

## **БЕГЕГИТЕ ЖИЗНЬ ДЕТЕЙ!**

### **НЕ ОСТАВЛЯЙТЕ ИХ БЕЗ ПРИСМОТРА!**

(памятка для родителей)



Внешние причины (не связанные с состоянием здоровья) вызывают смерть детей до года не часто, но составляют до 30-35% от всех причин детской смертности. Особенно высок риск внезапной смерти в кроватке у детей в возрасте 2-4 месяца.

Удушье ребенка происходит зачастую при нахождении ребёнка в одной постели с матерью. Случайное придавливание ребенка во сне происходит при закрытии отверстий носа и рта мягким предметом. Чаще это в первые месяцы его жизни, когда у него нет силы повернуть в сторону голову, чтобы дышать. В результате перекрытия дыхательных путей и прекращения подачи кислорода повышается уровень углекислого газа и наступает асфиксия – удушье ребенка. Курение родителей также является дополнительным фактором, способствующим вдыханию ребенком отработанного воздуха с высоким содержанием углекислого газа.

**Аспирация** у детей - попадание в дыхательные пути инородного тела (молоко, молочная смесь, кусочки пищи, содержимое желудка) при вдохе - другая причина смерти детей до года. Это происходит при неправильном положении во время кормления ребенка и обильном срыгивании, когда голова ребенка запрокинута назад, затрудняется процесс глотания, а также, если носовые ходы во время кормления перекрываются молочной железой, ребенок пытается вдохнуть ртом и молоко попадает в дыхательные пути, все это может привести к аспирации.

**ПОМНИТЕ!**

**БЕЗОПАСНОСТЬ ДЕТЕЙ – ЗАБОТА  
ВЗРОСЛЫХ!**



*Рекомендации для молодых мам: обеспечить малышу безопасную среду и исключить факторы риска!*



# 10 правил, чтобы обеспечить безопасность ребёнка до года



1

Не кладите маленьких детей в **свою постель**. Во время сна вы можете не заметить, как прижметесь грудью или телом к ребёнку и он может задыхаться. Кормите ребенка только сидя в кресле или на стуле, укладывайте спать только в **детской кровати с безопасными бортиками**.



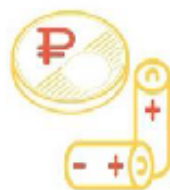
2

Во время кормления **следите, чтобы ребёнок не упирался носком в вашу грудь**. Попросите вашего педиатра или детскую медсестру проконтролировать положение и правильное прикладывание к груди.



3

Используйте защитные приспособления и **замки на дверцах шкафов и ящиков**, чтобы ребёнок не открыл их и не повредил себя различными предметами. Сами шкафы, стеллажи и другая неустойчивая мебель должна быть надёжно зафиксирована к стенам.



4

Внимательно следите за тем, что ребёнку не были доступны **мелкие предметы**, которые он может вдохнуть или проглотить. Это могут быть монеты, пуговицы, семена, батарейки (в том числе даже крупные), иглы, детали от игрушек и другое.



5

Помните, что ребёнку не должно быть доступа к **окну**. **Москитные сетки** не защищают детей от выпадения из окон. Окна должны быть закрыты с помощью специальных замков или фиксаторов, чтобы ребёнок ни при каких условиях не смог открыть.



6

Завязанного ребёнка нельзя класть на спинку, потому что в случае срыгывания тугое пеленание может помешать ему повернуть голову.

7



**Ванная комната** – территория повышенной опасности для ребёнка. Во время купания грудных детей используйте ванночку подходящего размера, не оставляйте ребёнка в ванночке одного. Используйте **специальные подкладки и сиденья**, чтобы голова ребёнка всегда во время купания находилась над поверхностью воды. Если вы используете в ванной комнате коврик, убедитесь, чтобы он был нескользящим. Измеряйте температуру воды при каждом купании только с помощью термометра.



8

Установите во все **розетки** в доме **специальные заглушки**, чтобы ребёнок не смог вставить в них любые предметы. Уберите прокладку бытовых техники, чтобы ребёнок не мог ими играть и брать в рот.



9

**На кухне** установите специальные защитные экраны для варочной панели или газовых горелок, чтобы ребёнок не смог достать рукой до горячих элементов. Уберите из зоны доступности для ребёнка предметы бытовой химии, косметику и аптечку.



10

Когда гуляете с ребёнком, **коляску всегда держите перед собой и не отпускать из рук**. При остановке пользуйтесь **специальными тормозами**, чтобы коляска не покатилась. При использовании лифта, в первую очередь закатить коляску в лифт, а затем заходить с ребёнком на ручки.