

ZDRAVSTVENO HIGIENSKI REŽIM V VRTCU LAPORJE

September, 2024

KAZALO VSEBINE

UVOD	4
1. VARNOST IN ZDRAVJE OTROK	4
1.1 Sprejem otrok v vrtec	5
1.2 Izvajanje nege pri otrocih in skrb za higieno	5
1.3 Stekleničke in dude	6
1.4 Prinašanje igrač v vrtec	6
1.5 Mikroklima v prostorih	7
1.6 Čiščenje prostorov	7
1.7 Vzdrževanje in čiščenje igrač ter vzgojnih pripomočkov	8
1.8 Vzdrževanje in čiščenje ležalnikov	8
1.9 Čiščenje kahlic	8
2. RAVNANJE Z ODPADKI IN UMAZANIM PERILOM	8
2.1 Odpadki	9
2.2 Umazano perilo	9
3. MALE ŽIVALI IN RASTLINE V VRTCU	9
4. OTROŠKO IGRIŠČE	9
5. BOLEZNI PRI OTROCIH	10
5.1 Ukrepi v vrtcu ob pojavu nalezljivih bolezni	13
5.2 Stanja pri otrocih kjer je potrebna medicinska pomoč ali pregled pri zdravniku	14
Alergična reakcija	15
Bolečine v trebuhu	15
Bolečina v vratu in hrbtu	15
Epileptični napad, krči	15
Vročinski krči	16
Zlom, izpah, izvin	16
Zbitje zoba	16
Tujek v očesu	17

Tujek v nosu.....	17
Krvavitev iz nosu.....	17
Tujek v ušesu	17
Tujek v dihalni poti	17
Nezavesten otrok z zaporo dihalne poti (ne diha) s tujkom	18
Udarnina/priprtje prsta na roki ali nogi	18
Opekline	18
Ugriz živali, človeka	19
Ugriz klopa.....	19
Zastrupitev.....	19
Nezavest	19
Šok	20
6. ZAPOSLENI	20

UVOD

V vrtcu Laporje si prizadevamo za varno in zdravo vrtčevsko okolje, v katerem se tako otroci kot zaposleni dobro počutijo. Vzpostavljen imamo zdravstveno-higienski režim, s katerim dosegamo zastavljene cilje na tem področju. Zdravstveno higienski režim v vrtcu obsega spremljanje in nadzor sanitarno-tehničnih in higienskih zahtev. Cilji zdravstveno-higienskega režima so zagotavljanje varne hrane, skrb za čisto, zdravo in varno okolje, ki je podlaga za uspešno pedagoško delo in zdrav razvoj otroka, spremljanje zdravstvenega stanja in izvajanje preventivnih ukrepov za preprečevanje širjenja nalezljivih bolezni ter skrb za stalno strokovno izobraževanje zaposlenih. Skrb zaposlenih za svojo lastno higieno in ustrezno higieno prostorov ter urejenost prostorov so ključni za zagotavljanje varnosti in zdravja otrok v vrtcu. Svetovna zdravstvena organizacija (WHO) od leta 1984 opredeljuje zdravje kot stanje popolnega telesnega, duševnega in socialnega blagostanja in ne le odsotnost bolezni in poškodb. Po Zakonu o vrtcih je temeljna naloga vrtcev pomoč staršem pri celoviti skrbi za otroka, izboljšanje kvalitete življenja družin in otrok ter ustvarjanje pogojev za razvoj otrokovih telesnih in duševnih sposobnosti.

1. VARNOST IN ZDRAVJE OTROK

V vrtcu Laporje z že vpeljanim zdravstveno higienskim režimom izvajamo različne ukrepe, s katerimi zagotavljamo varnost otrok in skrbimo za njihovo zdravje. V šolski kuhinji vsak dan pripravljamo sveže, zdrave in pestro sestavljene obroke. Prizadevamo si za čistost in urejenost prostorov in okolice vrtca v skladu z veljavno zakonodajo. Za obe enoti imamo izdelan Načrt za preprečevanje legioneloz, opravljamo redne servise in kontrole na objektih in napravah v povezavi s požarno varnostjo ter ostala sprotne dela in popravila. Izvajamo redne preglede igrišč in igral, ki so vodeni v dokumentacij pripravljeni po navodilih priročnika Varno otroško igrišče.

1.1 Sprejem otrok v vrtec

Starši morajo ob sprejemu otroka v vrtec predložiti Potrdilo o zdravstvenem stanju otroka, s katerim zdravnik potrjuje, da je otrok sposoben za sprejem v vrtec in da je cepljen oz. ni cepljen po programu. Na podlagi potrdila, ki ga izda pediater, otroka lahko sprejmemo v vrtec oziroma zavrnamo vpis. V skladu z Zakonom o vrtcih in Zakonom o spremembah in dopolnitvah Zakona o nalezljivih boleznih je ob vpisu otroka v vrtec treba predložiti potrdilo pediatra o zdravstvenem stanju otroka iz katerega mora biti razvidno, ali je bil otrok cepljen proti ošpicam, mumpsu in rdečkam ter ali za morebitno opustitev cepljenja obstajajo medicinski razlogi. Otrok, ki ni bil cepljen in ki je v postopku pridobitve odločbe o opustitvi cepljenja, se medtem lahko vključi v javni vrtec in v javno sofinanciran program zasebnega vrtca. Zanj velja, da se pogoji za vključitev preverjajo ob vključitvi v naslednje vrtčevsko leto.

