

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ



ДЛЯ БЕЗОПАСНОГО СОВМЕСТНОГО СНА РЕКОМЕНДУЕТСЯ:

-  Не укладывать ребенка на мягкую перину, подушку или провисающую панцирную сетку, поверхность для сна ребенка должна быть полужесткой, ровной, с хорошо натянутым постельным бельем.
-  Не спать вместе с ребенком на тесном диване или кушетке, на кровати с водяным матрасом.
-  Не позволять старшим детям спать рядом с малышом, которому нет года.
-  Перед сном укладывать ребенка на спину.
-  Если ребенок спит на боку – не использовать для поддержания ребенка в этом положении подушки, мягкие игрушки или свернутые одеяла и постельное белье, нижняя ручка должна быть свободной, чтобы предотвратить случайное переворачивание ребенка на живот.
-  Во время сна следует надевать на ребенка свободную удобную одежду, нельзя тесно укутывать ребенка, накрывать его пуховыми одеялами.
-  Нельзя курить, принимать снотворное, алкоголь или психоактивные вещества перед сном рядом с ребенком.
-  Во время кормления грудью в положении лежа необходимо контролировать ребенка, чтобы он не уснул, и соблюдать положенные перерывы.