

## Памятка для родителей по профилактике смертности младенцев от несчастных случаев

Младенческий возраст - период от рождения ребёнка до 1 года - один из наиболее критичных периодов жизни ребенка. Этот период связан с адаптацией ребенка к условиям внешней среды. В организме происходят существенные изменения, особенно они касаются дыхательной, сердечно-сосудистой и нервной системы. В то же время регуляторные функции эндокринной, нервной систем еще недостаточно зрелые и различные внешние факторы могут оказать существенное влияние на организм ребенка. Именно поэтому в первый год жизни регистрируется самое большое количество детских смертей. Младенческая смертность - смертность детей до года, является основным компонентом детской смертности. Выявление патологии и назначение своевременного лечения это прерогатива врачей. Но в последние годы, согласно статистике, участились случаи смерти детей от немедицинских причин, такие как смерть от воздействия внешних факторов, синдром внезапной смерти младенца, смерть от удушья и асфиксии. Синдром внезапной смерти младенца и смерть детей от внешних причин - ведущие причины смерти детей от 1 месяца до 1 года. Синдром внезапной смерти младенца - это не заболевание и не болезненное состояние. Тот факт, что это случается без предупреждения, без каких-либо предпосылок, делает синдром внезапной смерти младенца тяжелым, невыносимым испытанием для родителей. Вот несколько советов для родителей, чтобы избежать синдрома внезапной смерти младенца:

1. Не укладывайте детей до 1-го года жизни спать на живот.
2. В детской кроватке должен быть жесткий матрас, не должно быть подушки, лишних пеленок, одеял.
3. Убрать игрушки из кроватки.
4. Температура в комнате, где находится ребенок, должна быть 22-24 градусов, во время сна и бодрствования ребенок должен быть одет в соответствии с окружающей температурой.
5. Во время сна ребенок должен быть укрыт легким одеялом.
6. Запрещается тугое пеленание.
7. В присутствии грудного ребенка (в комнате, на балконе, на улице) нельзя курить. Мать и отец не должны источать запах табака, алкоголя, парфюмерии. Курение матери во время беременности и кормления грудью, употребление спиртных напитков (даже слабоалкогольных - пиво, тоники и т.д.) может привести к внезапной смерти ребенка.
8. Необходимо избегать воздействия на ребенка резких запахов, звуков, прежде всего во время сна.
9. Не допускать кормление ребенка грудью лежа в постели, это может привести к присыпанию - закрытию дыхательных путей ребенка грудью матери.
10. Исключить сон ребенка с родителями (может привести к сдавлению ребенка взрослыми и бельем или придавливанию ребенка к стене).
11. Не пускать домашних животных в комнату, где находится грудной ребенок.
12. Не оставлять ребенка без присмотра во время кормления из бутылочки (т.к. ребенок может подавиться), во время купания, во время сна, во время бодрствования.
13. Не допускать контакта с членами семьи, больными простудными заболеваниями (насморк, кашель, боль в горле, кишечными инфекциями, с людьми, у которых какая-либо сыпь.) Обязательно измерение температуры у ребенка в течение дня.
14. При любых признаках какого-либо заболевания у ребенка обращаться к педиатру, т.к. любое заболевание может быть пусковым фактором синдрома внезапной смерти.
15. Родителям необходимо четко выполнять назначения врача, рекомендации медицинской сестры, при направлении на госпитализацию мнение врача не оспаривать.