

О.М. Сахарова,
медицинская сестра ФГБУ «НИИ нейрохирургии
им. академика Н.Н. Бурденко»

Рекомендации по выбору летней детской одежды

Лето в средней полосе России может быть как жарким, сухим, так и дождливым, ветреным. Важно правильно подобрать одежду для ребенка на этот период, чтобы лето принесло малышу радость и здоровье, а не простуды. Медицинской сестре ДОО следует организовать для родителей лекцию по гигиеническим требованиям к одежде детей, ознакомить с рекомендациями врачей-гигиенистов, нормативными документами по этому вопросу.

Летние вещи, необходимые в гардеробе

В летнем гардеробе **мальчика** должны быть штаны и шорты. Они могут быть любых расцветок и фасонов, из трикотажной, льняной или из облегченной джинсовой ткани. Главное условие – отсутствие тугих резинок, ремешков, лямок, которые могут мешать ребенку, стеснять его движения. Также в гардеробе необходимы майки и футболки. Минимальный комплект – 5–6 шт. Для уличных активных игр лучше выбирать недорогие хлопчатобумажные футболки пестрого дизайна, которые не жалко было бы запачкать или порвать. Для прохладной летней погоды у мальчика должны быть теплые рубашки, джемперы, ветровка, курточка.

Штаны, шорты, футболки и майки также актуальны и для **девочек**. Вариантов моделей шорт для девочек много. Это могут быть свободные юбка-шорты, и короткие джинсовые, хлопчатобумажные, льняные шортики, бриджи. Также девочке понадобятся платья, сарафаны и юбочки. Для прохладной погоды необходимы кофты, плащ, курточка.

И мальчикам, и девочкам летом нужны также головные уборы и купальные костюмы.

Что учитывать при выборе одежды

Одежда должна быть подобрана **по размеру** ребенка. Если летняя одежда мала, плотно облегает тело малыша, это будет нарушать поверхностное кровообращение, ребенку станет жарко. Предпочтение нужно отдавать удобной, легкой и достаточно просторной одежде.



В соответствии с межгосударственным стандартом «Изделия швейные бельевые. Общие технические условия. ГОСТ 25296-2003», утв. приказом Ростехрегулирования от 15.06.2005 № 155-ст размер изделия обозначают величинами основных размерных признаков типовой фигуры в следующей последовательности:

- для детей (кроме детей ясельной группы) – рост, обхват груди, обхват талии;
- для детей ясельной группы – рост, обхват груди.



пример

Условное обозначение размера:

- *детской одежды (кроме одежды для детей ясельной группы): 134–64–54;*
- *одежды для детей ясельной группы: 86–52.*

Допускается обозначение размерных признаков указывать на стандартной пиктограмме.

При выборе одежды важно учитывать **состав ткани** (приложение). Лучше выбирать одежду из натуральных тканей. Лен, хлопок, бамбуковые ткани позволяют коже ребенка дышать, они приятны на ощупь, легко стираются и не вызывают аллергических реакций. Натуральные ткани не только гипоаллергенны, но и хорошо впитывают пот, кожа ребенка дышит, что особенно важно летом, на жарком солнце и при активных играх.

Основной недостаток натуральных тканей – они сложно отстирываются.

Синтетика может присутствовать в детской одежде в небольшом количестве, это позволяет одежде сохранять хороший внешний вид на более длительный срок.



обратите внимание

Полностью синтетическая ткань допустима только для купальников, плавок, которые должны быстро сохнуть, или для специальной спортивной одежды.

Ткань должна быть легкой и мягкой т. к. кожа у детей нежная и легко повреждается.

Обеспечить хорошую вентиляцию кожи ребенка помогут следующие особенности **кроя**:

- открытый ворот (вырез);
- широкая пройма;
- короткий рукав (или одежда без рукавов).

Необходимо избегать **резинок** в одежде. Следует отдавать предпочтение предметам гардероба, которые фиксируются лямками, липучками, поскольку резинка может быть тугой и будет пережимать кровеносные сосуды ребенка.

В детской одежде важно **качество швов**. Они должны быть обработаны оверлоком, что предупредит их распускание. Как вариант, швы могут быть усилены лентами, они прошиваются дополнительно на более снашиваемых местах: застежке на грудке или спинке, разрезах.

Если на одежде имеются **кнопки, завязки, застежки, затяжки** – обязательно нужно проконтролировать качество их закрепления, убедиться, что ребенок не сможет оторвать их, поцарапаться или проглотить.



обратите
внимание

Требования биологической и химической безопасности к детской одежде указаны в санитарно-эпидемиологических правилах и нормативах «Гигиенические требования к одежде для детей, подростков и взрослых, товарам детского ассортимента и материалам для изделий (изделиям), контактирующим с кожей человека. СанПиН 2.4.7/1.1.1286-03», утв. постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 17.04.2003 № 51 и техническом регламенте Таможенного союза «О безопасности продукции, предназначенной для детей и подростков. ТР ТС 007/2011», утв. решением Комиссии Таможенного союза 23.09.2011 № 797.

