

PROTOCOL HYGIËNE



Protocol Hygiëne

Stichting Gastouderbureau Excellent hecht grote waarde aan opvang in een schone omgeving. Om dit te benadrukken en om hygiëne onder de aandacht te brengen bij onze gastouders, is dit protocol ontwikkeld. Stichting Gastouderbureau Excellent gaat er vanuit dat alle gastouders in het kader van dit protocol werken. Dit wordt onder andere gecontroleerd bij de uitvoering van de jaarlijkse risico inventarisatie veiligheid en gezondheid en komt ter sprake tijdens het evaluatiegesprek.

Gastouderopvang is gebonden aan kwaliteitsregels waar hygiëne een onderdeel van uitmaakt. Er zijn vele elementen die de gezondheid kunnen beïnvloeden en hygiëne speelt daar een belangrijke rol in.

Iedereen wil altijd het beste voor zijn/haar kind. Dat geldt niet alleen voor de omgeving thuis, maar uiteraard ook bij de opvang. Een kind laten opgroeien in een schone omgeving draagt bij aan de gezondheid van het kind zowel fysiek als mentaal. Gastouders hebben, net als alle volwassenen, een voorbeeldfunctie hierin. Het kind zal door in een schone omgeving te verblijven het goede voorbeeld meekrijgen en dit in het volwassen leven met zich meenemen.

U begrijpt dat wij niet op alle fronten de hygiëne in dit protocol kunnen omschrijven. Wij hebben er daarom voor gekozen een selectie te maken van wat in onze ogen de belangrijkste punten zijn om aan te halen aangaande hygiëne binnen de gastouderopvang. Veel hiervan zal u wellicht als vanzelfsprekend overkomen. Iedereen heeft hierin echter andere normen. Niet voor iedereen is deze informatie vanzelfsprekend.

Toch is dit protocol niet alleen voor diegene geschreven voor wie deze vanzelfsprekendheid niet geldt. Er is voor gekozen een voor iedereen leesbaar stuk te schrijven waarvan iedereen iets zou kunnen opsteken. Onderstaand treft u een overzicht met richtlijnen waarbinnen wij verwachten dat onze gastouders werken. Dit allemaal met het oog op het voorkomen van ziekten en het kunnen bieden van een hygiënische opvangomgeving.

Met het hanteren van een goede hygiëne kunnen het aantal schadelijke micro organismen tot een minimum worden beperkt. Micro organismen zijn bijvoorbeeld bacteriën, virussen schimmels en gisten. Deze bevinden zich overal en zijn voor het blote oog onzichtbaar maar kunnen wel diverse ziekten veroorzaken. Om dit te voorkomen is een goede hygiëne gewaarborgd.

1. Persoonlijke hygiëne

De gastouder behoort met regelmaat de handen te wassen met zeep. Dit hoort in ieder geval te gebeuren op deze momenten:

- Na het toiletbezoek / na het helpen van een kind bij het toiletbezoek of bij het potje;
- Na het verschonen van een kind;
- Na het buitenspelen;
- Voor het eten, drinken of maken van eten;
- Na het hoesten en/of niesen en/of snuiten van de neus;
- Na contact met lichaamsvocht zoals traanvocht, speeksel, snot, braaksel, urine, ontlasting en bloed.

Voor de persoonlijke hygiëne van de kinderen hoort hen in ieder geval het volgende aangeleerd te worden:

- De kinderen worden na het eten afgenomen met een voor ieder kind apart schoon washandje of een nat doekje; gebruik bij voorkeur geen katoenen zakdoeken maar voor het snuiten van de neus alleen papieren zakdoeken die direct kunnen worden weggegooid;
- Kinderen wordt geleerd dat speelgoed niet kan worden meegenomen naar het toilet vanwege de verspreiding van ziektekiemen;
- Aan de kinderen wordt geleerd om handen te wassen na het toiletbezoek of gebruik van potje, en voor het eten;
- De ruimte waar een baby wordt verschoond, wordt na elke verschoning goed schoongemaakt;
- Handdoeken, theedoeken, en schoonmaakdoekjes worden *dagelijks* vervangen;
- Elk kind gebruikt zijn/haar eigen tandenborstel. Deze wordt ook apart bewaard en goed schoongemaakt;
- Alle kinderen gebruiken een eigen, aparte beker, bord en bestek; kinderen die bij de gastouder slapen hebben hun eigen beddengoed.
- Alle bovengenoemde wijzen van werken zijn belangrijk om te besmetting met ziektekiemen van andere kinderen of volwassenen te voorkomen.

