

Barnehagen skal forebygge solskader og helseplager forårsaket av sol og varme.

Forebygging

Ultrafiolett stråling fra sola kan gi oss betydelige helseskader, og hudkreft er den mest alvorlige. Solforbrenninger, spesielt i barneårene, kan øke risikoen for å få hudkreft senere i livet. Uteområdene har derfor både sol- og skyggesteder. I tillegg er det innført tiltak som forebygger for mye UV-eksponering for barna.

Tiltak

- Ingen barn skal bli solbrente i barnehagen. Jo oftere og lenger tid i sola, jo større er faren for skader. Hudtypen bestemmer hvordan UV-strålingen virker på huden. En lys hudtype tåler mindre sol enn en mørk hudtype.
- Vi begrenser tiden barna er i sterk sol og planlegger uteaktivitetene etter dette. Sola er sterkest i sommerhalvåret og i timene midt på dagen. Når det er sterk sol bør uteaktivitetene være tidlig eller sent på dagen eller i skyggen.
- Vi har skyggesteder på vårt uteområde.
- Barn under 1 år oppholder seg ikke i direkte sollys. Det betyr at disse barnas uteaktiviteter skal legges til steder med naturlig skygge i den grad dette er mulig.
- For barn over 1 år er litt sol bra, men det må være mulig å ta pauser i skyggen. De fleste barn velger skygge dersom de har muligheten til det.
- Klær er bra som beskyttelse. Klærne bør dekke mest mulig hud. Langermet genser eller skjorte kan gjerne brukes i stedet for kortermet når sola er sterkest.
- Solhatt med god skygge anbefales fremfor caps. Dette er fordi nakken og ørene også blir beskyttet i tillegg til ansiktet av solhatten.
- Solbriller beskytter øynene og den tynne huden rundt.
- Sol og varme kan føre til dehydrering. Ansatte i barnehagen har derfor et spesielt ansvar for at barna får tilstrekkelig med vann å drikke under slike forhold.
- Ved tegn til forbrenning skal det solbrente området dekkes til med egnede klær og barnet skal beskyttes mot mer sol. Foreldre skal informeres om dette når barnet blir hentet.

Solkrem

- Det skal brukes rikelig med solkrem med faktor 30 eller høyere. Barna bør smøres med solkrem før de kommer om morgenen, eller når de kommer i barnehagen. Smøringen bør gjentas av ansatte hvis det er sol eller lettskyet vær. Solkrem alene gir ikke nok beskyttelse og bør brukes sammen med, ikke i stedet for, skygge og klær.
- Barnet skal smøres selv det oppholder seg i skyggen. Dette er pga. indirekte stråling.
- Dersom barnet svetter, bader eller er lenge i solen skal barnet smøres på nytt.

Kirketunet barnehage

- Solkrem skal være med i tursekken.
- Ansatte er rollemodeller for barna. Det betyr at solbeskyttelse skal benyttes også av de ansatte.
- Foreldre skal informeres om barnehagens rutiner ved sol. I tilfeller hvor det er spesielle forhold eller behov for ekstra oppfølging av et barn, avklares behovet sammen med foreldre.

Dehydrering eller overoppheting

Små barn blir lettere dehydrert eller overopphetet enn voksne. Dersom barnet slutter å bevege seg og leke, men bare ligger i ro, kan dehydrering være kommet så raskt at lege må kontaktes. Tegn på dehydrering eller overoppheting er:

- matt preg i øynene.
- slapphet.
- redusert mengde urin, som f.eks. tørr bleie.
- stående hudfolder. Dette kan sees ved at hudfolden blir stående hvis huden trekkes sammen på mage eller underarm.
- tørr slimhinne i munnen.

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 Dagens UV-indeks (dsa) Solsmart barnehage- kreftforeningen
Dokumentasjon	3.3.2 Avviksmelding 3.3.3 Logg ved personskaade Avviksmeldinger er tilgjengelig i Barn-Nett eAsy for elektronisk registrering og dokumentasjon.