



VEILIG SLAPEN

Inhoud

Wat doet SKL om de veiligheid te bevorderen?	3
Voorkom dat een baby te warm is	3
Zorg voor veiligheid in bed.....	3
Voorkom gezondheidsschade door rook.....	4
Toezicht tijdens het slapen	4
Wat is Wiegendood?	4
Bekende mogelijke- en vermijdbare factoren zijn.....	4
Meer informatie over wiegendood.....	4
Wat is fixeren?.....	5
Wat is Inbakeren	5
Voorwaarden voor het inbakeren en fixeren van een kind:	6
Buiten slapen	6
Onze richtlijnen hiervoor zijn.....	6
Documenten bij beleid	6
WI Slapen.....	6
F Afwijkend slaappatroon	6
F Melding vermoeden wiegendood	6
B Wennen.....	6

Dit beleid heeft als doel kinderen op een veilige manier te laten slapen en de kans op wiegendood bij kinderen gedurende hun verblijf bij het kinderdagverblijf door preventie tot een minimum te beperken. Het zorgvuldig opvolgen van de preventie adviezen verlaagt het risico op wiegendood.

Wat doet SKL om de veiligheid te bevorderen?

De medewerkers van SKL zijn bekend met onderstaande preventie adviezen en werken volgens de werkinstructie [Veilig slapen](#).

Uit veiligheidsoverweging laten wij kinderen bij voorkeur in bed slapen. Wij adviseren ouders hun kind thuis zoveel mogelijk in bed te laten slapen, zodat de kinderen hiermee vertrouwd zijn.

Indien ouders willen afwijken van onderstaande adviezen, zal dit door SKL schriftelijk worden vastgelegd in het formulier [Afwijkend slaappatroon](#). Op de groep zal op een formulier worden vermeld op welke manier bij het kind, met toestemming van de ouders, afgeweken mag worden van de preventie adviezen.

Voorkom dat een baby te warm is

- Wij hanteren bij voorkeur een temperatuur van 15° tot 18° Celsius in de slaapkamer.
- De slaapkamer wordt regelmatig geventileerd.
- Controleer in de nek van de baby of de baby het niet te warm of te koud heeft; een baby die transpireert, heeft het te warm.
- Een baby met koorts dient niet extra te worden toegedekt.

Zorg voor veiligheid in bed

- Kinderen tot 1 jaar slapen op een Aerosleep-matras.
- Medewerkers voeren een controlecheck uit op het sluiten van de bedden voor het verlaten van de slaapkamer.
- Het hoofd van de baby dient onbedekt en vrij te blijven
- De afstand tussen de spijlen mag 4.5 tot 6.5 centimeter zijn
- De afstand tussen het matras en het bed mag maximaal 1 centimeter zijn
- Het matras dient stevig te zijn het hoofd van de baby mag niet erin wegzakken
- Matrasjes worden volgens schema van de organisatie vervangen of eerder indien nodig.
- Het bed wordt kort opgemaakt; de voeten van de baby liggen tegen het voeteneind
- Er wordt geen gebruik gemaakt van dekbedden
- Dekens worden niet dubbelgevouwen gebruikt; dit zorgt voor een toename van de isolatie en kan leiden tot warmtestuwing
- Het beddengoed wordt goed ingestopt
- Kinderen nemen alleen hun van huis meegenomen knuffel mee naar bed. Knuffels dienen schoon en veilig te zijn. (geen lange koorden, armen, kleine onderdelen, etc., waardoor kinderen kunnen stikken)
- Er wordt geen gebruik gemaakt van kussens, zachte hoofd- en zijwandbeschermers, zeiltjes, tuigjes, koordjes, en voorwerpen van zacht plastic.
- Kinderen worden alleen [gefixeerd](#) of [ingebakerd](#) als ouders hiervoor schriftelijk toestemming hebben gegeven.
- Er wordt gezorgd voor veilige slaapkleding; geen capuchons, afknellende kleding, koordjes
- Tot de leeftijd van 2 jaar slapen de kinderen in een slaapzak, om de kans op buikslapen en het uit bed klimmen te verkleinen. We vragen ouders een goed passende slaapzak mee te geven, passend bij de kledingmaat van het kind.
- Kinderen slapen, bij voorkeur, niet in de wandelwagen. Het kind wordt verplaatst en in een bed gelegd. De ventilatie in de wandelwagen is niet voldoende.
- Volgens schema controleren wij de CO2 in de slaapkamers.

