Ang Sakit na Biglang Pagkamatay ng Sanggol

Ang Aklat Para Sa Nagdadalamhating Sambahayan At Mga Kaibigan

CALIFORNIA
SIDS
PROGRAM
SUDDEN INFANT DEATH SYNDROME
CALIFORNIA DEPARTMENT OF HEALTH SERVICES MCAH

Ang pagkamatay ng sanggol habang natutulog ay nangyayari na sa daan-daang taon.

Kapag ang sanggol ay biglang namatay habang natutulog at ang pagkamatay ay hindi maipaliwanag, tinatawag natin itong Sakit na Biglang Pagkamatay ng Sanggol o "Sudden Infant Death Syndrome." Daan-daang sanggol ang namamatay sa Sakit na Biglang Pagkamatay ng Sanggol o "Sudden Infant Death Syndrome (SIDS)" bawat taon sa buong mundo.

Ano ang SIDS?

Wala talagang nakakaalam kung ano ang SIDS o kung bakit ito nangyayari.

Ngunit may mga bagay tungkol sa SIDS na alam natin:

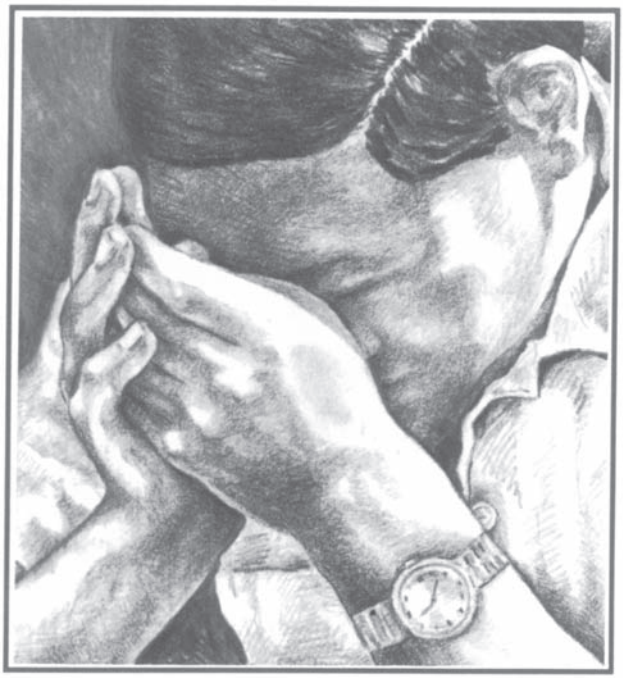
- Karamihan ng mga sanggol ay namamatay habang natutulog.
- Ang SIDS ay nangyayari kahit saan—sa kama, sa upuan ng sanggol sa sasakyan, kahit sa bisig ng isang tao.
- Ang sanggol na SIDS ay namamatay sa ano mang posisyon—nakatiyaya, nakatagilid, o nakataob.
- Ang SIDS ay mabilis na nangyayari na ang sanggol ay hindi na naghihirap. Ang sanggol ay hindi umiiyak.

Marami tayong natutuhan kung ano ang hindi nagiging sanhi ng SIDS.

Alam natin na ang SIDS ay hindi sanhi ng mga:

- magulungan natin ang sanggol
- sobrang ginaw o hindi nakakahinga - hindi sapat na kumot
- pagsusuka o nasasakal
- pinsala o pananakit
- impeksiyon
- allerihiya
- pulmonya

