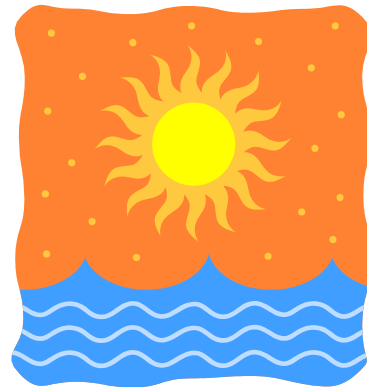


Navodila za bivanje z dojenčkom na morju

Poletje bo že kmalu tu in seveda se je treba pripraviti za odhod na morje...

Zaščita pred sončnimi žarki



Z otrokom bodimo na plaži zjutraj in proti večeru, med 11. in 15. uro pa bodimo v senci ali v stanovanju.

Med kopanjem na morju naj ima otrok pokrivalo na glavi, najbolje je čepica s ščitnikom, ki ima podaljšek tudi za vrat. Naj bo iz materialov, ki se hitro sušijo in so plovni v primeru padca v vodo. Priporočamo tudi kopalno obleko iz neoprena, ki zaščiti ramena pred sončnimi žarki, vetrom in nižjo temperaturo vode.

Otroško kožo je potrebno zaščititi s kremo z visokim zaščitnim faktorjem

Če ima otrok alergijo na sončne žarke, se je potrebno posvetovati z zdravnikom pred odhodom na morje

Temperatura vode in zadrževanje otroka v vodi

Zavedati se moramo, da se dojenčki mnogo hitreje ohlajajo kot odrasli. Zato naj bo zadrževanje v morju kratkotrajno. Daljše zadrževanje v vodi pod 28 stopinj Celzija lahko povzroči razna obolenja! Zato namakajte dojenčka raje v topli vodi ali pa res za kratek čas v morju.

Priporočamo vam obleke iz neoprena, ki malce zadržujejo ohlajanje telesa, zaščitijo otroka pred vetrom in soncem.

V veselje vam bo Fredov plavalni obroč, v katerem bo otrok lahko plaval z vami. Tako boste našli tudi nekaj časa za svojo rekreacijo in sprostitev.

Razna priporočila



- če pride do opekline meduze, moramo najprej odstraniti žarnike s kože, kar naredimo z drgnjenjem z alkoholom ali mivko. Nato kožo hladimo z obkladki.
- če so opekline meduze bolj razsežne, poiščemo zdravniško pomoč
- če otrok že hodi in se poda v vodo, lahko stopi na ježevo bodico. Zato priporočamo, naj ima otrok obuvalo, da se takim vbodom izognemo. Ježke iz kože odstranjujemo s sterilno iglo in pinceto.
- valovi lahko otroka presenetijo in prestrašijo, zato bodimo ob otroku in ga ne pustimo niči za trenutek samega na plaži
- zaradi mrčesa (komarjev), ki jih je največ proti večeru, priporočamo, da ima otrok lahka oblačila z dolgimi rokavi, ki ga zaščitijo pred piki.
- zaradi višjih temperatur ozračja priporočamo večji vnos tekočin v telo

REKVIZITI:

Za nakup rekvizitov pokličite: 059 976 740 (zvečer)

LEPE POČITNICE!

