

НЕ ОСТАВЛЯЙТЕ ДЕТЕЙ БЕЗ ПРИСМОТРА!

(памятка для родителей)

Внешние причины (не связанные с состоянием здоровья) составляют до 30-35% от всех причин детской смертности. Риск



внезапной смерти в кроватке максимален у детей в возрасте 2-4 месяцев. **Удушье** ребенка происходит зачастую при нахождении ребёнка в одной постели с матерью, а также при вдыхании ребенком отработанного воздуха с высоким содержанием углекислого газа в результате курения родителей. Другая причина смерти детей до года - **аспирация** - попадание в дыхательные пути инородного тела при вдохе (молоко, молочная смесь, кусочки пищи, содержимое желудка), что происходит при неправильном положении ребенка во время кормления и при обильном срыгивании.

Рекомендации для молодых мам:

обеспечить малышу безопасную среду и исключить факторы риска!

- Удерживать малыша у груди не более 20 минут; не закрывать грудью матери носовые ходы во время кормления ребенка.
- Кормить ребенка грудью и продолжать естественное вскармливание, особенно в первые 6 месяцев жизни, что укрепляет иммунную систему и снижает риск внезапной смерти ребенка. Не следует перекармливать детей. Питательная смесь должна быть теплой, но не холодной или горячей, чтобы не вызвать спазм.
- При кормлении из бутылочки следить, чтобы горлышко бутылочки и соска постоянно были заполнены смесью и не содержали воздух.
- Подержать ребенка после кормления «столбиком», прижав вертикально к себе 2-3 минуты, для отхождения воздуха, попавшего при кормлении в желудок.
- Укладывать ребенка первых месяцев жизни на бок, чтобы в случае срыгивания желудочное содержимое не попало в дыхательные пути.
- Не укладывать ребенка на живот для сна пока он сам не начнет активно переворачиваться.
- Не допускать укладывания ребенка в постель для сна вместе с собой.
- Не укладывать ребенка в кроватку с мягкими одеялами, периной мягкими игрушками; подушка должна быть плоской, не более 3 см толщиной.
- Избавиться от никотиновой зависимости: пассивное вдыхание табачного дыма приводит к внезапной смерти ребенка во сне.
- Не допускать перегревания или переохлаждения ребенка, что может оказать неблагоприятное влияние на дыхательную и сердечную деятельность.
- Не практиковать тугое пеленание, которое может вызвать перегрев малыша и ограничить его двигательную активность.
- Обеспечить постоянную оптимальную (23-24 гр.С) температуру в помещении для пребывания ребенка.
- Категорически запрещается встряхивание новорожденного при играх, закачивании и т.п., чтобы не повредить тонкие сосуды головного мозга.
- Не уклоняться от вакцинации: она защищает младенца от множества серьезных проблем, при отсутствии медицинских противопоказаний ребенок должен быть привит.

При возникновении критических ситуаций, угрожающих жизни ребенка, немедленно обращайтесь за медицинской помощью!