



advies
en bemiddeling
in kinderopvang

J/M kinderopvang

Protocol Veilig slapen

Locatie:

Bergkampen 14

8326 AV

Sint Jansklooster

Doel van dit protocol

Door middel van dit protocol hanteren de medewerkers van J/M kinderopvang een eenduidige manier van werken rondom het slapen van onze baby's, dreumesen en peuters. Helaas komt het in Nederland af en toe voor dat een baby tijdens kinderopvang plotseling en onverwacht overlijdt, ook wel wiegendood genoemd. Dit komt zowel in kinderdagverblijven als bij gastouders voor.

De statistieken over een lange reeks van jaren tonen aan dat het opvolgen van de preventieadviezen leidt tot drastische verlaging van de incidentie van wiegendood. Aandacht voor preventie en voorzorgsmaatregelen kan het risico – dat in het bijzonder voor jonge baby's tussen 3 en 9 maanden relatief hoger blijkt uit te vallen dan in thuissituaties – tot het uiterste beperken. Niemand kan echter alle risico's uitsluiten.

Afspraken

Binnen J/M Kinderopvang moeten alle pedagogisch medewerkers, stagiaires en groepshulpen volledig op de hoogte zijn van de Veilig Slapen adviezen zoals gepubliceerd op de website en in de brochure van VeiligheidNL. Ouders ontvangen deze adviezen in de regel via het consultatiebureau (jeugdgezondheidszorg), verloskundigen of kraamzorg. De adviezen gelden voor de eerste twee levensjaren, maar op onderdelen kan een andere periode worden aangegeven.

Binnen onze opvang dient iedereen van de praktische preventieve maatregelen op de hoogte te zijn, ook stagiaires en invalkrachten. De houder ziet daar op toe. Op alle babyslaapkamers hangen ter herinnering de nodige instructies.

Wat kunnen wij doen om de veiligheid te bevorderen?

1. Kleding

Zorg ervoor dat de baby, dreumes of peuter gaat slapen in een romper of in een hemd en onderbroek. Dit is de basis. Er wordt gekeken welke temperatuur de slaapkamer heeft. Vervolgens wordt gekeken op het schema op bladzijde 6 of er aanvullende adviezen zijn! Alle haarelastiekjes, knipjes, kettinkjes, armbandjes of andere attributen worden verwijderd voor het slapengaan.

2. Leg een baby altijd op de rug te slapen

- Rugligging is de veiligste slaaphouding voor een baby. 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. Leg een baby ook niet één enkele keer op de buik te slapen, bijvoorbeeld omdat het kind alleen dan troostbaar lijkt. Als een baby niet gewend is aan buikligging is het risico namelijk veel groter. Er zijn helaas diverse voorbeelden dat zo'n uitzondering fataal afliep.

- Er zijn bepaalde, maar niet vaak voorkomende (aangeboren) afwijkingen waarbij buikligging (tijdelijk) wel wenselijk kan zijn. Vraag de ouders in zo'n geval om een schriftelijke verklaring van hun arts te overleggen en berg een kopie op in het dossier.

- Wijs ouders die zonder medische reden buikligging wensen, nadrukkelijk op de preventieadviezen. Willen zij desondanks dat hun baby in buikhouding slaapt (soms

hebben zij hun kind daar al aan gewend), en wil onze organisatie dat aanvaarden, leg deze opdracht dan schriftelijk vast, met redenen, en door de eindverantwoordelijke ouders ondertekend.

NB: Kiest een ouder wordende baby, die gezond is, in goede conditie en motorisch zo ontwikkeld dat vlot om en om draaien geen probleem is, regelmatig zelf voor op de buik slapen, dan is vasthouden aan steeds terugleggen op rug niet zinvol. De baby steeds terugdraaien zal dan telkens de slaap verstoren. 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. Let bij deze kinderen wel extra op de bedveiligheid!

