

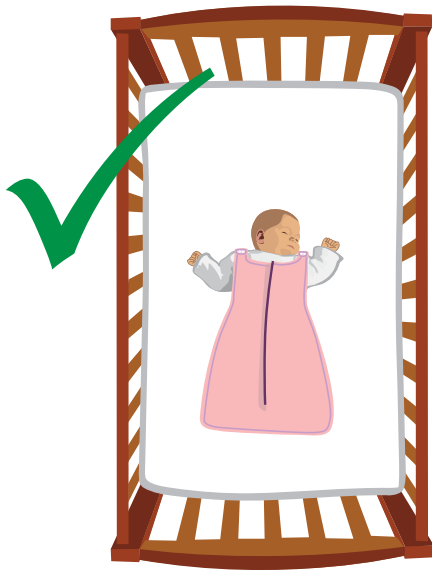
Giảm nguy cơ bị Hội Chứng Đột Tử Của Trẻ Sơ Sinh (Sudden Infant Death Syndrome - SIDS)

Cho em bé nằm ngửa
khi ngủ



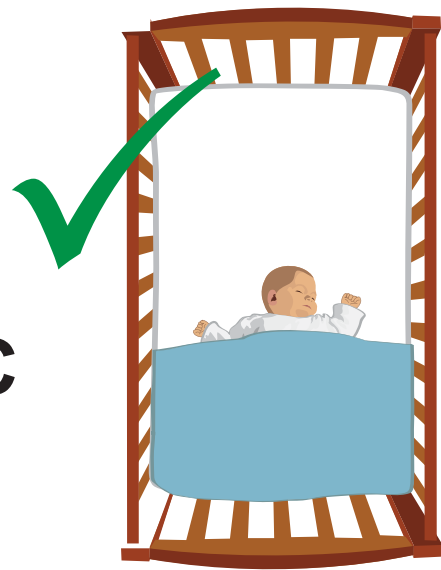
Cho em bé nằm nghiêng hay nằm sấp
khi ngủ làm tăng nguy cơ bị SIDS

Giữ Cho Đầu và Mặt
Không Bị Che Bịt



Sử dụng một túi ngủ an
toàn có lỗ khoét vừa cho
cổ và cánh tay

HOẶC



Em bé nằm ngửa.
Hai bàn chân ở đáy cũi.
Chăn được gài chặt.

Che đầu hay mặt của em bé làm tăng nguy cơ bị SIDS

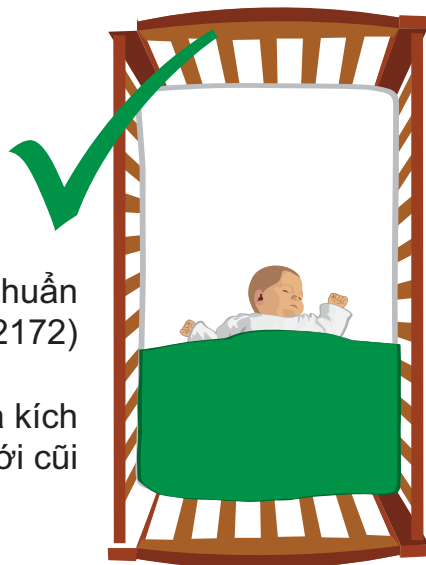


Không hút thuốc trước hay sau khi sinh

Hút thuốc trong thời gian thai nghén và gần em bé sau khi sinh, làm tăng nguy cơ bị SIDS.

Việc giúp đỡ về bỏ hút thuốc sẵn có ở nơi bác sĩ, y tá của quý vị hoặc bằng cách liên lạc

Đường Dây Giúp Bỏ Hút Thuốc ở số 131 848



Cũi nên đạt Tiêu Chuẩn Của Úc (AS2172)

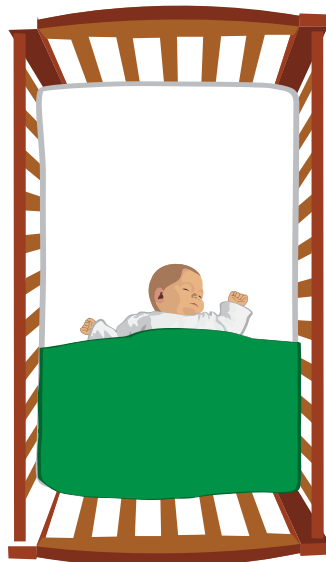
Đệm nên cứng và kích cỡ vừa với cũi

Em Bé nằm Ngửa ✓

Giữ cho đầu và mặt không bị che bịt ✓

Giữ cho em bé trong môi trường không có khói thuốc trước và sau khi sinh ✓

Cho em bé ngủ trong một cũi an toàn, bên cạnh giường của cha mẹ ✓

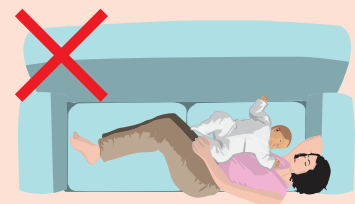
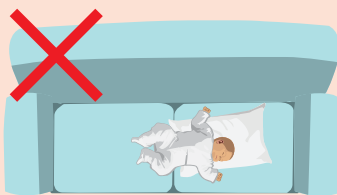


Không dùng các Đồ Mềm hay Nhiều Lông trong Cũi Ngủ



Các bề mặt mềm làm tăng nguy cơ bị SIDS

Những Chỗ Ngủ Không An Toàn



Các hình có dấu **X** là những chỗ ngủ không an toàn

Được cùng xây dựng bởi SIDS và Trẻ Thơ ACT, Y Tế ACT và Bộ Dịch Vụ Cộng Đồng, Gia Cư và Khuyết Tật.



Tự hào được tài trợ bởi



www.grobag.com.au
1800 777 107

sids^{and}**kids**[®]

Để biết thêm thông tin, hãy nói chuyện với bác sĩ của quý vị hoặc y tá về sức khỏe trẻ em tại Trung Tâm Y Tế Cộng Đồng địa phương của quý vị; hãy gọi đến SIDS và Trẻ Thơ tại tiểu bang hay lãnh thổ của quý vị ở số

1300 308 307

hoặc ghé thăm trang mạng của SIDS và Trẻ Thơ

www.sidsandkids.org