



# Protocol veilig slapen

Versie april 2021

## Inhoud

Inleiding.....	3
1. De risicofactoren .....	4
Verzorgingsfactoren .....	4
Kindfactoren .....	4
Ouderfactoren .....	4
2. De preventieregels .....	5
Slapen op de rug.....	5
Fixatie en inbakeren .....	5
Voorkomen dat de baby te warm ligt .....	5
Veiligheid in de wieg of het bed .....	6
Voldoende toezicht .....	6
Rust en regelmaat .....	6
Geen gebruik van medicatie met slaapverwekkende bijwerking .....	7
Voorkomen van gezondheidsschade door meeroken.....	7
3. De stappen wanneer het mis lijkt te gaan.....	8

## Inleiding

Helaas kan het voorkomen dat een baby overlijdt onder het beeld van wiegendood (sudden infant death syndrome ofwel SIDS). Onder wiegendood wordt verstaan: het onverwacht en plotseling overlijden van een ogenschijnlijk gezonde baby. Ook op het kinderdagverblijf bestaat de kans op het overlijden van een baby door wiegendood. Wiegendood doet zich vrijwel altijd voor in het eerste levensjaar van een kind. Maar ook kinderen tussen het eerste en tweede levensjaar overlijden soms aan wiegendood. Helaas is het risico op wiegendood niet volledig weg te nemen, maar met aandacht voor de preventie en de juiste voorzorgsmaatregelen kan het risico wel worden beperkt. Door middel van verschillende grote studies op het gebied van wiegendood is er de afgelopen jaren veel geleerd over de omstandigheden waaronder wiegendood zich voordoet. Hierdoor kan er een goede risicoanalyse gemaakt worden en veel van deze risico's zijn te verkleinen.

In dit protocol lees je over de risico's die bestaan, wat Prins Heerlijk doet om deze risico's zo minimaal mogelijk te maken en hoe pedagogisch medewerkers dienen te handelen wanneer een kind in (zeer) slechte conditie wordt aangetroffen. Dit protocol is o.a. gebaseerd op de LSA, ofwel Landelijke Samenwerking Afspraak preventie van wiegendood, te vinden op de website van het NCJ (Nederlands Centrum Jeugdgezondheid).

## 1. De risicofactoren

De risicofactoren zijn te onderscheiden in drie categorieën, namelijk de verzorgingsfactoren, de kindfactoren en de ouderfactoren. Voornamelijk op de verzorgingsfactoren kunnen pedagogisch medewerkers invloed uitoefenen zodat het risico op wiegendood zo klein mogelijk is. Hieronder worden de verschillende risicofactoren benoemd. In het volgende hoofdstuk gaan we verder in op de preventieregels m.b.t. de te beïnvloeden risicofactoren.

### Verzorgingsfactoren

Tot de risicofactoren die te maken hebben met de verzorging van een kind, behoren:

- Het slapen op de buik
- Warmtestress
- Onveilig bed of bedmateriaal
- Een gebrek aan toezicht
- Het gebruik van een fopspeen
- Verandering in de dagelijkse routine
- Stress
- Het gebruiken van medicijnen met slaapverwekkende (bij)werking

### Kindfactoren

De risicofactoren die behoren bij het kind en waar ouders geen invloed op kunnen hebben zijn:

- Het kind is van het mannelijke geslacht.
- Vroeggeboorte en/of een laag geboortegewicht
- Het kind is van een meerling
- Stofwisselingsziekten (hier kan op worden gereageerd mits het bekend is en door een arts wordt onderkend)

### Ouderfactoren

Tot de risicofactoren waarvan ouders/verzorgers de veroorzaker zijn en die voorkomen kunnen worden, behoren:

- Roken, zowel voor de geboorte als na de geboorte in aanwezigheid van de baby
- Het gebruiken van drugs
- De (jonge) leeftijd van moeder
- Het geven van kunstvoeding

## 2. De preventieregels

De volgende afspraken en regels zijn gemaakt om de kans op wiegendood op Prins Heerlijk te minimaliseren. Bij het maken van beslissingen m.b.t. het slaapritueel van kinderen wordt verwacht dat pedagogisch medewerkers rekening houden met alle gezondheidsrisico's. Dit kan betekenen dat de pedagogisch medewerker, wanneer het gaat om preventie van wiegendood, voor het ene kind andere keuzes maakt dan voor het andere kind. Stress bij een baby is bijvoorbeeld een factor die kan dwingen tot andere keuzes, dan bij andere baby's.

