

Veilig slapen

De slaapplek van een jong kind moet een veilige en schone plek zijn, waar hij uit kan rusten van alle indrukken om daarna met nieuwe energie weer op ontdekkingstocht te gaan. In dit protocol is verwerkt hoe er op kinderdagverblijf Jannekes Trots wordt omgegaan met slapen.

Hierbij zijn maatregelen genomen om de kans op ongevallen te verkleinen. Deze zijn gebaseerd op de richtlijnen van de GGD en het 'protocol wiegendood'. Hoewel het risico op wiegendood klein is, zijn er maatregelen genomen om deze kans nog kleiner te maken. Indien er op verzoek van ouders afgeweken wordt van de richtlijnen in dit protocol, dienen zij hier schriftelijk toestemming voor te geven. Afwijkende slaapgewoonten worden omschreven bij de gegevens van het kind en voorzien van een handtekening van de ouder. In dit protocol worden de volgende onderwerpen beschreven: slaaphouding, slaapplek, slaapomstandigheden, de slaapruijnte en een aantal aanvullende maatregelen.

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. In overleg met praktijkdeskundigen is speciaal voor kinderopvang dit protocol ontwikkeld. De basis hiervoor is de door de NVK (Nederlandse Vereniging voor Kindergeneeskunde), AJN (Artsen Jeugdgezondheidszorg Nederland), RIVM (Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu), VeiligheidNL en het Nederlands Centrum Jeugdgezondheid (NCJ) ondersteunde [landelijke richtlijn Preventie Wiegendood](#). Actuele wetenschappelijke onderzoeksbevindingen kunnen leiden tot aanvulling van dit protocol.

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

Bij Jannekes Trots moeten alle professionele verzorgers 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 ons kinderdagverblijf dient iedereen van de praktische preventieve maatregelen op de hoogte te zijn, ook stagiaires en invallers. Zodra er een nieuwe medewerker of stagiaire bij ons start leest zij hierover in middels de inwerkmap waaraan onze protocollen veilig slapen is toegevoegd. Als mede de verwijzingen naar de website, de protocollen en richtlijnen van VeiligheidNL.

4. Slaaphouding

- 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 toestemmingsverklaring in te vullen. Zie bijlage 1.
- 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 omkleed, 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!

- Stel ook een schriftelijke verklaring op, 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 slaapwikkeltje), consequent en elke keer weer uiterst zorgvuldig toegepast. Gebruik van stabilisatirolletjes, 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 dit gebeurd bij ons in overleg met de ouder en Janneke.
- 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.
- Gebruikt een baby medicijnen, vraag dan om het advies van de behandelend arts en ga na of is gecontroleerd op slaapverwekkende bijwerking.

Inbakeren

Als ouders een verzoek doen om hun baby op de door hen toegepaste wijze in te bakken, 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.

Over inbakeren bestaat in Nederland geen consensus. De jeugdgezondheidszorg hanteert de [multidisciplinaire richtlijn Excessief huilen](#) met het uitgangspunt dat inbakeren kan worden overwogen, als regelmaat, voorspelbaarheid en prikkelreductie onvoldoende effect hebben. Het inbakeren gaat dan samen met regelmaat, voorspelbaarheid en prikkelreductie. In deze richtlijn is precies omschreven wanneer en hoe veilig en verantwoord kan worden ingebakerd en wanneer het moet worden ontraden.

2. Voorkom dat een baby 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 of bij de gastouder 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!
- Leg een baby bij voorkeur te slapen in een babyslaapzak (trappelzak) en maak het bedje laag op met een goed ingestopt laken en een dekentje.
- Gebruik nooit een dekbedje. Een deken in een dekbedhoes mag wel, maar stop deze goed in. Belangrijk: Laat een baby nooit met bedekt hoofd slapen!

3. Zorg voor veiligheid in het bed

- De matrassen zijn stevig en vlak en passen goed in de bedjes.
- Gebruik geen campingbedjes
- Gebruik nooit een kussen, een kussenachtige knuffel, zachte hoofd- en zijwandbeschermers, zeiltjes, tuigjes, koorden of voorwerpen van zacht plastic in het bedje.
- Maak het babybed kort op: dat wil zeggen zo dat de voetjes 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.
- Laat slaapkamertjes en beddengoed regelmatig luchten.

