



ZDRAVSTVENO HIGIENSKI REŽIM V VRTCU GALJEVICA

Navodila za zaposlene v vrtcu



Organizator prehrane in ZHR

Tamara Karoli, dipl. san. inž

Maja Berlic, dipl. san. inž.

1 VSTOP OTROKA V VRTEC

Pri uvajanju otroka v vrtec se morajo starši otroka, ki so ob uvajanju prisotni, preobuti v sobne copate, ki jih prinesejo s sabo. Pomembno je, da so starši oz. osebe (dedki, babice, idr.), ki so ob uvajanju prisotni v oddelkih zdravi. Ves čas prisotnosti v oddelku naj te osebe izvajajo ustrezne higienske ukrepe (higiensko kihanje in kašljanje, umivanje rok, idr.).

Pred vstopom otroka v vrtec morajo starši otroka strokovnemu delavcu, ki bo deloval v skupini njihovega otroka, izročiti **Potrdilo o zdravstvenem stanju otroka** iz katerega je razvidno:

- da je otrok sposoben za sprejem v vrtec in
- stanje o otrokovi precepljenosti.

Potrdila hranijo strokovni delavci v mapi skupaj z evidenčnim listom otroka. Z novim šolskim letom se zdravniško potrdilo skupaj z ostalo dokumentacijo preda strokovnemu delavcu, ki bo v novem šolskem letu skrbel za otroka.

V kolikor se otrok izpiše ali prehaja v drug vrtec lahko starši zdravniško potrdilo prevzamejo pri strokovnemu delavcu, ki trenutno skrbi za otroka.

V kolikor ima posamezen otrok alergijo na določeno hrano, starši dostavijo zdravniško spričevalo strokovnemu delavcu. Na zdravniškem spričevalu mora biti natančno zapisano, katero vrsto hrane otrok ne sme uživati. Eno kopijo zdravniškega spričevala preda strokovni delavec Organizatorju prehrane in ZHR, eno kopijo v kuhinjo, original pa obdrži pri sebi – ga shrani k evidenčnemu listu otroka.

2 ZDRAVSTVENO HIGIENSKI REŽIM V VRTCU

2.1 NOTRANJI PROSTOR

Temperatura in relativna vlažnost

Primerna temperatura v prostorih za otroke I. starostne skupine je 20 – 23 °C, za otroke II. starostne skupine pa 20 – 21 °C.

Najprimernejša relativna vlaga je med 40 in 60 %. Če je zrak v prostoru presuh lahko to povzroči draženje sluznice dihalnih poti, v kolikor pa je zrak prevlažen to otežuje vzdrževanje telesne temperature s potenjem.

Prezračevanje prostorov

Najbolj učinkovito prezračevanje je prezračevanje s pomočjo prepriha. To storimo na ta način, da v času, ko otroci niso prisotni v igralnici odpremo za 5 minut hkrati vsa okna in vrata. V zimskem času naj bo ta čas krajši, da se temperatura zraka v igralnici ne zniža pod 20 °C.

Igralnice zračimo večkrat dnevno, obvezno pa:

- po kosilu,
- še vsaj enkrat v dopoldanskem času.

V primeru pojava nalezljivih bolezni **mora biti** frekvenca prezračevanja večja.

2.2 ČIŠČENJE IGRAČ

Ljubkovalne igrače (vse plišaste igrače, igrače iz blaga) operemo enkrat mesečno. Igrače oddamo v pranje v pralnico, kjer se operejo v pralnem stroju.

V primeru nalezljive bolezni ljubkovalne igrače umaknemo iz uporabe in jih odnesemo v pranje v pralnico. Delavko v pralnici opozorimo na to, da imamo v skupini določeno nalezljivo bolezen ustno ali ji k igračam pripnemo listek z napisom NB (nalezljiva bolezen).

V času nalezljive bolezni ljubkovalnih igrač ne uporabljamo.

Pralne igrače (igrače, ki jih lahko čistimo pod tekočo toplo vodo in se pri tem ne poškodujejo) peremo enkrat tedensko. Peremo jih v PVC škafoh v katere nalijemo toplo vodo in čistilo za pranje posode. Po končanem ročnem pranju jih speremo pod tekočo toplo vodo in osušimo. V primeru nalezljive bolezni dnevno uporabljene pralne igrače ročno peremo dnevno. Oddaja pralnih igrač v pranje v pralnico je dovoljena le takrat, ko taka navodila izda vodja zdravstveno higienskega režima.

O frekvenci pranja igrač vodite evidenco (priloga 1), ki mora biti ob vsakem notranjem in zunanjem pregledu igralnice vedno na voljo za na vpogled.

2.3 PREOBLAČENJE LEŽALNIKOV

Vsak otrok ima svoj označen ležalnik ali posteljico in blazino na kateri spi le on. Ležalniki se shranjujejo na način, da so zaščiteni pred onesnaženjem.

Blazine na ležalnikih preoblačimo v II. starostni skupini dvakrat mesečno in po potrebi. Blazine posteljic in ležalnikov v I. starostni skupini preoblačimo enkrat tedensko in po potrebi.

V primeru pojava nalezljive bolezni z blazin odstranimo prevleke in jih odnesemo v pranje.

2.3 ČIŠČENJE OPREME V IGRALNICAH

Mize v igralnicah čistimo pred vsakim obrokom, po obroku, pred dejavnostmi, ki vključujejo uporabo živil (peka piškotov, rezanje sadja, idr.) te po vsaki dejavnosti v oddelku, pri kateri se miza umaže (igra z glino, plastelinom, izdelava okrasnih aranžmajev, idr.).

Za čiščenje miz uporabljamo namenske krpe. To pomeni, da krpe iz frotirja, ki jih uporabljamo za čiščenje miz pred in po hranjenju ter pred dejavnostmi, ki vključujejo uporabo živil ne uporabljamo za brisanje miz po dejavnostih v oddelku, pri katerih se mize umažejo.

Vsak oddelek ima PVC vedro za vodo, ki je namenjeno izključno splakovanju krp za brisanje miz.

Univerzalno čistilo uporabljamo le po potrebi npr. za brisanje mize po igri z barvami, ustvarjanju z glino, idr.

Mokre mize osušimo z papirnatimi brisačami za enkratno uporabo.

