

Top 5 głupot, które matki robią dzieciom zimą



Zima to szczególny czas dla rodziców małych dzieci, pełen wyzwań i zagadek. Jak ubrać? Czy wychodzić? Gdzie wychodzić? Pytania mnożą się wraz z malejącą na dworze temperaturą, nawet kiedy ta temperatura niska wydaje się tylko niektórym. Niestety w tym czasie można nieświadomie zrobić dziecku krzywdę i, mimo najszczerzych chęci, przedobrzyć lub przesadzić. Oto 5 głupot, które serdecznie odradzam.

Przegrzewanie dzieci

Niewiele osób zdaje sobie sprawę z tego, że przegrzanie dziecka może być nawet bardziej niebezpieczne niż ubranie go za lekko. Dziecko spocone przeziębci się znacznie szybciej niż dziecko suche, któremu jest minimalnie chłodniej. Trzymając się tej zasady proponuję nie zakładać dziecku żadnej „jednej warstwy więcej” niż sobie samym, tylko w miarę

zdroworozsądkowo ubierać je tak, jak sądzimy, że nam byłoby komfortowo. Przykład? Jeżeli w temperaturze 0-5 stopni Celsjusza założymy maluchowi rajstopy pod spodnie, czapkę kominiarkę i puchową kurtkę, to w co ubierzemy go, kiedy zrobi się -10? No właśnie. Dobrze też pamiętać o rozebraniu małej śniegowej kulki, kiedy wchodzimy z nią do sklepu lub innego ciepłego pomieszczenia. Tam, gdzie nam samym w sekundę robi się gorąco, naszym dzieciom robi się tak w pół sekundy.

Nie wietrzenie pokoju

Pisałam już o tym we wpisie dotyczącym moich sposobów na odporność (**KLIK**). Temperatura komfortu cieplnego dziecka w domu służąca jednocześnie jego odporności i śluzówce to przedział pomiędzy 19 a 21 stopni Celsjusza. Nie mniej, nie więcej. Pomieszczenia, w których przebywa maluch należy wietrzyć w każdej porze roku, a w zimie, czyli w sezonie grzewczym, kiedy powietrze jest suche i rzadko się rusza, szczególnie.

Nie wychodzenie na spacer

Trzymanie dziecka w domu jest w zimie tak samo złe, jak przegrzewanie go, a już na pewno nie służy jego odporności, na której nam, rodzicom, zawsze bardzo zależy. Zima to świetny czas na spacer i do temperatury -10 możemy spokojnie oddawać się wszelkim aktywnościom na dworze, które na pewno nie zaszkodzą zdrowiu naszego miłusińskiego. Zadbajmy, by było mu ciepło w stópki, by miał wygodne buciki, by nic go nie piło i zwracajmy uwagę na to, czy jego kark jest suchy i ciepły. Jeśli wszystko jest w porządku, możemy bez problemu wybrać się półgodzinny spacer nawet przy drobnym katarku. Oczywiście w przypadku podwyższonej temperatury lepiej zostać w domu, ale to już powie wam każdy lekarz.

Wożenie dziecka w foteliku w zimowej kurtce

Do niedawna sama nie wiedziałam, że to olbrzymi błąd, który może kosztować nas wiele. W przypadku mocniejszego zderzenia,

jeżeli dziecko polecą do przodu, może wysunąć się i ze śliskiej kurtki, i z pasów, nawet najmocniej zaciśniętych. Wniosek jest jeden: w krótsze i dłuższe trasy warto zdjąć maluchowi kurtkę nawet kosztem większej ilości czasu, którą spędzimy na przygotowaniu do podróży, a potem wysiadaniu z samochodu. A komu nie chce się wierzyć, zapraszam do **obejrzenia testów**. Moim zdaniem nie wymagają komentarza.

Zostawianie dziecka samotnie w samochodzie

Trąbiłam już na ten temat w lecie, tym razem się powtórzę, bo wciąż zdarzają się tego typu historie i mają one niejednokrotnie tragiczne konsekwencje. Wydaje nam się, że samochód jest na tyle rozgrzany, że nic się nie stanie. Boimy się obudzić dziecko, a przecież musimy „tylko wyskoczyć na minutkę”. A figę. Skąd wiesz, że minutka nie zamieni się w godzinę? Samochód na mrozie zamienia się w lodówkę, a organizm dziecka wychładza się znacznie szybciej niż organizm dorosłego. Nie wiem jak wam, ale mi wyobraźnia działa, kiedy czytam poniższe informacje:

Gdy temperatura ciała człowieka spada:

- *poniżej 36 stopni, pojawiają się dreszcze, sinieją wargi, tętno i oddech przyśpieszają, człowiek słabnie, ma zawroty głowy, jest dezorientowany.*
- *poniżej 34 stopni wszystkie te objawy nasilają się. Pojawia się także ból, skurcze mięśni, utrata poczucia czasu, apatia, zaburzenia świadomości.*
- *poniżej 30 stopni człowiek traci przytomność poniżej 28 stopni zwalnia puls i oddech, człowiek ma niedotleniony mózg. Może dojść do zatrzymania krążenia.*

źródło: babyonline.pl

Mam nadzieję, że w tę zimę uda nam się wszystkim zastosować te rady tak, żeby i nam, i naszym dzieciom, przyjemnie czekało się na wiosnę.

Może cię też zaciekawić:



**5 największych błędów
popęłnianych podczas
przewożenia dzieci
samochodem**