

Slapen bij SaamnLeuk



Slapen

We vinden het belangrijk dat kinderen voldoende rust krijgen en prettig en veilig kunnen slapen.

Tijdens het intakegesprek bespreken we met ouders/verzorgers het slaapritme van het kind. We vinden dat een kind moet kunnen slapen naar behoefte.

We bespreken de wensen over het slapen.

De kinderen slapen in veilige gecertificeerde bedjes van erkende leverancier. SaamnLeuk heeft meerdere "Veilig" slapen op de **Aerosleep** matrasjes.

Als kinderen gaan slapen mogen ze als ze willen hun eigen knuffel (van thuis) mee naar bed. Wanneer ze geen knuffel bij zich hebben, mogen ze er één uit het knuffelmandje van SaamnLeuk uitzoeken.

Kinderen slapen in hun eigen van huis meegebrachte slaapzakken.

Er zijn eventueel reserve slaapzakken aanwezig.

Als het kind een fopspeen heeft krijgt hij/zij deze tijdens het slapen.

Veilig slapen is belangrijk!

Een baby mag niet te warm slapen. Voorkeur alleen een slaapzakje. Geen mutsje op omdat baby's hun warmte reguleren via het hoofd. Een baby overlijdt namelijk eerder door warmte dan door kou. Een baby die te veel transpireert heeft het te warm. In het nekje kan je voelen of een baby het te warm heeft.

Kinderen alleen met romper of eventueel met een dun shirtje en slaapzak in bed leggen. Aanbevolen slaapkamer temperatuur 15 tot 18 graden. Regelmatig ventileren. Kinderen op hun rug te slapen leggen tenzij ouders anders hebben aangegeven en hiervoor hebben getekend.

Controleer regelmatig in de slaapkamer, de slapende kinderen.

Maak het bedje kort en strak op, hiermee bedoelen we de voetjes vrijwel tegen het voeteneinde, zodat het kind niet onder een laken of deken kan komen. Voorkeur kinderen beneden een jaar te slapen leggen op een Aerosleep. Jonge kinderen tot 6 maanden mogen gewikkeld worden als ouders dit hebben aangegeven en ervoor hebben getekend. Om de kans op een heupafwijking te voorkomen moet een ingebakerde baby de benen kunnen optrekken en spreiden.

Een kind met koorts of is ingeënt mag nooit gewikkeld worden. Risico dat het kind het te warm krijgt.

Gebruik altijd een babyfoon. Bij jonge baby's voorkeur camera, zodat je de baby goed in de gaten kan houden. Ook camera op buitenbedje.

Slapen in het buitenhuisje **Lutje Potje**: belangrijk dat de weersomstandigheden goed in de gaten worden gehouden. Bij mist, hagel, harde wind, extreme kou of hitte een kind nooit in het buitenhuisje leggen. Een kinderwagen of buitenhuisje mag nooit in de volle zon staan. Gebruik altijd een vliegennet buiten als een baby in de kinderwagen ligt te slapen. Oudere kinderen bij voorkeur beneden in het buitenhuisje leggen. Regelmatig bij het kind kijken en altijd een camera of babyfoon gebruiken.

Ouders moeten een toestemmingsformulier invullen voor het volgende:

Wanneer een kindje;

Op de buik slaapt

Buiten mag slapen

Ingewikkeld, ingebakerd

In een kinderwagen

Voor het veilig slapen hebben we een **protocol veilig slapen** waarin werkinstructies zijn vastgelegd om zo ongelukken en wiegendood te voorkomen. (zie hieronder)



Protocol veilig slapen

Afspraken

In onze organisatie voor kinderopvang moeten alle professionele verzorgers volledig op de hoogte zijn van de Veilig Slapen adviezen zoals gepubliceerd op de website en in de brochure van

<https://www.veiligheid.nl/kinderveiligheid/professionals/kinderopvang/veilig-slapen>

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 instelling dient iedereen van de praktische preventieve maatregelen op de hoogte te zijn, ook stagiaires en invallers. De directie ziet daar op toe. Op de slaapkamers hangen ter herinnering de nodige instructies.

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. Wij vinden het 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.