1.2 Izvajanje nege pri otrocih in skrb za higieno

V vrtcu bivajo otroci različnih starosti, od dopolnjenega 11. meseca starosti do vstopa v šolo. Tekom dneva se izvaja nega pri najmlajših otrocih. Vse otroke se uči pogoste in pravilne higiene rok. Nega otrok se izvaja v namenskem delu umivalnice ali igralnice na previjalni mizi. Previjanje oziroma menjavo plenice izvedemo tako, da se prepreči morebitno širjenje bolezni, katerih povzročitelji se izločajo preko prebavil. Otroke brišemo z vlažilnimi robčki, ki jih odvržemo v za to namenjen koš. Ob negi uporabljamo rokavice za enkratno uporabo. Pred uporabo in po uporabi rokavic si temeljito umijemo roke. Previjalno blazino po vsaki uporabi razkužimo oziroma menjamo papirnato podlogo. Vsak otrok naj ima v garderobi na svojem mestu nahrbtnik, v katerem ima rezervna oblačila. Otroci si obraz umijejo po vsakem obroku, s čisto, tekočo, mlačno vodo in ga s papirnato brisačko osušijo. Otroci si tekom dneva večkrat umijejo roke. Mlajšim pomagajo vzgojiteljice. Roke si umijejo:

- pred jedjo,
- po jedi,
- po uporabi stranišča,

- po negi,
- po prihodu v igralnico od zunaj, iz telovadnice. . .

Roke si umijejo s toplo vodo in milom ter do suhega obrišejo. V primeru pojava nalezljivih bolezni je umivanje rok pri zaposlenih in otrocih še pogostejše. Zaposleni si po potrebi roke tudi razkužujejo.

1.3 Lončki in dude

Dude, ki jih prinašajo otroci s seboj v vrtec, označimo z imenom otroka ter ob neuporabi shranimo v za to namenjen prostor. Dude starši dnevno odnašajo domov in jih doma sterilizirajo (prekuhajo). Vsak otrok ima v vrtcu lončke, ki ga uporablja tekom dneva. Po uporabi, ga v kuhinji očistijo in nato čiste zjutraj ponovno predajo v uporabo v oddelek.

Najstarejša skupina ima v času daljših pohodov v vrtcu tudi bidon, ki ga otroci prinesejo v ponedeljek v vrtec in v petek odnesejo nazaj domov. Tekom tedna vzgojiteljici poskrbita, da se voda iz bidonov dnevno prazni in se bidoni posušijo.

1.4 Prinašanje igrač v vrtec

Otroci lahko v vrtec prinašajo svoje igrače v dogovoru z vzgojiteljico. Prinašajo lahko le varne igrače. V vrtec se ne prinaša igrač z ostrimi robovi, ostrimi premičnimi deli, z zelo majhnimi delčki, ne prinaša se nakita, dragih igrač, igrač, ki ponazarjajo orožje, nevarnih predmetov. V vrtec lahko otroci prinašajo tudi ninice. Igrače in ninice morajo biti čiste in cele. V času pojava nalezljivih bolezni se prinašanje igrač od doma omeji oziroma prepove. Prinašanje ninic se dovoli ob upoštevanju določenih preventivnih ukrepov. Otroci lahko ninico uporabljajo samo v času počitka, v ostalem času je spravljena v otrokovem predalčku v igralnici.

1.5 Mikroklima v prostorih

Najprimernejša relativna vlaga v prostorih je med 40% in 60%. Če je zrak presuh suši sluznico dihalnih poti, prevlažen zrak pa otežuje dihanje in potenje. Zato je pomembno ustrezno vzdrževanje vlage v prostorih kjer se zadržujejo otroci in odrasli. Ustrezna temperatura zraka v prostoru je med 20°C in 23°C. 20°C v prostorih za otroke, 23°C v prostorih za nego otrok do 3 let, med 18°C in 19°C pa v športnih igralnicah (telovadnicah). Za doseganje ustrezne temperature in vlage prostore ogrevamo oziroma hladimo. Omogočeno je naravno in mehansko prezračevanje. Prostore in igralnice večkrat dnevno prezračimo:

- pred prihodom otrok,
- po dopoldanski malici,
- po kosilu in
- po počitku.

Naravno prezračevanje je odvisno od letnega časa in zunanjih temperatur. Ob pojavu nalezljivih bolezni so prezračevanja še pogostejša. Najučinkovitejše prezračevanje je s prepihom, ki traja par minut (2-3). Na tak način prezračujemo, kadar otrok ni v prostoru. V zimskem času pazimo na čas zračenja, da se prostor preveč ne shladi.

