

**TƯ LIỆU GIÁO DỤC VÀ RÈN LUYỆN
KỸ NĂNG THỰC HÀNH XÃ HỘI
“Chào mừng 10 năm ngày thành lập Tổng Đoàn Sao Bắc Đẩu
HOA 10 MÙA TỎA SÁNG**

**PHÒNG TRÁNH TAI NẠN & CHẤN THƯƠNG TÂM LÝ PHÒNG NGỪA
TAI NẠN THƯƠNG TÍCH TRONG GIA ĐÌNH**

*Huỳnh Toàn
Tổng trưởng – Tổng Đoàn Sao Bắc Đẩu
Trưởng khoa Huấn luyện kỹ năng*

CHỦ ĐỀ : PHÒNG TRÁNH HỘI CHỨNG ĐỘT TỬ

Hội chứng đột tử ở trẻ sơ sinh (Sudden Infant Death Syndrome) là hiện tượng thường xảy ra ở trẻ từ một tháng tới một năm tuổi. Để phòng tránh nên tìm hiểu nguyên nhân gây ra hội chứng này.

- Trẻ sinh non hoặc quá nhẹ cân có nguy cơ nhiễm hội chứng đột tử.
- Trẻ thường nằm sấp khi ngủ
- Sinh ra từ mẹ dưới 20 tuổi
- Bé trai thường có nguy cơ nhiễm hội chứng này hơn các bé gái.

CÁCH ĐỂ TRÁNH HỘI CHỨNG ĐỘT TỬ

- Không để bé ngủ thời gian dài trong xe hơi hoặc xe đẩy, nhất là với các em bé dưới 4 tháng bởi các bé có thể bị chết ngạt nếu đầu cuộn về phía trước quá nhiều
- Dù bé ngủ chung hoặc đặt trong giường nôi, cũng nên đặt bé gần giường của bạn để theo dõi những bất thường và xử lý kịp thời khi bé ngủ.
- Cho ngậm vú giả cũng là cách giúp cho bé ngủ ngon, sâu giấc và giảm thiểu khả năng mắc hội chứng đột tử.
- Cho bé đi tiêm chủng đầy đủ và đúng thời gian.
- Nên cho bé mặc quần áo nhẹ nhàng khi đi ngủ, nhiệt độ phòng ngủ nên giữ thoải mái như cho người lớn.
- Cho con bú sữa mẹ làm giảm nguy cơ đột tử.