

Dòmni An Sekirite Pou Tibebe



Chak ane, nan Etazini, plis pase 3,600 tibebe mouri sibat epi sanzatan akòz Sendwòm Lanmò Sibit Tibebe a (Sudden Infant Death Syndrome, SIDS) oswa lanmò aksidantèl ki rive fèt pa etoufman oswa pa trangleman. Yo ka evite anpil nan lanmò sa yo.

Dapre Enstiti Nasyonal Sante (National Health Institute) la, Lanmò Tibebe Sibit epi Sanzatann nan (Sudden Unexpected Infant Death, SUID) se lè yon tibebe mouri san li poko menm gen 1 lane, lanmò sa a rive sibat epi sanzatan. Apre yon ankèt konplè, yo ka dyagnostike lanmò sa yo kòm etoufman, pran nan pyèj, enfeksyon, vale yon bagay, maladi metabolik, aritmi kadyak, chòk (ki aksidantèl oswa ki pa aksidantèl) oswa Sendwòm Lanmò Sibit Tibebe (SIDS). SIDS se lè yon tibebe mouri san li poko menm gen 1 lane epi yo pa konn sa ki lakòz lanmò sa a, menm aprè yo fin fè yon ankèt konplè. Ankèt sa a gen ladan l, fè yon otopsi konplè, egzamine kote lanmò a fèt la, epi revize antesedan klinik la. (<https://safetosleep.nichd.nih.gov/safesleepbasics/faq>)

Men mit ak verite moun souvan jwenn ki gen rapò ak SUID, SIDS, epi kreye yon anviwònman pou dòmi an sekirite, selon **Enstiti Nasyonal Sante ak the Eunice Kennedy Shriver National Institute of Child Health and Human Development.**

Ekspè nan NICHQ, Michael Goodstein, MD, yon neyonatolojis epi ekspè entènasyonal pou dòmi an sekirite, di lè yo ede fanmi yo konprann epi swiv gid pou dòmi an sekirite a sa ka diminye risk pou gen etoufman epi sa ka diminye SIDS. Goodstein pataje opinyon li anba a konsènan fason pou kreye yon anviwònman pou dòmi an sekirite, pou bay yon repons a kèk mit epi move konsepsyon.



Mit #1: Tibebe yo ka “trape” SIDS.

Verite: Yon tibebe pa ka trape SIDS. Se pa yon enfeksyon ki lakòz SIDS, kidonk yo pa ka trape li oswa pwopaje li.

Goodstein te di: “Sa se reyèlman yon mit. Gen lòt bagay nou pa konnen konsènan SIDS, men gen anpil bagay nou konnen konsènan SIDS. Konpreyansyon nou genyen pou kounya konsènan SIDS la, gen twa pati: yon anomali fizik ki kache, yon peryòd ki gen gwo risk, epi yon danje anviwònman. Pwoblèm fizik la kapab se yon rit kè ki pa nòmal oswa, pi souvan, se kapab yon pwoblèm ki genyen nan sant respirasyon sèvo a. Risk SIDS la pi gwo lè tibebe a genyen ant 1 mwa ak 4 mwa epi 90 pousan nan ka sa yo rive anvan li genyen 6 mwa. Risk anviwònman yo gen ladan yo, kabann ki mou, dra oswa kouvèti ki lach, twòp chalè, epi pataje yon sifas pou dòmi. Nou ka kontwòl faktè anviwònman sa yo. Mete tibebe a sou do, retire dra, jwèt, ak zòrye ki nan zòn kote tibebe a ap dòmi an, ansanm ak lòt pratik pou dòmi an sekirite ki ka bonjan diminye risk SIDS la.”

Mit #2: Bèsò yo lakòz “lanmò bèsò” oswa SIDS.

