

**Ostali ukrepi,  
ki pripomorejo k preprečevanju širjenja nalezljivih bolezni so:**

- Pravilno umivanje rok.
- Ustrezna higiena kašlja.
- Ustrezno prezračevanje prostorov.
- Gibanje na prostem.

**Viri:**

1. Priporočila za ukrepanje v vrtcu ob nujnih stanjih in nenadno nastalih bolezenskih znakih. Dostopno na URL: <http://www.nijz.si>
2. Vključitev otroka v vrtec/šolo po preboleli nalezljivi bolezni ali okužbi – smernice. Dostopno na URL: <http://www.nijz.si>
3. Vloga vrtca, šole pri preprečevanju in odpravljanju uši. Dostopno na URL: <http://www.nijz.si>
4. Navodila za ravnanje ob pojavu garij. Dostopno na URL: <http://www.nijz.si>
5. Smernice zdravega prehranjevanja v vzgojno–izobraževalnih ustanovah. Dostopno na URL: <http://www.mz.gov.si>

**Avtorice:**

Jana Svetičič Marinko, dr. med., spec. javnega zdravja

Tjaša Jerman, dr. med.

Nives Letnar Žbogar, dr. med., spec. higijene in javnega zdravja

**Oblikovanje:**

Kati Rupnik

**Izdajatelj:**

Nacionalni inštitut za javno zdravje

Območna enota Ljubljana

Zaloška cesta 29, 1000 Ljubljana

Leto prve izdaje: 2007

Ponatis: 2016

## Preprečujmo širjenje nalezljivih bolezni - priporočila za starše



**Dragi starši!**

Želja nas vseh,

- tako staršev kot tistih, ki z otroki oziroma zanje delamo -  
je, da bi bili naši otroci zdravi in bi se v vrtcu dobro počutili.

In prav zato smo pripravili ta priporočila.

Zloženska želi odgovoriti na dve pomembni vprašanji:

**Kdaj otrok ne sme v vrtec?**

**Kako je s prinašanjem hrane v vrtec?**

## KDAJ OTROK NE SME V VRTEC?

Starši, v vrtec pripeljite le zdravega otroka.

Bolan otrok se bo bolje počutil in hitreje pozdravil v domačem okolju.

Hkrati bomo preprečili tudi prenos nalezljive bolezni na druge otroke v vrtcu.

- Starši ste tisti, ki najprej prepoznate bolezen pri otroku: vročina, bruhanje, driska, gnojen izcedek iz noska s kihanjem in kašljanjem, gnojne oči, uši, gliste ...
- Starši imate pravico in dolžnost, da bolnega otroka negujete doma.
- Vsakdo ima pravico do varstva pred nalezljivimi boleznimi in bolnišničnimi okužbami ter dolžnost varovati svoje zdravje in zdravje drugih pred temi boleznimi (Zakon o nalezljivih boleznih Ur. l. RS, št. 33/06, 4. člen).
- Pomembno je, da so otroci, ki obiskujejo vrtec pravočasno cepljeni proti boleznim, v skladu s programom cepljenja in zaščite z zdravili.
- Če je otrok odsoten zaradi nalezljive bolezni o tem obvestite vrtec.

### Ne pripeljite otroka v vrtec, če:

- je imel v zadnjih 48. urah povišano telesno temperaturo ali drisko (2 ali večkrat dnevno odvajal tekoče blato) ali je bruhal,
- ima izpuščaj z ali brez vročine (razen v primeru neinfekcijskih izpuščajev kot so po pikih insektov, alergijski izpušaji ...),
- ima uši ali garje - otrok sme ponovno v vrtec takoj, ko je uspešno opravljeno razuševanje ali uspešno izveden postopek zdravljenja garij.

### Pri drugih nalezljivih boleznih upoštevamo navodila zdravnika.

Pri vključevanju otroka v vrtec po preboleli bolezni je potrebno upoštevati tudi otrokovo splošno kondicijo, počutje, da se normalno prehranjuje, spi ali igra.



## PRINAŠANJE HRANE V VRTEC

O prehrani vašega otroka na izletu ali ob praznovanju rojstnega dne v vrtcu se predhodno dogovorite z vzgojiteljico.

### Prehrana na izletu

- Priporočamo, da otroci na izlet prinašajo varno hrano in pijačo (da hrana ni vir črevesnih in drugih okužb), zato naj ne prinašajo hitro-pokvarljivih mesnih izdelkov, sladic z nadevi ...
- Hrana naj bo v skladu s smernicami zdravega prehranjevanja.
- Omogočeno naj bo tudi zaužitje na higiensko ustrezen način (obroku priložite papirnati prtiček, higienski vlažen prtiček za brisanje rok pred jedjo in vrečko za smeti).
- V primeru, da ima otrok zaradi zdravstvenih razlogov (alergije, diabetes ...) poseben režim prehranjevanja, pri pripravi obroka za izlet upoštevate navodila zdravnika.

### Praznovanje rojstnega dne

- Priporočamo, da se rojstne dneve otrok obeleži na druge načine - ne s prinašanjem hrane v vrtec (zaradi zavračanja rednih obrokov hrane, zdravstvenih omejitev pri prehranjevanju posameznih otrok, socialnih razlik ...).
- Če se vseeno odločite za prinašanje hrane je potrebno upoštevati, da je vrtec dolžan otrokom zagotavljati varno hrano in v skladu s smernicami zdravega prehranjevanja. Zato so tudi pri izboru jedi, ki jih prinašamo v vrtec, potrebne omejitve.