

Складіть план безпечного сну своєї дитини

План безпечного сну є важливим фактором зниження ризику раптової дитячої смерті (sudden unexpected infant death, SUID), зокрема від синдрому раптової дитячої смерті (sudden infant death syndrome, SIDS).

Найбезпечнішим сценарієм сну дитини є такий:



У тій же кімнаті, що й ви, але не в тому ж ліжку



На твердій, плоскій і рівній поверхні (дитяче ліжечко, люлька, манеж або колискова дошка)



Без подушок, ковдр, іграшок або інших м'яких речей.



У піжамах та/або неважкому спальному мішку



Лежачи на спині під час денного сну та вночі



Зіскануйте або завітайте

srhd.org/safesleep,
щоб переглянути відео,
дізнатися більше та
скласти план безпечного
сну для своєї дитини.

Передайте цей план усім особам, хто піклується про вашу дитину.