

КАК ОДЕВАТЬ РЕБЕНКА ЗИМОЙ: РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ



Как правильно одеть ребенка
на зимнюю прогулку

Часто неопытные родители понятия не имеют, как одевать ребенка зимой. В этой статье мы предлагаем несколько рекомендаций по тому, как сделать зиму для ребенка комфортной и теплой.

Молодые родители часто думают, что «толстая» (теплая) куртка или комбинезон наиболее подходят для наших зим. Но в то же время забывают, что дети - не взрослые, а в зимний период также ведут себя активно на улице, поэтому в «толстой» верхней одежде ребенок сильно потеет. Пот впитывается в нижнее белье и после этого в другие вещи и даже в подкладку куртки и внутреннее наполнение.

Из-за низкой температуры воздуха зимой влага конденсируется и после того, как ребенок на некоторое время остановится, он может получить мгновенное переохлаждение тела. Это становится причиной того, что дети болеют. Как узнать, не замерз ли ребенок? Потрогайте его шейку. Если вы привыкли ориентироваться на температуру рук, то это вас может сбить с толку. Ноги и руки в норме не должны быть теплыми.

Правильно одевать ребенка зимой означает, что не нужно укутывать ребенка, особенно если он активно двигается. Главное правило: **правильно подобранная одежда**, а не только многослойная. Тепло удерживает не утеплитель, а свобода между его волокнами, поэтому не надо удивляться, что многие зимние комбинезоны очень легкие. На прогулке, зайдя на пару минут в помещение, укутанный малыш вспотеет и сразу же замерзнет, выйдя на улицу. Таким образом, выбирать надо одновременно и теплую, и пропускающую воздух, из современных материалов одежду.

Как одевать ребенка зимой: лучший вариант

Детский комбинезон должен быть довольно легким, утепленный не толстым слоем синтепона, а современным «тонким» и «дышащим» материалом, с помощью которого создается изолирующая воздушная прослойка. Технология «двойной рамы» позволяет лучше сохранить тепло. Верхняя ткань для комбинезона должна быть непромокаемой, непродуваемой, но в то же время «дышащей», сохраняющей эластичность и мягкость при любом морозе. Основные швы комбинезона должны быть проклеены или прорезинены и полностью водонепроницаемы. Нижняя часть комбинезона должна быть более плотной, устойчивой к агрессивной среде из соли, снега и грязи. Брюки снабжены съемными резинками, чтобы в обуви не попала влага. Манжеты и капюшон обработаны задерживающим тепло мягким, комфортным флисом. Верхняя часть комбинезона должна быть мягче и эластичнее нижней, чтобы ребенок мог без труда передвигаться. так как при этом ребенку гораздо удобнее двигаться. Подкладка комбинезона должна быть выполнена из синтетических волокон, так как хлопковая подкладка собирает влагу (соответственно, дольше ее удерживает) и не подходит для зимы. Такой комбинезон является наилучшим для неустойчивой зимней погоды (то «плюс»-то «минус») и считается всепогодным.

Собираясь на прогулку в сильный мороз, помните, что при такой погоде одежды должно быть не менее трех слоев:

Первый слой одежды — нижнее белье. Не стоит зимой надевать белье из натурального хлопка, так как он быстро впитывает влагу и дольше ее удерживает. Специалисты рекомендуют надевать белье из натуральной шерсти - мериноса или

ламы, так как он быстро согревает, оставляя при этом кожу ребенка сухой, так как шерсть проводит пот на следующий слой одежды.

Второй слой одежды — промежуточный слой. Здесь одежда должна быть мягкой и объемной. Отлично подходит толстовка и спортивные брюки с начесом.

Третий слой одежды — шерстяной комбинезон-чехол или комплект джемпер-рейтузы. С такой одеждой можно не бояться сильных морозов, но только если изделия пошиты из хорошей высококачественной «зимней» шерсти или из флиса. По своим характеристикам, флис равен шерсти, но по весу гораздо легче.

Чтобы правильно одеть ребенка зимой, помните это правило трех слоев одежды. Колготки и носки зимой так же не должны быть выполнены из натурального хлопка, так как они также быстро сыреют и холодят ножки. Опытные родители знают, что есть смысл одевать синтетические колготки и носки с синтетическими термодобавками.

Надеемся, информация о том, как одевать ребенка зимой, будет вам полезна.

Источник: журнал «Мама и малыш» 2007