



BARMHERZIGE  
BRÜDER

Krankenhaus Barmherzige Brüder  
Regensburg Klinik St. Hedwig



INFORMACJA DLA RODZICÓW

# Bezpieczny sen Twojego dziecka

KUNO siedziba w Klinice im. św. Jadwigi na Steinmetzstraße



Polnisch



---

---

# Noworodki i sen

Chcielibyśmy towarzyszyć Tobie i Twojemu maleństwu podczas drogi do domu i podarować Ci najwyższej jakości śpiwory dla niemowląt Bambini. Nasze śpiwory są projektowane według zaleceń pediatrów. Do ich produkcji wykorzystywane są jedynie naturalne surowce, bez dodatków chemicznych. Śpiwory produkowane są w Niemczech, a w procesie ich wytwarzania uczestniczą placówki dla osób niepełnosprawnych z naszego regionu.



## Zasady bezpiecznego snu

Niemowlęta bardzo wiele śpią w swoich pierwszych miesiącach życia. Jest to jak najbardziej wskazane, ponieważ odpowiednia ilość snu jest ważna dla ich optymalnego rozwoju fizycznego i umysłowego. Jednocześnie w rzadkich przypadkach w pierwszym roku życia może dojść do tzw. „nagłej śmierci łóżeczkowej”, która występuje najczęściej podczas snu.

Dokładna jej przyczyna pozostaje do tej pory niezbadana. Wiemy jednak, że korzystając z prostych środków, możesz znacznie zredukować to ryzyko:

- Ułóż Twoje dziecko w naszym śpiworku dla niemowląt.
  - W pierwszym roku życia układaj Twoje dziecko do snu na pleckach. Jednak kiedy nie śpi, możesz je bez obaw kłaść na brzuchu.
  - Chroń Twojego bobasa przed przegrzaniem. W sypialni nie potrzebuje on żadnych czapeczek ani rękawiczek. Temperatura od 16 do 18 stopni jest optymalna.
  - W Twojej sypialni przygotuj dla dziecka osobne łóżeczko drewniane lub dostawiane. Materac powinien być stabilny, bez poduszek, miękkich obić czy pluszowych maskotek.
  - Szkodliwość pasywnego palenia jest dobrze znana. U noworodków nikotyna może prowadzić nawet do zaburzeń oddychania, dlatego tak ważne jest, aby nie pozwalać nikomu palić w obecności Twojego maleństwa.
-