**Апноэ** — это внезапная остановка дыхания на 5-10 секунд, после чего у младенца учащается дыхание и сердцебиение. Часто апноэ страдают недоношенные дети. Это очень серьезный симптом, особенно если задержка длится более 15 секунд. Именно это может привести к внезапной смерти ребенка во сне. **Наличие апноэ у малыша — серьезный повод обратиться к врачу!**   
Апноэ новорожденных - физиологическое состояние, при котором отсутствуют дыхательные движения сразу после рождения. Это связано с некоторым избытком кислорода в крови.   
      Апноэ может происходить у недоношенных детей (родившихся на 34 неделе беременности и раньше), поскольку их ЦНС (центральная нервная система) еще недостаточно развита и не в состоянии нормально управлять дыханием. Нормализация дыхания происходит на 40-42 неделе от момента зачатия.   
   Лечение апноэ у недоношенных детей включает:   
    \* Обеспечение положения головы и шеи на одном уровне (недоношенные дети во время сна всегда должны лежать на спине, чтобы поддерживать свободное движение воздуха);   
    \* прием лекарств для стимуляции дыхательной системы;   
    \* метод ППВД;   
    \* подачу кислорода   
  Наблюдение за недоношенными младенцами должно проводиться в больнице.   
   Апноэ у младенцев первого года жизни, родившихся доношенными, обычно проходит самостоятельно. Если оно не вызывает проблем (таких как гипоксия, например), это можно считать нормальным.

**В критической ситуации**   
   Если вы наблюдаете у вашего ребенка посинение кожи, удушье, изменения мышечного тонуса – **немедленно вызывайте «Скорую помощь»!**   
**Чем вы можете помочь малышу, пока врача рядом нет?** При внезапной остановке дыхания — «растормоши» ребенка. Если дыхание не восстанавливается — сделай искусственное дыхание рот в рот (вдохи каждые 3-4 секунды). Если сердцебиение отсутствует необходимо провести закрытый массаж сердца. Важно не паниковать и действовать решительно и четко. Закрытый массаж сердца делают большими пальцами рук, остальные пальцы должны быть на спине ребенка — ты как бы держишь его тельце в руках. С частотой примерно 100 раз в минуту вдавливай большие пальцы в грудину малыша на глубину 1,5-2,5 см; после 4-5 толчков производят дыхание рот в рот. Этот цикл повторяют до полного восстановления дыхания и кровообращения.