



Higiēnas prasības izglītības iestādēs - jautājumi un atbildes

Publicēts: 19.01.2020.

Kādas higiēnas prasības ir noteiktas bērnu interešu izglītības iestādēm? ▼

Veselības inspekcija skaidro, ka interešu izglītības iestādēm, t.sk. profesionālās ievirzes izglītības iestādēm nav noteiktas higiēnas prasības, bet rekomendējoši var vadīties pēc līdzīga profila bērnu iestādēm noteiktām prasībām – skolām un bērnudārziem*.

Lai garantētu drošu vidi, rekomendējam izstrādāt telpu un iekārtu tīrīšanas un dezinfekcijas plānu, paredzot, ka:

- telpu mitro uzkopšanu veic ne retāk kā reizi dienā (piemēram, nodarbību telpas uzkopj dienas beigās pēc nodarbībām). Iekļaut arī virsmu tīrīšanu, kurām regulāri pieskaras, piemēram, durvju rokturi, gaismas slēdži un izlietnes krāni (dezinfekciju veikt, ja iestādē konstatēta grupveida saslimšana vai gripas epidēmijas laikā);
- pēc katras nodarbības 5-10 min izvēdināt telpu, lai nodrošinātu svaiga gaisa pieplūdi;
- tualetes telpu un iekārtu uzkopšanai izmanto atbilstošu dezinfekcijas līdzekli. Tualetes telpām rekomendējam izmantot atsevišķu uzkopšanas inventāru, kuru neizmanto citām telpām. Tualetes telpās vienmēr ir jābūt tualetes papīram, ziepēm un roku žāvēšanas ierīcei vai susināšanas līdzekļiem.

Savukārt darbiniekiem, kuri izglītības iestādē (vai bērnu nometnē) ir regulārā tuvā vai epizodiski tuvā kontaktā ar bērnu iekštelpās ir jāveic pirmreizējās un periodiskās obligātās veselības pārbaudes**.

Ja plānojat dibināt interešu izglītības iestādi, tā ir jāreģistrē Izglītības iestāžu reģistrā Izglītības kvalitātes valsts dienestā (informāciju skatīt [šeit](#)) un tai jāatbilst noteiktām prasībām***, piemēram:

- ir jāsaņem Veselības inspekcijas atzinums par objekta gatavību darbības uzsākšanai,
- izglītības programmas īstenošanas būves vai telpu grupas lietošanas veidam jāatbilst plānotajai darbībai un jābūt reģistrētam Nekustamā īpašuma valsts kadastra informācijas sistēmā,
- būvei vai telpu grupai, kur tiks īstenota izglītības programma, jābūt pieņemtai ekspluatācijā.

Kā pieteikt Veselības inspekcijas atzinumu, skatīt [šeit](#).

* Ministru kabineta 27.12.2002. noteikumi [Nr.610](#) „Higiēnas prasības izglītības iestādēm, kas īsteno vispārējās pamatizglītības, vispārējās vidējās izglītības, profesionālās pamatizglītības, arodizglītības vai profesionālās vidējās izglītības programmas” un Ministru kabineta 17.09.2013. noteikumi [Nr.890](#) „Higiēnas prasības bērnu uzraudzības pakalpojuma sniedzējiem un izglītības iestādēm, kas īsteno pirmsskolas izglītības programmu”

** Ministru kabineta 24.07.2018. noteikumi [Nr.447](#) „Noteikumi par darbiem, kas saistīti ar iespējamu risku citu cilvēku veselībai, un obligāto veselības pārbaudžu veikšanas kārtība”

*** Ministru kabineta 14.07.2015. noteikumi [Nr.397](#) „Izglītības iestāžu un citu Izglītības likumā noteikto institūciju reģistrācijas kārtība”.

Bērnu uzraudzības pakalpojumu sniedzējiem* (neīsteno pirmsskolas izglītības programmu, piemēram, bērnu pieskatīšanas centri, rotaļu/ nodarbību telpas un aukles), jābūt izvietotiem ēkā, kas ir pieņemta ekspluatācijā un to drīkst izmantot tikai atbilstoši projektētajam lietošanas veidam, tādējādi nodrošinot bērna tiesības uz dzīvībai un veselībai drošiem apstākļiem.

Plānojot sniegt pakalpojumu tās funkcijai paredzētās telpās, pakalpojuma sniedzējs brīvprātīgi var saņemt Veselības inspekcijas speciālistu atzinumu par ēkas/ telpu atbilstību paredzētajām funkcijām, ņemot vērā maksimālo bērnu skaitu un paredzamās aktivitātes.

Ja uzraudzības pakalpojumu plānots sniegt pielāgotā ēkā vai citas publiskas ēkas vai dzīvojamās ēkas daļā (piemēram, dzīvoklī), ir jāsaņem Veselības inspekcijas novērtējums par higiēnas prasību ievērošanu (Atzinums par objekta gatavību darbības uzsākšanai). Pielāgojot ēkas daļu vai telpu grupu pakalpojuma sniegšanai, jāievēro būvniecības normatīvajos aktos noteikto kārtību un prasības. Bērnu uzraudzības pakalpojumu sniedzējiem ir jāreģistrējas Izglītības kvalitātes un valsts dienesta Bērnu uzraudzības pakalpojuma sniedzēju reģistrā**.