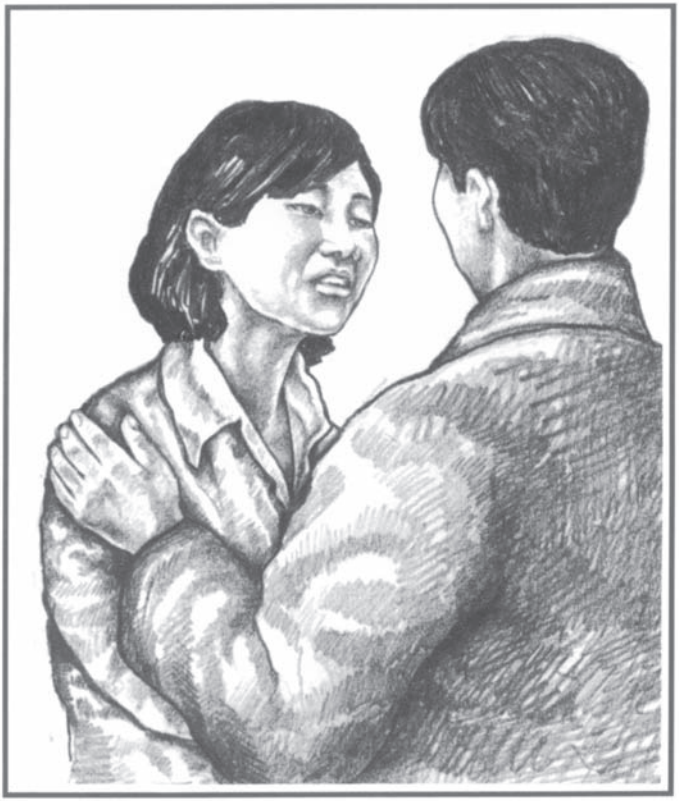
Hindi dahil sa mga tao ang sanhi ng SIDS.



Ang SIDS ay hindi kasalanan ng kahit sino. Walang dapat sisihin.

Mahalagang malaman ninyo ang mga:

- Walang paraang makapagsasabi kung kailan ito mangyayari.
- Walang sino mang makapagpipigil sa SIDS para hindi mangyari.
- Walang dapat sisihin sa SIDS. Ang mga ina ay hindi dapat sisihin kapag ang sanggol ay namatay sa SIDS.



Paanong mamatay and isang malusog na sanggol?

Mahirap mapapaniwalaan na ang malusog na sanggol ay bigla na lang mamamatay.

Maraming mga pagkakataon na ang isang sanggol ay may sipon bago ito mamamatay. Ngunit ang mga sanggol na ito ay hindi namatay dahil sa sipon. Kahit ang mga manggagamot ay hindi nakakakita ng ano mang dahilan ng pagkamatay nito.

Ang isang tanging pagsisiyasat na tinatawag na autopsiya ay isinasagawa. Sa California, ang autopsiya ay isinasagawa kapag ang sino man ay namatay ng walang dahilan. Ang autopsiya ay nakakatulong kung ano ang naging sanhi o kung ano ang hindi naging sanhi ng pagkamatay ng sanggol. Kadalasan ang mga magulang ay nagsasabing gumagaan ang kanilang pakiramdam na malaman hangga't maaari kung ano ang ikinamatay ng sanggol.

Ano ang nangyayari?

Ang mga taong nag-aaral ng SIDS ay maraming kuru-kuro. Ang iba ay nag-aakala na ang ilang sanggol ay may mga suliraning hindi pa nalalaman ng mga manggagamot ngunit ang mga suliraning ito ay nagiging dahilan ng pagkamatay ng mga sanggol. Ang iba ay nag-iisip na ang SIDS ay mayroong kinalaman sa paghinga ng sanggol habang ito ay natutulog.

Walang siguradong nakakaalam.

Ang kamatayan ng isang sanggol ay napakahirap sa isang pamilya.

Ang bawat isa ay may kanya-kanyang paraan ng pagluluksa o pangungulila sa pagkawala ng sanggol.

Ang isang tao ay maaaring galit na galit. Ang iba naman ay tahimik at malungkot. Ang iba naman ay maaaring magtago ng nararamdaman at parang wala sa kanila. Maaaring ayaw nilang mapag-usapan ang tungkol sa nangyari sa sanggol.

Ang bawat isa ay magkakaiba.

Maraming paraan sa pagharap sa kamatayan.

Ang bawat tao ay dapat tumanggap ng kamatayan sa kanyang sariling paraan.

Ang mga kagawian at paniniwala ng isang pamilya ay maaaring makatulong ng malaki sa panahong ito. Maaari mo ring kausapin ang iyong pastor.

Kung minsan ang tao ay kinakailangan hanapin ang kani-kanilang paraan.

Wala talagang makauunawa sa kamatayan.

