

# حفاظت وُلا غوم

**SIDS/SUID** وُیبودے زیہون بانئشا غومر حالتت مارازائبو آر این وُیلدے اک ماش اردے اک بسرور بوترور عمرور بانئشار موتر سب سے بوڑو سبب. بہت موت غیر حفاظتی غومر ماحولر سببے وُو.

## غومر ماحولر مثال وُگل

### غیر حفاظتی غوم - ہونو وقتت اینڈنلا نو غوریا!

- غوم زائبو لا اونر بانئشارے ہیتارار فیڈر وُورے نو نیڑائبا.
- اونر بانئشار غوم زائبار زاغات بمپر پیڈ استعمال نو غوریا یا کمبل، بالوش، کیلونا یا کیلونا جانوار نو راکھیا.
- فرانا یا غیر منظور ڈولون استعمال نو غوئجو.
- اونر بانئشار فوانتی نو غوم زائبا (ایک شاتے غوم زون یا بستر شیئر غورون)، یا دوسرا ہونو کیورے اونر بانئشار فوانتی غوم زائبو نو دیو.
- اونر بانئشارے بالغ ہونو کیور بستر، سوفا، بالوش، وُوٹو ہونو نرم زاغا، باؤنسی سیٹ، غاری یا لوٹکائنا ڈولون وُت غوم زائبو نو دیبا اے زاغا غینت بانئشا وُگلر نیاش بند وُیتوفارے. زودی اونر بانئشا اینڈونلا ہونو کیسوت غوم زائبلے، ہیتارارے اگان حفاظت وُلا زاغات لوی زائبا.
- حاملہ حالتت سگریٹ نو ہائبا آر ہونو کیورے اونر بانئشار ڈاھے سگریٹ ہائبو نو دیبا.

### حفاظت وُلا غوم - ہمیشہ اینڈنلا غوریا!

- زیہون غومر وقت وُیبو اونر بانئشارے ہیتارار فیڈر وُورے نیڑائی دیبا.
- زیہون سینون آر لوربار وقت وُیبو، اونر بانئشارے "فیڈر وقت" وُلا ہیتارار فیڈر وُورے نیرائی دیبا. یقینی غوریا دے فیڈر وقتت اونے ہیتارار فوانتی تائبا.
- زیہون غومر وقت وُیبو، اونر بانئشارے ہیتارار نیزر زاغات راکھیا زئندلا:
- حفاظت وُلا ڈولون
- ڈولون باکشو
- پیک 'این' پیلے
- حفاظت وُلا غوم زائبار زاغا استعمال غوریا زئندلا حفاظت وُلا توشک زبڑے فٹ غوئجا صادور تائبو.
- زیہون غوم زائبار وقت وُیبو اونر بانئشارے ہلکا ہور فیندائبا زئندلانیکے غوم زائبار ہور یاتو اینڈنلا ہونو شیز زین بیشی گرم یا بیشی ٹھنڈا نو یبو.

## هر بائشا وگل هاندے۔ يان وئلدے صرف اگان طريقه زيانه ذريعه هيتارا زوكازوك غورے۔

### بائشا وگل هانديبار سب سے عام سبب وگل كى؟

- بھوك (يان فونلا شيز زيانه ذريعه اونر بائشا هاندير بولى اونوتو سينتاغورا فوريبو)
  - كولك يا گيس وٹو فيٹر مشكل وگل
  - باتاش بانر غوريبار ضرورت آسے
  - خوسورا يا بيزا ڈاير
  - غوم زانبار ضرورت آسے
  - دورى راکا يا آزاغورى رانبار ضرورت آسے
  - بيشى گرم يا ٹهنڈا
  - هونو كيسور ذريعه هيتارائو تكليف وور يا پريشان غورير (اين هورور ثان يا بوتامے سامورے پريشان غورير)
- زودى اونے اے شيز عين چيك غونجودے ويلے آر اونر بائشا ايھونے هانديلے، اونے هيتارارے ڈولون وٹ فيژور وورے اگان حفاظتى زاغات راکھيا. اونے نيزورے شانتي غوريبولاً هوبك منٹ بارے هاڙيا. بر 10 وبتے 15 منٹ بعدے بعدے اونورا دونوزن شانتي وافونجنتى بانشارے چيك غوريبا.

### بانشارے هونوتے نو هيلانبا. هلابون تكليف ديا آر اونر بائشا موري زائيتوفارے۔

زودى اونوتو هونو سوال تائيلے يا حامله وقتت يا بعدے اونوتو مددور ضرورت ويلے، Molina (مولينا) اونر هانسے حاضر. [molinahealthcare.com/wi](http://molinahealthcare.com/wi) وٹ وٹ لائينے آنرارے زيارت غورو يا (TTY: 711) (888) 999-2404 وٹ آنرارے كول غورو، شومبار وبتے شوگوبار، 8 a.m. - 5 p.m.