Kā pieteikt Veselības inspekcijas atzinumu, skatīt [šeit](#).

Bērnu uzraudzības pakalpojumu sniedzēji savā darbībā ievēro higiēnas prasības*

** Ministru kabineta noteikumi [Nr.610](#) „Prasības bērnu uzraudzības pakalpojuma sniedzējiem un bērnu uzraudzības pakalpojuma sniedzēju reģistrēšanas kārtība”*

*** Ministru kabineta 17.09.2013. noteikumi [Nr.890](#) „Higiēnas prasības bērnu uzraudzības pakalpojuma sniedzējiem un izglītības iestādēm, kas īsteno pirmsskolas izglītības programmu”*

Izglītības iestādē pirmo palīdzību sniedz ārstniecības persona – māsa vai ārsta palīgs vai izglītības iestādes darbinieks, kurš apmācīts pirmās palīdzības sniegšanā*. Izglītības iestādes vadītāja atbildība ir organizēt un noteikt, cik un kādiem darbiniekiem ir jābūt pirmās palīdzības prasmēm**. Saskaņā ar Darba aizsardzības likumu izmaksas par šīm apmācībām sedz darba devējs.

Izglītības iestādē uz vietas vienmēr jābūt vismaz vienam darbiniekam, kurš nepieciešamības gadījumā ir apmācīts pirmās palīdzības sniegšanā*. Visdrīzāk ir nepieciešams apmācīt vairākus darbiniekus, jo jāņem vērā arī faktors par iespējamu darbinieku prombūtni, piemēram, slimības gadījumā. Drošības nolūkos Veselības inspekcija rekomendē pirmās palīdzības prasmes apgūt katrai bērnu grupiņas audzinātājai un katram skolotājam.

Normatīvie akti tieši nenosaka pirmās palīdzības apmācību programmas saturu izglītības darbiniekiem, līdz ar to izieti transportlīdzekļu vadītāju pirmās palīdzības kursi būtībā ir piemērojami izglītības darbiniekiem kā apgūtas pirmās palīdzības apmācības. Apliecība par pirmās palīdzības kursu beigšanu ir derīga piecus gadus***. Ja autovadītāja apliecība ir iegūta vairāk kā pirms pieciem gadiem, tad pirmās palīdzības apmācības ir jāiet atkārtoti.

Veselības inspekcija vērš uzmanību, ka bērnu atdzīvināšanas princips ir līdzīgs kā pieaugušajiem, tomēr ir vairākas būtiskas atšķirības, kuras būtu jāņem vērā. Līdzīgi arī aizrīšanās gadījumos. Tādēļ rekomendējams izglītības darbiniekiem papildināt zināšanas tieši par pirmās palīdzības sniegšanu bērniem.

Precīzākai informācijai par zināšanu apjomu un prasībām pirmās palīdzības sniegšanā izglītības iestāžu darbiniekiem Veselības inspekcija aicina interesēties Izglītības ministrijā vai tās padotības iestādēs.

* Ministru kabineta 23.03.2010. noteikumu [Nr.277](#) „Kārtība, kādā nodrošināma izglītojamo profilaktiskā veselības aprūpe un pirmās palīdzības pieejamība izglītības iestādēs” 6.p., 9.1.p.

** Ministru kabineta 03.08.2010. noteikumu [Nr.713](#) Noteikumi par kārtību, kādā nodrošina apmācību pirmās palīdzības sniegšanā, un pirmās palīdzības aptiecināšanas medicīnisko materiālu minimumu” 5.p., 6.p.

*** Ministru kabineta 14.08.2012. noteikumu [Nr.557](#) „Noteikumi par apmācību pirmās palīdzības sniegšanā” 4.p., 53.p.

Kāds ir pastaigu biežums bērnudārzos un zemākā gaisa temperatūra, pie kuras drīkst organizēt pastaigas svaigā gaisā? v

Higiēnas prasību noteikumos* ir atrunāti dienas režīma nosacījumi pirmsskolas vecuma bērniem. Atbilstoši bērnu vecumam un attīstībai nosaka dienas režīmu, paredzot arī fiziskās aktivitātes un pastaigas svaigā gaisā. Dienas režīmu bērniem, t.sk. pastaigu biežumu, izstrādā bērnudārza vadītājs savos iekšējās kārtības noteikumos, vēlams sadarbībā ar ārstniecības personas rekomendācijām (piemēram, bērnudārza medmāsu vai pediatru).

Ja pastaigas vai citas aktivitātes bērniem tiek organizētas ārpus bērnudārza teritorijas, tās jānodrošina sakoptā, bērniem drošā un pieejamā teritorijā, turklāt jāievēro arī noteikumi** saistībā ar pirmsskolas vecuma bērnu grupas pārvietošanos ārpus bērnudārza teritorijas.

