

# Open je ogen

## Veilig slapen in de opvang



In oktober 2008 ontving elke opvangouder en elke opvangvoorziening in Vlaanderen een hologram van een snoezige baby. Als je de afbeelding vanuit verschillende hoeken bekeek, lag de uk afwisselend te slapen of keek hij je vertederd aan. Het beeld stond in schril contrast met de tekstboodschap: 'Bijna elke maand sterft een kind in de opvang. Open je ogen!'



Preventie van wiegendood en ongevallen tijdens de slaap staat al verschillende jaren hoog op de agenda. De nieuwe campagne van Kind & Gezin is niet bedoeld om opvangouders en begeleiders bang te maken of te schokken. Want wie kinderen opvangt, doet er alles aan om hun veiligheid te garanderen. Ook tijdens de slaap. Maar ondanks de inzet blijft het sterftecijfer schrikbarend hoog: de afgelopen jaren stierf er in Vlaanderen gemiddeld één kind per maand in de opvang tijdens zijn slaap. De campagne wilde nog eens expliciet de aandacht vestigen op de problematiek.

### Extra waakzaamheid

Door eenvoudige maatregelen correct toe te passen, kan iedereen wiegendood en ongevallen tijdens de slaap helpen voorkomen. Zo blijken de eerste opvangdagen erg stressvol te zijn voor de allerjongsten. Stress kan het slaappatroon van jonge kinderen veranderen. Daardoor wordt het risico op wiegendood groter. Extra waakzaamheid is tijdens de eerste opvangdagen, of na een langere afwezigheid zeer aan te raden. Vooraf wennen is en blijft belangrijk. Je kunt ouders vragen om voor de eigenlijke start van de opvang een paar keer langs te komen met hun kind.

De campagne had ook aandacht voor de knuffels en doeken in de opvang. Voor een kind is niets heerlijker dan met een knuffeldier naar het kinderdagverblijf te komen. Ze kunnen samen gekke avonturen beleven of elkaar troosten wanneer papa of mama niet in de buurt is.

### Kinderopvang en ouders getuigen...

Tina, verantwoordelijke van een kinderdagverblijf, verloor een opvangkindje door wiegendood:

'Deze campagne is niet vrijblijvend: ze raakt de opvang. Ik vind dat een goeie zaak. Ik merk immers vaak dat collega-verantwoordelijken liever niet stilstaan bij een mogelijk overlijden. Tot datgene wat anderen overkomt, ook plots bij jou gebeurt. Het baat niet om je kop in het zand te steken.'

### Peter, aanstaande papa:

'Bij het kennismakingsgesprek vertelde de onthaalouder ons dat baby's beter niet met een knuffel slapen. Dat was nieuw voor mij. Mijn vriendin had al een exemplaar klaarliggen om mee te nemen naar de kraamkliniek. We hebben besloten om ons kindje niet met een knuffel te laten slapen. Dan hoeft het die gewoonte ook niet af te leren in de opvang.'

Maar in bed hoort een knuffel niet echt thuis. Hij kan het hoofd en gezicht bedekken, waardoor mogelijk warmtestuwing ontstaat. Dat vergroot het risico op wiegendood. Doeken of knuffels die geen lucht doorlaten, omdat er speeksel of braaksel op zit, kunnen een risico op verstikking vormen. Als een kind toch een knuffel of doek nodig heeft om in slaap te vallen, kun je die wegnemen zodra het kind slaapt. Zorg er wel voor dat het kind bij het ontwaken zijn knuffel vanuit bed kan zien. Met bijvoorbeeld het 'knuffelbed' (zie afbeelding links) is dat geen enkel probleem.

De preventiemaatregelen die in de opvang zo belangrijk zijn, kun je ook thuis hanteren. Als het kind vanaf de geboorte veilige slaapgewoonten worden aangeleerd door de ouders, is het verschil tussen thuis en de opvang kleiner. Zo kan het kind zich makkelijker aanpassen.

### Eén campagne, vele kanalen

De nieuwe preventiecampagne over wiegendood stond de afgelopen maanden sterk in de aandacht. De boodschap werd verspreid via tijdelijke en permanente kanalen. Kinderdagverblijven en opvangouders kregen financiële steun om te investeren in een veilige slaapomgeving. Er was een brochure op maat van de opvang, en de website [www.openjeogen.be](http://www.openjeogen.be) bevatte een pak informatie over veilig slapen. De inhoud hiervan is nu ook opgenomen in de website [www.kindengezin.be](http://www.kindengezin.be)

Om blijvend de aandacht te vestigen op het belang van veilig slapen, is ook de dvd *Open je ogen* verkrijgbaar. Het is een gra-

### Tips voor veilig slapen in de opvang

1. Je legt een baby altijd op zijn rug te slapen.
2. Je rookt niet.
3. Je houdt geregeld toezicht. Je bent extra waakzaam tijdens de eerste opvangdagen of na een langere afwezigheid.
4. Je zorgt ervoor dat een baby het niet te warm krijgt.
5. Je gebruikt een veilig bed en bedmateriaal.
6. Je geeft alleen geneesmiddelen op doktersadvies. In Nederland geldt de wet BIG, waarin staat dat ouders altijd een medicijnverklaring moeten invullen.

Heb je een vraag over veilig slapen of wiegendoodpreventie? Neem dan contact op met de Kind en Gezin-lijn: 078 150 100 (België) of [info@kindengezin.be](mailto:info@kindengezin.be). In Nederland kun je terecht bij de GGD's: [www.ggd.nl](http://www.ggd.nl).

tis didactisch instrument voor scholen, opleidingsorganisaties en verantwoordelijken in de kinderopvang, die vorming over veilig slapen geven. De realisatie van de dvd werd mogelijk gemaakt door de financiële steun van de ouders van Manon. Manon overleed in haar slaap tijdens de eerste dagen in de opvang. Haar ouders wilden de opvang op hun beurt bewust maken, zodat haar dood niet voor niets geweest is. •

