

# Осень, дождь, лужи...

Наступила осень. Целый день моросит дождь кругом лужи. Детям нравится шлепать по лужам в цветных резиновых сапожках. Но долго носить такую замечательную обувь - вредно.

Резиновые сапоги водонепроницаемы: они прекрасно защищают ноги от наружной сырости, но их плотный верх не дает испаряться влаге, образующейся в результате естественного процесса потовыделения. В результате сапоги превращаются в парилку. Внутри возникает влажная и теплая среда, в которой прекрасно размножаются грибки, поражающие кожу ног, и вообще, кожа, размягчившаяся в таком «парнике», более восприимчива к различным инфекциям.

Надевать резиновые сапоги детям можно лишь на короткое время - только в сырую погоду (многие мальчишки любят носить их постоянно). Обязательно вложите внутрь стельки, которые будут впитывать, хоть часть влаги (их нужно чаще стирать или заменять новыми). В сапоги следует надевать колготки или носки из натуральных волокон (хлопка или, если прохладно, шерсти).

