

VAIKŲ APRANGA ŠALTUOJU METŲ LAIKU

Svogūno principas – sluoksnis po sluoksniu

Apatinis sluoksnis – marškinėliai, apatinės kelnės arba pėdkelnės - tas kas arčiausiai kūno privalo būti iš vilnos, vilnos ir sintetinio pluošto arba tik sintetinio pluošto su nuoroda, kad tai termo audinys. Kodėl? Medvilnė gerai sugeria drėgmę ir ją savyje sulaiko.

Vidurinis sluoksnis – bliuzonas, megztukas - labai paprasta ir nieko naujo –vilna arba sintetinis pluoštas.



Viršutinis sluoksnis – kombinezonas arba striukė bei kelnės. Ekspertai mano, kad vaikams iki 3 trejų metų patogesni vientisi kostiumai, jie vis tik mažiau aktyvūs, o vientisas kostiumas geriau išlaiko šilumą ir tėveliams ramiau, kad nėra nepageidaujamų „plyšių“, per kuriuos gali skverbtis šaltas oras. Atskiri kostiumai rekomenduojami aktyviems, jau labiau savarankiškiems vaikams.



Pirštinės - sniego seniams lipdyti puiki išeitis – neperšlampamos puliritaninės lietaus pirštinės užmautos ant viršaus paprastų pirštinių. Kumštinės pirštinės šilumą išlaiko geriau, bet vyresni vaikai jaučiasi geriau su pirštuotomis.

Batai - šiuolaikinės technologijos tikrai nustebina, kai bato vidus pašiltintas multino sluoksniu, bet apsaugotas vidiniu termoizoliaciniu sluoksniu sukuria gerokai geresnį šilumos efektą, nei jau minėti natūralių medžiagų žieminiai batai. Batuose koja turi jaustis laisvai, ekspertai rekomenduoja mauti vieną kojine, kad nesusidarytų nepatogių raukšlių. Kojinės taip pat turėtų būti iš tokios medžiagos, kuri išgarina, o nesugeria drėgmę. Venkite batų su užtrauktukais, jau geriau reguliuojami su **Velcro** užsegimais – vaikas lengviau pats juos užsimaus, be to, tokie batai, kur kas sandaresni.



Parengė: visuomenės sveikatos priežiūros specialistė: Silvija M.