**Профилактика механической асфиксии у детей**

**Асфиксия** – удушье, вызванное сдавлением дыхательных путей, закрытием их просвета слизью, пищей, сдавлением шеи, грудной клетки и живота, которое может привести к смерти ребёнка.

У новорожденного и ребёнка первого года жизни это состояние может быть вызвано в основном следующими причинами:

* Прикрытие дыхательных путей ребёнка мягким предметом (подушкой, игрушкой, полиэтиленовым мешком (пакетом) и т.д.
* Прикрытие дыхательных путей грудью матери во время кормления.
* Попадание инородных тел в дыхательные пути (мелкие игрушки, пуговицы, кольца, монеты, батарейки и т.д.).
* Попёрхивание, срыгивание и попадание молока не в пищевод ребёнка, а в гортань, иногда бронхи.
* Сдавление области шеи цепочками с крестиками (талисманами), тесьмой с соской.

**Профилактика асфиксии**

* Соблюдайте правила прикладывания ребёнка к груди: важно, чтобы ребёнок сразу захватывал грудь со всей ареолой соска, не подсасывал воздух уголками рта. При кормлении из бутылочки важно, чтобы в ходе кормления соска была полностью заполнена молоком, а в конце кормления ребёнок не высасывал пену.
* После каждого кормления держите ребёнка вертикально в наклонном положении (под углом 450) в течение 10-15 мин. для отхождения воздуха, заглатываемого во время кормления.
* При введении прикорма кормление ребёнка проводить в положении полусидя (до 6 месяцев) или сидя (старше 6 месяцев).
* Во время сна укладывайте ребёнка на спину. Голову поворачивайте на бок.
* Не кладите ребёнка в одну кровать с собой и / или старшими детьми.
* Для сна младенца используйте плотный матрас без подушки, укрывайте лёгким детским одеялом.
* Не пеленайте ребёнка туго.
* Покупайте детское постельное бельё и одежду без завязочек, тесёмочек и т.п.
* Не оставляйте старших детей одних около грудного ребёнка.