ELTERNINFORMATION

Foto: Baby Smile Fotografie OHG

SO SCHLÄFT IHR BABY SICHER

Regeln für einen sicheren Schlaf

Zentralversorger für die Stadt
und den Landkreis Schwandorf

BARMHERZIGE BRÜDER
Krankenhaus St. Barbara
Schwandorf

Babys und Schlaf

Wir möchten Sie und Ihr Kind auf Ihrem Weg nach Hause begleiten und schenken Ihnen einen hochwertigen Babyschlafsack. Unsere Schlafsäcke werden **nach Erkenntnissen von Kinderärzten entwickelt.** Bei der Herstellung kommen nur **naturbelassene Rohstoffe ohne chemische Zusatzstoffe** zum Einsatz. Die Schlafsäcke werden in Deutschland produziert, Behinderteneinrichtungen aus unserer Region helfen bei der Fertigung mit.

REGELN FÜR EINEN SICHEREN SCHLAF

Babys schlafen in ihren ersten Lebensmonaten sehr viel. Und das ist gut so, denn ausreichender Schlaf ist wichtig für die optimale körperliche und geistige Entwicklung. Gleichzeitig kann es in seltenen Fällen im ersten Lebensjahr zum sogenannten „Plötzlichen Kindstod" kommen, der meist während einer Schlafphase auftritt.

Die genaue Ursache wird derzeit noch erforscht. Wir wissen aber, dass Sie mit Hilfe einfacher Maßnahmen das Risiko für Ihr Baby deutlich reduzieren können:

- Lassen Sie Ihr Baby in unserem Babyschlafsack schlafen.
- Legen Sie Ihr Baby im ersten Jahr zum Schlafen in Rückenlage. Wenn Ihr Baby wach ist, können Sie es aber unbesorgt auf den Bauch legen.
- Schützen Sie Ihr Baby vor Überwärmung. Ihr Baby braucht im Schlafzimmer keine Mützchen oder Handschuhe. Als optimale Raumtemperatur gelten 16 bis 18 Grad.
- Legen Sie Ihr Kind in ein eigenes Gitter- oder Beistellbettchen, das bei Ihnen im Schlafzimmer steht. Betten Sie Ihr Baby auf eine feste Unterlage ohne Kissen, weiche Polster oder Plüschtiere.
- Die Schädlichkeit von Passivrauchen ist hinlänglich bekannt. Bei Neugeborenen kann Nikotin sogar direkt die Atemsteuerung stören. Daher sollten Sie niemandem erlauben, im Beisein Ihres Kindes zu rauchen.