

БУДЬ ЗДОРОВ! ЭТО ВАЖНО ЗНАТЬ

Родительский ликбез

Светлана Берзина

Каждый родитель хочет, чтобы у его ребенка все было только самое лучшее. Мы расскажем, какие критерии для всего детского важны

120

ВЕРАТИ
ВНИМАНИЕ!

№6 (22) июль 2012

Так уж сложилось, что в условиях конкуренции производитель готов на все, лишь бы вы купили его товар. Его мало интересует сыпь на коже вашего малыша, нарушение работы органов пищеварения, аллергия или хронические заболевания, которые вызваны бензонатами, нитритами, консервантами, красителями, пестицидами и массой других компонентов, входящих в состав свежего йогурта, овощей и фруктов, ткани новой кофты или симпатичного детского комода... Поэтому ответственность за здоровье и благополучие ребенка в первую очередь несете вы, а мы поможем сделать правильный выбор.

ДЕТСКОЕ ПИТАНИЕ

- Пользуйтесь фильтрами для воды или питьевой бутилированной водой.
- Выбирая пищу для малыша, обратите внимание на этикетку: она должна содержать информацию о составе и знак оценки соответствия государственным стандартам.

- На упаковке должна быть информация о том, что это продукт детского питания, и с какого возраста его можно употреблять. Кроме того, ищите строку «рекомендовано МОЗ».



- Лучше покупать экологичные или органические продукты питания – они маркируются специальными знаками:



Если вы сомневаетесь в том, что перед вами сертифицированная продукция, попросите у продавца сертификат соответствия.

- Покупайте свежие продукты только в местах санкционированной торговли, где обеспечивается ветеринарный и фитосанитарный контроль. Для малышей рекомендуется замачивать ранние фрукты и овощи на час в холодной воде. Она заберет излишек нитратов и часть остатков агрохимии.

ПОСУДА

- Посуда для кормления малыша не должна содержать БФА (бисфенол А) – его попадание в организм может вызвать проблемы в развитии ребенка.
- Воздержитесь от покупки пластмассовой посуды с меламином, которая при нагре-



ванию выделяет токсины. Альтернативой может стать фарфор, глина, керамика.

- Лучше не выбирать посуду из дерева – в ее микротрещинках могут накапливаться микробы, очень хороши изделия из серебра.

СТИРКА



- Выбирайте стиральный порошок из растительных компонентов.
- Стирайте вручную хозяйственным или детским мылом из натуральных компонентов без отдушек и химических красителей. Если после полоскания на одежде и останутся микроскопические частицы мыла, они не причинят ребенку никакого вреда.



- Детский порошок должен быть без отбеливателей, ферментов и не иметь запаха.
- Моющие средства, памперсы, салфетки и косметика для детей, которые прошли экологическую или органическую сертификацию, маркируются специальными знаками:



Эти знаки являются гарантией того, что маркированная продукция содержит не менее 95% компонентов природного происхождения, причем большинство из них являются продукцией органического производства, не содержат продуктов нефтепереработки, силиконов, ГМО, искусственных консервантов, синтетических ароматизаторов, красителей и продуктов животного происхождения.

ОДЕЖДА И ОБУВЬ

- Выбирайте натуральную ткань без синтетических добавок.



Текстиль, маркированный знаком соответствия стандартам Oeko-Tex Standard

100 или Oeko-Tex Standard 200, изготовлен из природных волокон растительного (хлопок, лен) или животного (шерсть, натуральный шелк) происхождения. Такое сырье выращено без применения агрохимии, а ткань окрашена натуральными красителями без прохождения операции аппретирования синтетическими препаратами.

- Застежки на одежде должны иметь хорошее крепление, чтобы маленькие детали не попали в рот или нос ребенка.



- Очень важно покупать обувь только из высококачественных материалов, которые обеспечивают свободную циркуляцию воздуха внутри и водонепроницаемость снаружи. Следует помнить, что дети не чувствуют боли, когда ходят в слишком тесной обуви, поэтому важно подобрать правильный размер.
- При выборе теплых вещей предпочтение отдавайте изделиям из флиса или акрила – эти материалы гипоаллергенны.

