

Gesunder Kinder-Schlaf

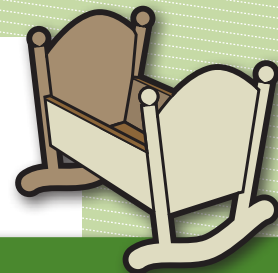
Ich schütze mein Baby.



So schläft mein Baby sicher:

Raum:

- Der Raum ist 18 Grad warm.
- Der Raum ist rauch-frei.
- Das Baby-Bett steht nicht neben der Heizung.
- Das Baby-Bett steht nicht in der Sonne.



Bett:

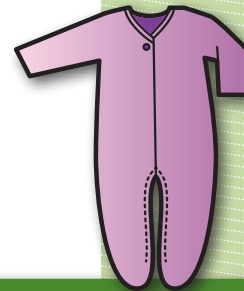
- Das Bett hat nur ein Spuck-Tuch.
- Ein Schlaf-Sack ist besser als eine Decke.

Wichtig:

Kein Kopf-Kissen
Keine Fell-Unterlage
Keine Kuschel-Tiere in den ersten Monaten
Das Baby kann ersticken.

Bekleidung:

- Das hat mein Baby an:
Windeln
Body
Schlaf-Anzug
Schlaf-Sack, in den es nicht hinein-rutschen kann
- Wenn es warm ist:
Das Baby braucht keinen Schlaf-Anzug.



Schlaf-Position:

- Das Baby liegt auf dem Rücken.
- Damit der Kopf nicht schief wird:
Das Bett nach einiger Zeit herum-drehen.

Wichtig:

Das Baby schläft gesünder im eigenen Bett.
Das Baby zum Schlafen nicht auf eine Bett-Decke legen. Das ist gefährlich.
Das Baby sackt darin ein. Dann bekommt es schlecht Luft.



Dann gehe ich zum Kinder-Arzt:

Das Baby schläft.
Manchmal atmet es nicht weiter.
Das Baby ist ohne Grund nass von Schweiß.
Das Baby hat eine bläuliche Gesichts-Farbe.