

上学啦!开讲啦! 穿多穿少都感冒 倒春寒要怎么穿

建议:重暖不重多,要“三暖一凉”



冬天像暖秋,春天像寒冬,今年的天气相当叛逆。17日,孩子们开学,18日,大雪纷飞,孩子们从哭喊声中挣扎起床,而家长除了要照顾低龄孩子们的低落情绪,还有一个大问题,如何让孩子在学校不因穿衣而感冒。19日,雪后艳阳高照,陡升的气温又杀了人们一个措手不及。倒春寒、温差大,大家到底该怎么穿衣?19日,记者采访了长沙市妇幼保健院的儿科医生及经验丰富的幼儿园老师,教你几招健康穿衣原则。



现在的家长很爱给女孩子穿紧身厚裤袜。



不穿牛仔裤,也好看。

家长愁:穿多穿少都感冒 老师烦:又紧又多难打理

从家里走向学校,第一次离开父母的孩子,将不再享受“多对一”的照顾。在这种天气,穿衣问题成为老大难,声色大讲堂的群友“tuoni”就相当困惑,“我家宝宝3岁了,今天开始上幼儿园,要去一个新的环境了。在这样寒冷的天气,穿多穿少都易感冒,给在幼儿园的宝宝穿衣服应该把握一个怎样的原则呢?怎样知道宝宝穿的衣服够不够?”

没想到,记者和工作十多年的幼儿园老师刘晓芳一聊起此话题,她也是一肚子话要说,“这个问题提得真好,是得给家长们普及下孩子穿衣知识。衣服穿多了,孩子

浑身被裹得动弹不得,一玩耍活动后汗流浹背易遇风着凉;另外,因为穿多了,在午睡时少脱几件,孩子睡得满身大汗,多脱几件,午睡起来要花很长时间把衣服全部穿回去,这样反而容易感冒。”

家长最易犯的穿衣问题有哪些?刘老师称,“以现在的天气为例,家长爱给男孩子穿牛仔裤,其实牛仔裤又硬又紧,一旦衣服穿得多,老师都拉不上裤子,何况小朋友。家长爱给女孩子穿紧身厚裤袜,其实紧身的裤袜对孩子来说很不方便,很多女孩子因为裤头太紧拉不下去,结果小便把裤子弄湿。”

老师建议:重暖不重多 医生提倡:要“三暖一凉”

那么,身为经验丰富的幼儿园老师,刘老师在穿衣方面有什么好建议呢?“尽量避免薄薄的保暖性差的衣服,光靠衣服的数量来保暖,非常累赘,给孩子和老师造成很大不便。最好穿一件保暖性好的毛衣,一件棉质或羽绒马甲,外面穿一件棉袄或者羽绒外套。这样比较轻便,孩子活动的时候不会束手束脚,一旦玩耍得身上热了,可以把棉袄外套脱掉,一件毛衣加一件马甲的保暖性也不至于让孩子受寒。午睡的时候,老师一般要求孩子脱掉外套,穿秋衣秋裤午睡。请家长们给孩子穿衣服的时候,考虑到这一原则。”

那种又紧又硬的牛仔裤和厚裤袜,刘老师建议家长不要选,

“面料柔软的棉裤又柔软又温暖,是冷天最好的选择,而且很多棉裤的裤腰都采用宽橡筋,松紧幅度很大,非常好拉好塞。像这样的天气,一条棉裤或者绒里夹裤,塞一条宽松的羊毛裤,再加一条秋裤就够了。另外,家长可给孩子买方便、易穿的鞋子,最好是用魔术贴由里往外拉过来一贴即可的,不需要穿过任何的小洞洞。”

长沙市妇幼保健院的儿科医师李医生则从医学方面进行穿衣建议,孩子平时穿衣做到手暖、肚暖、足暖、头凉。手暖即手心温热而无汗,肚暖即保护好脾胃,足暖即寒从脚起,头凉是不提倡将孩子的头捂得太严实,适当进行“耐寒训练”。

■三湘华声全媒体记者 袁欣

小贴士

如果你有什么穿衣装扮的疑惑,欢迎关注公共微信号:happy-club2013,加入“声色大讲堂”QQ群295679206和298282778咨询。



女神全智贤

韩星全智贤近日为其代言的化妆品牌拍摄了一组广告写真。写真中全智贤着一身裸色开叉长裙,大秀光滑美背及修长美腿,性感女神形象吸引了众多粉丝的目光。



娱乐大嘴巴

嫌太大又缩回去 贝嫂自曝曾隆胸

“贝嫂”维多利亚·贝克汉姆近期接受采访时自曝在辣妹时期曾经隆胸,“从34A到了34D”,然后她觉得假体太别扭,“我的胸都快顶到脖子了”,于是在2009年又“改造”回了原始尺寸。她称,“我是花钱隆过胸,但现在我的胸如假包换。”

大嘴巴:敢做敢当,确实是名符其实的辣妹了。

公开后负面不断 黄宗泽姐弟恋告急

现年33岁的黄宗泽日前被曝热恋年长其9岁的女模杨峥,两人恋情高调曝光后,杨峥不断被揭负面新闻。有消息称,已有人向黄宗泽告发杨峥劈腿,一脚踏几船,为此两口子近日大吵,濒临分手边缘。而黄宗泽妈妈及圈中长辈好友都不看好这段恋情,纷纷劝黄宗泽挥剑斩情丝。

大嘴巴:閃恋閃分,确实是娱乐圈中的快餐爱情。 ■三湘华声全媒体记者 黄煌

《爸爸去哪儿》拍电视剧 但与湖南卫视无关

湖南卫视《爸爸去哪儿》大火后,其同名电影以迅雷不及掩耳之势卷走了数亿票房。19日,广电总局公布的电视剧立项中,记者又发现了电视剧《爸爸去哪儿》的身影。不过,湖南卫视剧类资源组的工作人员告诉记者,此剧与他们无关,涉嫌侵权。

根据公布的资料,即将开拍的40集电视连续剧《爸爸去哪儿》主要讲述单身父亲肖郡经营家庭

和事业的故事。这一消息让网友忍不住感慨,“太速度了,刚拍完电影又要拍电视剧了”。不过,湖南卫视的工作人员对此消息可是相当委屈,“它与我们没有任何关系,涉嫌侵权。”由于《爸爸去哪儿》的商标仍在申请,而此剧投机使用了同名,是否能定论为侵权还不得而知,“现在已交给法务部门处理”。

■三湘华声全媒体记者 袁欣

梅莉那回家乡大赞沙溢

由演员沙溢、梅莉那等联合主演的大型都市情感轻喜剧《我的博士老公》近日杀青。18日,湘籍演员梅莉那借回家过年之际,接受了湖南媒体采访。

曾在《金粉世家》《羊城风暴》《虾球传》等电影电视剧中有过精彩表演的梅莉那,此次在《我的博士老公》中饰演一位教条死板的女性,跟沙溢有大量的对手戏。聊

起搭档,梅莉那对沙溢满是溢美之词,是一个“接地气”的演员,很重感情,“为了照顾儿子,他还特意把他妈妈、胡可、儿子接到剧组,每天晚上八点准时回家陪家人。而且沙溢是个很会喝酒的人,但是为了不在儿子面前出现醉酒的形象,聚餐时所有敬酒他都一律谢绝。”

■三湘华声全媒体记者 袁欣