

## Памятка « Профилактика синдрома внезапной смерти у ребенка первого года жизни»

\*Ребенок должен спать на спине, так как практически все синдромы внезапной смерти младенца приходились на спавших на животе детей.

\*Очень важно следить за температурой малыша и окружающего его воздуха. Сон ребенка должен быть в прохладной проветренной комнате, с температурой в помещении 20-22 градуса. Спать ребенок должен в своей кроватке, в комфортной одежде (хлопчатобумажной, избегать завязок, тесемок) и укрыт легким одеялом. Возле кровати ребенка не должно быть электроприборов.

\*В кровати новорожденного не должно быть мягких игрушек и вещей, подушек. Отсутствие этих предметов исключает удушье малыша. Следует использовать жесткий, пригнанный матрас.

\*Головка ребенка должна быть открыта во время сна.

\*Избегайте воздействия на ребенка резких запахов, звуков, громкой музыки, световых раздражителей, особенно во время сна.

\*Оградите малыша от табачного дыма. В комнате, где находится ребенок, курить нельзя ни в коем случае.

\*Не стоит оставлять ребёнка без присмотра на диване, столе.

\*Не пеленайте ребенка слишком туго, используйте ползунки вместо пеленок.

\*Сохраните грудное вскармливание без ночного перерыва хотя бы в первые полгода жизни малыша. У детей, вскармливаемых грудью, риск синдрома внезапной смерти в три раза ниже, чем у «искусственников».

\* Знайте о «тревожных» симптомах:

Ребенок дает кратковременные остановки дыхания, поперхивается, «сопит», «храпит», «хрюкает», кричит «до посинения», внезапно бледнеет.

При возникновении следующих угрожающих для ребенка состояниях важно немедленно обратиться за медицинской помощью:

- 1.ребенок плохо сосет грудь,
- 2.у ребенка появляются судороги,
- 3.нарушение дыхания (частое или затрудненное),
4. пониженная или повышенная температура тела,
- 5.пупочная ранка покраснела или появились гнойные выделения,
- 6.малыш вялый или слишком возбужденный,
7. рвота или жидкий стул.

В некоторых случаях врач назначит медикаментозное лечение. Пусть ваш малыш родится желанным и любимым! Соблюдение этих несложных правил, внимательность и бережное отношение к новой жизни поможет вам в полной мере почувствовать радость быть родителями

Дата проведения беседы:

Беседу провел:

Законный представитель ребенка: