon worden de kinderen regelmatig gecontroleerd.
- Wij zetten de babyfoon aan.
- Wij zorgen dat de slaapkamer niet te warm is.
- Wij maken bij voorkeur geen gebruik van lakens of dekbedden. Dit kan enkel als daarvoor getekend is. Kinderen slapen (meestal) in een slaapzak van thuis.
- Wij halen kinderen uit bed wanneer ze wakker zijn.

3. Handelen in geval van calamiteit

- Blijf kalm
- Prikkel de baby, zonder heftig te schudden
- Roep de hulp in van een collega en achter vang.
- Bel direct 112
- Bij niet reageren volg advies 112 en start indien nodig reanimatie.
- Laat de directie waarschuwen
- Maak notities

Kinderdagverblijf Trots beseft dat in geval van overlijden nazorg voor de betrokken pedagogisch medewerkster, stagiaires en de ouders belangrijk is. Goede communicatie tussen alle betrokkenen staat daarbij voorop. In de eerste plaats hebben de ouders recht op volledig inzicht van notities en informatie.

Nazorg is van groot belang. Niet alleen voor ouders, maar ook voor de andere mensen in de kinderdagverblijf. Aandacht voor alle betrokkenen en openheid over de gang van zaken voorkomen dat het rouwproces extra wordt belast.





Stichting Onderzoek en Preventie Zuigelingensterfte kan adviseren en behulpzaam zijn bij nazorg. Meer informatie is te verkrijgen bij:

Stichting Wiegendood

Postbus 1008

2430 AA Noorden

Tel. 0172-408 271

E-mail www.stichting@wiegedood.nl

Websites: www.wiegedood.nl en www.veiligslapen.info



Toestemmingsformulier: veilig slapen (onder de 1,5 jaar)

Naam kind : _____

Geboortedatum kind : _____

Aanvinken wat van toepassing is:

- Kind mag op de buik of zij slapen
- Kind mag met een laken/ deken slapen
- Kind mag worden ingebakerd
- Kind mag direct na de voeding te slapen worden gelegd
- Kind mag in een kinderwagen bak op de groep slapen onder toezicht
- Kind mag in een buiten bedje slapen
- Kind mag met knuffel/doek slapen

Handtekening ouder(s) en/ of verzorger(s)

Handtekening leidster

Datum : _____



Deel 2 Protocol veilig slapen - buiten slapen

Uitgangspunt

In Scandinavische landen is het al heel lang gebruikelijk dat kinderen buiten slapen. In Finland is onderzoek gedaan naar de ervaringen met buiten slapen. De resultaten van dit onderzoek zijn, dat de kinderen beter en langer slapen, ze zouden fitter zijn en beter eten.

De frisse buitenlucht zou voor meer weerstand zorgen door een grotere opname van vitamine D. Kinderen die vaak verkouden zijn en last hebben van luchtweginfecties en/of allergieën zouden hierbij gebaat kunnen zijn.

Ook in het noorden van Nederland sliepen de kinderen in het begin van de vorige eeuw vaak buiten.

Kou is niet erg, daar worden de kinderen op gekleed: een dikke slaapzak en/ of deken naarmate de temperatuur lager is. Bij vorst krijgen de kinderen wanten aan en een muts op. Ook kunnen we gebruik maken van een speciale buitenslaapzak.

Bij dichte mist slapen de kinderen niet buiten. Door de lage luchtdruk is er een verhoogde kans op luchtvervuiling en dit zou schadelijk kunnen zijn voor de luchtwegen en de longen.

Momenteel zijn er steeds meer kinderdagverblijven, die de mogelijkheid bieden om kinderen buiten te laten slapen. Ook "Trots" heeft besloten deze mogelijkheid aan te bieden. Wij hebben hiervoor speciale veilige buitenbedjes aangeschaft, die voldoen aan de wettelijke normen.

Doelstelling

Het buiten slapen van kinderen dient bij te dragen aan een gezonde ontwikkeling van het kind, zowel fysiek als mentaal. Een kind moet het zelf als prettig ervaren en hun ouders moeten ervan overtuigd zijn dat dit goed is voor hun kind.

Voor het buiten slapen hanteren we de volgende regels:

Ouders moeten een toestemmingsformulier "veilig slapen" hebben ingevuld voor het slapen van hun kind in een buitenbed.

- Het buitenbed is zo geplaatst, dat er vanuit het gebouw ieder moment gekeken kan worden in het bed.
- Er gelden alle regels voor het veilig slapen (protocol veilig slapen en wiegendood) ook voor het buiten slapen.
- Het bed moet 1x per week grondig schoongemaakt worden van binnen en van buiten.
- Als er een defect is aan het bedje, dit direct melden bij de andere pedagogisch medewerker en overleggen of het nog gebruikt mag worden.
- Voordat je het bedje gebruikt, droog je de binnenkant met een droge doek.
- Er wordt ieder half bij het kindje gekeken.



- Het wel bevinden van het kind staat voorop. Als het kind niet goed of helemaal niet slaapt in het buitenbedje, slaapt het binnen.
- Het bedje wordt altijd uit de wind en de zon gedraaid.
- De voeten van de kinderen worden na het slapen gecontroleerd, heeft het kind koude voeten, dan moet het kind extra kleren aan. Heeft het kind zweetvoeten, dan moeten er kleren uit. Warmtestuwing is de belangrijkste oorzaak van wiegendood!

Voorwaarden voor weersomstandigheden:

- Als er zeer dichte mist is of onweer, mogen er geen kinderen in het buitenbedje slapen!
- Als het regent mogen kinderen in het buitenbedje slapen, mits de regen niet naar binnen valt.
- De baby's mogen buiten slapen tot maximaal 27 graden, daarna slapen zij binnen.
- Als het vriest leggen wij de kinderen ook niet buiten.
- De babyfoon geeft de buiten temperatuur aan.
- Bij warmer dan 24 graden slapen de kinderen alleen in een dunne slaapzak of alleen in een romper/ ondergoed.
- Bij ongeveer 20 graden slapen de kinderen met een normale slaapzak en een T-shirt of korte mouwen romper. (zie schema)
- Bij ongeveer 14 graden slapen de kinderen in de teddy slaapzak met lange mouwen samen met hun kleren. (zie schema)
- Bij 10 graden slaapt het kind in een winterslaapzak, alle kleren, met mutsje en deken.
- Bij 5 graden krijgt het kind een skipakje aan.



♥ SIZE













Bag 4 seasons
up to 100 cm
length adjustable at 74 cm



♥ TOG RATINGS

| Room temperature | TOG |
|------------------|-----|
| > 24 °C | 0.5 |
| > 21 °C | 1.0 |
| ♥ > 18 °C | 2.0 |
| ♥ > 16 °C | 2.5 |

♥ TOG ADVICE

| Temperature °C | Summer 0.25 TOG | Spring 0.5 TOG | Autumn 2.0 TOG | Winter 2.5 TOG |
|----------------|---|---|---|---|
| 24 - 27 |  | - | - | - |
| 21 - 23 |  |  | - | - |
| ♥ 18 - 20 |  |  |  | - |
| ♥ 16 - 18 | - |  |  |  |
| 14 - 16 | - |  |  |  |