- Er wordt een schriftelijke verklaring opgesteld door de houdster van J/M kinderopvang, wanneer ouders willen dat hun baby wordt gefixeerd/vastgelegd. Vraag naar de reden. Het vastleggen van baby's om rugligging te bevorderen wordt in Nederland afgeraden. Wordt fixeren bij uitzondering door een arts geadviseerd, dan dient het te gebeuren met een 'veilig geacht' hulpmiddel (bijvoorbeeld een slaapwikkel), consequent en elke keer weer uiterst zorgvuldig toegepast. Gebruik van stabilisatierolletjes, zijligkussentjes of -wigjes tijdens de slaap wordt afgeraden. Het vastleggen van kinderen ouder dan 9 maanden wordt ook afgeraden.
- Om vergissingen te voorkomen kan aan het bed van een baby die (om medische reden) op de buik slaapt een kaart met een grote letter B worden bevestigd. In geval van fixeren kan een letter F daarop attent maken.
- Omdat veranderingen in routine duidelijk een risico verhogend effect hebben, is het aan te raden om een baby die bij het slapen gaan aan een fopspeen is gewend, die ook in kinderopvang consequent voor het slapen te geven. Aanbevolen wordt het gebruik van een fopspeen na de leeftijd van 10 maanden af te bouwen. Gebruik voor een speen geen koord of lint dat langer is dan 10 centimeter. Een speen en/of een knuffel zijn toegestaan en wordt(en) alleen vlak voor het slapengaan gegeven. Direct na het opstaan wordt(en) de speen en/of de knuffel opgeborgen in het mandje van het desbetreffende kind.
- Gebruikt een baby medicijnen, vraag dan om het advies van de behandelend arts en ga na of is gecontroleerd op slaapverwekkende bijwerking.

Ad. Inbakeren

Als ouders een verzoek doen om hun baby op de door hen toegepaste wijze in te bakeren, dient allereerst te worden nagegaan of het inbakeren wordt gedaan in overleg met consultatiebureau- of kinderarts en of de juiste, veilige methode wordt toegepast, met goed materiaal en binnen veilige leeftijdsgrenzen.

Een baby die niet in goede conditie is of koorts heeft mag nóóit worden ingebakerd. Op verkeerde wijze of met ongeschikte middelen inbakeren kan risicovol zijn en de kans op het ontwikkelen van een heupafwijking bevorderen. Om de kans op een heupafwijking te verkleinen, moet een ingebakerde baby de benen kunnen spreiden en optrekken. Strikte leeftijdsgrenzen zijn van belang: een al wat oudere baby die er ingebakerd of losjes

ingepakt in slaagt om te draaien, belandt in een potentieel levensbedreigende situatie! Het actuele advies is om inbakeren bij voorkeur na de vierde maand af te bouwen en uiterlijk na de zesde maand te stoppen in verband met toenemende veiligheidsrisico's.

3. Voorkom dat een baby, dreumes of peuter te warm ligt

- Warmtestuwing is een risicofactor voor wiegendood. Let daarom goed op dat een baby niet te warm toedekt wordt. Baby's in de kinderopvang hebben binnen beslist geen mutsje nodig. De warmteregulatie gaat namelijk via het hoofd. Door koude overlijdt zelden een baby.
- Zolang het nekje van een baby in bed prettig (= lauw) aanvoelt, heeft deze het niet te koud. Een baby die veel transpireert heeft het te warm!
- Zorg dat het niet te warm is of wordt in de slaapkamers. De aanbevolen slaapkamertemperatuur is 16 tot en met 19 graden. In elke slaapkamer staat een babyfoon met een thermometer erop.
- Leg een baby/dreumes te slapen in een slaapzak (als de temperatuur dat toe laat). Kijk welke kledingmaat het kind heeft en pas de slaapzak hierop aan. Bij gebruik van een slaapzak is ander beddengoed niet toegestaan. De slaapzak wordt geleverd door J/M kinderopvang. Eigen slaapzakken zijn niet toegestaan.

Belangrijk: Laat een baby nooit met bedekt hoofd slapen!

4. Zorg voor veiligheid in het bed

- We gebruiken bedden die voldoen aan de wet. Een kinderwagenbak, Maxi-Cosi of hangmat is geen veilige slaappleaats! Baby's en kinderen die slapend worden gebracht, worden bij de overdracht direct naar een eigen bedje gebracht!
- De matrassen zijn stevig en vlak en passen goed in de bedjes.
- We gebruiken nooit een kussen, spuugdoekje, hydrofiele doek, een kussenachtige knuffel, zachte hoofd- en zijwandbeschermers, zeiltjes, tuigjes, speenkoorden of voorwerpen van zacht plastic in het bedje.
- Voor de kinderen vanaf 24 maanden wordt geen slaapzak meer gebruikt en geldt dat er gebruik gemaakt moet worden van laken en/of dekentjes. Maak het bed kort op: dat wil zeggen zo dat de voeten vrijwel tegen het voeteneinde liggen. Dit is bedoeld om te voorkomen dat het kind onder het beddengoed schuift. Vermijd ook het opvullen van ruimte aan het voeteneinde met dubbelgeslagen dekens of een kussen.
- De bedden worden wekelijks verschoond. De slaapzak, eventueel het laken, de molton én het hoelaken en 1 x per 4 weken ook de dekens. Bij ongelukjes worden de bedden direct verschoond, inclusief molton. Het matras wordt omgedraaid. Als het kind niet verder gaat slapen: maak het matras schoon en laat het drogen.