Verite: Se pa bèsò yo ki lakòz SIDS; men, se bagay ki nan anviwònman pou dòmi an—tankou yon sifas pou dòmi ki mou—ka ogmante risk SIDS la ak lòt rezon ki gen rapò ak dòmi ki lakòz lanmò tibebe a. Pou ka jwenn plis enfòmasyon konsènan sa yon anviwònman pou dòmi an sekirite ye pou tibebe w la, ale sou

<https://safetosleep.nichd.nih.gov/safesleepbasics>

Goodstein eksplike pou li di: “Sa a se yon move konpreyansyon ki malerezman genyen rapò ak yon pawòl moun souvan tande pandan plizyè lane, kote nou rele SIDS ‘lanmò bèsò’ paske se anndan bèsò a yo te jwenn tibebe a. Nou fè anpil pwogrès pandan ane ki pase yo konsènan defini epi konprann yon lanmò ki rive akòz SIDS. Nou konnen yon sifas ki san danje epi ki separe ak paran an, men ki toupre -- se pataje chanm, se pa pataje kabann -- pataje chanm nan pi bon paske pataje kabann nan se yon faktè risk SIDS ak SUID li ye. Nan plis pase 50 pousan lanmò yo, yo jwenn tibebe a nan kabann nan ak paran li.

“Sèvi ak yon bèsò, yon pak pou jwe oswa yon basinèt, pwodui ki jwenn apwobasyon Komisyon Sekirite Pwodwi Konsomasyon an (Consumer Product Safety Commission), epi yo konsidere li kòm yon sifas ki san danje pou tibebe a. An gwo, ou bezwen kreye yon anviwònman ki san danje, ki genyen ladan li sèlman matla ki apwopriye a, yon dra ki byen sere, epi tibebe a. Se kote sa a ki pi an sekirite pou tibebe a.”

Mit #3: Tibebe ki dòmi sou do yo ap toufe si yo krache oswa si yo vomi pandan y ap dòmi.

Verite: Tibebe k ap dòmi yo otomatikman krache oswa vale likid yo krache oswa vomi an—se yon reflèks ki pèmèt li kenbe vwa respiratwa a byen pwòp. Etid yo pa montre genyen yon ogmantasyon nan kantite lanmò ki fèt pa etoufman pami tibebe ki dòmi sou do yo. An reyalyite, tibebe ki dòmi sou do yo ka pi byen mete likid sa yo deyò akòz jan kò a fèt la.

Goodstein raple pou l di: “Nou ka konprann rezon ki fè gen kèk moun ki mal konprann danje ki genyen nan dòmi sou vant lan, espesyalman grann ki pa genyen enfòmasyon resan yo. Yo ka sonje depi 30 lane oswa plis, yo te konn rekòmande pou mete tibebe a sou vant yo. Men, tibebe yo gen menm mekanis defans ak yon adilt, sa pèmèt yo netwaye vwa respiratwa a. Anpil fwa, moun yo pran touse epi krache lèt pou toufe, men yo pa menm bagay - bagay sa yo la pou netwaye vwa respiratwa tibebe yo.”

(Lyen pou dokiman Gadri a.)

Goodstein di: “Nou konnen deja dòmi sou vant PA pwoteje tibebe w la kont aspirasyon, men li REYÈLMAN ogmante risk SIDS la. Tibebe yo mete dòmi sou vant oswa sou kan yo gen DE FWA plis risk pou yo mouri akòz SIDS pase tibebe yo mete dòmi sou do yo. Tibebe yo leve pi fasil lè yo sou do yo epi yo konsidere sa kòm yon mwayen pou pwoteje tibebe yo. Epitou, dòmi sou vant lan fè tibebe a pi cho, li bare chalè a. Malgre nou pa konnen rezon an, men gen yon relasyon ant twòp chalè ak yon gwo risk pou gen SIDS.”

Mit #4: Yo ka anpeche SIDS la.

Verite: Pa gen okenn fason pou anpeche SIDS, men gen fason ki efikas pou diminye risk SIDS la.

Dr. Goodstein di, malgre yo paka anpeche SIDS, paran yo, moun k ap bay swen yo ak manm fanmi yo ka bonjan diminye risk la, epi entèvansyon sa yo ka anpeche lòt kòz lanmò tibebe sibit epi sanzatan oswa yo ka anpeche SUID la. “Yo ka anpeche lanmò ki fèt pa etoufman epi pa trangleman. Si w swiv tout rekòmandasyon pou dòmi an sekirite a, ou ka anpeche lanmò sa yo epi w ap minimize risk SIDS la.”

Mit #5: Piki, vaksen, vaksinasyon, ak medikaman lakòz SIDS.

