

ንናይ ሃንደበታዊ ምሟት (SIDS) ሕጻን ሓደጋ ምቅናስ

ንሕጻን ብዝባኑ ክድቅስ ምግባር



ብኩብዲ



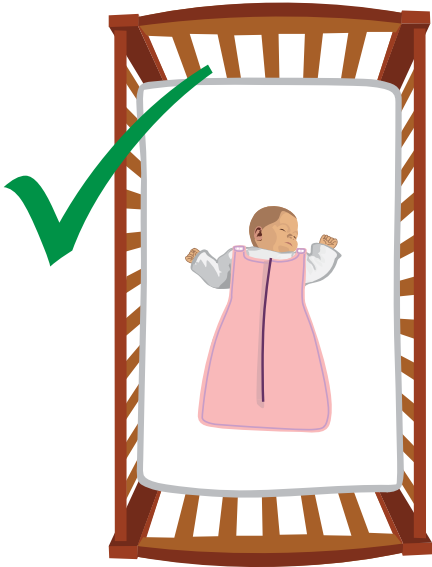
ብጉድኒ



ብዝባን

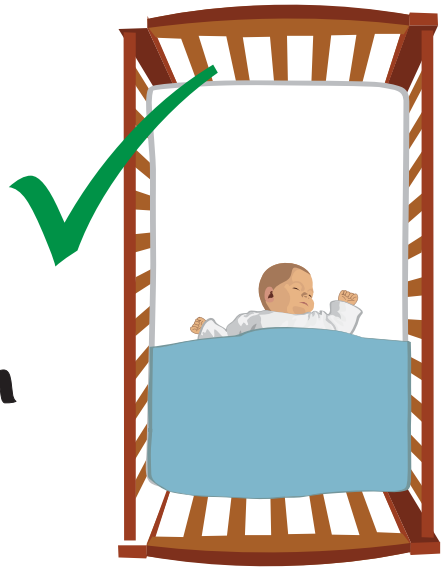
ንሕጻን ብጉድኒ ወይካኣ ብኩብዲ ጌርካ ምድቃስ ካብ ሃንደበታዊ ሞት (SIDS) ሓደጋ ብዝያዳ ከምዝውሰኽ እዩ

ንርእሲን ገጽን ዘይምሽፋን



ናይ ክሳድን ኢድን መእተዊ ብዘለዎ ጽቡቕ መደቀሲ ከረጺት ውሽጢ ብምጥቃም

ወይካኣ



ነቲ ሕጻን ብጉኒ ጌርካ ክድቅስ ምግባር። እግሪ ድማ ናብቲ ትሕቲ ሕጻን ኣራት ምግባር። ኣብቲ ኮበርታ ውሽጢ ብደንቢ ክኣትው ምግባር።

ናይቲ ሕጻን ርእሲ ወይካኣ ገጽ ምሽፋን ንናይ ሃንደበታዊ ሞት (SIDS) ሓደጋ ብዝያዳ ከምዝውሰኽ እዩ

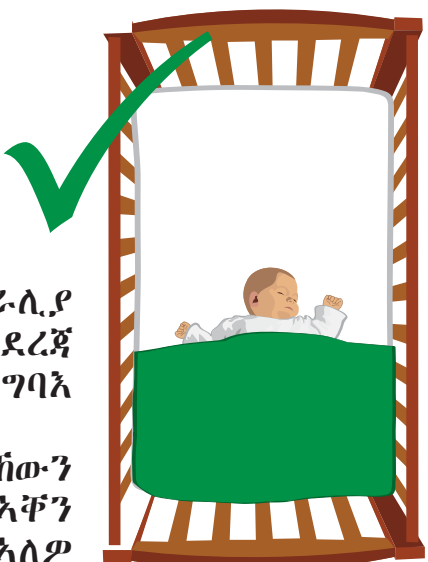


ቅድሚያ ሕጻን ምውላድን ብድሕሪኡ ሽጋራ ዘይምትካኸ

አብ እዋን ጥንሲ ሽጋራ ምትካኸን ከምኡ'ድማ ድሕሪ ምውላድ አብ ከባቢ ሕጻን ምትካኸ ንናይ ሃንደበታዊ ሞት (SIDS) ሓደጋ ብዝያዳ ከምዝውስኽ እዩ።

