

# ГИГИЕНА ОДЕЖДЫ ПОДРОСТКОВ

- Одежда ребёнка и подростка состоит из нательного белья, комнатного костюма, верхней одежды для улицы и головного убора. К предметам одежды надо отнести и постель, так как простыня, пододеяльник и одеяло служат в ночное время той же цели теплоизоляции тела, что и дневная одежда.





- Одежда должна соответствовать сезону и климатическим условиям окружающей среды.







- Нательное белье меняется после каждого мытья (душ, ванна, баня).
- Чулочно-носочные изделия меняются ежедневно.
- Недопустимо использование чужой одежды.



## ССЫЛКИ:

- <http://chudesalegko.ru/gigiena-odezhdy/>
- <http://womanadvice.ru/gigiena-detey-i-podrostkov>