### Slapen op de rug

Het veiligst is om een baby op de rug te slapen te leggen. Het slapen op de buik of in de zijligging is namelijk één van de belangrijkste risicofactoren van wiegendood. Bij Prins Heerlijk leggen wij kinderen daarom ten alle tijden op de rug te slapen, ook wanneer hij hevig huilt of ontroostbaar is. Baby's die in hun slaap naar de zij of buik draaien worden voorzichtig weer terug naar hun rug gedraaid. Er bestaan echter enkele medische redenen om een uitzondering hierop te maken. Alleen op basis daarvan kunnen baby's op Prins Heerlijk op de buik of zij te slapen worden gelegd. Hiervoor dienen ouders een getekende verklaring van een medisch specialist (hier valt de huisarts of het consultatiebureau niet onder) te kunnen tonen. Prins Heerlijk bewaart (een kopie van) de getekende verklaring op de locatie. In de schriftelijke verklaring dient duidelijk te staan waarom van de preventieadviezen afgeweken dient te worden. Daarnaast dienen ouders ook zelf een schriftelijke verklaring te tekenen. Zodra een kind zich vlot om en om kan draaien en bij het slapen zelf kiest voor de buikligging, draaien we het kind niet meer terug.

### Fixatie en inbakeren

Prins Heerlijk kiest ervoor kinderen in principe niet te fixeren of in te bakeren. Ook dit verhoogt namelijk de kans op wiegendood. Echter het inbakeren kan door een medisch specialist of arts worden geadviseerd. Ouders dienen hiervoor een schriftelijke verklaring te tekenen, welke wordt bewaard op de locatie. Ook dienen ouders een schriftelijke verklaring van hun arts of het consultatiebureau aan te dragen. Als laatste is het noodzakelijk dat ouders ervoor zorgen dat de pedagogisch medewerkers een goede en volledige instructie ontvangen van de juiste manier van inbakeren. Wanneer een baby niet in goede conditie verkeert wordt het nooit ingebakerd. Het desbetreffende kind wordt niet meer ingebakerd wanneer het heeft leren rollen. Wanneer een baby zich weet om te draaien, terwijl hij of zij ingebakerd ligt, verkeert deze direct in een levensbedreigende situatie!

### Voorkomen dat de baby te warm ligt

Om te voorkomen dat een baby te warm ligt en er warmtestress of warmtestuwing kan ontstaan hanteren wij op Prins Heerlijk de volgende afspraken:

1. De temperatuur van de slaapkamer op de babygroep wordt altijd tussen de 15 en de 18 graden gehouden. Wanneer temperaturen laag zijn, vaak gedurende de winter, wordt de slaapkamer van tevoren verwarmd zodat deze voordat de kinderen naar bed gaan de juiste temperatuur heeft. Bij een te warme kamer kan er worden geventileerd door het raam open te zetten voor verkoeling en kan er gebruik worden gemaakt van een ventilator, welke uiteraard niet gericht staat op de kinderen. Bij extreem hoge temperaturen buiten kan er gekozen worden om de kinderen zonder slaapzak te laten slapen.
2. Op de babygroep van Prins Heerlijk wordt geen gebruik gemaakt van dekbedjes of dekens. Deze zijn vaak te warm en daardoor riskant voor kinderen tot twee jaar. Bovendien kan een deken of dekbed losraken en daardoor gemakkelijk over het gezicht van de baby terecht komen. Prins Heerlijk maakt op de babygroep gebruik van slaapzakken/trappellzakken. Prins Heerlijk heeft speciale winterslaapzakken en zomerslaapzakken die verschillend zijn van dikte.