В данных документах, в частности, приведены нормы воздухопроницаемости, гигроскопичности, допустимой массовой доли свободного формальдегида для одежды детей разных возрастных периодов.

Цвет одежды. Для жарких и солнечных дней в средней полосе России лучше выбирать одежду светлых тонов: белый цвет пропускает ультрафиолетовые лучи, но отражает тепловые, и в таком наряде не так жарко. В более южных районах, где ультрафиолетовая радиация выше, рекомендуется одежда красного и голубого цвета, т. к. она в меньшей степени, чем белая, пропускает ультрафиолетовые лучи (приложение).

Головной убор

В жаркие дни во избежание перегрева голова ребенка должна быть защищена от солнца. Головной убор должен быть подобран по размеру.

Размеры головных уборов для детей дошкольного и ясельного возрастов – 48, 49, 50, 51, 52

В соответствии с межгосударственным стандартом «Головные уборы. Общие технические условия. ГОСТ 32118-2013», введ. в действие приказом Росстандарта от 11.06.2014 № 571-ст, размер голов-

ного убора определяют в сантиметрах длиной внутренней окружности, соответствующей обхвату головы человека.

Обхват головы измеряют через наиболее выступающую точку затылочного бугра и центры лобных бугров. Лента должна замыкаться спереди.

По способу изготовления головные уборы могут быть – шитые, формованные (ручным способом или способом прессования), плетенные из тесьмы ручным способом.

По своему назначению летние головные уборы можно разделить на следующие категории:

- для ежедневных прогулок. У таких моделей ткань должна хорошо пропускать воздух и отражать солнечные лучи. Наиболее предпочтительны модели, изготовленные из натуральных материалов, не вызывающих аллергии: хлопка, льна, ситца, бязи, натуральной соломки;
- для пляжного отдыха. Это могут быть, например, широкополые панамы, которые защитят голову, глаза и шею ребенка от воздействия ультрафиолета;
- для купания. Такие головные уборы изготавливаются из полиэстера, нейлона и эластана, они быстро сохнут, не тонут, пропускают воздух и способ-



ны задерживать до 98% ультрафиолетовых лучей. Могут иметь козырек, а также пришитый сзади свободный край ткани, покрывающий затылок, уши и шею ребенка.

Виды детских летних головных уборов по фасону:

- *панама* – легкая летняя шляпка круглой формы с небольшими полями. Панама свободно надевается на голову, чаще всего изготавливается из натуральных материалов (хлопка, льна);
- *косынка*. Обычно шьется в форме треугольника. Другие разновидности этого головного убора:
 - бандана (в отличие от простой косынки может быть квадратной или округлой формы, хорошо держится на голове);
 - косынка с козырьком (пришитый по переднему краю козырек обеспечивает дополнительную защиту глаз);
 - косынка на резинке (свободные концы косынки сшиты вместе в виде резинки, что облегчает надевание);
 - косынка на завязках (фиксируется с помощью завязок, а не свободных концов ткани);
- *кепка* – головной убор плоской или округлой формы с козырьком, плотно сидящий на голове;
- *бейсболка* – кепка округлой формы с удлиненным козырьком;
- *шляпа, шляпка* – плетеный головной убор, изготовленный из натуральных природных материалов – соломки, листьев банановой пальмы, специально обработанной бумажной ленты. Хорошо пропускает воздух и защищают от солнца;
- *бафф (Buff)* – бесшовный шарф-труба с возможностью трансформации и разными способами ношения. Детские баффы могут иметь козырек.



обратите внимание

Головной убор не должен давить, иметь декоративные элементы, в которых могут запутаться волосы. Возможность случайно травмировать кожу должна быть исключена.

Когда ребенок долго находится в тени, головной убор лучше снимать.

Детская одежда для купания

Купание в реке, море всегда доставляет детям радость. Это прекрасная оздоровительная процедура. Необходимый атрибут для нее – купальник или плавки.

Рынок детских купальных костюмов обширен. Для мальчиков выпускаются классические плавки, плавки-шорты и удлиненные плавательные шорты. Для девочек – слитные и отдельные купальники разных фасонов.

Одежда для купания не предназначена для повседневной носки. Перед возвращением домой с пляжа нужно обязательно переодеть ребенка.



вопрос эксперту

ЗАЧЕМ ДЕТЯМ ДЛЯ КУПАНИЯ СИНТЕТИЧЕСКИЕ

ПЛАВКИ И КУПАЛЬНИКИ? НЕ ЛУЧШЕ ЛИ ОБОЙТИСЬ ХЛОПЧА- ТОБУМАЖНЫМИ ТРУСИКАМИ?

