

Комиссия по делам
несовершеннолетних администрации
Центрального района г.Гомеля



**Памятка для родителей
по профилактике
синдрома внезапной
смерти у младенцев**

Гомель 2020

Уважаемые родители!

Комиссия по делам несовершеннолетних администрации Центрального района г.Гомеля обеспокоена ростом числа случаев синдрома внезапной смерти у младенцев. Данный синдром занимает одно из первых мест среди причин младенческой смертности и приводит к сильнейшим психологическим проблемам у пострадавших родителей. Синдром внезапной смерти, как правило, наступает во сне, без предшествующих болезней, тяжелых травм и вообще без видимых причин.

* Используйте для сна только детскую кроватку!

* Оптимальное расстояние между рейками кроватки – 6-7 см. В детской кроватке не должно быть никаких вещей (мягкие игрушки, мягкие бортики, пеленки, балдахин и др.), матрас должен соответствовать кровати. Пользуйтесь простыней на резинке. При подъеме боковых перил фиксируйте их защелками.

* Не пользуйтесь подушками и одеялами для детей младше 12 месяцев. Используйте спальные мешки для сна.

* Не кладите ребенка спать под прямыми лучами солнца, вблизи отопительных приборов и других источников тепла. Не пользуйтесь грелками.

* Оптимальная температура в комнате у ребенка 18-22°C.
Перегрев для ребёнка очень опасен!

* Не кладите ребенка на бескаркасное кресло, подушку или другие мягкие поверхности, которые могут привести к удушью ребенка.

* Перед засыпанием кладите ребенка на спину.

* Не используйте чепчики и шапочками с завязками.

* Снимите шнурки с одежды. Не надевайте на детей ожерелья, кольца или браслеты.

* Кормите ребенка из бутылочки только у вас на руках.

* Избегайте тугого пеленания ребенка.

* Не курите в помещении, где находится ребенок!

* Естественное вскармливание является эффективным профилактическим мероприятием от синдрома внезапной смерти у младенцев, поэтому стремитесь сохранить его максимально.

* Прививайте детей в соответствии с Национальным календарем.

Берегите своих детей!