Voorkom gezondheidsschade door rook

Het passief meeroken veroorzaakt schade aan de gezondheid van de baby en verhoogt de kans op wiegendood. Binnen de kinderdagverblijven en in de buurt van kinderen, mag niet gerookt worden.

Toezicht tijdens het slapen

- Op de slaapkamer wordt de babyfoon aangezet
- De pedagogisch medewerkers controleren de slapende kinderen die slapen minimaal 1x per 30 minuten.
- Wanneer een ander kind naar bed wordt gebracht

Wat is Wiegendood?

Men spreekt van wiegendood als een baby onverwacht overlijdt zonder dat daar ogenschijnlijk een oorzaak voor is. Het risico op wiegendood is in het eerste levensjaar het grootst, maar komt een enkele keer ook in het 2e levensjaar voor.

Niemand kan het risico dat een baby onverwacht overlijdt helemaal wegnemen. Het gaat om een klein risico dat door het opvolgen van adviezen tot een zeer laag niveau kan worden teruggebracht.

Geen enkel risicofactor op zich is kenmerkend voor wiegendood, aangenomen mag worden dat onder invloed van meerdere factoren tegelijk de kans op wiegendood groter wordt. De eigenschappen van de baby zelf zijn hierbij van invloed; Bij de ene baby kan, bij het zich voordoen van meerdere risico factoren, wiegendood optreden, bij een andere baby zal dit niet gebeuren.

Bekende mogelijke- en vermijdbare factoren zijn

- Slapen in buikligging; leg een baby nooit op de buik te slapen, ook niet voor een enkele keer. Door het slapen op de buik wordt het risico op wiegendood 4 tot 5 keer groter. Bij een baby die verkouden is, of bij een huilbaby, is dit risico nog groter.
- Luchtweginfectie
- Passief (mee)roken
- Warmtestuwing; de temperatuur van het lichaam stijgt, omdat het de overvloedige warmte niet kwijt kan
- Rebreathing; treedt op als een baby met het hoofd onder een deken terecht komt
- Uitwendige ademhaling belemmering; treedt op als het hoofd tegen luchtdicht materiaal aan komt te liggen
- Vermoeidheid
- Sederende medicatie; het gebruik van medicijnen met een kalmerende werking
- Verandering in routine; een baby die bij het slapen gaan aan een fopspeen is gewend, wordt ook bij ons consequent voor het slapen een fopspeen, zonder koord of lint, gegeven.
- Aanbevolen wordt het gebruik van een fopspeen na de leeftijd van 10 maanden af te bouwen.

De meest bekende inwendige factor is:

- Een licht geboortegewicht

Meer informatie over wiegendood

- www.cjg.nl en www.veiligheid.nl

De mogelijkheden tot preventie zijn voor de kinderopvang niet wezenlijk anders dan voor de thuissituatie. Voor de baby zijn de omstandigheden op het kinderdagverblijf wel anders dan thuis;

- Het geven van borstvoeding wordt verstoord
- De verzorging van de baby's wordt op het KDV overgenomen door vaste medewerkers
- Nieuwe geluiden

- Andere geuren
- Ander bed
- Een enigszins afwijkende dagindeling (bij SKL wordt zoveel mogelijk aangesloten bij het dagritme van thuis)

SKL wil deze overgang verzachten door ouders in de gelegenheid te stellen hun kind geleidelijk te laten wennen aan deze veranderingen door hen te adviseren enkele wenmomenten af te spreken voor hun kind, zie het [Wenbeleid](#).

Wat is fixeren?

Ouders kunnen er voor kiezen om hun kind in bed te fixeren, vastleggen. Redenen om te fixeren kunnen zijn:

- Blootwoelen
Kan eenvoudig worden voorkomen door gebruik van een goed passende slaapzak.
Dit wil zeggen:
 - ✓ Hals en armopeningen zijn niet zo ruim dat de baby in de zak kan verdwijnen,
 - ✓ Sluit met een rits naar de onderzijde toe,
 - ✓ Het stikseldraad is van katoen, i.v.m. het afknellen van de vingers bij een losgeraakt draadje nylon.

Gebruik bij een te dunne slaapzak eventueel een laken of een dunne deken die dwars over het voeteinde rondom stevig kan worden ingestopt. Het aanpassen van de dikte van de slaapzak bij koudere temperaturen is echter veiliger!

- Uit bed klimmen en vallen
Kinderen die thuis uit bed vallen, slapen bij SKL in hoogslapers met een dakje, waardoor kinderen niet uit bed kunnen klimmen of vallen
- Buikslapen.