Действительно, некоторые родители считают, что маленьким детям лучше купаться в обычных хлопчатобумажных трусиках. Однако в таком случае придется переодевать ребенка после каждого купания, ведь такое белье быстро пачкается, долго сохнет и может стать причиной переохлаждения, простуды. Для того чтобы избежать вышеперечисленных проблем, следует приобрести ребенку плавки или купальник. Они предназначены именно для купания и игр на пляже: быстро сохнут, не растягиваются от воды, хорошо облегают фигуру, не пропускают песок и грязь. Современные материалы для купальников гипоаллергенны и не вызывают повышенного потоотделения. Чаще всего они содержат 80% полиамида (маркируется как PA) и 20% эластана (сокращенно EL).

КАК ПРАВИЛЬНО УХАЖИВАТЬ ЗА КУПАЛЬНИКАМИ И ПЛАВКАМИ?

Чтобы купальник и плавки прослужили долго, необходимо за ними правильно ухаживать. После купания их нужно выстирать в соответствии с условиями, которые указаны на маркировке. Обычно рекомендуют изделия из полиамида стирать в теплой воде без добавления смягчающих средств и вручную. При стирке в стиральной машине на ткани могут образоваться замятые складки, которые потом невозможно удалить. Купальники и плавки нельзя сушить на отопительных приборах, гладить их также не рекомендуется.

Слитные купальники, в свою очередь, подразделяются на пляжные и спортивные.

Пляжные модели отличаются красочными расцветками, смелыми сочетаниями цветов. У этих купальников могут быть различные украшения – бусины, стразы, рюшечки, бантики и т. д. *Спортивные модели* предназначены для занятий в бассейне, они, как правило, выдержаны в более строгом и классическом стиле. Существуют специальные «хлороустойчивые» купальники, в состав ткани которых входит полибутилентерефталат (маркируется как PBT), но нет эластана. При активных занятиях в бассейне у купальников, не предназначенных для этого, часто растягиваются проймы ног и бретели. А PBT делает ткань устойчивой к вредному воздействию хлорной воды.

При выборе слитного купальника, следует обратить внимание на фасон бретелей. Если родители рассчитывают не на один сезон, можно приобрести модель с завязывающимися бретелями. Такой купальник легко регулировать по росту. Вместе с тем купальник с перекрещивающимися бретелями более надежен в воде – бретели не будут спадать с плеч. Еще одна важная характеристика слитного купальника – открытость спинки. Есть модели, где спина закрыта, открыта наполовину, а в некоторых моделях – открыта полностью. Если ребенок будет купаться в природных водоемах, то лучше выбрать модель с открытой спинкой. Такой купальник быстрее сохнет, и малышке не будет холодно при выходе из воды и жарко на берегу.

Раздельные купальники обычно состоят из двух деталей: лифа с трусиками (бикини) или топа – майки с трусиками (танкини). Есть купальные костюмы, которые называются трикини. В такие комплекты дополнительно входят короткое парео или маленькая эластичная юбочка (а иногда и шорты). Раздельный купальник имеет свои плюсы:



- из него девочка вырастет не так быстро, как из слитного;
- отдельные модели купальников сохнут быстрее.

Основное требование к *плавкам* и *плавкам-шортам* для мальчиков – они не должны быть тесными. Предпочтительнее, чтобы задняя часть плавков полностью закрывала ягодицы, а ластовица была достаточно широкой. Резинка любого вида плавков должна дублироваться затягивающимся шнуром или завязками.

Плавательные шорты – бермуды отличаются свободным кроем, наличием карманов и длиной до колен. Чаще всего такие шорты шьют из 100% полиэстера. Этот материал практически не мнется, не выгорает на солнце, быстро сохнет. Чтобы мокрые шорты не прилипали к ногам, внутри предусмотрена сетчатая подкладка. Плавательные шорты выпускают для детей от года и старше.

Чтобы не ошибиться в выборе купальника или плавков для ребенка, необходимо учитывать характер малыша, его активность и предпочтения.

Приложение

Заместитель Главного
государственного врача СССР
Методические указания от 30.09.1981 № 2452-81

**Гигиенические требования
к одежде детей**

<...>

Значение одежды для сохранения здоровья и работоспособности человека очень велико.

Одежда предназначена для: защиты кожных покровов от загрязнений и механических повреждений; обеспечения комфортного теплового состояния организма путем создания вокруг него оптимального микроклимата. Это свойство одежды особенно важно для детей, т. к. особенности терморегуляции детского организма создают возможности более легкого, чем у взрослого, нарушения теплового состояния как в сторону перегревания, так и охлаждения.

Для того чтобы одежда выполняла свое назначение и способствовала укреплению здоровья детей, – она должна удовлетворять ряду гигиенических требований. При этом необходимо отметить, что не может быть единых требований к одежде и тканям, ее составляющим, безотносительно к их конкретному назначению.

Так, бельевые ткани и ткани легких платьев, близко прилегающие к коже, должны обладать высокой воздухо- и паропроницаемостью и хорошей гигроскопичностью для того, чтобы не препятствовать удалению из пододежного пространства углекислого газа, пота и ряда других продуктов обмена, выделяемых кожей.