Wiegendood

1. Wat is wiegendood?

Wiegendood, of Sudden Infant Death Syndroom (SIDS), is het plotseling overlijden van een ogenschijnlijk gezonde baby, in de regel tijdens een slaaperiode. De meeste sterfgevallen doen zich voor in de eerste 6 levensmaanden. Na 12 maanden komt het nog nauwelijks voor. Wiegendood komt meer voor bij jongetjes dan bij meisjes. Ook te vroeg geboren baby's en baby's met een (heel) laag geboortegewicht blijken een verhoogde kans te hebben op wiegendood. Het aantal gevallen van wiegendood is in ons land de afgelopen 10 jaar flink gedaald. De voorlichting en preventiemaatregelen die sinds de jaren '80 zijn ingevoerd hebben daar zeker toe bijgedragen.



1.1 Risicofactoren wiegendood

- Vroeggeboorte.
- Buikslapen. Een baby slaapt het veiligst op zijn rug. Een baby op de buik te slapen leggen (waar dan ook; in een box, een bedje etc.) maakt het risico op wiegendood wel 4 tot 5 x groter dan gemiddeld. Als een baby groter wordt, gaat hij draaien. Een baby kan gemiddeld met 5 maanden draaien. Draaien naar de buik in de fase waarin de baby daarmee nog geen of nauwelijks ervaring heeft opgedaan, levert een risicomoment of – periode op. Extra waakzaamheid in deze periode is dus van belang.
- Warmtestuwing. Onder baby's die overlijden onder het beeld van wiegendood speelt het té warm hebben een rol. Door kou komt dit zelden voor. Dekbedjes of dekentjes in een dekbedhoes zijn bijvoorbeeld veel te warm voor een kind tot 2 jaar.
- Uitwendige adembelemmering (verstikking).
- Onveilige slaappleaats (bijvoorbeeld niet slapen in een bed)
- Veranderingen in de dagelijkse routine.
- Gebrek aan toezicht.
- Rokerige omgeving.
- Oververmoeidheid.

Helaas komt het in Nederland ook incidenteel voor dat een baby in een kinderdagverblijf overlijdt onder het beeld van wiegendood. In ons kinderdagverblijf spannen we ons in om het risico hierop zo klein mogelijk te maken.

Afspraken veilig slapen

1. Inrichting slaapkamer

- Zorg dat het niet te warm is/wordt in de slaapvertrekken. De minimale temperatuur in een slaapruiimte is: 15°C en de maximale temperatuur in een slaapruiimte is : 25°C. De aanbevolen slaapkamertemperatuur ligt echter tussen de 15 en 18 °C. Neem maatregelen om de temperatuur tussen de aanbevolen temperatuur te houden. Hang een thermometer op in de slaapkamers om dit te controleren. Tijdens warme zomerse dagen kan de temperatuur in de slaapkamers oplopen. Indien de temperatuur boven de 25 °C komt treedt het hitteprotocol in werking. Leg kinderen dan bijvoorbeeld alleen in een rompertje of ondergoed te slapen. Zorg wel dat kinderen tochtvrij liggen. Controleer de slapende kinderen bij hoge temperatuur ook frequenter.
- We gebruiken geen kussen, hoofd- en zijwandbeschermers, tuigjes, koorden of voorwerpen van zacht plastic in of aan het bedje.
- We maken het babybedje kort op, zodat de voetjes vrijwel tegen het voeteneind komen. Vermijd daarbij het dubbelslaan van het beddengoed; een kind kan daar makkelijker onder schuiven.
- We gebruiken alleen een katoenen dekentje.
- Artikelen die worden afgeraden door het NCJ worden niet gebruikt. Adviezen die bij andere door het NCJ genoemde artikelen staan worden opgevolgd.
- Beddengoed wordt regelmatig gelucht. De slaapkamer en het beddengoed wordt gereinigd conform schoonmaakschema.

2. In bed leggen

- Voorkom oververmoeidheid van een baby. Houd het ritme van een baby goed in de gaten en leg een baby op tijd in bed.
- Zorg dat kinderen niet te warm gekleed in bed liggen. Geen mutsjes en sokken aan. Een romper en een slaapzak is voldoende voor een baby.

- Kinderen worden alleen in bed te slapen gelegd, en dus niet in een kinderwagen, box of hangwieg. Dit zijn namelijk geen gecertificeerde slaappleatsen voor de kinderopvang.

Tenzij ouders hier toestemming voor geven.

