

วิธีการเลือกรองเท้าให้เด็ก

การดูแลบุตรหลานของท่าน นอกจากอาหารการกินที่เหมาะสมแล้ว ปัญหาเรื่องรองเท้างี้อมีส่วนสำคัญ ที่ท่านควรทราบถึงวิธีการเลือกรองเท้าให้เด็ก เราขอแนะนำหลักการเลือกรองเท้า 8 ประการดังนี้คือ

1. เด็กเล็กๆ ที่ยังคงกลานอยู่เป็นส่วนใหญ่ ไม่มีความจำเป็นต้องซื้อรองเท้าให้ ควรใช้ถุงเท้าสำหรับ เด็กเพื่อให้ความอบอุ่นแก่เท้าก็เพียงพอแล้ว
2. รองเท้าคู่แรกของเด็ก ควรจะซื้อให้ เมื่อเด็กเริ่มขึ้นและเริ่มออกเดิน
3. เนื่องจากเด็กบอกรายังไม่ได้ว่าใส่แล้วพอดี ดังนั้นท่านคงจะต้องดูให้ดีๆ หลังจากเด็กใส่รองเท้าแล้วถ้ามีส่วนนูนแสดงว่าคับไป หรือหลวมไปจนถอดได้ง่าย และควรให้เด็กทดลองขึ้นหรือเดินดูด้วย
4. ควรให้เด็กทดลองใส่ทั้ง 2 ข้าง เพราะเท้าอาจไม่เท่ากัน
5. วัสดุที่ใช้ควรเป็นหนังที่ระบายอากาศได้ และทั้งพื้นและสันเท้าควรนุ่ม เพื่อป้องกันการเสียดสีทำให้เท้าได้รับบาดเจ็บได้ง่าย
6. ทุกครั้งที่ซื้อรองเท้าใหม่ ต้องให้เด็กลองทั้ง 2 ข้างเสมอ
7. เมื่อทดลองใส่รองเท้าแล้วขึ้นขึ้น ปลายรองเท้าควรมีที่วางถัดจากปลายนิ้วที่ยาวที่สุดประมาณครึ่งนิ้ว
8. การซื้อรองเท้าให้เด็กเล็กไม่ควรเลือกรองเท้าที่มีพื้นทำด้วยวัสดุที่หนัก เพราะอาจทำให้เด็กหกล้มได้ง่าย

ที่มา: <http://www.bangkokhealth.com/>