

Protocol Hygiene

Voor je ligt het protocol Hygiëne in de gastouderopvang.

Wij vinden hygiëne van groot belang en hebben hierom dit protocol opgesteld. De hygiëne wordt ook jaarlijks met de gastouder doorgenomen in de vorm van de Risico Inventarisatie.

Lees dit protocol aandachtig door, zodat je op de hoogte bent van de hygiëne eisen en zodat je volgens dit protocol kunt werken.

Handhygiëne

Een goede handhygiëne is een van de meest effectieve manieren om besmetting te minimaliseren.

Onderstaande punten gelden zowel voor de gastouder, als voor de kinderen:

Handen moeten gewassen worden (met zeep) voor:

- het aanraken en bereiden van voedsel
- het eten/drinken of het helpen met eten/drinken
- het verschonen van een kind

Handen moeten gewassen worden (met zeep) na:

- schoonmaakwerkzaamheden
- buiten spelen, spelen in de zandbak
- toiletbezoek/kind helpen bij het toiletbezoek op het potje
- het verschonen van een kind
- hoesten en/of niezen
- snuiten en/of neuzen schoonmaken
- contact met lichaamsvocht zoals: bloed, urine, ontlasting, braaksel, snot, speeksel en traanvocht

Persoonlijke verzorging

Zeker de persoonlijke verzorging van de gastouder is erg belangrijk. Als gastouder heb je lichamelijk contact met alle kinderen en ben je een doorgeefluik van micro-organismen. Als gastouder let je dus extra op bij:

- wondjes: zorg ervoor dat wondjes altijd afgedekt zijn met een pleister
- sieraden: het is verstandig om geen hand- en armsieraden te dragen. Dit bemoeilijkt het handen wassen (niet veilig) en er kan vuil blijven zitten (onhygiënisch)
- haarverzorging: lang haar kan het beste opgestoken worden of in een staart worden gedragen
- kleding: zorg te allen tijde voor schone kleding

Persoonlijke verzorging van de kinderen

Om besmetting met ziektekiemen zoveel mogelijk te minimaliseren hoort ook kinderen het volgende aangeleerd te worden:

- de kinderen na het eten wassen met een voor ieder kind apart, schoon washandje of nat doekje
- bij voorkeur papieren zakdoekjes gebruiken voor het snuiten van de neus en die direct weggooiden in een afsluitbare afvalbak
- kinderen leren speelgoed niet mee te nemen naar het toilet vanwege de verspreiding van ziektekiemen
- kinderen leren handen te wassen na toiletbezoek of gebruik van het potje

Protocol Hygiene

- kinderen leren handen te wassen voor het eten
- handdoeken, theedoeken en vaatdoekjes dagelijks verschoonen. Zo nodig vaker als de doek al erg vuil of nat is
- ieder kind gebruikt zijn/haar eigen tandenborstel. Deze worden apart bewaard en goed schoongemaakt
- ieder kind gebruikt een eigen, aparte beker, bord en bestek
- ieder kind die slaapt bij de gastouder heeft zijn/haar eigen beddengoed
- de ruimte waar een baby wordt verschoond, wordt na elke verschooning goed schoongemaakt

Hoesten, niezen en snuiten

Bij hoesten en niezen ontstaan kleine vochtdruppeltjes, die in de lucht blijven hangen. In deze druppeltjes kunnen micro-organismen zitten. Als deze druppeltjes door een ander worden ingeademd, nestelen de micro-organismen zich bij deze persoon in de neus, mond, of keel met mogelijk ziekte tot gevolg.

Besmetting via hoesten, niezen en snuiten minimaliseren:

- niet in de richting van een ander hoesten of niezen. Leer de kinderen te hoesten en te niezen in de binnenkant van de arm
- na hoesten en niezen handen wassen met zeep
- zet zakdoekjes altijd binnen bereik
- zakdoekjes na gebruik altijd direct weggooien in een afsluitbare afvalbak

Van belang is:

- kinderen op tijd laten snuiten om snottebelverspreiding tegen te gaan
- na elke snuitbeurt de handen wassen met zeep
- de opvangruimte voldoende ventileren en luchten

Voeding en hygiëne

Hygiëne bij het bereiden van voedsel is van belang om voedselinfectie of voedselvergiftiging zo veel mogelijk te voorkomen. Voordat er eten of drinken aangeraakt wordt moeten de handen zorgvuldig gewassen worden, met zeep.

Verder is het van belang om te letten op:

- koelkast een keer in de week schoonmaken
- de temperatuur van de koelkast mag niet hoger worden dan 4 graden
- alles goed afsluiten als je iets terugzet in de koelkast
- melkproducten niet te lang buiten de koelkast laten staan
- vriezer moet een temperatuur hebben tussen de -18 graden tot -20 graden
- datum vermelden bij het invriezen van producten
- bij ijsvorming vriezer ontdooien en schoonmaken of na uiterlijk drie maanden
- groente en vlees niet op dezelfde snijplank snijden
- maak gebruik van een afsluitbare afvalbak, liefst met voetpedaal

Flesvoeding en hygiëne

Ieder kind heeft een eigen fles en zonodig een speen, waar zijn/haar naam op staat om verwarring te voorkomen. Restjes flesvoeding mogen niet bewaard en/of opnieuw verwarmd worden. Dit geldt ook voor borstvoeding.