1.6 Čiščenje prostorov

Za čiščenje in vzdrževanje prostorov, zunanjih površin in opreme imamo izdelan načrt čiščenja. Čiščenje prostorov izvaja naša čistilka in vzgojno osebje, vzdrževanje prostorov in opreme pa hišniki. Izvaja se dnevna, tedenska, mesečna in letna čiščenja. Za čiščenje se uporabljajo namenska čistila in čistilni pripomočki. Za vsa čistilna sredstva imamo varnostne liste. Čistilka pozna načrt čiščenja in ga pri delu upošteva. Za čiščenje prostorov uporablja namensko ločene krpe in čistilne pripomočke. Mize v igralnicah večkrat dnevno čisti vzgojno osebje. Mize vedno čistimo pred in po jedi ter po likovnih in drugih dejavnostih. Čistimo jih z namensko krpo in namenskim čistilom, v primeru pojava nalezljivih bolezni jih tudi razkužujemo. Čistila in razkužila se shranjujejo nedosegljivo otrokom, v originalnih embalažah, v posebnem

zaklenjenem prostoru, ki je otrokom nedostopen. V primeru pojava nalezljivih bolezni, uši, glist... se prostore in opremo pogosteje čisti in dodatno razkužuje.

1.7 Vzdrževanje in čiščenje igrač ter vzgojnih pripomočkov

Ves čas skrbimo, da imamo v naših igralnicah varne, dobro vzdrževane in čiste igrače. Igrače redno peremo in po potrebi tudi razkužujemo. Polomljene igrače odstranimo iz uporabe in jih nadomestimo z novimi. O igračah hranimo deklaracijo.

1.8 Vzdrževanje in čiščenje ležalnikov

Vsak otrok ima svoj označen ležalnik na katerem spi le on. Redno se izvaja preoblačenje posteljnine ležalnikov in čiščenje ogrodij ležalnikov. Ob pojavu nalezljivih bolezni se to izvaja pogosteje z uporabo dezinfekcijskih sredstev.

1.9 Čiščenje kahlic

Kahlice se uporabljajo v oddelkih mlajših starostnih skupin, ko se otroci odvajajo od pleničk. Vsebino kahlic zlijemo v izlivno školjko, tam kjer je ni pa v navadno školjko. Nanesemo čistilo in splaknemo z vročo vodo v izlivno školjko. Nato kahlico še enkrat očistimo pod tekočo vodo in osušimo s papirnato brisačko. Kahlice pospravimo na za to namenjeno mesto.

2. RAVNANJE Z ODPADKI IN UMAZANIM PERILOM

V vrtcu vsak dan nastajajo različne vrste odpadkov. Trudimo se, da je odpadkov čim manj in, da jih ustrezno ločujemo. Dnevno v vrtcu nastajajo tudi večje količine umazanega perila.

2.1 Odpadki

V vrtcu nastajajo različne vrste odpadkov. Odpadki nastajajo v igralnicah, umivalnicah, v pisarnah, v kuhinji in v drugih prostorih. 6 Odpadke zbiramo ločeno v manjše koše, ki so nameščeni po prostorih. Odpadke ločujemo na: • embalažo • biološke odpadke • papir • mešane odpadke. Vse koše dnevno prazni in čisti čistilke. Za biološke odpadke, ki nastajajo v sklopu kuhinje, imamo pogodbenega odjemalca.

2.2 Umazano perilo

V vrtcu imamo pralnico. V tej pralnici peremo in sušimo perilo, ki se uporablja v naši enoti. V pralnici se pere perilo iz igralnic, krpe od čistilk, perilo iz kuhinje, itd. Perilo se zbira, pere, suši in shranjuje ločeno glede na to, za kaj se je uporabljalo. Ima dogovorjen sistem zbiranja in oddajanja perila v pralnico.

3. MALE ŽIVALI IN RASTLINE V VRTCU

V vrtcu lahko domujejo samo tiste male živali, ki so lahko zaprte v akvariju ali kletki in ne ogrožajo varnosti in zdravja otrok ter zaposlenih. Živali morajo imeti veterinarsko spričevalo, da so zdrave. Za vsako žival mora biti zadolžena oseba, ki čisti njen domek in zanjo skrbi. V prostorih vrtca so dovoljene nestrupene in nealergene sobne rastline. Paziti je potrebno, da otroci delov rastlin ne odtržejo in pojedjo.

4. OTROŠKO IGRIŠČE

Vrtec ima svoje igrišče z različnimi otroškimi igrali na dveh lokacijah, pred in za vrtcem. Redno skrbimo za varnost na otroških igriščih, na katerih izvajamo redne vizualne in funkcionalne dnevne, tri mesečne in letne preglede, po priporočilih Varno otroško igrišče. Na podlagi ugotovitev ob pregledih obnavljamo in urejamo otroška igrišča. Na igriščih in v okolici vrtca skrbimo, da ne rastejo strupene rastline.

5. BOLEZNI PRI OTROCIH

Bolan otrok se najbolje počuti doma in najhitreje se pozdravi v domačem okolju. Če bolan otrok ostane doma, preprečimo prenos nalezljive bolezni na ostale otroke v skupini.

