



守護健康

衛生福利部 國民健康署

附件



新生兒照顧錦囊

安全睡眠環境

口床鋪表面必須堅實平整，外表包覆確實平整。

口一歲以下每次睡眠都需要仰睡

口勿讓嬰兒睡在沙發、椅子、墊子，或大人的床上。

口睡眠區域不可有任何鬆軟物件，包括枕頭、玩具枕具、被褥、蓋被、羊毛製品、毛毯、床單、填充玩具、防撞護墊等軟的物件。

口確認無任何東西蓋住嬰兒頭部。

口嬰兒不與其他人同睡，建議與父母同室不同床。

口無菸環境，勿讓任何人在嬰兒附近吸菸。

口如需額外保暖措施，可穿著睡袋型的嬰兒睡衣，或以包巾包裹孩子，並將手臂露出，以取代毯子。

口避免環境過熱，包括穿著太多衣物與過度包裹嬰兒。無空調設備時，宜注意通風。

嬰兒安全
睡眠環境