Напротив, для верхней одежды высокая воздухопроницаемость крайне нежелательна, так как приводит к резкому падению теплозащитных свойств одежды даже при небольшом ветре. Гигроскопичность верхней одежды также должна быть небольшой, чтобы одежда возможно меньше адсорбировала водяные пары из атмосферы.

Требования к конструкции одежды также различны в зависимости от ее назначения. Верхняя зимняя одежда должна достаточно плотно прилегать к нижележащим слоям одежды и иметь возможно более замкнутую конструкцию для предохранения от проникновения холодного воздуха под одежду. Летняя же одежда, особенно предназначенная для жаркой погоды, должна быть максимально открытой и свободной, обеспечивая хорошую вентиляцию пододежного пространства.

Общими для любой детской одежды являются следующие требования: легкость, мягкость, удобный покрой, исключающий сдавливание поверхности тела, отсутствие вредного воздействия на организм детей.

Тесная и тяжелая одежда, сдавливая кожные покровы и находящиеся в них кровеносные и лимфатические сосуды, приводит к ухудшению питания соответствующих органов и тканей. Так, сдавливание грудной клетки понижает функцию внешнего дыхания, брюшной полости – органов пищеварения и т. п. <...> Неблагоприятное воздействие на кровообращение оказывает использование в области конечностей тесных манжет и резинок. Длительное ношение такой одежды может привести к нарушению роста и развития организма.

Легкость одежды, удобство ее покроя, соответствие возрасту и размерам ребенка должны обеспечивать ему свободу движений, не препятствуя высокой естественной подвижности, столь необходимой для нормального физического развития.

Уровень физической активности и работоспособности организма в значительной мере зависит от его теплового состояния. Для нормальной работы организма и оптимальных теплоощущений необходимо состояние теплового равновесия, т.е. в каждый данный момент теплоотдача должна быть равна теплопродукции. Для обеспечения этого равновесия организму, как правило, не требуется выраженного напряжения физиологических механизмов, что определяет состояние теплового комфорта.

Роль одежды в поддержании состояния теплового комфорта возрастает в холодное время года, во время пребывания детей на открытом воздухе. Для того, чтобы прогулка способствовала укреплению здоровья, оказывая закаливающее воздействие, одежда детей должна соответствовать метеорологическим условиям и виду деятельности. При физической нагрузке выработка тепла увеличивается в зависимости от степени активности в 2–5 раз по сравнению с покоем. Для сохранения теплового равновесия организма в такой же степени должна увеличиваться и общая теплоотдача в окружающую среду. Следовательно, чем энергичнее деятельность ребенка, тем меньшими теплозащитными свойствами должна обладать его одежда, и наоборот.



Для здоровья ребенка одинаково вредны излишнее охлаждение и перегрев. Охлаждение организма ведет к ухудшению его функционального состояния, снижению сопротивляемости, что способствует возникновению заболеваний. Накопление в организме излишнего тепла, особенно при неблагоприятных погодных условиях (в зоне так называемых «нулевых температур», сочетающихся обычно с высокой влажностью и ветром), в такой же степени, как охлаждение, может явиться причиной заболевания. Это связано с усиленным потоотделением, сопровождающим перегрев организма. Пот увлажняет одежду, в результате чего ее теплозащитные свойства существенно снижаются, резко возрастают теплотери в окружающую среду и может наступить как бы вторичное охлаждение организма.

В холодный период года, продолжающийся на значительной территории нашей страны 6 и более месяцев, дети большую часть времени проводят в помещении. Для сохранения в этих условиях достаточно высокого уровня всех физиологических функций организма необходимо не только полноценное питание, правильно организованное физическое развитие и т. п., но и создание условий, обеспечивающих тепловой комфорт организма детей.

При относительно невысокой физической активности детей во время пребывания их в помещении тепловое состояние организма зависит от микроклимата помещений и теплозащитных свойств одежды. Одежда детей в помещении должна соответствовать температуре воздуха во избежание охлаждения или перегрева, а также обеспечивать возможность закаливающего эффекта за счет обнажения части поверхности тела. Длительное пребывание детей в помещении в многослойной одежде, исключающей соприкосновение кожных покровов с окружающим воздухом, способствует дезадаптации организма к холодным воздействиям за счет ослабления соответствующих терморегуляторных реакций. Последнее, безусловно, является одной из серьезных причин высокого уровня заболеваемости так называемыми простудными заболеваниями в дошкольных учреждениях.

Комфортность состояния и самочувствия человека в большой степени зависит от свойств материалов, из которых изготовлена одежда, особенно контактирующая с кожными покровами.

Интенсивное развитие химической промышленности способствует широкому использованию полимерных материалов при выработке товаров бытового и спортивного назначения, особенно тканей и трикотажа. Для этих целей используется свыше 65% общего объема производства химических волокон в стране. Помимо возможного неблагоприятного биологического действия за счет химической нестойкости, синтетические материалы могут оказывать неблагоприятное воздействие на организм также и благодаря особенностям их физико-гигиенических свойств (низкая гигроскопичность, высокая электризуемость и др.). Степень неблагоприятного влияния химических веществ на растущий организм выражена значительно больше, чем на организм взрослого, так как растущий организм характеризуется своеобразием защитно-адаптационных механизмов, их относительной незрелостью. Поэтому полимерные матери-

алы, предназначенные для детского населения, должны отвечать особенно высоким требованиям.