Starši ste dolžni bolnega otroka negovati doma (Zakon o nalezljivih boleznih, Ur. l. RS, št. 33/2006). Otrok **ne sme v vrtec**, kadar ima:

- vročino merjeno pod pazduho višjo od 37,5°C;
- izpuščaje na koži z ali brez vročine (razen če so to neinfekcijski izpuščaji, piki insektov, alergijski izpuščaji...); 7
- gnojno vnetje oči (bakterijsko ali virusno);
- gnojno vnetje kože;
- gnojni izcedek iz nosu s kihanjem in kašljanjem;
- razjede v ustih (razen kadar je izključen infekcijski vzrok bolezni);
- drisko - vodeno blato več kot 2 krat v zadnjih 24 urah;
- bruhanje - več kot 2 krat v zadnjih 24 urah.

Kadar ima otrok katerega od zgornjih znakov bolezni, lahko strokovni delavec vrtca zavrne sprejem otroka v vrtec. Kadar otrok nenadno zboli v vrtcu, vzgojiteljica takoj obvesti njegove starše, ki so ga dolžni priti iskat v čim krajšem možnem času. Pri pojavu nalezljive bolezni pri otroku so starši dolžni o tem obvestiti vrtec, da se lahko izvajajo preventivni ukrepi preprečevanja širjenja bolezni ter o pojavu nalezljive bolezni obvestilo odtale starše otrok v skupini.

Otrok se lahko vrne v vrtec:

- Ko vsaj 2 dni nima povišane telesne temperature, po 48 urah od zadnjega bruhanja ali driske.

- Pri otroku, ki ima lažjo obliko virusne okužbe dihal (brez telesne temperature), vendar z močnim kašljem in izrazitim kihanjem, je priporočljivo, da za nekaj dni ostane doma.
- Ključno je, da se v primeru pojava bolezni pri otroku posvetujemo s pediatrom in upoštevamo njegova navodila.

Tabela: Vključitev otroka v vrtec po preboleli bolezni.

Nalezljiva bolezen/okužba	Vključitev otroka v vrtec
GRIPA	Po 7 dneh od začetka bolezni oziroma po ozdravitvi.
OSLOVSKI KAŠELJ	Po 5 dneh od začetka antibiotičnega zdravljenja, oziroma po 21 dneh od začetka bolezni, če ni bilo antibiotičnega zdravljenja.
DRISKA, BRUHANJE (povzročitelji Campylobacter, E. coli, Giardia, Salmonella, rotavirus, norovirus)	Po 48 urah od zadnjega bruhanja ali driske.
E. COLI	Po 48 urah od zadnjega bruhanja ali driske
GLISTAVOST	Ni omejitev.
UŠIVOST	Otrok se lahko vrne v vrtec naslednji dan po opravljenem razuševanju
ŠKRLATINKA, STREPTOKOKNA ANGINA	Po 24 urah od začetka antibiotičnega zdravljenja
NORICE	Po 5 dneh po pojavu značilnega izpuščaja, oziroma ko ni več svežih mehurčkov in se vsi mehurčki posušijo
PETA BOLEZEN (Erythema infectiosum). Peta bolezen, ki jo povzroča Parvovirus B19 lahko ogroža plod v zgodnji nosečnosti (do 20. tedna). Nosečnico je treba obvestiti, če so v skupini otroci, ki prebolevajo peto bolezen.	Ni omejitev.
ŠESTA BOLEZEN (Exanthema subitum)	Ni omejitev.
HERPES (Herpes simplex)	Ni omejitev.
GARJE	Takoj po uspešno izvedenem postopku zdravljenja.
MEHKUŽKE	Ni omejitev, če so kožne spremembe pokrite.
BRADAVICE	Ni omejitev.
MIKROSPORIJA	Ni omejitev, če so kožne spremembe pokrite
HEPATITIS B IN C	Ni omejitev.
HIV/AIDS	Ni omejitev.
BOLEZEN ROK, NOG, UST (povzročajo različni Cocksacki virusi)	Ko ni več svežih mehurčkov in se vsi mehurčki posušijo
GNOJNO VNETJE KOŽE	Po 48 urah od začetku antibiotičnega zdravljenja, če so gnojne rane pokrite, oziroma po presoji otrokovega zdravnika tudi več kot

	dva dni (če so spremembe obsežne oz. na delu telesa, ki ga je težko pokriti).
NALEZLJIVO VNETJE OČESNE VEZNICE (KONJUNKTIVITIS) – bakterijsko	Po 48 urah od začetku antibiotičnega zdravljenja
NALEZLJIVO VNETJE OČESNE VEZNICE (KONJUNKTIVITIS) – virusno	Otroci v vrtcu – ko ni več izcedka iz oči.
COVID-19	Ko je otrok najmanj 48 ur brez vročine..

VIR: NIJZ, 2020; Podrobnejše informacije so dostopne na spletni strani Nacionalnega inštituta za javno zdravje.

Širjenje nalezljivih bolezni najbolj uspešno preprečujemo, če bolezen zgodaj odkrijemo in začnemo takoj z izvajanjem preventivnih ukrepov. Najpogostejše nalezljive bolezni pri otrocih so norice, škrlatinka, peta in šesta bolezen, prehlad, vnetje srednjega ušesa in angina.

