


Oddychaj spokojnie


“Byłby o wiele za młody i za słaby, by się od tego uwolnić.”

Raport koronera, uduszenie sznurkiem od żaluzji


To straszna myśl, że coś może uniemożliwić Twojemu dziecku oddychanie. Jednakże kroki, aby temu zapobiec, są proste i mają sens.

 **Żaluzje okienne** - wystarczy zaledwie 20 sekund, aby maluch zmarł w wyniku uduszenia niebezpiecznym sznurkiem od żaluzji okiennej.


- Aby bezpiecznie trzymać sznurek od żaluzji oraz łańcuchy zamocuj hak lub napinacz i zawsze ich używaj. Nowe żaluzje powinny być dostarczane z następującymi elementami
- Rozważ żaluzje bez sznurka w pokojach dziecięcych
- Pamiętaj, że dzieci mogą się wspinać i wejść wyżej niż uważasz. Odsuń meble w sypialni od sznurów i łańcuchów
- Upewnij się, że sznurki z tyłu rolety rzymskiej są podłączone za pomocą urządzenia, które pęka pod naciskiem.

 **Spanie i chusty** - Dzieci mogą się udusić przez rzeczy, których nie będą mogły odepchnąć.

- Czyste łóżeczko to bezpieczne łóżeczko - unikaj kołder, poduszek i ochraniaczy na łóżeczko
- Nie śpij z dzieckiem na kanapie, ponieważ zwiększa to znacznie szanse na uduszenie
- Jeśli ktokolwiek czuje się wyczerpany, spożywano alkohol lub paliło się papierosy, lub jeśli dziecko jest wcześniakiem albo ma niską wagę urodzeniową, nie należy spać z nim w swoim łóżku
- Stosuj się do zaleceń T.I.C.K.S dla chust i nosideł www.babyslingsafety.co.uk

 **Worki na pieluchy** - małe dzieci naturalnie chwytają przedmioty i ciągną je do buzi, ale nie są w stanie ich odciągnąć. Mogą się udusić cienkimi workami z pieluchami.

- Worki na pieluchy należy przechowywać poza zasięgiem dzieci
- Nigdy nie przechowuj worków z pieluszkami pod materacem łóżeczka.

 **Zadławienia** - niemowlęta i małe dzieci wciąż uczą się żuć, połykać i oddychać w odpowiedniej kolejności. Nie wydadzą żadnego dźwięku, który by mógł Ciebie ostrzec. Istnieją jednak proste sposoby, aby temu zapobiec.

- Nie podpieraj butelki dziecka, aby je nakarmić
- Pokrój okrągłe jedzenie, takie jak winogrona, pomidory i duże jagody na pół wzdłuż lub na ćwiartki, a nie tylko w poprzek
- Pokrój twarde jedzenie, takie jak marchew, jabłka, kielbaski i ser w cienkie paski, a orzechy posiekaj na drobne kawałki
- Unikaj popcornu, pianek marshmallows i twardych okrągłych słodyczy, takich jak mini jajka lub gotowane słodycze
- Umieść małe części zabawek starszych dzieci poza ich zasięgiem
- Obejrzyj film Chokeables, aby uzyskać porady dotyczące pierwszej pomocy www.sja.org.uk/thechokeables