1. Основные физико-химические свойства материалов

Степень пригодности материалов для той или иной одежды определяется в основном их физико-механическими свойствами. Наибольшее гигиеническое значение имеют следующие: вес, толщина, воздухопроницаемость, паропроницаемость, гигроскопичность, гидрофильность, водоемкость и тепловое сопротивление.

Немалое значение имеет ряд других свойств, дополнительно характеризующих материалы одежды: пористость, упругость, гибкость, сминаемость, усадка, капиллярность, водопроницаемость, скорость высыхания, пылеемкость, коэффициент отражения. Некоторые свойства, как, например, упругость, гигроскопичность и некоторые другие, зависят, в известной мере, от основного вещества. Значительно в большей степени качество материалов одежды определяется структурой ткани.

Ткань не является монолитным образованием. Она представляет собой сложную структуру, состоящую из волокон основного вещества и воздуха, количество которого весьма велико и колеблется в зависимости от структуры ткани в широких пределах (от 50% в гладких и плотных тканях – до 99% в вате и ватине).

В связи с колебаниями содержания воздуха подвергаются существенному изменению важнейшие свойства материалов, и прежде всего их теплозащитная способность. Последняя тем выше, чем больше воздуха содержится в материале, так как воздух обладает теплопроводностью во много раз меньшей, чем основное вещество. Этим обусловлен тот факт, что чем больше толщина ткани, тем при прочих равных условиях выше ее теплозащитные свойства. Точно так же, чем меньше объемный вес материалов (соотношение плотных веществ и воздуха в 1 куб. см материала), тем выше их теплозащитные свойства. Поэтому, определив названные два свойства у какого-либо нового материала и сравнив их с таковыми у материалов, тепловые свойства которых известны на основании большого опыта их использования (например, мех), можно составить впечатление о теплозащитных свойствах данного материала.

Непосредственно с объемным весом связано другое важное свойство тканей – их пористость. Пористость материала определяется отношением объема пор к объему данного материала, выраженным в процентах.

При одном и том же количестве воздуха в тканях он может по-разному в них размещаться (в больших порах или малых, замкнутых или сообщающихся между собой и окружающей атмосферой), от чего зависят воздухопроницаемость, паропроницаемость и другие свойства тканей.

Воздухопроницаемость тканей, т.е. степень проходимости ее для воздуха, в значительной мере определяет ее пригодность для того или иного вида одежды. Выражается она количеством воздуха (в куб. дм), проходящего в единицу времени (сек.) через единицу поверхности ткани (1 кв. м) при определенном



давлении ($h = 5$ мм рт. ст.). При прочих равных условиях воздухопроницаемость ткани уменьшается с увеличением ее толщины.

Основным свойством, характеризующим теплозащитный эффект материала (или одежды), является его тепловое сопротивление, которое оценивается временем (в часах), в течение которого пройдет 1 ккал тепла через кв. м ткани при перепаде температур в 1 град. С. (Иногда определяется единица, обратная тепловому сопротивлению, – коэффициент теплопередачи.)

Не меньшее значение, чем теплозащитные свойства материалов, имеют свойства, определяющие их отношение к влаге: с одной стороны – защита от дождя, тумана, мокрого снега, повышенной сырости, с другой – удаление пота с поверхности кожи.

Влага через одежду проходит тремя путями: простой диффузией водяных паров; смачиванием одежды потом и последующим испарением его с поверхности одежды; а также испарением пота с поверхности кожи, конденсацией его в слоях одежды и дальнейшего испарения конденсата.

С гигиенической точки зрения оптимальным является первый путь, так как увлажнение одежды сопровождается резким изменением свойств тканей одежды (повышение теплопроводности, снижение воздухопроницаемости), уменьшением воздушных прослоек в одежде, прилипанием тканей друг к другу, следствием чего является снижение теплозащитного эффекта одежды. В условиях охлаждения последнее нежелательно. В условиях нагревания наиболее благоприятным является прямое испарение, так как при этом быстро происходит отдача излишнего тепла от организма в окружающую среду. Способность тканей одежды пропускать водяные пары, непрерывно образующиеся в пододежном пространстве, определяет их паропроницаемость, выражаемую количеством водяных паров (мг), прошедших через единицу поверхности ткани (1 кв. см) за единицу времени (1 час).

Это свойство в значительной мере зависит, с одной стороны, от величины сквозных пор, с другой – от гигроскопичности основного вещества. Гигроскопичность ткани характеризует ее способность поглощать водяные пары из окружающего воздуха и удерживать их при определенных условиях.

Хорошая гигроскопичность является положительным свойством материалов, используемых для внутренних слоев одежды.