Verite: Dènye prèv yo sigjere piki vaksen yo ka gen yon efè k ap pwoteje moun kont SIDS. Tout tibebe ta dwe al wè pwofesyonèl swen sante yo a regilyèman pou fè egzamen sante epi yo ta dwe pran vaksen yo alè jan pwofesyonèl swen sante yo a rekòmande sa a.

“Tanpri, asire tibebe w la pran vaksen li yo alè. Sa ka sove lavi l. Kèk nan vaksen sa yo ede anpeche kansè! Epi apre revizyon done yo, Institute of Medicine nan ane 2003 fè konnen se PA vaksen yo ki lakòz SIDS. Etid ki pi resan yo souvan ap montre genyen yon efè nan vaksen yo k ap pwoteje moun kont SIDS. Malgre nou pa konnen rezon ki fè y ap bay moun pwoteksyon sa a, nou ta dwe kanmèm pwofite de avantaj sa a pou timoun nou yo. Pa gen okenn rapò ant fè tibebe w la pran vaksen an ak yon tibebe ki mouri akòz SIDS. Lè w gade done konplè yo, enben finilman, vaksen yo pa lakòz SIDS, okontrè yo genyen yon efè k ap pwoteje moun.”

Mit #6: Yon tibebe ka trape SIDS a nenpòt laj.

Verite: Tibebe yo riske pou yo trape SIDS sèlman jiskaske yo gen 1 lane. Pifò lanmò SIDS lakòz yo rive fèt lè tibebe yo genyen ant 1 mwa ak 4 mwa. SIDS pa yon pwoblèm sante pou tibebe ki gen plis pase 1 lane.

Goodstein di: “SIDS ka rive nenpòt ki lè aprè nesans yon tibebe jiska premye anivèsè nesans li. Genyen kèk ka ki ra anpil kote tibebe a mouri sibit epi sanzatan aprè li fin gen yon (1) lane. Peryòd ki gen plis lanmò a se 1 mwa ak 4 mwa epi genyen mwens lanmò ki rive fèt aprè sis (6) mwa. Malgre sa, prèske 90 pousan nan ka SIDS yo rive nan premye sis (6) mwa yo.”

Mit #7: Si paran yo dòmi ansanm ak tibebe yo a nan menm kabann nan, y ap ka tande lè genyen yon pwoblèm epi y ap ka anpeche li.

Verite: Pwiske SIDS parèt san avètisman oswa san sentòm, pa gen anpil chans pou yon adilt tande yon pwoblèm epi anpeche SIDS parèt.

Dòmi ak yon tibebe nan yon kabann ki pou adilt, sa ogmante risk etoufman an ak lòt rezon ki gen rapò ak dòmi ki lakòz lanmò tibebe a.

Olye pou yo pataje menm kabann, pwofesyonèl swen sante yo rekòmande pou yo pataje menm chanm—vle di mete tibebe a dòmi yon kote ki separe ak bò kote w dòmi an etan nan menm chanm ou abitye dòmi an. Yo konnen zafè pataje chanm nan se pou redwi risk SIDS ak tout lòt rezon ki gen rapò ak dòmi ki lakòz lanmò tibebe.

“Kanbann adilt yo ka gen matla ki mou, zòrye, dra ki lach ak dra ki lou, epi tout bagay sa yo danjere pou anviwònman kote yon tibebe ap dòmi. Epitou, lè w dòmi ou enkonsyan epi ou pa konplètman konsyan de antouraj ou. Pifò moun vire kò yo nan kabann nan lè y ap dòmi. Se pa la ou vle tibebe w la ye lè l ap dòmi. Malerezman, lè ou pa konsyan de mouvman w fè pandan w ap dòmi an, ou ka woule bò kote tibebe a oswa ou ka woule sou tibebe a epi ou pa menm rann kont de sa.

Nan yon atik ki sou sit entènèt NICHQ la, [***\(Li Lè Li Tan pou Nou Anpeche SIDS ak Lanmò Tibebe Ki Gen Rapò ak Dòmi\) \(It's Past Time to Prevent SIDS and Sleep-Related Infant Deaths\)***](#), Goodstein pale sou enpòtans pou genyen konvèsasyon serye ak paran yo epi fanmi yo nan lide pou ede tout tibebe yo dòmi an sekirite.

