

25 Ιανουαρίου 2017

Γιατί τα βρέφη πρέπει να κοιμούνται στο δωμάτιο των γονιών τους μέχρι να γίνουν ενός έτους

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Νέες

οδηγίες για τον ύπνο των βρεφών από την Αμερικανική Ακαδημία Παιδιατρικής

(AAP).

Στις νέες οδηγίες που εξέδωσε η Ακαδημία, συνιστά τα βρέφη να κοιμούνται στο ίδιο δωμάτιο με τους γονείς τους, όχι όμως και στο ίδιο κρεβάτι, τουλάχιστον για το πρώτο εξάμηνο της ζωής τους ή, ιδανικά έως ότου γίνουν ενός έτους. Με αυτό τον τρόπο εκτιμάται ότι θα μειωθεί ο κίνδυνος τουλάχιστον έως και 50% εκδήλωσης του συνδρόμου αιφνίδιου θανάτου.

Η αρμόδια επιτροπή της AAP που συνέταξε τις νέες οδηγίες εκτιμά πως όταν το μωρό βρίσκεται εντός του οπτικού πεδίου των γονέων είναι πιο εύκολο να το παρακολουθούν και να γίνει αμέσως αντιληπτό τυχόν πρόβλημα που μπορεί να απειλήσει τη ζωή του. Ωστόσο, τονίζουν ότι δεν πρέπει οι γονείς να παρασυρθούν και να παίρνουν το μωρό στο κρεβάτι τους. Απεναντίας θα πρέπει το βρέφος να έχει το δικό του κρεβατάκι ή κούνια. Επίσης, η επιτροπή της AAP εφιστά την προσοχή, ιδιαίτερα των μητέρων κατά την ώρα του θηλασμού, καθώς συχνά αποκοιμούνται την ώρα που ταΐζουν το μωρό τη νύχτα. Για το λόγο αυτό, θα πρέπει να αποφεύγονται στο κρεβάτι τα μαξιλάρια, τα χαλαρά σεντόνια, οι κουβέρτες και γενικότερα τα μαλακά υφάσματα μέσα στα οποία μπορεί να πάθει ασφυξία το μωρό.

Το σύνδρομο του αιφνίδιου βρεφικού θανάτου αποτελεί τον εφιάλτη κάθε νέου γονιού αλλά και ένα άλυτο ιατρικό μυστήριο, αφού παρά τις ατελείωτες έρευνες δεν έχει βρεθεί μία αιτία. Υπολογίζεται ότι σε ετήσια βάση χάνουν εξαιτίας του τη ζωή τους σχεδόν 20.000 μωρά σε όλο τον κόσμο, τα περισσότερα από τα οποία στις ανεπτυγμένες χώρες της Δύσης. Το 90% των κρουσμάτων αφορά μωρά ηλικίας κάτω των 6 μηνών (συνήθως μεταξύ δύο και τεσσάρων), ενώ είναι πιο συχνό στα αγόρια απ' ό,τι στα κορίτσια.

Η συχνότητά του έχει μειωθεί τις τρεις τελευταίες δεκαετίες (το 1990 είχαν πεθάνει 30.000 μωρά), όταν οι γιατροί άρχισαν να συνιστούν στους γονείς να βάζουν τα μωρά να κοιμούνται ανάσκελα και όχι μπρούμυτα.

Πηγή: mothersblog.gr