- Handel bij het sluiten van het bed volgens de werkwijze sluiten bedden (zie paragraaf 3)
- Leg een baby met de voetjes tegen het voeteneinde.
- Leg een baby nooit op de buik te slapen. Tenzij er een specifieke uitzondering (paragraaf 5.1) wordt gemaakt.
- Kinderen worden in principe niet ingebakerd. Tenzij er een specifieke uitzondering (paragraaf 5.3) wordt gemaakt.
- Kinderen worden niet gefixeerd in bed.
- Er mogen geen sieraden, speldjes en haarelastiekje in bed worden gedragen. Wanneer kinderen kralen in hun haar gevlochten hebben, controleert de pedagogisch medewerker altijd voordat het kind naar bed gaat of deze nog stevig in het haar zitten. Wanneer de pedagogisch medewerker kralen in het haar te gevaarlijk vindt, worden de kralen verwijderd.
- Kinderen dragen geen capuchons, of kleding met koordjes eraan in bed.
- Er mag één veilige knuffel mee in bed.

Veilig wil zeggen:

- Geen grote knuffels of grote doeken die het gezicht of de mond kunnen bedekken.
- Geen knuffel met lange haren, lintjes of touwtjes.
- Geen knuffel waarvan de inhoud kan vrijkomen door gepeuter of bijten.
- Geen knuffel waar kleine dingetjes van afgepukt kunnen worden (zoals; kraaltjes, oogjes, knoopjes).
- Geen knuffel met scherpe kantjes of randjes.
- De knuffel moet niet in kleinere onderdelen uit elkaar te halen zijn.
- De knuffel moet makkelijk en goed schoongemaakt kunnen worden.
- Er mogen geen fopspenen met koorden eraan mee in bed.

3. Werkwijze sluiting bedden

- Pedagogisch medewerker legt kind(eren) op bed en sluit het hekje van elk bed.
- Aan de binnenkant van de deur hangt een poster met de oproep 'bedjes gecheckt?'
- Buiten de slaapkamer schrijft de pedagogisch medewerker de slaaptijden op.

4. Toezicht houden

- Kijk als je een kind naar bed brengt ook in de andere bedjes.
- Controleer elke 10 minuten in de slaapkamer (dus niet via het raampje), elk bed of de kinderen veilig slapen (ademhaling, gezichtjes vrij, buikligging, etc.). Maak bijvoorbeeld gebruik van een kookwekker.
- Zorg dat je altijd in de buurt van de slaapkamer bent als er kinderen slapen. Wanneer je even de groep verlaat neem je te allen tijde een babyfoon mee.
- De nek van een baby is een goede graadmeter om te voelen of de baby het te warm of te koud heeft.
- Een baby die zweet heeft het al gevaarlijk warm. Neem dan gelijk maatregelen zodat het kind het minder warm krijgt. Haal bijvoorbeeld het dekentje weg.

5. Uitzonderingen

5.1 Buikligging

Er zijn bepaalde (aangeboren) afwijkingen waarbij buikligging op advies van een arts wel wenselijk kan zijn. Er worden dan in overleg met de ouders hierover specifieke afspraken gemaakt, deze worden schriftelijk vastgelegd. *(toestemminsovereenkomst)*

Daarnaast kan het voorkomen dat buikligging de voorkeur slaaphouding van het kind is. Als ouders ondanks de adviezen zelf aangeven dat zij hun baby in de buikhouding willen laten slapen, dienen zij het formulier 'toestemmingsovereenkomst' in te vullen. Het formulier wordt ook opgeborgen in het dossier van het kind. Voor alle zekerheid houden wij het 1e levensjaar aan als periode waarin ouders dit formulier moeten invullen als zij wensen dat hun baby in buikhouding te slapen wordt gelegd of als de baby zichzelf op zijn buik draait en in deze houding van de ouders mag doorslapen.

Bij een buikslaper wordt een bordje met een grote B bij het bed gehangen.



5.2 Sieraden

Kinderen dragen soms sieraden zoals armbandjes, kettinkjes, haarspeldjes of kralen in het haar. Deze sieraden kunnen een gevaar opleveren voor het kind zelf maar ook voor andere kinderen in de groep. Indien kinderen dit soort sieraden dragen beoordeeld de pedagogisch medewerker, eventueel in overleg met een andere collega, of de sieraden gevaar opleveren. Het kan zijn dat de sieraden overdag in de groep niet gedragen kunnen worden omdat een kind er achter kan blijven hangen of omdat het kind ze zelf afdoet. Ook kan het zijn dat het gevaar voor het kind kan opleveren indien het kind deze in bed draagt waar er niet continue zicht op is. In beide gevallen wordt het risico van dragen van sieraden met de ouders besproken en worden hier specifieke afspraken over gemaakt. Indien de sieraden gevaar opleveren voor andere kinderen worden de sieraden afgedaan dit geldt ook indien een ouder het formulier heeft ingevuld. Dit is ter beoordeling door de pedagogisch medewerker. Wanneer ouders niet willen dat bepaalde sieraden of haaraccessoires af worden gedaan (bijvoorbeeld i.v.m. bepaalde geloofsovertuiging) moeten ouders hiervoor tekenen. (*toestemmingsovereenkomst*)



