

3.10.7. Hygiëne-, gezondheid- en binnenmilieuprotocol

Afspraken over het **meten van CO₂ en over het meten van de luchtvochtigheid** staan in dit document onder kop 'Gezond Binnenmilieu'.

Afspraken over **voedselhygiëne** staan in document 3.10 Voedselhygiëne in het handboek kwaliteit.

Hygiëne en gezondheid

Binnen de organisatie gebruiken we het Hygiëne protocol uit het document 'Gezondheidsrisico's in een kindercentrum of peuterspeelzaal (0-4 jarigen)' en 'Gezondheidsrisico's in een basisschool of buitenschoolse opvang' van Juli 2011 van het Landelijk Centrum Hygiëne en Veiligheid. Hoofdstuk 5 en 6 zijn toegevoegd achteraan in het document om de afspraken bij de hand te hebben.

Extra aanvullingen hierop zijn:

Afspraken over Wondverzorging/ziekte

- Bij elk contact met bloed, wondvocht of lichaamsvochten die zichtbaar met bloed zijn vermengd worden wegwerphandschoenen gedragen. Gemorst bloed wordt met handschoenen aan met een papieren tissue verwijderd en het oppervlak wordt daarna gewassen met water en allesreiniger waarna het wordt gedesinfecteerd. Handschoenen worden gewassen na uittrekken van de handschoenen. Handschoenen worden altijd direct weggegooid.
- Handschoenen wassen vóór het aanbrengen van crème of zalf
- Zieke medewerkers besteden extra aandacht aan een goede handhygiëne
- Medewerkers weten hoe te handelen als ze ziek van vakantie terugkomen
- Pus/wondvocht/bloed wordt voordat het gaat lekken met bijvoorbeeld een steriel gaasje gedept en afgedekt met pleister of verband, verschoon de pleister of het verband regelmatig.
- Materialen en oppervlakken die verontreinigd zijn met pus, wondvocht of bloed worden direct met een reinigingsmiddel schoongemaakt, nagespoeld en droog gemaakt
- Zieke kinderen krijgen een eigen handdoek of gebruiken papieren handdoekjes
- Zieke kinderen krijgen eigen speelgoed
- Zieke kinderen krijgen eigen beker en bestek
- Wanneer zieke kinderen met verkleedkleden spelen, worden de kleden extra gewassen
- Wanneer zieke kinderen (met bijvoorbeeld een koortslip) met de knuffels voor algemeen gebruik spelen, worden de knuffels direct extra gewassen
- Speelgoed waarmee een ziek kind heeft gespeeld, wordt gereinigd voordat andere kinderen het gebruiken
- Bij gebruik van de thermometer worden hoesjes gebruikt om te voorkomen dat de thermometer verontreinigd raakt.
- Reinig de thermometer na ieder gebruik met water en zeep gereinigd en desinfecteer met alcohol
- Met bloed bevulde kleding en linnengoed wordt op 60°C gewassen
- Er worden spatels, vingercondooms of rubber handschoenen gebruikt bij het gebruiken van crème of zalf bij 0 tot 4 jarigen, bij oudere kinderen wordt extra gelet op handhygiëne
- Bij bijtincidenten waarbij bloed vrij komt: laat het wondje goed doorbloeden, spoel de wond met water, desinfecteer de wond, dek de wond af met een pleister, was de handen met water en zeep. Er moet binnen 24 uur contact opgenomen met de huisarts of GGD.

Afspraken over Slabbers/washandjes

- Ieder kind gebruikt een schoon spuugdoekje/slabber
- Doekjes/slabbers worden meteen na gebruik opgeruimd
- Voor ieder kind wordt een schone (wegwerp)washand gebruikt
- Gebruikte washanden worden direct opgeruimd of weggegooid

Afspraken over Speelgoed

- Beschadigd speelgoed wordt direct verwijderd
- Zichtbaar verontreinigd speelgoed wordt direct gereinigd
- Speelgoed voor binnen en buiten wordt gescheiden gehouden

SKH - Handboek Kwaliteit

3.10.7 Hygiëne-, gezondheid – en binnenmilieuprotocol

versie 07/20

- Speelgoed wordt in afgesloten kasten (stofvrij) opgeborgen of de open kasten met speelgoed zijn stofvrij
- Speelgoed dat in de mond genomen wordt, wordt dagelijks gereinigd

Afspraken over Slaapkamers

- Kinderen slapen op eigen onderlaken
- Zichtbaar vuil beddengoed wordt direct verschoond
- Groepsleiding ziet toe dat kinderen hun eigen slaapzak hebben
- Waar mogelijk worden tijdens het opmaken van bedden en het opvouwen van wasgoed worden ramen wijd opengezet

Afspraken over Toiletruimte

- Pedagogisch medewerker ziet er op toe dat er geen speelgoed mee naar het toilet genomen wordt
- We gebruiken geen potjes, mochten ze er incidenteel zijn, dan worden ze na gebruik gelijk gereinigd met water en allesreiniger en droog buiten bereik van kinderen opgeborgen.
- De kraan (handcontactpunt) wordt minimaal dagelijks gereinigd

Afspraken over Stoffenspeelgoed/verkleedkleden

- De verkleedkleden worden op 60°C gewassen of verkleedkleden die op 40°C gewassen worden, worden na het wassen in de droger gedroogd
- Verkleedkleden worden maandelijks gewassen
- Niet wasbare textiel (zoals kussens of matrassen) wordt van een mijtwerende hoes voorzien
- Gordijnen worden periodiek gewassen

