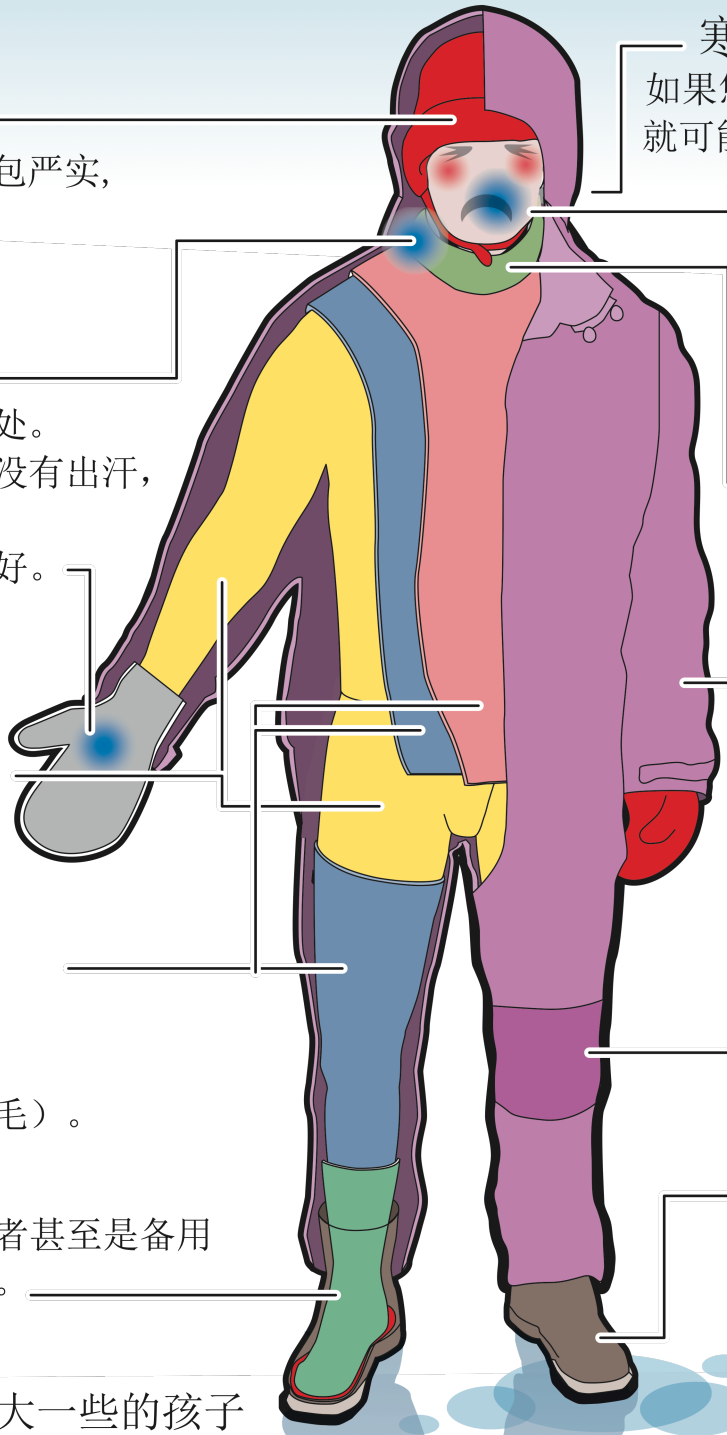
KINESISK

儿童低温正确穿衣指南

当温度低于零下10摄氏度的时候，按照成人的标准为孩子穿衣并不妥当。小孩子并不能像成年人那样有效调节身体温度，并且他们的皮肤更敏感。



头部
用防风罩尽可能包严实，包括孩子的额头，脸颊和颈部。

检查
检查颈部和双手处。如果您的孩子既没有出汗，也不太冷，那么温度就刚刚好。

贴身
选择薄型毛织品做为贴身衣物。

中间层
厚点儿的毛织品或最好是羊毛（羊毛或涤纶羊毛）。

脚上给厚袜子或者甚至是备用的鞋垫留出余地。

寒冷和烦躁
如果您的孩子烦躁不安，就可能说明他/她感觉很冷。

如果确实寒冷，可以给他/她的脸上抹上冷霜。要使用不含水的冷霜。

颈部
最好是让孩子的颈部保持灵活，不围围巾。

最外层
透气性好的的防水防风服。婴儿需穿滑雪服。外出时一定要带防风服，最好上面带着防风帽。

建议加护膝。

鞋子
要御寒防潮。选择有内衬，透气性好的冬靴。

大一些的孩子
多穿几件又薄又软的衣服比只穿几件厚衣服好。



婴儿
在零下10摄氏度的时候不要将新生儿带到室外。不要给婴儿涂抹冷霜。



远离雪橇
山坡上更加寒冷，曾经有过孩子在雪橇上冻死的先例。

资料来源: *helsenett.no / tv2 / nrk / norsk luftambulanse*

nyhetsgrafikk•no