

## Brushtfeederei iss gut fer Bobbelie

- Ye meh du dein Bobbeli naddeerlich natt machscht, ye wennicher Gfahr fer SIDS.
- Bobbeli as naddeerlich natt grickt hen wennicher Schnubbe un Ohr-Weh.
- Dokder saage zu die Eldre fer Bobbelin yuscht Muddermillich gewwe fer die aerschde 6 Munet.



## Bobbelie brauche Bauch-Zeit



- Yuscht weil du dei Bobbeli uff em Buckel schloofe legscht mahnt net dass Bauch-Zeit net wichtig iss!
- Bobbelie brauche wacher Bauch-Zeit yeder Daag mit em Uffgewaxener.
- Bauch-Zeit helft Bobbelie grawwle un sich rum bewege zu lanne.
- Manche Bobbelie gleiche velleicht Bauch-Zeit net am Ohfang. Leeg en Schpieling nooch bei fer dass sie's greife un damit schpiele kenne.

## Annere Wege fer's Bobbeli Sicher zu Halde

- Bobbelie sollte so schnell wie meeglich noch em Gebore Haut-zu-Haut mit der Mammi ghalde warre, wenigstens fer die aerschde Schtund.
- Nimm gut fer dich selwer un dei Bobbeli - ess gut & seh en Docketor rechtzeitig.
- Halt die gforderte Impfunge fer dei Bobbeli uff em neischde Stand.
- Geb dein Bobbeli en Lutscher fer's Nickerche un fer's Ins-Bett-Geh.

# Was iss SUID ?

Plutlicher Unerwardeter Bobbelie-Dood (**Sudden Unexpected Infant Death, SUID**) iss der plutzlich Dood vun en Bobbeli wo bletzlich un unerwardet gschehe eb ihr aerschder Gebottsdaag. Es gebt 3 Sotte vun **SUIDs**, Plutlicher Kinnschtdood (**Sudden Infant Death Syndrome, SIDS**), zufellicher **Erschtickung un Erwegung** im Bett un **unbekannte Ursache**.

Es **kann** gschehe...  
weil es **iss** am gschehe!

### Fakta iwwer SIDS

- SIDS iss die gwehnligscht Ursach vum Dood bei Bobbelie 1-12 Munet alt.
- Die meenschte SIDS Dode gschehe im Winder.
- Buwe sin ehnder as Meed am shtarewe vun SIDS.
- Schwatze Bobbelie sin zweemol so wahrscheinlich am shtarewe vun SIDS wie weisse Bobbelie.

### Zufellicher Erschtickung un Erwegung

Bobbelie wu net sicher ins Bett glegt warre kenne sich wehduh odder sogar shtarewe. En Bobbeli kennt vun em Bett odder Sofa falle, sich in Leindicher un Decke verwickle, odder zwische en Madrass un die Wand gfange warre. En Bobbeli kann aa shtarewe wann en Uffgewaxener odder en Kind iwwer es Bobbeli rollt wann sie es Bett deele.

### Unbekannte Dodes-Ursache

Die Ursach vum Dood vum Bobbeli kann net feschtgschtellt warre noch en grindliche Unnersuchung.



Des Project iss unnerschutzt, unnich en Contract mit die Pennsylvania Department vun Health zamme mit Penn Medicine un Maternity Care Coalition.



In Zammearweit mit:



Fer meh Information, finn uns online:

[www.PASafeSleep.org](http://www.PASafeSleep.org)

Bobbelie sicher hawwe wann schloofe iss so eefach wie ABC.

# Alone Back Crib

(Allein Rück Gribb)



# Die Sicher-Schloof Richtlinie\*

Folg selle 8 Schritte um dei Bobbeli sicher un gsund zu halde.

- 1. Shtell dei Bobbeli uff ihre Rick zu schloofe bis ihre aerschde Gebottsdaag.**
- 2. En Bobbeli soll in der selwe Shtubb wie en Uffgewaxner schloofe, awwer in seiner eegne Gribb.**  
Leeg dei Bobbeli nie uf em Sofa schloofe, Shtuhl, Wasser-Bett odder annere weiche Bletz.
- 3. Shtell ken Gribb Bumpers, Decke, Kisse odder, Schpieldinge in dei Bobbeli Gribb.**
- 4. Es einzige im Bobbeli seim Gribb sott en feshti Madrass un en gsetztes Leinduch sei.**
- 5. Nimmi shtell dei Bobbeli zu schloofe in en Gribb was meh ass 10 Yaahre zerick gemachth waar odder was Deelee fehle odder gebroche sin.**
- 6. Mach es Zimmer wo dei Bobbeli drin schloft net zu hees.**  
Duh dei Bobbeli aaa in net wie en Layer meh ass was du aahoscht.
- 7. Allsfatt duh dei Bobbeli uff ihr Rick in es Gribb nooch Essezeit.\*\***
- 8. Halb dei Bobbeli weg vun Schmok, Alkohol & Unrechte Droge.**

\* Empfiehlt vun de Amerikaanisch Akademie fer Kinnerheilkunde (American Academy of Pediatrics, AAP)

\*\* Brushtfiedere hot gezeigt, dass es Risiko vun SIDS kann verringert wäre.

## En Sicherer Schloof-Blatz fer Dei Bobbeli Mache

Vergess net denne Tips zu annere Leit beizubringe wu uff dei Bobbeli achtgewwe!

### Sicheres Schloofe



Eck-Poschte sotte net iwwer 1/16" hoch sei.

Nemm en feshti gsetzt-bassende Madrass.

Die Shtawwe am Gribb sotte eng zammegmacht sei, mit net viel Blatz dezwische.

Es Bobbeli sott allee im Gribb sei, mit nix anneres wie en gsetztes leinduch iwwer die Madrass.

Alle Deel vum Bett sotte fescht sei, net locker.

### Gefahrlich!



Ken fehlende odder kabutte Shticker (Schraube, Bracket un so weider).

Du ken Gribb-Bumper, Decke, Qwilts odder Kisse.

Mach es Shtubb wo dei Bobbeli drin schloft net zu hees.

Ken ausgschnittene Forme im Koppbrett odder Fussbrett.

Duh nie Shtoffdiere odder Schpielding in dei Bobbeli sei Gribb.

## Es iss net sicher mit em Bobbeli im gleiche Bett zu schloofe

Uffgewaxener, Kinner odder Hausdiere wu im gleiche Bett wie en Bobbeli schloofe odder nickerche duhn setze es Bobbeli in Gfahr fer Verletzung odder sogar Dood.

### Gfahre vum Bett-Deele mit em Bobbeli

- Bobbelie kenne vum Bett rolle un sich wehduh.
- Bobbelie kenne zwische em Bett un der Wand gfangen warre un ufheere schnaufe.
- En schloofender Uffgewaxener odder Kind kennt iwwer's Bobbeli rolle.
- Es Schloofe mit Decke, Leindicher, Qwilts un Kisse kann gfaehrlich sei fer Bobbelie wo sich verwickle odder ersticke kenne.
- Wann du dei Bobbeli feederscht un denkscht du kennscht eigschloofe, feeder dei Bobbeli uf deem Bett un net uf em Sofa odder weiche Shtuhl. Wann du doch eigschloofscht, so schnell wie du ufwaachscht, duh dei Bobbeli in sei eege Gribb.

