

托兒所中嬰兒的安全睡眠政策

所有托兒者_____，[計劃名稱]，
將遵循嬰兒安全睡眠建議，以降低嬰兒猝死症候群 (SIDS)、其他與睡眠相關的嬰兒死亡並傳染病傳播的風險：

1. 嬰兒在一歲前都要仰睡。
2. 嬰兒將被放置在符合消費者產品安全委員會安全標準的堅固、平坦的床墊上，並配有緊貼嬰兒床尺碼的床單。
3. 嬰兒床內或嬰兒床側面不得放置玩具、搖鈴、柔軟物品、毛絨動物、枕頭、防撞墊、毯子、定位裝置或額外的床上用品。
4. 睡覺的地方要通風，溫度要讓穿著輕便衣着的成人感覺舒適。嬰兒穿的衣服不得比成人多加一層。
5. 嬰兒睡覺時頭部不被遮蓋。圍兜和帶兜帽或繫帶的衣物要脫除。
6. 根據托兒牌照條例，托兒所不允許使用襁褓。
7. 透過視覺和聽覺積極觀察嬰兒。
8. 每隔 15 分鐘對 24 個月以下的熟睡嬰兒進行一次身體檢查，看是否有窘迫或過熱的跡象。檢查情況將記錄在日誌中。
9. 嬰兒不得睡在沙發、椅墊、床上、枕頭上、汽車座椅、嬰兒車、鞦韆或搖椅上。如果嬰兒在嬰兒床以外的任何地方睡著，嬰兒將立即被轉移到嬰兒床上。
10. 到達時在汽車座椅上睡著的嬰兒將被轉移到嬰兒床上。
11. 嬰兒不得共用嬰兒床，嬰兒床之間間隔為 3 英尺。
12. 如果父母提供，可以提供嬰兒安撫奶嘴以供入睡。安撫奶嘴不得用繩子繫在嬰兒的衣服上，如果安撫奶嘴在嬰兒睡著後掉落，也不得重新塞進嘴裏。
13. 每個 12 個月以下的嬰兒都將有一個單獨的嬰兒睡眠計劃 (LIC 9227)。當嬰兒能夠從後向前翻動時，家長將更新並簽署 C 部分，家長和托兒者將簽署 D 部分。嬰兒可仰臥或允許按他最合適的睡眠姿勢。

14. 我們的兒童照護計劃是一個無菸、無電子煙的環境。
15. 我們的托兒計劃支持母乳哺育。
16. 醒著的嬰兒將在「趴著時間」受到監督。圖片來自 Eunice Kennedy Shriver 國家兒童發展研究所 (NICHD)



Courtesy of the Back to Sleep Campaign, NICHD, NIH, DHHS

參考資料和資源

照顧我們的孩子國家健康與安全績效標準，網址為：<http://nrckids.org/CFOC/Database/3.1.4.1> Moon, R., Carlin, R., Hand, I. 和嬰兒猝死症工作小組胎兒和新生兒委員會。(2022)。與睡眠相關的嬰兒死亡：更新的 2022 年減少睡眠環境中嬰兒死亡的建議。兒科, 150(1) : e2022057990。請造訪 <https://publications.aap.org/pediatrics/article/150/1/e2022057990/188304/Sleep-Related-Infant-DeathsUpdated-2022> 加州社會服務部 (2020)。托兒者資訊通知 20-24-CCP「最近批准生效的安全睡眠法規」。請登入 <https://www.cdss.ca.gov/Portals/9/CCLD/PINs/2020/CCP/PIN%2020-24-CCP.pdf>

* 本政策反映了截至 2024 年 2 月的安全睡眠研究