Для бельевых материалов большое значение имеет также способность быстро и полно впитывать влагу с поверхности кожи. Данное свойство определяется гидрофильностью материала, а также его капиллярностью.

Способность ткани впитывать воду при погружении в нее определяет максимальную водоемкость, которая измеряется количеством воды, содержащейся в ткани после ее намокания в течение 24 часов. Вес ткани после отжатия ее руками и просушивания между листами фильтровальной бумаги дает минимальную водоемкость, которая выражается в процентах по отношению к весу образца в сухом состоянии. Минимальная водоемкость различных материалов колеблется от 50 до 100%.

Свойство материалов сохранять значительную часть пор свободными и после увлажнения имеет большое значение для их воздухопроницаемости, а также теплозащитных свойств.

Существенную роль в оценке материалов играет скорость высыхания после намочения. Она зависит от свойств волокон, из которых состоит ткань, и от структуры самой ткани, в частности характера поверхности.

Широкое использование синтетических волокон при изготовлении тканей и различных материалов одежды требует определения их химической стойкости, токсического воздействия, электростатических свойств, воспламеняемости и т. п.

Значительная часть тканей подвергается в процессе эксплуатации многократной стирке. Эта обработка существенно влияет на многие свойства тканей (воздухопроницаемость, гигроскопичность, теплопроводность и др.). Поэтому при изучении свойств материалов одежды они должны подвергаться испытанию в двух состояниях – до стирки и после нее.

2. Гигиеническая характеристика материалов, используемых для изготовления детской одежды

Гигиенические свойства материалов, применяемых для изготовления одежды, определяются структурой (толщина, плотность, характер переплетения нитей) и специфическими особенностями исходных волокон.

Ткани, изготовленные из хлопчатобумажных, шерстяных, шелковых и синтетических волокон, существенно отличаются друг от друга даже при одинаковой структуре. Ткани, изготовленные из одних и тех же волокон, но имеющие различную структуру, также обладают весьма различными свойствами.

Хлопчатобумажные и льняные ткани имеют, как правило, хорошие гигиенические свойства.

Тонкие, мягкие хлопчатобумажные и льняные ткани (батист, полотно, ситец, сатин и т.п.) отличаются сравнительно небольшой пористостью, что определяет их высокую теплопроводность и низкие теплозащитные свойства. Зато такие ткани обладают хорошей гигроскопичностью (~ 20%), высокой воздухо- и паропроницаемостью, хорошей смачиваемостью (гидрофильность их свыше 90%), и кроме того, светлые льняные и хлопчатобумажные ткани хорошо пропускают ультрафиолетовую радиацию.

Указанные свойства, наряду с мягкостью и быстрым высыханием, делают эти ткани незаменимыми при изготовлении детского белья и летнего легкого платья.

Более толстые хлопчатобумажные ткани: байка, фланель, вельвет, шотландка и т. п. имеют большую пористость, за счет чего теплозащитные свойства их значительно выше, чем тонких. Воздухопроницаемость, напротив, существенно ниже (~ 100 куб. дм/кв. м с). Гигроскопичность и паропроницаемость несколько ниже по сравнению с тонкими тканями, однако достаточно высоки (ч-ть: ~ 15%).



Эти ткани рекомендуется использовать при изготовлении легкой детской одежды, предназначенной для помещения в холодный период года или прогулки в прохладные дни в теплое время. <...>

Относительно тонкие, но плотные хлопчатобумажные ткани типа плащевых (например, хлопчатобумажный репс с водоотталкивающей пропиткой, арт. 629) обладают низкой воздухопроницаемостью (~ 60 куб. дм/кв. м с) и гигроскопичностью (3–5%). Гидрофильность их близка к нулю. Все это делает их пригодными для использования в качестве ветро- и влагозащитной ткани – верха одежды, предназначенной для холодного времени года, особенно для сырой и ветреной погоды.

Шелковые ткани, как правило, еще более легкие и мягкие, чем хлопчатобумажные. Гигроскопичность шелковых тканей лишь несколько ниже, чем у хлопчатобумажных, воздухопроницаемость достаточно высока. Теплопроводность низкая. Эти ткани менее сминаемы, за счет чего имеют лучший внешний вид. Их рекомендуется использовать для нарядной детской одежды.

Шерстяные ткани имеют, как правило, значительную толщину и пористость, что обеспечивает им высокие теплозащитные свойства. Этому же способствует и хорошая упругость шерстяных тканей.

Гигроскопичность шерсти выше, чем у хлопка, льна и шелка. Быстро поглощая влагу, шерсть медленно ее отдает, что затрудняет частую стирку соответствующих изделий. К тому же прочность их значительно ниже, чем хлопчатобумажных. Шерстяные ткани, благодаря высоким теплозащитным свойствам, рекомендуется использовать при изготовлении верхней одежды, предназначенной для холодного времени года.

