

ការបន្ថយគ្រោះថ្នាក់នៃជម្ងឺទារកស្លាប់មួយរំពេចនៅលើគ្រែ (SIDS)

ដាក់កូនង៉ាឱ្យដេកផ្ទាល់



ដេកផ្តាច់



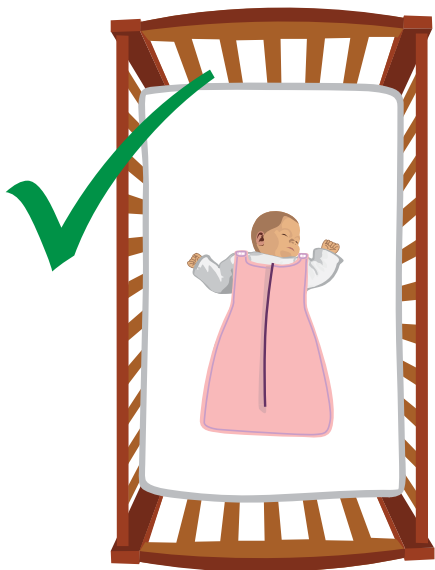
ដេកផ្ទៀង



ដេកផ្ទាល់

ការដាក់កូនង៉ាឱ្យដេកផ្ទៀង ឬផ្តាច់ បង្កើនគ្រោះថ្នាក់ SIDS

កុំឱ្យមានអ្វីគ្រប ក្បាលនិងមុខ



ប្រើកូនធាប (sleeping bag) ដែលមានសុវត្ថិភាព និងមានប្រហោងសំរាប់ស្នូក ក្បាលនិងដៃ

ឬ



កូនង៉ាដេកផ្ទាល់។ ជើងតំរង់ទៅចុងគ្រែសំរាប់ក្មេង។ ភ្លុយត្រូវបានញាត់ឱ្យតឹងល្អ។

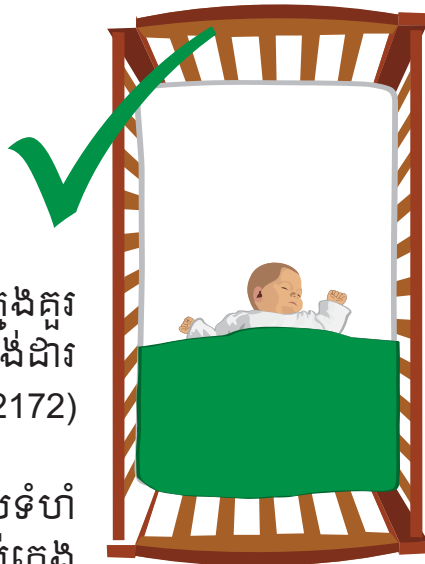
ការគ្របក្បាល ឬ មុខរបស់កូនង៉ាបង្កើនគ្រោះថ្នាក់ SIDS



កុំជក់បារីមុន ឬក្រោយឆ្លងទន្លេ

ការជក់បារីក្នុងអំឡុងពេលមានគភ៌និង
នៅជុំវិញកូនង៉ាក្រោយឆ្លងទន្លេបង្កើន
គ្រោះថ្នាក់ SIDS.

ជំនួយខាងលើជក់បារីអាចរកបានពី
វេជ្ជបណ្ឌិតរបស់លោកអ្នក,
គិលានុបដ្ឋាយិកា ឬតាមការទាក់ទងនឹង
យូតឡាញេល 131 848



កូនក្រែតសំរាប់ក្មេងគួរ
តែស្របតាមស្តង់ដារ
អូស្ត្រាលី (AS2172)

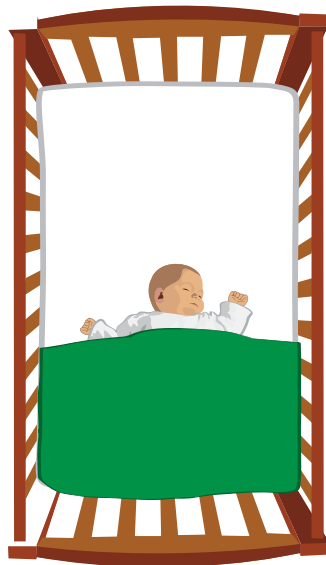
ពួកគួរតែរឹងហើយទំហំ
ត្រូវនឹងកូនក្រែតសំរាប់ក្មេង