Način čiščenja:

1. vzamemo čisto krpo,
2. v vedro nalijemo čisto toplo vodo in detergent za pomivanje posode in splaknemo krpo,
3. s splaknjeno krpo pobrišemo mizo in jo osušimo z brisačo za enkratno uporabo,
4. pred brisanjem druge mize krpo ponovno splaknemo v vedru in tako nadaljujemo dokler ne pobrišemo vseh miz,
5. po čiščenju mize osušimo s papirnato brisačo za enkratno uporabo,
6. po končanem brisanju miz, krpo odložimo v zaprto PVC posodo z oznako H, kjer hranimo umazano perilo hranjenja (slinčki, krpe za mize,...).

Shranjevanje čistilnih pripomočkov:

- krpe za čiščenje miz shranjujemo na polici ali omari, na način da preprečimo stik z umazanimi predmeti,

- označeno vedro za vodo shranjujemo v omari ali polici in na način, da ne pride do zamenjave z drugimi vzgojnimi sredstvi,
- univerzalno čistilo in detergent za ročno pomivanje posode hranimo na polici na višini, ki je otroci ne morejo doseči,
- brisače za enkratno uporabo shranjujemo skupaj s krpami za brisanje miz ali v podajalniku brisač.

Čiščenje miz v času dejavnosti v oddelku izvajajo pedagoški strokovni delavci. Če se v procesu prehranjevanja hrana strese po mizi ali na tla te ostanke hrane očistijo strokovni delavci sami. Pri tem uporabijo papirnate brisače, ki jih po uporabi zavržejo v organske odpadke.

2.4 POSPRAVILO STOLOV V IGRALNICAH

Pedagoški strokovni delavec, ki zadnji odhaja iz oddelka, pospravi stole v igralnici na mizo. Čistilka po tem, ko počisti igralnico, stole postavi nazaj na tla.

2.5 PREVIJANJE OTROK

Otroke previjamo po zajtrku, pred spanjem, po počitku ter po potrebi (če je polulan ali pokakan).

Plenice za otroke I. starostne skupine nabavi vrtec. Njihova poraba je vključena v strošek mesečne oskrbnine. V kolikor se potreba po plenicaх pojavi pri otrociх II. starostne skupine plenice za takega otroka v vrtec prinašajo starši sami. Hladilno mazilo ravno tako priskrbi vrtec. V kolikor starši želijo, da za čiščenje ritke njihovega otroka uporabljamo vlažilne robčke jih morajo priskrbeti sami.

V primeru, da ima posamezen otrok alergijo na hladilno mazilo ali plenice, ki jih nabavljamo v vrtcu za ustrezne nadomestke poskrbijo starši sami – jih izročijo pedagoškim strokovnim delavcem.

Plenice za enkratno uporabo shranjujemo v predelu za nego otrok, tako da preprečimo stik z umazanimi predmeti.

Otroke previjamo na previjalni mizi. **Postopek previjanja je sledeči:**

1. umijemo si roke,
2. na čisto previjalno mizo položimo čisto tetra plenico,
3. otroka položimo na previjalno mizo in ga slečemo,
4. v kolikor je otrok pokakan si nadenemo rokavice (**če je polulan si rokavic ne nadenete**),
5. odstranimo onesnaženo plenico in jo odvržemo v koš palček zavijalček,
6. ritko obrišemo z mokro tetra plenico in jo osušimo. **VEDNO BRIŠEMO OD SPREDAJ PROTI ZADNJIČNI ODPRTINI,**

7. osušeno ritko namažemo s hladilnim mazilom – po kakanju, če je koža vneta, pordela,
8. otroka zavijemo v čisto plenico za enkratno uporabo in ga oblečemo ter POLOŽIMO NA TLA.

Za vsakega otroka uporabite novo tetra plenico. **Rokavice, ki jih uporabljate v primeru, da je otrok pokakan in v primeru črevesno nalezljivih bolezni** uporabljate enkratno in jih po uporabi vedno zavržete ter si umijete roke. Umazane tetra plenice, ki jih uporabljate pri previjanju odlagate v PVC posodo z oznako P. Po končanem previjanju počistite previjalno mizo ter si umijete roke.

Previjalne mize čistite z čistilnim sredstvom za brisanje previjalnih miz. V primeru črevesno nalezljivih bolezni previjalne mize čistite z dezinfekcijskim čistilnim sredstvom.

Mize čistite po končanem previjanju, med previjanjem če se otrok pokaka ali polula, v primeru črevesnih nalezljivih bolezni v igralnici po vsakem previjanju in po končanem delovnem dnevu.

Načini čiščenja previjalne mize:

a) otrok se med previjanjem polula oz. pokaka

- če je na blazini ostanek blata ali urina, vzamemo papirnato brisačo in počistimo,
- papirnato brisačo odvržemo v palček zavijalček ali koš v katerega odlagamo porabljene plenice,
- vzamemo čistilo v razpršilu in ga razpršimo na previjalno mizo,
- s čisto belo krpo, splaknjeno pod tekočo toplo vodo, pobrišemo blazino, ponovno splaknemo pod tekočo vodo in pobrišemo, tako da odstranimo sledi čistila,
- blazino osušimo s papirnato brisačo,
- umazano belo krpo (tetra) odložimo v pokrito PVC posodo z oznako P, kjer shranjujemo umazano perilo iz predela za nego otrok.

b) čiščenje v primeru črevesne nalezljive bolezni

- blazino čistimo po previjanju vsakega otroka,
- čistimo na način, ki je opisan v točki a),
- po čiščenju na blazino nanesemo dezinfekcijsko sredstvo v razpršilu in pobrišemo s papirnato brisačo,
- dezinfekcijsko sredstvo naročamo službi za prehrano in ZHR,
- točna navodila razkuževanja (kdaj, kako, kdo...) določita ZZV in ZIRS.

Čistilno sredstvo, ki ga uporabljamo za čiščenje previjalne mize shranjujemo na polici na višini, ki je otroci ne dosežejo, krpe za brisanje blazin v predelu za nego otrok na način, da preprečimo stik z umazanimi predmeti, brisače za enkratno uporabo pa v predelu za nego otrok ali v podajalniku brisač.

V času dejavnosti oddelka čiščenje blazin na previjalnih mizah izvajajo pedagoški strokovni delavci. Po končanem delovnem času pa blazine in ogrodje previjalne mize očisti snažilka. Za snažnost notranjosti predalnikov skrbijo pedagoške strokovne delavke same.

ČIŠČENJE KAHLIC

Vsebino kahlice zlijemo v izlivno školjko. Kahlice operemo v bleteksu. Tam kjer bleteksa nimamo kahlice operete na sledeči način: kahlice poškopite z čistilnim sredstvom in dolijete vodo. Vsebino zlijete v straniščno školjko in kahlico ponovno sperete pod tekočo vodo.

