1 Offrez à votre bébé un environnement sans fumée avant et après sa naissance.

2 Couchez toujours votre bébé sur le dos lorsqu'il dort.

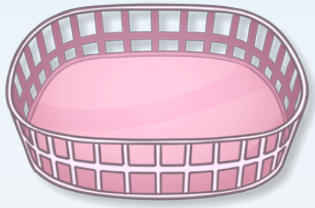
3 Allaitez votre bébé.

4 Votre bébé peut dormir dans la même pièce que vous, mais pas dans le même lit.

5 Assurez-vous que les couvertures de votre bébé sont bien placées et qu'elles ne recouvrent pas son visage.

Surfaces sécuritaires pour dormir:

Les surfaces sécuritaires pour coucher un bébé comprennent un panier, un bac à lessive, une boîte ou un tiroir déposé au sol. Il suffit de placer une couverture mince au fond de la surface et d'habiller chaudement votre bébé. Aucune autre literie n'est nécessaire.



panier

boîte

bac à lessive

tiroir

Syndrome de mort subite du nourrisson (SMSN)
Comment réduire les risques de SMSN chez votre bébé

Le syndrome de mort subite du nourrisson, ou SMSN, est un terme utilisé pour décrire le décès inexplicable d'un bébé de moins d'un an pendant son sommeil. Personne ne connait les causes exactes du SMSN, mais vous pouvez réduire les risques qu'il ne frappe votre enfant en suivant ces 5 conseils.