6 Ιουλίου 2017

Αιφνίδιος βρεφικός θάνατος: Ποια μέτρα μπορείτε να πάρετε

/ Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός



Όταν λέμε αιφνίδιο θάνατο βρέφους, μιλάμε για έναν ξαφνικό θάνατο ενός βρέφους κάποια στιγμή, από τις 12 το βράδυ έως τις 8 το πρωί. Η συχνότητά του είναι πολύ μικρή (1,7 στα 1.000 βρέφη).



Το μωρό κοιμάται κανονικά χωρίς να έχει κανένα πρόβλημα και το πρωί το βρίσκετε στην κούνια του, χωρίς να αναπνέει. Η αιτία είναι άγνωστη.

Υπάρχουν πολλοί παράγοντες όπως η προωρότητα, η κληρονομικότητα, το κάπνισμα της μάνας στην εγκυμοσύνη, η ανεπαρκής παρακολούθηση της εγκύου, το χαμηλό οικονομικό εισόδημα, το φάσκιωμα, η υψηλή θερμοκρασία στο δωμάτιό του, μωρά που κοιμούνται μπρούμυτα, χρήση παυσίπονων και αναισθητικών φαρμάκων κατά τον τοκετό, η χορήγηση ξένου γάλακτος με μπιμπερό, είναι μερικοί από τους ενοχοποιητικούς παράγοντες.

Ο αιφνίδιος θάνατος συμβαίνει συνήθως στην ηλικία των 2-4, πιο συχνά στα αγόρια.

Ποια μέτρα μπορείτε να πάρετε εσείς για μείωση της πιθανότητας εμφάνισης αιφνίδιου θανάτου;

Μην κοιμίζετε το μωρό σας μπρούμυτα
Μυν έχετε υψηλή θερμοκρασία στο δωμάτιό του (18-21 βαθμούς Κελσίου είναι η κανονική θερμοκρασία).
Μη φασκιώνετε το μωρό σας
Μη χρησιμοποιείτε μαξιλάρι ή ζεστές κουβέρτες για να ζεστάνετε το μωρό. Βάλτε σκληρό στρώμα.
Μην καπνίζετε.
Φροντίστε να θηλάζετε το μωρό σας. Ο μητρικός θηλασμός προστατεύει.
Μην αφήνετε γούνινα και πάνινα κουκλάκια δίπλα του.

Τέλος, πάντα να θυμόσαστε ότι ο αιφνίδιος βρεφικός θάνατος, είναι σπάνιο φαινόμενο, μην το σκέφτεστε, ηρεμήστε και απολαύστε τις ημέρες με το νεογέννητο μωρό σας στο σπίτι.

Ανδρέας Κωνσταντόπουλος
Καθηγητής Παιδιατρικής

*απόσπασμα από το βιβλίο του «Οι πρώτοι 12 μήνες του μωρού μου» από τις εκδόσεις Μεταίχμιο

Πηγή: mothersblog.gr