

# ZDRAVJE OTROK V VRTCU

## Zdravniško potrdilo pred vstopom v vrtec

- Nujno potrebno je zdravniško potrdilo, kar pomeni, da je otrok sposoben za vključitev v vrtec (brez njega ne morete uvajati otroka, starši ga oddate strokovni delavki oddelka),
- zdravstvene posebnosti otroka: morebitna kronična ali druga obolenja (vročinski krči, epilepsija, alergija, druge posebnosti...) morajo biti zabeležene na zdravniškem potrdilu,
- ob pojavu že znane bolezni (npr. vročinski krči, epileptični napadi) ali poslabšanju kronične bolezni (npr. alergije, astma), mora imeti vrtec za dajanje zdravila predhodno pisno privolitev staršev s soglasjem zdravnika in navodila o dajanju zdravila, ki ga je predpisal zdravnik.
- Če je otrok zaradi bolezni odsoten v vrtcu najmanj 30 dni skupaj brez prekinitve, lahko starši uveljavljajo znižano plačilo (50 %). Dostaviti je potrebno zdravniško potrdilo (osebno/e-pošta/navadna pošta).

## V vrtec sodijo le ZDRAVI OTROCI!

**Upoštevajte vključitev otroka v vrtec 48 ur od zadnjega bruhanja, driske ali vročine.**

- Ko vrtec obvesti starše, da je otrok bolan, pridete čim prej ponj.
- **SPOROČANJE O NALEZLJIVIH BOLEZNIH OTROK** s strani staršev je zaradi pravočasnega preventivnega ukrepanja v vrtcu zelo pomembno.
- Starši ste tisti, ki najprej prepoznate bolezen pri otroku (vročina, bruhanje, driska, gnojen izcedek iz noska s kihanjem in kašljanjem, vnete oči, uši, gliste itd.) Starši imate pravico in dolžnost, da bolnega otroka negujete doma. Vsakdo ima pravico do varstva pred nalezljivimi boleznimi ter dolžnost varovati svoje zdravje in zdravje drugih pred temi boleznimi (ZNB, Ur.L.RS 33/06).

## Kdaj lahko strokovni delavec odkloni otroka oz. pokliče starše?

Kadar ima otrok naslednje simptome:

- vročina, neobičajna utrujenost, razdražljivost, težko dihanje, neprestan jok,
- driska (voden iztrebek več kot 2 x dnevno, primes sluzi, krvi),
- razjede v ustih in slinjenje, razen če zdravnik izključi infekcijsko naravo bolezni,
- vnetje žrela (angina), škrlatinka,
- gnojni izcedek iz nosu s kihanjem in kašljanjem,
- gnojno vnetje oči ali kože,
- izpuščaj z vročino/brez vročine ali s spremembami počutja, obnašanja ali drugimi bolezenskimi znaki, dokler zdravnik ne izključi nalezljive bolezni,

- kašelj v napadih z zariplostjo,
- prisotnost uši, glist - podančic ali garij,
- otroške nalezljive bolezni (norice, ošpice, oslovski kašelj, mumps), dokler zdravnik ne potrdi, da otrok ni več kužen,
- zlatenica, hepatitis A, tuberkuloza, dokler zdravnik ne potrdi, da otrok ni več kužen,
- bruhanje (več kot 2 x dnevno), če bi lahko šlo za okužbo (podobni znaki pri drugih družinskih članih, otrocih v vrtcu) in/ali pretečo izsušitev (dehidracijo).

### **Pogoji za vrnitev otroka v vrtec po preboleli nalezljivi bolezni**

- O vrnitvi otroka v vrtec presodi otrokov izbrani zdravnik.

### **Bivanje na prostem**

- Vsakodnevno, če je le mogoče (izjeme: huda vročina, zelo oster mraz, močan veter, obilo dežja ali kakšne druge izredne razmere).

### **Oblačenje**

- Otroci naj bodo vremenu primerno oblečeni, večplastno in udobno ter primerno za igre, gibanje tako v notranjih prostorih kot zunanjih.
- V nahrbtnikih naj bodo rezervna oblačila (za umazana oblačila naj ima otrok s seboj plastično vrečko), copati (enostavni za obuvanje, ne drseči).

### **PRINAŠANJE HRANE**

**Otroci s sabo ne prinašajo nobene hrane!** Starši otrokom ne dajajte hrane (prigrizkov, keksov, slaščic itd.) v nahrbtnik! Zaradi bolezni, morebitnih hudih alergijskih reakcij ostalih otrok.

### **PRINAŠANJE IGRAČ**

Otroci naj v vrtec prinašajo le igrače, ki so varne in po dogovoru s strokovnimi delavci. V primeru povečanih nalezljivih bolezenskih stanj, igrače zadržite doma.

## HIGIENA ROK IN USTNE VOTLINE

ZD Žalec, Center za krepitev zdravja izvaja preventivni zdravstveni in zobozdravstveni program, v katerega bodo vključeni najstarejši predšolski otroci.

Otroci:

- bodo usvojili pravila umivanja zob v skupini in rokovanje z zobno ščetko,
- spoznali bodo zobem prijazno hrano,
- postopoma spoznali pravilno tehniko umivanja vseh zob,
- spoznali pomen rednih obiskov pri zobozdravniku.

V preventivni program zdravstvene vzgoje so vključeni otroci od treh let dalje

Otroci:

- opazujejo, razvijajo in pridobivajo pomen skrbi za zdravje za:
- pravilno umivanje rok,
- skrb za osebno higieno,
- zdrava prehrana,
- počitek,
- gibanje.

*Preprečevanje in obvladovanje nastanka bolezni*, k čemur stremi tudi vrtec, se sestoji iz naslednjih sklopov:

Uvajanje standardov zdravega prehranjevanja, telesna dejavnost.

- Privzganje dobrih higienskih navad, preprečitev prenosa infekcij v notranjem okolju, promocija cepilnih programov.
- Zagotavljanje varnega fizičnega okolja, vzgajanje za varno vedenje.
- Dobri medosebni odnosi med otroki in vzgojitelji, med samimi otroki, med samimi vzgojitelji, med vzgojitelji in starši; razvijanje pozitivne samopodobe; ozaveščanje o nasilju v družbi in družini; oblikovanje odnosa do škodljivih razvad.

Strokovni delavci spodbujajo in navajajo otroke na dosledno umivanje rok, zagotavljajo redno in sprotno preoblačenje ležalnikov, skrbijo za sprotno higensko stanje.

**Več info o zdravju otrok na povezavi: <https://nijz.si/?s=zdravje+otrok&id=10690>**