ИГРУШКИ

- Игрушки должны соответствовать возрасту – на них должна быть маркировка.
- Следует проверять надежность крепления на игрушке выступающих элементов, наличие мелких деталей.
- Длинная шерсть мягкой игрушки может выпасть и, как следствие, попасть в нос и рот.
- Выбирая электрическую игрушку, необходимо убедиться, что крышка, под которой находится источник питания, хорошо закрывается.
- Выбирайте деревянные детские игрушки.
- Краска на игрушке должна проявлять устойчивость к слюне, не стираться под действием пота или воды.

УБОРКА

- Детскую мебель, игрушки, расчески, щетки, бутылки лучше мыть обычной содой или мылом.
- Пересмотрите набор бытовой химии, которой пользуетесь, выбирайте экологичные и органические средства для уборки:



ПОЛЕЗНЫЕ ССЫЛКИ

www.gpp.in.ua – все о значении знаков, а также важные советы на каждый день. Здесь можно найти каталог продукции, которая меньше всего вредит здоровью малыша и мамы, – «Эко-мама»

Щоб бути впевненим у безпечності побутової хімії...

Варто знати дещо, що ретельно ховають виробники, а саме наявність у складі засобів небезпечних нафтохімічних, аніонних поверхнево-активних речовин (ПАР), хлору, оптичних відбілювачів, синтетичних консервантів, барвників та ароматизаторів. Прикриваючись фразами «не містить фосфатів», «не викликає алергії» чи просто зеленим дизайном, виробники замовчують небезпечність інших складників, які викликають порушення імунітету, білкового, вуглеводного та жирового обміну речовин, алергічні реакції тощо. Вони діють подібно отруті, накопичуючись на клітинних мембранах, порушують передачу нервових імпульсів, змінюють фізико-хімічні властивості крові. Саме тому у західних країнах накладено жорсткі обмеження на використання аніонних ПАР у пральних порошках – не більше 2%. Не будь ошуканим – безфосфатне не значить безпечне!

Для впевненості у безпечності обирай органічне! У складі органічних засобів – 100% натуральний склад, що не чинить шкоди не тільки навколишньому середовищу, а насамперед ЛЮДИНІ. Але органічність має бути підтверджена міжнародними екосертифікатами Ecosert, Eco-garantie з обов'язковим зазначенням на упаковці відповідних логотипів, визнаних у всьому світі, а не вигаданих дизайнерами різноманітних зелених листочків зі знаком БІО. Серед 4 органічних марок, що є лідерами у Німеччині, в Україні представлені засоби для прання, миття посуду та прибирання торговельної марки **SODASAN** – найкращий вибір для дітей, вагітних жінок, людей, що схильні до алергічних проявів, та просто для тих, хто піклується про своє здоров'я. **SODASAN** – безпечність без компромісів! **Обирай Organic! Обирай життя!**



ГИГИЕНА

- Используйте салфетки с нейтральным pH.
- Не покупайте подгузники «на вырост», так как велик риск протечек. Но и маленькие подгузники – не лучший вариант (резинки могут сильно давить на ножки малыша).
- Старайтесь не покупать подгузники, в состав которых входит полиэтилен (об этом есть информация на упаковке).
- Спиртосодержащие гигиенические средства нежелательны как для ребенка, так и для беременной мамы. Спирт сушит кожу и стимулирует закупорку пор.



- Гигиенические средства должны содержать натуральные компоненты: экстракты таких растений, как полынь, череда, ромашка, календула, алоэ и другие. Хорошо, если в состав средства входят активно питающие и увлажняющие кожу масла оливы, миндаля, жожоба, а также витамины, глицерин, пчелиный воск, касторовое и минеральное масло.

- Косметические средства по уходу за детьми должны обязательно иметь пометку «товары для детей» или просто «для детей».



ДЕТСКАЯ КОМНАТА

- Краска для детской не должна содержать летучие органические соединения – информацию об этом можно найти на упаковке.



- В качестве напольного покрытия лучше всего подойдут изделия из бамбука, пробки, керамическая плитка, гипоаллергенный линолеум.
- Лучший материал для мебели детской комнаты – обработанное дерево.





ЗАМІСЬКИЙ РЕСТОРАН В ЦЕНТРИ МІСТА



КУРЕНИ
ресторан

КИЇВ, ПАРКОВА ДОРОГА, 4 ТЕЛ. 253 17 24