Ngunit nakaluluwag o nakatutulong sa inyong nararamdaman kung ito ay pag-uusapan. O kaya ay umiyak ng sama-sama. O maghawakan ng kamay.

Ito ang isang pagkakataon ng buong pamilya na nangangailangan ng bawat isa. Ipakita mo sa bawat isa ang inyong pagmamalasakit.

Ang mga bata ay may mga katanungan.

Sila ay nagtataka:

"Ano ang nangyari?"
"Saan nagpunta ang sanggol?"
"Kasalanan ko ba ito?"
"Mamamatay din ba ako?"

Kapag sinabi ninyo sa inyong mga anak na ang sanggol ay "nakatulog" o "naglakbay sa malayong lugar," ang inyong mga anak ay maaaring matakot matulog o maglakbay.

Dapat malaman ng mga bata kung ano talaga ang nangyari.

Ang mga bata ay kadalasan nagkakaroon ng nakakatakot na kaisipan. Maaari silang mamatay din.

Sabihin ninyo sa mga bata na namatay ang sanggol sa isang dahilan na nangyayari lamang sa mga maliliit na bata at iyon ay hindi mangyayari sa kanila o sa inyo.

Ang mga bata kung minsan ay sinisisi nila ang kanilang sarili sa pagkamatay ng sanggol. Sabihin mo sa kanila na hindi nila ito kasalanan.

Tulungan ninyo ang mga bata na maintindihan ang SIDS upang hindi sila matakot.

Kung minsan ang mga kaibigan at mga kapitbahay ay hindi naintindihan.

Maaari silang magtanong ng mahirap sagutin.

Sabihin ninyo sa kanila ang inyong nalalaman. Ipakita ninyo ang aklat na ito.

Marahil isipin pa ninyong magkaroon ng isang bata.

Ngunit ito ay nakakatakot na isipin. Na maaring manyari pa muli ang SIDS.

Marahil hindi, pero ang pagdesisyon ay mahirap gawin. Maari mong kausapin ang ibang mga magulang na nakaranas na ng ganitong pangyayari.

Bawat sanggol ay espesyal.

Makakakita kayo ng mga bagong bagay na mamahalin ninyo sa susunod ninyong sanggol. At palagi ninyong maalaala ang mga masasayang panahon sa iyong namatay na bata.

Makakakuha kayo ng tulong na kinakailangan ninyo…

Kung ikaw ay nakatira sa California tawagan:

California SIDS Program
(800) 369-7437

Ang Programa ng California SIDS ay maaaring:

- ikonekta kayo sa pangkat ng SIDS sa inyong lugar. Maaaring makakatulong na kausapin ang mga magulang na napagdaanan na ang ganitong pangyayari.
- ikonekta kayo sa nars sa inyong lokal na pampublikong kalusugan na makapagsasabi sa inyo tungkol sa SIDS.
- sagutin ang katanungan na mayroon kayo.
- magpadala ng mga munting aklat na makatutulong sa inyo.

Gusto mo pa bang makaalam ng tungkol sa SIDS?

Tawagan ang Programa ng California SIDS sa Pangangalaga

(800) 369-7437

Kuha sa aklat na pinamagatang,
"Crib Death: Sudden Infant Death Syndrome" ginawa ng
United States Department of Health and Human Services at
isinulat ni Kristen Brett at Kathy McKnight ng Florida SIDS
Information and Counseling Project

Tagaguhit at Paglalarawan ni Sue Parkinson.
Isinalin sa Tagalog at Vietnamese ng
Berlitz Translation Services.

Tagalog

CALIFORNIA
S I D S
PROGRAM
SUDDEN INFANT
DEATH SYNDROME
CALIFORNIA DEPARTMENT
OF HEALTH SERVICES MCAH

This is copyrighted, but may be reproduced without permission.
We request that proper credit be given to:
California Department of Health Services/California SIDS Program

Produced by the California SIDS Program under funding
by the California Department of Health Services,
Maternal, Child and Adolescent Health Branch © 1999

California Sudden Infant Death Syndrome Program
800-369-SIDS (7437) • www.californiasids.com