Zie voor de actuele adviezen inzake producten op de websites het overzicht 'Producten veilig of onveilig'.

5. Voorkom gezondheidsschade door (mee)roken

- Niet alleen voor wiegendood is roken een risicofactor. Rook kan een baby veel schade doen, met (levenslang) blijvende gevolgen. Daarom mag nergens binnen de gebouwen worden gerookt. Ook niet buiten op speelplaats in aanwezigheid van de kinderen.

6. Houd voldoende toezicht

- Kijk telkens als je een kindje naar bed brengt even in de andere bedjes.
- Houd 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 en slaapverstoring veroorzaken. De situatie tijdens kinderopvang 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 voorafgaand aan plaatsing enkele malen met hun baby op gewenningsbezoek (bij voorkeur met slaaperiode) te komen.
- Als permanent toezicht niet mogelijk is, is een zo kort mogelijke interval wenselijk. Kies het kortst haalbare interval, want een gevaarlijke situatie kan een baby heel snel fataal worden. Ga minimaal eens per half uur ter controle langs alle kinderen.
- Maak gebruik van de babyfoon; zeker als er buiten wordt gespeeld of wanneer een pedagogisch medewerker even ergens anders moet zijn.

De pedagogisch medewerkers zijn verantwoordelijk voor het toepassen van bovenstaande regels. Zij worden geacht eventuele problemen in de praktijk te signaleren. Van belangrijke gebeurtenissen (ongelukken of bijna-ongelukken) moeten zij de houder meteen op de hoogte stellen. Als er ondanks alle voorzorgen toch een baby in ogenschijnlijk slechte conditie wordt aangetroffen, prikkel het kind dan door het aan te tikken, de voetzolen te kietelen en het op te pakken en zie of het zich herstelt. Zo niet, sla dan terstond alarm (112 bellen) en begin met reanimeren. Roep andere medewerkers te hulp, bel de achterwacht, maar laat de overige kinderen niet zonder toezicht. De houder wordt gewaarschuwd en zij neemt contact op met de ouders.

Het is van belang om van begin af aan feiten te noteren zoals het tijdstip, de omstandigheden en de betrokkenen.

SAMENVATTING PREVENTIE MAATREGELEN

- Stel ouders met een jonge baby voorafgaand aan plaatsing enkele keren in de gelegenheid om hun kind aan de sterk veranderende omstandigheden en de nieuwe routine te laten wennen.
- Houd jonge baby's tijdens het slapen extra goed in de gaten.
- Leg een baby nooit op de buik te slapen, ook niet één keertje.
- Hang bij uitzonderingen (verklaring vereist) een bordje met een B of F aan het bedje.
- Controleer steeds alle kinderen als je er een naar bed brengt. Kijk als het niet vaker kan minimaal een keer per half uur.
- Zet altijd de babyfoon en de camera's aan.
- Maak het bedje laag op bij kinderen ouder dan twee jaar.
- Rook nooit in de (buurt van) de opvang.

Kamertemperatuur en TOG

Wat je je kindje in bed aantrekt, hangt af van de omgevingstemperatuur. Op een hete zomernacht is het natuurlijk anders dan op een koude winternacht. Kijk vooral goed naar je kind en luister naar je gevoel. En: voel de temperatuur van je kind.

Belangrijkste regel blijft: controleer het nekje van je kind. Voelt dit lauw aan, dan is het goed.

Stem de slaapmiddelen af op de slaapkamertemperatuur.

Je kunt onderstaande tabel als hulpmiddel gebruiken. Bedenk wel dat het ene kind het andere niet is en blijf dus voelen.

Bed procedure

Het kind wordt in een slaapzakje (onder de 2 jaar) in bed gelegd. Daarna wordt het hekje naar beneden geschoven en beide hendels worden omgedraaid, zodat het hekje is vergrendeld en het kind er niet meer uit kan vallen!

Bij het uit bed halen, worden beide grendels ontgrendeld en wordt het hekje met beide handen omhoog geschoven. Bij een beweeglijk en onrustig kind, kan één hand gebruikt worden om het hekje naar boven te krijgen en kan de andere hand gebruikt worden om het kind te kalmeren.

Vanwege het dakje op de bovenste bedden, mogen peuters hier ook nog slapen. Indien het kind te zwaar is om nog goed te kunnen tillen en in het bovenste bedje te krijgen, dan slaapt het kind in het onderste bedje.

