

元気だった赤ちゃんが 眠っている間に突然なくなる病気、

なるべく
赤ちゃんは
一人にしないでね。

SIDS (乳幼児突然死症候群) を防ぐために…

※SIDSの原因はまだ解明されていません。しかし、以下の1、2、3をまもることでSIDSの発生率を抑えることが数々の研究で明らかになっています。



約束 1 うつぶせ寝はやめてね。

「うつぶせ寝」の方がSIDSの発生率が高いという研究結果がでています。うつぶせ寝がSIDSを起こすものではありませんが、医学上の理由でうつぶせ寝を勧められている場合以外は、赤ちゃんの顔が見えるあおむけで寝かせましょう。

約束 2 たばこは吸わないでね。

健康の害となるたばこはSIDSにも大きく関係しています。妊婦自身の喫煙はもちろん、妊婦や赤ちゃんのそばでの喫煙は避けること。身近な人の理解も大切ですので、日頃から喫煙者に協力を求めましょう。また、妊娠中の喫煙は、お腹の赤ちゃんの体重を増えにくくし、また呼吸中枢にも明らかによく影響を及ぼします。



約束 3 できる限り母乳でね。

調査によると、母乳で育てられた乳児は、人工乳で育てられた乳児と比べると「SIDSの発症の危険性が低い」という結果がでています。人工乳がSIDSを引き起こすものではありませんが、できる限り母乳での育児をおすすめします。

「乳幼児突然死症候群(SIDS)の診断のためのガイドライン」は、厚生労働省ホームページで全文をご覧いただけます。

<http://www.mhlw.go.jp/houdou/2005/04/h0418-1.html>



健やか親子21運動は、21世紀の母子保健を推進する国民運動計画です。健やか親子21では、2010年までに乳児のSIDS死亡率を半減することを目標に掲げています。

お問い合わせは

乳幼児突然死症候群(SIDS)については、各都道府県・市町村の母子保健担当課及び保健所・保健福祉センターなどでご相談に依っています。

● 子どもに安全をプレゼント 事故防止支援サイト

健やか親子21では、2010年までに子どもの不慮の事故死亡率を半減することを目標に掲げています。このサイトに掲載されたチェックリストを参考に、子どもの事故を防ぐための育児環境の再点検をしましょう。

<http://www.niph.go.jp/soshiki/shogai/jikoboshi/index.html>

● 働いている妊産婦さんへ

妊娠や出産などを理由とした解雇は、男女雇用機会均等法で禁止されています。妊娠や出産などを理由に会社から解雇されたり、意に沿わない退職を強要されたら、都道府県労働局雇用均等室にご相談ください。トラブル解決のために調停制度などをご利用いただけます(無料)。

(都道府県労働局雇用均等室の連絡先)

<http://www.mhlw.go.jp/general/sosiki/chihou/index.html>