

Памятка для родителей "Профилактика механической асфиксии у детей"

Асфиксия — удушье, вызванное сдавлением дыхательных путей, закрытием их просвета слизью, пищей, сдавлением шеи, грудной клетки и живота, которое может привести к смерти ребенка.

У новорожденного это состояние может быть вызвано в основном следующими причинами:

- Прикрытие дыхательных путей ребенка мягким предметом (подушкой, игрушкой).
- Прикрытие дыхательных путей грудью матери во время кормления.
- Попадание инородных тел в дыхательные пути (мелкие игрушки, пуговицы, кольца, монеты и т.д.).
- Попёрхивание и попадание молока не в пищевод ребенка, а в гортань, иногда бронхи.
- Частые срыгивания.
- Сдавление области шеи цепочками с крестиками (талисманами), тесьмой с соской.

Профилактика асфиксии

1. **После каждого кормления ребенку следует дать возможность отрыгнуть воздух, заглатываемый с пищей.**

Для этого его нужно подержать в наклонном положении (под углом 45 градусов, а не вертикально) в течение 10-15 мин. для отхождения воздуха, заглатываемого во время кормления и ни в коем случае не класть сразу после кормления. Некоторые дети (особенно недоношенные или ослабленные) могут срыгивать повторно, уже находясь в кроватке. Для предотвращения вдыхания содержимого поворачивайте голову младенца всегда набок. Если срыгивания частые и обильные, то это является поводом для обращения к врачу.

Если ребенок на грудном вскармливании, то важно, чтобы ребенок сразу захватывал грудь со всей ареолой соска, а не «насосывался» на грудь, заглатывая при этом воздух. При кормлении из бутылочки очень важно, чтобы в конце кормления ребенок не высасывал пену, а также, чтобы в ходе кормления соска была полностью заполнена молоком. При кормлении следите, чтобы ребенок не подсасывал воздух уголками рта. Между кормлениями малыша необходимо укладывать на живот.

2. **Выбирая детское постельное белье и одежду, предпочтение следует отдавать товарам без всевозможных завязочек, тесемочек и т.п.**

Вместо детского одеяла можно пользоваться специальным конвертом для сна, не использовать слишком большие "взрослые" одеяла. Можно использовать специальные сетчатые одеяла для младенцев.

3. **Не следует оставлять надолго старших детей одних около новорожденного**, надеясь на их взрослость и рассудительность, а также класть спать младенца в одну кровать с ними. Да и совместный сон в одной кровати с родителями с точки зрения возможной асфиксии небезопасен.
4. **Совместный сон также может быть фактором риска удушья малыша**. Хотя многие молодые мамы кладут с собой в постель малышкой, оптимальным все же будет сон в родительской спальне, но не в родительской кровати. Поставьте детскую кроватку вплотную к своей, опустите боковую решетку. С одной стороны, это обеспечит безопасность малыша, с другой — вы будете в непосредственной близости от своего ребенка, и вам не придется вскакивать ночью по несколько раз. Вам будет удобно ночью кормить кроху, а затем, не вставая, перекладывать его в кроватку.