Par higiēnas prasību ievērošanu*, t.sk. pastaigām svaigā gaisā, ir atbildīgs pakalpojuma sniedzējs. Šajos noteikumos ir iekļauta maksimālā zemākā gaisa temperatūra, pie kuras drīkst organizēt pastaigas svaigā gaisā bērniem, kas jaunāki par trīs gadiem. Tādēļ minēto jautājumu par pastaigu organizēšanu bērniem, kas vecāki par trīs gadiem, vecākiem vēlams pārrunāt ar grupiņas audzinātāju, kā arī konkrētā bērnudārza vadību un censties rast risinājumu, kas apmierinātu lielāko daļu bērnu vecākus. Bērnudārzam pastāv iespēja minēto kārtību noteikt arī savos iekšējās kārtības noteikumos. Jebkurā gadījumā ir jāseko līdzi laika apstākļiem (temperatūras sajūtu līmenis ir atkarīgs no gaisa mitruma, vēja virziena un stipruma, atmosfēras spiediena), bērnu pašsajūtai, kā arī, lai bērniem būtu atbilstošs apģērbs.

** Ministru kabineta 17.09.2013. noteikumu [Nr.890](#) „Higiēnas prasības bērnu uzraudzības pakalpojuma sniedzējiem un izglītības iestādēm, kas īsteno pirmsskolas izglītības programmu” 4.p., 8.-12.p., 17.p.*

*** Ministru kabineta 24.11.2009. noteikumu [Nr.1338](#) „Kārtība, kādā nodrošināma izglītojamo drošība izglītības iestādēs un to organizētajos pasākumos” V. nodaļa*

Noteikumos* ir iekļauta prasība minimālai gaisa temperatūrai telpās, kurās uzturas bērni, bet maksimālā pieļaujamā gaisa temperatūras robeža telpās nav atrunāta. Minimālā pieļaujamā gaisa temperatūra telpās, kurās uzturas bērni līdz 3 gadu vecumam, ir 20 C, bet telpās, kurās uzturas bērni virs 3 gadu vecuma ir 18C.

Telpas temperatūru ietekmē tās platība, bērnu skaits un ventilācija. Par optimālu (komforta zonas) gaisa temperatūru grupas un guļamtelpā var uzskatīt 20–22 C. Pastāv iespēja samazināt gaisa temperatūru telpās, regulējot apkures sistēmu, kā arī nodrošinot efektīvu un regulāru telpu vēdināšanu vai ventilāciju.

Saskaņā ar drošības un veselības aizsardzības prasībām darba vietās (t.sk. audzinātājiem bērnudārzā) rekomendējošā gaisa temperatūra darba vietā gada aukstajā periodā ir no 19.0-25.0C, bet gada siltajā periodā no 20.0–28.0C. Darba aizsardzības prasību noteikumu ievērošanu uzrauga Valsts darba inspekcija. Veselības inspekcija rekomendē izvietot termometrus visās telpās, kurās uzturas bērni, lai varētu uzraudzīt iekštelpu gaisa temperatūras atbilstību.

Bērnudārza telpas regulāri vēdina, atverot logus vai izmantojot gaisa kondicionēšanas vai ventilācijas iekārtas. Pakalpojuma sniedzējs katru dienu nodrošina regulāru telpu vēdināšanu, tajā skaitā pirms bērnu ierašanās un pēc bērnu došanās prom no bērnudārza, kā arī bērnu uzraudzības laikā, kad bērni neatrodas telpās.

Bērnudārza grupu telpas vēdina, ievērojot to lietošanas ritmu un dienas režīmu, piemēram, ģērbtuves var vēdināt pēc bērnu uzņemšanas grupā, pastaigas laikā vai bērnu gulēšanas laikā. Grupas telpu un tualetes telpu var vēdināt pastaigas laikā un bērnu gulēšanas laikā. Ja grupas telpa apvienota ar guļamtelpu, izmanto laiku, kad nodarbības notiek ārpus grupas. Izvēdinot telpu, tiek nodrošināta gāzu apmaiņa un tiek papildināti skābekļa krājumi telpā, kā arī tiek izvadīts liekais mitrums. Nevēdinātās telpās savairojas arī dažādas baktērijas un vīrusi, kas pastiprina saslimšanas iespēju.

Gada aukstajā periodā nav pieļaujama telpu vēdināšana bērnu klātbūtnē, jo gaisa temperatūra telpās strauji pazeminās. Nav pieļaujama arī situācija, ja biežas telpu vēdināšanas dēļ bērni regulāri uzturas aukstās telpās vai caurvējā, kā rezultātā var tikt apdraudēta bērnu veselība.

** Ministru kabineta 17.09.2013. noteikumu [Nr.890](#) „Higiēnas prasības bērnu uzraudzības pakalpojuma sniedzējiem un izglītības iestādēm, kas īsteno pirmsskolas izglītības programmu” 49.,50.p.*

*** Ministru kabineta 28.04.2009. noteikumi [Nr.359](#) „Darba aizsardzības prasības darba vietās” 1.pielikums*

Noteikumos* ir iekļauta prasība minimālajai gaisa temperatūrai dažādās skolas telpās, bet maksimālā pieļaujamā gaisa temperatūras robeža nav atrunāta. Pieļaujamā minimālā gaisa temperatūra mācību telpās ir 18 C, sporta zālē – 16 C, bet dušas telpā – 20 C. Par minēto noteikumu ievērošanu atbildīgs ir skolas direktors.

Telpas temperatūru ietekmē tās platība, skolēnu skaits un ventilācija. Pastāv iespēja samazināt (vai paaugstināt) gaisa temperatūru telpās, regulējot apkures sistēmu, kā arī nodrošinot efektīvu un regulāru telpu vēdināšanu vai ventilāciju.