Nalezljive bolezni so:

- **Infekcije spodnjih in zgornjih dihalnih poti** (prehlad, angina, vnetje srednjega ušesa...).
- **Otroške kapljичne nalezljive bolezni in bolezni z izpuščaji** (škrlatinka, norice, ošpice, peta bolezen, šesta bolezen).
- **Črevesne nalezljive bolezni** (najpogostejši povzročitelji so norovirusi, rotavirusi in adenovirusi, od patogenih črevesnih bakterij so najpogostejše okužbe s kampilobaktrom, salmonelo, patogenimi sevi E. coli. Pogosta je tudi zastrupitev s strupi bakterije Staphylococcus aureus)
- **Zajedavci - paraziti** (navadna glista, podančica).
- **Kožne nalezljive bolezni** (impetigo, uši, garje).
- **Bolezni, ki se prenašajo s krvjo ali telesnimi izločki** (aids, hepatitis B in hepatitis C).

Nalezljive bolezni se širijo na več načinov. V vrtcu smo lahko izpostavljeni predvsem:

- **kapljичnim nalezljivim boleznim**, ki se širijo s kapljicami, ki nastanejo pri kihanju, kašljanju, mogoč je tudi prenos s slino; okuži se oseba, ki je bila v bližnjem stiku z obolelim in katere sluznica (ustna, očesna, nosna) je prišla v stik s kužnimi kapljicami;

- **črevesnim nalezljivim boleznim**, katerih povzročitelji se prenašajo z iztrebkom okužene osebe prek rok in kontaminiranih predmetov (igrač, kljuk ...) ter površin (igrala, mize ...) v usta druge osebe;
- **kožnim nalezljivim boleznim**, garjam, ušem, ki se širijo z neposrednim stikom ali s posrednim stikom z okuženo osebo (npr: prek obleke, igrač ...);
- **bolezni, ki se prenašajo z okuženo krvjo, s krvavimi telesnimi tekočinami in z izločki.** (NIJZ, 2012).

V vrtcu ne dajemo nobenih zdravil. Ob pojavu že znane bolezni ali poslabšanju kronične bolezni, npr. vročinski krči, astma, sladkorna bolezen moramo imeti za dajanje zdravila predhodno pisno privolitev staršev oz. skrbnikov s soglasjem zdravnika in navodila o dajanju zdravila, ki jih je izdal zdravnik.

5.1 Ukrepi v vrtcu ob pojavu nalezljivih bolezni

O izbruhu nalezljive bolezni govorimo, če se v določenem časovnem obdobju pojavita dva ali več primerov iste bolezni pri otrocih v eni ali več skupinah. Pri izbruhu predpostavljamo, da imajo zboleli skupen izvor okužbe oziroma, da so med seboj povezani. O sumu na izbruh nalezljive bolezni vrtec obvesti epidemiološko službo pristojne območne enote NIJZ. Po navodilu območnega epidemiologa vrtec izvede potrebne ukrepe. Po presoji območnega epidemiologa, ki vodi epidemiološko preiskavo, je odgovorna oseba vrtca vključena v skupino, ki obravnava izbruh. O ukrepih vrtec obvesti starše. Ob pojavu nalezljive bolezni bolne otroke, če je le možno, ločimo od ostalih otrok, dokler jih ne pridejo iskat starši. Prostor, v katerem so bili bolni otroci temeljito prezračimo, igrače in predmete pa mokro očistimo in razkužimo. Igrače iz blaga odstranimo iz igralnice in jih strojno operemo. Prebrišemo in zamenjamo posteljnino na ležalnikih. Med počitkom, med ležalniki zagotovimo večjo razdaljo, da preprečimo prenos bolezni med otroki. Sosednja otroka naj imata skupaj glavo in noge (izmenično). Poučimo jih o higieni kašljanja in kihanja. V vseh prostorih poostriamo higienski režim. Pogosteje čistimo in razkužujemo mize, stolčke, kljuke, umivalnice. Pogosteje umivamo

roke sebi in otrokom, tudi po kihanju in kašljanju. Otrokom redno brišemo nos in si vedno po tem umijemo roke. Pri pojavu črevesnih nalezljivih bolezni sta ključna za uspešno preprečevanje širjenja bolezni na druge otroke in zaposlene higieniški režim v vrtcu in higieniške navade posameznikov. Majhni otroci še ne znajo dovolj dobro skrbeti za osebno higieno, zato je nujno, da jih nadzorujemo in jim pomagamo odrasli tako pri umivanju rok, negi, brisanju po veliki potrebi in podobnem. Oseba, ki neguje obolelega otroka in bo prišla v stik z njegovimi izločki, naj si nadene rokavice za enkratno uporabo. Uporabljen sanitetni material, s katerim očisti otroka in prostor, odvrže v plastično vrečko, jo zapakira in vrže v smeti. Izločke odvrže v WC školjko. Če so izločki razliti po tleh ali drugih površinah jih obriše z brisačo za enkratno uporabo in zapakira v plastično vrečko. Otrokova umazana oblačila ravno tako zapakira v plastično vrečko. Očisti in razkuži se previjalno mizo kjer smo negovali otroka ter površine, ki so bile v stiku z izločki. Ko konča, si sname rokavice (jih zapakira v plastično vrečko), si temeljito umije roke, jih osuši ter na koncu še razkuži. Bolnega otroka glede na možnost ločimo od zdravih. Ob sumu na izbruh nalezljive bolezni v vrtcu obvestimo tudi starše ostalih otrok. Otroci, ki imajo drisko in bruhanje, morajo ostati doma. VIR: NIJZ, 2020;

Vključitev v vrtec/šolo po preboleli nalezljivi bolezni ali okužbi – smernice, 2020.

