

乳幼児突然死症候群(SIDS)チェック表

～3歳になるまでの子供の睡眠時の呼吸確認～

依頼会員名	提供会員名
子供の名前	年 月 日生

<留意点>

- ※子供が寝ているときは、必ずそばについて見守る。
- ※突然死を防ぐために子供の顔が見えるあおむけに寝かせるようにする。
(うつぶせになっている場合にあおむけに寝かせる。)
- ※子供が寝ている部屋は子供の表情の見える明るさにする。

<観察項目>

- ・5分ごとに呼吸の確認
- ・うつぶせになっていないか
- ・顔色、せき、嘔吐、布団のかぶりすぎ、発汗などに留意する。

室温 夏25～28℃前後(冷房の設定温度は28℃)
 冬18℃～20℃(睡眠時は20℃位)
 夏は涼しく、冬は暖めすぎず(衣類と布団を着せすぎず、部屋を暖めすぎず、を心がける)
 湿度 50%～60%

睡眠時の温度と湿度

時間					
温度					
湿度					

健康観察チェック 備考

機嫌	良 <input type="checkbox"/>	悪 <input type="checkbox"/>		
鼻汁	無 <input type="checkbox"/>	有 <input type="checkbox"/>		
目やに	無 <input type="checkbox"/>	有 <input type="checkbox"/>		
皮膚	無 <input type="checkbox"/>	有 <input type="checkbox"/>		
咳	無 <input type="checkbox"/>	有 <input type="checkbox"/>		

睡眠時チェックした時間に○をし、下記の例の通り記入する。

・入眠時・「入」 ・目覚め・「目覚め」又は「起こす」 ・うつぶせに寝ていた子を仰向けにした・「う」

6時	00	05	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55
7時	00	05	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55
8時	00	05	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55
9時	00	05	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55
10時	00	05	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55
11時	00	05	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55
12時	00	05	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55
13時	00	05	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55
14時	00	05	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55
15時	00	05	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55
16時	00	05	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55
17時	00	05	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55
18時	00	05	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55
19時	00	05	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55
20時	00	05	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55
21時	00	05	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55
22時	00	05	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55
23時	00	05	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55

特記事項(仰向け寝・うつ伏せ寝・横向き寝・顔の表情・体温など)