Saskaņā ar drošības un veselības aizsardzības prasībām darba vietās (t.sk. skolotājiem skolā) rekomendējošā gaisa temperatūra darba vietā gada aukstajā periodā ir no 19.0-25.0 C, bet gada siltajā periodā no 20.0–28.0C. Darba aizsardzības prasību noteikumu ievērošanu uzrauga Valsts darba inspekcija.

Nepietiekami vēdinātās telpās skolēniem (un skolotājiem) var rasties sūdzības par nogurumu, galvassāpēm un grūtībām koncentrēties. Lai nodrošinātu gāzu apmaiņu un papildinātu skābekļa krājumus telpā, noteikumos ir noteikts, ka telpas, kurās nav ierīkota mehāniskā ventilācija, regulāri vēdina. Mācību telpas vēdina 10 min (ziemā – 5 min) pēc katras mācību stundas, gaitenšus vēdina 10-20 min (ziemā – 5 min) pēc katra starpbrīža. Vēdinot telpas, gaisa temperatūra aukstā laikā strauji pazeminās, tādēļ svarīgi, lai vēdināšanas laikā mācību telpā neatrastos skolēni un tās varētu kārtīgi izvēdināt.

** Ministru kabineta 27.12.2002. noteikumu [Nr.610](#) „Higiēnas prasības izglītības iestādēm, kas īsteno vispārējās pamatizglītības, vispārējās vidējās izglītības, profesionālās pamatizglītības, arodizglītības vai profesionālās vidējās izglītības programmas” 39.p., 40.p., 2.pielikums*

*** Ministru kabineta 28.04.2009. noteikumi [Nr.359](#) „Darba aizsardzības prasības darba vietās” 1.pielikums*

Kāda ir minimālā telpu platība bērnudārzā?



Veselības inspekcija skaidro, ka pirmsskolas izglītības iestādei (un tās dibinātājam), uzņemot bērnus, ir jāievēro gan higiēnas prasības*, gan jāizvērtē iespējas kvalitatīvi īstenot pirmsskolas izglītības programmu. No epidemioloģiskās drošības un higiēnas viedokļa ir svarīgi nodrošināt atbilstošu platību katram pirmsskolas izglītības iestādes bērnam, lai būtu pietiekama gaisa cirkulācija telpās, samazinātos infekciju slimību izplatības risks un traumatisma iespējamība. Tādēļ prasība nodrošināt noteiktu telpu minimālo platību vienam bērnam būs obligāta visām pirmsskolas izglītības un bērnu uzraudzības iestādēm izglītības iestādēm, kas ir izveidotas pēc 2020.gada 1.janvāra (ņemot vērā, ka jaunu pirmsskolas izglītības grupu veidošana un tajās uzņemamo bērnu skaita plānošana notiek katra gada janvārī), lai pakalpojuma sniedzēji varētu izvērtēt savas iespējas uzņemt bērnu skaitu atbilstoši telpu platībai.

No 2020.gada 1.janvāra minimālai telpas platībai vienam bērnam vecākam par trim gadiem jābūt 3.0 m² grupas telpā un 2.0 m² guļamtelpā.

Lai gan prasība par telpu minimālo platību uz vienu bērnu būs spēkā tikai no 2020.gada 1.janvāra, noteiktās prasības ievērošana iespējami drīzākā laika posmā būtu ļoti pozitīvs solis un uzskatāms par bērna pilnvērtīgas attīstības veicinošu apstākli. Jāņem gan vērā fakts, ka bērni bieži slimo, līdz ar to bērnu skaits grupiņā bieži var būt mazāks nekā paredzēts.

Ja bērnu skaits konkrētajā pirmsskolas izglītības iestādē traucē kvalitatīvi īstenot pirmsskolas izglītības programmu, Jums ir tiesības vērsties pie pirmsskolas izglītības iestādes dibinātāja vai Izglītības kvalitātes valsts dienestā, savukārt par higiēnas prasību pārkāpumiem pirmsskolas izglītības vai bērnu uzraudzības iestādē – Veselības inspekcijā.

** Ministru kabineta 17.09.2013. noteikumu [Nr.890](#) „Higiēnas prasības bērnu uzraudzības pakalpojuma sniedzējiem un izglītības iestādēm, kas īsteno pirmsskolas izglītības programmu” 19.p., 63.p.*

Kāds ir pieļaujamais bērnu skolas somu svars un vai tiek veiktas skolas somu smaguma pārbaudes?



Saskaņā ar noteikumiem* izglītības iestāde „veicina iespēju izglītojamajiem glabāt ikdienā nepieciešamās lietas iestādē, lai netiktu pārsniegts izglītojamā somas piepildījuma svars, kas atbilst maksimālajām pārnēsājamo priekšmetu smaguma normām attiecīgajā vecuma grupā”. Taču minētie noteikumi nenosaka sīkākus šīs prasības izpildes veidus, piemēram, vai tiem jābūt plauktiem klases telpā vai slēdzamiem skapīšiem gaitenī. Tas paliek katras skolas ziņā, kā arī tas, vai skolas konkrētu klašu pedagogi veicina šo iespēju izmantošanu, piemēram, motivējot skolēnus atstāt skapīšos vai plauktos savus mācību materiālus. Tāpat skolas uzdevums ir plānot mācību grafiku tā, lai, piemēram, vienā dienā nav vairākas stundas, kur visās nepieciešamas grāmatas. Par minēto noteikumu ievērošanu atbildīgs ir skolas direktors.

