

## Tervishoiutöötaja info uutele rühmadele

### Kohanemine

- kodus on soovituslik lapsele teha sarnane päevakava, siis on lapsel lasteaias kergem sisse elada;
- algul võimalusel käimist alustada kuni lõunani, vanem kohe pärast ärkamist järele;
- kodus soovituslikult veidi varem magama, palju lapsega koos tegutseda;
- tuleb leida aega lapse jaoks, et tema juttu kuulata;
- kaisuloom või muu turvaelement kaasa;
- kohanemise aeg on väga erinev – kuni 2 kuud (vanem peab ise olema rahulik, ärevus kandub lapsele üle);
- võib tekkida tagasilangusi, lapsed võivad olla rahutud, ärevad, kuna väikese inimese jaoks on see suur muutus;
- rühmas on kindel struktuur ja kord, pidev teiste laste jutt, palju inimesi koos – see väsitab närvikava;
- võimalusel 1 vaba päev nädalas (siis laps ei jää kergesti haigeks) – praktika kinnitab;
- palun tuua laps enne 9:00, siis algavad tegevused;
- suvel on soovitav võimaldada puhkust vähemalt üks kuu.

### Päevakava kodulehel

- õuesolemine 2x päevas, olenevalt ilmast;
- talvel arvestame tuule-külma indeksit, väga külma ilma puhul lühendatakse õuesoleku aega või ollakse toas. -15 ei lähe õue;
- suvel pähe õhuke hele peakate ning kaasa markeeritud joogipudel;
- tähtis on riiete lihtne selgapandavus, siis tekib lapsel edukogemus. Kindlasti parajad ja mugavad riided (kummiga püksid, seelikud) ning krõpsudega parajad jalanõud. Lapsi on palju ja oodates hakkab teistel palav;
- kõikidel asjadel nimi peal või märk, mille järgi laps tunneb ära oma eseme;
- riided võiks olla sellised, millega saab julgesti mängida, st. et võivad märduda;

## Haigused

- kui **lapsel on erivajadus** (näiteks allergia, astma jne.) palume teavitada sellest õpetajat ja tervishoiutöötajat. See on teie lapse tervise huvides;
- lasteaeda tülles ei pea enam olema tervisetõend perearstilt, seega sisuliselt puudub info lapse tervise kohta;
- **haige laps** – on reguleeritud Koolieelse Lasteasutuse Seadusega, samuti on see kirjas Kiili Lasteaia kodukorras;
- haigustunnustega last ei tohi õpetaja vastu võtta – lasteaias on seadusega keelatud ravimeid anda;
- ravimeid annab erijuhul tervishoiutöötaja (kroonilise haigusega) kui on arsti poolt määratud. Kindlasti peab olema vanema kirjalik info selle kohta;
- haige laps peab olema kodusel ravil – lasteaias ei ole võimalik haiget last tuppa jätta, kuna õpetaja abi tuulutab ja koristab;
- lapsel on väga raske olla tõbisena kollektiivis, ta haigestub tõsisemalt ja peab hiljem olema pikemalt kodus. Samuti on ta nakkusohtlik teistele lastele ja personalile;
- praktika on näidanud, et nohu korral kohe kodusele ravile jäädes paraneb laps kiiremini ning ei tule palavikku ja tõsiseid tüsistusi;
- nohu on eriti nakkav algfaasis, kui laps aevastab, heledat läbipaistvat tattit voolab ägedalt ja silmad on vesised;
- kui tattit enam välja ei voola ning nina on lihtsalt kinni ja nohiseb (tavaliselt 4 päev) ei ole laps enam teistele ohtlik. Võimalusel hoida laps kodus pärast haigust, kuna ta on uutele viirustele vastuvõtlik. Organism on kurnatud haigusega võitlusest ning lapse immuunsüsteem on veel nõrk;
- kõige nakkusohtlikum on nohu (ülemiste hingamisteede haigus) 24 tundi enne sümptomite ilmnemist, st. et steriilset keskkonda lasteaias ei ole võimalik tagada. Esimesel aastal lapsed kahjuks on väga vastuvõtlikud haigustele, kuna immuunsüsteem ei ole veel välja arenenud. Iga laps haigestub erinevalt, nohune laps võib teisele tekitada kõrvapõletiku või bronhiidi. Ajaga immuunsüsteem tugevneb;
- sagedasemad haigused on nohud-kõhad, kõhuviirused, silmapõletikud, löbega haigused. Nakkushaigustest sarlakid, tuulerõuged, läkaköha, pedikuloos;
- kui laps haigestub, palume saata info rühma või tervishoiutöötajale, info jääb konfidentsiaalseks;

- haiguse korral tuleb lapsevanematele info meilile ilma haigestunud lapse nimeta. Kirjale on lisatud haiguse tunnused ja soovitud ravi osas;
- toit – menüü on kodulehel. Kui laps on mõne toiduaine vastu allergiline siis arsti tõend palun saata tervishoiutöötajale.