

SIDS – Information:

Sicherer Babyschlaf zur Vermeidung des plötzlichen Kindstodes

- Schlafen in Rückenlage, keine Seit- oder Bauchlage (im Wachzustand regelmäßige Bauchlage einnehmen)
- Rauchfrei Umgebung d.h. keine Nikotinexposition in der Schwangerschaft sowie nach der Geburt
- Schlafzimmertemperatur 16-18°C
- Vermeidung von Überwärmung (harte und luftdurchlässige Matratze, keine Mützchen, kein Kissen oder schwere Decke, keine Nestchen, keine Tücher, kein Fell, keine Kuscheltiere)
- Gitterbett, Schlafen im Schlafsack
- Optimale Schlafumgebung ist ein eigenes Bett im Eltern-Schlafzimmer
- Schützend: Stillen
- Wenn Kind an Schnuller gewöhnt ist, dann auch zum Schlafen geben