3. Kinderen worden nooit in te warme kleding of met mutsjes en sjaals te slapen gelegd. De lichaamstemperatuur van een baby wordt voornamelijk gereguleerd via het hoofd en door het gebruik van een mutsje kan een baby gauw te warm worden.
4. Kinderen met verhoging worden extra in de gaten gehouden bij het slapen op de slaapkamer. Kinderen met koorts boven de 38,5°C worden niet meer op de slaapkamer te slapen gelegd, en dienen opgehaald te worden door de ouders/verzorgers.

### Veiligheid in de wieg of het bed

Om de veiligheid in de wieg of het bed te waarborgen worden er, naast de afspraken over het inbakeren en buikslapen, de volgende afspraken gehanteerd:

1. In het bedje wordt nooit gebruik gemaakt van een kussen, kussenachtige knuffel, hoofd- of zijwandbeschermers, koorden (dus ook geen speenkoorden langer dan 10 cm), tuigjes of voorwerpen van zacht plastic.
2. De bedden en wiegen voldoen aan de veiligheidseisen gesteld door de GGD. Dit betekent dat wij geen volledig afgesloten bedden gebruiken (anders kunnen kinderen te weinig zuurstof krijgen) en dat er een dusdanige afstand tussen de spijlen van de bedjes bestaat dat armpjes en beentjes niet vast kunnen komen te zitten. Ook de matrassen zijn van de juiste dikte.
3. Een kindje wordt nooit te slapen gelegd in kleding waarop capuchons, koordjes of losse knoopjes bevestigd zijn.
4. Alle kinderen die slapen in de slaapkamer worden iedere 15 minuten gecontroleerd. Daarnaast maken we gebruik van een babyfoon met camera gericht op het hangwiegje in de slaapkamer.

### Voldoende toezicht

Met voldoende toezicht kan worden voorkomen dat een pedagogisch medewerker er (te) laat bij is wanneer kinderen niet veilig slapen in bed. Bij het controleren let de pedagogisch medewerker erop dat:

- De kinderen goed ademen
- De luchtwegen vrij zijn
- De temperatuur van het kindje normaal is (voelen aan de voetjes of het nekje)
- De slaaphouding juist is

Om voldoende toezicht te waarborgen worden de volgende afspraken gehanteerd:

1. Pedagogisch medewerkers controleren de kinderen op de slaapkamer iedere 10 minuten. Hiervoor kunnen zij een aftekenlijst en wekker gebruiken.
2. Wanneer er baby's op de slaapkamer (gaan) slapen staat de babyfoon altijd aan. Door de babyfoon kunnen pedagogisch medewerkers de baby's ten alle tijden goed horen, maar de babyfoon is ook voorzien van een camera gericht op het hangwiegje in de slaapkamer. Middels de babyfoon is er ook de mogelijkheid een rustgevend muziekje af te spelen, wanneer kinderen dit fijn vinden.
3. Wanneer kinderen lichte koorts hebben worden zij extra in de gaten gehouden. Kinderen met koorts boven de 38,5°C worden niet meer in de slaapkamer te slapen gelegd.

