



## Protocol Hitte

Locatie:

Bergkampen 14 / Kadoelen 27

8326 AV / 8326 BA

Sint Jansklooster

## **Doel van dit protocol**

In Nederland kan het in de zomer erg warm worden en dit heeft ook gevolgen voor de binnentemperatuur. De ideale binnentemperatuur ligt tussen 18°C en 22°C. In de zomer mag de binnentemperatuur van het kinderdagverblijf en de BSO tot ongeveer 27°C stijgen, liever niet hoger.

Per ruimte kan de temperatuur verschillen, daarom is het verstandig om in iedere groeps- en slaapruijnte een thermometer te hangen. Plaats deze niet direct in de zon en buiten het bereik van kinderen.

Kinderen zijn kwetsbaar voor hitte, omdat ze niet altijd zelf acties ondernemen als ze het te warm krijgen. Het risico tijdens hitte bij jonge kinderen wordt vooral bepaald door het gedrag van verzorgers. Het is aan hen om ervoor te zorgen dat kinderen niet te warm gekleed zijn, niet verbranden, meer te drinken krijgen en rustiger aan doen.

Baby's hebben het eerste halfjaar moeite om hun eigen lichaamstemperatuur te regelen, let hier dus extra op!

## **Maatregelen bij hitte**

Het is belangrijk dat we maatregelen nemen om de risico's tijdens hitte te verkleinen en om extra maatregelen te nemen als het buiten warmer is dan 28°C en/of binnen warmer dan 25°C.

## **Wanneer er hitte wordt verwacht, informeren we de ouders over ons hitteprotocol!**

### **De maatregelen die we extra of preventief nemen voor de binnenruimte zijn:**

- Preventief plaatsen we zonwering voor ramen waar de zon op staat en gebruiken die ook.
- We zorgen voor voldoende schaduw op de buitenspeelruimte door middel van schaduwdoek, zodat de binnenruimte minder / geen direct zonlicht binnenkrijgt.
- Op erg warme dagen zetten we zo min mogelijk lampen en apparaten aan.
- We ventileren zoveel mogelijk 's nachts door de ventilatoren hoger te zetten, mits het 's avonds en 's nachts kouder wordt dan de binnentemperatuur op dat moment is.
- Ramen alleen open op de noordkant, mits de temperatuur daar lager is.
- We gebruiken ventilatoren/airco's als de temperatuur in de ruimtes boven de 25°C uitkomt.
- Ramen en deuren worden wijd opgezet wanneer dit verkoelend is.

### **Maatregelen die we nemen met betrekking op de baby's en kinderen:**

- We letten er extra op dat de kinderen niet te warm worden.
- Er wordt extra water / drinken aangeboden.
- We laten de kinderen buiten blijven als het daar koeler is dan binnen (maar voorkomen blootstelling aan direct zonlicht tussen 11.00 en 16.00 uur).
- We smeren alle kinderen, die naar buiten gaan, in met zonnebrand factor 50. Ook als ze in de schaduw spelen.
- We doen geen spelletjes waarvan kinderen het te warm krijgen.
- We gaan extra kijken bij slapende kinderen.
- We hanteren het Protocol Veilig slapen.
- Bij twijfel, kijk op het schema en handel naar een hogere temperatuur en niet de actuele temperatuur. De temperatuur gaat naar alle waarschijnlijkheid verder stijgen.
- We controleren de temperatuur van de slaapkamertjes meerdere keren per dag, in ieder geval vlak voor het naar bed gaan. We lezen dit af van de babyfoons.
- Op basis van de temperatuur en het protocol preventie Wiegendood gebruiken we de juiste slaapmiddelen. We houden rekening met stijgende temperaturen in de slaapkamers.

### **Maatregelen die we nemen met betrekking op voeding en hygiëne:**

- Bij flesvoeding of borstvoeding kan extra water worden toegevoegd.
- Restjes bereide flesvoeding of opgewarmde borstvoeding worden direct weggegooid.
- Restjes fruit worden niet bewaard, maar direct weggegooid.
- De koelkast wordt zo min mogelijk gebruikt en zo kort mogelijk geopend. De temperatuur mag maximaal 4°C op het kinderdagverblijf en maximaal 7 °C op de BSO worden.
- Boodschappen uit het koelvak worden vervoerd in een koeltas.
- Koelverse boodschappen gaan direct in de koelkast.
- We letten extra op spuug- en vaatdoekjes, hand- en theedoeken. Deze laten we eerst goed opdrogen, voordat ze in de was worden gedaan.

