

## **Protocol Veilig slapen en wiegendoodpreventie**

### Inhoudsopgave

- 1 Inleiding
- 2 Wat is wiegendood?
- 3 Wat kunnen wij doen om de veiligheid te bevorderen?
  - 3.1 Leg een baby nooit op de buik te slapen
  - 3.2 Voorkom dat een baby te warm ligt
  - 3.3 Zorg voor veiligheid in het bed
  - 3.4 Voorkom gezondheidsschade door (meerooken)
  - 3.5 Houd voldoende toezicht
- 4 Samenvatting
- 5 Handelen in geval van calamiteit
- 6 Nazorg
- 7 Formulier buikligging bij slapen

## **1. Inleiding**

Er zijn bepaalde, maar niet vaak voorkomende (aangeboren) afwijkingen waarbij buikligging (tijdelijk) wel wenselijk kan zijn. Vraag ouders in zo'n geval om een kopie van de schriftelijke verklaring van hun arts. De schriftelijke verklaringen maken duidelijk hoe en waarom van de preventieadviezen wordt afgeweken en dienen om te kunnen aantonen dat de gastouder zorgvuldig te werk is gegaan. In geval van aansprakelijkheidsstelling is dat van belang. Naast juridische is er de morele aansprakelijkheid. In dat kader is van belang dat de gastouder zichzelf achteraf geen verwijten hoeft te maken over zaken die hadden kunnen voorkomen.

Als ouders een baby aanbieden met het verzoek dat deze op de door hen toegepaste wijze in te bakeren, dient allereerst te worden nagegaan of het inbakeren wordt gedaan in overleg met consultatiebureau of kinderarts en of de juiste, veilige methode, met goed materiaal en binnen veilige leeftijdsgrenzen, wordt toegepast.

Een baby die niet in goede conditie is mag nooit worden ingebakerd! Op verkeerde wijze of met ongeschikte middelen inbakeren kan risicovol zijn en de kans op het ontwikkelen van een heupafwijking bevorderen!

Strikte leeftijdsgrenzen zijn van belang: een al wat oudere baby die ingebakerd of losjes ingepakt, er in slaagt om te draaien, belandt in een potentieel levensbedreigende situatie!

## **2. Wat is wiegendood?**

Wiegendood is het onverwacht tijdens de slaap overlijden van een kindje van nul tot twee jaar.

Voordat het kind overleed waren er vooraf geen duidelijke ziekteverschijnselen. Onderzoek naar de mogelijke oorzaken van het overlijden levert vaak geen duidelijk antwoord op. Tegenwoordig neemt men algemeen aan dat wiegendood in de regel meerder oorzaken tegelijkertijd heeft. Die worden onderscheiden in uitwendige en inwendige factoren.

Bekende uitwendige – en doorgaans vermijdbare - factoren zijn:

- Slapen in buikligging
- Luchtweginfectie
- Passief roken
- Warmtestuwing
- Rebreathing
- Uitwendige adembelemmering
- Vermoeienis
- Sederende medicatie

De meest bekende inwendige factoren zijn:

- een licht geboortegewicht

Helaas komt het in Nederland af en toe voor dat een baby tijdens kinderopvang overlijdt onder het beeld van wiegendood. Aandacht voor preventie en voorzorgsmaatregelen kunnen het risico – dat in het bijzonder voor jonge baby's tussen de 3 en 9 maanden relatief hoger blijkt uit te vallen dan in thuissituaties – tot het uiterste beperken.

Bij Gastouderbureau Kids@home spannen we ons daarvoor in. Ouders van baby's ontvangen deze adviezen in de regel van consultatiebureau, verloskundigen of kraamzorg, maar als dat niet zo is kan men de folder bij de stichting Wiegendoodaanvragen. Ook kan de website van de stichting geraadpleegd worden.

