

Barn får lettere frostskafer enn voksne. Det er heller ikke alltid de sier fra dersom de blir kalde. Barnehagens retningslinjer ved kaldt vær skal hindre forfrysninger og frostskafer.

Vurdering av hvilke temperaturer barna kan sove og oppholde seg i, utarbeides etter lokale forhold og i samråd med foreldre. Den følte temperaturen ved sterk kulde vil bl.a. være avhengig av vindhastighet i tillegg til selve lufttemperaturen.

Effektiv temperatur

Effektiv temperatur er den temperaturen man føler. Dette er ikke nødvendigvis bare temperaturen som står på gradestokken ved kulde, ettersom effektiv temperatur også er avhengig av vindhastighet. Ved mye vind kan følt temperatur være mange grader kaldere enn temperaturen som står på termometeret.

Se vindavkjølingsindeks for vurdering av effektiv temperatur.

Kulde

De fleste barn kan være ute i minus 10-15 °C, men det skal ta individuelle hensyn og forholdene skal alltid vurderes ved så lave temperaturer.

- Små barn (1-2 år) og barn med nedsatt almenntilstand tåler kulden dårligere enn større barn. Deres aktivitetsnivå er også ofte lavere.
- Større barn kan være ute i lavere effektiv temperatur, men bare dersom de har ekstra godt tilsyn og nødvendige individuelle hensyn er tatt hensyn til.
- Små barn kan sove ute i minus 10-15 °C effektiv temperatur, så lenge de har gode, tørre klær, varm sovepose i vognen og er skjermet mot vind.

Aktiviteter og bekledning ved kulde

Ved minus 10 °C eller lavere skal effektiv temperatur og aktivitet vurderes. Det skal også vurderes hvor lenge barna skal være ute.

- Barna bør ha ull innerst og vindtette klær ytterst ved kaldt vær. Barna skal også ha på skjerf/buff, lue og votter.
- Ansatte skal holde barna under oppsikt og sjekke jevnlig om de er kalde og holder seg aktive.
- Barna må ikke bli for varme, ettersom svetting kan føre til at barnet raskt blir nedkjølt.
- Bleiebarn skal ha tørr bleie.
- Alle skal ha tørre klær.
- Barna bør spise kort tid før de går ut.
- Unngå å vaske barnets ansikt på kalde dager, da det naturlige fettlaget gir en viss beskyttelse.

Kirketunet barnehage

- Foreldre bør være de som avgjør bruk av kuldekrem. Barnet bør da smøres med kuldekrem før de kommer til barnehagen. Kremen skal være fet, vannfri og påføres på nytt i barnehagen minst en halv time før oppholdet ute.

Førstehjelp

Frostskader og nedkjøling kan oppstå allerede ved temperaturer rundt 0°C. Det er viktig å gi korrekt førstehjelp for å begrense skader.

Nedkjøling

Dersom barnet blir nedkjølt, må det inn i varmen så raskt som mulig. Tegn på nedkjøling kan være at barnet ikke svarer eller virker fjern.

- Pakk barnet inn i f.eks. et ullteppe.
- Gi barnet noe varmt å drikke.

Forfrysning

Barn er spesielt utsatt for forfrysninger på steder som nese, ører, fingrer og tær. Ansatte skal sjekke jevnlig om barna er kalde ved å kjenne på nakke, hender og føtter.

- Hud som har vært utsatt for frostskaade er mer utsatt for nye frostskaader. Dette området beskyttes ekstra godt i kaldt vær.

Overfladisk frostskaade

Overfladisk frostskaade behandles snarest. Tegn på en overfladisk frostskaade er at en får prikkende og stikkende følelser i huden.

- Det vil forekomme moderate smerter. Videre vil det danne seg hvite flekker i huden og kuldefølelsen blir erstattet med en varmefølelse.
- Ikke gni frossen hud. Det beste er å varme det frosne området mot hud med normal temperatur.
- Be barnet om å bevege seg.
- Ved normal farge og følelse kan behandlingen avsluttes.

Dyp frostskaade

Hvis den forfrosne delen er hard, barnet ikke kjenner noen smerter og huden ikke kan beveges frem og tilbake, så har barnet fått en dyp frostskaade.

- Ring 113. Dype frostskaader skal behandles på sykehus.
- Pakk godt rundt området som er skadet, slik at det ikke sprer seg.
- Beskytt det frosne området mot slag eller lignende.
- Gi barnet noe varmt å drikke inne.

Astma og luftveisplager

Kald og forurenset luft kan gi utfordringer for barn og voksne med astma og luftveisplager. Med riktig medisiner og bekledning er det likevel mulig for de fleste barna å være ute. Foreldre skal informeres

Kirketunet barnehage

om barnehagens rutine ved kulde. I tilfeller hvor barn har behov for ekstra oppfølging skal dette avklares med dem.

Avvik

Brudd på rutinen skal registreres og behandles som avvik.

HJELPEMIDLER

Lovhenvisninger	Forskrift om helse og miljø i barnehager, skoler og skolefritidsordninger. § 14. Beredskap, førstehjelp og sikkerhetsutstyr
Nyttig informasjon	Veileder- Helse og miljø i barnehager, skoler og skolefritidsordninger § 14 Beredskap, førstehjelp og sikkerhetsutstyr Forfrysninger og frostskafer (nhi) Vindavkjølingsindeks (Yr)
Dokumentasjon	3.3.2 Avviksmelding 3.3.3 Logg ved personskafe Avviksmeldinger er tilgjengelig i Barn-Nett eAsy for elektronisk registrering og dokumentasjon.
Ansvar:	Styrer