5. 2 Stanja pri otrocih kjer je potrebna medicinska pomoč ali pregled pri zdravniku

V primeru poškodb, nenadnih stanj najprej poskrbimo za svojo varnost, ugotovimo stanje in nudimo prvo pomoč.

- Neposredna nevarnost za zdravje in življenje (nezavest, hude krvavitve, prenehanje dihanja, prenehanje delovanja srca, šok) pokličemo 112, nudimo prvo pomoč (oživljamo). Otroka ne puščamo samega. Obvestimo starše.

- Lažje poškodbe (odrgnine, manjše rane, podpludbe, ugrizi...) oskrbimo poškodbo v vrtcu in obvestimo starše. Pri vsaki večji poškodbi obvestimo odgovorne v vrtcu in zapišemo zapisnik o nezgodi.

Alergična reakcija

Vzgojiteljica in pomočnica vzgojiteljice naj bo seznanjena s podatkom o alergiji posameznega otroka na pik žuželke, hrano, ipd. Simptomi in znaki blage alergične reakcije: rdeče, solzne, srbeče oči, srbenje v nosu, kihanje, izcedek iz nosu, večja oteklina in srbenje na mestu pika žuželke. Huda alergična reakcija: izpuščaj po telesu (koprivnica), oteklina jezika, ustnic, oči, težko dihanje, težko požiranje, bruhanje, driska, kratkotrajna zamaknjenost ali odsotnost, omotica, bledica, potna koža, zmedenost, motnja zavesti. Nudimo PP (prvo pomoč). Damo zdravilo, če imamo predhodno pisno privolitev in navodila staršev ali skrbnikov in zdravnika. Ob hudi alergični reakciji pokličemo NMP (nujno medicinsko pomoč). Bodimo pozorni, otroka opazujemo, ker se reakcija lahko pojavi še 2 uri po piku, zaužitju hrane ...

Bolečine v trebuhu

Bolečine v trebuhu so lahko simptom bolezni, vnetja organov v trebuhu, poškodbe (udarec predmeta, padec z višine, trčenje z osebo), lakote, preobilnega obroka, driske, zastrupitve, psiholoških vzrokov, črevesnih plinov, zaprtosti. Če ima otrok povišano telesno temperaturo, hude bolečine (močno joka, ječi), bruha ali so bolečine povezane s poškodbo, nudimo PP in pokličemo NMP. NMP je potrebna tudi pri nenadnih bolečinah v predelu testisov pri fantkih. Ne dajajmo otroku ničesar piti ali jesti. Ne dajajmo nobenih zdravil. Otrok naj do prihoda reševalcev leži na hrbtu ali boku s pokrčenimi nogami.

Bolečina v vratu in hrbtu

Je lahko posledica bolezni, poškodbe ali zastrupitve. Če je bolečina posledica padca z višine, padca na glavo, je nastala pri športni dejavnosti, v prometni nezgodi, pri padcu s predmeta v gibanju ali zaradi nasilja, gre verjetno za poškodbo vratu ali hrbtenice. Ne premikajmo otroka, razen če je v neposredni nevarnosti, da se dodatno poškoduje. Nudimo PP. Pokličemo NMP.

Epileptični napad, krči

Je lahko posledica bolezni, poškodbe ali zastrupitve. Simptomi: strmenje v prazno, strmenje in krči mišic nog in rok, krčeviti in sunkoviti gibi rok in nog, izguba zavesti, izguba nadzora nad uriniranjem. Nudimo PP. Preprečujemo poškodbe. Ne dajajmo umetnega dihanja med aktivno

fazo napada. Ne dajajmo otroku ničesar v usta. Če je bilo pri otroku obolenje že ugotovljeno, ukrepamo skladno s predhodno pisno privolitvijo in z navodili staršev ali skrbnikov in zdravnika. Če napad traja več kot 3–5 minut, si napadi sledijo v kratkih presledkih, se otrok po napadu ne ovede, ima po napadu težave z dihanjem ali če je po našem vedenju prvič, da ima otrok tak napad, pokličemo NMP.

