

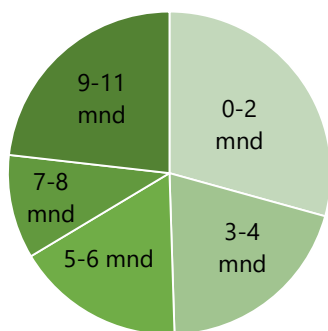
Factsheet || Peiling Veilig Slapen || Landelijke resultaten

Tussen **februari en juni 2017** namen **1209** ouders van kinderen tot 1 jaar oud deel aan een vragenlijstonderzoek over het verzorgen van hun kind rond het slapen. Deze factsheet toont de resultaten op landelijk niveau. Eerst volgen achtergrondkenmerken van de kinderen en de ouders. Daarna volgen de resultaten over verzorging rond het slapen.

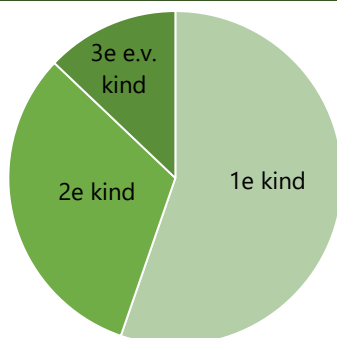


Achtergrondkenmerken kinderen

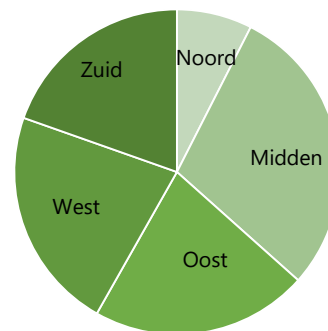
Leeftijdsofbouw



Rangnummer

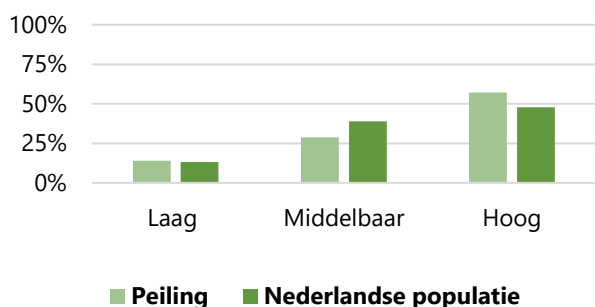


Woonregio

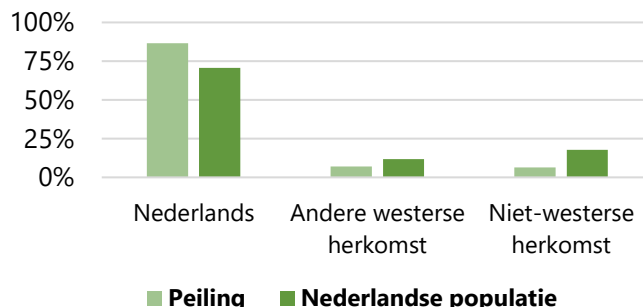


Achtergrondkenmerken ouders/verzorgers

Opleidingsniveau moeder

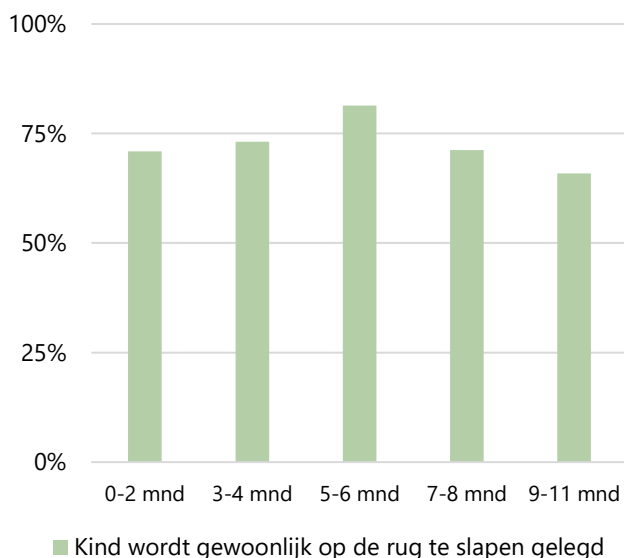


Herkomst moeder



Resultaten van de Peiling en toelichting per advies

Leg het kind altijd op de rug te slapen

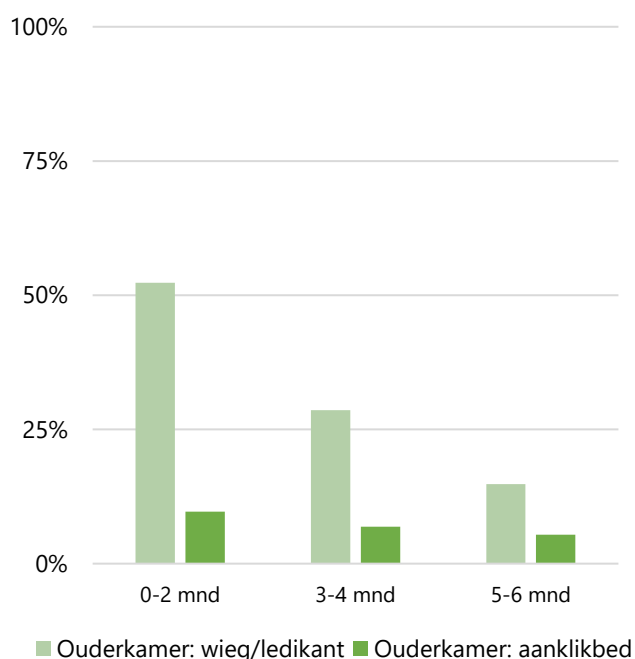


Peiling Gemiddeld werd 72,4% van de kinderen gewoonlijk op de rug te slapen gelegd.

Toelichting Het risico op wiegendood tijdens de slaap in buikligging bij voldragen kinderen is 8 keer zo hoog vergeleken met slapen in rugligging; bij te vroeg geboren kinderen (<37 weken) en bij kinderen lichter dan 2500 gram is dit risico 24 keer zo hoog. Het risico op wiegendood bij zijligging is 2 keer zo hoog voor voldragen kinderen en 15 keer zo hoog voor kinderen die te vroeg geboren zijn of lichter waren dan 2500 gram.

