

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 risicogroep 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 vijfmaal groter dan gemiddeld. Bij een verkouden baby nog iets meer. Wij leggen een baby nooit op de buik of zij enkel op de rug



- Wij wijzen ouders die anders willen eerst nadrukkelijk op de preventieadviezen. Willen zij desondanks dat hun baby in buikhouding slaapt bijvoorbeeld op advies van een specialist dan leggen wij deze verklaring 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.
- 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 omhoogkomende voeding als zij op hun rug liggen in bed.
- Inbakeren doen wij niet. Als dit medische noodzaak is doen wij dit enkel tot de leeftijd dat het kind kan draaien. Hierna wordt het te gevaarlijk en baken wij niet meer in. Als er ingebakerd wordt dan wordt ook dit ondertekend op een formulier door de ouder/ verzorger.

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 kou 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/ airco.
- Leg een baby bij voorkeur te slapen in een slaapzak.
- 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 volgens 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. Enkel kleine knuffel doekjes mogen worden gebruikt.
- 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 ernaar behoeft 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 controleren elke keer als we een kindje naar bed brengt even de andere slapers. 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 slaapperiode doormaken.
- Wij maken gebruik van een camerasysteem en babyfoon; zeker als er buiten wordt gespeeld of wanneer een PP'er 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 de 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 soms gebruik van stretchers. Alle slaapplekken voldoen aan het keurmerk veilig slapen.
- Wij maken gebruik van meerdere 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. (Overige informatie over buiten slapen staat in het protocol buitenbedjes)
- De bedjes staan in een beschutte schaduwplek.

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.
- Nieuwe baby's slapen in het oog van de PP'er of er wordt vaker gecontroleerd.
- Wij zetten de babyfoon aan.
- Wij zorgen dat de slaapkamer niet te warm is.
- Wij maken geen gebruik van lakens of dekbedden onder de 2 jaar. Dit kan enkel als daarvoor getekend is. Kinderen slapen (meestal) in een slaapzak van thuis.
- Wij halen kinderen uit bed wanneer ze wakker zijn.
- Wij hanteren een apart protocol rondom het buiten slapen.

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 professional, 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 het 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 moet op de buik of zij slapen (graag toelichting waarom)
- ☐ Kind moet worden ingebakerd
- ☐ 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 PP'er

Datum : _____



Protocol buiten slapen

Uitgangspunt

⚡ Waarom buiten slapen?

Buiten slapen is een gewoonte die vooral in Noord-Europese landen zoals Denemarken en Zweden al generaties lang wordt toegepast. Wetenschappelijk onderzoek en praktijkervaringen tonen aan dat kinderen die buiten slapen:

- Dieper en rustiger slapen
- Een sterker afweersysteem ontwikkelen
- Minder vatbaar zijn voor verkoudheden en infecties
- Meer prikkelverwerking aankunnen dankzij frisse lucht en natuurlijke omgevingsgeluiden

Buiten slapen draagt dus bij aan **de gezondheid, rust en ontwikkeling** van jonge kinderen. 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. Uiteraard staat veiligheid altijd voorop. Daarom volgen wij onderstaand beleid.

Voor het buiten slapen hanteren we de volgende regels:

Om het buitenslapen voor jonge kinderen veilig te laten verlopen, hanteren wij de volgende richtlijnen:

Algemene voorwaarden:

- Kinderen slapen buiten alleen met schriftelijke toestemming van ouders.
- De slaapplek is beschut, droog, goed geventileerd en vrij van tocht.
- Elk kind wordt tijdens het slapen elke 10-15 minuten gecontroleerd.
- Kinderen worden aangepast gekleed op de weersomstandigheden (slaapzak, muts, handschoenen indien nodig).
- 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 professional en overleggen of het nog gebruikt mag worden.
- Voordat je het bedje gebruikt, droog je de binnenkant met een droge doek.
- 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.
- Een baby onder de 1 jaar mag niet langer als 3 uur achter elkaar buiten slapen.



Temperatuur grenzen:

Op de babyfoon kun je aflezen hoeveel graden het op dat moment buiten is. In het slaapkleding schema kun je zien wat het kind aan moet bij welke temperatuur.

Temperatuur Gebruik buitenbedjes

> 0 °C t/m
25 °C

Toegestaan, mits aan algemene voorwaarden voldaan is

0 °C tot -5 °C

Toegestaan, maar alleen met extra toezicht en warme kleding (muts, wanten, warme slaapzak)

< -5 °C

Niet toegestaan wegens risico op onderkoeling

> 25-28 °C

Alleen toegestaan met extra maatregelen: schaduw, luchtige kleding, voldoende vochtinname en regelmatige controle op oververhitting

Bij extreem
weer

Niet toegestaan bij regen, mist, harde wind, onweer of hittewaarschuwing (KNMI code oranje/rood)

Overig:

Het gebruik van buitenbedjes wordt dagelijks beoordeeld door het team op basis van temperatuur en weersomstandigheden.

Het beleid is afgestemd op adviezen van GGD, VeiligheidNL en RIVM.

Ouders moeten een toestemmingsformulier "veilig slapen" hebben ingevuld



Schema slaapkleding buiten

Bij gebruik onder de 10 °C:

Dikke slaapzak, Muts, wantjes, evt. wollen sokken. Geen losse dekens. Controleer of nekje warm maar niet klam is

SIZE

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

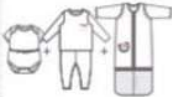
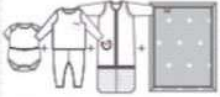
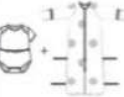


European design

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	-			