Afspraken over Groepsruimte

- Ramen van te warme ruimtes, waar zon op staat, worden van een zonwering voorzien
- Ruimtes zijn zo ingericht dat stofnesten worden voorkomen
- Waar mogelijk worden gesloten opbergruimtes gebruikt
- Zichtbaar verontreinigde ruimtes worden direct schoongemaakt
- Bij handmatig stofwissen worden stofbindende doeken gebruikt
- Als er in het bijzijn van kinderen wordt gestofzuigd met een stofzuiger zonder HEPA-filter, worden de ramen wijd opengezet
- Er wordt stofvrij schoolkrijt gebruikt
- Schoolborden worden met een vochtige doek schoongemaakt
- Hete thee: Er wordt geen pot thee gezet, alleen losse kopjes. Zo wel, dan wordt de thee in thermoskannen bewaard. Er wordt geen hete drank gedronken met een kind op schoot
- Giftige stoffen (schoonmaakmiddelen, toners etc) worden hoog opgeborgen, ook in de andere ruimtes
- Gladde natte vloeren, waarover uitgegleden kan worden, worden zo snel mogelijk drooggemaakt.

Afspraken over Buitenruimte/Buitenspelen

- Er wordt voorkomen dat kinderen eten of drinken in de zandbak.
- In de buitenruimte wordt zoet eten en drinken beperkt (ivm wespen).
- Plakkerige handen en monden worden bij buitenspelende kinderen direct schoongemaakt (oa ivm wespen)
- Bij buiten drinken worden rietjes gebruikt om te voorkomen dat een bij of wesp in de mond of keel terecht komt.
- Neem altijd een pincet en Aspivinin mee tegen steken. Als het kind wordt gestoken, verwijder direct de angel en zuig het gif weg met de Aspivinin.
- Er wordt voor kinderen anti-zonnebrandmiddel met een factor (SPF) van ten minste 20 gebruikt en het middel beschermt zowel tegen uv-a-straling als tegen uv-b-straling
- Kinderen worden van begin mei tot eind september op alle dagen dat het zonnig of half bewolkt is ingesmeerd; ook als ze in de schaduw spelen. Kinderen worden om de twee uur opnieuw ingesmeerd.
- Kinderen onder de twaalf maanden worden niet aan direct zonlicht blootgesteld.

- Er wordt op toegezien dat kinderen zoveel mogelijk een T-shirtje en een zonnehoedje dragen als ze buitenspelen.
- Er wordt voor goede kleding gezorgd als het erg koud is
- Bij extreem lage temperaturen wordt de duur van het buiten spelen beperkt
- Groepsleiding ziet er op toe dat kinderen hun handen wassen na het spelen in het zand.
- Veeg het zand goed van de kleding af.
- Controleer het zand op vuil voor het spelen en maak zo nodig schoon.
- Indien nodig worden uitwerpselen van honden en katten met ruim zand uit de zandbak geschept
- Het zand wordt verschoond als uitwerpselen van honden of katten in het zand worden aangetroffen, die er langer dan 3 weken in hebben gelegen
- Er wordt voorkomen dat honden en katten toegang hebben tot de zandbak
- Bedek de zandbak met een vochtdoorlatende dekking.
- Afval (buiten) wordt in gesloten containers of zakken opgeborgen

Afspraken zandwatertafel (binnen en buiten)

- Vernieuw het zand minimaal vier keer per jaar
- Houd de omgeving van de zandwatertafel schoon
- Laat de kinderen niet eten of drinken bij de zandwatertafel
- Was de handen van de kinderen na het spelen

Afspraken voor als er buiten zwembaden worden neergezet

- Voor kinderen die nog niet zindelijk zijn, worden zwemluiers gebruikt
- Het water in kleine badjes wordt dagelijks verschoond
- Badjes worden voor het vullen gereinigd
- Voor het vullen van badjes wordt water van drinkwaterkwaliteit gebruikt
- Het water wordt indien nodig tussentijds vervuiling verschoond
- Maak het zwembad schoon na ieder gebruik
- De badjes worden droog opgeborgen als ze niet worden gebruikt
- Voor gebruik in het badje wordt het juiste speelgoed gekozen van geschikte materialen (geen bekertjes waar kinderen uit drinken bijvoorbeeld)
- Maak badspeelgoed goeds schoon na gebruik
- Groepsleiding ziet er op toe dat kinderen niet eten of drinken in het zwembad
- Zorg ervoor dat er geen dieren in het water kunnen komen

Afspraken over Dieren en ongedierte

- Dieren worden binnen niet toegelaten.
- Kinderboerderijen worden alleen bezocht na overleg met ouders
- Bij bezoek aan dieren is er steeds voldoende begeleiding aanwezig
- Als dieren gevoerd worden, let de pedagogisch medewerker op dat dit voorzichtig gebeurt
- Groepsleiding ziet er op toe dat kinderen na contact met dieren hun handen wassen
- Pedagogisch medewerkers zijn alert op het voorkomen dat kinderen door een dier gebeten of gekrabd worden
- Bij overlast van vliegen wordt een vliegenlamp gemonteerd op de plaats waar vliegen het gebouw binnenkomen
- Bij overlast van insecten wordt een hor voor raam of deur geplaatst om de insecten te weren.
- Uitwerpselen van ongedierte worden direct opgeruimd.
- Plaagdierbeheersing:
 1. *Voorkom dat plaagdieren het gebouw binnenkomen „
Verwijder wild struikgewas binnen 2 meter van het gebouw. Een hoge begroeiing zorgt ervoor dat knaagdieren een schuilplaats kunnen vinden. Door dit weg te halen ontstaat een open ruimte die de plaagdieren moeten oversteken en waar ze beter zichtbaar zijn voor roofvogels etc. Het neerleggen van grind binnen deze afstand, schrikt plaagdieren extra af. Bescherm ventilatieopeningen in muren en stootvoegen. De huismuis kan al door een opening van een halve centimeter kruipen. Zorg ervoor dat tussen deuren en ramen geen kieren zitten. Let erop dat binnen ook vloeren en muren zoveel mogelijk kiervrij zijn. Laat geen deuren onnodig openstaan. Ca. 15 cm brede, gladde stroken op buitenmuren voorkomen dat plaagdieren makkelijk naar boven kunnen klimmen.*

