

## Внимание! Советы врача.

### Тема: «Мягкие игрушки»

Пылевые клещи — очень распространенная причина аллергии. Они могут жить и, как правило, живут в подушках, матрасах, мягких игрушках. **Уменьшив количество пылевых клещей, вы можете существенно снизить риск развития бронхиальной астмы и других аллергических заболеваний.**

Как минимизировать воздействие пылевого клеща в мягких игрушках?

Вот всего пять правил:

- не поощряйте родственников и друзей к покупке мягких игрушек;
- не формируйте у ребенка привычку спать с мягкими игрушками;
- 1–2 подобных игрушки — вполне достаточный повседневный ассортимент;
- не реже чем 1 раз в месяц стирайте мягкие игрушки в горячей воде в стиральной машине;
- (самое жуткое правило) расставайтесь с мягкими игрушками после 2–3 месяцев использования.