Veselības inspekcija, veicot kontroles skolās, bērnu somas nesver, turklāt Veselības inspekcijai nav tiesību bez vecāku piekrišanas pārbaudīt bērnu skolas somu saturu, ja tiktu konstatēts, ka somas svars pārsniedz normu. Kontroles laikā Veselības inspekcija pārbauda, vai skolā bērniem tiek nodrošināta iespēja uzglabāt vismaz daļu mācību piederumu, lai netiktu pārsniegts noteikumos* atrunātais somas piepildījuma svars un, pārbaudes laikā arī var konstatēt, vai plauktos vispār ir novietoti mācību līdzekļi jeb tie ir tukši.

Jautājuma risināšanai Veselības inspekcija primāri aicina vērsties pie klases audzinātāja un skolas direktora. Procesus izglītības iestādē var ietekmēt arī paši vecāki, iesaistoties izglītības iestādes padomē (Izglītības likuma 31.pants).

Papildu ieteikumi skolas somas svara samazināšanai:

1. Piemeklēt vieglāku skolas somu (tukša soma sver ne vairāk par 1 kg), bet noteikti uz abiem pleciem nēsājama ar regulējamām bērna augumam piemērota platuma (vismaz 5 cm) polsterētām plecu siksnām un stingru mugurpuses daļu, kā arī ievērojot bērna auguma un somas ārējo izmēru atbilstību (somas sānu un augšējās malas nesniedzas tālāk par

bērna ķermeņa aprisēm). Ieteicama arī savelkoša aukla vai josta, kas palīdz pārnest un noturēt somas svaru tuvāk mugurai. Citas somas ergonomiskās īpašības (piemēram, tā sauktajām ortopēdiskajām somām) ir noderīgas, bet jāvērtē, vai soma līdz ar to nav smagāka;

2. Pielaikojot jaunu somu, svarīgi, ka bērns jūtas ērti un somas mugurējā daļa stingri pieguļ bērna mugurkaulam un sniedzas līdz gurnu līnijai (ne zemāk). Ja soma stingri pieguļ mugurai un ir augumam piemērota izmēra un noregulētām siksnām, tad arī pa reizei nedaudz smagāka skolas soma neradīs bērnam problēmas. Pareizi piemeklēta soma palīdzēs bērnam muguru noturēt taisni;
3. Pārlicināties, vai somā nav liek priekšmeti – dažādas rotaļlietas, spēļu ierīces, nevajadzīgi daudz rakstāmpiederumu, liekas uzkodas un dzērieni liela tilpuma pudelēs, un citas lietas, kas sevišķi raksturīgi sākumskolas audzēkņiem;
4. Pārlicināties par sava bērna skolas somas saturu ikdienā, ja iespējams somu nosverot, ņemot vērā stundu sarakstu, piemēram, somā saliktas tikai konkrētajai dienai vajadzīgās darba burtnīcas un grāmatas un somā nav skolas piederumi pēc principa: man viss vienmēr ir līdzī;
5. Iepazīties un pārlicināties par skolas piedāvātajām iespējām glabāt mācībām nepieciešamo, kā arī, piemēram, maiņas apavus uz vietas, jo skolēns var apgalvot, ka skolā neļauj neko atstāt, bet reāli šādas iespējas skola piedāvā, tikai skolēni dažādu iemeslu dēļ to nevēlas izmantot;
6. Risināt skolas lietu glabāšanas jautājumu vai dubulto grāmatu komplekta nodrošināšanu tieši pie klases audzinātāja un skolas vadītāja;
7. Kopīgi ar bērnu kārtot somu un arī skolā, ja nepieciešams, palīdzēt bērnam rūpēties par skolas piederumu glabāšanu, īpaši uzsākot skolas gaitas;
8. Gadījumā, ja jānes papildu piederumi, kas nepieciešami ārpusskolas nodarbībām, piemēram, sporta treniņiem, mākslas un mūzikas nodarbībām u.tml., kopīgi ar bērnu noskaidrot, vai nepieciešamās lietas ir iespējams glabāt attiecīgo iestāžu telpās šim mērķim paredzētās drošās vietās. Ja šādas iespējas nav, ārpusstundu lietas ieteicams ievietot atsevišķā vieglā somiņā un nest abās rokās, tuvinot nesamo viduklim, tādejādi sadalot nesamā svaru un ievērojot simetriju.

** Ministru kabineta 27.12.2002. noteikumu Nr.610 „Higiēnas prasības izglītības iestādēm, kas īsteno vispārējās pamatizglītības, vispārējās vidējās izglītības, profesionālās pamatizglītības, arodizglītības vai profesionālās vidējās izglītības programmas” 7.p.*

Vai bērniem ir jāguļ diendusa bērnudārzā un kādas ir prasības gultām? ▼

Bērnudārzā dienas režīmu nosaka atbilstoši bērnu vecumam un attīstībai, taču nav izstrādāti tādi normatīvie akti, kas obligāti noteiktu bērniem gulēt diendusu, t.sk. gulēšanas ilgumam un biežumam. Miega ilgums diennaktī bērniem vecumā no 3-5 gadiem tiek rekomendēts aptuveni 11-13 stundas*.

