****

**"Профилактика механической асфиксии у детей**

С появлением в семье новорождённой крохи забот у родителей прибавляется. Помимо правильного питания и ухода крайне необходимо обеспечить безопасность малыша.

**Асфиксия** - удушье, вызванное сдавлением дыхательных путей, закрытием их просвета слизью, пищей, сдавлением шеи, грудной клетки и живота, которое может привести к смерти ребенка.

У новорожденного и ребенка первого года жизни это состояние может быть вызвано в основном следующими причинами:

- Прикрытие дыхательных путей ребенка мягким предметом (подушкой, игрушкой, полиэтиленовым мешком (пакетом) и т.д.

- Прикрытие дыхательных путей грудью матери во время кормления.

- Попадание инородных тел в дыхательные пути (мелкие игрушки, пуговицы, кольца, монеты, батарейки и т.д.).

- Попёрхивание, срыгивание и попадание молока не в пищевод ребенка, а в гортань, иногда бронхи.

- Сдавление области шеи цепочками с крестиками (талисманами), тесьмой с соской.

**Профилактика асфиксии**

* Соблюдайте правила прикладывания ребенка к груди: важно, чтобы ребенок сразу захватывал грудь со всей ареолой соска, не подсасывал воздух уголками рта. При кормлении из бутылочки важно, чтобы в ходе кормления соска была полностью заполнена молоком, а в конце кормления ребенок не высасывал пену.
* После каждого кормления держите ребенка вертикально в наклонном положении (под утлом 45 градусов) в течение 10 - 15 мин. для отхождения воздуха, заглатываемого во время кормления.
* При введении прикорма кормление ребенка проводить в положении полусидя (до 6 месяцев) или сидя (старше 6 месяцев).
* Во время сна укладывайте ребенка на спину. Голову поворачивайте на бок.
* Не кладите ребенка в одну кровать с собой и/или старшими детьми.
* Для сна младенца используйте плотный матрас без подушки, укрывайте легким детским одеялом.
* Не пеленайте ребенка туго.
* Покупайте детское постельное белье и одежду без завязочек, тесемочек и т.п.
* Не оставляйте старших детей одних около грудного ребенка

***Уважаемые родители, не оставляйте малыша без присмотра!***