Vročinski krči

Se lahko pojavijo ob porastu telesne temperature. Simptomi: otrplost mišic ali mišični krči udov in obraza, obračanje zrkla in izguba zavesti. Ne dajajmo nobenih zdravil, če nimamo predhodne pisne privolitve in navodil staršev ali skrbnikov in zdravnika. Nudimo PP in pokličemo NMP. Prva pomoč: otroka zavarujemo z blazinami, da se ne poškoduje. Položimo ga na bok, da se ne bo zadušil, če bo bruhal. Otroka slečemo in ga zavijemo v rjuho, ki smo jo prej namočili v mlačno vodo (29–32 °C) ter jo oželi. Čez ovitek ga pokrijemo s suho rjuho in počakamo nekaj minut. Postopek lahko od 2- do 3-krat ponovimo, nato otroka obrišemo in pokrijemo. Namesto »hladnih ovitkov« lahko otroka prebrisujemo s plenico, namočeno v mlačni vodi. Če je otrok že imel vročinske krče, mu damo tudi zdravilo skladno s predhodno pisno privolitvijo in z navodili staršev ali skrbnikov in zdravnika. Če krčev v 3–5 minutah z zdravilom ne prekinemo, pokličemo NMP.

Zlom, izpah, izvin

Poškodovane dele telesa obravnavamo tako, kot da gre za zlom. Simptomi in znaki: bolečina in občutek vročine v poškodovanem predelu, otekline, sprememba barve, omejena gibljivost, deformirana kost ali sklep, odrevenelost ali izguba občutka. Nudimo PP. Potreben je pregled pri zdravniku. Če je kost deformirana ali ukrivljena na nenavaden način, če je v predelu zloma odprta rana ali iz rane štrli kost, pokličemo NMP.

Zbitje zoba

Pri poškodbi stalnih zob je potrebna nujna zobozdravniška pomoč v 60 minutah po poškodbi. Nudimo PP. Čim prej moramo najti izbiti zob, če je umazan, ga speremo pod tekočo vodo in če je le možno, ga vstavimo nazaj v njegovo ležišče in otrok naj ga učvrsti z rahlim ugrizom preko

gaze. Če to ni mogoče, ga shranimo v kozarec mleka ali fiziološke raztopine, izjemoma v otrokovo slino. Obvestimo starše.

Tujek v očesu

Tujek je nujno čim prej odstraniti. Oči ne smemo mecati kljub solzenju in pekočim bolečinam, ker se lahko zapiči v beločnico in jo rani. Če se tujek s solzenjem ne odstrani, oko na rahlo pokrijemo s čisto gazo. Pokličemo starše. Potreben je pregled pri zdravniku. V primeru velikega tujka v očesu, izgubi vida, kemičnih poškodb očesa pokličemo NMP.

Tujek v nosu

Če je v nos zašel manjši tujek, zapremo zdravo nosnico, otrok naj pihne skozi tisto, v kateri je tujek. Če tujka na tak način ne moremo odstraniti, oziroma je tujek velik, povzroča krvavitve je potreben pregled pri zdravniku.

Krvavitev iz nosu

Nudimo PP. Pri krvavitvi iz nosu stiskamo nosnico/-i, dokler se krvavitev ne ustavi. Otrok naj ima glavo nagnjeno naprej, zadaj na vrat lahko damo hladne obkladke. Če ne moremo ustaviti krvavitve, je potreben pregled pri zdravniku.

Tujek v ušesu

Če je zašel tujek globlje v uho in ga s pinceto ne moremo odstraniti, pokličemo starše. Potreben bo pregled pri zdravniku.

Tujek v dihalni poti

Če otrok kašlja, joka, je pri zavesti in lahko diha spodbujamo kašelj otroka. Velikokrat je že kašelj dovolj učinkovit, da se tujek odstrani. Če postaja otrokov kašelj vse manj učinkovit, pokličemo na pomoč in ugotovimo stanje otrokove zavesti. Če je otrok pri zavesti, a brez učinkovitega kašlja, izvedemo do pet udarcev po hrbtu med lopaticama. Če ta ukrep ni učinkovit, izvedemo pet sunkov v trebuh, t. i. Heimlichov manever (ali pritiskov na prsnico na

mestu zunanje masaže srca pri mlajših od enega leta). S tem umetno posnemamo kašelj, da bi povečali znotraj prsni tlak in izločili tujek. Dokler je otrok pri zavesti in se tujek ne izloči, ponavljamo 5 udarcev med lopaticama in 5 sunkov v trebuh.

Nezavesten otrok z zaporo dihalne poti (ne diha) s tujkom

Če postane otrok z zaporo dihalne poti s tujkom nezavesten, ga položimo na trdo podlago. Zakličemo na pomoč ali koga pošljemo po njo. Nato odpremo dihalno pot in skušamo izvesti 5 umetnih vdihov. Skušamo ugotoviti učinkovitost naših vdihov. Če se otrokov prsni koš po našem vdihu ne dviguje, pred naslednjim vdihom poskušamo popraviti položaj sprostivne dihalne poti. Če po petih umetnih vdihih ni otrokovega odziva (premikanje, kašljanje, spontani vdih), nadaljujemo z zunanjo masažo srca brez predhodnega ugotavljanja stanja krvnega obtoka. Preden pokličemo pomoč (če to še ni bilo storjeno), eno minuto izmenjaje izvajamo zunanjo masažo srca in umetno dihanje po protokolu za oživljanje. Ko pred izvajanjem umetnih vdihov odpremo dihalno pot, na hitro pogledamo, če je v ustih tujek. Če je, ga skušamo odstraniti z enim samim poskusom z enim prstom. Če imamo med izvajanjem ukrepov občutek, da se je tujek izločil, odpremo in preverimo dihalno pot. Če se otrok ozavesti in začne spontano dihati, ga položimo v varen položaj na bok in spremljamo njegovo dihanje in stanje zavesti pred prihodom ekipe NMP.