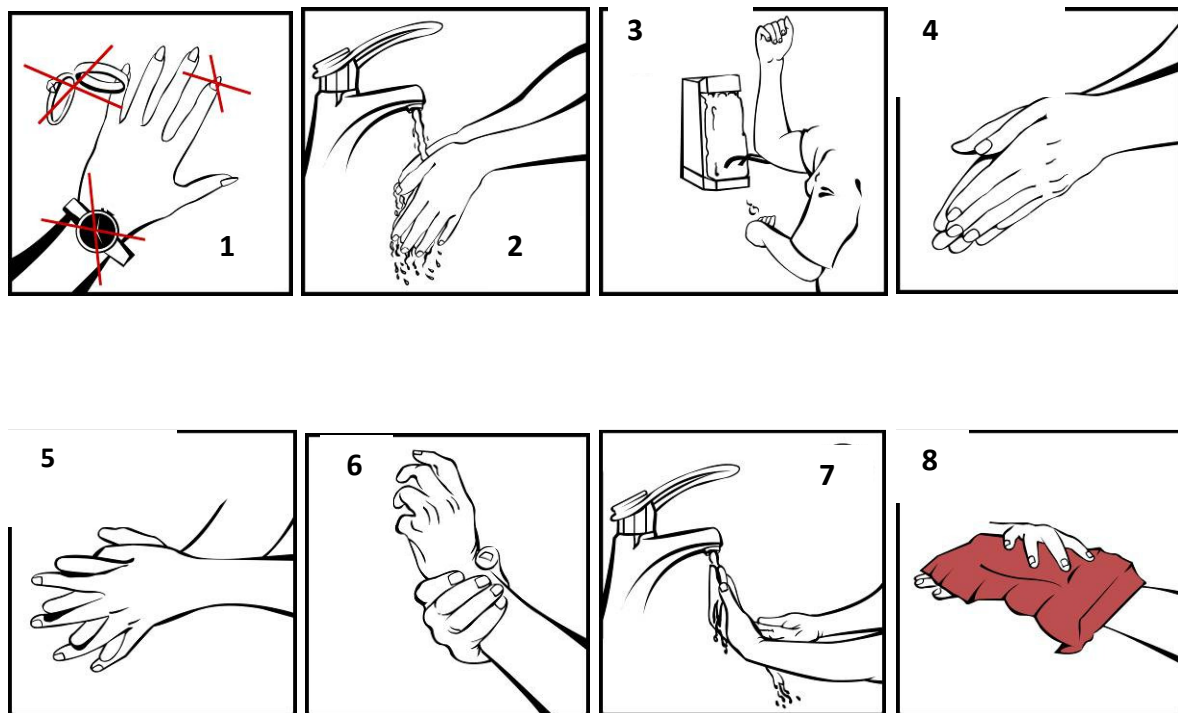
Oprano kahlico nato zbrišete s papirnato brisačo in jo shranite na polico za shranjevanje kahlic.

2.5 UMIVANJE ROK

Umivanje predstavlja osnovni higienski ukrep s katerim lahko uspešno preprečujemo širjenje nalezljivih bolezni. S pravilnim umivanjem rok iz njih odstranimo umazanijo in začasno pridobljene mikroorganizme na površini rok.

Roke si umivamo: ob prihodu na delovno mesto in ob odhodu iz delovnega mesta, pred deljenjem obrokov, po vsaki menjavi plenice in umivanju otroka, po stiku s telesnimi tekočinami in izločki, po vsakem odmoru, jedi, pitju ali uporabi sanitarij, po uporabi telefona, ob prihodu iz sprehoda in igrišča in predvsem vedno, ko so umazane.

Postopek umivanja rok:



Da si lahko roke učinkovito umijemo, je potrebno najprej odstraniti ves nakit. Roke nato omočimo pod tekočo vodo in si nanje nanesimo milo. Sledi miljenje vseh predelov rok. Roke milimo 15-20 sekund oziroma toliko časa, da si namilimo vse predele. Nato drgnemo dlan ob dlan, hrbet roke ob dlan ene roke in obratno, medprstne prostore, oba palca, konice prstov z nohti in zapestje. Vsakega od naštetih gibov ponovimo tri do pet krat. Nato milo temeljito speremo iz rok pod tekočo vodo in umite roke osušimo s papirnato brisačo. Pipo zapremo z papirnato brisačo. Brisačo po uporabi zavržemo v namenski koš za odpadke (priloga 2).

2.6 RAVNANJE Z UMAZANIM PRERILOM IN ODPADKI

1. Ravnanje z umazanim perilom hranjenja

- umazano perilo hranjenja odlagamo v PVC posodo označeno s črko H (hranjenje),
- perilo, ki ga odlagamo v to posodo: slinčki, krpe za brisanje miz, predpasniki in prti.
- posoda H mora biti ves čas pokrita s PVC pokrovom,
- v igralnici oz. prostoru za nego otrok, perila ne pretresamo,
- polno posodo umazanega perila odnesemo v zbiralnico umazanega perila oz. pralnico in pretresemo v skupno vrečo ali PVC posodo z umazanim perilom hranjenja, označeno s črko H,
- če posodo praznimo med delovnim časom, jo po pretresanju odnesemo nazaj v igralnico in jo po končanem delavniku ponovno odnesemo v zbiralnico, kjer jo pustimo, da jo čistilka očisti,
- med pretresanjem perila tam, kjer je to mogoče, odpremo okno v zbiralnici umazanega perila in ga pustimo odprtega najmanj 5 minut, da se prostor prezrači.

2. Ravnanje z umazanim perilom previjanja

- umazano perilo previjanja odlagamo v PVC posodo označeno s črko P (previjanje),
- perilo, ki ga odlagamo v to posodo: tetra plenice in plenice za brisanje ritk.
- posoda P mora biti ves čas pokrita s PVC pokrovom,
- po previjanju odnesemo umazano perilo v zbiralnico umazanega perila oz. pralnico umazanega perila in ga pretresemo v skupno vrečo ali PVC posodo označeno s črko P,
- posodo pustimo v zbiralnici, da jo čistilka očisti,
- vzamemo čisto PVC posodo s pokrovom, označeno s črko P in jo odnesemo v igralnico,
- po končanem delavniku posodo s perilom ponovno odnesemo v zbiralnico, pretresemo perilo v skupno vrečo ali posodo označeno s črko P,
- posodo pustimo v zbiralnici perila, da jo čistilka očisti,
- med pretresanjem perila tam, kjer je to mogoče, odpremo okno v zbiralnici umazanega perila in ga pustimo odprtega najmanj 5 minut, da se prostor prezrači.