2. Verminder de aantrekkelijkheid van het verblijven in (omgeving van) het gebouw. Plaagdieren die het gebouw binnentrekken zijn op zoek naar drie dingen: een schuilplaats, water (vooral ratten) en voer. Zaken die in een gemiddeld gebouw ruim voorhanden zijn. Beperken van hun toegang tot voedselbronnen is relatief eenvoudig. Laat geen etenswaren onafgedekt staan. „ Plaats producten van de muren en van de grond. Knaagdieren hebben een slecht gezichtsvermogen en willen graag langs de muren lopen zodat ze aan één zijde bescherming hebben. Door producten van de vloer en de wand te plaatsen worden ze beter zichtbaar en kunnen ze zich niet meer verschuilen. Ruim rommel in en om het gebouw op, zodat plaagdieren zich minder gemakkelijk kunnen verschuilen. Dicht plekken waar leidingen de muur in gaan (de zogenaamde doorvoeren) tussen de verschillende afdelingen af met deugdelijke (niet-doorknaagbare) materialen. Porschuim is prima door te knagen, en biedt dus geen uitkomst. Gebruik in plaats hiervan cement. Via kabelgoten kunnen muizen en ratten zich razendsnel verplaatsen.

3. Controleer binnenkomende goederen. Controleer binnenkomende goederen (en ook de pallets!) op aanwezigheid van vraatschade, uitwerpselen, buikmeersporen etc.. Buikmeersporen zijn bruine/zwarte plekken die ontstaan doordat de vette vacht van knaagdieren steeds langs dezelfde plek (bijvoorbeeld een stuk pallet) komt.

Afspraken over Facilitair/Accommodatie/Overige

- Voor geisers, CV-ketels en kachels is een onderhoudscontract afgesloten
- Afzuigkappen hebben een afvoerkanaal naar buiten
- Er wordt geen gasoven gebruikt
- Droogbloemen, knutselwerken en dergelijke die niet gereinigd worden, worden na een maand verwijderd
- Luidruchtige werkzaamheden worden zo gepland dat geluidsoverlast voorkomen wordt
- Bij geluidsoverlast worden passende maatregelen genomen
- Potgrond wordt jaarlijks verschoond
- Potten en schotels met schimmelvorming worden direct vervangen of gereinigd

Gezond Binnenmilieu

CO₂ meting

Afspraken met betrekking tot ventileren en luchten:

- Zorg dat alle verblijfsruimten (groepsruimten, enz.) voldoende voorzieningen hebben om te ventileren. Ventilatievoorzieningen zijn ramen, roosters of een mechanische installatie. Voldoende betekent geschikt voor genoeg ventilatie voor een gezond CO₂ onder alle omstandigheden: dag en nacht, hitte en koude, bij volle bezetting, enz.
- Zet bij binnenkomst de mechanische ventilatie in de stand die zorgt dat het CO₂-gehalte laag genoeg blijft. Meestal is dit de hoogste stand. Bij CO₂ gestuurde meters wordt dit automatisch geregeld
- Open bij het gebruik van ruimten zoveel mogelijk ramen en roosters, die zich meer dan 1.80 meter boven de vloer bevinden. Zet een raam open tijdens gebruikstijden in het toilet en de keuken.
- Zorg dat ramen in verschillende kierstanden kunnen staan met behulp van een gebruiksvriendelijke bediening. Mechanische ventilatie in verblijfsruimten moet instelbaar zijn in een aantal standen, bijvoorbeeld voor dag en nacht, of CO₂ gestuurd.
- Lucht de ruimten tijdens bewegingsspelletjes, stofzuigen en andere activiteiten die stof of verontreiniging verspreiden.
- Ventileer ook wanneer er niemand aanwezig is, bijvoorbeeld in de nacht en in het weekend. Zet de ventilatie dan niet uit maar laag. Lucht 's morgens vroeg de ruimten die 's nachts eventueel niet geventileerd zijn.
- Voorkom last van tocht, de ventilatievoorzieningen moeten gespreid zitten over bijna de hele lengte van de gevel.
- Zet alle open ramen en roosters op een kleinere kier als er tocht optreedt. De luchttoevoer blijft verdeeld over veel kleine openingen waardoor er minder snel hinder optreedt.
- Verminder terugkerende klachten over tocht door afstand te nemen van de buitenramen. Richt

de ruimte eventueel anders in, bijvoorbeeld de speelhoek niet vlak bij de buitenramen. Verminder eventuele klachten over koude door warmere kleding te dragen of door meer te verwarmen.

