



婴儿安全睡眠

政策编号： FO-26-05

发布日期： 2026 年 9 月 9 日

生效日期： 2026 年 11 月 1 日

适用范围： 所有获得许可证及资金资助的托育项目

背景

12 个月以下的婴儿面临婴儿意外猝死（SUID）和婴儿猝死综合征（SIDS）的风险。早期教育与护理部 (EEC) 致力于支持教育人员和家庭降低此风险，并确保婴儿在早期教育项目中的安全。因此，根据美国儿科学会（2022 年 6 月）的建议，EEC 制定以下安全睡眠政策，所有照料 12 个月以下婴儿的人员均须遵循该政策。

法律依据

- 606 CMR 7.11(13)(e): 为婴儿提供服务的项目必须：
 1. 安排婴儿平躺入睡，除非儿童的医疗保健专业人员提出书面医嘱要求采取其他姿势；
 2. 安排婴儿在独立的婴儿床、便携式婴儿床、游戏围栏或摇篮中小憩；
 3. 确保婴儿床配有坚实、尺寸合适且带有干净床罩的床垫，并且不包含任何可能夹住头部的区域；
 4. 确保婴儿床栏杆栅格间距不超过 2 $\frac{1}{8}$ 英寸；以及
 5. 确保用于供 12 个月以下婴儿睡眠的婴儿床、便携式婴儿床、游戏围栏和摇篮中不包含枕头、被褥、填充绒毛玩具或其他软质垫料。

政策声明

在获得 EEC 许可证或资金资助的项目中照料婴儿的所有人员，均必须遵循下述安全睡眠规范。

在安排 12 个月以下的婴儿小憩、休息或睡觉时，始终让他们平躺。

- 每名婴儿入睡或休息时都必须保持平躺，除非该儿童的医疗保健提供者出具关于替代睡眠姿势的书面医嘱。该医嘱必须包含对婴儿入睡方式的具体描述、需要替代睡眠姿势的健康状况，必须由儿童的医疗保健提供者和家长签名，并且必须严格按书面要求执行。该医嘱必须保存在儿童的文件档案中，供 EEC 工作人员查阅。
- 项目可以向家庭提供 [EEC 的婴儿睡眠例外申请表供儿童的医生填写](#)，或者可以接受等效的医生表格，前提是表格包含 EEC 表格所要求的相同信息。
- 即使婴儿能够轻松地从仰卧翻到俯卧并翻回仰卧，项目工作人员仍必须继续安排婴儿平躺入睡。如果婴儿随后翻身调整为自己偏好的姿势，则无需重新调整婴儿的姿势。如果教育人员此前未观察到该婴儿能够自己翻身，则应将其重新调整为平躺姿势。
- 根据 606 CMR 7.08(6)(j) 的规定，所有为婴儿提供服务的项目在入组入学前，必须向家庭提供有关其安全睡眠规范的书面信息，包括 606 CMR 7.11(13)(e) 所要求的安排婴儿平躺入睡的规范。
- 托育机构项目必须在其书面医疗卫生政策中包含“一项确保所有 12 个月及以下的儿童均平躺入睡的计划，除非儿童的医疗保健专业人员提出书面医嘱要求采取其他姿势”[参见 606 CMR 7.11(19)(a)9]。

始终将婴儿安置在坚实、平整、无倾斜的睡眠表面上。

- 每名婴儿都必须睡在各自独立的婴儿床、便携式婴儿床、游戏围栏或摇篮中，且床垫须满足以下要求：
 - **坚实。**用于使睡眠表面变软的物品，包括但不限于枕头、垫子和床垫垫褥，一律不得代替床垫或附加在床垫上使用。
 - **尺寸合适。**这意味着床垫紧密贴合，床垫与婴儿床、便携式婴儿床、游戏围栏或摇篮的侧面之间没有任何缝隙。即使铺上尺寸正确的床单，尺寸合适的床垫也能保持其形状。
 - **专为配套该产品而设计。**睡眠环境的各个要素都必须设计为与该环境的其他要素配套使用。例如，在游戏围栏中使用的床垫或床单必须是专为与该型号配套使用而设计的。
 - **铺有干净且紧贴的床单。**床单必须紧贴床垫，并专为该床垫类型设计。床单不应过于松垮，以免婴儿拉扯床单或使其褶皱成团。床单也不应过于紧绷，以免床垫边角向上翘起。EEC 建议在安排婴儿入睡或休息前确认床单的贴合度，以确保床单不会松脱。
- 婴儿不得：

