

Действия родителей для обеспечения профилактики асфиксии

- вместе с едой малыши проглатывают воздух; чтобы избавиться от него, нужно некоторое время **поддерживать ребенка вертикально**, поэтому никогда не укладывайте его сразу после кормления
- детский матрас должен быть полужестким. **Не укладывайте ребенка на мягкую перину, подушку**, используйте вчетверо сложенную пеленку
- выбирая детское постельное белье и одежду, **избегайте всевозможных завязок, тесемочек**. Не накрывайте ребенка одеялами, используйте конверт для сна
- не пеленайте ребенка туго. Малыш должен спать на спине или на боку
- не используйте для поддержания ребенка на боку подушки, мягкие игрушки или свернутые одеяла и постельное белье
- не надевайте на шею ребенка цепочки, тесемки с сосками
- не следует оставлять надолго старших детей одних около грудного ребенка, надеясь на их возраст и рассудительность
- **совместный сон** в одной кровати с родителями (и с другими детьми) **небезопасен** - он может стать причиной удушья малыша
- **исключите из зоны досягаемости ребенка мелкие предметы**, они могут быть проглочены и попасть в дыхательные пути или желудок
- **НЕ ОСТАВЛЯЙТЕ СВОИХ ДЕТЕЙ БЕЗ ПРИСМОТРА!**

Действия родителей при развитии асфиксии у ребенка

- **вызовите скорую помощь**
- проверьте частоту дыхания, приблизившись ко рту и носу ребенка, стараясь уловить движение грудной клетки
- оцените цвет кожи: об остановке дыхания свидетельствует бледность кожных покровов и посинение губ
- убедитесь, что в трахее нет посторонних предметов, открыв рот и немного запрокинув голову ребенка назад **(1)**, при их наличии постарайтесь освободить дыхательные пути **(2)**
- обеспечьте приток свежего воздуха, приоткрыв окно
- до приезда скорой помощи при остановке дыхания и отсутствии сердцебиения начинайте делать массаж сердца и одновременно искусственное дыхание, на 1 вдох 3 нажатия на основание грудины двумя пальцами (средним и указательным) **(3)**



телефоны для вызова скорой: 103 112 03

с любого оператора мобильной связи