Ткани из химических волокон подразделяются на искусственные и синтетические. Искусственные волокна (ацетат, вискоза, аммиачное волокно), получаемые из природных соединений, по ряду свойств (удельный вес, гигроскопичность) близки к хлопчатобумажным, но жесткость их в 5–10 раз выше. Общая гигиеническая оценка того или иного вискозного материала зависит от его структуры, поскольку последняя существенно влияет на физико-механические свойства.

Синтетические волокна получают из синтетических высокомолекулярных соединений, в связи с чем состоящие из них материалы называют также полимерными. Синтетические волокна имеют определенные положительные качества. Так, полиэфирное волокно (лавсан), обладая хорошей упругостью и малой сминаемостью, обеспечивает соответствующим тканям высокие теплозащитные свойства, почти не уступающие шерсти. Объемная синтетическая пряжа (полиакрилонитрильное волокно) за счет видоизмененной, очень рыхлой структуры отвечает необходимым гигиеническим требованиям и создает теплозащитный эффект, также не уступающий шерсти. Полиамидное волокно (капрон), ввиду своей высокой прочности, повышает износостойчивость ткани, что особенно ценно для верхней одежды.

Вместе с тем ткани из синтетических волокон, особенно из полиамидных, имеют ряд существенных недостатков: обладая очень низкой гигроскопичностью (0–5%), они гидрофобны и липофильны. В связи с этим жировые вещества, выделяемые кожей, поглощаясь волокнами, закупоривают поры ткани, что ведет к существенному ухудшению ее гигиенических свойств, и в первую очередь резкому снижению воздухо- и паропроницаемости. Поэтому использование синтетических волокон для изготовления предметов одежды, близко прикасающихся с кожными покровами ребенка (белье, легкое платье), совершенно недопустимо.

Низкие сорбционные свойства химических материалов (за исключением вискозных) способствуют накоплению электрических зарядов на поверхности изделий, значительно превышая допустимые уровни напряженности электрического поля. Кроме того, основные виды синтетических и искусственных материалов выделяют в окружающую среду ряд химических веществ (акрилонитрил, этиленгликоль, метилхлорид, уксусная кислота, высшие спирты), представляющие собой потенциальную опасность для организма ребенка. В связи с неблагоприятными, как физическими, так и химическими, свойствами синтетических волокон использование в большинстве ассортиментов детской одежды тканей с 100% вложением синтетических волокон недопустимо.

Неблагоприятное воздействие на растущий организм могут оказывать и некоторые вещества (аппрететы), используемые промышленностью для отделки и улучшения промышленного вида тканей. Поэтому использование аппрететов, обладающих токсическим действием, при производстве материалов, предназначенных для детского населения, также недопустимо.

Синтетические волокна могут использоваться при изготовлении детской одежды лишь в смеси с натуральными при строгой регламентации процентного вложения в одежду разного назначения. <...>

Более желательно использовать примеси синтетических волокон не в тканях, а в трикотажных полотнах, поскольку структура последних обеспечивает относительно благоприятные физико-гигиенические свойства материала даже при неблагоприятных свойствах основного вещества. <...>

Трикотажные материалы, благодаря своим хорошим гигиеническим свойствам, должны широко использоваться при изготовлении детской одежды самого широкого ассортимента. <...>

4. Гигиенические требования, предъявляемые к детской одежде в разные сезоны года

I. Летняя одежда

Летом в зависимости от метеорологических условий дети носят одно- или двухслойную одежду. Первый слой одежды составляет белье (рубашка без рукавов или майка, трусы). Второй – легкое платье (для девочки – платье или юбка с блузкой, для мальчиков – короткие штанишки и рубашка).



Белье не должно препятствовать удалению из пододежного пространства (пространство между кожей и внутренним слоем одежды) продуктов обмена веществ, в противном случае нарушается нормальное кожное «дыхание» и нормальная деятельность организма.

Для этого бельевые ткани должны быть мягкими, тонкими, иметь высокую воздухопроницаемость (200–500 куб. дм/кв. м х с), хорошую гигроскопичность (~ 20%) и высокую паропроницаемость (около 90%) и смачиваемость (гидрофильность). Одни должны быстро высыхать. Белье должно иметь свободный покррой, не сдавливать кожу ребенка, не иметь толстых рубцов. В трусах и ночной одежде резинка должна вдеваться только сзади.

В наибольшей степени указанным требованиям удовлетворяют тонкие и мягкие хлопчатобумажные и льняные ткани (батист, мадеполам, полотно и т. п.).

Трикотажное хлопчатобумажное белье имеет ряд преимуществ (высокая мягкость, гибкость, высокие показатели воздухо- и паропроницаемости), но в связи с тем, что оно более плотно прилегает к коже, чем тканевое, и при пототделении легко прилипает к ней, его не следует использовать при высокой температуре воздуха.

Ночью ребенок должен спать в длинной свободной ночной рубашке (до пят) или пижаме с мягкой, свободной резинкой.

Детское белье рекомендуется изготавливать из светлых, лучше всего белых тканей. Его не следует крахмалить, так как крахмал закупоривает поры ткани. Менять белье надлежит по мере загрязнения, не реже двух раз в неделю. При стирке, если используются синтетические моющие средства, белье необходимо многократно полоскать в чистой воде. После высыхания – проглаживать утюгом для дезинфекции.

