

# БЕЗОПАСНОСТЬ ВАШЕГО РЕБЕНКА. ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

## Синдром сотрясения ребенка

Синдром сотрясения ребенка (SBS) является предотвратимым синдромом, последствием которого может быть травма головного мозга, поскольку в результате того, что ребенка встряхивают, толкают и подбрасывают, мозг перемещается в черепной коробке то назад, то вперед, а это приводит к сотрясениям, ударам и ушибам. Младенцы в большой степени подвержены травмам, полученным от сотрясения, так как мышцы шеи у них недостаточно развиты для того, чтобы контролировать движения головы. Синдром сотрясения ребенка может привести к травме головного мозга, к слепоте, параличу, припадкам и переломам.

Синдром сотрясения ребенка может привести к смерти вашего ребенка.

### Предлагаемые ниже советы помогут предотвратить SBS.

- **Никогда и ни в коем случае не трясите ребенка.**
- **Убедитесь в том, что люди, контактирующие с вашим ребенком, знают, насколько это опасно – трясти младенца, даже когда они играют с ним. Любой человек – мать, отец, брат, сестра или лицо, присматривающее за ребенком, – может безо всякого умысла растряссти младенца.**
- **Всегда поддерживайте голову ребенка. Убедитесь в том, что каждый, кто берет вашего ребенка на руки, знает, как правильно поддерживать его голову в тех случаях, когда ребенка просто держат или когда с ним играют.**
- **Всегда хорошо держать ребенка на руках, однако когда ребенок плачет, а вы чувствуете, что близки к отчаянию и не в состоянии успокоить его, подумайте о том, что, может, ему следует сменить пеленку, либо что ребенок хочет есть, либо что ему холодно или жарко, либо, наконец, что он болеет.**
- **Если же ничего не помогает, и вы чувствуете, что больше не в силах выдерживать плач ребенка, дайте себе время успокоиться, а ребенка уложите в безопасное место, например в кроватку или в манеж. Вы можете также позвонить другу и поделиться с ним своей проблемой либо попросить совета у детского врача.**