Verder is het van belang te letten op:

Protocol Hygiene

- goed handen wassen voor het maken van een fles
- kijken welke voeding en hoeveel cc het kind gebruikt
- afmeten van het warme water in de fles (op de pols controleren)
- aantal schepjes voeding met een schoon, bijgevoegd maatschepje in de fles doen
- fles goed schudden met een dop ter bescherming van de speen (niet met de vingers de speen dichtknijpen)
- blikken poeder moeten droog en afgesloten bewaard worden
- bereide kunstvoeding moet direct worden gebruikt en dus niet worden bereid voor de hele dag
- na de fles gegeven te hebben de fles en speen goed schoonmaken met een ragertje
- flessen en spenen dagelijks uitkoken in een pan met kokend water, of steriliseren in een daarvoor bestemde sterilisator die je in de magnetron kunt laten destilleren.

Borstvoeding en hygiëne

Afgekolfde moedermelk is een waardevolle vloeistof; een combinatie van antistoffen, levende cellen en andere bestanddelen die de baby beschermen tegen infecties en hem helpen zijn optimale groei en ontwikkeling te bereiken. De manier waarop omgegaan wordt met afgekolfde melk is bepalend voor het behoud van de voedingswaarde en de ziektebestrijdende eigenschappen.

Ontdooien en verwarmen

Moedermelk kan zich tijdens het bewaren scheiden in een melklaag en een roomlaag. Dit is normaal. Zwenk de melk rustig om room en melk weer te mengen, voordat de melk aan het kind wordt gegeven.

Moedermelk moet met zorg ontdooid en verwarmd worden om kwaliteitsverlies door te hoge temperaturen te voorkomen. Bevroren moedermelk wordt ontdooid in de koelkast of door de melk onder koel stromend water te houden. Gekoelde moedermelk kan verwarmd worden door het onder warm stromend water te houden. De temperatuur van het stromende water wordt geleidelijk verhoogd tot de melk de juiste temperatuur bereikt. Vanuit milieu-oogpunt is deze optie echter niet de meest ideale.

Het is ook mogelijk om het flesje of bakje waarin de melk zit, in een pan met warm water te plaatsen. Als het water niet meer warm genoeg is, kan het weer worden opgewarmd.

Verwarm moedermelk nooit rechtstreeks op het fornuis. Sommige kinderen vinden het geen probleem om koude melk te drinken.

Magnetron

Gebruik liever geen magnetron voor het verwarmen van moedermelk. Omdat vloeistoffen in een magnetron niet gelijkmatig verhit worden, kunnen er zogenaamde 'hotspots' ontstaan in de melk. Als de magnetron toch gebruikt wordt, kan dit het beste op een lage stand gebeuren en moet het verwarmen een aantal keer worden onderbroken om de heterere delen met de rest van de melk te mengen.

Toilet hygiëne voor peuters

Leer kinderen aan om op het toilet te gaan zitten zonder met de handen de toiletpot aan te raken. Zorg daarom voor een opstapje bij het toilet of help het kind hierbij. Na toiletgebruik moeten de kinderen hun handen wassen met zeep. Als er een potje wordt gebruikt, moet het potje na ieder gebruik schoongemaakt worden.

Verschoenen van aankleedkussen, bedjes en textiel

Gebruik bij iedere verschoonbeurt een schone handdoek/luierdoek of kies ervoor om het aankleedkussen na ieder gebruik te desinfecteren. Gooi de vieze luiers direct weg na het verschoenen en was de handen met zeep.

Protocol Hygiene

De kinderen slapen zoveel als mogelijk in een eigen bedje met eigen beddengoed. Als het bedje gedeeld wordt is het raadzaam na elke wisseling het matrasje te draaien. Het beddengoed wordt wekelijks, of vaker indien nodig, gewassen. Ook knuffels, ander stoffen speelgoed, verkleedkleden regelmatig wassen.

Schoonmaakwerkzaamheden

Wat is belangrijk in de hygiëne op de opvanglocatie:

- toilet dagelijks schoonmaken en zo nodig extra
- speelgoed regelmatig en bij zichtbare vervuiling schoonmaken. Vloer en meubilair dagelijks schoonmaken, liefst als er geen kinderen aanwezig zijn
- de hoger gelegen oppervlakken wekelijks schoonmaken
- kies planten en bloemen die allergeenarm zijn
- verschoon potgrond jaarlijks
- houd de woning te allen tijde 24 uur per dag rookvrij

Ventilatie

Een slechte binnenlucht kan ernstige gezondheidsproblemen veroorzaken.

Wat kun je doen:

- dagelijks even luchten vlak voordat de kinderen komen
- een ventilatierooster of klappaampje 24 uur per dag open laten staan
- zorg ervoor dat de temperatuur en de luchtvochtigheid niet te hoog worden

Vocht komt onder andere in de woning door koken, douchen, uitademmen en transpiratie van ons lichaam, maar er kan ook vocht optrekken vanuit de kruipruimte of de woning is een nieuwbouwwoning die in de beginjaren nog veel bouwvocht verliest.

Vochtoverlast ruik en zie je. Er is sprake van vochtoverlast:

- als de ruiten lang beslagen blijven
- als er een bedompte lucht in huis hangt
- er schimmelplekken op de muren zitten
- het behang los laat
- verf afbladdert

Protocol Hygiene
