VŠEOBECNÁ FAKULTNÍ NEMOCNICE V PRAZE

GYNEKOLOGICKO-
-PORODNICKÁ KLINIKA

SNIŽME RIZIKO SIDS

SYNDROMU NÁHLÉHO ÚMRTÍ KOJENCE

SUDDEN INFANT DEATH SYNDROME

SIDS

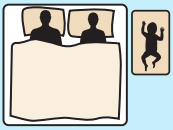
SYNDROM NÁHLÉHO ÚMRTÍ KOJENCE je neočekávané úmrtí zdravého kojence ve spánku, kde ani podrobné vyšetření neodhalí příčinu.

JAK SNÍŽIT RIZIKO SIDS?

Ke spaní ukládejte kojence výlučně na záda.

Nepoužívejte v kojenecké postýlce měkké matrace, polštáře a kožešiny.

Pokrývku založte pod okraj matrace u nohou a volný konec pokrývky nechte jen tak dlouhý, aby nezakrýval kojenci hlavičku.



Nikdy si neberte kojence na spaní do postele.

Nejbezpečnější místo pro spánek kojence je samostatná postýlka v pokoji rodičů.

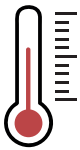
Nekuřte v těhotenství.

Ani po narození dítěte není kouření v prostředí, kde pobývá kojenec, vhodné.

Kojencům od 1 měsíce věku nabídněte k usínání dudlík.

Pokud dítě spí a dudlík upustí, není potřebné mu ho vracet.

Pokud kojenec dudlík odmítá, nenuťte mu ho.



Dbejte na to, abyste kojence nepřehřáli. K tepelné pohodě ve spánku při 16 °C postačí dvě tenké přikrývky, při 20 °C jedna tenká přikrývka a při 24 °C jen povlak bez náplně.

POSKYTNĚTE TYTO INFORMACE VŠEM, KDO SE O VAŠE DĚŤÁTKO STARAJÍ.

V PŘÍPADĚ AKUTNÍCH PROBLÉMŮ VOLEJTE 155

ZDROJ: Doc. MUDr. Hana Houšťková, CSc. | MUDr. Martin Sádlo | MUDr. Kornel Brosch