mada090234 / April 10, 2015 12:49PM

做好保暖工作　寶寶健康度過寒冬-快樂森林托嬰中心

冬天來臨，天氣冷颼颼，家長時常會擔心寶寶穿得不夠暖，深怕一不小心就會受寒生病。如何幫寶寶增添衣物做好保暖工作，一直許多家長煩惱的問題。快樂森林托嬰中心主任指出，冬天氣溫變化大，幫寶寶做好保暖固然重要，但寶寶的體質與成人不同，因此家長在為寶寶增添衣物時，必須根據寶寶的狀況，適當添加衣物，才能正確達到保暖的效果。

許多家長會認為一定要幫寶寶包得緊緊的，才能達到保暖效用，但最理想的保暖方式，其實是讓寶寶比大人多穿一件衣物，並隨著天氣變化彈性調整衣物。快樂森林托嬰中心主任表示，穿衣重點在於保暖且好穿脫，並依據室內外的溫度，做適時的調整，免得溫度變化過大，反而容易造成寶寶身體的不適。

除了穿衣保暖外，暴露在外的部位更需特別留意，例如頭頸部、腹部、及腿部，做好這些部位的保暖，其實更勝於幫寶寶不斷幫寶寶添加厚重衣物。快樂森林托嬰中心主任建議，家長們不妨可以為寶寶多穿上帽子、圍巾或襪子，如此一來也能避免寶寶因為衣物過於厚重不透氣，反而造成悶熱出汗，導致吹風感冒的情形發生。

寶寶的抵抗力不如大人強，一不注意就容易天氣變化受到風寒，因此保暖的工作對於寶寶更是不容忽視。快樂森林托嬰中心主任提醒，只要家長正確地為寶寶做好保暖工作，不僅能夠寶寶減少生病的機會，也能讓寶寶以最充沛的活力度過這個寒冬。

快樂森林托嬰中心 板橋 托嬰中心 寶寶 保暖
★快樂森林托嬰中心網站：http://mvp091.104web.com.tw/cetacean/front/bin/home.phtml
★快樂森林托嬰中心地址：新北市板橋區忠孝路28號2樓
★快樂森林托嬰中心電話：02-29633660