2. Hoest/Nies hygiëne

Voor wat betreft een goede hoest en nies discipline adviseren wij u allereerst altijd het goede voorbeeld te geven. Micro organismen verspreiden zich op vele wijzen. Eén van die wijzen is via de lucht. Leer kinderen de volgende maatregelen aan:

- Niet hoesten of niezen in de richting van een ander. Leer hen het hoofd weg te draaien of het hoofd te buigen.
- Een hand voor de mond en neus houden en de handen direct hierna te wassen.
- Op tijd snuiten, om de snottebelverspreiding te voorkomen.

- Handen wassen na het hoesten / niezen.
- Verder is het raadzaam de ruimten voldoende te ventileren.
- Gebruik papieren zakdoekjes, gooi deze na gebruik weg in een afsluitbare afvalbak die bij voorkeur met de voet bedienbaar is.

3. Hygiëne in de woning van de gastouderopvang

- Zorgt u er voor dat temperatuur en vochtigheid niet te hoog zijn. Omdat wij begrijpen dat u wellicht niet over een vochtigheidsmeter in de woning beschikt, adviseren wij u dit op uw eigen gevoel te bepalen. Ervaart u de woning als vochtig, dan dient er iets te veranderen! Heeft u het warm? Controleert u dan op de thermostaat of het niet te warm in de woning is. Dit zijn gevoelselementen die aankomen op uw eigen interpretatie. Voor een baby wordt het advies gegeven om de woning minimaal op 18 graden en niet kouder te houden.
- Lucht de woning met regelmaat. Dit draagt bij aan schone lucht die fris is en weinig stofdeeltjes bevat. Zorg er altijd voor dat er een klappaampje of ventilatieroostertje open staat zodat (ook in de winter) frisse lucht de woning kan bereiken.
- Textiel bevat vaak allergenen. Dat zijn stoffen die een allergische reactie kunnen veroorzaken. Voor kinderen die allergisch zijn hoort dit belangrijke onderdeel in acht te worden genomen. Daarom is het van belang dat textiel (niet alleen kleding maar denk ook aan knuffelberen, verkleedkleden, enz.) gewassen wordt. De woning stofzuigen is hierin ook belangrijk.

3.1 Keuken

- De koelkast wordt eens per twee weken schoongemaakt;
- De temperatuur in de koelkast mag niet hoger worden dan 4°C (daarom moet de koelkast voorzien zijn van een thermometer).
- De vriesruimte moet een temperatuur van -18°C tot -20°C hebben.
- Bij ijsvorming wordt de koelkast ontdooit en schoongemaakt.
- Er wordt goed op de uiterste gebruiksdatum van verpakte voedingsmiddelen gelet.
- Laat loden leidingen vervangen of gebruik flessenwater met een laag natriumgehalte.
- Maak gebruik van een afsluitbare vuilnisemmer.

3.2 Veiligheid gebruik keuken

- Wanneer er gekookt wordt waar kinderen bij aanwezig zijn, behoren een aantal veiligheidsmaatregelen in acht te worden genomen:

- Plaats een fornuisrekje dat voorkomt dat kleine kinderen hun handjes aan het vuur kunnen branden.
- Laat de stelen van de pannen die op het vuur staan, naar achteren wijzen zodat de kinderen deze niet van het vuur af kunnen stoten.
- Gebruik zoveel mogelijk de achterste pitten van het fornuis zodat kinderen er zo moeilijk mogelijk bij kunnen komen.
- Plaats een ovenruit- beschermer wanneer u een oven gebruikt waarvan de ruit voor kinderen toegankelijk is.
- Zorg er voor dat de kinderen niet bij de waterkoker kunnen. Veel mensen vergeten om ook het snoer van de waterkoker weg te werken. Veelal hangt deze over de rand van het aanrecht. Werk het snoer goed weg zodat kinderen de waterkoker niet van het aanrecht af kunnen trekken.
- Plaats geen opstapjes of krukjes in de keuken. Als u deze wel gebruikt, berg deze dan ook weer goed op. Voorkom dat kinderen gaan klauteren in de keuken.
- Berg lucifers en aanstekers op een voor de kinderen onbereikbare plaats.
- Laat geen vieze vaat in de keuken staan maar was deze minimaal dagelijks af.
- Ruim boodschappen direct op en zorg er voor dat vlees en melk voldoende koel zijn (kouder dan 7°C).

Als vanzelfsprekend zijn er voor gebruik van de keuken nog veel meer veiligheidsmaatregelen te bedenken. Echter, dit protocol is gericht op hygiëne en zal zich derhalve tot dat onderwerp beperken.