### **Waarom kan je zien dat een kind het te warm heeft?**

Kinderen worden sneller vermoeid, klagen over hoofdpijn en krijgen concentratieproblemen. Soms gaan ze sneller ademen, lijken ze benauwd. In ernstige situaties kan het lichaam uitdrogen en oververhit raken door verlies van teveel vocht en een stijgende lichaamstemperatuur.

Wees extra alert op uitdroging bij kinderen bij de volgende symptomen:

- Overvloedig zweten.
- Droge mond.
- Minder naar de wc gaan/minder plasluiers of luiers met donkergekleurde urine.
- Duizeligheid, misselijkheid, braken of spierkrampen.
- Huid op handjes die lijken op oma's handen, vel blijft staan.
- Huilen, in ernstige gevallen zonder tranen
- Verminderde lichamelijke activiteit, lusteloosheid of slaperigheid, in het meest ernstige geval raken kinderen bewusteloos.

Vertoont een kind één of meerdere verschijnselen, handel dan als volgt:

- Breng het kind dan naar een koele plek
- Laat het water drinken, als het daar nog toe in staat is.
- Leg een natte doek in de nek
- Sproei het kind nat
- Leg een koud washandje op de polsen
- Bel ouders als je je zorgen maakt

Bel 112 bij ernstige klachten en/of als de situatie niet verbetert.

**Gebruik je gezonde verstand en let goed op het kind.**

**Houd kinderen uit de buurt van ventilatoren en plaats airco's niet met de luchtstroom gericht op de speelplaatsen / boxen.**

## Tips bij hitte

### Informereren ouders

Vertel ouder(s) bij binnenkomst dat het protocol Hitte in werking is gezet en dat we ze kunnen bellen als hun kind onvoldoende drinkt en we ons hierover zorgen maken.

- Verzoek ouders om extra alert te zijn op gekoeld vervoer van (borst-)voeding en vraag ouders om een extra portie voeding mee te geven.

### Drinken/eten

- Bied de kinderen vaker drinken aan, bij voorkeur water. Het is belangrijk om te drinken voordat kinderen dorst krijgen. Houd daarom in de gaten dat de kinderen ook daadwerkelijk drinken en hoeveel de kinderen opdrinken.
- Dát kinderen drinken is belangrijker dan wat ze drinken. Wissel af met ranja of geef een kopje afgekoelde bouillon om ook het verlies van mineralen en zouten te compenseren.
- Om de allerkleinsten genoeg te laten drinken kun je extra water toevoegen aan melkproducten. Ook groenten en fruit met veel vocht kan gegeven worden. Komkommer, watermeloen of tomaat.
- Wil een baby niet drinken en maak je je zorgen, neem dan contact op met de ouder(s).
- Gooi bereidde voeding direct weg als het kind niet meer wil drinken.

### Activiteiten binnen/buiten

- Plan geen intensieve beweegactiviteiten, pas het spel aan. Zoek een koele(re) plek op, in of rond het gebouw.
- Laat kinderen niet in de volle zon spelen
- Smeer kinderen die buiten spelen ieder half uur in met zonnebrand factor 50.
- Zoek verkoeling door middel van waterspelletjes. Vul GEEN badje in verband met verdrinkingsgevaar. Vul emmertjes met koud water en zet deze in de schaduw.
- Gebruik geen waterslang die al geruime tijd niet gebruikt is en in de volle zon ligt. Het water hiervan is dan flink opgewarmd en hierdoor kan een kind brandwonden oplopen. Controleer het water voordat de slang op kinderen wordt gericht.
- Blijf binnen tussen 11 uur en 16 uur, in geval van extreme hitte kan eerder naar binnen gaan noodzakelijk zijn.
- Zorg dat kinderen zoveel mogelijk spelen in de gecreëerde schaduw of onder de schaduw van de bomen.