De hekjes van de bedjes blijven, nadat het kind uit bed is gehaald, openstaan. Zo is in één oogopslag te zien dat er niemand slaapt.

Verschonen beddengoed

Aan het einde van de dag wordt het bed afgehaald als het kind die week niet nogmaals komt. Op een doordeweekse dag, dus ma-do, ook meteen weer opmaken voor een ander kind.

Op vrijdag worden alle bedjes afgehaald, matrasjes worden gelucht en op maandagochtend worden alle bedjes weer opgemaakt. Wat inhoudt dat de molton en het hoeslaken weer om het matras wordt gedaan.

TOG-waarde: hulpmiddel toedekken baby

Hoe warm een slaapzak, deken of kledingstuk is, wordt uitgedrukt in TOG (Thermal Overall Grade). veel producten wordt geen TOG-waarde aangegeven. Schat daarom zelf in of het kind een laagje meer of minder nodig heeft, door te voelen aan het nekje. Voelt het kind te warm of te koud, dan kan onderstaande tabel helpen om de situatie aan te passen. Deze is bij een aantal producten te vinden op het label in de slaapzak.

Rompertje zonder mouwen	0.2 TOG
Rompertje met mouwen	0.5 TOG**
Laken	0.2 TOG
Deken (1 laag)	1.5 TOG
Dunne slaapzak	0.5-1.0 TOG
Dikke slaapzak	2.5-3.5 TOG

Slaapkamer Temperatuur	Toevoegen aan TOG	Jonger dan 2 jaar	2 Jaar en ouder
< 16 °C	4,0	Romper met lange mouw + winterslaapzak zonder mouw	Romper met lange mouw + laken + twee à drie lagen dekontjes
16-19 °C	2,5	Romper (lange mouw) + slaapzak zonder mouw	Romper (met lange mouw) + laken + één à twee dekontjes
20-22 °C	2,0	Romper (korte mouw) + slaapzak zonder mouw	Romper/ondergoed + laken + één dekontje
23-25 °C	1,0	Romper + zomerslaapzak	Romper/ondergoed + laken
>26 °C	0,5	Alleen romper	Alleen romper/ondergoed

P.S. een dubbelgeslagen dekontje telt voor 2 x de TOG-waarde

HANDELEN IN GEVAL VAN CALAMITEIT

- Blijf kalm.
- Prikkel de baby (zonder krachtig te schudden, ondersteun het hoofdje!).
- Roep de hulp in van collega's.
- Bel direct 112.
- Pas bij niet reageren op prikkelen mond-op-mondbeademing toe en daarna hartmassage.
- Maak notities.

Aanbevolen wordt om in geval van plotseling en onverwacht overlijden daarvan binnen enkele dagen tevens melding te maken aan de Landelijke Werkgroep Wiegendood via het speciale meldnummer: 06 – 51 29 37 88. Uiteraard alleen met toestemming van de ouders. Een arts van de werkgroep kan adviseren over de mogelijkheden van nader (medisch) onderzoek en extra begeleiding bieden.

Raadzaam is om in alle omstandigheden zo spoedig mogelijk en zo volledig mogelijk te noteren. Veel gegevens zijn essentieel of van groot belang om naderhand bij te dragen aan het zoeken naar een oorzaak.

Noteer t.b.v. een op te stellen observatieverslag: tijdstip van de gebeurtenis, de aangetroffen situatie in het bedje, de houding van de baby, de kleding en de temperatuur (ook die van de baby). Maak eventueel foto's.

De houder beseft dat in geval van overlijden nazorg voor de ouders, de betrokken pedagogisch medewerker en collega's heel belangrijk is. Goede communicatie tussen alle betrokkenen staat daarbij voorop. In de eerste plaats hebben de ouders recht op volledig inzicht.

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

De Expertisegroep Wiegendood, van de Nederlandse Vereniging voor Kindergeneeskunde, kan advies geven en behulpzaam zijn bij de nazorg (tel. 06 – 51 29 37 88).

Op de website <https://www.veiligheid.nl/kinderveiligheid/slapen> vindt je informatie over veilig slapen, babyproducten en antwoorden op veel gestelde vragen.

Voor contact met een deskundige gaat u naar:

<https://www.veiligheid.nl/organisatie/contact>

HANDELEN IN GEVAL VAN CALAMITEIT

- Blijf kalm.
- Prikkel de baby (zonder krachtig te schudden, ondersteun het hoofdje!).
- Roep de hulp in van collega's.
- Bel direct 112.
- Pas bij niet reageren op prikkelen mond-op-mondbeademing toe en daarna hartmassage.
- Maak notities nadat hulpverlening is gearriveerd of vraag een collega om notities te maken.