កូនង៉ាដេកផ្ទាល់ ✓

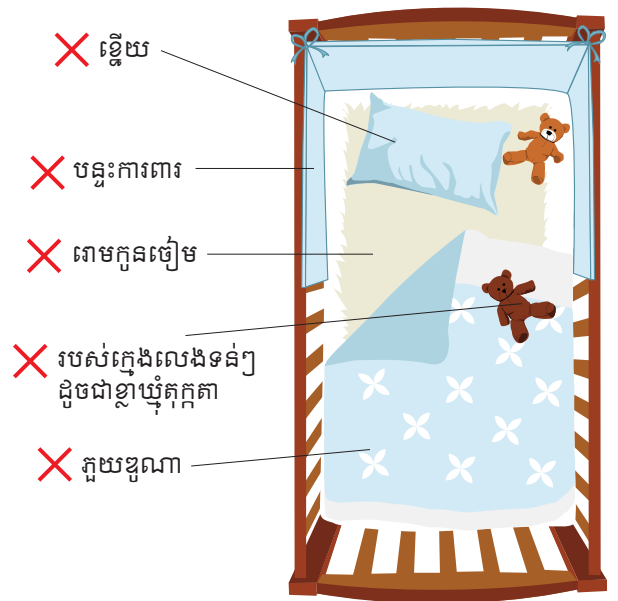
កុំឲ្យមានអ្វីគ្រប
ក្បាលនិងមុខ ✓

រក្សាកូនង៉ាកុំឲ្យប៉ះ
ផ្សែងបារីមុននិងក្រោយ
ឆ្លងទន្លេ ✓

ដាក់កូនង៉ាដេកនៅលើក្រែត
សំរាប់ក្មេងដែលមាន
សុវត្ថិភាពដែលដាក់នៅ
ក្បែរគ្រែរបស់មាតាបិតា ✓

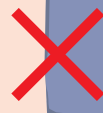


កុំឲ្យមានសម្ភារៈអ្វីទន់ៗ ឬ ប៉ោងនៅលើក្រែត



ផ្លែទន់ៗបង្កើនគ្រោះថ្នាក់ SIDS

កន្លែងដេកដែលពុំ មានសុវត្ថិភាព








កន្លែងដែលមានសុវត្ថិភាពបំផុត
សំរាប់កូនង៉ាដេកគឺនៅក្នុងកូនព្រែត
សំរាប់ក្មេងដែលដាក់នៅក្បែរព្រែត
របស់មាតាបិតា។



រូបទាំងឡាយដែលមានសញ្ញា X គឺជាកន្លែងដេកដែលពុំមានសុវត្ថិភាពទេ

បានរៀបចំបង្កើតឡើងដោយរួមគ្នាជាមួយ
SIDS និងកូនក្មេង ACT, ក្រសួងសុខាភិបាល ACT
និងក្រសួងពិការភាព, ក្រសួងកិច្ចបម្រើផ្នែក
គេហដ្ឋាននិងសហគមន៍។



ឧបត្ថម្ភទាំងស្រុងដោយ



www.grobag.com.au
1800 777 107

sidsand**kids**

ចំពោះព័ត៌មានថែមទៀត សូមពិភាក្សាជាមួយវេជ្ជបណ្ឌិត
ឬគិលានុបដ្ឋាយិកាខាងសុខភាពកុមាររបស់លោកអ្នក
នៅមជ្ឈមណ្ឌលសុខភាពសហគមន៍ប្រចាំតំបន់លោកអ្នក;
សូមទូរស័ព្ទ SIDS និងកូនក្មេងនៅក្នុងរដ្ឋ
ឬដើម្បីលោកអ្នកតាមលេខ

1300 308 307

ឬបើកមើលវេបសាយ និងកូនក្មេង
www.sidsandkids.org