

تازه وارد به کانادا

حمایت از تربیت و

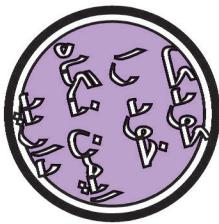
پرورش فرزند

توسط والدین



آشنایی با

سندروم مرگ ناگهانی نوزاد



Your organization here

نکات ایمنی



● هنگامی که طلف دارد می خوابد او را به پشت بخوابانید.

● تختخواب بچه ای را انتخاب کنید که مطابق با مقررات ایمنی جاری اداره بهداشت کانادا می باشد.

● فقط از تشكی استفاده کنید که سفت و محکم باشد و کاملا در تختخواب جایگزین شود.

● برای ۵ ماه اول، طلف را داخل تختخواب بچه در کذار تخت خود ندان بخوابانید.

● کلیه اسباب بازی ها و ملحفه ها را به جز ملحفه بخوابید.

● نباید در تختخواب یا کتابیه همراه با طلف خود کش دار تختخواب بچه خارج کنید.

www.cimascanada.ca

parentingsupport@cimascanada.ca

Funded by / Financé par



Canada

● برای ایمنی توسط دلار گری توسط (SIDS) برای آنرا به کناره های تشك سبک را انتخاب کرده و آنرا به کناره های تشك فرو کنید.

● اطمینان حاصل کنید که طلف شما خیلی داغ نباشد.

● منزل خود را از سیگار و دود آن مصون نگاه دارید.

● طلف خود را با شیر مادر تغذیه کنید، اینکار (SIDS) می تواند در برای سندروم مرگ ناگهانی نوزاد (SIDS) از او حفاظت کند.

● برای آنکه از تختخواب های بچه مورد تائید و سایر اطلاعات ایمنی از وبسایت اداره بهداشت کانادا به نشانی www.hc-sc.gc.ca بزدید کنید.

در موقع اضطراری فوراً با ۹۱۱ تماس بگیرید.

برای اطلاعات پاکاهی از خدمات اسکان در نزدیکی شما، از وبسایت www.settlement.org بزدید کنید.

سری ایمنی کودک



SIDS: Farsi Syndrome de mort subite du nourrisson : Farsi

the Canadian Foundation for the Study of Infant Deaths: www.sidscanada.org



لذرگری توسط

ایمن باشید

کاری که شما می توانید انجام دهید

ایمنی هنگام خواب شبانه

پس از به دنیا آمدن کودک تان، راه های دیگری برای کاهش خطر وجود دارد.



همیشه نوزاد را به روی پشت بخوابانید. سندروم مرگ ناگهانی نوزاد (SIDS) وقتی که نوزادان به پشت خوابیده اند، اغلب اتفاق نمی افتد.

اطفال نیاز دارند گرم بمانند - نه خلی خداغ و نه خلی سرد. اگر دمای داخل اتاق برای شما مناسب است، برای طفل شما نیز مناسب خواهد بود. برای اطمینان از اینکه بیشتر گردان او را المس کنید.

تندروست بشاید



کشیدن خطر سندروم را افرایش می دهد.

ناگهانی نوزاد (SIDS) را افرایش می دهد.

تغییرهای شیر مادر برای طلف شما مفید است. اینکار منافع زیادی داشته و تا حدودی طلف شما را در برابر سندروم مرگ ناگهانی نوزاد (SIDS) کاهش می دهد.

کاهش می دهد.



کاهش دهد.

سندروم مرگ ناگهانی نوزاد (SIDS) چیست؟

سندروم مرگ ناگهانی نوزاد (SIDS) مرگ ناگهانی، غیرمنتظره، غیر قابل توضیح طلف 1 ساله یا جوانتری است که ظاهرآ تندروست است. عموماً هنگام خواب اتفاق می افتد. سندروم مرگ ناگهانی نوزاد (SIDS) جان نوزادان زیادی را گرفته است. حتی کارشناسان هم، اینرا کامل درک نکرده اند. باین وجود، مطالعات نشان داده است، که شما می توانید خطر را کاهش دهید.



هنگام بارداری، می توانید، غذای سالم بخورید، ورزش کرده و سیگار نکشید. به محض اینکه فهمیدید باردار هستید به دکتر مراجعه کنید.

وروود نوزاد [به خانواده] یک لذت واقعی است. با این وجود، پدر و مادر شدن می توانند چالشها را از داشته باشد. این امر به ویژه برای نیازه واردین به یک کشور مصدق بینا می کند. اطلاعات متدرج در این بروشور به شما کمک می کنید تا خطر مربوط به سندروم مرگ ناگهانی نوزاد (SIDS) را کاهش دهید.



با وجودی که ممکن است شما بر این باور بشاید نزدیکی است، ولی اینکار می تواند خطر سندروم مرگ ناگهانی نوزاد (SIDS) را افزایش دهد. اطفال می توانند لای پترو، زیر شما یا بین کوسن ها گیر کنند. اگر چنین اتفاقی بیافتد ممکن است دچار خفگی شوند.