Afspraken en instructie met betrekking tot het meten van CO₂

- Alle locaties (muv locaties met één groepsruimte) hebben een eigen CO₂-meter, kdv hebben per groep er één tot hun beschikking.
- De CO₂ waardes worden per ruimte (ook slaapruiimte en gemeenschappelijke ruimtes) minimaal 2x per jaar gedurende een week gemeten en genoteerd op het formulier.
- Als er niet gemeten wordt staat de meter wel aan op een zichtbare plek.
- Zorg voor een CO₂-meter waarbij continu het CO₂-gehalte afleesbaar is.
- Zorg voor een CO₂-meter met gekleurd licht die aangeeft of het CO₂-gehalte goed, matig of slecht is.
- De meetwaarde van het CO₂-gehalte moet juist zijn. Dit kan door het gebruik van een *zelf-ijkende* CO₂-meter. Daarvoor is het noodzakelijk de CO₂-meter na 14 dagen even in de buitenlucht of bij een wijd open raam te plaatsen totdat de meetwaarde van het CO₂-gehalte stabiel blijft op een bepaald niveau.
- Voor een betrouwbare ijking is het ook noodzakelijk dat de CO₂-meter dag en nacht aan staat.
- Plaats de CO₂ meter op een hoogte van 150 cm boven de vloeroppervlakte.
- Zet de CO₂-meter niet dichtbij een ventilatievoorziening, zoals een raam, niet in direct zonlicht en let op direct uitademen bij het apparaat. Dit beïnvloedt de werkelijk aanwezige CO₂-waarde.
- Houd het CO₂-gehalte lager dan 1000 ppm. Als het kan, lager dan 800 ppm.
- Houd per ruimte een logboek bij van de gemeten CO₂-gehalten. Zie bijlage bij 3.10.7.
- Elke ruimte moet gedurende 5 achtereenvolgende dagen gemeten worden, minimaal 1x per jaar. Bij voorkeur niet in de zomer, omdat dan sowieso meer/genoeg wordt gelucht.
- Bewaar de meetgegevens tenminste voor de laatste 24 maanden om inzage mogelijk te maken.

Instructie CO₂ meter

- 1 Plaats de voeding van de CO₂ meter in het stopcontact.
- 2 Druk op Power.
- 3 De meter staat nu aan en start met de meting, let erop dat de één van de LED lampjes hierbij brandt.
- 4 Boven in het display wordt de temperatuur aangegeven.
- 5 Onderin het display wordt het CO₂ gehalte aangegeven.

Luchtvochtigheid meting

- Controleer minstens 1 maal per jaar, het liefst vaker, in ieder geval tijdens de CO₂ meting de luchtvochtigheid. Als in het CO₂ apparaat geen hygrometer zit, deze apart aanschaffen.
- De luchtvochtigheid hoort tussen de 40% en 60% te liggen.
- De luchtvochtigheid mag in de winter niet langdurig hoger zijn dan 60%.
- Zorg dat de hygrometer minder dan een jaar van tevoren geïjkt is. Maak een logboek voor dit meetapparaat. De hygrometer kan een onderdeel zijn van een CO₂-meetapparaat.
- Leg de metingen in een logboek vast en vermeld tenminste: naam van de ruimte, afgelezen hoogste waarde van de luchtvochtigheid per week en tevens van de temperatuur op dat moment, datum van meting en datum van ijking van het meetapparaat.

Afspraken over temperatuur- en vochtbeheersing

- Stel de temperatuur in de groepsruimten in op 20 °C. In groepsruimten mag de temperatuur niet lager zijn dan 17 °C en niet hoger dan 27 °C.
- Voorkom temperatuurschommelingen van meer dan 5 °C.
- Zorg voor een thermometer in iedere ruimte waar kinderen verblijven.
- Oorzaken van een te hoge luchtvochtigheid zoals lekkages worden direct bestreden

Afspraken over onderhoud en reiniging van ventilatievoorzieningen

- Zorg voor een onderhoudscontract waarin vastgelegd is dat het mechanische ventilatiesysteem tenminste jaarlijks schoon wordt gemaakt.
- Laat iedere 4 jaar per ruimte de hoeveelheid lucht die het systeem verplaatst, meten en opnieuw inregelen. Laat dit vastleggen in een certificaat zoals van de Ventilatieprestatiekeuring of een gelijkwaardige schriftelijke inregelstaat.
- Reinig of vervang de filters van een eventuele mechanische luchttoevoer conform instructies van de leverancier (dit kan vaker zijn indien er een verbouwing of veel verkeer in de directe omgeving is).
- Leg reiniging, meting en inregeling van een eventuele mechanische luchttoevoer vast in een logboek
- Houd ventilatieroosters in ramen schoon, ook het binnenwerk.
- Let op dat spleten onder binnendeuren en roosters in binnendeuren of wanden niet afgedekt worden. Ze zijn nodig voor de luchtstroom van de ene ruimte naar de andere (*dwarsventilatie*).
- Op warme dagen 's nachts wordt geventileerd om het gebouw af te koelen
- Er wordt extra geventileerd tijdens het branden van kaarsen (er worden geen kaarsen gebrand!)
- Verbrandingsgassen komen niet via de ventilatievoorzieningen in de binnenruimte terecht
- Verontreinigde lucht komt niet via de ventilatievoorzieningen in de binnenruimte terecht
- Luchtfilters van een mechanische luchttoevoer worden periodiek vervangen volgens de gebruiksaanwijzing

Afspraken over hitte

Wanneer de temperatuur binnen en/of buiten hoger is of wordt dan 25 °C dan worden de volgende maatregelen getroffen

- Doe de zonwering omlaag voordat de zon naar binnen schijnt.
- Laat de kinderen buiten blijven als het daar koeler is dan binnen (maar voorkom blootstelling aan direct zonlicht tussen 12.00 en 15.00 uur).
- Zet zo weinig mogelijk lampen en apparaten aan.
- Zet de ventilatoren aan wanneer de binnentemperatuur hoger is dan 25 °C.
- Zet ramen en deuren wijd open wanneer dit verkoelend is.
- Zorg voor schaduw op de speelplaats.
- Laat geen activiteiten uitvoeren met intensieve beweging of andere inspanning.
- Laat kinderen en beroepskrachten extra drinken en wacht niet op dorstgevoel.
- Bij extreme hitte wordt de duur van het buitenspelen beperkt
- Ventileer 's nachts zoveel mogelijk zodra het buiten koeler is dan binnen.

