

天热剃光头？宝宝不答应！

适当剪短发，给孩子一个清凉的夏天



本版图片来自网络

天越来越热，家有小宝宝的家长难免担心，毕竟小孩子不好护理，夏季这么热，怎样才能让孩子更舒适地过完这个夏天呢？有的家长想到“剃光头”，坊间流传从小多给孩子剃光头，有诸多好处，又能生发，还能散热，如今正值盛夏，这招正好用上。真相真是如此吗？答案是否定的。“剃光头”不但没有这些好处，反而对宝宝的健康不利。所以，家长们别再跟风瞎胡闹了。

给孩子适当剪短发

如果剃光头不可取，何不考虑给孩子适当地剪发呢，一般情况下，给孩子留光头，他们自己也是非常拒绝的，虽然年纪小，但是看到自己和周围的人不一样，就会感觉很没有安全感，从而从心理上直接拒绝留光头。

如果家有男宝宝，如果想把他的头发剪到很短，最短也要保留1~2cm左右，这样的长度可以充分的保护头皮了，而且也比较透气，可以减轻不少闷热感。

如果家有女宝宝，那么在剪头发之前一定要先征询宝宝的意见，一般情况下，女宝宝是很珍惜自己的头发的，不愿意让自己的头发变短，所以宝宝不愿意剪就不要强迫她，可以适当地扎个小辫子来减轻黏腻感，如果宝宝愿意剪，最好和她提前商量好要剪的长度，然后再让理发师下手，这样剪出来的结果才会让宝宝满意。

剪发时要注意卫生，可以用婴幼儿专用理发器来操作，过程中也要提醒理发师尽量的温柔，这样宝宝才不会因为过度的害怕而不配合理发师的操作，从而发生意外。

孩子怕热，家长可以这么做

◎开空调

让孩子待在温度适宜的空调房里，孩子自然不会感到炎热，也不会出太多汗。不过家长也要注意，给小孩子使用空调，温度不宜调太低，26~28摄氏度最合适。并且，每隔3小时，建议关闭空调，打开门窗通风，以免室内细菌滋生太多，造成宝宝生病。最后，空调不要对着孩子直吹，家长也要保护好孩子的小肚子，以免孩子感冒着凉。

◎勤洗头、勤洗澡

宝宝爱出汗，家长除了要多帮宝宝擦汗，还要注意及时清洁。帮孩子勤洗头、勤洗澡，不仅能保持卫生，还能有效散热，保持皮肤的干燥，防止因过热流汗产生痱子，影响孩子的健康。

◎穿衣有讲究

一般来说，纯棉质地的衣服更加透气、吸汗，穿着也比较舒服。所以，建议家长给孩子买衣服的时候，不仅要注重美观，还要注重衣料材质，别买错了。

◎床上用品要挑选好

对于爱出汗的宝宝来说，材质透气、吸汗，躺上去感觉凉爽、舒适的床上用品，更适合在夏天给宝宝使用，这样也能保证孩子的睡眠质量。

总之，夏天给宝宝散热的方式有很多，“剃光头”是最不推荐的一种。希望家长们不要盲目跟风，听信谣言，拿孩子做尝试。

综合健康时报报道

关于“剃光头”的三大谣传

◎剃光头能让孩子头发更浓密

多给孩子剃光头和剪睫毛，能够让孩子的头发和睫毛越长越长，越长越密。这种说法，估计有不少家长都听说过，可实际上，这只是谣传罢了。

这个说法，没有任何的科学依据，不但如此，剃光头还可能损伤孩子头皮上的毛囊，造成孩子秃发。

◎夏天给孩子剃光头更凉快

有很多家长在炎炎夏日里自己剃了个光头，感觉非常凉快，就推己及人，想让孩子也去剃光头，以免太热捂出了痱子，对宝宝的健康产生影响。

但是因为大人一般剃光头都会留下1~2cm的毛茬，而小孩的发囊非常脆弱，所以一般剃光头就是完全剃光了，这种方式不适用于小孩。

没有了头发的遮挡，宝宝的头皮将直接面

对烈日暴晒，反而容易晒伤头皮。不仅如此，没了头发的宝宝也不会觉得更凉爽，因为汗液会堆积在毛囊处，让孩子感觉更热更不舒服。

头发本身就具有协助散热和调节温度的作用，失去了头发也就失去了这个作用，头皮吸收更多的热量，长时间处于这种状态中，就很可能头昏、难受，引发中暑。

◎剃光头更方便清洁

夏天孩子流汗多，如果不能及时清理，容易产生异味。但是，并非所有的宝宝都是乖巧的，碰到那种洗头洗澡不配合的，家长也是无奈。

所以，还不如直接给孩子剃个光头，一来能够更好清洁、护理，二来也能够保持宝宝的干净卫生。

的确，给宝宝剃了光头，家长是方便了，但夏季蚊虫很多，这样反而可能造成孩子被叮咬，让宝宝受罪。

盲目给孩子“剃光头”潜伏六大危害

◎散热功能变差

剃了光头，表面上更凉快了，实际上会让头部的皮肤吸收的热量难以散发，积聚在毛囊处，不信的话，家长摸摸孩子光秃秃的头皮就知道了。这是因为头发本身具有帮助人体散热、调节体温的功能，可见，头发不能乱剪。

◎容易伤到头皮

首先，小孩子活泼好动，给孩子正常剪头发都要当心，更别说剃光头了，一不小心就可能伤到孩子的头皮。

再者，小孩子的皮肤娇嫩，免疫力弱，一旦受损容易感染，不但影响身体健康，还可能导致受伤的部位秃发。

◎头部易晒伤

剃光头后，宝宝的整个头皮都全部暴露在外，如果遭受到太阳的照射，因为没有头发的保护作用，很容易晒伤，从而引起脑部损伤。

◎危及凶门

小宝宝的凶门非常重要，平时都要非常注意，能不碰就不碰，更不能随意地触摸按压。而头发对凶门有一种天然的保护作用，一旦头发被剃光，凶门直接暴露在外，当受到脑部伤

害的时候，凶门就很难避开，从而威胁到宝宝的生命安全。

◎增加皮肤的感染率

宝宝一旦剃光头，皮肤里的汗液就直接堆积到头皮上，汗液中的盐分刺激皮肤，会让宝宝感觉到瘙痒。

这会导致宝宝控制不住自己去挠头皮，一旦头皮被抓破，就很容易引起细菌感染，如果这些细菌进入毛囊，就会破坏孩子头发的正常生长，严重时会导致孩子小小年纪就脱发。

同时，宝宝光头易吸引蚊虫叮咬，会进一步加重感染。

◎滋生痱子

头发本来就有散热降温的作用，对汗液的蒸发有一定的促进作用，但是剃了光头后，宝宝再出汗，头部的汗腺就很容易被外界的灰尘等物质堵塞，从而导致汗液蒸发不出来，进一步增加长痱子的概率。

所以为了让宝宝健康地度过夏日，剃光头是不可取的，这会对宝宝的发育造成一系列的损害，但适当的短发还是可以避免这个问题的发生。