- 被安置在床或沙发上睡觉或休息；
- 在可穿戴式婴儿背带或背巾中睡觉；
- 在汽车安全座椅、秋千、弹弹椅或其他坐具中睡觉。¹如果婴儿在坐具中表现出困意，必须在入睡将其移至婴儿床、便携式婴儿床、游戏围栏或摇篮中。如果 EEC 工作人员观察到婴儿在上述某种器具中睡着，将被认定为不安全睡眠，且无论该婴儿睡着多久，项目都将收到安全睡眠违规通报。

始终为婴儿使用安全的婴儿床和经过批准的睡眠设备。

- 必须定期检查所有婴儿睡眠设备，确保其未被召回、未缺失任何五金配件且完好无损。
- 所有婴儿睡眠设备都必须符合最新的[美国消费品安全委员会（CPSC）](#)和美国材料与试验协会（ASTM International）的安全标准。
- 为证明婴儿床或其他睡眠设备符合最新的 CPSC 婴儿床标准，在用于儿童睡眠的任何设备上必须能够查验到以下各项之一：
 - “追踪标签”，即婴儿床上的永久性清晰标识，至少包含产品来源、制造日期（2011 年 6 月 28 日或之后的任何日期均予认可）以及批次信息（如批号或生产流水号）；
 - 包含制造商名称及联系方式、型号名称、型号，以及制造日期在 2011 年 6 月 28 日 或之后的注册表单；以及
 - 来自 CPSC 认可的第三方实验室的儿童产品证书（CPC），¹证明符合 16 C.F.R. 第 1219 部分或 16 C.F.R. 第 1220 部分。

始终将软质物品和松散的被褥留置在婴儿睡眠区域之外，包括用于包裹襁褓的物品。

- 安全睡眠环境以及婴儿触手可及的区域内，必须没有任何软质物品，包括但不限于松散的毯子、枕头、围嘴、填充绒毛玩具、定位垫、姿势调整器和床围防护垫。当婴儿在婴儿床、游戏围栏或便携式婴儿床内时，严禁在栏杆侧面搭挂任何物品。

¹虽然制造商、进口商和零售商无需向消费者提供 CPC 或检测报告，但许多商家会根据要求提供这些文件，或将其发布在自己的网站上。表明符合以下任何标准的 CPC 或检测报告均适用于全尺寸婴儿床：F1169-10、10a 或 11。表明符合以下任何标准的 CPC 或检测报告均适用于非全尺寸婴儿床：F406-10I 10a, 10b, 11, 11a, 11b, 12 或 12a。如果 2011 年 6 月 28 日之后购买的婴儿床没有“追踪标签”或注册表单，请通过电子邮箱 jjrgl@cpsc.gov 联系 CPSC 的合规与外勤业务办公室。仅凭收据不能证明符合规定，在判定合规性时，收据只能用于作为上述认定文件的补充证明。