Aan fixeren kleven risico's. Gebruik van ondeugdelijk materiaal of verkeerde toepassing kan tot fatale gevolgen leiden. Het fixeren van baby's om rugligging te bevorderen, wordt in Nederland ontraden.

Indien ouders op persoonlijke redenen kiezen voor fixeren, dient men zich bewust te zijn van de beperkingen en de risico's hiervan. Omwille van de veiligheid van de baby fixeren wij de kinderen bij SKL uitsluitend tot een leeftijd van 6 maanden en tot de baby start met omrollen. Hoe ouder en sterker de baby wordt, hoe groter de kans op problemen bij het fixeren. Is een baby goed geoefend en instaat tot vlot omdraaien en zijn de omstandigheden in bed veilig (zie preventie adviezen ter bevordering van de veiligheid in bed), dan is het niet langer zinvol om tegen een zelf gekozen slaaphouding van de baby in te blijven gaan. Dan is vasthouden aan steeds terugleggen op de rug niet zinvol.

Wat is Inbakeren

Het inbakeren van baby's, ofwel het in doeken wikkelen van jonge kinderen, wordt veel gedaan bij baby's die veel huilen en/of onrustig slapen. Tijdig inbakeren blijkt echter hetzelfde effect te hebben als het bieden van meer regelmaat, rust en minder prikkels.

Voorwaarden voor inbakeren:

- Een baby die niet in goede conditie is, of koorts heeft, mag nooit worden ingebakerd.
- Het kind op de juiste manier wordt ingebakerd d.w.z.: niet (te strak, te slap, te dik) of met ongeschikte middelen
- Een ingebakerde baby moet de benen kunnen spreiden en optrekken om de kans op een heupafwijking te verkleinen.

Indien ouders om persoonlijke redenen kiezen voor inbakeren, dient men zich bewust te zijn van de beperkingen en de risico's hiervan. Omwille van de veiligheid van de baby worden kinderen bij SKL niet meer ingebakerd op de leeftijd van 6 maanden of wanneer de baby gaat omrollen.

Voorwaarden voor het inbakeren en fixeren van een kind:

- Fixeren en inbakeren gebeurt alleen op uitdrukkelijk, schriftelijk verzoek van de ouders
- Het inbakeren gebeurt op basis van een goede instructie aan de medewerkers door de ouders/verzorgers.
- Het inbakeren wordt thuis en bij de kinderopvang consequent toegepast
- Het inbakeren geschiedt met deugdelijk (door de ouders aangeleverd) materiaal; er is echter geen enkel product waarvan de veiligheid is vastgesteld!
- Door ouders/verzorgers ingevuld en ondertekend formulier [Afwijkend slaappatroon](#).

Buiten slapen

Veilig buiten slapen in de frisse buitenlucht zorgt voor meer weerstand door een grotere opname van Vitamine D. Uit onderzoek blijkt dat kinderen minder last hebben van verkoudheid als ze buiten slapen. De kwaliteit van de lucht is namelijk beter dan binnen, en daarnaast slapen veel kinderen langer en dieper.

SKL heeft het streven om op alle locaties ouders de mogelijkheid te bieden hun kind buiten te slapen in een gecertificeerd buitenbedje.

Onze richtlijnen hiervoor zijn

- Schriftelijke toestemming van de ouders is vereist, alvorens een kind buiten gaat slapen.
- Buiten slapen is verantwoord tot een temperatuur van -10°C.
- Het buitenbedje wordt zo geplaatst dat er ten allen tijden zicht is op de slapende kinderen.
- Het buitenbedje wordt zo geplaatst dat het slapende kind geen last heeft van weersomstandigheden.
- In geval van extreme weersomstandigheden slapen er geen kinderen buiten; mist, onweer, storm extreme kou en hitte.
- Hoe de kinderen die buiten slapen worden aangekleed, is afhankelijk van de temperatuur buiten. SKL heeft slaapzakken voor de zomer en voor de winter
- Wanneer een kind niet fit is, wordt met de ouders overlegd of het verantwoord is om het kind buiten te slapen te leggen.
- De deuren van het buitenbedje worden altijd gesloten. Ook als er geen kinderen in liggen; zo krijgen insecten geen kans om in het bedje te kruipen of vliegen.

Documenten bij beleid

[WI Slapen](#)

[F Afwijkend slaappatroon](#)

[F Melding vermoeden wiegendood](#)

[B Wennen](#)