

## О рекомендациях как выбрать одежду для школы

В преддверии нового учебного года Роспотребнадзор напоминает, что в первую очередь одежда для школы должна обеспечить сохранение детского здоровья.

Родителям при приобретении школьной одежды для ребёнка важно помнить, что в ней он будет проводить 5–6 и более часов. В связи с этим, необходимо понимать, что одежда для школы, которая состоит только из синтетических волокон для этих целей не подойдет. Следует выбирать смесовые ткани с небольшим содержанием синтетических волокон.

В идеале одежда должна формировать комфортный для ребёнка микроклимат так называемого пододёжного пространства — это температура тела, влажность, паро- и воздухопроницаемость.

При этом неправильно подобранный костюм или его низкое качество могут вызывать различные заболевания, в том числе заболевания кожи, такие, как контактный и атопический дерматиты, а также простудные заболевания, например, грипп, острые респираторные заболевания и заболевания органов дыхания. Поэтому одежда, в которой ребёнок находится в образовательном учреждении длительное время, должна быть изготовлена из натуральных тканей, соответствующих требованиям биологической и химической безопасности, предъявляемым к швейным изделиям, текстильным материалам.

Специалисты Роспотребнадзора при выборе школьной одежды рекомендуют обращать внимание на следующие важные моменты:

1) Внимательно изучите маркировку — ярлычок с данными производителя и составом ткани. Отдавайте предпочтение смесовым тканям с преобладающим содержанием натуральных тканей.

2) Обратите внимание на символы, которые обозначают, каким должен быть уход за изделием. Например, если на ярлычке указана химчистка — лучше отказаться от такой одежды для ребёнка, потому что химические вещества, используемые при чистке изделия, могут быть вредны для здоровья школьника.

3) Лучше всего подходят для школьной одежды хлопок и лён для осеннего и весеннего времени, шерсть и кашемир — для зимы. Форма с содержанием синтетических волокон может быть меньше по стоимости, но на этом все её достоинства заканчиваются. Синтетические волокна не дают коже дышать, в результате нарушается тепловой обмен, и ребёнок начинает потеть, что может привести к переохлаждению и возникновению простудных заболеваний.

Кроме этого, синтетические волокна могут привести к возникновению аллергии, ведь синтетика притягивает к себе пыль, грязь и различные микроорганизмы, которые оказывают влияние на слизистые ребёнка и могут стать причиной возникновения сыпи. Также синтетика способствует накоплению статического

электричества, которое оказывает влияние на нервную систему ребёнка, вызывая раздражение и быструю утомляемость.

Поэтому для повседневного ношения синтетическая одежда не подходит. Однако полностью отказываться от синтетики в составе тоже не стоит, потому что синтетические волокна «держат» форму, увеличивают срок службы ткани и упрощают уход за ней.

4) От изделия не должен исходить резкий запах. Наличие неприятного запаха может свидетельствовать о содержании в текстильных материалах вредных или даже опасных химических веществ, используемых при окраске ткани.

5) Гарантией безопасности школьной одежды для здоровья ребёнка является наличие декларации о соответствии на данное изделие или сертификата соответствия. Данные документы продавец обязан предъявить покупателю по первому требованию.

### Ребёнку должно быть удобно

При приобретении одежды для школы правильно подбирайте размер, убедитесь, что вашему ребёнку в ней удобно как в сидячем положении, так и при ходьбе.

Вещь не должна излишне стеснять движения ребёнка, не должна быть слишком узкой, потому что тесная юбка или брюки могут привести к болям в животе, а тесные рубашки и сарафаны могут даже нарушить дыхание.

Кроме этого, ориентируйтесь на фигуру и вкус самого ребёнка, ведь одежда должна не только быть красивой, качественной и модной, но и нравиться самому школьнику.

Выбирая цветовую гамму, ориентируйтесь на общие правила школы, где будет учиться ребёнок. В любом случае, школьная одежда должна быть сдержанной, не стоит выбирать слишком яркие цвета. Отдайте предпочтение пастельным, серым, бежевым, коричневым, тёмно-синим тонам.

Подберите для ребёнка сразу несколько предметов школьной одежды, чтобы их было удобно менять в течение недели. Для мальчиков это запасные брюки к форме и две – три однотонные рубашки, для девочек — запасная юбка или платье, две – три однотонные блузки.