

Играть надо вместе!

Мы привыкли мыть руки после прогулок или, скажем, похода по магазинам. Между тем, по статистике, большую часть бактерий дети подхватывают дома, во время игры. Как защитить наших крох?

Малыши - неутомимые исследователи. Погремушки и кубики, обувные щетки и тапочки, кастрюли и мамина помада - в общем, порой самый неожиданный предмет может стать для ребенка ключом к познанию окружающего мира. И такой любознательности можно было бы только порадоваться, если бы не один момент: на всех поверхностях в нашем доме живут бактерии, причем порой совсем небезопасные.

Самые маленькие непоседы стремятся все пробовать на вкус и тянут понравившуюся вещь в рот. Ребятушки постарше нередко достают с верхних полок, из кладовок то, что им совсем не предназначено.

Неудивительно, что наши детки то и дело жалуются на боли в животике, подхватывают кишечные инфекции.

Отсюда следуют два важных правила:

1. Игре надо учиться, и хорошо, если первым учителем станет любящая и заботливая мама, которая подскажет, как и во что лучше играть.
2. За чистотой рук после игры надо следить очень тщательно.

Новый паровозик

Конечно, иногда так сложно уделить ребенку время! Современной молодой женщине надо многое успеть: и на работу прийти вовремя, и ужин приготовить, и с крохой погулять.

Поэтому частенько, покупая новую игрушку, мы просто даем ее малышу и уходим заниматься своими делами. Что же происходит дальше?

Крохе быстро надоедает играть в одиночку, к тому же он пока просто не умеет этого делать. Уже через 5 минут малыш бежит к маме. Для того чтобы изменить ситуацию, научите ребенка играть! Во-первых, покупая крохе новую игрушку, обязательно рас-



особенно для самых маленьких, должны быть снабжены сертификатами соответствия. Это значит, что мишки, мячики, машинки прошли тщательную, трехступенчатую проверку: физико-механическую, химическую и гигиеническую. То есть:

1. не сломаются от первого же прикосновения;
2. не станут выделять в атмосферу вредные вещества;
3. не занесут в дом вредные бактерии. И если с первыми двумя пунктами все более или менее понятно, то про третий стоит поговорить особо. Частенько мамы очень ревностно следят за тем, чтобы на шкафах и подоконниках не было ни пылинки, но забывают мыть игрушки.

А ведь на них тоже скапливаются бактерии.

Удалить грязь с пластиковых погремушек и резиновых мячей легко, а вот как быть с плюшевыми игрушками? Педиатры считают, что детям до года их вообще лучше не давать. Но если удержаться от покупки умильного плюшевого тигренка никак не получается, учтите, что малыш все тянет в рот, поэтому весь игрушечный "арсенал" надо регулярно стирать. Многие микробы гибнут при температуре +60 градусов, поэтому лучше покупать те игрушки, которые разрешено стирать в стиральной машине. Малыш растет, и на смену погремушкам приходят куклы, машинки, а также кастрюли и ботинки, шнурки и пуговицы, лейки и перчатки. Детям интересно все. Будьте внимательны, малышей до трех лет лучше не оставлять наедине с мелкими предметами вроде скрепок и пуговиц, крохи могут случайно проглотить их и подавиться.

Кроме того, игрушки и предметы, которые заинтересовали малыша (даже самые чистые и новые!) содержат определенный набор микроорганизмов, возможно, безвредных для взрослых, но опасных для детей. Поэтому возьмите за правило, поиграв, обязательно пойти в ванную и вымыть руки. Желательно с антибактериальным мылом, удаляющим микробы. Не забывайте помыть руки и сами, ведь личный пример гораздо действеннее нотаций и наставлений. Играйте с удовольствием и будьте здоровы!

