

Dòm an Sekirite pou Bebe Ou a

Ede w diminye risk SIDS (Sendwòm Lanmò Sibit Timoun) la

Menmsi nou pa konnen kòz egzak Sendwòm Lanmò Sibit Timoun (SIDS) oswa Lanmò Sibit Sanzatann Tibebe (SUID), nou konnen kèk bagay ka ogmante risk yon tibebe genyen pou SIDS/SUID ak lòt kòz lanmò tibebe ki gen rapò ak dòmi. Bòn nouvèl la se, gen fason pou diminye risk la.



Fanmi yo ak moun k ap bay swen yo ka kenbe tibebe yo an sekirite pandan y ap dòmi oswa pandan y ap fè yon ti dòmi lè yo swiv etap senp sa yo:

	Poukont yo. Toujou mete tibebe yo dòmi poukont yo. Pataje yon chanm, men pa yon sifas (pa egzansp, kabann, chèz, sofa) ak tibebe w la.		Evite Fimen. Lafimen rann respirasyon tibebe, jèn timoun, oswa fanm ansent yo difisil epi ogmante risk lanmò ki gen rapò ak dòmi kay tibebe yo.
	Do. Tibebe yo ta dwe toujou dòmi sou do yo. Tibebe yo gen mwens chans pou yo toufe lè yo sou do yo.		Rete ak yon tanperati nòmal. Tibebe ki gen lafyèv ka chofe pi fasil paske tanperati kò yo ka deja pi wo pase tanperati nòmal la. Dòmi sou do yo epi dekouvwi, san dra, ka ede anpeche yo chofe.
	Bèso. Tibebe yo ta dwe toujou dòmi nan yon bèso, ti basen oswa pack'n'play - chak swa epi a chak ti dòmi. Zòn pou dòmi an ta dwe pwòp epi san okenn dra, zòrye, objè, oswa kabann ki lach.		Toujou. Pran prekosyon sa yo toutan.

Avèk ogmantasyon maladi viral tankou RSV ak grip, epi maladi respiratwa sa a kapab yon faktè risk ^{[1][2]} pou lanmò tibebe ki gen rapò ak dòmi, li pi enpòtan toujou pou fanmi yo swiv tout prekosyon pou pratik dòmi an sekirite.

Pataje sifas dòmi ak granmoun yo, lòt timoun yo, oswa bèt yo ogmante risk lanmò tibebe ki gen rapò ak dòmi yo. Ou ka dòmi nan menm chanm lan, men pa nan menm kabann lan. ^[3]

Pale ak bebisitè yo ak moun k ap bay swen yo de tibebe a k ap dòmi pou kont li nan yon bèso, yon ti kabann oswa yon pack-n-play, enpòtan pou asire yon anviwònman ki sekirize pou somèy tibebe yo. ^[4]

[1] RSV lakay Tibebe ak Jèn Timoun

[2] Thach B. Lanmò trajik ak sibit. Mekanis potansyèl, ki pwouve ki lakòz sendwòm lanmò sibit tibebe. EMBO Rep. Fev 2008;9(2):114-8. doi: 10.1038/sj.embor.7401163. PMID: 18246101; PMCID: PMC2246416.

[3] Mizajou Rekòmandasyon AAP 2022 yo

[4] Dòm san danje pou tibebe w la - NIH (pg.4 for Pwofesyonèl lasweyay)

AK KISA YON ANVIWÒNMAN SOMÈY SAN DANJE SANBLE

Imaj sa yo montre yon anviwònman pou dòmi pou tibebe w la ki sekirize.



Pataj Chanm:
Bay tibebe yo pwòp espas dòmi yo nan chanm ou, apa ak kabann ou.



Sèvi ak yon sifas pou dòmi ki fèm, ki plat epi ki a nivo, ki kouvri sèlman ak yon dra*.



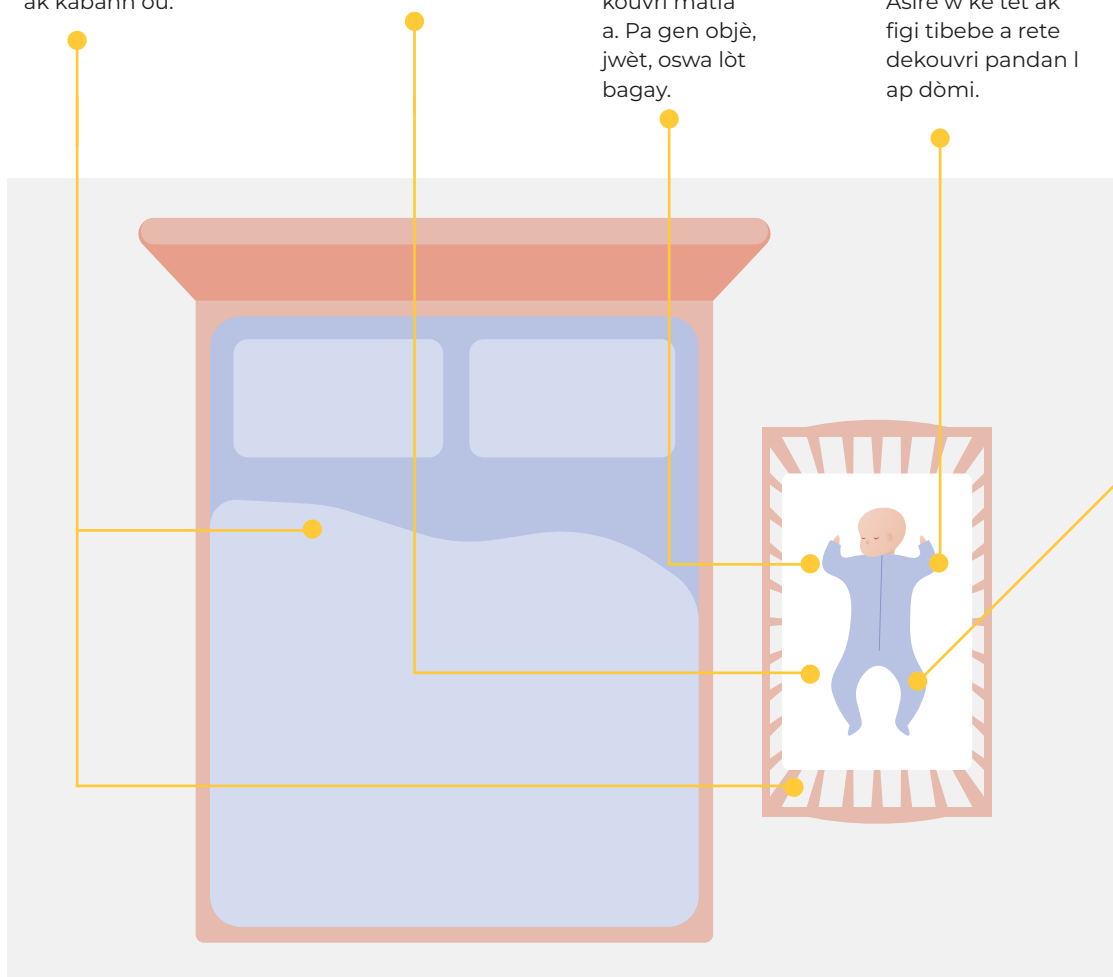
Retire tout bagay ki nan zòn dòmi tibebe a, eksepte yon dra fèt pou kouvri matla a. Pa gen objè, jwèt, oswa lòt bagay.



Sèvi ak yon dra pou kouvri pou kenbe tibebe a cho san dra oswa zòrye nan zòn pou dòmi an. Asire w ke tèt ak figi tibebe a rete dekouvri pandan l ap dòmi.



Kanape ak fotèy pa an sekirite pou tibebe a dòmi poukont li, ak moun oswa ak bèt domestik yo.



Mete tibebe yo sou do yo pou yo dòmi, pou fè ti dòmi lannwit.



Kenbe anviwònman tibebe a san lafimen/vapè.