3. Ravnanje z odpadki

- odpadki v igralnici nastajajo pri naslednjih dejavnostih:
 - a) plenice za previjanje (za enkratno uporabo) odlagamo v palček zavijalček ali pokrit koš za odpadke, namenjen izključno odlaganju plenice,
 - b) umivanje rok,
 - c) brisanje miz s papirnatimi brisačami,
 - d) brisanje previjalnih miz s papirnatimi brisačami,
 - e) brisanje nosov,
 - f) razne dejavnosti v igralnici (prehranjevanje, likovne dejavnosti..)
- odpadke iz točke a odlagamo v koš palček zavijalček in jih tam pustimo. Ob koncu delavnika jih odstrani čistilka.
- odpadke iz točke b in e odlagamo v koš za odpadke ob umivalniku za roke,
- odpadke iz točke c, d (brisanje previjalnih miz s papirnatimi brisačami) odlagamo v koš za odpadke, ki se nahaja v predelu za nego otrok,
- odpadke iz točke f odlagamo v koš za mešane odpadke, ekološke otoke na traktih (v odvisnosti od vrste odpadkov) – priloga 3.

3 NAVODILA ZA RAVNANJE Z ŽIVILI

3.1 NAVODILA ZA DELO

- preden pripeljemo vozičke z obroki iz kuhinje je potrebno očistiti mize,
- vozičke z obroki pripeljemo v oddelke tik pred razdeljevanjem,
- pred razdeljevanjem si moramo nadeti čiste bele predpasnike in umiti roke,
- poskrbimo za umivanje otroških rok,
- hrano moramo razdeliti na način, da ne pride do opeklin pri otrocih (npr. juha v tembale → razdelitev pribora → opozarjanje otrok na visoko temperaturo jedi),
- čas predviden za hranjenje je 30 minut + 15 minut tolerance,
- po 45 minutah je potrebno vozičke, z vsemi ostanki hrane, vrniti v kuhinjo,
- na oddelku se sme hraniti kruh, čaj in sadje, vse zaščiteno pred fizikalnim onesnaženjem in na določenem stalnem mestu– shranjeno v čisti posodi, pokrito s čistim prtom, pokrito s pokrovko,
- čiste in umazane skodelice za čaj moramo hraniti v ločenih PVC posodah, pokritih s čistim prtom,
- umazane skodelice moramo redno menjati s svežimi, pomivanje skodelic se vrši izključno v kuhinji,
- vozički za transport hrane so namenjeni izključno prevozu obrokov in ostankov hrane.

3.2 DEJAVNOSTI V ODDELKU

- v oddelku je dovoljeno pripravljati piškote, pice in ostalo hrano, katera bo termično obdelana, pod pogojem da se pred pripravo zagotovi osebna higiena vseh, ki so vključeni v pripravo živil in higiena delovnih površin,
- dovoljeno je pripravljati sadne kupe (brez sladke smetane), pod zgoraj naštetimi pogoji,
- živila za pripravo hrane moramo naročiti v kuhinji, kjer so pod stalnim nadzorom,
- hitro pokvarljivih živil (torte, sladoled), ki jih prinašajo starši, ni dovoljeno sprejemati v oddelek in razdeljevati otrokom .

4 NAVODILA V PRIMERU POJAVA NALEZLJIVE BOLEZNI V ODDELKU

O pojavu nalezljive bolezni v oddelkih vodite pedagoški strokovni delavci **Evidenco spremljanja nalezljivih bolezni v oddelku** (priloga 4). Evidenco **dosledno** izpolnujete – ob pojavu nalezljive bolezni pa **obvestite še vodjo zdravstveno higienskega režima** ter preko **obvestil na oglasnih deskah starše otrok**. Obvestila so shranjena v oddelčnih mapah.

4.1 UKREPI ZA PREPREČEVANJE ŠIRJENJA KAPLJIČNIH NALEZLJIVIH BOLEZNI V VRTCU

Za kapljične nalezljive bolezni je značilno, da je njihov pot prenosa po zraku v obliki kapljic ali aerosolov. Njihovo širjenje preprečujemo z učinkovitim zračenjem prostorov, umivanjem igrač, mokrim čiščenjem površin. V kolikor so v skupini zboleli več kot trije otroci ljubkovalne igrače odstranimo, jih operemo in začasno ne uporabljamo.

Pri popoldanskem počitku naj otroci ležijo na način, da imata sosednja otroka skupaj glavo in noge.

Pomemben preventivni ukrep predstavlja tudi pravilno in pogosto umivanje rok ter higienko kihanje in kašljanje.

4.2 UKREPI ZA PREPREČEVANJE ŠIRJENJA ČREVESNO NALEZLJIVIH BOLEZNI

Osnovni in najbolj učinkovit ukrep za preprečevanje širjenja nalezljivih bolezni je umivanje rok.

Črevesno nalezljive bolezni se prenašajo kontaktno bodisi neposredno ali posredno preko umazanih rok, predmetov, idr. Najpomembnejši preventivni ukrep za preprečevanje širjenja tovrstnih bolezni so: ustrezen higienski režim v oddelku, higiena pedagoških strokovnih delavcev in otrok.

Otroci sami še ne zmorejo ustrezno skrbeti za svojo higieno zato je dolžnost pedagoških strokovnih delavcev ta, da jih vzgajate, jim pri tem pomagata, stalno nadzorujete ter seveda vzpodbujate.

V vrtcu se držimo strokovnega priporočila Zavoda za zdravstveno varstvo po katerem oboleli otroci ostanejo doma še 24 ur po prenehanju prebavnih težav – driska, bruhanje.

O pojavu črevesno nalezljive bolezni je potrebno obvestiti vodjo zdravstveno higienskega režima!

V primeru, ko se v oddelku pojavi večje število obolelih (več kot 3 otroci) za enako črevesno nalezljivo boleznijo je potrebno razkužiti prostore in opremo ter vse igrače predati v pranje v pralnico. V primeru, ko v oddelku oboli več kot 30 % vključenih otrok vodja zdravstveno higienskega režima o tem obvesti ZZV Ljubljana, ki opravi dezinfekcijo prostorov.

4.3 UKREPANJE OB NUJNIH STANJH IN NENADNO NASTALIH BOLEZENSKIH ZNAKIH

Navodila kako ravnati v primeru nujnih stanj in nenadno nastalih bolezenskih znakov so zapisana v Priporočilih za ukrepanje v vrtcih ob nujnih stanjih in nenadno nastalih bolezenskih znakih, ki so bila v letu 2011 izdana iz strani Inštituta za varovanje zdravja in so priložena v oddelčne mape vsakega oddelka.