“Li pa sifi pou w annik lonje yon gid (tiliv) bay yon fanmi epi pou w di l pou l pratike dòmi an sekirite a. Petèt li pa gen espas pou yon bèso anndan kay li a; oswa petèt li kwè tibebe li a ap pi an sekirite nan kabann li an. Nou bezwen devlope plis konvèsasyon serye ak fanmi yo, lè nou annik itilize teknik tankou entèvyou pou motivasyon epi poze kesyon ouvè. Lè nou fè sa, nou ka konnen bezwen fanmi an, enkyetid fanmi an epi opinyon fanmi an, epi fòme yon plan nou ka reyalize ansanm.”

Li enpòtan anpil pou konvèsasyon sa yo gen lajè ak pwofondè. Yo ta dwe rive sou tout moun k ap bay swen yo, espesyalman granparan yo ki se moun ki gen plis enfluyans nan anpil fanmi, epi yo dwe fè nan plizyè anviwònman, ki gen ladan swen prenatal epi pandan vizit pedyatrik yo.

[Resous: Devlope Kanpay yo avèk Modil Konvèsasyon yo](#)

Mit #8: Si yon pwodwi pou tibebe nan yon magazen, mwen ka achte l san okenn danje.

Verite: Se pa tout pwodwi pou tibebe yo ki san danje. Li enstriksyon yo ak anpil atansyon anvan ou sèvi ak nenpòt pwodwi ki pou tibebe.

Goodstein eksplike pou l di: “Akoz yon pwodwi nan yon magazen, oswa akòz yo fè piblisite pou di pwodwi a se pou timoun, sa pa vle di li san danje pou tibebe a, espesyalman nan anviwònman pou dòmi an. Epi gen anpil pwodwi ki deyò a, tankou dra ki lou, sak ki gonfle, kousen pou pare chòk, ki ka danjere. Menm pwodwi yo konsidere kòm pwodwi ki san danje yo, yo ta dwe itilize yo jan yo mande a.”

(Lyen pou Rejis Tibebe NAPPSS-IIN yo.)

Chèz machin yo bon pou itilize nan yon machin, yo kenbe tibebe a an sekirite epi yo pwoteje l pandan w ap kondi. Men, lè w fin rive kote w t ap ale a, retire tibebe a nan chèz machin nan pou w ka evite risk etoufman oswa trangleman. Twòp timoun mouri lè yo kite yo poukont yo sou yon chèz machin san okenn siveyans.

Doktè Goodstein sèvi kòm yon ekspè nan Patenarya Aksyon Nasyonal pou Ankouraje Dòmi An Sekirite - Rezo Amelyorasyon ak Inovasyon (National Action Partnership to Promote Safe Sleep Improvement and Innovation Network, NAPPSS-IIN), ki finanse pa Administrasyon Resous ak Sèvis Sante - Biwo pou Sante Matènèl ak Timoun (Health Resources and Services Administration Maternal and Child Health Bureau). NAPPSS-IIN ap chèche fè dòmi an sekirite a ak alètman pou tibebe yo tounen yon nòm nasyonal lè li fè aktè yo teste yon seri mezi sekirite nan plizyè anviwònman swen nan lide pou amelyore chans pou moun k ap pran swen tibebe yo ak fanmi tibebe yo kapab resevwa enstriksyon ki konsistan epi ki baze sou prèv konsènan dòmi an sekirite ak alètman. Ansanm ak NAPPSS-IIN, Dr. Goodstein ap pratike medsin neyonal ak perinatal depi 27 lane nan WellSpan York Hospital, kote li se direktè sèvis tibebe ki fenk fèt yo pou sistèm sante a. Li se yon Pwofesè Klinik nan Pedyatri nan College of Medicine of The Pennsylvania State University. Dr. Goodstein se yon manm nan Gwoup Travay Akademi Ameriken pou Pedyatri (American Academy of Pediatrics, AAP) sou zafè SIDS depi 2010.

Resous:

<https://safetosleep.nichd.nih.gov/>

<https://safetosleep.nichd.nih.gov/safesleepbasics/mythsfacts>

<https://www.aap.org/en-us/Pages/Default.aspx>

<https://www.cdc.gov/>