5.3 Inbakeren

Op ons kinderdagverblijf worden kinderen in principe niet ingebakerd, vanwege de veiligheidsrisico's die dit met zich meebrengt. Wanneer mag een pedagogisch medewerker wel inbakeren? Bij uitzondering bakeren wij wel in. Daarbij gelden de volgende voorwaarden waar aan voldaan moet worden:

- Als er een directe vraag van de ouders is, nadat zij op de hoogte zijn gesteld van de mogelijke risico's, om in te bakeren (dus nooit op initiatief van een pedagogisch medewerker).
- Ouders hebben overleg gehad met het consultatiebureau (arts/verpleegkundige) en instructie gekregen. Eventuele onderliggende lichamelijke stoornissen kunnen dan uitgesloten worden.
- Ouders geven instructie aan de pedagogisch medewerker.
- De adviezen en beoordeling van het NCJ met betrekking tot inbakeren volgen we op. Waarbij opgemerkt dat bij kinderen ouder dan drie maanden of bij kinderen die al vroeg kunnen draaien we de armen vrijlaten. Voor verder informatie zie website: <https://www.ncj.nl/programma-s-producten/preventiewiegendood/producten-veilig-of-onveilig>
- Ouders hebben het "toestemmingsovereenkomst" ingevuld en ondertekend. Dit ingevulde formulier wordt bewaard in het dossier van het kind.
- Het inbakeren moet worden afgebouwd als het kind tussen de 4 en 6 maanden oud is. Kinderen ouder dan 6 maanden worden niet meer ingebakerd. Wanneer een kind eerder dan 4 maanden kan omdraaien wordt er sneller afgebouwd met inbakeren.
- Ouders houden ons op de hoogte wanneer een kind, dat ingebakerd is, een vaccinatie (bijv. D(K)TP of HIB) heeft gekregen.

Wanneer mag een pedagogisch medewerker ondanks de wens van ouders niet inbakeren?

- Als aan de eerder genoemde voorwaarden niet voldaan is.
- Bij koorts of spugen.
- Bij ernstige luchtweginfecties (een kind moet goed kunnen hoesten).
- De eerste 24 uur na vaccinaties (bijv. D(K)TP en HIB) in verband met eventuele koorts als reactie op de vaccinatie (de ouders zijn verantwoordelijk voor het expliciet doorgeven hiervan aan de pedagogisch medewerkers).
- Bij kinderen met eczeem of neurologische afwijkingen.
- Bij lichamelijke afwijkingen: een vermoeden van een aangetoonde of behandelde heupdysplasie of scoliose (kromming van de ruggengraat).
- Bij zeer te vroeg geboren kinderen*.

**bij een onrustige en gespannen te vroeg geboren baby kan inbakeren goed zijn, maar het is belangrijk dat ouders zich goed informeren over de aanpak of eerst overleggen met een (kinder-) fysiotherapeut die zich richt op specifieke hantering en houdingsadviezen te vroeg geboren baby's. Het alleen in doeken wikkelen zonder het aanpassen van ritme en regelmaat is af te raden.*

Aandachtspunten voor de pedagogisch medewerkers bij inbakeren

- Zorg dat de ouder een goede instructie geeft aan de vaste pedagogisch medewerker op de groep. Denk hierbij ook aan eventuele rituelen voor het slapen gaan, zodat dit gecontinueerd kan worden op het kinderdagverblijf. Laat de ouder ook eventuele hulpmiddelen (speen, knuffel etc.) meegeven.
- Laat de vaste pedagogisch medewerkers inbakeren. Stagiaires en invalkrachten bakeren baby's in principe niet in tenzij de directie hier andere concrete en op het formulier beschreven afspraken over heeft gemaakt.

- Voorkom dat de baby het te warm krijgt (let hier bijvoorbeeld extra op tijdens warme zomerdagen):
- Doe geen mutsje op bij een ingebakerde baby. De baby kan anders de warmte niet kwijt via zijn/haar hoofd.



