

Giấc ngủ an toàn cho trẻ sơ sinh

Nằm ngửa, gương mặt thoáng, không
khói thuốc, không có vật gì gần bé trong cũi



Trẻ sơ sinh ngủ trong cũi,
nôi hoặc cũi di động được
chứng nhận an toàn



Trẻ sơ sinh ngủ cùng
phòng với cha mẹ hoặc
người chăm sóc



Em bé ngủ nằm ngửa



Giữ nhà và xe hơi của
bạn không khói thuốc



Không nên mặc quá
nhiều quần áo hoặc quá
nóng



Cho con bú nếu có thể



Bề mặt ngủ/nệm chắc
chắn, ga trải giường vừa
vận ôm chặt nệm



Nguy cơ Tử Vong Đột
Ngột Ở Trẻ Sơ Sinh
không rõ nguyên nhân
tăng lên đáng kể nếu
người chăm sóc ngủ
chung giường trong khi
sử dụng các chất gây
nghiện, bao gồm rượu
và cần sa



Sau 3-4 tuần, hãy cho bé
dùng núm vú giả nếu
việc cho con bú diễn ra
tốt đẹp



Không có vật gì gần bé
trong cũi



Tìm hiểu thêm tại
www.clackamas.us/publichealth/safe-sleep-for-infants