*Warenwetregeling nadere eisen kinderbedden en -boxen in de kinderopvang

4. Slaapruimte

- Zorg voor een goed geventileerde slaapruimte. Zorg dat de ventilatierooster altijd open staat tenzij door de autoriteiten anders wordt aangegeven.
- Zorg dat het niet te warm is of wordt in de slaapvertrekken. De verwarming hoeft er niet vaak aan. De aanbevolen slaapkamertemperatuur is 15 tot en met 18 graden.
- 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. Niet alleen voor wiegendood is roken een risicofactor.
- Een kind slaapt in principe in een bed in de slaapkamer. Een jonge baby wordt soms in de kinderwagen te slapen gelegd. Daarbij gelden de volgende voorwaarden:
 - Het te slapen leggen van een baby in de kinderwagen mag totdat het kind kan rollen of de leeftijd heeft bereikt waarop het kan gaan rollen.
 - De kinderwagen staat op de groep of de wandelwagenbak staat in de box. Bij mooi weer kan de kinderwagen meegenomen worden naar buiten, maar alleen als de medewerker ook buiten is.
 - Als er een baby in de kinderwagen ligt mag de kap omhoog, maar deze wordt niet verder afgedekt. Om te zorgen voor rust in het gezichtsveld, kan de wagen zo worden neergezet dat de baby naar de muur of door het raam naar buiten kijkt.
 - Als een baby die op de groep slaapt wordt hij hooguit toegedekt met een laken of krijgt hij een dunne slaapzak aan en niet met een deken of dikke slaapzak omdat hij het dan te warm kan krijgen.

5. 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 slaapperiode) te komen.
- Als permanent toezicht niet mogelijk is, is een zo kort mogelijke interval wenselijk. Elke tijdseenheid is arbitrair. 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 een (beeld)babyfoon; zeker als er buiten wordt gespeeld of wanneer een leidster even elders moet zijn.

De pedagogisch medewerkers zijn verantwoordelijk voor het toepassen van deze regels.

Zij worden geacht eventuele problemen in de praktijk te signaleren. Van belangrijke gebeurtenissen (ongelukken of bijna-ongelukken) moeten zij de directie 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, maar laat de overige kinderen niet zonder toezicht. De directie wordt gewaarschuwd en zij neemt contact op met de ouders, en met medische instanties.

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 de babyfoon of video aan als je niet op de groep bent.
- Ventileer de slaapkamer regelmatig en zorg dat het er niet te warm is.
- Maak het bedje laag op en gebruik geen dekbed.
- Rook nooit in de (buurt van) de opvang of bij de kinderen.

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 directie beseft dat in geval van overlijden nazorg voor de ouders, de betrokken leidster(s) 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).

Toestemmingsformulier: Anders Slapen

Kinderdagverblijf Jannekes Trots hanteert een algemeen beleid voor het slapen van baby's tot 1 jaar: Het kind wordt in de rugligging te slapen gelegd en slaapt niet onder een dekbed. Nadere informatie hierover is te vinden in het "Protocol veilig slapen." Te vinden op www.jannekestrots.nl/overige-informatie

De pedagogisch medewerker van de opvanggroep heeft u hierover ingelicht. Wanneer u als ouders wilt afwijken van bovenstaande richtlijnen, dan wordt dit vastgelegd en ondertekend door ouders op het onderstaande toestemmingsformulier.

Gegevens ouder

Naam:.....
Adres :.....
Postcode/woonplaats:.....

Gegevens kind

Naam :.....
Geboortedatum:.....

Hierbij verklaar ik, dat de pedagogisch medewerker van het kinderdagverblijf mij heeft ingelicht over de mogelijke risico's van zijligging en buikligging en dat ik het "Protocol veilig slapen" heb gekregen van de pedagogisch medewerker.

Hierbij geef ik toestemming om mijn kind als volgt te slapen te leggen (*aankruisen wat van toepassing is);

- Ingebakerd op de volgende manier:
- in buikligging
- Gefixeerd/ vastgelegd op de volgende manier:
- in verband hiermee heb ik alle relevante informatie doorgegeven en zal dit blijven doen.
- in kinderwagen of in de kinderwagenbak
- Overige.....

O ik heb het veilig slapen protocol gelezen op www.jannekestrots.nl/overige-informatie

Datum:.....

Handtekening ouder:

.....

Handtekening pedagogisch medewerker:

.....