ምትካኸ ጠጠው ንምግባር ሓገዝ ብናትኩም ሓኪም፣ ነርሲ ይውሃብ ወይካኣ በዚ ዝስዕብ ስልኪ ኣዘራርቡ

Quitline/ንጠጠው መበሊ መስመር ብስልኪ 131 848



ብናይ አውስትራሊያ አራት ሕጻን ደረጃ (AS2172) ክማላእ ይግባእ

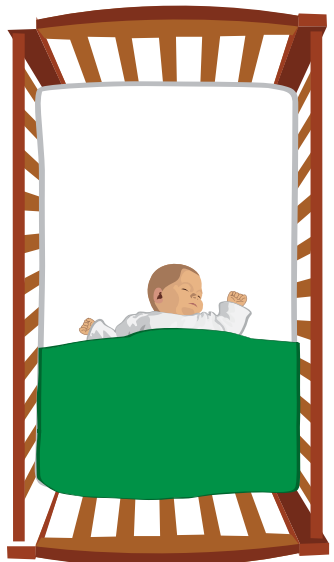
ንአራት ሕጻን ዝኸውን ፍርናሽ ትክክለኛ ኣቐን ክኸውን ኣለዎ

ሕጻን ብጉኒ ጌርካ ✓ ክድቅስ ምግባር

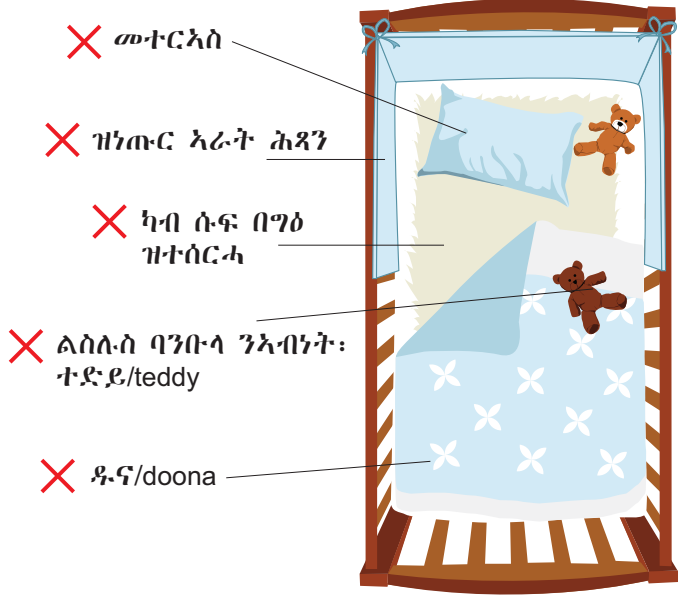
ርእስን ገጽን ዘይምሽፋን ✓

ቅድሚያ ሕጻን ምውላድን ብድሕሪኡ ካብ ሽጋራ ትኪ ናጻ ክኸውን ኣለዎ ✓

ሓደጋ ብዝዩስዕብ አራት ሕጻን ጌርካ አብ ጥቓ አራት ወለዲ ክድቅስ ምግባር ✓



አብ ልሰሉስ ወይካኣ ትንፋስ ብዝሓጸሮ ኣራት ዘይምድቃስ



✗ መተርአስ

✗ ዝነጡር አራት ሕጻን

✗ ካብ ሱፍ በግፅ ዝተሰርሓ

✗ ልሰሉስ ባንቡላ ንኣብነት፡ ተድይ/teddy

✗ ዱና/doona

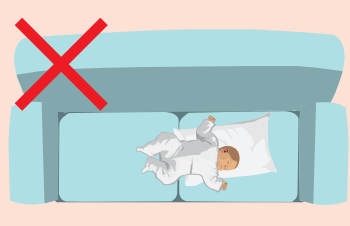
ልሰሉስ ዝኾነ ናይ አራት ሽፋን ንናይ ሃንደበታዊ ሞት (SIDS) ሓደጋ ብዝያዳ ከምዝውስኽ እዩ

ሓደገኛ ዝኾኑ ናይ መደቀሲ ቦታታት





ንሕጻን ብዝደሰግእ ኩነታ ንክተድቅስ ኣብ ኣራት ሕጻን ውሽጢ ጌርኻ እሞ ኣብ ጥቓ ኣራት ወለዲ ምግባር እዩ።



ቦቲ ስእሊ X ምልክት እንተሃልዩ ንክተድቅስ ጽቡቅ ዘይኾነ ቦታ ከምዝኾነ እዩ

ብናይ SIDS ከምኡውን Kids ACT (ሕጻውንቲ ኣብ ACT), ACT Health (ACT ሓለዎ ጥዕና) ከምኡ-ድግ ብናይ Department of Disability (ኣካለ ስንኩል መምሪያ), Housing and Community Services (ብናይ መንበሪ ገዛን ማሕበረሰብ ኣገልግሎት) ብሓባር ዝወጸ ጽሑፍ እዩ።



ሓገዝ ገንዘብ ብድሌቶም ብናይ



www.grobag.com.au
1800 777 107



ንዝበለፀ መረዳእታ ንምርካብ ብከባቢኹም ሓለዎ ጥዕና ንዝርከብ ናትካ ሓኪም ወይካኣ ናይ ሕጻን ሓለዎ ጥዕና ነርሲ ኣዘራርቡ፤ ኣብናትኩም መምሕድዳር ዞባ ወይካኣ ተራቶርይ ንዘሎ SIDS ከምኡውን Kids በዚ ዝሰዕብ ስልኪ ኣዘራርቡ።

1300 308 307

ወይካኣ ብናይ SIDS ከምኡውን Kids ዌብሳይት ምርኣይ
www.sidsandkids.org