

محافظت کودکان از آفتاب سوختگی

پوست ظریف کودکان برای جلوگیری از سوختگی دردناک و آسیب پوستی نیاز به محافظت در برابر نور خورشید دارد...



پوست ظریف کودکان برای جلوگیری از سوختگی دردناک و آسیب پوستی نیاز به محافظت در برابر نور خورشید دارد. آکادمی متخصصان اطفال آمریکا این توصیه‌ها را در مورد محافظت کودکان از آفتاب سوختگی ارائه داده است: آفتاب سوختگی در کودکان ممکن است حتی در یک روز غیرآفتابی هم ممکن است رخ دهد. لازم نیست حتما خورشید به روشنی بدرخشد تا باعث سوختگی شود. از کرم‌های ضدآفتاب که فاکتور محافظت در برابر خورشید (SPF) آنها دست کم 15 باشد. 30 دقیقه پیش از آنکه کودک به بیرون از خانه برود، کرم را روی پوست او بمالید، و در طول روز آن را تجدید کنید. پوست کودک را با لباس‌های کتانی خنک و سبک آستین بلند و پاچه بلند محافظت کنید. هرگز یک نوزاد (کمتر از شش ماه) در معرض نور مستقیم آفتاب قرار دهید. سعی کنید کودکان را از ساعت 10 صبح تا 4 بعدازظهر، هنگامی نور خورشید بیشترین شدت را دارد، به بیرون نفرستید.