

## Научите ребенка правильно умываться



*С раннего возраста наши дети слышат: «Надо-надо умываться по утрам и вечерам, а нечистым трубочистам - стыд и срам!». И пусть мало кто из современных детей понимает, что такое трубочист, все малыши с младых ногтей заучивают как аксиому: умываться надо регулярно.*

Но мало приучить ребенка ополаскивать лицо водичкой после сна или мыть руки перед едой. Важно научить ребенка умываться правильно. О том, как это лучше всего сделать, и пойдет сегодня речь.

Водные процедуры сопровождают Вашего малыша с первых дней жизни. Сначала Вы купаете младенца в ванночке, потом уже подросший ребенок начинает сам плескаться в воде. И тут очень важно не упустить момент и превратить обычную игру в осмысленный процесс умывания.

Для начала надо понимать, что простое промывание глаз теплой водичкой по утрам – это еще не умывание. Дело в том, что по утрам детская кожа не дышит, так как за ночь поры забились секретом сальных желез. И утреннее умывание призвано не только прогнать остатки сна, но и освободить поры, дав коже возможность дышать и нормально выполнять свои функции.

Начинать обучение следует как можно раньше. Если Ваш ребенок, стоя на скамеечке, уже может дотянуться до струи воды из-под крана, значит, пришло время научить его самостоятельно умываться. В процессе обучения не бойтесь детской самостоятельности, просто помогайте ребенку, когда он не знает, что делать дальше. Сначала покажите малышу самые простые действия: как намочить руки и потереть ладошки друг о друга, как набрать в горсть воды и умыть ею лицо, как взять в руки зубную щетку и так далее. Довольно скоро (через месяц-два) у ребенка выработаются весьма прочные навыки умывания, что позволит Вам усложнить задачу и научить его пользоваться мыльными принадлежностями и чистить зубы.

Для умывания рекомендуется пользоваться детским мылом. Причем, будет лучше, если Вы выберете для своего ребенка крем-мыло. В отличие от обычного туалетного мыла, крем-мыло содержит в своем составе увлажняющие компоненты, которые делают уход за кожей более мягким. Такое мыло нежно очищает и не сушит кожу.



Для самых маленьких деток более удобным будет жидкое крем-мыло «Ушастый нянь» с оливковым маслом и алоэ вера, т.к. дозатор легче нажимать детской ручке, чем удерживать кусок мыла. Жидкое крем-мыло «Ушастый нянь» можно использовать и как гель для душа.

Не стоит забывать о детских зубках. Приучать малыша к процедуре чистки зубов необходимо в буквальном смысле слова с первого зубика. При чистке детских зубов следует соблюдать особую осторожность: десны ребенка еще очень мягкие, а зубы хрупкие, поэтому зубные щетки для детей выбирайте только с мягкой щетиной.

Важно подобрать наиболее подходящую для Вашего малыша зубную пасту. Ведь она должна быть одновременно и полезной, и безопасной при проглатывании и, что очень важно, вкусной. Даже самая замечательная паста не вызовет у малыша интереса к чистке зубов, если ее вкус окажется недостаточно приятным и заманчивым для повторения процедуры. Детская зубная паста «Ушастый нянь Первый зубик» предназначена для бережного ухода за молочными зубами детей от 0 до 4 лет. Паста бережно очищает зубы, не нарушая структуру эмали, так как содержит очень мягкий абразив. А благодаря соединению фосфора и кальция она укрепляет эмаль формирующихся детских зубов. Также в состав этой зубной пасты входит гель алоэ вера, который осуществляет профилактику воспалений и снижает болевые ощущения при прорезывании зубов. Паста имеет приятный вкус, что поможет Вам быстрее выработать у ребенка привычку чистить зубы.

В конце умывания каждый раз обязательно напоминайте ребенку, что необходимо вытираться полотенцем. Покажите, как это правильно делать и не забывайте постоянно поощрять малыша, когда он сам сделает все правильно. Или не очень правильно, но зато с усердием и старанием. Ребенку очень важна похвала взрослого и осознание того, что он сам уже большой настолько, чтобы справляться самостоятельно с такими важными делами.

Обязательно расскажите ребенку о том, что умываться надо не только утром и вечером, но и после прогулки, а руки необходимо мыть каждый раз, когда они испачкаются и особенно перед едой. Когда умыться водой с мылом

невозможно, приучите ребенка пользоваться влажными салфетками. Например, очень удобны гипоаллергенные влажные очищающие салфетки [«Ушастый нянь»](#). Они изготовлены на основе натурального волокна повышенной плотности. Мягкие и гигиеничные, они хорошо впитывают, не рвутся и не вытягиваются. Поскольку салфетки не содержат спирта, они не сушат кожу и имеют рН, близкий к рН кожи ребенка.

