

Hygiëne protocol

Inleiding in hygiëne

Waarom is goede hygiëne in de peuteropvang 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 a-symptomatische fase genoemd.

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 kindercentra, 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.

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;

via lichaamsvloeistoffen (speeksel, braaksel, ontlasting of bloed);

via dieren, zoals huisdieren en insecten.

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.

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.

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

Wanneer moeten de handen worden gewassen?

Voor:

het aanraken en bereiden van voedsel; het eten of het helpen bij eten; De restjes eten worden ook weggegooid en niet bewaard.

Wondverzorging.

Na:

- toiletgebruik / billen afvegen;
- contact met lichaamsvochten zoals speeksel, snot, braaksel, urine/ontlasting, wondvocht of bloed;
- wondverzorging;
- zichtbare verontreiniging van de handen;
- hoesten, niezen en snuiten;
- het verschonen van een kind.

En ook na:

- buiten spelen;
- contact met vuil textiel of de afvalbak;
- het aanbrengen van zalf en crème;
- contact met dieren;
- schoonmaakwerkzaamheden.

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. De leidinggevende zal er op toezien dat dit ook daadwerkelijk gebeurt.

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 'naspoeien'.

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.

Knip nagels bij voorkeur kort en gebruik liever geen kunstnagels of nagellak.

Wat te doen bij ziekte van een beroepskracht?

Neem contact op met de leidinggevende 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 het ziektebeleidsplan van de Peuterhof

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 vegeen.
- Tevens is het belangrijk de ruimten voldoende te ventileren en te luchten.
- Gebruik papieren doekjes altijd maar 1 keer!!!!
- 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.

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 lichtsakelaar 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.
- Gebruik geen potjes.
- Geen speelgoed in het toilet.
- Houd toezicht om te voorkomen dat kinderen vergeten de handen te wassen.
- Een hangend toilet vergemakkelijkt de schoonmaak. De voorkeur gaat uit naar een voegloze gladde vloer die bestand is tegen urinezuur.
- Vieze luiers direct weggooien.
- 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.
- Verschoon kinderen op een daarvoor bestemde ondergrond.
- Vervang het aankleedkussen als het beschadigd is.
- Zorg dat de bekleding van het aankleedkussen goed te reinigen is.
- 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.

Verschoon het kind op het verschoonkussen.

Reinig het verschoonkussen na iedere verschoning.

Optie 2 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. 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.

Bloed, diarree en braaksel:

Bij bloed, diarree en braaksel trekt de beroepskracht eerst latex wegwerphandschoenen aan alvorens zij de boel gaat opruimen en schoonmaken. Dit is een verplichting voor de beroepskracht.

Besmetting door dieren:

Let ook op bij beten van dieren bij kinderen. Mocht dit gebeuren geef dit aan de ouders door en laat er een deskundige naar kijken. Een beet van een dier kan heel besmettelijk zijn.

Hygiëne in speelgelegenheden

Zand van (buiten)zandbakken kan op verschillende manieren verontreinigd zijn. In de zandbakken kunnen biologische verontreinigingen worden aangetroffen zoals etensresten en natuurlijk materiaal zoals bladeren en gras. Deze verontreinigingen zijn op zichzelf niet gevaarlijk. Er is wel een risico dat muizen, ratten, vogels, honden en katten op de etensresten afkomen, waardoor uitwerpselen in het zand terechtkomen.

Limonade en snoep kunnen mieren, wespen en bijen aantrekken. Deze insecten leveren naast ongemak ook gevaar op door steken.

Buitenzandbak

Wanneer het zand vervuild is met uitwerpselen van honden en katten kunnen deze uitwerpselen spoelwormen bevatten. De eitjes van deze wormen kunnen via de ontlasting in het zand terechtkomen. Via hand -mondcontact kunnen kinderen worden besmet met de eitjes van de wormen. De verschijnselen zijn meestal licht. Soms treden echter langdurig klachten op. Ziekteverschijnselen na besmetting zijn griepachtige klachten, koorts, buikklachten en prikkelhoest. Er kunnen long- en leverklachten optreden. Bij kinderen met een allergische aanleg kunnen astmatische klachten eerder tot uiting komen.

Ook kunnen zich in de zandbak verontreinigingen bevinden, zoals stenen, bouwafval, straatvuil, glas, plastics, blikjes en sigarettenpeuken.

Om gezondheidsrisico's in te perken is het belangrijk dat preventieve maatregelen worden getroffen. De belangrijkste maatregel is het weren van katten en honden uit de zandbak.

Daarbij is onderstaande van belang:

- Span een vochtdoorlatende afdekking over de zandbak waarmee wordt voorkomen dat honden en katten gebruik maken van de zandbak. Let erop dat er een ruimte van ongeveer tien centimeter tussen het net en het zand overblijft.
- Inspecteer visueel het zand voor gebruik, indien het niet wordt afgedekt.
- Schep uitwerpselen van honden en katten met ruim zand eromheen weg.
- Voorkom dat kinderen eten of drinken in de zandbak.
- Laat kinderen na het spelen in het zand de handen wassen.
- Plaats een zandbak nooit in een donkere hoek of op een vochtige plaats.

Met een hark kan eenvoudig worden gecontroleerd of er verontreinigingen in het zand aanwezig zijn.

Plaats een zandtafel in het midden van de zandbak. Dit zorgt ervoor dat het net boven het zand gespannen blijft.

Rubberen ringmatten voor de ingang voorkomen dat kinderen vuil naar binnen lopen. Doe bewegingsspelletjes met de kinderen voor het weer naar binnen gaan. Hierdoor valt het zand van de kleren af en wordt niet mee naar binnen genomen.

Wanneer moet het zand worden ververst?

Het is niet noodzakelijk dat het zand jaarlijks wordt ververst. Verschonen is noodzakelijk als er in het zand uitwerpselen van honden of katten worden aangetroffen, die er mogelijk langer dan drie weken in hebben gelegen (na een vakantieperiode bijvoorbeeld), dit omdat de ontwikkeling tot het besmettelijke stadium van de spoelwormeitjes die in de ontlasting aanwezig kunnen zijn drie tot vier weken duurt.

*Bron: Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport
Landelijk Centrum Hygiëne en Veiligheid*