

Giấc Ngủ An Toàn trong Môi Trường Chăm Sóc Trẻ



Người Chăm Sóc:

Khuyến khích những bà mẹ mới sinh con tuân theo khuyến nghị của Viện Hàn Lâm Nhi Khoa Hoa Kỳ (American Academy of Pediatrics, AAP) cho Giấc Ngủ An Toàn và Nuôi Con Bằng Sữa Mẹ trong 12 tháng. Cho con bú sữa mẹ trong 2-4 tháng sẽ giảm nguy cơ SIDS (Sudden infant death syndrome, Hội chứng đột tử ở trẻ sơ sinh) khoảng 40%



Các Nhà Cung Cấp Dịch Vụ Chăm Sóc Trẻ - Để Trẻ Ngủ An Toàn

Sau đây là sáu cách để bảo đảm an toàn cho trẻ được bạn chăm sóc

Đặt trẻ nằm ngửa - đây là cách an toàn nhất



Đặt trẻ ngủ trong cũi, nôi hoặc không gian ngủ an toàn khác



Sử dụng đệm cứng và phẳng với ga trải giường vừa vặn



Không để đồ đạc lộn xộn ở nơi trẻ ngủ - không có gối, đệm lót, chăn, đồ chơi



Không dùng chung bề mặt - giường, ghế dài, ghế hoặc bất kỳ khu vực bề mặt nào khác



Cần nhắc sử dụng ti giả khi ngủ trưa và ngủ giấc đêm*



*Không sử dụng ti giả cho đến khi trẻ biết bú mẹ đúng cách.