Gebruik van airco:

Groepsruimte. Het advies vanuit de verpleegkundige van de GGD is om de temperatuur op de groepen op maximaal 24 à 25 graden Celsius te houden, ook bij een hittegolf. Voelt 24 graden als te warm, dan bij koelen. Er wordt steeds goed aangevoeld wat de temperatuur doet met de kinderen en medewerkers. Het verschil van maximaal 5 graden tussen binnen en buitentemperatuur is bij een hittegolf niet reëel. Je houdt ook dan 24 à 25 graden Celsius aan op de groepen. Je accepteert dan dat wanneer je buiten komt je tegen een muur van hitte aan loopt. Dat voelt niet prettig, maar is beter voor een lichaam dan in een te warme omgevingstemperatuur op de groep verblijven.

Slaapruimte. In de slaapkamers staat de airco niet aan als er kinderen slapen. Zet de airco 's ochtends bij binnenkomst direct aan met deur op een kier en tussendoor als er geen kinderen slapen.

Afspraken over beperking van allergenen

- Zorg voor wasbare knuffels en textiel.
- Gebruik geen schoonmaakmiddelen (in aanwezigheid van kinderen) of luchtverfrissers. Met uitzondering van beperkte middelen voor bijvoorbeeld het schoonmaken van de tafel na het eten en het schoonmaken van de verschoonkussens.
- Verwijder bloemen met een sterke geur.
- Plaats geen planten met harige bladeren.
- Reinig schotels, potten en bakken jaarlijks.
- Plaats geen onderzetters van hout, riet, e.d. onder bloempotten.
- Gebruik geen tweedehands meubilair met textiel.
- Spoel wekelijks stof af van bladeren van planten die binnen staan.

SKH - Handboek Kwaliteit

3.10.7 Hygiëne-, gezondheid – en binnenmilieuprotocol

versie 07/20

- Er worden alleen kortpolige vloerkleden gebruikt

Afspraken over beperking van stoffigheid

- Plaats meubilair dat een efficiënte schoonmaak toelaat: dichte kasten, zonder poten of op hoge poten, enz.
- Stel een schoonmaakschema vast.
- Veeg niet in het bijzijn van kinderen.
- Stofzuig (of droog wissen) niet in het bijzijn van kinderen.
- Lucht de ruimte tijdens het gebruik van een stofzuiger of droge wisser.

Afspraken over beperking van verbrandingsproducten

- Gebruik geen verbrandingstoestel zonder gesloten toe- en afvoer, behalve een gastoestel om op te koken in een afsluitbare keuken met mechanische luchtafzuiging.
- Houd tijdens het koken de keuken gesloten en zet de mechanische afzuiging aan.
- Brand geen wierook, kaarsen, waxine, olie, gel, enz.
- Er wordt binnen niet gerookt: Laat niemand roken in de school / Kinderen wordt toegang tot ruimtes waar gerookt verboden

Afspraken over beperking van asbest

- Schakel een gecertificeerde onderzoeker in als er materiaal aanwezig is dat mogelijk asbest bevat.
- Laat asbest weghalen door een gecertificeerde asbestverwijderingbedrijf.

Afspraken over beperking van oplosmiddelen

- Er worden geen sterk geurende producten gebruikt
- Er worden geen wasbenzine, terpentijn, verfabijtmiddelen of andere chemicaliën met oplosmiddelen gebruikt
- Gebruik geen spuitbussen in het bijzijn van kinderen.
- Er wordt geen verf, vlekkenwater of boenwas gebruikt waar kinderen bij zijn
- Gebruik geen verfabijtmiddel in het bijzijn van kinderen.
- Schilder geen voorwerpen of delen van het gebouw in het bijzijn van kinderen. Na het gebruik van verf de ruimte luchten totdat de geur helemaal is verdwenen. Daarna gedurende enkele weken extra blijven luchten, ook bij verf op waterbasis.
- Gebruik voor knutselen verf en lijm op waterbasis.
- Ventileer tijdens en na het gebruik van knutselverf of -lijm of extra.

Hoofdstuk 5 en 6 Uit: 'Gezondheidsrisico's in een kindercentrum of peuterspeelzaal (0-4 jarigen)' van Juli 2011 van het Landelijk Centrum Hygiëne en Veiligheid, met toevoegingen uit: 'Gezondheidsrisico's in een basisschool of buitenschoolse opvang'.

5 Inleiding in hygiëne

5.1 Waarom is goede hygiëne in de kinderopvang belangrijk?

Kinderen vormen een kwetsbare groep. Hun afweersysteem is nog volop in ontwikkeling. Via de andere kinderen en bijvoorbeeld door het gebruik van gezamenlijk materiaal en toiletten komen zij vaker in contact met allerlei ziekteverwekkers (micro-organismen) waartegen zij nog geen weerstand hebben opgebouwd. Onderzoek heeft aangetoond dat in een omgeving van drie of meer kinderen het aantal infecties verdubbelt. Hygiënemaatregelen zijn noodzakelijk om (onnodige) overdracht van ziektekiemen tegen te gaan en het aantal schadelijke micro-organismen tot een minimum te beperken. Infecties kunnen ook al verspreid worden wanneer er nog geen ziekteverschijnselen zichtbaar zijn, dit wordt de asymptomatische fase genoemd.

5.2 Wat zijn micro-organismen?

Micro-organismen komen overal voor: op de huid, op meubelen, gebruiksvoorwerpen, in de lucht, in water, op en in voedsel. De meeste zijn onschuldig of zelfs nuttig.

