



## لباس کودکان را در تابستان کم نکنید

یک متخصص پوست و مو و زیبایی گفت: «بسیاری از والدین به اشتباه لباس کودکان را کم و بدن آنها را در معرض اشعه آفتاب قرار می‌دهد.» ...

یک متخصص پوست و مو و زیبایی گفت: «بسیاری از والدین به اشتباه لباس کودکان را کم و بدن آنها را در معرض اشعه آفتاب قرار می‌دهد.»

دکتر حسن اعتمادزاده در گفتگو با خبرنگار سامانه خبری 171؛ سلامت نیوز؛ اظهار داشت: «مهمترین عامل و تأثیر گذار بر روی پوست و در فصل تابستان، نورخورشید و گرمای حاصل از آن است که به دنبال آن تعرق و از دست رفتن آب بدن را به همراه دارد.»

وی افزود: «با پوشیدن لباس مناسب و گشاد از جنس کتان و پنبه، استفاده از کلاه، چتر و عینک استاندارد، مصرف آب به میزان مورد نیاز بدن و اجتناب از قرار گرفتن در برابر نورخورشید در ساعات گرم روز یعنی از ساعت 11 صبح تا 3 بعدازظهر می‌توان از اثرات کوتاه مدت آفتاب سوختگی در فصل تابستان جلوگیری کرد.»

این متخصص پوست و مو و زیبایی تصریح کرد: «در صورتیکه بدون رعایت و نپوشیدن لباس مناسب، بدون پوشش و عدم جبران آب از دست رفته بدن در به مدت طولانی برابر نورخورشید قرار بگیریم دچار آفتاب سوختگی و گرمادگی ناشی از گرما خواهیم شد.»

اعتمادزاده گفت: «این گونه موارد، بدن به دلیل تعریق زیاد آب خود را از دست می‌دهد و بالانس آب بدن و مواد شیمیایی بدن بر هم می‌خورد و در صورت ادامه وضعیت و عدم رسیدگی به مرگ می‌انجامد.»

وی ادامه داد: «بهترین راه مبارزه با گرمادگی ناشی از گرمای تابستان نوشیدن آب خنک و اجتناب از قرار گرفتن ناگهانی در برابر آفتاب و اشعه خورشید است.»

این متخصص پوست و مو و زیبایی اظهار داشت: «افرادى که قصد گرفتن حمام آفتاب دارند باید به تدریج در برابر نورخورشید قرار دهند تا بدنشان به مرور زمان عادت کند و دچار آفتاب سوختگی لک و تیرگی پوست نشوند.»

اعتمادزاده تصریح کرد: «تعریق زیاد یکی از عوامل افزایش دهنده بیماری‌های قارچی و میکروبی است به همین دلیل این بیماری‌ها در فصل تابستان که بدن مرطوب است شایع می‌باشد.»

وی افزود: «پوشیدن لباس تنگ و پلاستیکی در فصل تابستان فرد را در معرض انواع بیماری‌های میکروبی و قارچی قرار می‌دهد به خصوص کودکان و افراد مسن که پوست حساسی دارند.»

این متخصص پوست و مو و زیبایی گفت: «استفاده از چتر و کلاه به خصوص برای کودکان در فصل تابستان لازم است و بسیاری از والدین به اشتباه لباس کودکان را کم و بدن آنها را در معرض اشعه آفتاب قرار می‌دهد.»

اعتمادزاده اظهار داشت: «آفتاب سوختگی در سنین کودکی به خصوص افراد پوست روشن عواقب جبران ناپذیری در بزرگسالی دارد که ایجاد خال، لک و حتی سرطان پوست از جمله این عوارض می‌باشد.»