



MASSACHUSETTS
**Department of
Early Education and Care**

**Daryeel Bixiyaha Cunnuga Ballanqaad Hurdo Nabadgelyo
leh si Loo Yareeyo Khatarta Dhimashada
Degdega ah ee Dhallaanka (SIDS)**

Dhammaan daryeel bixiyeyaasha cunugga ee xanaaneynaya dhallaanka waa in ay ballan qaadaan in ay u hoggaansamaan xeerarka hurdada ee badbaadada leh ee EEC, nidaamyada, iyo hababka ilmo kasta oo ku jira daryeelkooda oo ka yar da'da 12 bilood.

Kuwaas waxaa ka mid ah laakiin aan ku xaddidnayn:

Ka hadalka ku saabsan nabadgelyada hurdada ee qoysaska by:

- Kala hadalka dhaqanka hurdada nabadgelyada leh waalidiinta iyo bixinta macluumaadka hurdada ee badbaadada leh;
- U sheegida waalidiinta waajibaadka barnaamijka si ay ugu hoggaansamaan siyaasadaha iyo qawaaniinta Hurdada Badbaadada leh ee EEC; iyo
- Waalidiinta la socodsiinta nidaamyada barnaamijka haddii xaalad degdeg ahi dhacdo.

Ka dhigista hurdada waqti nabadgelyo leh:

- Marwalbo oo dhammaan dhallaanka ka yar 12 bilood la seexiyo dhabarka;¹
- Had iyo jeer la geliyo dhallaanka sariirta, sariir-dhallaan, ama sariir-ilmeedka (weligaa sariir, kursi baabuurka, lulid, weel lulid, fadhiga, ama kursi) oo aan ka koobnayn alaabta carruurta ku ciyaarto, aan xayawaan buuxa lahayn, iyo gogol jilicsan;
- Waligaa ha daboolin madaxa ilmaha;
- Ku haynta dhammaan dhallaanka hurda meel laga maqlo oo si joogto ah loogu hubiyo inta ay seexanayaan; (Fiiro gaar ah: dhammaan dhallaanka ku jira barnaamijka daryeelka carruurta ee da'doodu ka yar tahay 6 bilood waa inay si toos ah ula socdaan kormeerka aragga mar kasta lixda toddobaad ee ugu horreeya ee ay ku jiraan daryeelka)
- Ku haynta heerkulka qolka mid raaxo leh (inta u dhaxaysa 68-72 darajo Fahrenheit); iyo
- Ku haynta jawiga hurdada mid qiiqa xor ka ah.

Haddii ay dhacdo xaalad degdeg ah, waxan sameyn doonaa:

- Durbadiiba wac 911.
- Hubi in ugu yaraan hal qof oo hadda haysta shahaadada CPR iyo gargaarka degdegga ah uu had iyo jeer joogo goobta marka carruurta joogaan.

Waxaan fahamsanahay in EEC ay qaadi karto tallaabo xun oo degdeg ah oo muhiim ah haddii xadgudubyo kale oo la xiriira Hurdo Nabadgelyo leh laga helo barnaamijka daryeelka ilmaha, oo ay ku jiraan diiwaangelinta qaboojinta dhallaanka, burinta, ka joojinta, iyo/ama diidmada cusboonaysiinta shatiga barnaamijkayga.

Saxiixa Shati-haystaha ama Wakiil

Taariikhda

¹ Ilaa uu takhtarka dhallaanka u amray boos kale oo hurdo qoraal ah, ama dhallaanka ayaa iskood u jeesan kara oona dhabarka u soo jeestay iyagoo awooddooda wata