Na vseh enotah Vrtca Galjevica so skladno z veljavno zakonodajo določene osebe, ki so zadolžene za nudenje prve pomoči:

Enota/ Lokacija	Ime in priimek	Delovno mesto
Enota Galjevica	Virant Tanja	Vzgojiteljica
	Hodak Jošt Andreja	Pomočnica vzgojiteljice
	Šipraga Tina	Pomočnica vzgojiteljice
	Cvitkovič Jasna	Pomočnica vzgojiteljice
	Tomc Jana	Vzgojiteljica
Enota Orlova	Podržaj Majda	Vzgojiteljica
	Gale Anka	Vzgojiteljica
	Semolič Eva	Pomočnica vzgojiteljice
	Podstudenšek Gašper	Pomočnik vzgojiteljice
Lokacija Dolenjska cesta	Milost Dežman Simona	Pomočnica vzgojiteljice
Lokacija Pot k Ribniku	Anica Žnidaršič	Vzgojiteljica

4.4 NALEZLJIVE BOLEZNI, KI SE POJAVLJAJO V VRTCIH

1. ADENOVIRUSI

Adenovirusi so družina virusov, ki povzročajo bolezni, ki se pogosteje pojavljajo v hladnejših mesecih. Pri otrocih povzročajo okužbe zgornjih dihal, pljučnice, vročinska stanja in adenovirusne driske.

Pot širjenja: virusi se širijo s tesnim stikom, aerosoli, preko vode in po fekalno-oralni poti (iz okuženega blata preko ne dovolj umitih rok v usta).

Inkubacijska doba: bolniki so kužni dva dni pred začetkom kliničnih znakov ter 8 dni po končani bolezni. V primeru okužbe prebavi se lahko adenovirusi v akutnem obdobju izločajo v blatu še več mesecev.

2. AFTE V USTIH

Afte v ustih so drobne ranice, ki se pojavijo na ustni sluznici ter so dokaj boleče in neprijetne. Imajo značilno belo barvo, so okrogle in rdeče obrobljene. Njihov premer je manjši od enega centimetra. Natančen vzrok nastanka aft še ni znan, opažajo pa zdravniki, da se nad njimi pogosteje pritožujejo posamezniki, ki so izpostavljenimi večjemu stresu.

Pot širjenja: afte se lahko prenašajo med ljudmi ob neposrednem kontaktu s slino obolele osebe.

Trajanje bolezni: bolečine običajno trajajo štiri do deset dni. Kadar ima afte otrok je takega otroka potrebno peljati k zdravniku. Otroci afte prenašajo težje kot odrasli, poleg tega pa bo pediater ugotavljal tudi splošno otrokovo zdravstveno stanje, ki ga je najverjetneje potrebno izboljšati in okrepiti. Afte so namreč verjetno le opozorilni znak.

3. CALICI VIRUSI

Calici virus je virus, ki povzroča vnetje črevesja in s tem povezano diarejo pri človeku. Poleg diareje se lahko pojavijo še bruhanje, glavobol, slabost, bolečine v trebuhu, povišana telesna temperatura.

Okužbe s calici virusi niso nevarne, so kratkotrajne in jih bolnik običajno preboli spontano. Težave trajajo približno 24 do 48 ur. V primeru, da so prebavne težave izrazite je pomembno nadomeščanje izgubljene tekočine in mineralov, da ne pride do izsušitve.

Pot širjenja: bolezen se širi po fekalno – oralno poti (iz okuženega blata preko ne dovolj umitih rok v usta).

4. DIAREJA ALI DRISKA

Diareja ali driska je črevesno obolenje, za katero je značilno pogosto odvajanje tekočega blata. Spremljajoči znaki so slabost, napenjanje in pogosto tudi bruhanje.

Pot širjenja: črevesno obolenje se širi med ljudmi posredno ali neposredno po fekalno – oralno poti (iz okuženega blata preko ne dovolj umitih rok v usta).

Trajanje bolezni: vsaka driska je povezana z izgubljanjem vode in mineralnih snovi, kar lahko pripelje do izsušitve organizma. Ob pojavu driske je zato zelo pomembno skrbno nadomeščanje tekočine npr. s pitjem nesladkanega čaja. V kolikor se zdravstveno stanje ne izboljša v dveh ali največ treh dneh je potreben nujen posvet z zdravnikom

5. GARJE

Garje ali srbečica je kožna nalezljiva bolezen, ki jo prenaša pršica imenovana srbec. Prvi pomembni znak okužbe je običajen srbež, ki se pojavi iznenada in je izrazit predvsem ponoči. V začetku je srbež omejen na posamezne predele kože, kasneje pa se razširi po vsem telesu, predvsem na predele glave in vratu ter večji del hrbta. Kožne spremembe v obliki rožnatih papul s krastico na vrhu najdemo največkrat tam, kjer je koža mehka in tanka (med prsti, notranja stran zapestja, komolec, kolena, idr.).

Pot širjenja: okužimo se lahko predvsem s tesnim telesnim stikom koža-koža, pri dolgotrajnem držanju za roke, spanju v isti postelji. Okužimo pa se lahko tudi posredno z uporabo perila, brisač, posteljnine obolelega.

Priložnostni dotiki kot je rokovanje, objem običajno **ne predstavljajo tveganja za okužbo.**

Inkubacijska doba: bolniki so kužni že 2 do 6 tednov pred pojavom srbenja in izpuščajev.

6. GLISTE

Gliste so belkaste barve. Njihov gostitelj je samo človek. Odrasle gliste živijo v slepem ali drugod v debelem črevesu, lahko pa potujejo tudi v tanko črevo. Oplojena samica navadno potuje skozi zadnjik v toplo in vlažno okolje kožnih gub ob zadnjični odprtini. Potovanje gliste povzroča značilno srbenje, ki predstavlja tudi najpogostejši znak okužbe. Redko, vendar pri močnejši okužbi, se lahko pojavijo črevesne ali nevrološke težave.

Pot širjenja: jajčeca, ki jih izleže samica se z lepljivo snovjo prilepijo na kožo ob zadnjiku kar povzroča draženje kože. Zaradi draženja kože se človek praska, lepljiva jajčeca pa se ob tem lahko prilepijo na prste, pod nohte in se lahko na ta način kontaktno po fekalno oralno poti hitro širijo naprej. Drugi načini okužbe: nošenje oblek okužene osebe, spanje v skupni postelji z okuženo osebo, postiljanje postelje okužene osebe.

