

# Prevenција iznenadne smrti odojčeta

## Definicija

Neočekivana smrt bebe u toku sna, bez ikakvog vidljivog zdravstvenog razloga.

Do danas, ni uzroci ni uslovi pod kojima nastupa iznenadna smrt odojčeta nisu utvrđeni. Međutim, sledeće preporuke mogu da učine da se znatno smanji rizik da to toga dođe.



## Preporuke

- Dok beba spava, postavite je na ravno, na leđa
- Vaše dete se oseća udobno u vrećici za spavanje, na čvrstom dušek, bez pokrivača ili jastuka za podupiranje
- Perina, jastuk i « obloga » za okvir kreveta ne preporučuju se
- Krpene i druge mekane igračke, omiljene « mede, mace, lutkice ... » treba ostaviti kod bebinih nogu
- Temperatura u dečjoj sobi trebalo bi da bude između 18° i 20° C
- Ako su velike vrućine, dete ne treba suviše oblačiti
- Sobu provetravati svaki dan
- U bebinom okruženju, ni pušenja ni dima
- Ako ste nekuda izašli autom, čim se vratite kući, iznesite bebu iz auto-sedišta i, ako spava, stavite je u krevetac

Plagiocefalija, ili « zaležana glava », je neestetična ali nema nikakvih posledica za razvoj deteta.

Kako dete raste, to se uglavnom ispravlja samo.

## Važno

- Poštovanje ovih saveta smanjuje rizik od iznenadne smrti odojčeta
- Kada je odojče budno u vašem prisustvu, polegnite ga na trbuh da biste mu na taj način podržali razvoj motorike i sprečili deformaciju glave



Programme cantonal de promotion de la santé et de prévention primaire enfants (0-4 ans) - parents



Section VD Ne Ju  
Fédération Suisse de Sages-femmes