4. Speelgoed

- Speelgoed wordt regelmatig en bij zichtbare vervuiling schoongemaakt.
- Stoffen speelgoed, knuffels en verkleedkleden worden gewassen.
- Plastic en houten speelgoed wordt met een vochtige doek afgenomen.
- Er wordt alleen gebruik gemaakt van speelgoed dat voldoet aan de veiligheidsnormen.
- Wanneer er een zandbak bij de gastouder aanwezig is, adviseren wij u deze half in de zon en half in de schaduw te plaatsen. Plaats deze nooit op een donkere hoek of een vochtige plaats. Kinderen kunnen er dan door de hoge vochtigheid niet in spelen en er bestaat meer groei van micro organismen.
- Er mag niet worden gegeten of gedronken in de zandbak.
- Klop kleding uit na het spelen.
- Gebruik bij voorkeur aparte kleding voor in de buitenzandbak.
- Laat kleding niet in de zandbak liggen maar berg deze direct op.
- Maak sowieso buitenspeelgoed minimaal 4 x per jaar schoon.
- Laat kinderen na het spelen in de zandbak altijd de handen wassen.

- Zorg voor een afsluitbare zandbak om honden en katten te beletten het zand te bevuilden. Het zand moet minimaal eens per jaar verversd worden bij voorkeur voor het begin van het buitenseizoen.

5. Hygiëne verblijfsruimten

- Reinig de vloer en meubilair dagelijks, liefst op momenten dat er geen kinderen aanwezig zijn.
- Reinig de hoger gelegen oppervlakken wekelijks.
- Reinig de verticale oppervlakken maandelijks.
- Besteed bij meubilair op poten extra aandacht aan een goede schoonmaak onder het meubelstuk.
- Neem stoffenmeubilair minimaal tweemaal per week af met een vochtige doek.
- Lucht de verblijfsruimten 's ochtends of vlak voor de kinderen naar de opvang komen;
- Gebruik geen verf, vlekkenwater of boenwas, spuitbussen, wasbenzine, terpentine, verfabijtmiddelen of andere chemicaliën met oplosmiddelen waar kinderen bij zijn.
- Gebruik geen sterk geurende schoonmaakmiddelen of andere producten.
- Voorkom onnodig lawaaioverlast; doe de televisie of radio aan als het nodig is.
- Kies planten en/of bloemen die allergeenarm zijn.
- Verschoon potgrond jaarlijks.
- Er mag absoluut niet in de woning worden gerookt.

6. Babyvoeding

6.1 Moedermelk

- Moedermelk mag uitsluitend aan het eigen kind worden gegeven. Op de flesjes moet staan op welke datum de melk gekolfd is.
- Moedermelk moet of binnen 48 uur gebruikt worden en mag dan in de koelkast worden bewaard (bij voorkeur niet in de deur van de koelkast), of moet direct worden ingevroren. De periode waarover ingevroren moedermelk kan worden bewaard, is afhankelijk van het type vriesruimte (**2 weken, *** 3 maanden).
- Ingevroren melk wordt ontdooid in de koelkast of eventueel in de magnetron. Vers ingevroren moedermelk is na het ontdooien maximaal 48 uur houdbaar. Eenmaal ontdooide moedermelk mag niet meer opnieuw worden ingevroren.
- Voor iedere voeding moet een nieuwe gesteriliseerde speen worden gebruikt.
- Moedermelk kan het beste worden opgewarmd in de magnetron. Indien een flessenwarmer wordt gebruikt moet deze na ieder gebruik worden gelegegd, gereinigd en gedroogd.

6.2 Kant-en-klare kunstvoeding

- Flesjes en spenen moeten voor gebruik worden gesteriliseerd.
- Restanten kunstvoeding kunnen niet worden bewaard.
- Kant-en-klare kunstvoeding kan het beste worden opgewarmd in de magnetron. Indien een flessenwarmer wordt gebruikt, moet deze na ieder gebruik worden gelegeed, gereinigd en gedroogd.

6.3 Kunstvoeding in poedervorm

- Blikken poeder moeten droog en afgesloten worden bewaard.
- Flessen en spenen moeten voor gebruik worden gesteriliseerd.
- Restanten kunstvoeding kunnen niet worden bewaard.
- Bereide kunstvoeding moet direct worden gebruikt en dus niet worden bereid voor de hele dag.
- Kunstvoeding kan het best worden opgewarmd in de magnetron. Indien een flessenwarmer wordt gebruikt moet deze na ieder gebruik worden gelegeed, gereinigd en gedroogd.

6.4 Het bereiden van flesvoeding

- Was goed je handen.
- Maak de zuigfles en de speen goed schoon (1 keer per dag 3 minuten uitkoken).
- Doe de voorgeschreven hoeveelheid water in de zuigfles.
- Maak het water handwarm (ca. 40 °C) met de magnetron of de flessenwarmer.
- Gebruik altijd het bijgevoegde maatschepje. Haal het schepje losjes door de poeder en strijd het overtollige poeder af met de achterkant van een schoon mes.
- Strooi het aantal voorgeschreven maatschepjes poeder op het water in de zuigfles. De verhouding: 30 ml water + 1 afgestreken maatschepje.
- Draai de dop op de zuigfles en zwenk de fles tot het poeder is opgelost.
- Controleer de temperatuur altijd op de binnenkant van je pols, voordat je de voeding geeft.

7. Voeding

De gastouder en de ouder(s) maken afspraken over de voeding, waarbij in ieder geval aan bod komt wel/niet snoepen, broodbeleg en eventuele voedselallergie. Voedingsinfecties veroorzaken jaarlijks bij meer dan een miljoen mensen in Nederland maag-darmklachten. Hygiënisch werken is dan ook belangrijk om een voedselinfectie te voorkomen.

8. Verschonen

Verschoon een baby op een verschoonkussen dat intact is. Na het verschonen wast u de handen met een vloeibare zeep. Was eventuele katoenen handdoeken minimaal elke dag. Gooi gebruikte luiers altijd direct in een gesloten afvalcontainer.

Twee opties voor het verschoonkussen reinigen

1. Gebruik een handdoek of hoes op het verschoonkussen. Deze gaat na iedere dag in de was. Het kussen moet na iedere dag worden gereinigd.
2. Er wordt niets op het verschoonkussen gelegd. Het kussen wordt na iedere verschoning huishoudelijk gereinigd.

Het reinigen van het verschoonkussen

- Maak een oplossing van een allesreiniger in water in een fles of een plantenspuit.
- Breng dit (van dichtbij) aan op een wegwerpdoekje (of een niet wegwerpdoekje dat na gebruik direct in de was gaat).
- De oplossing kan ook in een sopemmertje worden klaargemaakt. Houd u er dan wel rekening mee dat dit sopje snel vies is. Dit mag u maximaal twee uur laten staan. Kijk uit dat kinderen er niet bij kunnen komen.
- Spoel het verschoonkussen schoon na met heet water en droog het met bij voorkeur een wegwerpdoek. Wanneer u gebruik maakt van een katoenen handdoek om te drogen, doe deze dan hierna direct in de was.

NB: Routinematig desinfecteren van een verschoonkussen is niet effectief (vuil maakt het desinfectans onwerkzaam), overbodig (reinigen doet voldoende) en milieubelastend.

Alleen als er sprake is van bloedcontact op bloederige diarree moet Desinfectie plaatsvinden. Desinfecteren na besmettelijke diarree is niet nodig. Voor Desinfectie moet altijd eerst gereinigd worden.

9. Desinfecteren

Desinfecteer alleen wanneer daar een reden voor is. Onnodig desinfecteren werkt ongevoeligheid in de hand. Dit betekent dat bacteriën en virussen beter bestand worden tegen desinfecteermiddelen.

Desinfectie is nodig:

1. Als er sprake is van bloederige diarree;
2. Als er op een andere wijze sprake is van bloedcontact (bijvoorbeeld bij een bloedneus, wondjes, etc.).

Desinfecteer alle oppervlakken die in aanraking zijn gekomen met het bloed of de bloederige diarree. Denk aan de toiletspot, toiletbril, het verschoonkussen maar eventueel ook de kraan, de wastafel en de doorspoelknop. Vergeet het textiel niet en het speelmateriaal. Zo ook het meubilair en de vloer.

Waarmee kunt u desinfecteren?

- Kleine oppervlakken (tot maximaal ½ m²,) zoals het aankleedkussen, speelgoed en de thermometer) kunt u desinfecteren met alcohol 70%.
- Voor de handen adviseren wij bijvoorbeeld huidalcohol 70% te gebruiken.
- Textiel en speelgoed kunnen in de wasmachine (was dan wel op minimaal 60 °C.
- Serviesgoed en eventueel ander materiaal kunnen in de vaatwasser (zet deze dan ook op minimaal 60 °C.

Hoe gaat u te werk?

- Voordat u gaat desinfecteren moet dit eerst huishoudelijk schoon gemaakt zijn.
- Gebruik voor het desinfecteren bij voorkeur weggooi schoonmaakmateriaal.
- Trek handschoenen aan om de eigen handen te beschermen.
- Een alcohol 70%-oplossing is direct klaar voor gebruik. Mocht er een ander desinfecterend middel nodig zijn neem dan contact op met de GGD. Meng nooit verschillende schoonmaakproducten; dit kan gevaarlijk zijn!
- Desinfecteer het oppervlak met de alcohol 70%-oplossing en laat dit aan de lucht drogen.
- Mocht er een ander desinfecterend middel gebruikt worden dan kan de GGD toelichten hoe u dit op een juiste wijze dient te gebruiken.
- Na het desinfecteren gooit u het sopdoekje weg.
- Wees er alert op dat het desinfecterend middel buiten bereik van kinderen blijft.