### Rust en regelmaat

Verandering in de (slaap)routine kunnen een risico verhogend effect hebben doordat deze stress veroorzaakt. Het is daarom aan te raden de routine en rituelen van thuis zo veel mogelijk ook op het kinderdagverblijf aan te houden. Wanneer kinderen thuis gewend zijn te slapen met een fopspeen en/of knuffel, is het verstandig deze ook te gebruiken op het kinderdagverblijf. Vaak wordt na de leeftijd van 10 maanden wel aangeraden het gebruik van een fopspeen af te bouwen. Om het stressniveau van baby's zo laag mogelijk te houden besteden we ook extra aandacht aan baby's

gedurende de wenperiode. Het is van belang dat de overgang van thuis naar het kinderdagverblijf zo rustig mogelijk verloopt. Ouders krijgen de mogelijkheid hun kindje een halve dag te laten wennen op het kinderdagverblijf. Afhankelijk van de behoeften van het kind, kan een langere wenperiode worden afgesproken. Zie voor een uitgebreidere uitleg van het wenproces het “Algemeen pedagogisch beleidsplan” van Prins Heerlijk. Tijdens de wenperiode worden de individuele (slaap)behoeften van een baby goed geobserveerd. Als laatste is het van belang dat de pedagogisch medewerkers op de hoogte zijn van gebeurtenissen die invloed kunnen hebben op het slapen van een baby zoals een druk weekend, vakantie of een verhuizing.

### Geen gebruik van medicatie met slaapverwekkende bijwerking

Pedagogisch medewerkers dienen nooit zomaar geneesmiddelen toe bij baby's en kinderen. Wanneer ouders vragen medicijnen te geven aan hun baby, dienen zij hiervoor een verklaring te ondertekenen waarop onder andere vermeld staat hoe, wanneer, hoeveel en hoe vaak het medicijn gegeven dient te worden. Geneesmiddelen worden altijd gecontroleerd op een slaapverwekkende bijwerking omdat deze niet worden toegediend. Daarnaast dient de ouder eerst zelf het medicijn te hebben toegediend om eventuele bijwerkingen al in zicht te hebben. Koortsverlagende middelen, zoals paracetamol, onderdrukken de natuurlijke reactie van het lichaam op een virus of infectie. Hierdoor is er geen goed beeld van de ziekte en de ernst. Prins Heerlijk kiest er daarom voor deze middelen alleen bij uitzondering toe te dienen, op doktersrecept voor bijvoorbeeld pijnbestrijding.

### Voorkomen van gezondheidsschade door meerooken

Gezondheidsschade kan o.a. veroorzaakt worden doordat moeder tijdens de zwangerschap rookt, maar ook het roken in het bijzijn van de baby kan hiertoe leiden. Op het gehele terrein van Prins Heerlijk en in het gebouw is het daarom niet toegestaan te roken.

### 3. De stappen wanneer het mis lijkt te gaan

Als er ondanks alle voorzorgen toch een baby in ogenschijnlijk slechte conditie wordt aangetroffen, dient de pedagogisch medewerker de volgende stappen te ondernemen:

1. Prikkel het kindje door het aan te tikken, de voetzolen te kietelen en/of het op te pakken (zonder krachtig te schudden) en kijk of het kindje zich herstelt.
2. Zo niet, sla dan direct alarm (112 bellen) en begin met reanimeren. Hierbij is het van belang kalm te blijven en actief te handelen. Er kan namelijk sprake zijn van een ALTE (apparent life threatening event = ogenschijnlijk levensbedreigende gebeurtenis), die ten goede kan worden gekeerd.
3. Roep om hulp, maar laat andere kinderen niet zonder toezicht. De leidinggevende dient ook te worden gewaarschuwd en zij neemt contact op met de ouders en medische instanties.
4. Het is van belang om van begin af aan feiten te noteren zoals het tijdstip, de omstandigheden en de betrokkenen. De te hulp geroepen arts dient in het belang van de diagnostiek ook zo spoedig mogelijk de temperatuur van de baby op te nemen.

Wanneer deze situatie zich voordoet en een baby zelfs komt te overlijden beseft Prins Heerlijk zich maar al te goed dat nazorg voor de ouders en de medewerkers van cruciaal belang is. Goede communicatie, aandacht voor alle betrokkenen en openheid over de gang van zaken staan voorop en voorkomen dat het rouwproces extra wordt belast. Prins Heerlijk ziet erop toe dat de nazorg in goede banen wordt geleid.