Een aantal micro-organismen is ziekteverwekkend. Als de mens hiermee in aanraking komt, kan hij ziek worden. Of iemand ziek wordt, hangt af van een aantal factoren. Allereerst is de hoeveelheid micro-organismen waarmee iemand besmet wordt van belang. Verder speelt het ziekmakend vermogen (de virulentie) van het micro-organisme een belangrijke rol. Of besmetting uiteindelijk tot een infectie leidt, is mede afhankelijk van de conditie van de persoon. Een bepaalde besmetting kan bij de ene mens ziekte veroorzaken, de ander voelt zich niet lekker en een derde heeft nergens last van. Baby's en jonge kinderen hebben een verminderd weerstandsvermogen en zijn hierdoor gevoeliger voor infecties dan volwassenen. Ze worden doorgaans niet alleen eerder ziek, de gevolgen kunnen ook ernstiger zijn. Vooral kinderen maken, doordat zij nog onvoldoende weerstand hebben opgebouwd, regelmatig infectieziekten door. Op plaatsen waar veel kinderen bij elkaar komen, zoals op indercentra, kunnen dan ook gemakkelijk micro-organismen van het ene kind op het andere worden overgedragen. Onder gunstige omstandigheden kunnen micro-organismen uitgroeien tot grote aantallen. Om zich te vermeerderen hebben ze vocht en voedsel nodig (bijvoorbeeld vuil, huidschilfers, stof). De snelheid waarmee ze zich vermenigvuldigen is afhankelijk van de temperatuur. Bij een temperatuur tussen de 10 °C en 50 °C zijn de omstandigheden voor de meeste micro-organismen ideaal.

5.3 Hoe verspreiden micro-organismen zich?

Micro-organismen kunnen zich op de volgende manieren verspreiden:

- via de handen;
- via de lucht (via druppels door aanhoesten, huidschilfers of stof);
- via voedsel en water;
- via voorwerpen, zoals speelgoed, de closetpot, een deurkruk of beddengoed;
- via lichaamsvloeistoffen (speeksel, braaksel, ontlasting of bloed);
- via dieren, zoals huisdieren en insecten.

5.4 Hoe kunnen gezondheidsrisico's worden beperkt?

Door extra aandacht te besteden aan hygiëne kunnen gezondheidsrisico's worden beperkt. Het gaat daarbij om een schone leefomgeving en een goede persoonlijke hygiëne en om het voorkomen van risicovol gedrag, waardoor micro-organismen zich kunnen vermenigvuldigen tot grote hoeveelheden. Wanneer er toch sprake is van een verhoogd risico op besmetting (door bijvoorbeeld zieke kinderen, besmet voedsel of een ongeluk met een open wond), moet er op een juiste manier gehandeld worden. Door een goed beleid op het gebied van onder andere medicijnverstrekking, hygiëne bij de bereiding van voedsel en wondverzorging kunnen gezondheidsrisico's tot een minimum worden beperkt.

6 Persoonlijke hygiëne

Ieder mens draagt ontelbare, al dan niet ziekmakende, micro-organismen bij zich. Een groot deel van de infecties wordt door mensen overgedragen. Om verspreiding van micro-organismen naar andere mensen tegen te gaan is een goede persoonlijke hygiëne belangrijk.

Beroepskrachten in een kindercentrum kunnen bij de verzorging van de kinderen de micro-organismen van het ene kind via hun handen overbrengen naar een ander kind. Daarom is voor hen een goede persoonlijke hygiëne extra belangrijk.

6.1 Handhygiëne

Ziektekiemen worden onder meer via de handen overgedragen. Een goede handhygiëne door beroepskrachten, maar ook door de kinderen, is een van de meest effectieve manieren om besmettingen te voorkomen.

Wanneer moeten de handen worden gewassen?

Voor

- het aanraken en bereiden van eten en flesvoeding;
- het eten of het helpen bij eten;
- wondverzorging, het aanbrengen van crème of zalf.

Na

- toiletgebruik / billen afvegen;
- contact met lichaamsvochten zoals speeksel, snot, braaksel, urine/ontlasting, wondvocht of bloed
- wondverzorging;
- zichtbare of voelbare verontreiniging van de handen;

- hoesten, niezen en snuiten;
- het verschonen van een kind.
- buiten spelen;
- contact met vuil textiel, afval of de afvalbak;
- schoonmaakwerkzaamheden
- het uittrekken van handschoenen.

Handen wassen gaat als volgt

- Gebruik stromend water.
- Maak de handen nat en doe er vloeibare zeep op.
- Wrijf de handen (gedurende 10 seconden) over elkaar en zorg ervoor dat water en zeep over de gehele handen worden verdeeld.
- Let op de kritische punten: was ook de vingertoppen goed, tussen de vingers en vergeet de duimen niet.
- Spoel de handen al wrijvend af onder stromend water.
- Droog de handen bij voorkeur af met papieren handdoeken of maak gebruik van stoffen handdoeken. Stoffen handdoeken minstens ieder dagdeel vervangen of bij zichtbare vervuiling direct.

Bovenstaande regels en adviezen ten aanzien van handhygiëne gelden voor beroepskrachten en kinderen. Voor hele jonge kinderen is dit natuurlijk lastig. Beroepskrachten kunnen de handen van jonge kinderen reinigen door gebruik te maken van een washand, met aan de ene kant zeep en de andere kant alleen water voor het 'naspoelen'.

Indien er geen gelegenheid is om handen te wassen, kunnen de handen van beroepskrachten ook ingewreven worden met handalcohol 70-80%. Let op: handalcohol kan alleen gebruikt worden bij visueel schone handen. De werkwijze met handalcohol is als volgt: gebruik net zoveel handalcohol als er in de holte van de handpalm past. Wrijf de handen hier helemaal mee in en laat het vervolgens drogen aan de lucht.

