

Így véd meg a leégéstől babádat kirándulásnál

Létrehozás: 04/19/2021 - 12:00

Szerző: Melano



[1]

Egy kisbaba bőre sokkal érzékenyebb a felnőttek bőrénél, kevesebb melamin termel, így kevésbé képes természetesen védekezni a napsugárzással szemben.

Emiatt különösen gondosnak kell lennünk, ha a tavaszi időben kirándulni vagy nyáron strandolni megyünk gyermekünkkel. Napos időben minden baba esetében fontos a fényvédelem, még akkor is, ha felnőttként pont jól esik az a kis napsütés.

Hogyan védjük a babát a nap sugaraitól?

Legfontosabb a valódi fizikai védelem: tartsuk a babát árnyékban, viseljen könnyű, árnyékoló ruházatot. Amennyiben a baba kedveli, akkor már tavasszal lényeges a sapka hordása, és a ruházata is fedjen le minél nagyobb bőrfelületet. Tavaszi időben pl. lehet rajta harisnya és hosszú ujjú, de a hőmérsékleti viszonyoknak megfelelő vastagságú felső. A babakocsi árnyékolóját kiegészíthetjük könnyű UV szűrős árnyékolókkal. (Nagyon fontos, hogy az extra árnyékolás ne akadályozza a levegőáramlást, főleg nagy melegben.) A parkban válasszuk a fa alatti árnyékos részeket - bár ilyenkor viszont fontos a kullancsok elleni védekezésre is gondolni -, a strandon, nyílt téren pedig felállíthatunk UV-szűrős napozósátrat.

Idősebb babákat akik már kúsznak másznak netán szaladnak, persze nehéz folyamatosan az árnyékban tartani, ezért más megoldásokhoz kell folyamodnunk. Vízparton az UV szűrős úszódresszek nagy segítséget jelenthetnek. A kéz, az arc és a lábfej védelmére pedig mindenképp szükségünk lesz naptejre, akár már kora tavasztól kezdve.

Az ideális [baba naptej](#) [2]: vegyszermentes és fizikai fényvédős

Ideális esetben a babák érzékeny bőre miatt alapvetően törekedjünk az aggályos vegyszerek elkerülésére: a naptej ne tartalmazzon a baba érzékeny bőrét irritáló anyagokat, pl. tipikusan parfümöt, illatanyagot, egyes tartósítószerket vagy színezékeket.

A másik fontos szempont viszont hogy kémiai vagy fizikai fényvédős naptejet választunk-e. A kémiai fényvédők jelentős része beavatkozik a hormonrendszer működésébe (egyébként ezért felnőttek esetében is javasolom kerülni őket), ami a babák esetében, ahol a bőrfelület/testsúly arány teljesen más, még inkább jelentősebb lehet a hatás. Ez nem valami látványos hatás, hogy keletkezik-e kiütés a kicsin vagy sem, ugyanakkor hosszú éveken át történő használat már érdemben befolyásolhatja hormonrendszerünk működését.

A fizikai fényvédők apró ásványi darabok, amelyek a naptejben felpadnak a bőrre és visszaverik, mint egy tükör a fénysugarakat. A fizikai fényvédős naptejek alkalmazásakor ezért a bőrünk fehérnek tűnhet, mivel ezek az ásványi szemcsék ilyen fehérek. Természetesen ezek a fizikai fényvédők sem teljesen veszélytelenek: belélegezva már aggályos összetevők (ezért ne használjunk spray naptejeket) illetve ha túl aprók, azaz nano méretűek, akkor felszívódhatnak a bőrbe. Véleményem szerint ezért a legjobb, ha a babáknak egy nem-nano, nem spray fizikai fényvédős naptejet válsztunk.

Hány faktoros naptejet válasszunk babáknak?

Babák esetében általában az 50-es faktor az ideális, de ne ringasson minket hamis biztonságtudatba. 11 és 15 óra között, ha tehetjük, maradjunk otthon, töltsük az időt egy árnyékos játszótéren és nyílt terepre csak ezen időszakon kívül menjünk. A naptejet rendszeresen kenjük újra, fürdés után pedig minden alkalommal újra felvívendő. Kövesd a javaslatokat és gondtalan és leégésmentes lesz a közös szabadban töltött idő a babával!

Tags:

[baba](#) [3]

[csecsemő](#) [4]

[újdonság](#) [5]

[naptej](#) [6]

Színes:

[Egészség](#) [7]

Forrás webcím: https://www.melano.hu/igy_vedd_meg_a_leegestol_babadat_kirandulasnal

Hivatkozások

[1] <https://www.melano.hu/sites/default/files/articles/baba-naptej-strand-napozas.jpg>

[2] <https://zoldgondoskodas.hu/gyerekeknek-termeszeten/arcapolas-testapolas-naptej/napozas-napvedlem-termeszetes-bio-naptej-babaknak-gyerekeknek>

[3] <https://www.melano.hu/tags/baba>

[4] <https://www.melano.hu/tags/csecsemo>

[5] <https://www.melano.hu/tags/ujdonsag>

[6] <https://www.melano.hu/tags/naptej>

[7] <https://www.melano.hu/szines/egeszseg>