

PREPREČEVANJE ŠIRJENJA NALEZLJIVIH BOLEZNI V VRTCU

PREPREČEVANJE ŠIRJENJA NALEZLJIVIH BOLEZNI V VRTCU

V mesecu septembru so se otroci vrnili v svoje skupine, mnogi med njimi pa so prestopili vrtec prvič. Večina staršev se zaveda, kako pomembna je vključitev otrok v skupino za socialni razvoj otrok. Kljub temu se pa nekateri bojijo, da bo njihov otrok v vrtcu pogosteje bolan. Statistika je pokazala, da otroci stari manj kot 5 let zbolijo v kolektivnem varstvu 12 x v enem letu, 9 x če je brat ali sestra v kolektivnem varstvu, 6–8 x pa če je varstvo individualno. Obolevanja v vrtcu se zaradi značilnosti malčkov v celoti ne moremo izogniti.

VZROKI ZA OBOLEVANJA

1. Večja izpostavljenost različnim mikrobov

Večje število malčkov v skupinah omogoča mešanje različnih mikrobov. Malčki so v tesnem stiku med sabo in z vzgojiteljico, ter spoznavajo svet okrog sebe s prijemanjem z rokami in okušanjem z usti. Tako mikrobi vstopajo v organizem, kakor tudi v njegovo okolico neposredno ali preko predmetov. Poleg tega pa na začetku še malčki nimajo osvojenih osnovnih higienskih navad (pravilno ne umivajo rok, nezaščiteno kašljajo in kihajo, slinijo roke in igrače).

2. Neimunost

Otrok, ki še ni bil v stiku z različnimi mikrobi, še ni izoblikoval odpornosti proti njim. Le-ta se izoblikuje šele ob prvem stiku z mikrobi.

3. Nezrelost imunskega sistema

Čim mlajši je otrok, bolj šibka in počasna je obramba pred mikrobi. Seveda pa višja starost ob vključevanju otroka v vrtec ne vpliva na druge vzroke za pogostejše obolevanje.

4. Psihični vzroki

Za mnoge otroke pomeni vstop v vrtec stres. T.i. »adaptacijski sindrom« zmanjša imunsko odpornost in poveča verjetnost okužbe.

Te vzroke je težko dokazati, vendar vzgojitelji in zdravniki opažajo, da malček, ki se slabo počuti v okolju in je nesrečen, zboli hitreje in pogosteje.

NAJPOGOSTEJŠA OBOLENJA V VRTCU

Najpogosteje prebolevajo otroci **virusne okužbe dihal**, ki jih povzroča približno dvesto različnih virusov, zato je nemogoče, da bi zgradili obrambo proti vsem. Posledično se kot zaplet ob prebolevanju vnetja zgornjih dihal pojavljajo tudi vnetja ušes.

Črevesne virusne okužbe se v zadnjih letih pojavljajo pogosteje (rotavirusna driska). Vzrok je v načinu širjenja, t. j. preko predmetov (igrače, kljuke,...), otrokovih rok in rok negovalnega osebja ter po zraku.

Od otroških izpuščajnih bolezni se v vrtcu najpogosteje pojavljajo **norice**, redki primeri **škrlatinke** in **peta bolezen**. Vse ostale otroške bolezni so zaradi dobre precepljenosti naših otrok postale prava redkost.

Bolezni, ki sicer niso pogoste, se pa zaradi slabih higienskih navad malčkov lahko širijo na vrstnike, so še slinavka, gnojno vnetje očesne veznice, gnojna vnetja kože, pozabiti pa ne smemo tudi črevesnih parazitov (glist), garij in naglavnih uši.

PREVENTIVNI UKREPI V VRTCU

Osebe v vrtcu upoštevajo navodila zdravstveno higienskega režima za preprečevanje in omejitve širjenja nalezljivih bolezni. **Najpomembnejše je redno in temeljito umivanje rok z milom.** Za prehladom namreč najpogosteje zbolimo ravno zaradi dotikanja nosu ali oči z okuženimi rokami.

Ukrepi v vrtcu so sledeči:

- dosledno izvajamo higienska načela in nadziramo umivanje rok;
- začasno prenehamo z umivanjem zob;
- igrače redno čistimo in po potrebi tudi razkužujemo;
- prostore pogosto zračimo;
- med ležalniki zagotovimo določen razmik;
- uporabljamo papirnate robčke in brisače za roke;
- uporabljamo izključno tekoče milo z dozatorjem in vodotesne podloge za previjanje otrok;
- prepovemo uporabo mehkih igrač oziroma predmetov iz blaga, ki jih ni mogoče stalno mokro čistiti;
- upoštevamo posebne ukrepe ob epidemiji;
- upoštevamo kriterije za zavrnitev otroka z bolezenskimi znaki.

V primeru večjega števila obolelih (npr. rotavirus) se po presoji organizatorja prehrane in ZHR ter Zavoda za zdravstveno varstvo opravi tudi dezinfekcija prostorov vrtca.

Kdaj lahko vzgojiteljica ali pomočnica vzgojiteljice odkloni otroka ali obvesti starše in ga napoti k zdravniku? Kadar ima otrok navedene znake:

- vročina, neobičajna utrujenost, razdražljivost, težko dihanje, neprestani jok;
- driska ali bruhanje (več kot 2 x dnevno);

- gnojni izcedek iz nosu s kihanjem in kašljanjem;
- gnojno vnetje oči ali kože;
- izpuščaj z vročino;
- kašelj v napadih z zariplostjo;
- prisotnost uši, glist ali garij.

OBVEZNOSTI STARŠEV V PRIMERU BOLEZNI OTROKA

- o vrtec čim prej obvestite o vrsti nalezljive bolezni, za katero je zbolel vaš otrok;
- o ko vas vrtec obvesti o otrokovi bolezni, je potrebno priti otroka čim prej iskati;
- o otrok sme ponovno v vrtec, ko je zdrav in vsaj 2 dni nima vročine, ko vsaj 1 dan ne bruha, ter ko vsaj 1 dan nima več driske.

Bolan otrok ne sodi v vrtec.

Začasna izključitev je najboljši ukrep za preprečevanje širjenja bolezni, predvsem zato, ker otrok takrat potrebuje počitek, mir, ter pozorno in skrbno nego. Vsega tega namreč v vrtcu ne more biti deležen v zadostni meri.

PREVENTIVNI UKREPI DOMA

Tudi starši lahko veliko pripomorejo, da otroci manj pogosto obolevajo, in sicer z naslednjimi ukrepi:

- pred vstopom v vrtec naj otrok opravi vsa priporočena cepljenja;
- otrok naj čim prej osvoji dobre higienske navade, zlasti umivanje rok in osebno higieno;
- skrbimo za krepitev zdravja otrok, z dovolj gibanja, telesnim utrjevanjem, sprehodi v naravi tudi v slabem vremenu;
- v prostorih, kjer so otroci, naj se ne kadi;
- otroka že zgodaj navajajmo na pravilno mešano prehrano;
- v vrtec ne vodimo otroka z znaki nalezljive bolezni ali otroka, ki je še kužen.

Za lajšanje težav majhnih otrok sta pogosto dovolj že tolažba in ljubezen. Če smo prepričani in verjamemo v ozdravljenje, prenašamo naš pozitiven odnos tudi na bolnega otroka.

Še noben otrok ni bil brez prehlada, kašlja, bolečine ali otroške bolezni.

Pripravila: Petra Lozinšek, organizatorica prehrane in ZHR

Viri:

- Rahne J. Nalezljive bolezni v vrtcih; revija Otroci (marec 2004, Ljubljana)
- dr. Zakotnik B. revija Moj malček
- ZZV Maribor
- ZZV Ljubljana