



Der plötzliche Kindstod oder SIDS (Sudden Infant Death Syndrome)

Im Jahr 2020 verstarben in Deutschland 80 Säuglinge während des Schlafens am plötzlichen Kindstod. 1990 lag die Zahl noch bei 1000 Kindern. Die kontinuierlich aktualisierten Empfehlungen haben also zu einer Reduzierung des plötzlichen Kindstods geführt.

Risikofaktoren (Dreifach-Risiko-Modell; Triple-Risk-Modell)

- Gefährdetes Kind z. B. aufgrund eines genetischen Defekts
- Kritische Entwicklungsphase z. B. Reifeprozesse an Herz und Lunge zwischen dem zweiten und vierten Lebensmonat
- Exogene Stressfaktoren

AAP Empfehlungen zur Vermeidung des plötzlichen Kindstods

- Babys, unter einem Jahr, sollten nur auf dem Rücken, auf einer festen, flachen und nicht geneigten Unterlage schlafen, die frei von weichen Gegenständen wie Decken und Spielzeug ist. (insbesondere <4 Monate)
- Schlafen in den ersten sechs Monaten im eigenen Bett im Elternschlafzimmer
- Überhitzung bei Säuglingen vermeiden
- Wenn das Baby beginnt, sich umzudrehen, sollte das Pucken beendet werden
- Schnuller zum Schlafengehen reduzieren ebenfalls das SIDS-Risiko
- Babys sollten bis zum sechsten Lebensmonat ausschließlich gestillt werden
- Nikotin, Alkohol, Opioide, Marihuana sowie illegale Drogen während der Schwangerschaft und nach der Geburt meiden
- Die empfohlenen Impfungen und Vorsorgeuntersuchungen wahrnehmen

Stand: 15.07.2022

Quelle:

[1] American Academy of Pediatrics, Pressemeldung, 21.06.2022., zuletzt abgerufen am 01.07.2022.

[2] Moon et al.: Sleep-Related Infant Deaths: Updated 2022 Recommendations for Reducing Infant Deaths in the Sleep Environment Pediatrics, DOI: 10.1542/peds.2022-057990.