Saskaņā ar higiēnas noteikumiem bērnudārzos** bērniem pēc pusdienām nodrošina atpūtu, kas ir pieļaujama arī kā, piemēram, brīvais laiks vai citas mierīgas aktivitātes, ne tikai gulēšana. Minētie noteikumi nenosaka kā obligātu prasību bērnu guldināšanai izmantot gultas (izņemot diennakts grupas bērniem). Līdz ar to, nodrošinot bērniem atpūtu pēc pusdienām, ir pieļaujams izmantot arī citu alternatīvu guldināšanas veidu (piemēram, uz grīdas izvietoti vieglas konstrukcijas paliktņi, izklājami matračī) ar piebildi, ja tas nepasliktina bērnu labsajūtu (piemēram, bērni labprāt dodas

atpūsties uz paredzēto guļvietu, ir apmierināti).

Ja bērnudārzs nodrošina guldināšanu un piedāvā gultas veļu, tad pakalpojuma sniedzējs katram bērnam nodrošina individuālu tīru gultas veļas komplektu.

Bērnudārzā ir jānodrošina bērnu lietošanai drošas un no veselībai nekaitīga materiāla izgatavotas mēbeles, kas ir piemērotas bērna ķermeņa īpatnībām, ņemot vērā ergonomikas prasības un principus. Līdz ar to esošajām divstāvu/ augstajām gultām rūpīgi jāizvērtē to lietošana, piemēram, vai bērniem nav pieejami dažāda veida gultu stiprinājumi (eņģes, bultskrūves). Visas gultas malas jānodrošina ar aizsargbarjerām, izņemot iekļuves vietu gultā. Pastiprinātu uzmanību nepieciešams pievērst gultu konstrukcijas izturībai un stabilitātei. Ja bērnu gultas guļvietas pamatnes augstums pārsniedz 600mm, tad ražotājam jānodrošina bērna aizsardzība pret izkrišanas riskiem, nodrošinot gultas ar piemērotām aizsargbarjerām.

Neatbilstošas vai nedrošas bērnu gultas izmantošana var radīt virkni savainošanās risku, sākot no nelieliem līdz pat nopietniem savainojumiem, piemēram, bērns var gūt galvas traumu, izkristot no gultas.

No drošības un higiēnas apsvērumu viedokļa:

- divstāvu un augstās gultas turpmāk nav ieteicams no jauna iegādāties;
- esošajām divstāvu gultām rūpīgi jāizvērtē to lietošana un tajās nedrīkst guldināt bērnus, kas jaunāki par 3 gadiem;
- vairākstāvu, t.sk. divstāvu gultas droši var izmantot bērni, kuri vecāki par 6 gadiem (*LVS EN 747 „Mēbeles. Vairākstāvu un augstās gultas. 1. daļa: Drošuma, stiprības un ilgzturības prasības”*) un šo gultu kāpnēm jābūt stabili piestiprinātām pie gultas;
- vairāku līmeņu sabīdāmām atvilktnu tipa gultām, kur augstākajā stāvā nokļūst ar papildus pieliekama kāpšļa vai soliņa palīdzību, ieteicams guldināt bērnus, kas nav jaunāki par 3 gadiem;
- citu veidu gultām jānodrošina aizsargbarjeras sānu un gala malai pret bērna izkrišanu.

Veselības inspekcija sadarbībā ar Rīgas Stradiņa universitātes aģentūru „Darba drošības un vides veselības institūts” un Patērētāju tiesību aizsardzības centru ir izstrādājusi rekomendācijas izglītības iestāžu un bērnu uzraudzības pakalpojumu vietu mēbelēm. Vadlīnijas paredzētas, lai sniegtu atbalstu bērniem drošu un ergonomikas principiem atbilstošu mēbeļu nodrošināšanā. Ar vadlīnijām variet iepazīties [šeit](#).

* ASV “Nacionālā Miega fonda” rekomendācijas

** Ministru kabineta 17.09.2013. noteikumu [Nr.890](#) „Higiēnas prasības bērnu uzraudzības pakalpojuma sniedzējiem un izglītības iestādēm, kas īsteno pirmsskolas izglītības programmu”10.p., 25.p., 27.p., 32.p.

Vai bērnudārzā drīkst uzņemt saslimušus bērnus?



Saskaņā ar noteikumiem*, pakalpojuma sniedzējs bērnudārzā nedrīkst uzņemt bērnus ar infekcijas slimību pazīmēm, izņemot, ja ir iespējas nodrošināt slimā bērna izolāciju atsevišķā telpā ar nepārtrauktu ārstniecības personas uzraudzību. Pakalpojuma sniedzējam ir jāizstrādā arī iekšējās kārtības noteikumi, kuros atrunāts, kā iestāde un bērna vecāki rīkojas bērna infekcijas slimību gadījumos. Ar šiem noteikumiem ir jāiepazīstina bērnu vecāki.

Bērnu ar acīmredzamām slimības pazīmēm nav jāved uz pakalpojuma sniegšanas vietu, tādēļ vecākiem, konstatējot bērnam veselības traucējumus, ir jāsazinās ar ģimenes ārstu (pediatru).