7. GNOJNI MENINGITIS

Gnojni meningitis je akutna smrtno nevarna bolezen. Povzročajo jo številne bakterije, ki vdrejo v možganske opne. Izvor okužbe je človek. Gnojni meningitisi se pojavljajo posamično.

Pot širjenja: prenos bolezni je kapljičen, aerogen, posreden ali neposreden. Bakterije se sproščajo v zrak ob govorjenju, kašljanju, kihanju. Pri tem lahko pride do neposredne okužbe oziroma vnosa bakterij v telo preko okuženih predmetov.

8. GRIPA ALI INFLUENCA

Influenca ali gripo povzročajo virusi influence A, B in C. Pojav bolezni je nenaden. Prične se z mrzlico, visoko vročino, glavobolom, močnimi bolečinami v mišicah in križu, suhim kašljem, bolečinami za prsnico, pekočimi bolečinami v grlu, izgubo apetita in bruhanjem. Pri otrocih je potek bolezni blažji.

Pot širjenja: virus se prenaša s kužnimi kapljicami po zraku in preko površin, ki so onesnažene z izločki dihal obolelega z gripo. Na površinah v posušeni sluzi virus influence lahko preživi več ur.

Inkubacijska doba: inkubacija traja 1 do 3 dni. Bolnik en teden izloča velike količine virusov.

9. KAMPILOBAKTERIOZA

Kampilobakterioza je nalezljiva črevesna bolezen, ki jo povzroča bacil kampilobakter. Okužba z kampilobakterom poteka podobno kot okužbe s salmonelami. Znaki obolenja so bolečine v trebuhu, bruhanje in driska, povišana telesna temperatura.

Pot širjenja: bolezen se širi po fekalno – oralno poti (iz okuženega blata preko ne dovolj umitih rok v usta) ter z onesnaženimi živili živalskega izvora in vodo.

Inkubacijska doba: bolezenski znaki nastopijo 1 do 3 dni po okužbi, bolezen pa traja do 10 dni.

10. KRSTAVOST

Krastavost ali impetigo je bakterijska okužba kože. Nastane lahko kjerkoli na telesu, najpogosteje pa okrog nosu in ust. Na majhnem območju kože nastanejo drobni mehurčki, ki kmalu počijo. Na tem mestu postane koža rdeča in vlažna. Počasi se prizadeto območje pokrije z rumenkasto krasto. Okužba se širi naprej po robovih krast.

Pot širjenja: . infekcija se zaradi praskanja hitro prenaša na okoliške predele kože z rokami. Prenaša se tudi z brisačami ali drugimi predmeti.

11. MENINGOKOKNI MENINGITIS

Meningokokni meningitis je gnojno vnetje možganskih ovojnic. Povzročitelj je bakterija *Neisseria meningitidis*. Meningokokni meningitis je zelo nevarna bolezen.

Pot širjenja: prenos povzročitelja je kapljičen, kar pomeni, da se širi z drobnimi kapljicami, ki se iz ust in nosu sproščajo ob kihanju, kašljanju. Kapljice prepotujejo razdaljo tudi do enega metra.

Inkubacijska doba: čas od okužbe do izbruha bolezni je od 2 do 10 dni. Običajno je glavni vir okužbe zdrav klicenosec, ki ponavadi sam ne zboli.

12. MIKROSPORIJA

Mikrosporija ali mačja bolezen je zelo nalezljiva kožna bolezen, ki jo povzročajo glivice *Microsporum canis*. Bolezen se začne z majhnim izpuščajem na koži obraza, vratu, rok, prsi ali lasišča, ki se širi v okolico. Koža je pordela in pokrita s sivimi luski. Prizadeti lasje postanejo krhki in se lomijo, pride do lokalizirano ostro omejene plešavosti – lasje po ozdravitvi ponovno zrastejo.

Pot širjenja: človek se najpogosteje okuži pri neposrednem stiku z živaljo, možen je tudi posreden način prenosa okužbe preko dlak, lusk in raznih predmetov iz okolja okužene živali.

Inkubacijska doba: inkubacija traja 3 do 10 dni.

13. MONONUKLEOZA

Infekcijska mononukleoza je virusno obolenje. Bolezen se začne neznatno, z utrujenostjo, nerazpoloženostjo, včasih vročino. Takšno stanje lahko traja nekaj tednov preden zatečejo vsi limfni vozli in se poveča vranica. Pojavijo se lahko debele, umazane obloge na nebnicah. Prebolela bolezen pušča dosmrtno imunost.

Pot širjenja: povzročitelj se prenaša kapljično predvsem s človeka na človeka.

14. NAGLAVNE UŠI

Naglavne uši so majhne zajedavke, ki se naselijo na človekovi glavi in sesajo kri. Najpogosteje se naselijo na zatilju, za ušesi, na vrhu človekove glave. V nasprotju s splošnim prepričanjem imajo raje čiste kot umazane lase. Eden izmed najpogostejših pokazateljev prisotnosti naglavnih uši je otrokovo pogosto praskanje.

Pot širjenja: naglavne uši prehajajo z enega posameznika na drugega samo ob neposrednem stiku glave z glavo. Prenašajo se lahko tudi s souporabo glavnikov, brisač, krtač, kap, klobukov in pokrival. **Naglavne uši pa ne skačejo, ne letijo in ne poskakujejo z glave na glavo.**

15. NORICE

Norice, vodene koze ali varičela so zelo nalezljiva otroška bolezen. Povzročitelj je virus varicella-zoster in skupine herpesvirusov. Edini gostitelj virusa je človek.

Za bolezen je značilen mehurčkast izpuščaj. Najprej je opazna drobna rdeča lisa na kateri se v nekaj urah oblikuje ovalen mehurček z bistro vsebino, ki po enem dnevu ali dveh postane

motna, površina mehurčka pa se na sredini ugrezne. V nekaj dneh se mehurček posuši v hrastico, ki po enem do treh tednih odpade. Bolezen spremlja povišana telesna temperatura, ki nastopi še pred pojavom prvih izpuščajev. Pojavijo se lahko tudi slabost, glavobol in bolečine v žrelu.

Pot širjenja: virus se prenaša s kužnimi kapljicami po zraku ali z neposrednim stikom. V telo vstopi preko sluznice zgornjih dihal ali očesnih veznic.

Inkubacijska doba: od okužbe do pojava bolezni običajno traja 10 do 23 dni. Bolnik, ki ima po koži hraste NI VEČ KUŽEN. Bolnik s prebolelo boleznijo pridobi doživljenjsko imunost.