Redenen De redenen die ouders (n=199) van een kind tot 7 maanden oud het meest noemden om hun kind niet altijd op de rug te slapen te leggen waren: "het kind slaapt beter", "(voorkomen van) een voorkeurshouding of afplatting van de schedel", en "het kind vindt het fijn". De meest genoemde redenen door ouders (n=123) van een kind tussen 7 en 12 maanden waren: "het kind draait zelf", "het kind slaapt beter", en "het kind vindt het fijn."

Laat het kind in een eigen wieg of ledikant slapen in de ouderslaapkamer (eerste 6 maanden)



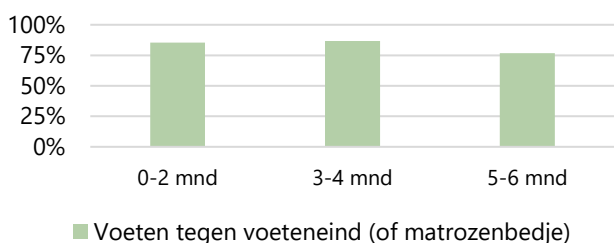
Peiling Gemiddeld sliep 43,3% van de kinderen jonger dan 7 maanden gewoonlijk bij de ouders op slaapkamer in een eigen wieg, ledikant of aanklikbed. Gemiddeld sliep 6,9% van de kinderen tot 7 maanden gewoonlijk bij hun ouders in bed.

Toelichting Het risico op wiegendood is voor een kind dat in de eerste zes maanden in een eigen wieg of ledikant in de ouderslaapkamer slaapt, met de helft verlaagd. Het risico is bijna 3 keer hoger als het kind in één bed met de ouder(s) slaapt; wanneer ouders roken is het risico zelfs tot 22 keer hoger. Kinderen jonger dan 4 maanden en kinderen die te vroeg of te licht geboren zijn lopen het hoogste risico.

Redenen De redenen die ouders (n=84) van een kind tot 7 maanden oud het meest noemden om samen met hun kind in 1 bed te slapen waren: "gemak borstvoeding", "het kind slaapt beter", en "geborgenheid".

De meest genoemde redenen door ouders (n=36) van een kind tussen 7 en 12 maanden waren: "gemak borstvoeding", "veiligheid", en "het kind slaapt beter".

