

爲了寶寶的安全

嬰兒猝死綜合症 (SIDS)

一週歲以下嬰兒突然死亡而經過充分檢查找不到死因的病例被稱爲嬰兒猝死綜合症 (SIDS)。嬰兒猝死綜合症是出生1到12個月嬰兒死亡的主要原因。

以下資訊幫助減少嬰兒猝死綜合症的發生。研究表明，遵循以下指導可以降低嬰兒猝死綜合症的機率

- 讓您的寶寶仰睡。如果孩子俯臥著睡覺，應輕輕將孩子翻爲仰臥。
- 告訴託兒人員、孩子的祖父母、保姆以及所有照顧孩子的人應讓孩子保持仰睡姿勢。
- 孩子床上的睡墊不應太軟，最好使用有安全護欄的嬰兒床。床上不應置放枕頭、厚被子、填充玩具。床墊的尺寸應和嬰兒床的大小相合適，護欄間隔應小於2 1/2英寸。
- 和嬰兒同睡時應小心，尤其是當睡覺的地方較小時。如睡覺的地方過於狹小，並與一個以上成人或兄弟姐妹同睡時，嬰兒很容易被悶捂在被褥中，或在睡眠中可能因翻身而被窒息。
- 溫度應保持在使嬰兒舒服的程度。嬰兒穿著的睡衣應沒有繩子或帶絆，也不應被過緊地裹紮。適宜的睡房溫度應不超過攝氏七十度。
- 在寶寶醒的時候讓其趴臥一會兒對寶寶有益，這能增強寶寶頸部和背部的肌肉。
- 切記，吸煙對您的健康有害，同時也損害寶寶的健康和發育。