16. OŠPICE

Ošpice ali morbilli so zelo nalezljiva otroška bolezen, ki jo povzroča virus ošpic. Pričetek bolezni je nenaden, z visoko vročino, hudim glavobolom, utrujenostjo, nahodom, vnetjem očesnih veznic, kašljem in drisko. Drugi in tretji dan se pojavijo t.i. Koplikove pege – majhne bele pege, ki jih najdemo na sluznici ust. Štirinajsti dan po okužbi se pojavi izpuščaj, ki traja do 7 dni. Prebolela bolezen pušča trajno imunost.

Pot širjenja: bolezen se prenaša z drobnimi kapljicami, neposredno ali posredno. Osebe brez akutnih znakov bolezni so malo kužne ali sploh niso. Virus vstopi v telo skozi sluznico nosno-žrelnega prostora in verjetno tudi skozi očesno veznico preko okuženih rok.

Inkubacijska doba: inkubacijska doba je 9 do 11 dni. Bolnik je kužen nekaj dni pred pojavom izpuščajev in do 6 dni po njem.

17. ROKE – NOGE – USTA

Bolezen »roke, noge, usta« je pogosta bolezen dojenčkov in malih otrok. Značilni simptomi so vročina, sor (bele obloge v ustih, rdečkasti izpuščaji v pleničnem delu) in mehurčkasti izpuščaj.

Bolezen povzročajo različni virusi, najpogostejši so coxackievirusi iz skupine enterovirusov.

Pot širjenja: povzročitelj se prenaša med ljudmi ob neposrednem kontaktu z izločkom nosu in žrela ali z blatom okužene osebe.

Inkubacijska doba: bolnik je najbolj kužen v prvem tednu bolezni. Preboleli lahko povzročitelja bolezni izloča z blatom še več tednov do mesecev.

18. ROTAVIRUSI

Rotavirus je okrogel virus, ki povzroča bolezen pri človeku in živalih. So zelo odporni virusi, saj preživijo različna razkužila ter tudi kloriranje.

Rotavirusna driska je zelo kužna bolezen, ki se lahko zelo hitro prenaša. Najpogosteje se pojavi akutna driska, ki jo spremljata bruhanje in vročina, lahko pa se pojavijo tudi prehladni znaki.

Pot širjenja: bolezen se širi po fekalno – oralno poti (iz okuženega blata preko ne dovolj umitih rok v usta) ter z živili in vodo.

Inkubacijska doba: bolezen traja povprečno 5 do 7 dni.

19. SALMONELOZE

Salmoneloza je okužba s salmonelami. Salmonele so bakterije. Poznanih je več vrst salmonel, najpogosteje pa je povročitelj okužbe Salmonella Enteritidis.

Znaki obolenja so bolečine v trebuhu, bruhanje in driska. Pri otrocih se pojavi tudi povišana telesna temperatura, prisotni so tudi znaki izsušitve.

Pot širjenja: bolezen se širi po fekalno – oralno poti (iz okuženega blata preko ne dovolj umitih rok v usta) ter z onesnaženimi živili in vodo.

Inkubacijska doba: inkubacijska doba običajno traja od 6 do 72 ur. V času bolezn je bolnik kužen, klice pa lahko izloča dalj časa, vendar ne dlje kot 3 mesece. Pri dojenčkih traja klicenoštvo tudi dlje.

20. SLINAVKA

Slinavko ali herpetični gingivostomatitis povzroča virus herpes simplex tip 1. Bolezen se začne z slabim počutjem in zvišano telesno temperaturo. Sluznica v ustih pordí in oteče, kmalu pa se pojavijo na sluznici žrela mehurčki. Ti zelo hitro počijo, pojavijo se do 3 mm velike razjede. Spremembe se širijo na ustnice, dlesni, jezik in trdo nebo. Razširijo se lahko tudi zunaj ustne votline na ustnice in na lice ter proti vratu. Pojavljajo se od 4 do 5 dni. Po enem tednu od pojava sprememb se sluznica ust običajno normalizira.

Pot širjenja: bolezen se širi kontaktno. Prenaša se predvsem s slino. Virus prenašajo tako bolniki z bolezenskimi znaki kot asimptomatski izločevalci virusa brez simptomov.

Povzročitelj je zelo občutljiv na zunanje dejavnike in zunaj organizma propade v nekaj urah.

Inkubacijska doba: inkubacija traja od 2 do 20 dni, običajno 6 do 7 dni.

21. STREPTOKOKNA ANGINA

Streptokokno angino povzroča betahemolitični streptokok Streptococcus Pyogenes. Začetek bolezn je nenaden z mrzlico, visoko vročino, glavobolom, bolečino ob požiranju, bolečino v trebuhu pri otrocih in močno rdečim žrelom.

Pot širjenja: bolezen se širi kontaktno preko večjih delcev žrelnega izločka ob tesnem stiku bolnika z zdravo osebo. Bakterija se lahko raznaša tudi preko okužene hrane (mleko). Bacilonosci za razširjanje bolezni niso pomembni.

Inkubacijska doba: inkubacija traja od 12 ur do 4 dni, lahko tudi do 6 dni.

22. ŠKRLATINKA

Škrlatinko povzroča bakterija beta hemolitični streptokok skupine A. Bakterija s svojimi sevi tvori toksin, ki je odgovoren za nastanek izpuščaja. Škrlatinko prepoznamo po značilnem izpuščaju, ki se pojavi drugi dan bolezni. Pogosto ga najdemo le v pregibih (komolčni, kolenski, dimlje, pod pazduhami). Izpuščaj se lahko širi po vsem sprednjem delu trupa, vratu ali udih. Po dlaneh in podplatih izpuščaja praviloma ni.

Začetek bolezni je nenaden z visoko vročino, bruhanjem, glavobolom, mrazenjem in bolečinami v žrelu. Lahko se pojavi tudi bolečina v trebuhu. V ustih vidimo močno povečani redeči nebni in žrelo zato lahko začetek bolezni spominja na streptokokno angino.

Pot širjenja: bolezen se širi kontaktno.

Inkubacijska doba: od okužbe do pojava bolezni mine do 1 do 7 dni. Prebolela škrlatinka zapušča imunost, ki pa je specifična in se nanaša le na tip toksina, ki je povzročil okužbo. Bolnik lahko tako večkrat preboli škrlatinko.

