

Protocol veilig slapen / wiegendood

Wiegendood is de benaming van de onverklaarbare dood van baby's, die in hun wieg worden gevonden. Sinds de jaren 80 is er veel onderzoek naar wiegendood gedaan. Het aantal gevallen is inmiddels drastisch gedaald, met name doordat men ontdekt heeft dat veel baby's die overleden zijn aan wiegendood op hun buik lagen.

Op basis van onderzoeken zijn een aantal risico-factoren benoemd zoals buikligging, roken in de omgeving van het kind en gebruik van een dekbedje.

De volgende maatregelen zullen helpen om het risico op wiegendood te verkleinen:

- Laat een baby altijd op zijn/haar rug slapen. Wanneer een ouder toch wil dat het kind op de buik wordt gelegd is het van belang dat de ouder hiervoor een schriftelijke verklaring aflegt.
- Gebruik geen dekbedje, liever een slaapzak of wollen of katoenen dekens.
- Bij het gebruik van het campingbedje wordt er geen extra matras gebruikt. Alleen het bodemmatras zal gebruikt worden.
- Zorg dat het gezichtje niet bedekt is.
- Maak het bedje 'kort' op om te voorkomen dat een kind te diep onder het dekentje komt en daardoor mogelijk een tekort aan zuurstof krijgt.
- Het matras dient met een katoenen tijk overtrokken te zijn, het gebruik van zeiltjes is uit den boze, evenals het gebruik van een katoenen luier aan het hoofdeinde.
- Rook niet in de omgeving van het kind.
- De temperatuur van de kamer waar het kindje slaapt moet ongeveer 18 graden zijn.
- Indien de temperatuur in de slaapkamer lager is dan 18 graden kan er gebruik gemaakt worden van een wiegdekentje. Wanneer de temperatuur hoger is dan 18 graden wordt het kind te slapen gelegd in een zomerslaapzakje en eventueel met het dekenhoesje.
- Controleer regelmatig het slaapgedrag van de baby.
- Zorg voor veilige knuffels en veilige kleding; geen koordjes/strikjes, ook geen spenenkoordjes.
- Leg het bedje open na het slaapje om het te luchten.
- Ventileer de babykamer regelmatig.
- Kinderwagens, een maxi cosi, de box en Deryan tentje zijn niet geschikt als vaste slaapplek en zijn dan ook niet toegestaan in de gastouderopvang.

Aanbevolen wordt om in geval van plotseling en onverwacht overlijden daarvan binnen enkele dagen tevens melding te maken aan de Landelijke Werkgroep Wiegendood via het speciale meldnummer: 06 - 51 29 37 88. Uiteraard alleen met toestemming van de ouders. Een arts van de werkgroep kan adviseren over de mogelijkheden van nader (medisch) onderzoek en extra begeleiding bieden. De Expertisegroep Wiegendood, van de Nederlandse Vereniging voor Kindergeneeskunde, kan advies geven en behulpzaam zijn bij de nazorg (tel. 06 - 51 29 37 88).

Wat te doen als u het niet vertrouwt:

- Waarschuw de huisarts
- Waarschuw de ouders