Tomēr jāņem vērā, ka bērna veselības stāvokli nenosaka tikai viena slimības pazīme. Ir jāņem vērā arī citi slimības simptomi un bērna pašsajūta kopumā. Dažus infekcijas slimību simptomus var izvērtēt tikai ārsts, piemēram, klepus un iesnas vienā gadījumā var būt kā infekcijas slimības simptoms, bet citā gadījumā kā alerģijas izpausme. Šādos gadījumos tikai ārsts var novērtēt bērna veselības stāvokli un noteikt drīkst vai nedrīkst bērns apmeklēt bērnudārzu.

** Ministru kabineta 17.09.2013. noteikumu [Nr.890](#) „Higiēnas prasības bērnu uzraudzības pakalpojuma sniedzējiem un izglītības iestādēm, kas īsteno pirmsskolas izglītības programmu” 13.p., 15.p.*

Kādos gadījumos bērnudārzā ir jāiesniedz izziņa par bērna veselības stāvokli?



Saskaņā ar noteikumiem, ja bērns nav apmeklējis bērnudārzu infekcijas slimību pazīmju dēļ vai bērns ir slimojis ar infekcijas slimību, ir nepieciešama ģimenes ārsta(pediatra) izziņa par bērna veselības stāvokli un (ja nepieciešams), rekomendācijām turpmākai bērna aprūpei pakalpojuma laikā.

Bērnam atgriežoties bērnudārzā pēc prombūtnes, kas nav saistīta ar slimošanu, ģimenes ārsta izziņa par bērna veselības stāvokli saskaņā ar minētajiem noteikumiem nav nepieciešama.

Atbildība par bērna veselības stāvokli ir jāuzņemas vecākiem un, ja pakalpojuma sniedzējam nav pamatotu aizdomu, ka bērns būtu slimojis ar infekcijas slimību, ģimenes ārsta izziņa nav nepieciešama.

Tomēr bērnudārzam pastāv iespēja noteikt savos iekšējās kārtības noteikumos rīcības politiku gadījumos, kad bērns atgriežas bērnudārzā pēc ilgstošas prombūtnes un citās situācijās. Bērnudārzam ir jānodrošina bērnu vecāku iepazīstināšana ar saviem iekšējās kārtības noteikumiem.

** Ministru kabineta 17.09.2013. noteikumu [Nr.890](#) „Higiēnas prasības bērnu uzraudzības pakalpojuma sniedzējiem un izglītības iestādēm, kas īsteno pirmsskolas izglītības programmu” 14.p.*

Saskaņā ar noteikumiem* bērnudārzā nedrīkst uzņemt bērnus ar pedikulozi. Arī vecākiem nevajadzētu vest uz bērnudārzu saslimušu bērnu, tā novēršot pārējo bērnu saslimšanu. Turklāt bērnudārzā jābūt izstrādātiem iekšējās kārtības noteikumiem, kuros atrunā, kā pakalpojuma sniedzējs un bērna vecāki rīkojas infekcijas slimību un pedikulozes gadījumos. Ja bērns slimojis ar pedikulozi, atgriežoties bērnudārzā, ir jāiesniedz ģimenes ārsta (pediatra) izziņa.

Reizi mācību gadā bērnudārza vadītājam ir jāorganizē bērnu pārbaudes uz pedikulozi (un kašķi)**. Ja diviem vai vairākiem bērniem parādījušās vienādas vai līdzīgas slimību pazīmes, tas var liecināt par infekcijas slimību, kas jau izplatās kolektīvā. Bērnudārzam ir jāinformē vecāki, ja iestādē tiek konstatēta pedikuloze (vai infekcijas slimība), saglabājot saslimušā konfidencialitāti***.

Pedikulozes gadījumā fizisks kontakts starp cilvēkiem ir biežākais utu izplatīšanās veids. Nedrīkst lietot citu cilvēku ķemmes cepures, šalles, dvieļus vai spilvendrānas, ja ir aizdomas par pedikulozi.

Svarīgi, lai telpas regulāri tiktu tīrītas (ne retāk kā divas reizes dienā). Piemēram, galvas utis uz apģērba, paklāja vai gultas piederumiem var izdzīvot no 2 līdz pat 10 dienām. To oliņas var izdzīvot vairāk nekā 2 nedēļas. Savukārt spališu olas ļoti viegli izplatās uz apkārtējiem priekšmetiem – grīdas, galdiem, palodzēm, durvju rokturiem utt. Ja bērnudārzā ir pedikuloze, rekomendējams virsmu apstrādē izmantot dezinfekcijas līdzekļus.

Attiecībā un telpu un iekārtu uzkopšanu, visu, kas iztur mazgāšanu veļas mašīnā, mazgāt augstā temperatūrā vismaz (60°C) – gultas veļu, dvieļus un drēbes. Papildu pēc mazgāšanas var izmantot arī žāvētāju (karstā gaisa ciklu). Rotaļlietas, kuras var, mazgā veļas mašīnā vai ievieto žāvētājā uz 15-20 min. Piederumus, kurus nevar mazgāt, tīra ķīmiskajā tīrītavā. Priekšmetu ievietošana noslēgtā plastmasas maisā uz 2 nedēļām arī iznīcina utis. Ķemmes var mērcēt karstā ūdenī 5-10 min (virs $\geq 55^{\circ}\text{C}$).