6.1.2 Sieraden mbt medewerkers en kinderen

Medewerkers:

De handhygiëne verbetert door geen sieraden te dragen aan handen of polsen.

Drag geen sieraden bij handelingen als het verschonen van luiers, wondverzorging, eten bereiden.

Kinderen kdv, po en bso:

Binnen Kinderopvang Huizen hebben wij de voorkeur dat kinderen zonder sieraden naar de opvang komen of dat sieraden van kinderen worden afgedaan, dit om de volgende risico's te voorkomen:

- afknelling
- verstikking
- verlies
- diefstal
- letselschade
- schade aan het sieraad

Kinderen en ouders worden bij de intake ingelicht over de risico's en de afspraken die wij hebben over het dragen van sieraden. Met betrekking tot oorbellen: oorbellen groter dan knopjes worden tijdens de opvang afgeplakt of uitgedaan.

Wanneer een ouder er toch voor kiest dat het kind het sieraad om mag hebben (of niet afplakt), dan zal er door de ouder een risicoformulier ondertekend moeten worden (3.10.7a risicoformulier Sieraden).

6.2 Persoonlijke verzorging

Wondjes

Wondvocht en bloed kunnen een besmettingsbron zijn.

- Zorg dat open wondjes zijn afgedekt met een waterafstotende pleister.

Nagelverzorging

- Onder lange nagels, kunstnagels en geschilferde of gebrokkelde nagellak kunnen micro-organismen zich hechten en vermeerderen.
- Houd nagels kort en schoon.

- Draag geen nagellak (schilfers) en/of kunstnagels.

Drinken

Op wastafels in toiletruimtes en (klas)lokalen staan vaak (plastic) bekers voor gezamenlijk gebruik. Hierdoor is er kans op overdracht van micro-organismen die bijvoorbeeld krentenbaard of een koortslijp veroorzaken.

Gebruik voor ieder kind een schone (plastic) beker.

Wat te doen bij ziekte van een beroepskracht?

- Neem contact op met de Arbo-arts wanneer een personeelslid (mogelijk) besmettelijke ziekteverschijnselen heeft, zoals diarree of huiduitslag. Deze beoordeelt of het personeelslid wel of niet mag blijven werken en onder welke voorwaarden. Hierbij houdt hij rekening met het risico van besmetting van anderen. Hoe om te gaan met zieke kinderen is beschreven in hoofdstuk 3 van het eerste deel.

6.3 Hoest- en niesdiscipline

Ziekteverwekkers uit de neus, mond en keel kunnen zich op verschillende manieren verspreiden. Door hoesten en niezen worden ziekteverwekkers via onzichtbare speekseldeeltjes verspreid in de lucht. Als deze vochtdruppeltjes door een ander worden ingeademd, nestelen de ziektekiemen zich bij deze persoon in de neus, mond, keel of longen met mogelijk ziekte tot gevolg.

Wanneer de hand voor de mond wordt gehouden, kan besmetting optreden via de handen. Een andere verspreidingsweg is via snot of slijm. Denk hierbij bijvoorbeeld aan een kind dat een snottebel wegveegt en met het vuile handje speelgoed vastpakt. Via het 'besmette' speelgoed kan een ander kind op een later tijdstip besmet raken.

De volgende maatregelen kunnen ook de kinderen aangeleerd worden:

- Hoest of nies niet in de richting van een ander.
- Leer de kinderen het hoofd weg te draaien of het hoofd te buigen.
- Houd tijdens het hoesten of niezen een papieren zakdoek, de hand of de binnenkant van de elleboog voor de mond.
- Was de handen na hoesten, niezen of neus afvegen.
- Voorkom snottebellen door de kinderen op tijd de neus af te laten vegen.

Tevens is het belangrijk de ruimten voldoende te ventileren en te luchten, zie ook paragraaf 7.1.

Zakdoeken

Bij het afvegen van de neus kunnen er ziekteverwekkers op de zakdoek en de handen komen.

Hergebruikte zakdoeken zijn een onderschatte besmettingsbron. In een warme (broekzak) en vochtige omgeving gedijen micro-organismen goed. Bij hergebruik van de vuile zakdoek is er een reële kans dat besmetting via de handen wordt overgedragen.

- Gebruik altijd papieren zakdoeken of tissues en gooi die na gebruik weg.

6.4 Tandens poetsen

Voor kinderen vanaf 1 jaar geldt het volgende poetsadvies: twee keer per dag poetsen met (peuter-) fluoridetandpasta. Aanbevolen wordt de poetsbeurt 's ochtends na het eten en 's avonds voor het slapen gaan uit te voeren. Een tandenborstel kan besmet raken door een vuile beker of een vervuilde tandenborstelhouder. Als een tandenborstel niet goed wordt uitgespoeld kunnen ziekteverwekkers op de borstel achter blijven. Wanneer de borstel na gebruik niet kan drogen, groeien micro-organismen uit. Ziekteverwekkers kunnen van borstel naar borstel overgebracht worden als bijvoorbeeld meerdere borstels met de haren tegen elkaar of met de borstel naar beneden in één beker worden opgeborgen. Wanneer er in een kindercentrum voor gekozen wordt om tanden van kinderen te poetsen, dan zijn de volgende punten van belang:

- Geef ieder kind een eigen tandenborstel.
- Zorg dat de borstel, of de plek waar de borstel wordt opgeborgen, is voorzien van de naam van het kind (met watervaste viltstift, gebruik geen leukoplast).
- Spoel de borstel na gebruik goed uit.
- Zorg er voor dat ze na gebruik aan de lucht kunnen drogen.
- Berg borstels gescheiden van elkaar op.
- Was bekers waarin tandenborstels opgeborgen worden wekelijks af.

