

# ОРГАНІЗАЦІЯ БЕЗПЕЧНОГО СПІЛЬНОГО СНУ ІЗ МАЛЮКОМ



**ESMANA**  
European Sleep Medicine and  
Neurophysiology Association



Наталія Домрес



Волосся  
зібране, немає заколок/  
стрічок

У мами немає  
подушки/мала  
подушка

Партнер спить  
біля мами

Дитина на  
спині на рівні  
грудей мами

Рівний  
відносно  
жорсткий  
матрас

С-позиція

Скраю є дитяче ліжечко/  
повітропроникний бортик

На одязі  
мами немає  
гудзиків/  
стрічок

Обмежене вкривання  
ковдрою мамою

[baby-sleep.pro](http://baby-sleep.pro)

[esmana.org](http://esmana.org)

Рекомендації з безпечного сну малюків  
першого року Європейської асоціації  
медицини сну та нейрофізіології

