

Как правильно одевать своё чадо в любое время года, чтобы все были довольны, и малыш не болел?

Ребёнку всё равно, когда радоваться жизни: и летом, и зимой, и осенью малыши носятся и резвятся. Главное – обеспечить им комфорт для таких игр, не дав ни замёрзнуть, ни промокнуть.

В наше время выбор детской одежды просто огромен, но следует помнить о том, что лучшие ткани для маленького ребёнка – натуральные. Одежда не должна быть велика, чтобы не мешать двигаться правильно, и ни в коем случае не должна быть слишком узкой, чтобы не стеснять его движений.

Приобретать одежду надо с учётом:

- практичности,
- свободы движений,
- свойств сохранять тепло и испарять влагу.

Одетый в слишком тёплую одежду малыш не получит от прогулки никакого удовольствия, он быстро вспотеет и на самом деле может простудиться. Дети, которых кутают, болеют в 2-3 раза больше тех, которых одевают правильно. Можно купить удобную куртку и штаны или комбинезон, в которых он сможет и в снегу поваляться и со сверстниками побегать.

Главное предназначение одежды детей в зимний период – сохранить тепло и защитить от холода, ветра и влажности.

Помимо этого важно обратить внимание на вес, ведь именно зимой приходится носить больше всего одежды и именно зимой размеры одежды сковывают движения, мешая передвигаться. Наиболее удачным сочетанием будут брюки с высоким поясом и удлиненная куртка. В качестве наполнения хороши лёгкие синтепон или пух. Обязательно малыш должен быть одет в шапку, закрывающую лоб и уши, так как они наиболее чувствительны к холоду.

Закрывать шарфом или платком рот и нос ребёнка во время морозов не следует, поскольку нарушается нормальное дыхание через нос. Малыш начинает вдыхать морозный воздух открытым ртом. Платок же быстро становится влажным и вызывает неприятные ощущения.

В любое время года ребёнка не надо одевать теплее, чем одеты взрослые. У детей выше температура тела, чем у взрослых, да и двигаются они активнее взрослых, поэтому теплообмен и теплоотдача у них сильная, а значит, перестаньте одевать ребёнка в сто одежек.

