

→ BULARREKO HAURRAREN BAT-BATEKO HERIOTZAREN SINDROMEAREN PREBENTZIOA



ZER DA?



Bularreko haurraren bat-bateko heriotzaren sindromea honela definitzen da: urtebetik beherako haur bat bat-batean hiltzea, kausa ezin denean azaldu. Mendebaldeko herrialdeetan, 1-3 haurri baino gutxiagori gertatzen zaie 1.000 jaiotzako.

NOLA PREBENI DAITEKE?

Jarraitu zainketako gomendio hauei:



1. Lotarako etzatean:

- Gorputz-jarrera: **ahoz gora** 6. hilabetera arte; hobe 12. hilabetera arte.
- **Koltxoi sendoa**, egonkorra eta sehaskaren neurrietarako egokia.
- Haurra sehaskaren **behealdean etzan**, oinak ertzetik hurbil gera daitezen.
- Haurra soilik besapeetaraino estali, giro-tenperatura kontuan hartuta.
- **Burua estali gabe** utzi.
- Sehaskan dauden gainerako objektuak kendu (burkoak, jostailuak, objektu bigunak).



2. Egoera hauetan ez da haurrarekin ohe berean lo egin behar:

- **Alkohola** edan ondoren.
- **Kontzientzia-egoera aztoratuta** baduzu (adib., medikamentu bidezko tratamendua edo substantzia jakin batzuk hartu ondoren).
- **Muturreko nekea** baduzu.
- **Sofan, besaulkian...** (ohean soilik).



3. Zenbait azterlanen arabera, **ama-esnea**

hartzea beste babes-faktore bat da, arriskua gutxitzen duena.



4. Gutxienez lehen 6

hilabeteetan, **heldu batengandik** gertu lo egin dezala.



5. **Ez erre** (bereziki

haurdunaldian eta haurra jaiotzean).

6. Egon kerik gabeko

guneetan.

LO SEGURU EGITEKO PREBENTZIO-NEURRIAK

0-6 HILABETEKO HAURTXOEK

AHOZ GORA



**Ez estali
burua lo
egiteko**



**Ez jarri behar baino
arropa gehiago:** jantzi
gelako temperaturaren
arabera



**Jarri haurtxoa
sehaskaren behealdean
eta gorputza
besapeetatik oinetaraino
bakarrik estali**



Ez jarri beste ezer sehaskan:
ez burkorik, ez jostailurik, ezta
bestelako objektu bigunik ere



**Negar egiten
badu, beti
egin kasu**



**Erabili koltxoi
sendo eta arteza,
sehaskaren
neurrietarako
egokia**



EZ ERRE
% 100ean
tabakorik
gabeko ingurua