5.4 Veilig slapen voor kinderen van 1-4 jaar

Het grootste deel van het Protocol veilig slapen richt zich met name op de baby's om te voorkomen dat zij overlijden aan wiegendood. Voor de oudere kinderen die slapen op het kinderdagverblijf gelden ook afspraken zodat zij ook op een veilige manier kunnen slapen.

- Kinderen slapen te allen tijde in een bed in de slaapkamer.
- Elk kind heeft een eigen bedje.
- Kinderen dragen geen capuchons en kleding met koordjes eraan in bed.
- Als kinderen wakker zijn worden ze uit bed gehaald.
- Er vindt elke 10 minuten controle plaats van de slaapkamer.
- De babyfoon staat altijd aan als er kinderen op de slaapkamer aanwezig zijn.
- Het bedje wordt altijd zorgvuldig gesloten. Zie "punt 3" werkwijze sluiten bedden".
- Het naar bed gaan vindt plaats volgens een vast ritueel.

5.5 Lekker buiten slapen in een buitenhuisje van Lutje Potje

Je baby veilig buiten laten slapen, kan dat? Jazeker! Er bestaan zelfs speciale buitenbedjes waar een baby zowel in de winter als zomer in kan slapen. Dat zijn houten 'buitenslaaphuisjes', waarin precies een matrasje past. Aan de voorzijde is het voorzien van horrengaas waardoor er geen insecten, katten en honden bij de baby kunnen komen.

Afspraken voor het slapen in een buitenhuisje

- Kinderen mogen alleen in een buiten huisje slapen mits ouders hier toestemming voor hebben gegeven.
- De buitenhuisje staan niet in de felle zon.
- De kinderen mogen buiten slapen tot maximaal 28 graden, daarna slapen zij binnen.
- Er is zowel vanuit de groepsruimte als vanaf de buitenruimte voldoende toezicht op het buitenbedje en op het kind dat erin ligt.
- De buitenhuisje worden voor gebruik gecontroleerd en na gebruik schoon gemaakt.
- Na het gebruik wordt het matrasje en het beddengoed binnen bewaard.
- De leidsters kleden de kinderen volgens eigen inzicht.

Ze gebruiken hiervoor de volgende suggesties:

- Bij warmer dan ongeveer 20 graden slapen de kinderen zonder deken, of broek in een dunne slaapzak.
- Bij ongeveer 20 graden slapen de kinderen met een normale slaapzak en een T-shirt.
- Bij ongeveer 15 graden slapen de kinderen in een normale slaapzak met een jasje of vestje met een deken.
- Bij ongeveer 10 graden slaapt het kind in een winterslaapzak, met mutsje en deken.
- Bij ongeveer 5 graden krijgt het kind een skipakje aan.
- De kinderen mogen buiten slapen tot 0 graden.

5.6 Overige uitzonderingen

Er kunnen zich altijd situaties voordoen waarin dit protocol niet voorziet en waarbij maatwerk nodig is voor een kind. Bijvoorbeeld wanneer op basis van medische gronden een bepaalde handelwijze nodig is ten gunste van het kind. In dergelijke situaties overlegt de pedagogisch medewerker altijd met de directie.

Uitgave van VeiligheidNL

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

December 2019

Toestemmingsformulier

Veilig slapen



Beste ouder(s),

Onlangs heb je de pedagogisch werker verzocht om je/jullie kind in te bakeren, op de buik te laten slapen, buiten slapen of een andere vorm van slapen die afwijkt van het protocol 'Veilig slapen' dat we bij SaamnLeuk hanteren.

Door ondertekening van dit formulier geeft, de ouder(s) van _____,

geboren op _____

toestemming om (s.v.p. aankruisen wat van toepassing is):

- Het kindje in te bakeren. Hiervoor wordt alleen het bakerslaapzakje toegestaan. Ouders geven vooraf instructies.
- Het kindje in bed op de buik te leggen of het kindje mag op zijn of haar buik slapen.
- Het kindje mag in het buitenhuisje "Lutje Potje" slapen.
- Anderzijds:

Heeft er een instructie inbakeren plaatsgevonden door de ouders aan de medewerker: ja / nee / n.v.t.

Hierbij verklaar ik dat ik het protocol '**Veilig slapen**' heb ingezien.

Ik ben mij bewust van de risico's die verbonden zijn aan bovengenoemde methoden en neem hierin mijn verantwoordelijkheid.

Plaats	Datum
Naam ouder	Naam pedagogisch medewerker
Handtekening ouder	Handtekening pedagogisch medewerker