

SIDS (Sudden Infant Death Syndrome), eshte vdekja e papritur e te porsalindurit, e quajtur dhe vdekje ne djep mund te preke femijet ne vitin e pare te jetes.

Shkaqet jane ende te panjohura, por jane ma se te njojur disa veprime qe ndihmojne ne menyre te ndjeshme reduktimin e rrezikut, te cilat i kemi pershkruar ketu.

per informacion drejtuhuni pervec pediatrit tuaj

Shqates SEMI per SIDS/onlus - SEEDS for SIDS  
qe drejtuan rreth aktivitet ne perkrahje te familjeve dhe stimulon kerkimet

Associazione Semi per la SIDS/onlus  
50122 Firenze - Piazza S.S. Annunziata, 12  
tel. 346 1864751  
e-mail posta@sidsitalia.it  
www.sidsitalia.it

con l'approvazione di  
Società Italiana di Pediatria  
Società Italiana di Neonatalogia  
Federazione Italiana Medici Pediatri



Associazione  
Semi per la SIDS  
onlus

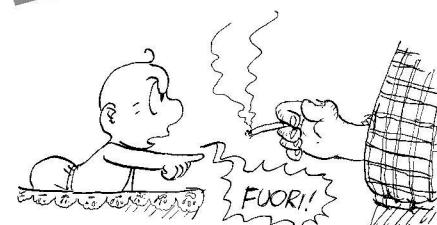
## Gjume i Sigurte



Ne muajt e pare te jetes

- Posicioni me i pershatshem per te fjetur eshte ai i shpines
- Mos e lini te fleje permbysh dhe as ne krah
- Vereni te fleje ne dyshek te forte pa jastek, ne dhomen tuaj, por jo ne krevat me ju

## Mos e detyroni te pije Duhan



- Gjate shtatzanise
- Kur ka lindur
- Mos pini duhan dhe mos e mban femijen ne ambiente ku pihet duhan

2

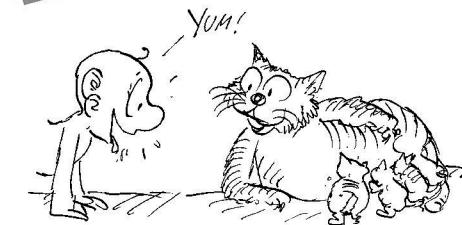
## Me mire ne Fresk



- Mos e mbuloni shume
- Mos e shtrengoni me mbulesat
- Mbajeni larg ngrohesave e sobave: temperatura me e pershatshme e ambientit eshte 18-20°C
- Neqoftese ka temperature, mund te kete nevoje te mbulohet me pak por kurre me shume

3

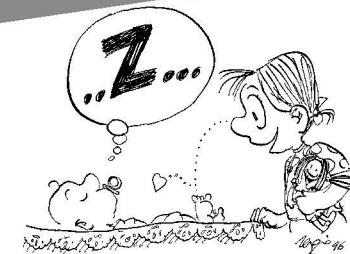
## Ushqeheni ne Gji



- Qumeshti i nenes eshte ushqimi me i mire
- Beni te pamunduren per ti dhene femijes tuaj qumeshtin e gjirit

4

Edhe perdonimi i Cucos gjate gjumit, mund te reduktoje rrezikun e SIDS



Eshte gjithashtu e rendesishme

- Dhenja pas muajit te pare te jetes
- Mos e detyroni femijen, neqoftese e refuzon
- Nese e humb, nuk duhet te zevendesohet
- Te evitohet ngjerja e tij ne substanca te embla
- Te ndalohet perdonimi para mbushjes se vitit te pare te jetes