6.5 Toilethygiëne

Ontlasting en urine kunnen ziekteverwekkers bevatten, waardoor handen en sanitair besmet kunnen raken. Besmetting van handen komt veel voor en daardoor eveneens besmetting van alle contactoppervlakken in de sanitaire ruimte. Dit zijn oppervlakken die na toiletbezoek met de handen worden aangeraakt. Denk hierbij bijvoorbeeld aan de spoelknop, de kraan, de handdoekhouder, de lichtschaakelaar of de deurkruk. Besmette oppervlakken kunnen fungeren als overdrachtsmedium. Op een later tijdstip kunnen langs deze weg overgebrachte ziekteverwekkers via handmondcontact infecties teweegbrengen.

- Om risico's te beperken zijn de volgende zaken van belang:
- Plaats toiletten en wasbakken die geschikt zijn voor kinderen.
- Plaats het fonteintje in de toiletruimte.
- Was de handen na toiletbezoek.
- Gebruik vloeibare zeep en papieren handdoeken.
- Houdt toezicht om te voorkomen dat kinderen vergeten de handen te wassen / Attendeer de kinderen op het handen wassen na toilet gebruik
- Gebruik alleen potjes als dit past bij de ontwikkeling van het kind en de wens van de ouders. Onze voorkeur gaat uit naar het gebruik van de toiletten. Als potjes gebruikt worden: Reinig meteen na gebruik het potje met water en allesreiniger. Berg het potje droog op. Gebruik een aparte borstel voor het reinigen van de potjes.

6.5 Menstruatie

Een aantal meisjes kan op de basisschool menstrueren. Zij zorgen zelf voor maandverband. Het is prettig als er op school of op de buitenschoolse opvang maandverband beschikbaar is voor onverwachte situaties. De meisjes moeten wel weten waar het maandverband of de tampons liggen of aan wie zij het kunnen vragen (bij voorkeur aan een vrouwelijke beroepskracht).

Zet op de meisjestoiletten van de bovenbouw of de buitenschoolse opvang een afsluitbare afvalcontainer waarin het maandverband weggegooid kan worden.

6.6 Hygiëne tijdens het verschonen

Het verschonen van een kind brengt risico's met zich mee vanwege het mogelijke contact met ontlasting en urine. Er is een aanzienlijke kans dat het kind, de verzorger of de omgeving besmet raakt met ziekteverwekkers.

Waar moet op gelet tijdens het verschonen?

- Houd het verschonen strikt gescheiden van voedselbereiding door middel van aparte werktafels. Beide plaatsen moeten zijn voorzien van een tappunt van water met zeep en papieren doekjes.
- Verschoon kinderen op een daarvoor bestemde ondergrond.
- Vervang het aankleedkussen als het beschadigd is.
- Verschoon kinderen op een verschoonkussen van glad en afwasbaar materiaal dat met water en allesreiniger schoon te maken is.
- Gebruik handdoeken als bescherming en vervang deze na elk kind en maak het kussen schoon bij zichtbare vervuiling of gebruik geen handdoek en maak schoon na elke verschoning
- Plaats een wasgelegenheid in de verschoonruimte.
- Gooi luiers na gebruik direct in een gesloten afvalcontainer (met voetpedaal) of een luiereemmer.

Zorg voor een schone verschoonplek:

Er zijn twee opties om het verschoonkussen schoon te houden:

Optie 1

- Leg een handdoek op het verschoonkussen.
- Gooi de handdoek na ieder kind in de was.
- Maak het verschoonkussen ieder dagdeel schoon.

Optie 2

- Verschoon het kind op het verschoonkussen.
- Reinig het verschoonkussen na iedere verschoning.

Reiniging verschoonkussen:

- Maak een oplossing (van allesreiniger in water) in een fles of plantenspuit.

- Spuit of giet de oplossing op een wegwerpdoekje. Wanneer een katoenen doekje gebruikt wordt, moet dat direct na gebruik in de was.
- Neem na het schoonmaken het verschoonkussen met een vochtige doek af.
- Droog het verschoonkussen na met een wegwerpdoek of een katoenen handdoek.

Als gebruik gemaakt wordt van een plantenspuit let er dan op dat de oplossing in de plantenspuit niet vernevelt (dus van dichtbij op het doekje spuiten). Stel de spuitmond zo in dat de oplossing niet te fijn verneveld wordt. Het flesje met de oplossing dagelijks legen, omspoelen en drogen.

Het verschoonkussen mag niet gereinigd worden met billendoekjes. Er blijft een vette laag op het verschoonkussen achter die een broedplaats kan zijn voor micro-organismen. Kant-en-klare schoonmaakdoekjes voor eenmalig gebruik mogen wel gebruikt worden.

Wanneer moet er gedesinfecteerd worden?

In principe is het niet nodig het verschoonkussen te desinfecteren. Zie voor meer informatie over desinfecteren paragraaf 14.3. Zorgvuldig huishoudelijk schoonmaken is voldoende.

Na vervuiling met bloed, bloederige diarree of bloederig braaksel moet het verschoonkussen wel gedesinfecteerd worden.

- Maak het verschoonkussen eerst huishoudelijk schoon.
- Ontsmet het kussen daarna met alcohol 70%.
- Laat de alcohol aan de lucht drogen.
- Gebruik geen geprepareerde alcoholdoekjes, maar alcohol 70% uit een fles, in combinatie met een schone droge doek. Geprepareerde alcoholdoekjes zijn niet officieel toegelaten, ze bevatten namelijk geen N-nummer.