В материалы, используемые для изготовления белья для новорожденных детей, детей ясельного возраста и дошкольного возраста, категорически запрещается добавление синтетических и ацетатных волокон. Для детей дошкольного и школьного возраста может использоваться капровискозное полотно и полотно из хлопколавсановой пряжи с содержанием капрона и лавсана не более 40%, а также хлопчатобумажное полотно в сочетании с капроновой текстурированной нитью эластик (не более 23%).

Легкое платье. Так же, как белье, платья должны иметь свободный покррой, с коротким рукавом (без резинки или манжета) или без рукава со свободным вырезом у шеи. Лучше, чтобы подрез платья был выше или ниже талии – это обеспечивает большую свободу движений. Юбка должна быть широкой и короткой (выше колен). Так же, как брючки и шорты, она должна удерживаться широкими бретелями. Недопустимы стягивающие резинки, пояса и т. п.

Цвет летней одежды должен быть светлый, так как светлые ткани хорошо пропускают ультрафиолетовые лучи, необходимые для здоровья ребенка, и отражают тепловые. В условиях юга, где резко повышена ультрафиолетовая радиация, в условиях прямого облучения, более целесообразна одежда красного

и голубого цвета, так как она в меньшей степени, чем белая, пропускает ультрафиолетовые лучи.

Ткани, используемые для летних платьев, должны быть также, как и бельевые, мягкими, обладать высокой воздухо- и паропроницаемостью, высокой теплопроводностью, должны хорошо стираться и гладиться, не теряя при этом своих качеств. Этим требованиям отвечают тонкие хлопчатобумажные и льняные ткани (ситец, полотно, сатин, батист и т. п.). Шелковые ткани, как правило, более легкие и мягкие, чем хлопчатобумажные, уступают последним по показателям гигроскопичности, а также теплопроводности. Поэтому для постоянной носки в жаркую погоду шелковые платья для детей не рекомендуются.

Использование материалов с добавлением синтетических волокон запрещается в легкой летней одежде для детей новорожденных и ясельного возраста. Для изготовления детской одежды 1 слоя до 30 размера включительно рекомендуется использовать только натуральные ткани. <...>

Легкая одежда детей в помещении определяется температурой воздуха. При достаточно высокой температуре воздуха (выше 20 град. С) одежда детей должна приближаться к летней. С понижением температуры воздуха в помещении теплозащитный эффект одежды должен повышаться (таблица).

**Рекомендации
к одежде детей дошкольного возраста в условиях
помещения при различной температуре воздуха
(умеренная двигательная активность)**

Температура воздуха, град. С	Предметы одежды	Допустимое число слоев одежды в области туловища	Ориентировочное тепловое сопротивление одежды в град. С кв. м/Вт
16–17 град. С	Х/б белье, платье п/ш или шерстяное, трикотажная кофта, колготы (на ногах туфли или теплые тапочки)	3–4	0,23–0,28
18–20 град. С	Х/б белье, платье п/ш или из толстой х/б ткани, колготы (на ногах туфли)	2–3	0,18–0,22
21–22 град. С	Х/б белье, платье из тонкой х/б ткани с коротким рукавом, гольфы (на ногах туфли или босоножки)	2	0,13–0,17
23 град. С и выше	Тонкое х/б платье или без него; легкое платье летнее без рукавов, носки (на ногах босоножки)	1–2	0,07–0,12

<...>



Нормативные документы



Тексты документов вы найдете в электронной системе «Образование»

Технический регламент Таможенного союза «О безопасности продукции, предназначенной для детей и подростков. ТР ТС 007/2011», утв. решением Комиссии Таможенного союза 23.09.2011 № 797

Межгосударственный стандарт «Головные уборы. Общие технические условия. ГОСТ 32118-2013», введ. в действие приказом Росстандарта от 11.06.2014 № 571-ст

Межгосударственный стандарт «Изделия швейные бельевые. Общие технические условия. ГОСТ 25296-2003», утв. приказом Ростехрегулирования от 15.06.2005 № 155-ст

Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы «Гигиенические требования к одежде для детей, подростков и взрослых, товарам детского ассортимента и материалам для изделий (изделиям), контактирующим с кожей человека. СанПиН 2.4.7/1.1.1286-03», утв. постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 17.04.2003 № 51

Методические указания «Гигиенические требования к одежде детей», утв. Минздравом СССР 30.09.1981 N 2452-81

Узнайте
о защите прав детей на территории образовательной организации

Подпишитесь на журнал
«Нормативные документы
образовательного учреждения»
на II полугодие 2015 г.



Выберите свой вариант подписки

В редакции: по тел. 8 (493) 937-9082, e-mail: ar@mcferr.ru

В интернет-магазине: www.profil.ru/edu

На почте (полугодовые индексы): «Роспечать» – 20588; «Почта России» – 63484; «Пресса России» – 87937