



МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ



ГБПОУ «СВЕРДЛОВСКИЙ ОБЛАСТНОЙ
МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ»



РЕГИОНАЛЬНЫЙ ЦЕНТР ОХРАНЫ ЗДОРОВЬЯ
ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ

ПРОФИЛАКТИКА СИНДРОМА ВНЕЗАПНОЙ СМЕРТИ ГРУДНОГО РЕБЕНКА

Синдром внезапной младенческой смерти – это внезапная смерть ребенка первого года жизни, при которой нет клинического и патологоанатомического её объяснения.

Не оставляйте младенца без присмотра

Не оставляйте старших детей одних около грудного ребенка

Не кладите ребенка в одну кровать с собой и/или старшими детьми;

Поставьте детскую кроватку в свою спальню;

Для сна младенца используйте плотный матрас без подушки, укрывайте легким детским одеялом;

Уберите из детской кроватки подушки, мягкие игрушки и т.п.;

Покупайте детское постельное белье и одежду без завязочек, тесемочек и т.п.

Не пеленайте ребенка туго

Во время сна укладывайте ребенка на спину, голову поворачивайте на бок

Оберегайте сон ребенка от раздражителей: резких звуков, света, запахов

Оптимальная температура воздуха в спальне +20-22°C. Не используйте вблизи детской кроватки обогревательные приборы

**Не допускайте курения в квартире, где проживает маленький ребенок.
Дети курящих матерей в 5 раз чаще подвержены риску внезапной смерти**

Не занимайтесь самолечением! При любых признаках заболевания обращайтесь за медицинской помощью

**Грудное вскармливание ребенка уменьшает риск внезапной смерти на 36%.
Грудное молоко защищает малыша от инфекционных болезней, обеспечивает гармоничный рост и нервно-психическое развитие.**

Участковый педиатр _____
(ФИО, подпись)

Родитель / законный представитель _____
(ФИО, подпись)