23. VIRUSNE PLJUČNICE

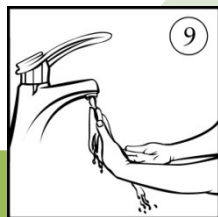
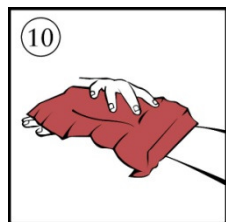
Virusne pljučnice povzroča veliko virusov, ki povzročajo prehlade. Najpogostejša sta respiratorni sincicialni virus in virus influence. Značilni bolezenski znaki so zvišana telesna temperatura, suh kašelj, bolečine v prsnem košu in težko dihanje.

Pot širjenja: virus se prenaša s kužnimi kapljicami po zraku in kontaktno preko rok. Virus je na rokah osebe, ki bolnika negujejo lahko prisoten še 24 ur.

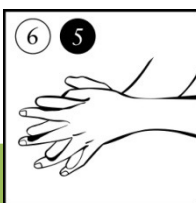
4.4 DAJANJE ZDRAVSTVENE TERAPIJE OTROKOM V VRTCU

Na podlagi Priporočil za ukrepanje v vrtcu ob nujnih stanjih in nenadno nastalih bolezenskih znakih iz leta 2011 v vrtcu **ne dajemo nobenih zdravil.**

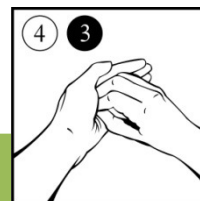
Izjemoma lahko damo zdravila ob pojavu že znane bolezni ali poslabšanju kronične bolezni kot so vročinski krči, astma, močna alergija na pike žuželk, epilepsija, ipd.. V tem primeru moramo od staršev oziroma skrbnikov predhodno pridobiti pisno dovoljenje za dajanje zdravil s soglasjem zdravnika in natančnimi navodili iz strani zdravnika, kako dajati otroku zdravila.



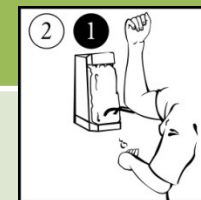
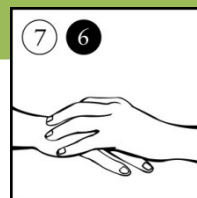
Temeljito spiranje mila pod tekočo toplo vodo, roke pobrišemo z brisačko, ki jo zavržemo v smeti.



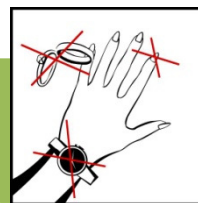
Drgnemo dlan ob dlan, hrbet roke ob dlan ene roke in obratno, medprstne prostore, konice prstov, oba palca, zapestje.



Sledi miljenje vseh predelov rok - vsak gib ponovimo 3-5 krat.



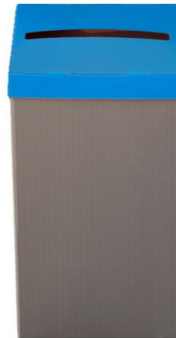
Roke zmočimo pod tekočo toplo vodo in naneseemo milo



Odstranimo nakit, uro.

V KOŠE ZA PAPIR ODLAGAMO:

- časopise, revije,
- zvezke in knjige,
- prospekte in kataloge,
- pisarniški papir,
- pisemske ovojnice,
- ovojni papir,
- lepenko,
- kartonsko embalažo,
- papirnate nakupovalne vrečke.



V KOŠ ZA EMBALAŽO ODLAGAMO:

- PVC lončke,
- plastenke pijač in živil,
- pločevinke živil in pijač,
- votlo embalažo od mleka in sokov,
- plastične vrečke,
- platenke čistil in pralnih sredstev.



POMEMBNO JE, DA EMBALAŽO PRED ODSTRANJEVANJEM OPEREMO!

MED OSTALE ODPADKE SODIJO:

- tkanine in usnje,
- plastificiran papir,
- stiropor in zamaščene folije,
- plenice,
- šiviljski odpadki,
- vrečke iz sesalca,
- kasete, filmi in fotografije,
- pluta,
- guma,
- keramika in porcelan,
- žarnice,
- izolacijsko in avtomobilsko steklo.



OBRAZEC ZA SPREMLJANJE NALEZLJIVIH BOLEZNI V ODDELKU

Vrtec:		Vzgojiteljica, pomočnica:				Oddelek:		
Datum	Št. vpisanih otrok	Št. prisotnih otrok	Ime in priimek odsotnega otroka	Datum rojstva	Vzrok odsotnosti (bolezen- katera)	Izvedeni higienski ukrepi – kateri ?	Obvestilo OPZHR (DA, NE in datum obvestila)	Podpis

* službi za prehrano in ZHR sporočimo pojav NB, ko se pri več otrocih pojavijo isti znaki bolezni

Vrtec Galjevica
Galjevica 35
1000 Ljubljana
Enota _____



PRIVOLITEV ZA DAJANJE ZDRAVIL

Starši oz. skrbniki otroka _____ (ime in priimek otroka) dovoljemo pedagoškemu strokovnemu delavcu, ki ga pooblasti vrtec dajanje predpisane zdravila med prebivanjem otroka v vrtcu ob pojavu _____ (bolezensko stanje) ter vodenje evidence o dajanju zdravila.

Ime in priimek otroka: _____ Datum rojstva: _____

Naslov: _____

Bolezensko stanje: _____

Simptomi/znaki, na katere moramo biti pozorni: _____

Zdravilo: _____ Odmerek zdravila: _____

Kako damo zdravilo (npr. v usta, nos, črevo, kožo): _____

Kdaj damo zdravilo: _____

Mogoči stranski učinki zdravila: _____

Ime in priimek zdravnika: _____ Tel. št.: _____

Zdravstveni zavod: _____

Kraj in datum: _____

Podpis in žig: _____

Ime in priimek enega od staršev oz. skrbnikov: _____

Tel. št.: _____ Kraj in datum: _____

Podpis: _____

Vrtec Galjevica
Galjevica 35
1000 Ljubljana
Enota _____



EVIDENCA O DAJANJU ZDRAVIL

Skladno s pisno privolitvijo enega izmed staršev oziroma skrbnikov otroka _____ se pedagoškemu strokovnemu delavcu _____ (ime in priimek pedagoškega strokovnega delavca) dovoli dajanje predpisanega zdravila med prebivanjem otroka v vrtcu.

Zdravila se otroku dajejo skladno z zapisanim na obrazcu Privolitev za dajanje zdravil.

EVIDENCA DAJANJA ZDRAVIL

Zap. št.	Datum in ura	Odmerek	Podpis delavca

Ime in priimek pooblaščenice osebe (pedagoški strokovni delavec, ki daje zdravila) in podpis:
