

هل هذا الرضيع نائماً نوماً سليماً وآمناً؟



توصي الأكاديمية الأمريكية لطب الأطفال (American Academy of Pediatrics) التي تُعرف باسمها المختصر (AAP) استخدام سطح سميك ومسطح لينام عليه طفلك الرضيع. ويُوصى استخدام مهد أو مهد متنقل أو سلة نوم (Bassinet) أو حظيرة اللعب التي تتقيّد كل منها بمقاييس السلامة والأمان التي تنشرها هيئة سلامة وأمان منتجات المستهلكين (Consumer Product Safety Commission) التي تُعرف باسمها المختصر (CPSC). وينبغي أن تكون فرشاة السرير مغطاة بشرشف مناسب مع مقياس الفرشة ويغطيها بإحكام مع استبعاد وجود أي أشياء أخرى متعلقة بالفرش أو أي أشياء لينة في مكان النوم.

اسئلة عليك طرحها

لتحديد ما إذا كان رضيعك ينام نوماً سليماً وآمناً أو إذا كان ينبغي عليك استخدام أحد المنتجات المعيّنة، عليك أن تسأل نفسك الأسئلة التالية:

- هل ينام رضيعي على معدته أو جانبه؟
- هل ينام رضيعي مع طفل آخر أو شخص بالغ آخر أو حيوان أليف؟
- هل ينام رضيعي في مكان غير مهده (سريره) أو مهده النقال أو سلة النوم أو حظيرة اللعب؟
- هل تمّ استدعاء المنتج المستخدم للنوم أو أن قطعة من قطعه مكسورة أو ناقصة؟
- هل المنتج المستخدم للنوم مجهز بلبادات إضافية أو أسطح لينة أو مصدّات على شكل وسادات أو أغطية ثقيلة وسميكة؟
- هل الشرشف فضفاض؟
- هل الشرشف محكم بشكل يسبّب أن تتجدد وتتقوس الفرشة إلى الأعلى؟
- هل المنتج المستخدم للنوم يسمح للرضيع أن ينام على سطح منحدر نازل (وليس مسطح)؟
- هل المنتج المستخدم للنوم مجهز بأربطة؟
- هل يحدّ المنتج من تحركات الرضيع أثناء نومه؟
- هل الوجه السفلي (الخلفي) لمضجع نوم الرضيع يجلس مباشرة على الأرضية أو على طاولة أو على سرير، وإلى غير ذلك، لكونه غير مجهز بسيقان (أعمدة) تمكنه من الوقوف لوحده؟
- هل هناك أي أشياء لينة و/أو بطانيات متواجدة على مضجع النوم؟
- هل المعلومات المكتوبة على المنتج تنص أن نوم رضيعك على معدته يُعد آمناً وسليماً؟

إذا كان الجواب بنعم على أيّ من هذه الأسئلة أعلاه، فهذا يعني أن الرضيع لا ينام نوماً على نحو سليم وآمن.

فيما يلي بعض الأسئلة التي عليك أن تأخذها بعين الاعتبار:

- هل المعلومات المكتوبة على المنتج تنص أنها تمنع حدوث متلازمة موت الرضيع المفاجئ (Sudden Infant Death Syndrome الذي يُعرف باسمه المختصر SIDS)؟ لا يمكن لأي منتج كان أن يدّعي بأنه يمنع وقوع متلازمة SIDS.
- هل يرصد المنتج علامات الرضيع الحيوية؟ قد يسبّب استخدام أجهزة الرصد شعوراً للأب والأم بأنه يمكنهما ممارسة النوم غير السليم والأمن لأن رضيعهما قيد المراقبة. لا ينبغي استخدام أجهزة الرصد إلاّ تحت تعليمات احترافي في الرعاية الصحية.

لا يغيب عن بالك - أن بيع أحد المنتجات في المتاجر لا يعني هذا لوحده بأن ذلك المنتج سليم وآمن للنوم.