- 严禁使用加重睡眠辅助用品，不得在婴儿睡眠环境中使用。该禁令包括但不限于：加重毯、加重襁褓、加重睡袋，或任何其他加重衣物或被褥用品。
- 在将婴儿放入安全睡眠环境之前，必须取下任何可能导致缠绕或窒息风险的衣物或饰品。这包括围嘴、帽子、发饰、首饰以及任何带有系绳或连帽的衣物，如连帽衫和外套。有关首饰的更多信息，请参阅第 6 页。
- ²除非儿童的医疗保健提供者提供书面证明，证明包裹襁褓在医学上的必要性，否则不得对婴儿包裹襁褓。该证明必须包含：
 - 需要对婴儿包裹襁褓的健康状况；
 - 婴儿应当包裹襁褓的持续时间；
 - 儿童医疗保健提供者的签名，以及
 - 儿童父母或监护人的签名。
- 项目可以向家庭提供 [EEC 的婴儿睡眠例外申请表供儿童的医疗保健提供者填写](#)，或者接受医疗保健提供者出具的等效证明文件，前提是其包含上述所有必需信息。
- 托育项目必须妥善保存书面证明文件的副本，以备 EEC 工作人员查阅。项目必须严格遵循医生书面指示。该医嘱必须保存在儿童的文件档案中，供 EEC 工作人员查阅。

始终为每名婴儿提供独立的睡眠区域。

- 每名婴儿都必须有独立的睡眠区域；严禁与其他婴儿、儿童或成年人同床共睡。

在婴儿睡觉时，始终避免过热和使用头部遮盖物。

- 婴儿的穿着必须适合环境；教育人员必须注意避免过分包裹。婴儿穿着的衣物层数不应超过成年人在相同环境中感觉舒适时所穿衣物层数的一层以上。
- 婴儿睡觉时，教育人员必须定期检查婴儿是否有过热迹象，例如出汗、头发发潮、皮肤发红或摸起来胸口烫热。
- 鉴于过热的风险，在室内时切勿给婴儿戴帽子，医疗保健提供者开处方的矫正头盔除外；婴儿的头部和面部必须保持无遮盖。
- 婴儿睡觉的房间温度应保持在 68-72 华氏度之间。

始终确保睡眠期间使用的安抚奶嘴不包含附加组件或挂件。

² 就本政策而言，包裹襁褓定义为使用毯子或类似材料包裹婴儿并限制其活动的方式，包括使用魔术贴（Velcro）、按扣或类似紧固件固定包裹的襁褓。无论营销宣传方式如何，让婴儿双臂保持自由活动的服装，例如睡袋或拉链式连体睡衣，均不被视为襁褓。

- 只要安抚奶嘴不包含任何额外组件，婴儿在睡觉时可以使用安抚奶嘴。安抚奶嘴上的任何挂件，包括连接到婴儿衣物上的夹子、珠子、小毯子或毛绒/填充玩具，必须在安排婴儿入睡前取下。带有不可拆卸的内置带子、细绳、牵引绳或其他物品的安抚奶嘴，一律不得出现在婴儿的睡眠空间内。

睡前始终将奶瓶从婴儿睡眠区域移走。

- 根据 7.12(10)(a)(3) 的规定，在用奶瓶喂养婴儿时必须抱住婴儿。婴儿不得将奶瓶带入安全睡眠环境中。

睡前始终取下婴儿身上的饰品。

- 在安排儿童入睡前，必须取下饰品。
- 仅当父母或监护人提出书面请求时，方可保留佩戴饰品。该请求的书面证明必须保存在儿童的文件档案中，供 EEC 工作人员查阅。[项目可以要求家长或监护人填写并签署 EEC 的婴儿首饰豁免书，或由该项目制作的同等表格。](#)

始终从婴儿睡眠区域移走悬挂物品。

- 不允许放置床铃、白噪音机、婴儿床玩具或镜子等悬挂物品。
- 婴儿床、便携式婴儿床、游戏围栏和摇篮的摆放位置必须能够防止婴儿接触到危险物品，包括但不限于悬垂的绳索、电线、窗帘拉绳以及任何其他潜在的缠绕窒息风险。

