

BEDENKEN SIE ...



... EIN ERHÖHTES
SIDS-RISIKO BESTEHT
LEDIGLICH IM ERSTEN
LEBENSJAHR.

**999 von 1000 Babys
sind nicht betroffen!**



BEI FRAGEN WENDEN SIE SICH BITTE AN FOLGENDE AUSKUNFTSSTELLEN:

für die Bezirke IBK, IBK Land, Schwaz:

Univ.-Klinik für Kinder- und Jugendheilkunde
0512/504-23 491

für die Bezirke Imst, Landeck:

A.Ö. Bezirkskrankenhaus St. Vinzenz Zams
054 42/600-23 99

für den Bezirk Kitzbühel:

A.Ö. Bezirkskrankenhaus St. Johann
053 52/606-320

für den Bezirk Kufstein:

A.Ö. Bezirkskrankenhaus Kufstein
053 72/69 66-37 05

für den Bezirk Reutte:

A.Ö. Bezirkskrankenhaus Reutte
056 72/601-510

für den Bezirk Lienz:

A.Ö. Bezirkskrankenhaus Lienz
048 52/606-449

Für den Inhalt verantwortlich:

avomed –

**Arbeitskreis für Vorsorgemedizin
und Gesundheitsförderung in Tirol**

Anichstraße 6/4 · 6020 Innsbruck

Tel.: 0512 58 60 63

avomed@avomed.at

www.avomed.at

PLÖTZLICHER SÄUGLINGSTOD (SIDS)

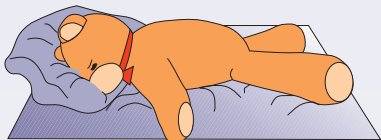


**Was Sie dagegen
tun können**



VERMEIDEN SIE ...

- ✗ **Bauch- und Seitenlage** während des Schlafens, Kopfpolster und zu weiche Matratze



- ✗ **Übermäßige Wärmebelastung Ihres Säuglings**
Empfohlene Raumtemperatur 18° – 20°C



- ✗ **Rauchen in Gegenwart des Kindes** besonders in der Schwangerschaft



- ✗ **Lassen Sie Ihr Baby nicht allein!**



WAS IST SIDS?

SIDS ist die Abkürzung für **Sudden Infant Death Syndrome** – zu deutsch: Plötzlicher Säuglingstod.

WIE EREIGNET SICH SIDS?

SIDS ereignet sich vorwiegend im Schlaf, wobei noch unklar ist, ob Atem- oder Herz-Kreislaufstörungen ausschlaggebend sind. Betroffen sind Babys im ersten Lebensjahr – mit einer besonderen Gefährdung im 3. Lebensmonat.

WAS KÖNNEN DIE ELTERN TUN?

Zahlreiche Risikofaktoren für SIDS sind bekannt. Zum Teil sind diese Faktoren durch einfache Maßnahmen zu verändern – das ist es, was Sie als Eltern tun können.



EMPFOHLEN WIRD...

- ✓ **Rückenlage** während des Schlafens

- ✓ **Rauchfreie Umgebung** besonders in der Schwangerschaft

- ✓ **Temperaturgemäße Kleidung**
Raumtemperatur 18 – 20°C

- ✓ **Stillen Sie Ihr Baby**, wenn es Ihnen möglich ist

- ✓ **Harmonische Umgebung** und häufiger Körperkontakt

- ✓ **Regelmäßige Arztbesuche**