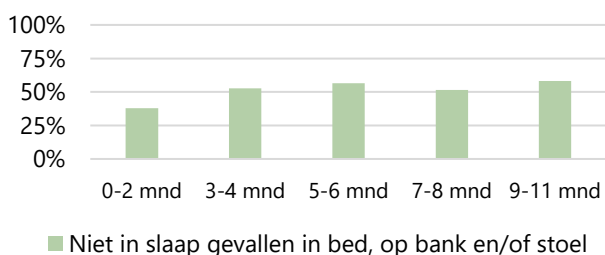
Leg het kind met de voeten tegen het voeteneind van wieg of ledikant



Peiling Gemiddeld lag 74,7% van de kinderen gewoonlijk met de voeten tegen het voeteneind van wieg of ledikant.

Toelichting Wanneer een kind met de voeten tegen het voeteneind van wieg of ledikant ligt is de kans kleiner dat het kind onder een deken of laken schuift.

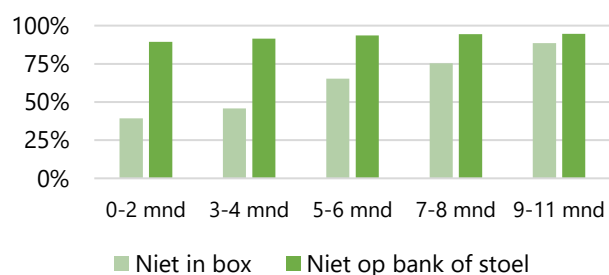
Val niet in slaap met het kind in bed, op bank of op stoel



Peiling Gemiddeld was 49,9% van de ouders in de voorafgaande 4 weken wel eens met hun kind in slaap gevallen in bed, op bank en/of stoel.

Toelichting Voor een kind dat met zijn ouder(s) in slaap valt in bed of op een andere zachte ondergrond, zoals bank of stoel, is de kans op wiegendood 5 tot 67 keer groter.

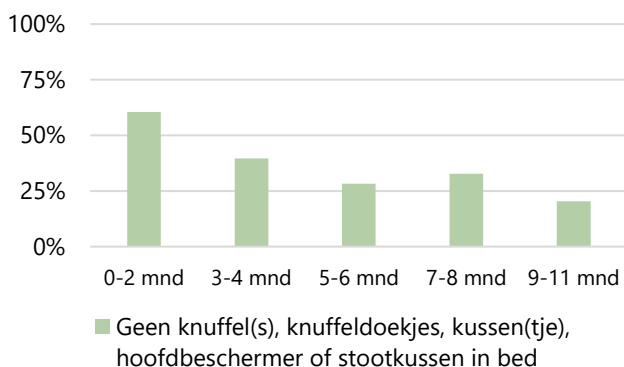
Laat het kind niet in de box, op een bank of op een stoel slapen



Peiling Gemiddeld heeft 39,9% van de kinderen in de voorafgaande 4 weken wel eens in de box geslapen, en 7,8% op een bank of stoel.

Toelichting Een box is niet ingericht om een kind er veilig in te laten slapen. Het risico op wiegendood is ook sterk verhoogd wanneer een kind op een bank of stoel slaapt, namelijk 46 tot 67 keer hoger.

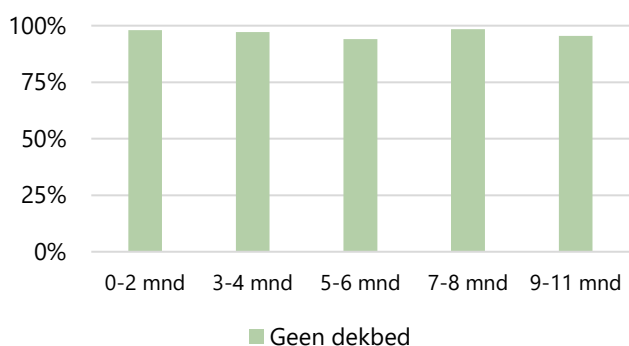
Gebruik geen kussen of hoofdbeschermer Plaats geen speelgoed van plastic of (grote) knuffels in wieg of ledikant



Peiling Ruim 60% van de ouders gebruikte gewoonlijk één of meerdere zachte materialen in de wieg of het ledikant van het kind. Het ging met name om knuffel(s) (34,8%) en knuffeldoekjes (36,0%).

