

# Рекомендации по обеспечению

## Б Е З О П А С Н О Г О С Н А

### новорожденного

- Всегда укладывайте ребенка на спину для дневного и ночного сна.
- Укладывайте ребенка на жесткую поверхность, к примеру, на матрас в колыбели, отвечающей требованиям обеспечения безопасности, накрытый облегающей простыней.
- Не пользуйтесь подпорными ограничителями, позиционерами для сна и прочими подобными средствами без рекомендации врача.
- Держите подушки, бутылки, игрушки, кроватные бортики и свobodно разложенное постельное белье вне зоны сна ребенка.
- Не спите с ребенком в кровати, на кресле или на диване – укладывайте ребенка в детскую кроватку.
- Организация зоны сна ребенка в комнате, в которой спите вы, снижает риск синдрома внезапной смерти (SIDS) и вероятность возникновения иных предпосылок для смерти ребенка во сне.
- Соска, которую вы даете ребенку на время дневного и ночного сна, не должна быть на нитке/веревке. Предлагать соску детям на грудном вскармливании можно после первого месяца жизни.
- Поддерживайте ребенка в тепле, но не перегревайте ребенка. Оденьте на ребенка на один слой одежды больше, чем необходимо вам для комфортного самочувствия, и уберите одеяло из кроватки.
- Примите меры для вакцинации и регулярного контроля состояния здоровья ребенка в соответствии с рекомендациями поставщика медицинских услуг. Консультируйтесь с врачом по любым вопросам, относящимся ко сну ребенка.
- Выкладывайте ребенка, который бодрствует или общается с окружающими, на продолжительное время на живот.
- Не курите и не допускайте курения в присутствии ребенка.
- Разместите детскую кроватку подальше от занавесок или штор во избежание удушья несущими шнурами.
- Убедитесь в том, что лица, ухаживающие за ребенком, знают о правилах безопасного сна.

\*Приведенные выше инструкции основаны на рекомендациях Оперативной группы Американской академии педиатрии, специализирующейся в вопросах синдрома внезапной смерти (SIDS).