Udarnina/priprtje prsta na roki ali nogi

Močen udarec ali stisnjenje konice prsta lahko povzroči zlom kosti ali krvavitev pod nohtom. Nudimo PP. Če po 20 minutah hlajenja z vodo bolečina ne popusti, je potreben pregled pri zdravniku.

Opekline

Nudimo PP. Pri blagi opeklini izpiramo mesto s hladno vodo. Ne dajajmo na rano ledu, maščobe ali kakršne koli kreme. Kadar je opekline obsežna ali globoka, kadar gre za inhalacijsko poškodbo dihal z vročim plinom ali s paro, če je opečen obraz ali oči, če otrok težko diha, je nezavesten ali ima še druge poškodbe, nudimo PP in pokličemo NMP. Pri hlajenju pazimo, da hladimo opeklino in ne celotnega otroka (nevarnost podhladitve). Zato manjšo opeklino pri otroku hladimo največ 10 minut, večjo pa največ 5 minut, če ima voda

priporočenih 15 °C. Ob opeklini s kemično snovjo ali opeklini zaradi električnega udara nudimo PP in takoj pokličemo NMP.

Ugriz živali, človeka

Nudimo PP: poškodovano mesto temeljito izperemo z vodo in umijemo z milom ter sterilno prekrijemo. Če je le mogoče, pridobimo podatke o lastniku živali, ki je povzročila poškodbo. Ob ugrizu živali je potreben pregled pri zdravniku (antirabična ambulanta, NLZOH, testiranje krvi, morebitna cepljenja). Če je ugrizna rana obsežna in zevajoča, kadar ne moremo ustaviti krvavitve ali gre za ugriz strupene kače, pokličemo NMP. Ob človeški ugrizni rani obvestimo starše obeh otrok.

Ugriz klopa

Klopi prenašajo povzročitelje različnih nalezljivih bolezni, najpogosteje povzročitelja klopnega meningoencefalitisa in Lymške borelioze. O vboju klopa obvestimo starše. Priporočljivo je, da se klop čim prej odstrani z majhno pinceto, po odstranitvi klopa mesto ugriza umije z vodo in milom.

Zastrupitev

Mogoči opozorilni znaki, da gre za zastrupitev, so: tablete, jagodičevje ali neznana snov v otrokovih ustih; opekline okrog ust ali na koži, nenavaden zadah iz ust, znojenje, slabost v želodcu ali bruhanje, driska, glavobol, ozke ali široke zenice, motnje vida, težave z dihanjem, slinjenje, solzenje, suha usta, vrtoglavica ali omedlevica, kratkotrajna zamaknjenost ali odsotnost; zmedenost, halucinacije, mišični krči, izguba zavesti. Nudimo PP. Če sumimo na zastrupitev ali če smo v dvomih, pokličemo NMP. Reševalcem predajmo proizvod, rastlino ali embalažo snovi, navodila za uporabo oz. varnostni list snovi/pripravka, s katero/-im se je otrok zastrupil, in morebitni izbljuvek. Brez predhodnega posvetovanja z zdravnikom ne dajemo otroku ničesar piti.

Nezavest

Otroka damo v položaj za nezvestnega in pokličemo NMP. Preverjamo stanje nezvesti, v kolikor preneha dihati, takoj začnemo z oživljanjem.

Šok

Šok je stanje organizma, kjer krvni obtok ne zadošča več potrebam po kisiku (in drugih snoveh). Vzroki za šok so lahko zelo različni, vsem pa je skupen premajhen pretok krvi skozi tkiva. Prva pomoč: dvignemo noge, ne damo nič piti in takoj pokličemo NMP.

Vir: NIJZ, 2020; Priporočila za ukrepanje v vrtcu ob nujnih stanjih in nenadno nastalih bolezenskih znakih, dopolnjena izdaja 2012.

6. ZAPOSLENI

V OŠ Gustava Šiliha Laporje, vrtcu Laporje skrbimo za zdravje in varnost vseh naših zaposlenih. Zaposleni opravljajo predhodne in obdobjne zdravniške preglede. Redno se udeležujejo usposabljanj in izobraževanj iz varnosti in zdravja pri delu, prve pomoči na delovnem mestu ter ostalih izobraževanj in usposabljanj v povezavi z njihovim delom. Pri delih, kjer je to potrebno, uporabljajo osebno varovalno opremo, delovno obutev. Vsi zaposleni so seznanjeni s higienskimi ukrepi v vrtcu, ki jih redno izvajajo.

Pripravila:

Saša Krajnc Bek

pomočnica ravnateljice za vrtec