

Plavání kojenců

Závěry České pediatrické společnosti a její doporučení k plavání kojenců a batolat.

Plavání kojenců a batolat získává poslední dobou na značné oblibě. Pokud uvažujete o této nabídce i pro Vaše dítě, je zde několik **doporučení** a zásadních **informací**, které byste neměli při rozhodování opomenout.

1. Co dítěti „plavání“ dá ?

- **pozitivně** ovlivňuje motorický vývoj – zvláště u dětí s jeho poruchami
- děti se **nenaučí** plavat
- v pozdějším věku se může naučit plavat **snadněji**
- nesnižují riziko **utonutí** v pozdějším věku

2. Co byste měli vyžadovat ?

- kurzy pro děti jsou zcela **odděleny** od plavání dospělých
- bazén má **certifikát** na plavání kojenců a batolat, **školeného** instruktora
- **děti 3 – 6 měsíců věku** by se měli koupat ve vaničkách **po jednom**
- děti **nad 6 měsíců věku** – koupání v **bazénku, omezený** počet dětí
- **teplota** vody 30 – 36°C, teplota vzduchu 28-30 °C
- dodržování zásad **hygieny, desinfekce a bezpečnosti**
- **vhodné zázemí**
- **šetrné čištění** vody (např. ionizace) zásadně ne čištění chlórem

3. Pro koho je rizikové ?

- **chlorovaná voda** výrazně zvyšuje riziko propuknutí **astmatu** (je to dáno sloučeninami chlóru, které dráždí sliznice a dýchací cesty a zvyšují riziko propuknutí astmatu
- **chlorovaná voda** zvyšuje riziko propuknutí **atopického ekzému**
riziko **močových infekcí a infekcí dýchacích cest i střevních infekcí** je větší,
platí stejně pro obě pohlaví

Výtažek z článku prof. MUDr. Vlastimila Mihála, přednosty Dětské
kliniky FN Olomouc

V Petřvaldě, dne 12.3.2017

MUDr. Tomáš Skýba