

# Профилактика синдрома внезапной смерти грудного ребенка

простые правила ухода смогут снизить риск возникновения синдрома внезапной смерти



Младенец должен находиться под присмотром взрослых



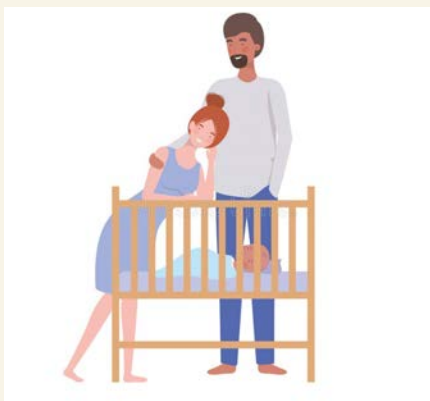
Не оставляйте младенца без присмотра



Используй свободное пеленание



Не используйте тугое пеленание



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



Не кладите ребенка в одну кровать с собой или старшими детьми



Детская кроватка должна стоять в спальне родителей  
Не кладите в кроватку мягкие игрушки, подушки, бортики  
Оптимальная температура воздуха в спальне +20-22 °С



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



Грудное вскармливание уменьшает риск внезапной смерти на 36%



Грудное молоко защищает малыша от инфекционных болезней, обеспечивает гармоничный рост и нервно-психическое развитие

