النوم الآمن لطفلك

إحم حياة طفلك.

إستلقاء الطفل على بطنه

ضع الطفل دائما في مكان آمن للنوم. عندما يكون الأطفال مستيقظين، فإنهم يحتاجون إلى وقت للإستلقاء على بطونهم، شريطة أن يكون هنالك شخص يراقبهم باستمرار. إذا أخذ النوم الطفل وهو مستلقي على بطنه، ضعه لينام على ظهره في مكان آمن.

Tomorrow's Child

مؤسسة SIDS ميشيغان

حيث الأمل دائم الإشعاع

Tomorrow's Child
824 N. Capitol Avenue
Lansing, MI 48906

هاتف: ٧٤٣٧ – ٣٣١ – ٨٠٠ – ١

موقع الشبكة الإليترونية: www.tomorrowschildmi.org

ماركة مسجلة طفل الغد ٢٠٠٤. جميع الحقوق محفوظة.

قائمة ببنود النوم الآمن:

- ☐ هل ينام طفلك أو يأخذ قيلولته في سريره، سريره المتنقل، أو في سرير سلّي موافق عليه من هيئة سلامة منتجات المستهلك؟
- ☐ هل للسرير فرشة صلبة ومزنوقة بإحكام؟
- ☐ هل للفرشة ملائة (شرشف) مزنوقة عليها؟
- ☐ هل أخرجت من السرير جميع الأشياء الطرية الناعمة مثل الوسادات، البطانيات، الأغطية، والحيوانات المحشوّة؟

هل سرير طفلك آمن؟

السرير الآمن للطفل له:

- فرشة صلبة ومزنوقة بالسرير بإحكام.
- ليس فيه قطع تركيب أو عوارض مفقودة، مكسورة أو غير محكمة.
- لا توجد عوارض تبعد عن بعضها أكثر من ٢ ٣/٨ البوصة (أي عرض علبة الصودا).
- لا يوجد أعمدة زوايا بارزة أكثر من ١/١٦ بوصة.
- لا توجد تصاميم مقطوعة في لوحتي الرأس أو القدم.

إذا لم تكن متأكداً من سلامة السرير، إتصل بمؤسسة CSPC على الرقم ٢٧٧٢ – ٦٣٨ – ٨٠٠ – ١. السرير الغير آمن يجب التخلص منه.

تنبيـــه

يموت الأطفال لأنهم يوضعون في أماكن غير آمنة للنوم.
يحتاج الأطفال دائما إلى مكان آمن للنوم.

الآباء والأمهات الذين مات لهم أطفال يريدون أن يعرف الآباء الآخرون ما يلي:

- الصوفا أو الكنبة، الوسائد أو أي شئ طري آخر ليست أمكنة آمنة لينام الطفل عليها.
- لا يكون الطفل في مأمن إذا نام مع الأطفال الآخرين، الراشدين أو الحيوانات الأليفية.
- فراش الراشدين غير مأمون لنوم الأطفال. إذا قمت بإطعام طفلك في فراشك، ضع الطفل ثانية في فراشه في السرير لكي ينام هناك.

خطوات النوم الآمن للطفل

١ يجب أن ينام الطفل لوحده في سريره، سريره المتنقل او مهده السلّي.

٢ ضع الطفل دائماً كي ينام على ظهره حتى ولو كان قادراً على التقلّب.

٣ يجب ألا يوجد أي شئ في مكان نوم الطفل، مثل الوسادات، البطانيات، الأغطية، الحيوانات المحشوة أو أي شئ طري آخر.

٤ حافظ على بقاء وجه الطفل مكشوفاً لتسهيل تنفّسه. أستعمل البيجاما الثقيلة بدلاً من البطانيات.

٥ لا تسمح لأي شخص ان يقوم بتدخين أي شئ في مكان نوم الطفل.

٦ لا تزد من تدفئة الطفل. ألبس الطفل بنفس القدر الذي تلبس به نفسك.

٧ إستعمل فرشة صلبة لها شرشف مناسب مزنوق بإحكام.

تأكد من أن القائم برعاية طفلك لديه سرير أو سرير متنقل لينام طفلك فيه. إبحث مع الجدّين، الوصيفة، مكان رعاية الأطفال، الجيران، أو أي أناس آخرين يعتنون بطفلك عن أكثر الطرق أماناً لنوم طفلك.

السرير مقدم من شركة "مايرز توي وورلد".