始终按照安全睡眠规范在婴儿睡眠期间进行监护。

- 家用监视器，包括音频和/或视频监视器，或宣传用于降低 SIDS 风险的商业设备，不得依赖其来监护睡眠中的婴儿。
- 6 个月以下的婴儿：
 - 入组入学时年龄小于 6 个月的婴儿，在其接受照料的前 6 周内，必须随时处于直接视觉监护之下，包括在他们睡觉、入睡和醒来期间[参见 606 CMR 7.10(5)(a)]。
 - 接受照料超过 6 周且年龄小于 6 个月的婴儿，在睡眠期间必须随时处于可见和/或可听到的状态。
- 6 个月以上的婴儿：
 - 年龄大于 6 个月的婴儿，在睡眠期间必须随时处于可见和/或可听到的状态。

- 在家庭托育项目中，对 6 个月以上小憩的婴儿必须至少每 15 分钟进行一次视觉观察。当儿童被安排在单独的房间小憩时，房门必须保持半开状态[参见 606 CMR 7.10 (07)(d)]。
- 所有婴儿:
 - 用于婴儿睡眠的空间照明必须充足，以使监护工作人员能够看清每名婴儿的面部和皮肤颜色。婴儿不得在完全黑暗的房间内睡觉。

培训要求

- 根据 EEC Essentials 2.0 政策，所有教育人员、管理人员、助理、志愿者以及计入项目师生比例的任何其他工作人员，均必须完成所有 EEC Essentials 2.0 培训模块，包括“安全睡眠规范”和“预防婴儿摇晃综合征”，以及对应的年度复习课程。
- 在为从婴儿到学龄儿童提供服务的项目中，只有那些完整参加了包含 13 门课程的 EEC 早期儿童基础知识 2.0 课程包，包括两门针对婴儿的课程，及对应年度复习课程的工作人员，方可在婴儿教室提供代班/顶岗，无论代班时间多么短暂。

合规性

当发现项目不符合 EEC 的安全睡眠法规或政策时，教育人员必须立即采取必要步骤以达到合规。如果无法立即明确解决方案，EEC 工作人员将与项目合作探讨选择，包括咨询 EEC 主管或区域总监。如果在视察过程中仍无法找到符合规定的解决方案，对任何无法获得安全睡眠环境的 12 个月以下婴儿的照料必须立即停止，且在项目能够向 EEC 证明合规之前不得恢复³。

首次安全睡眠违规引证

- 项目向涉及婴儿的家庭发出通知：在引证通报当日，[项目必须填写安全睡眠致家长信——首次违规发现引证](#)，并将其发送给卷入安全睡眠违规的每名婴儿的家庭。如果获得 EEC 批准，项目也可以使用不同的安全睡眠致家长信，只要其描述了视察发现并提出了立即整改的计划。每封由家长签名并注明日期的信

³ 只要项目提供达到合规的证明，即使项目尚未提交整改行动计划，EEC 工作人员亦可批准该项目立即恢复照料服务。通过短信或电子邮件发送的照片和/或视频，是向 EEC 工作人员证明合规的可接受方式。项目仍必须通过 LEAD 提交整改行动计划，以回应违规行为。

函副本必须在两个工作日内交还给项目，并保存在儿童的文件档案中供 EEC 查阅。

- **教育：**在引证通报后的 10 个工作日内，引证当日参与照料婴儿的所有教育人员和工作人员必须通过 StrongStart 专业发展系统完成关于安全睡眠的 EEC 合规培训。项目必须给其许可证发放员发送电子邮件，申请为引证当日参与照料婴儿的所有教育人员和工作人员开通此培训权限。每名被要求完成培训的工作人员均须向许可证发放员提交证明成功结业的证书。
- **安全睡眠后续跟进视察：**在引证通报后的 10 个工作日内，EEC 许可证发放员将开展一次突击性的安全睡眠跟进监督视察。在此次视察期间，许可证发放员将观察所有安全睡眠安排和小憩用品，与所有相关教育人员复查先前的引证及自上次视察以来所做的安全睡眠改进，并协助项目制定计划，以确保持续符合所有安全睡眠法规。
 - 如果在安全睡眠跟进视察期间观察到安全睡眠违规行为，所有即时安全隐患必须在现场予以解决和纠正，且项目将自动适用下文针对第二次安全睡眠引证所概述的执法协议。由 EEC 全权裁量，可采取额外的执法行动。

