Приложение

УТВЕРЖДЕНА

приказом БУ «Нижневартовский окружной

клинический перинатальный центр»

от «21» 12. 2021 г. № 416

**Памятка для родителей**

**«Профилактика младенческой смертности»**



Младенческий возраст – период от рождения ребёнка до 1 года – один из наиболее критичных периодов жизни ребенка. Этот период связан с адаптацией ребенка к условиям внешней среды.

В организме происходят существенные изменения, особенно они касаются дыхательной, сердечно-сосудистой и нервной системы. Различные внешние факторы могут оказать существенное влияние на организм ребенка.

Внезапная младенческая смерть является лидирующей причиной смерти младенцев в возрасте от 1-12 месяцев. Внезапная младенческая смерть может иметь место у новорожденных и детей моложе 16 месяцев, но пик случаев приходится на период между 2 и 4 месяцами жизни.

Младенческая смертность – смертность детей до года, является основным компонентом детской смертности. Выявление патологии и назначение своевременного лечения – это прерогатива врачей-неонатологов и врачей-педиатров.

Но в последние годы, согласно статистике, участились случаи смерти детей от немедицинских причин, такие как смерть от воздействия внешних факторов, синдром внезапной смерти младенца, смерть от удушения и асфиксии.

Данная памятка познакомит Вас с простыми, но очень эффективными мерами профилактики смерти младенца от синдрома внезапной смерти и от воздействия внешних причин.

Синдром внезапной смерти младенца - это не заболевание и не болезненное состояние. Тот факт, что это случается внезапно, без каких-либо предпосылок, делает синдром внезапной смерти младенца тяжелым, невыносимым испытанием для родителей.

**Что вызывает синдром внезапной смерти?**

Конкретные механизмы развития внезапной смерти младенца до сегодняшнего дня, к сожалению, остаются еще гипотетическими, к ним относят нарушения работы сердца, внезапная остановка дыхания в результате нарушения работы нервных клеток, ответственных за дыхание, остановка дыхания в результате попадания молока и/или содержимого желудка в дыхательные пути, либо остановка дыхания в следствии смешанных причин, так же существуют причины связанные со сдавлением позвоночных артерий, иммунными нарушениями, в результате инфекций, врожденных дефектов обмена веществ и т.д. Известно более 70 причин внезапной смерти младенцев, сгруппированные в три большие группы:

1. Биологические факторы (затруднение пробуждения при асфиксии, недоношенность, апноэ, инфекции, бронхолегочная дисплазия, церебральная ишемия)
2. Материнские факторы (наркотики, алкоголь, курение во время беременности, незамужние, анемия беременной, низкая прибавка веса во время беременности, инфекции мочевыводящих путей)
3. Эпидемиологические факторы (прон-позиция во сне, низкий социально-экономический статус)

**Факторы риска:**

1. Этническая принадлежность
2. Низкая масса тела при рождении (менее 2500 гр.) и очень низкая масса тела при рождении (менее 1500 гр.)
3. Недоношенность
4. Через 5 мин после рождения оценка по шкале Апгар менее 7 баллов
5. Более чем 2 предшествующие беременности
6. Мать моложе 20 лет
7. Низкий уровень образования
8. Многоплодная беременность
9. Курение матери во время беременности

**Факторы высокого риска:**

1. Доношенные дети после очевидного жизне-угрожающего состояния:

- потеря сознания, апноэ, цианоз, клиническая смерть, судороги

1. Недоношенные дети с синдромом задержки внутриутробного роста и развития
2. Дети с абстинентным синдромом
3. Дети с апноэ в период младенчества

**Как предотвратить синдром внезапной смерти младенца?**

 Можно существенно снизить риск внезапной смерти, следуя простым рекомендациям, разработанным педиатрическими сообществами мира. Соблюдение этих простых правил безопасного сна младенца позволить в значительной степени снизить не только риск внезапной смерти, но и смерть от внешних причин, таких как удушение, закупорка дыхательных путей, застревание головы ребенка между разными предметами.

**Правила, которые нужно соблюдать.**

1. Всегда во время сна младенцев следует располагать в кроватке исключительно на спине.
2. Положите ребенка спать на спину на твердый упругий матрац в кроватке, удовлетворяющий требованиям современных федеральных стандартов безопасности.
3. Не кладите ребенка на водяной матрац, софу, мягкие матрацы, подушку или другие поверхности для сна.
4. Удостоверьтесь, что голова ребенка остается не укрытой во время сна.
5. Положите ребенка так, чтобы его ноги располагались у подножия кроватки.
6. Если используется тонкое одеяло, заправьте его вокруг матраца кроватки только до груди младенца.
7. Подушки, одеяла, простыни, мягкие игрушки, мягкие бортики, валики или шали и другие предметы нельзя подкладывать под ребенка и располагать в кроватке.
8. Храните мягкие объекты и постельное белье вне кроватки.
9. Нельзя курить во время беременности и кормления грудью, а также употреблять алкоголь, наркотики и другие наркотические (психоактивные) воздействия. Избегать пассивного курения. Не курите в жилище, где проживает ребенок, тем более в детской комнате и в присутствии ребенка.
10. Можно спать в одной комнате с ребенком, но не в одной кровати.
11. Грудное вскармливание имеет преимущество.
12. Можно давать ребенку пустышку, когда укладываете его спать. Для ребенка на грудном вскармливании, пустышку до месячного возраста не давать.
13. Проводите немедикаментозную профилактику срыгиваний, особенно перед сном.
14. Избегайте перегревания и тугого пеленания.
15. Рассмотрите возможность использования вентилятора в детской комнате для улучшения вентиляции.
16. Избегайте коммерческих устройств с маркировкой «снижает риск SIDS (Синдром внезапной смерти младенца)”
17. Не используйте домашние мониторы, как стратегию снижающую риск SIDS; используйте их только для тех младенцев, у которых отмечается экстремальная кардиореспираторная нестабильность.
18. Избегайте развития позиционной плагиоцефалии. Позиционное уплощение головы может быть снижено путем изменения положения головы во время расположения ко сну и использования упражнения «время животика» после пробуждения – ребенок выкладывается на живот на 15 минут под постоянным присмотром взрослого члена семьи, знакомого с методами профилактики синдрома внезапной смерти младенца.
19. Все члены семьи должны участвовать в профилактике внезапной смерти младенца и изучать методы профилактики данного состояния, а не только родители.
20. Продолжайте публичное ознакомление с методами профилактики внезапной смерти младенцев и изучайте методы базовой реанимации младенцев с отработкой практических навыков.

**Безопасность при купании**

1. Общие ванны с погружением ребенка проводят после заживления пупочной ранки.
2. Никогда не оставляйте ребенка без присмотра во время купания.
3. Не набирайте в ванночку воды выше указанного безопасного уровня.
4. Не используйте кипяченую воду для купания младенца.
5. Используйте термометр для поддержания безопасного уровня температуры. Первое купание в воде с температурой +34 0С, далее постепенное снижение на 10С в неделю жизни, до +27+28 0С.
6. Температура воздуха в помещении для купания +24+28 0С.
7. Используйте только специальные моющие средства для детей соответствующего возраста. Перед использованием всегда читайте инструкцию.

**По вопросам профилактики синдрома внезапной смерти младенца Вы можете проконсультироваться у своего участкового педиатра или врача-неонатолога, который занимался выхаживаем Вашего ребенка в периоде новорожденности.**

 *Администрация и коллектив БУ «Нижневартовский окружной*

 *клинический перинатальный центр»*

 *желает Вам и Вашему малышу крепкого здоровья!*