

Как одевать ребенка зимой

При наступлении холодов, главной задачей для родителей является выбор зимней одежды для своего ребенка. Как же одевать ребенка зимой так, чтобы он ни замерз и в тоже время не перегрелся в зимнее время года? Есть несколько рекомендаций, которые помогут вам в этой непростой задаче.

Сначала, перед прогулкой необходимо одеться самому. Это для того, чтобы ребенок не вспотел, пока ждет вас. В противном случае, он сможет простудиться. Нужно заранее приготовить всю необходимую одежду для прогулки. На голое тело ребенка лучше всего одеть легкую трикотажную маечку или боди. Так как данный материал способствует



хорошему теплообмену. Затем надеть комбинезон из трикотажной ткани. Главное, чтобы на нем были застежки спереди, а не на спине, это может доставить ребенку дискомфорт во время прогулки. Чтобы дальше правильно подобрать одежду, нужно знать температуру воздуха на улице. Не рекомендуется кутать ребенка сильно. Это может спровоцировать перегрев, что отрицательно отразится на самочувствии малыша. Если на улице не очень холодно, то на трикотажный комбинезон достаточно будет надеть верхнюю зимнюю одежду. Для ребенка, который еще не ходит лучше использовать слитные комбинезоны. Одевать ребенка зимой правильно, очень важно. Тем более, если температура на улице около -10 градусов. На трикотажный комбинезон не лишним будет надеть костюмчик из натуральной мягкой шерсти. Главное, чтобы он не колотся. На ноги необходимо надеть носочки, но так, чтобы они сидели достаточно свободно. Руки одеть в варежки с внутренней хлопчатобумажной прослойкой. На голову необходимо надеть две шапочки. Первая должна быть тоненькой, поверх нее теплая. Шапка обязательно должна плотно прилегать к голове ребенка, иметь завязки, закрывать ушки и лоб. Перед прогулкой ребенка желательно покормить пищей богатой углеводами и жирами.

В настоящее время на рынке существует огромный выбор детской зимней одежды из самых различных материалов. Самыми лучшими, из которых, являются пух, синтепон или изософт. Подходить к выбору зимней одежды для ребенка нужно очень ответственно, чтобы она не спровоцировала негативные воздействия на его здоровье.