第二次安全睡眠违规引证

当项目第二次因违反 EEC 的安全睡眠法规而被引证通报时，无论两次引证之间间隔多久，所有即时安全隐患都必须在现场予以解决和纠正。此外：

- **项目向已入组婴儿的家庭发出通知：**在引证通报当日，项目必须使用 [“安全睡眠致家长信——第二次违规发现引证”](#)，以书面形式通知在项目入组/入学的所有婴儿的家长安全睡眠违规情况，无论其婴儿是否卷入该违规行为。该信函表明，项目可能面临 EEC 限制项目照料婴儿的能力或撤销项目许可证的风险。在 LEAD 中回应安全睡眠引证时，必须附上发送给家庭的信函副本。该信函可以当面递交给家长，也可以通过电子邮件发送。每名在项目中的婴儿的家长签名并注明日期的信函副本必须在两个工作日内交还，并保存在儿童的文件档案中供 EEC 查阅。收到每名婴儿家长的签名信函后，项目必须立即向其许可证发放员确认。
- **办公室会议：**在引证通报后的 10 个工作日内，要求出席的项目工作人员必须亲自或通过线上方式参加与其 EEC 区域许可证发放办公室举行的会议，以

讨论法规违规情况和所需的整改措施。会议结束时，所有出席的项目工作人员必须在 [EEC 教育人员安全睡眠誓言上签名并注明日期](#)。EEC 和项目均应将签名并注明日期的誓言存档备查。

- **安全睡眠规范的持续书面记录：**自第二次发现违规行为起立即生效，且除非 EEC 另行通知，项目必须保存所有婴儿睡眠的每日日志⁴，包括日期、时间、涉及工作人员、涉及儿童、儿童年龄、小憩及醒来时间，以及所使用的具体安全睡眠规范（睡眠姿势、婴儿是否会翻身、睡眠空间细节包括房间和所使用的睡眠设备、监护情况）。每日日志可应 EEC 工作人员的要求随时提供查阅。
- **安全睡眠后续跟进视察：**在引证通报后的 10 个工作日内，EEC 许可证发放员将开展一次突击性的安全睡眠跟进监督视察。许可证发放员应遵循上文所述用于首次引证的相同安全睡眠跟进协议。此外，许可证发放员应复查安全睡眠规范的持续书面记录。

后续安全睡眠违规引证

如果在后续的安全睡眠跟进视察、监督视察、调查或任何其他类型的视察期间观察到进一步的安全睡眠违规行为，所有即时安全隐患必须在现场予以解决和纠正。项目将被要求在当日营业结束时停止照料婴儿，并且由区域总监和/或外勤业务副专员全权裁量，可能会受到针对项目许可证的制裁，包括丧失照料婴儿的能力、冻结招生、或撤销和/或拒绝发证。

项目有权通过申请行政复议对对其许可证实施的任何制裁提出申诉，并可能适用额外的申诉权利。有关更多信息，请参见 102 CMR 1.08(1)。

补充信息

有关 EEC 婴儿安全睡眠政策的更多信息，可在婴儿安全睡眠 [FAQ 中找到](#)：

有关安全睡眠的更多信息，包括与家庭分享的资源，请访问：

- [美国儿科学会](#)
- [HealthyChildren.org 安全睡眠文章](#)
- [Sleep - HealthyChildren.org](#)

⁴对于规模较大的大型组别和学龄儿童项目，必须在每周的不同时间段对每个婴儿教室的安全睡眠规范执行情况进行观察。

- [平躺睡觉，俯卧游玩](#)
- [托育环境中的安全睡眠](#)

废止政策

本政策取代 EEC 此前于 2023 年 10 月 1 日 发布的旧版婴儿安全睡眠政策。