

Безпечний Сон для Немовлят

Лицем вгору, обличчя чисте, без
тютюнового диму, дитина поруч



Дитина спить у
безпечному ліжечку,
колисці або переносному
ліжечку



Дитина спить в одній
кімнаті з батьками або
опікуном



Дитина спить на спині



Не курить вдома і в
машині



Не перегрівати та не
одягати багато одягу



По можливості годуйте
дитину грудьми



Тверда поверхня/
матрац для сну,
щільно прилягаюче
простирадло



Ризик Раптової
Нез'ясованої Смерті
Немовлят значно
зростає, якщо
доглядальники сплять
разом, вживаючи
психоактивні речовини,
зокрема алкоголь та
марихуану



Через 3-4 тижні
запропонуйте пустышку,
якщо грудне годування
проходить добре



Нічого більше в ліжечку



Дізнайтеся більше на
www.clackamas.us/publichealth/safe-sleep-for-infants