### **3. Wat kunnen wij doen om de veiligheid te bevorderen?**

#### **3.1 Leg een baby nooit op de buik te slapen**

- 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. Gastouder legt een baby nooit op de buik.
- Gastouder legt een baby ook niet eens één enkele keer op de buik te slapen, bijvoorbeeld omdat het kind alleen dan troostbaar lijkt. Uitzondering hierop zijn kinderen waarvoor de ouders een formulier hebben ondertekend waarin de verantwoordelijkheid terug gelegd wordt op de ouders.
- Er zijn bepaalde (aangeboren) afwijkingen waarbij buikligging wel wenselijk kan zijn. Ouders dienen dan een schriftelijke verklaring van hun arts te overleggen (kopie hiervan wordt in de map van het kind bewaard)
- Kiest een ouder wordende baby, die gezond is, in goede conditie en motorisch ontwikkeld (zodat vlot om en om draaien geen probleem is), regelmatig zelf voor op de buik slapen, dan is vasthouden aan steeds terugleggen op de rug niet zinvol. 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.
- Gastouders wijzen ouders die iets anders willen eerst nadrukkelijk op de preventieadviezen. Willen zij desondanks dat hun baby in buikhouding slaapt, legt de gastouder deze opdracht schriftelijk vast, met redenen omkleed, en door de eindverantwoordelijke ouders ondertekend. Gastouderbureau Kids@home heeft hier speciale formulieren voor. Deze formulieren worden ondertekend en bij het contract gevoegd.
- Gastouder laat ook een schriftelijk verklaring opstellen, wanneer ouders willen dat hun baby wordt gefixeerd. Het vastleggen van baby's om rugligging te bevorderen wordt in Nederland in beginsel ontraden. Wordt het bij uitzondering toch toegepast dan dient het fixeren met een veilige geacht hulpmiddelen, consequent en elke keer weer uiterst zorgvuldig te geschieden. De schriftelijke verklaringen, met verwijzingen naar de adviezen ( zowel bij buikligging als bij fixeren), dienen om zo nodig te kunnen aantonen dat zowel gastouder als Gastouderbureau Kids@home zorgvuldig te werk zijn gegaan.

- Omdat veranderingen in routine onmiskenbaar een risicoverhogend effect hebben is het aan te raden om een baby die bij het slapen gaan aan een fopspeen is gewend, die ook bij gastouders consequent voor het slapen te geven. Het is raadzaam het gebruik van een fopspeen na de leeftijd van 10 maanden af te bouwen. Wij gebruiken voor een fopspeen geen koord of lint dat langer is dan 10 centimeter. Dit om wurging te voorkomen.

### **3.2 Voorkom dat een baby te warm ligt**

- De factor warmtestuwing speelt een waarneembare rol onder de baby's die onder het beeld van wiegendood overlijden. Door koude overlijdt zelden een baby.
- Zo lang de voetjes ( iets meer betrouwbaar dan het nekje) van een baby in bed prettig aanvoelen, heeft die het niet te koud. Een baby die zweet heeft het al gevaarlijk warm! Wij voelen regelmatig of de baby het niet te warm heeft.
- Wij zorgen dat het niet te warm is of wordt in de slaapvertrekken. De verwarming hoeft er niet vaak aan. De aanbevolen slaapkamertemperatuur is 15 tot 18 graden.
- Leg een baby bij voorkeur te slapen in een slaapzak of onder een laken met een dekentjes die goed kunnen worden ingestopt. Maak het bedje zo op dat de baby met de voeten nagenoeg tegen het voeteneind ligt ( dat heet laag opmaken).
- Wij gebruiken geen dekbed voor kinderen onder de twee jaar.
- Wij combineren zomers geen slaapzak met ander beddengoed. In de winter krijgen de kinderen een slaapzak aan en indien nodig een dunne deken.
- Wij laten een baby ook nooit met bedekt hoofd slapen!

### **3.3 Zorg voor veiligheid in het bed**

- Te zachte matrassen zijn blijkens vele onderzoeken een duidelijk verhoogd risico. Wij gebruiken in de bedjes goedgekeurde matrassen.
- Gastouder gebruikt nooit een kussen, een kussenachtige knuffel, zachte hoofd en zijwandbeschermers, zeiltjes, tuigjes, koorden of voorwerpen van zacht plastic in het bedje.
- Voor een fopspeen mag niet meer dan 10 centimeter koord worden gebruikt.
- Gastouder maakt het babybed kort op. Dit is bedoeld om te voorkomen dat het kind onder het beddengoed schuift. gastouder vermijdt ook het opvullen van ruimte aan het voeteneinde met dubbelgeslagen deken of een kussen.
- Gastouder ventileert slaapkamers goed door het raam altijd open te hebben van 's middags laat tot 's morgens vroeg. Tussendoor wordt er naar behoefte geventileerd (na gebruik).
- Het beddengoed wordt gewassen zodra er gewisseld word van het kindje dat erin gaat slapen en dagelijks gelucht.

### **3.4 Voorkom gezondheidsschade door (mee)roken**

Bij gastouders wordt er binnen niet gerookt.

### **3.5 Houd voldoende toezicht**

- Gastouder kijkt telkens als we een kindje naar bed brengt even in de andere bedjes. Wij houden 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 veroorzaken. Het is daarom verstandig om ouders van jonge baby's de gelegenheid te bieden om te komen wennen. Belangrijk is het hierbij dat ze tijdens deze wennmomenten een slaaperiode doormaken.
- Gastouder maakt gebruik van een babyfoon en gaat iedere 15 minuten even kijken.
- Als er ondanks alle voorzorgen toch een baby in slechte conditie wordt aangetroffen, prikkel het kind dan door het aan te tikken en wat te bewegen en zie of het zich herstelt. Zo niet, sla dan alarm (112 bellen) en begin met reanimatie en mond op mondbeademing. Het is van belang om van begin af aan feiten te noteren zoals het tijdstip, de omstandigheden en de betrokkenen.
- De ter hulp geroepen arts dient in het belang van het diagnostiek ook zo spoedig mogelijk de temperatuur van de baby op te nemen.

## **4. Samenvatting**

1. Gastouder laat jonge baby's voorafgaand aan de plaatsing 3 tot 4 keer wennen om te wennen aan de veranderende omstandigheden en de nieuwe routine
2. Gastouder houdt jonge baby's tijdens het slapen extra goed in de gaten
3. Gastouder controleert steeds alle kinderen als je er een naar bed brengt.
4. Gastouder zet de babyfoon aan en controleert elke 15 minuten.
5. Gastouder ventileert de slaapkamer regelmatig en zorgen dat het er niet te warm is.
6. Gastouder maakt het bedje laag op en gebruiken geen dekbed

## **5. Handelen in geval van calamiteit**

1. Blijf kalm
2. Prikkel de baby, zonder heftig te schudden
3. Roep hulp in (omstanders, burens enz)
4. Bel direct 112
5. Pas bij niet reageren mond op mond beademing toe
6. Maak notities

## **6. Nazorg**

Gastouderbureau Kids@home beseft dat in geval van overlijden nazorg voor de betrokken gastouder, stagiaires en de ouders belangrijk is. Goede communicatie tussen alle betrokkenen staat daarbij voorop. In de eerste plaats hebben de ouders recht op volledig inzicht van notities en informatie. Nazorg is van groot belang. Niet alleen voor ouders, maar ook voor de andere mensen in de kinderopvang. Aandacht voor alle betrokkenen en openheid over de gang van zaken voorkomen dat het rouwproces extra wordt belast.

Stichting Onderzoek en Preventie Zuigelingensterfte kan adviseren en behulpzaam zijn bij nazorg. Meer informatie is te verkrijgen bij:

Nederlands Centrum Jeugdgezondheid (NCJ)

Churchillaan 11

7<sup>e</sup> etage

3527 GV Utrecht

e-mail: [centrumjeugsgezondheid@ncj.nl](mailto:centrumjeugsgezondheid@ncj.nl)

[www.ncj.nl/programma-s-producten/preventie-wiegendood?wiegedoodnl=1](http://www.ncj.nl/programma-s-producten/preventie-wiegendood?wiegedoodnl=1)

[www.veiligheid.nl/kinderveiligheid/slapen/veilig-slapen-tips](http://www.veiligheid.nl/kinderveiligheid/slapen/veilig-slapen-tips)

## VERKLARING BUIK/ZIJ SLAPEN - INBAKEREN

Bij Gastouderbureau Kids@home hanteren we afspraken met betrekking tot veilig slapen, inbakeren en ter voorkoming van wiegendood. Een van de afspraken is dat kinderen op hun rug te slapen worden gelegd en dat als kinderen zichzelf op hun buik draaien en nog niet zelfstandig terug kunnen draaien, door de gastouder worden teruggelegd op hun rug. Op verzoek van de ouders kan hiervan worden afgeweken. Wanneer u het wenselijk vindt dat uw kind op de buik of de zij slaapt bij de gastouder, verzoeken wij u onderstaande verklaring te tekenen met in acht neming van het verhoogd risico op wiegendood.

Voor inbakeren is een schriftelijke verklaring van de arts en ouders nodig.

Naam kind:

.....

Geboortedatum kind:

.....

Met onderstaande verklaring geeft u aan dat de gastouder uw kind:

(aankruisen wat van toepassing is)

- Op de rug te slapen legt. Mocht uw kind zich naar de buik of zij draaien dan draait de gastouder uw kind **niet** terug op de rug
- Op buik of zij te slapen legt
- Ingebakerd mag worden

In drievoud opgemaakt.

d.d. ....

Naam vraagouder:

.....

Naam Gastouder:

.....

Handtekening:

.....

.....

*Er dient ten alle tijden een kopie gestuurd te worden naar Gastouderbureau  
Kids@home*