

### Общие требования к подходящему спальному мешку

Спальный мешок должен соответствовать температуре воздуха в помещении, а не времени года.

Спальный мешок должен соответствовать размеру ребенка.

В продаже имеются различные спальные мешки, предназначенные для различных температур, любых необходимых размеров, в том числе – для недоношенных и новорожденных младенцев, а также детей, которым прописаны ортопедические штаны.

**При выборе размера спального мешка имейте в виду:** подходящий мешок – это тот, из которого ребенок вырастает. А если он в него вращается, значит мешок чересчур велик!

Подробные разъяснения по выбору подходящих спальных мешков, в том числе, для использования в родильных домах, содержатся в памятке на сайте: [www.praeventionskonzept.nrw.de](http://www.praeventionskonzept.nrw.de)

Дальнейшие сведения о здоровом сне см. в брошюре **Sicherer Schlaf für mein Baby** или на сайте [www.schlafumgebung.de](http://www.schlafumgebung.de).

**Herausgeber**  
Ministerium für Arbeit,  
Gesundheit und Soziales  
des Landes Nordrhein-Westfalen  
Fürstenwall 25  
40219 Düsseldorf  
Fax 0211 855-3211  
info@mags.nrw.de  
www.mags.nrw

© MAGS, Januar 2019  
4. überarbeitete Auflage

**Redaktion**  
Landeszentrum Gesundheit  
Nordrhein-Westfalen  
(LZG.NRW)  
Gesundheitscampus 10  
44801 Bochum  
Telefon: 0234 91535-0  
poststelle@lzg.nrw.de  
www.lzg.nrw.de

Fotos: © rehrmann\_fotodesign

**Autorin**  
Hildegard Jorch,  
Münster

Russische Version



## Надежный и безопасный спальный мешок для младенца

### Информация по выбору и использованию спальных мешков для младенцев

Чтобы ваш ребенок спал спокойно и безопасно, всегда и везде пользуйтесь спальным мешком для младенцев: ночью и днем, дома и в дороге.

## Всегда пользуйтесь спальным мешком, а не одеялом.

Для этого есть много важных причин:

- В подходящем спальном мешке ребенку спать безопаснее.
- Ему всегда тепло и уютно, даже если он дрыгает ногами и вертится.
- В подходящем спальном мешке ваш младенец не замерзнет и не вспотеет.
- Использование подходящего спального мешка значительно снижает опасность перегрева и укутывания с головой.
- В подходящем спальном мешке младенцу сложнее перевернуться и принять чреватое опасностями положение на животе.

## На что следует обратить внимание при покупке:

К сожалению, пока еще нет норм (DIN) или знака качества, относящихся к надежным спальным мешкам для младенцев. Знак качества находится в стадии разработки. Поэтому следует самим обращать внимание на вещи, определяющие надежность спального мешка для младенца и обеспечивающие вашему ребенку спокойный и безопасный сон.

### Важным является, прежде всего,

**размер:** Все параметры спального мешка должны непременно соответствовать размерам ребенка, это относится в равной мере и к недоношенным младенцам. Пожалуйста, не покупайте спальный мешок «на вырост». Этим вы можете навредить своему ребенку.

### Ширина и длина спального мешка:

Спальный мешок должен соответствовать длине тела и окружности груди ребенка. Что касается длины спального мешка, то она должна составлять: длину тела минус длину головы плюс 10-15 см на свободу движений и вырост.

**Размер выреза для шеи:** Он не должен быть слишком большим, с тем чтобы голова ребенка не проходила через него свободно, и чтобы ребенок не смог проскользнуть в спальный мешок с головой. Но он не должен быть и слишком маленьким, чтобы не сдавливать шею. Золотое правило: палец взрослого должен без труда проходить между шейкой ребенка и вырезом спального мешка.

**Размеры вырезов для рук:** Вырезы для рук не должны быть слишком большими, иначе младенец сможет втянуть ручки или, вообще, скатиться на дно мешка (опасность несчастных случаев!). Спальный мешок не должен иметь в области вырезов для рук каких-либо тесемок (опасность несчастных случаев!) или кнопок, регулирующих размеры выреза под ручками ребенка.

**Ровная, гладкая спинка:** Спинка спального мешка, в том числе и с внутренней стороны, не должна иметь швов, резинок, сборок или других утолщений ткани.

## Что касается застежек, то имейте в виду следующее:

**Застежка-молния**, проходящая по центру, должна застегиваться только вниз, в направлении ног.

**Пуговицы** могут служить в качестве застежек только в области плеч или в средней части мешка. При использовании спального мешка все пуговицы всегда должны быть застегнуты. Следует проверить, прочно ли пришиты пуговицы и плотно ли застегиваются кнопки.

**Застежки-липучки** должны свободно выдерживать движения ребенка и не расстегиваться, если за них слегка потянуть. Застежки-липучки должны размещаться таким образом, чтобы вырезы для шеи и рук при любом застегивании не могли случайно оказаться слишком большими.

## Каким требованиям должны удовлетворять спальные мешки для особых случаев?

Для детей, **чье состояние контролируется датчиками**, спальные мешки должны иметь шлицы для вывода проводов. **Для детей, которым прописаны ортопедические штаны**, необходимы спальные мешки с особенно большой и широкой нижней частью, однако, номинальным верхом.

## А теперь перейдем к физико-химическим требованиям, которым следует уделить внимание при покупке спального мешка.

- Возможность **стирки** при температуре не менее 40°C и автоматической сушки в сушильном аппарате.
- Высокая **воздухопроницаемость**, т.е. быстрое влагопоглощение и влагоотдача материала. Предпочтение следует отдавать тканям с высоким содержанием хлопка.
- Использование **стойких к воздействию пота и слюны** тканей и красок без содержания азокрасителей.
- **Несклонность к сваливанию:** на ткани не должны образовываться катыши и отделяться от нее.
- **Отказ от применения огнезащитных средств и размягчителей** при обработке тканей и подкладочных/утеплительных материалов.
- **Отказ от применения отбеливателей** при обработке тканей, находящихся в непосредственном контакте с кожей ребенка.
- Замки-молнии и кнопки, **свободные от содержания никеля.**
- **Отказ от применения органических фосфорных соединений, а также соединений формальдегида или тяжелых металлов** (например, соединений мышьяка и сурьмы) при обработке тканей и подкладочных материалов.
- **Масса спального мешка** по возможности не должна превышать 10% массы тела ребенка.
- Сертификация согласно **ÖKO-Tex-Standard 100.**

Если некоторые сведения не содержатся на упаковке спального мешка, не стесняйтесь спросить об этом у продавцов.