Toelichting Kussenachtige materialen, knuffels en doekjes in wieg of ledikant worden afgeraden vanwege de warmte en de kans op verstikking. Bij gebruik van zacht bedmateriaal, zoals kussens, quilts, schapenvachten of spreien, is de kans op wiegendood 5 keer hoger, in combinatie met buikligging zelfs 21 keer hoger.

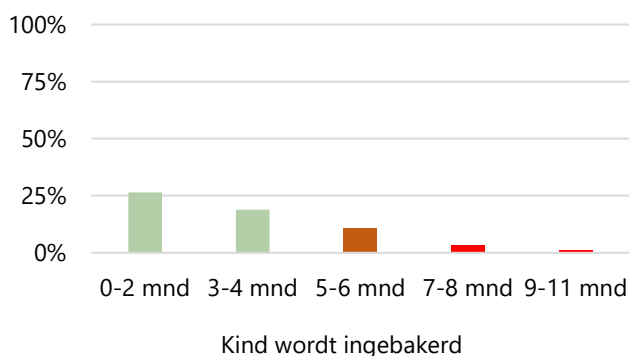
Gebruik geen dekbed



Peiling Een dekbed werd gemiddeld door 4,5% van de ouders gebruikt in de voorgaande nacht.

Toelichting Een dekbed wordt de eerste 2 jaar afgeraden vanwege het kussenachtige materiaal en vanwege de warmte. Overmatige omgevingswarmte vermindert de wekbaarheid van de baby en verhoogt zodoende het risico op wiegendood.

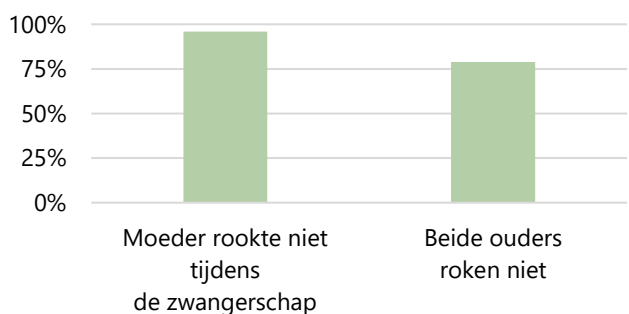
Bij inbakeren: start niet na de leeftijd van 4 maanden, en stop zodra het kind probeert om te draaien, in ieder geval voor de leeftijd van 6 maanden



Peiling Gemiddeld werd 14,0% van de kinderen in de voorgaande 4 weken 's nachts en/of overdag ingebakerd.

Toelichting Wanneer een kind ingebakerd op de buik ligt of ingebakerd naar de buik draait, verhoogt dit het risico op wiegendood met een factor 12. Inbakeren moet altijd afgebouwd zijn voor de leeftijd van 6 maanden.

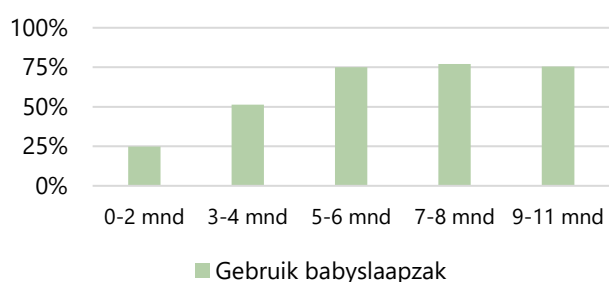
Rook niet (mee) tijdens de zwangerschap Voorkom meerroken van het kind na de bevalling



Peiling Vier procent van de moeders rookte tijdens de zwangerschap; bij 21,2% van de kinderen rookten 1 of beide ouders.

Toelichting Wanneer 1 of beide ouders roken, is de kans op wiegendood 2-2,5 keer hoger. Naar schatting draagt roken tijdens de zwangerschap bij aan een derde van het aantal wiegendoodgevallen.

