

Головной убор летом!

Большинство из нас знают, что система терморегуляции маленьких детей очень несовершенна и поэтому необходимо следить за тем, чтобы они не переохлаждались, и, еще важнее, не перегревались. Именно о перегреве и идет речь, когда родителям рекомендуют не забывать надевать панамку детям. Не стоит судить по своему самочувствию – взрослые переносят жару много легче, а вот малышу может стать плохо всего после нескольких минут под палящим солнцем без головного убора.

С наступлением лета у родителей прибавляется забот: важно уследить, чтобы голова малыша всегда была прикрыта, и он не получил солнечного удара. Если вашему ребенку по тем или иным причинам летом некоторое время придется находиться под прямыми солнечными лучами – обязательно надевайте головной убор.

Головной убор летом защищает от палящих солнечных лучей, которые могут привести к проблемам со здоровьем. В жару под воздействием прямых солнечных лучей усиливается приток крови к мозгу, увеличивается нагрузка на сосуды головного мозга, повышается внутричерепное давление. В результате могут возникнуть неприятные ощущения: слабость, головокружение, мушки перед глазами, тошнота и даже обморок. В жару опасны солнечный и тепловой удары. Солнечный – это перегрев головы, во время теплового перегревается все тело. Летние развлечения в детском саду в основном проходят на свежем воздухе, а это означает, что Ваш ребенок большое количество времени проведет под солнцем в знойный день. Именно поэтому совершенно необходимо позаботиться о том, чтобы голова ребенка меньше всего страдала от жары.

Правильная одежда летом – это вопрос не только комфорта,