

Другие меры, которые вы можете предпринять, чтобы обеспечить безопасность младенца:

- ◆ в первый год жизни ребенка давать ему пустышку во время тихого часа и сна; младенцам, которых кормят грудью, следует давать пустышку после того, как ими исполнится месяц, чтобы убедиться, что кормление грудью протекает хорошо;
- ◆ убедиться, что никто не курит в доме и поблизости от ребенка;
- ◆ избегать использования товаров, рекламируемых как товары, удерживающие ребенка в «безопасном» положении: большинство из них не было проверено на предмет безопасности, а некоторые могут даже увеличить опасность того, что ребенку будет нанесено повреждение;
- ◆ когда ребенок не спит, укладывайте его на животик, не оставляя его в это время без присмотра: это помогает развитию его мышц и снижает вероятность деформации формы головы.
- ◆ Поделившись этой информацией о «безопасном сне» со всеми, кто ухаживает за младенцами.



За дополнительной информацией о том, как обеспечить безопасность младенца во время сна, обращайтесь:

Офис штата Нью-Йорк по оказанию помощи детям и семьям (New York State Office of Children & Family Services)
800.345.KIDS (54377)
www.ocfs.state.ny.us

Департамент здравоохранения штата Нью-Йорк (New York State Department of Health)
www.nyhealth.gov

Горячая линия «Раста здоровым» (Growing Up Healthy Hotline)
800.522.5006

Информационный центр по вопросам профилактики (PRIS) и служба помощи родителям (Prevention Information Resource Center and Parent Helpline)
800.342.PRIS (74722)

Центр штата Нью-Йорк по вопросам синдрома внезапной смерти младенцев (New York State Center for Sudden Infant Death)
800.336.7437



Штат Нью-Йорк
Офис штата Нью-Йорк по оказанию помощи детям и семьям
www.ocfs.state.ny.us

“...заботимся о благополучии и безопасности наших детей, семей и общин...”

Pub. 5002-RU (Rev. 08/08)

Как обеспечить безопасность младенца во время сна



Вы нужны ребенку, когда он просыпается
и когда он засыпает.



Как обеспечить большую безопасность младенца во время сна

Как человек, ухаживающий за ребенком, вы хорошо знаете, насколько важна его безопасность. Вы нужны ребенку, когда он просыпается и когда засыпает.

Каждый год в штате Нью-Йорк определенное число младенцев умирает во сне из-за небезопасной окружающей обстановки. Вы можете понизить вероятность угрожающей ребенку опасности, если будете предпринимать несколько простых мер предосторожности каждый раз, когда вы укладываете его спать.

Во-первых, вам следует подумать о том, чтобы поставить кроватку ребенка рядом с вашей кроватью. Если вы спите рядом с ребенком, вам легче ухаживать за ним и удобнее кормить его грудью.



Дети находятся в большей безопасности, когда они спят:

- ◆ на спине;
- ◆ одни в кроватке со спинками и боковинами;
- ◆ на жестком матрасе;
- ◆ без каких-либо мягких предметов (таких как подушки, одеяла или мягкие игрушки);
- ◆ в легкой пижаме в помещении, температура воздуха которого устраивает взрослого человека, одетого в легкую одежду.



Безопасность детей под угрозой, когда они спят:

- ◆ на животике или на боку;
- ◆ на подушке, водяном матрасе, воздушном матрасе, кресле-мешке и на других мягких поверхностях;
- ◆ на мягком стуле, в глубоком кресле или на диване (голова ребенка может застрять между диванными подушками);
- ◆ под одеялом (вместо одеяла лучше использовать легкую одежду, например, пижаму-комбинезон);
- ◆ с другим ребенком;
- ◆ со взрослым, который:
 - чрезмерно устал,
 - принимает лекарства, которые могут вызвать сонливость,
 - употреблял алкоголь или принимает наркотики,
 - страдает ожирением.

Такие ситуации могут представлять опасность для ребенка. Ребенок может задохнуться, перегреться или скатиться и нанести себе серьезное повреждение.