

Protocol Wiegendood

(Tekst gebaseerd op de richtlijnen uit *Veilig Slapen – in kinderopvang en bij gastouders*, Uitgave van het Nederlands Centrum Jeugdgezondheid. © Stichting Onderzoek en Preventie Zuigelingensterfte 2015)

Wiegendood, wat is het?

Wiegendood is het plotselinge overlijden van een “gezonde” baby tijdens de slaap. De meeste sterfgevallen doen zich voor in de eerste 6 levensmaanden. Na de 12^e levensmaand komt het nog nauwelijks voor.

Waardoor wordt het veroorzaakt?

In een aantal gevallen wordt alsnog een lichamelijke oorzaak gevonden, zoals een hartafwijking, een infectie, verstikking, kindermishandeling.

In die gevallen waarbij niets wordt gevonden, zijn soms een aantal risicofactoren aan te wijzen, die in onderlinge combinatie of apart tot wiegendood hebben geleid. Deze factoren zijn:

- Te vroeg geboren;
- Behorend tot het mannelijk geslacht (wiegendood komt meer bij jongetjes voor);
- Buikslapen;
- Warmtestuwing;
- Onveilige slaappleaats;
- Roken in de nabijheid van de baby;
- Verkoudheid;
- Oververmoeidheid;
- Onvoldoende ventilatie;
- Gebruik van bepaalde medicijnen.

Bij kinderopvang De Jagershof moeten alle medewerkers (ook stagiaires en invalkrachten) kennis dragen van de preventieaanbevelingen *Veilig Slapen* zoals gepubliceerd op de website van Het NCJ.

<https://www.ncj.nl/programma-s-producten/preventie-wiegendood>

Tevens hangen er verkorte instructies in ieder slaapkamer.

Deze adviezen gelden voor de eerste twee levensjaren.

Wat kun je als PM-er doen?

1. Laat een baby op de rug slapen:

Leg een baby nooit op zijn buik te slapen (ook niet voor één keer), tenzij op medisch advies of als de ouders dat willen. Je wijst de ouders dan uitdrukkelijk nogmaals op de preventieadviezen. Wanneer ouders dit toch willen, dan wordt dit schriftelijk vastgelegd op het veilig slapen formulier van het betreffende kind en genoteerd op de bedlijst

2. Voorkom dat een baby te warm ligt

Zorg dat de baby niet te warm ligt: let op beddengoed, kleding, zon, verwarming. Bij transpireren heeft de baby het al gevaarlijk warm!

3. Veilig kinderbed:

- spijlen niet verder dan 7,5 cm uit elkaar;
- een stevige goed passende matras in goede staat;
- geen kussens, geen koordjes, geen plastic, geen zeiltje onder het hoofdgedeelte, geen armbandjes of staartelastiekjes;
- bij voorkeur trappellzakje en eventueel katoenen dekentje gebruiken;

Protocol Wiegendood

- het bed zo "kort" opmaken, dat de voetjes tot aan het voeteneind reiken en de dekentjes niet verder dan de schouders komen, maar de deken ook niet dubbel vouwen, want dit is te warm;
- het gebruik van een babyslaapzak maakt het gebruik van dekens overbodig;
- wanneer een baby gewend is aan een fopspeen bij het slapen gaan, wordt deze ook in de kinderopvang consequent gegeven, om veranderingen in de routine (die duidelijk een risico verhogend effect hebben) te beperken.
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.
- goede ventilatie in de slaapkamer, temp. tussen 15 en 18 °C;

4. Voorkom gezondheidsschade door meeroken

Niet alleen voor wiegendood is roken een risicofactor. De rook van volwassenen kan een baby veel schade doen, met blijvende gevolgen. Daarom mag nergens binnen onze gebouwen gerookt worden.

5. Houdt voldoende toezicht

- Kijk telkens als je een kindje naar bed brengt even in de andere bedjes;
- voortdurend toezicht op de babyslaapkamer, richtlijn minstens 1 maal per 3 kwartier;
- verkoudheden proberen te beperken door alle ruimten en kinderen regelmatig te luchten, uit de buurt van baby's te blijven als je snipverkouden bent en goed handen te wassen, voordat je een baby oppakt;
- voorkom oververmoeidheid van de baby door regelmaat en vaste gewoonten;
- houdt 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 kan veroorzaken. Probeer daarom ook altijd tijdens de wenaafspraken ook een slaapmoment in te plannen.
- Wanneer een baby beter in slaap valt in een kinderwagen, dan geven de ouders daar toestemming voor op het intakeformulier. Ook voor het slapen in een kinderwagen gelden de regels voor een veilig kinderbed.
- De kinderwagen mag nooit worden afgedekt, om warmtestuwing te voorkomen.
- Gebruikt een baby medicijnen, let dan bij de ouders na of deze zijn gecontroleerd op slaapverwekkende bijwerkingen. (sommige artsen letten daar onvoldoende op!)
- Maak gebruik van een camera of babyfoon, zeker als er buiten wordt gespeeld of wanneer een Pm'er 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.

Het is van belang om actief te handelen, omdat er sprake kan zijn van een zogeheten ALTE (Apparent life threatening event = ogenschijnlijk levensbedreigende gebeurtenis), die ten goede kan worden gekeerd. Een baby die bleek, blauw en/of slap wordt aangetroffen, kan na prikkeling betrekkelijk snel weer bijkomen.

Protocol Wiegendood

Roep andere Pm'ers 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. De te hulp geroepen arts dient in het belang van de diagnostiek ook zo spoedig als mogelijk is de temperatuur van de baby op te nemen.

HANDELEN IN GEVAL VAN CALAMITEIT

- Blijf kalm.
- Prikkel de baby (*zonder* krachtig te schudden!).
- Roep de hulp in van collega's.
- Bel direct 112.
- Pas bij niet reageren op prikkelen reanimatie en mond-op-mondbeademing toe.
- Maak notities.
- Ouders laten waarschuwen
- Directeur laten waarschuwen

Nazorg:

In het geval dat een kind is overleden, dient gezorgd te worden voor de opvang van de ouders door de directeur. Dit gebeurt in een aparte ruimte. Ook is het belangrijk dat de arts en de betrokken PM-er hierbij aanwezig zijn voor de eerste informatie.

Blijf contact houden met de ouders en schroom niet over het gebeurde te praten. Vaak hebben ouders behoefte aan een gesprek.

Een goede opvang voor de betrokken PM-er(s) is **net zo belangrijk**. Vaak voelen zij zich ten onrechte schuldig. Ook voor hen kan het verwerkingsproces maanden of jaren duren. Medeleven en begrip van collega's kunnen een grote steun zijn.

De directeur draagt zorg voor de informatievoorziening naar alle ouders.

In overleg met directeur en locatiehoofden zal er in de groepen aandacht aan het overlijden besteed worden. Ook is het mogelijk dat er een deskundige wordt uitgenodigd voor een bijeenkomst (zowel voor leiding als ouders)

Aanbevolen wordt om in geval van plotseling en onverwacht overlijden daarvan tevens melding te maken aan de Landelijke Werkgroep Wiegendood via het speciale meldnummer: 06 – 51 29 37 88.

Een te hulp schietende arts kan adviseren over de mogelijkheden van nader (medisch) onderzoek.

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).

De directie beseft dat in geval van overlijden nazorg voor de ouders, de betrokken Pm'er 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 werkgroep en de stichting onderzoek en preventie zuigelingensterfte kunnen adviseren en behulpzaam zijn bij nazorg.