Tepiķu, grīdas un mīksto mēbeļu apstrādei pietiekoši ir veikt rūpīgu apstrādi ar putekļu sūcēju. Dažādu ķīmisku vielu un dezinfekcijas līdzekļu lietošana šo virsmu apstrādei nav ieteicama, jo šo līdzekļu lietošana rada nopietnus veselības draudus, turklāt utis bez cilvēka nevar izdzīvot vairāk par 1 – 2 dienām.

* Ministru kabineta 17.09.2013. noteikumi [Nr.890](#) „Higiēnas prasības bērnu uzraudzības pakalpojuma sniedzējiem un izglītības iestādēm, kas īsteno pirmsskolas izglītības programmu” 13.-15.p.

** Ministru kabineta 23.03.2010. noteikumi [Nr.277](#) „Kārtība, kādā nodrošināma izglītojamo profilaktiskā veselības aprūpe un pirmās palīdzības pieejamība izglītības iestādēs” 9.9.p.

Izglītības likuma 17.panta 3.daļas 11.punkts paredz, ka pašvaldībām ir jānodrošina izglītojamajiem profilaktisko veselības aprūpi un pirmās palīdzības pieejamību tās padotībā esošajās izglītības iestādēs Ministru kabineta noteiktajā kārtībā.

Savukārt noteikumos*, kas nosaka kādas darbības attiecībā uz pirmsskolas izglītības iestāžu (turpmāk – PII) izglītojamo profilaktisko veselības pārbaudi un pirmās palīdzības pieejamību jānodrošina izglītības iestādes vadītājam, nav atrunātas prasības, ka PII obligāti ir nepieciešams nodrošināt ārstniecības personas vai medmāsas klātbūtni. Līdz ar to, ņemot vērā augstāk minētos normatīvos aktus, medmāsas nodrošināšana PII ir katras pašvaldības un to pārziņā esošo PII vadītāju kompetencē.

PII medmāsa veic profilaktisko darbu* – reizi mācību gadā pārbaudes uz kašķi un pedikulozi, nodrošina antropometrisko mērījumu veikšanu, redzes, dzirdes un stājas pārbaudi, atbilstoši ārstējošā ārsta norādījumiem veic bērnu medicīnisko aprūpi, kam diagnosticēta hroniska saslimšana, traumatisma cēloņu novēršanas kontroli, veselīga uztura principu īstenošanu un kontroli, veic primāros epidēmijas pasākumus, ja konstatētas infekcijas slimības, un citus pasākumus.

** Ministru kabineta 23.03.2010. noteikumi [Nr.277](#) „Kārtība, kādā nodrošināma izglītojamo profilaktiskā veselības aprūpe un pirmās palīdzības pieejamība izglītības iestādēs”*

Saskaņā ar noteikumiem* pirmās medicīniskās palīdzības aptieciņas saturam jāatbilst pirmās palīdzības medicīnisko materiālu minimumam. Izglītības iestādes vadītājs, konsultējoties ar ārstniecības personu, pirmās palīdzības sniegšanai paredzēto aptieciņu var papildināt arī ar bezrecepšu medikamentiem.

Noteikumos par pirmās palīdzības aptieciņas medicīnisko materiālu minimumu ir norādīts šāds pirmās palīdzības aptieciņas saturs:

1. Vienreiz lietojami cimdi iepakojumā – 2 pāri
2. Spraužamادات – 4
3. Šķēres (10–14 cm) ar noapaļotiem galiem – 1
4. Mākslīgās elpināšanas maska ar vienvirziena gaisa vārstuli iepakojumā – 1
5. Trīsstūrveida pārsējs (96 x 96 x 136 cm) iepakojumā – 2
6. Leikoplasts (2–3 cm) spolē – 1
7. Brūču plāksteri (dažādu izmēru) sterilā iepakojumā – 15
8. Tīklveida pārsējs Nr.3 (40 cm) – 3
9. Marles saites (4 x 0,1 m) sterilā iepakojumā – 4
10. Marles saites (4 x 0,05 m) sterilā iepakojumā – 2
11. Pārsienamās paketes sterilā iepakojumā – 2
12. Marles komplekts (600 x 800 mm) sterilā iepakojumā – 1
13. Marles komprese (400 x 600 mm) sterilā iepakojumā – 1
14. Marles komprese (100 x 100 mm) sterilā iepakojumā – 5
15. Folijas sega (viena puse metalizēta, otra – spilgtā krāsā) iepakojumā – 1
16. Medicīnisko materiālu saraksts valsts valodā – 1

Ja aptiekā nopērkamās pirmās palīdzības aptieciņas saturs atbilst augstāk minētajam, to var iegādāties vai arī izveidot aptieciņu pašiem, nodrošinot tās saturu atbilstoši noteikumu** prasībām.

* *Ministru kabineta 23.03.2010. noteikumu Nr.277 „Kārtība, kādā nodrošināma izglītojamo profilaktiskā veselības aprūpe un pirmās palīdzības pieejamība izglītības iestādēs” 5.p.*

** *Ministru kabineta 03.08.2010. noteikumi Nr.713 „Noteikumi par kārtību, kādā nodrošina apmācību pirmās palīdzības sniegšanā, un pirmās palīdzības aptieciņas medicīnisko materiālu minimumu”*

<https://www.vi.gov.lv/lv/higienas-prasibas-izglitiba-iestades-jautajumi-un-atbildes>