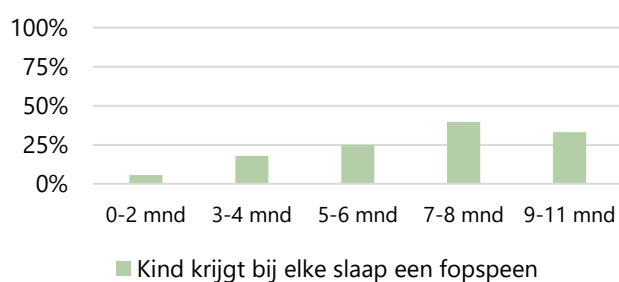
Gebruik een babyslaapzak



Peiling Een babyslaapzak werd gemiddeld door 55,8% van de ouders in de voorgaande nacht gebruikt.

Toelichting Veilig gebruik van een babyslaapzak is een goed alternatief voor beddengoed. Slapen in een babyslaapzak stelt het moment van voor het eerst draaien naar de buik tijdens de slaap in bed uit. Kinderen kunnen het draaien naar de buik oefenen in de box, overdag en onder toezicht.

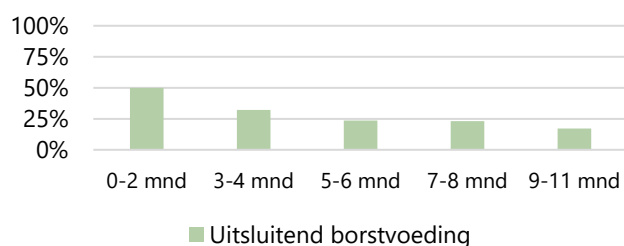
Overweeg het geven van een fopspeen tot 1 jaar bij elke slaap



Peiling Van alle kinderen werd 21,3% in de voorgaande 4 weken bij elke slaap met een fopspeen te slapen gelegd.

Toelichting Het consequent gebruik van een fopspeen verlaagt het risico op wiegendood met 50-90%.

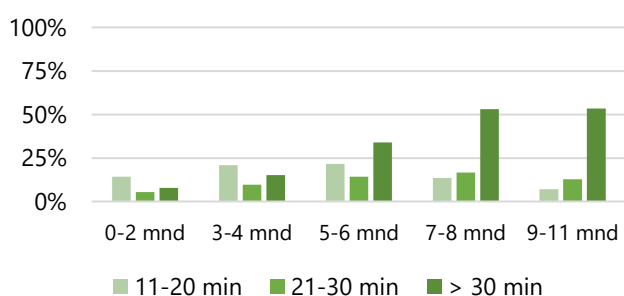
Geef zo mogelijk borstvoeding



Peiling Van alle kinderen kreeg 31,6% uitsluitend borstvoeding.

Toelichting Borstvoeding halveert het risico op wiegendood. Het beschermende effect is het grootst wanneer het kind uitsluitend borstvoeding krijgt.

Leg het kind minimaal 3 keer per dag op de buik (onder toezicht van een volwassene)



Peiling Gemiddeld liet 48,1% van de ouders hun kind onder toezicht meer dan 10 minuten spelen op de buik.

Toelichting Vooral de eerste keer draaien naar de buik in wieg of ledikant geeft een verhoogd risico op wiegendood. Onervaren buikslapers hebben een ruim 4 keer zo hoge kans op wiegendood. Daarom is het versterken van de nekspieren, door het kind onder toezicht meerdere keren per dag op de buik te leggen, zo belangrijk. Het beschermt ook tegen afplatting van de schedel.

Conclusie

Het is niet vanzelfsprekend dat ouders adviezen over veilig verzorgingsgedrag rond het slapen opvolgen. Daarom is blijvende aandacht nodig voor het motiveren en ondersteunen van ouders in de preventie van wiegendood. Het geven van goede informatie aan ouders is belangrijk, maar ook het met ouders in gesprek gaan over hun redenen en overtuigingen om de adviezen naast zich neer te leggen. Samen kan men vaststellen hoe de slaapomgeving van de baby het meest veilig kan worden ingericht.

Bronnen: Elfde Peiling Veilig Slapen: waar en hoe leggen ouders hun kind te slapen? Ned Tijdschr Geneeskd. 2018;162:2366.; Moon, R.Y. and AAP Taskforce on sudden infant death syndrome. SIDS and other sleep-related infant deaths: Evidence base for 2016. Updated recommendations for a safe infant sleeping environment. Pediatrics 2016; 138(5): e20162940; Landelijke Samenwerkingsafspraken Preventie van Wiegendood. Leiden: TNO, 2017. Dit onderzoek is gefinancierd door het Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport.