



Hội chứng đột tử ở trẻ dưới một tuổi (SIDS) Tờ thông tin

Kansas
Blue Ribbon Panel
on Infant Mortality

SIDS là gì?

Thuật ngữ SIDS (Hội chứng đột tử ở trẻ dưới một tuổi) mô tả cái chết bất ngờ, không giải thích được của một em bé dưới một năm tuổi. SIDS thường gặp nhất ở em bé từ hai đến bốn tháng tuổi có vẻ khỏe mạnh nhưng chết mà không có dấu hiệu báo trước trong khi ngủ.

Nguyên nhân chính xác của SIDS vẫn còn chưa rõ. Nghiên cứu đã chỉ ra một số các yếu tố rủi ro có vai trò gây ra hội chứng này. Ví dụ:

- Em bé ngủ nằm sấp có nguy cơ bị SIDS cao hơn 5 lần.
- Em bé thở khói thuốc thụ động có nguy cơ bị SIDS cao hơn 2,5 lần.
- Khoảng một phần năm trường hợp tử vong do SIDS xảy ra dưới sự chăm sóc của người khác không phải là cha mẹ.

Nhiều trường hợp tử vong xảy ra khi em bé đã quen với việc ngủ nằm ngửa, thay vào đó lại đặt nằm sấp. Em bé đã quen nằm ngửa, thay vào đó lại đặt nằm sấp có nguy cơ chết do SIDS cao hơn 18 lần.

SIDS ở Kansas

Theo Bộ Y Tế và Môi Trường Kansas (KDHE), báo cáo sơ bộ về tình trạng tử vong ở trẻ dưới một tuổi, năm 2010 của Cục Thông Tin Dịch Tế và Y Tế Công Cộng:

- SIDS là nguyên nhân tử vong hàng đầu đối với trẻ nhỏ tuổi từ một tháng đến một năm tuổi (tổng cộng 253 trường hợp tử vong - 26 trường hợp liên quan đến SIDS hay 10,3%).

Chúng ta có thể làm gì?

- Hãy làm theo quy tắc ABC về “giấc ngủ an toàn”: Alone (Một mình), Back (Nằm ngửa), và trong Crib (Cũi).
- Khi đi mua sắm ở các cửa hàng có trưng bày cũi với các miếng chặn, đồ chơi, chăn (giấc ngủ không an toàn), hãy yêu cầu nhân viên cửa hàng trưng bày một môi trường cho "giấc ngủ an toàn".
- Nếu quý vị biết có một thiếu niên chăm em bé, hãy nói với chúng về những cách thức thích hợp để có giấc ngủ an toàn.
- Sử dụng các cách thực hành tốt nhất: Thừa nhận là quý vị có thể không ngủ nằm ngửa như em bé, nhưng bây giờ chúng ta biết rằng đó là cách an toàn nhất để em bé ngủ.
- Hãy nói về những cách thức để có giấc ngủ an toàn với tất cả những người chăm em bé của quý vị!

Các nguồn tài liệu

Học Viện Nhi Khoa Hoa Kỳ. www.aap.org

Viện Nghiên Cứu Quốc Gia về Phát Triển Con Người và Sức Khỏe Trẻ Em. www.nichd.nih.gov

Mạng Lưới SIDS của Kansas. www.sidsks.org

Bảng Ruy Băng Màu Xanh cho Tỷ Lệ Tử Vong Ở Trẻ Dưới Một Tuổi.
www.kansasinfantmortality.org

Giấc Ngủ An Toàn Kansas.
www.safesleepkansas.org