



# ИГРАЕМ НА СОЛНЫШКЕ

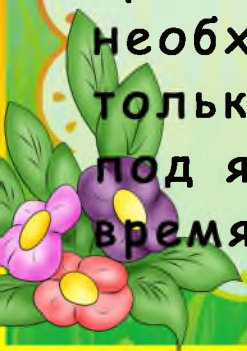
## советы по защите кожи ребёнка

Совсем скоро наступит лето. Теплые деньки подарят крохе много радости и новых впечатлений. Главное, не забывать об особенностях ухода за кожей малыша в этот период.

Кожа крохи очень нежная. Ее защитный барьер, так называемая гидролипидная мантия, формируется в течение первых лет жизни малыша и на 30% тоньше, чем у взрослого человека. В теплое время года кожа крохи очень уязвима и чувствительна к внешним воздействиям, особенно к вредному ультрафиолетовому излучению, так как в ее составе пока мало меланина, природного защитника от UVA и UVB-лучей. Поэтому важно защищать кожу малыша от их воздействия.

Рекомендуем родителям придерживаться простых правил во время пребывания с крохой на улице:

Солнечные лучи наиболее активны в период с 10.00 до 16.00, поэтому лучше оградить малыша от их прямого действия в это время. Это правило необходимо соблюдать, не только находясь на пляже под ярким солнцем, но и во время ежедневной прогулки.



Наносите солнцезащитное средство за 15-20 минут до выхода на улицу, и, если Вы находитесь на пляже, после каждого контакта с водой. Уделяйте внимание всем открытым участкам кожи крохи, включая чувствительные области от самых ушек до пяток. Для ухода за малышом на солнце используйте специальные детские средства. Например, детский солнцезащитный спрей JOHNSON'S® SunCare Kids учитывает особенности кожи крохи. Спрей обеспечивает тройную защиту от солнца: светостойкий UVB-фильтр в его составе помогает уберечь от ожогов, UVA-фильтр защищает от последствий воздействия солнца, а нежные увлажняющие компоненты и витамин E способствуют сохранению природной мягкости и эластичности детской кожи. Водно- и потостойкий спрей подходит для малышей с 3 лет.

Во время игр и прогулок на солнце одевайте кроху в легкую одежду и панамку, а когда он подрастет, не забывайте про солнцезащитные очки.

Всегда имейте при себе бутылочку воды, ведь детская кожа содержит больше влаги, чем взрослая, но и быстрее ее теряет, особенно в летний зной. Поэтому увлажнять ее необходимо как снаружи, так и изнутри.

