

# 鋪好嬰兒床

最初的6-12個月讓嬰兒在父母房間裡的安全嬰兒床上睡覺

✔ 使用符合現行澳洲標準AS2172的安全嬰兒床

✔ 安全的床墊：結實、整潔、平坦（不翹不鼓）、大小適合嬰兒床讓嬰兒躺臥

✔ 讓嬰兒背躺著睡覺

✔ 不遮蓋頭部和臉部

✔ 把嬰兒的腳放在嬰兒床的尾部

✔ 塞緊毛毯或使用安全的嬰兒睡袋



✘ 不要在嬰兒床的任何地方使用枕頭、被子、毛絨玩具、嬰兒床保險杠或羔羊毛

✘ 不要把嬰兒放在水床或豆袋椅上睡覺

✔ 讓嬰兒處在無煙環境中

✔ 母乳餵養

✔ 讓嬰兒每個日夜都處在安心的睡眠環境中

若想了解更多關於安全睡眠的信息，如何使用可移動嬰兒床以及查詢您的床墊是否符合新的自願性標準AS/NZS8811.1.2013睡眠表面——硬度測試，請登陸網站[rednose.com.au](http://rednose.com.au)

1300 998 698 | [rednose.com.au](http://rednose.com.au)  
[education@rednose.com.au](mailto:education@rednose.com.au)



**red  
nose**  
saving little lives