

## Baby's sleep



★嬰兒床表面必須堅實、平整，不可有鬆軟物件，如枕頭、填充玩具等。



★每次睡眠都需仰睡，切勿趴睡。



★穿著一件式或睡袋型嬰兒睡衣



★使用毛巾被或毛毯保暖時，應裹至嬰兒胸部，並將手臂露出，以減少蓋住臉部的機會。

★嬰兒切勿與他人同床而睡。



★無菸環境，勿讓任何人在嬰兒附近吸菸。



★避免環境過熱，勿穿著太多衣物與過度包裹嬰兒。



★勿讓嬰兒睡在沙發、椅子、墊子或趴睡在父母以及照顧者身上。



# 寶寶的安全睡眠環境