Jak vybrat dětský páteřák

[**Dětská lyžařská helma**](https://www.skibi.cz/index.php/detske-lyzarske-helmy-produkty)**se již stala standardní součástí výbavy na lyže. Helmou však ochrana dítěte nekončí, protože zranění hlavy není jediným vážným rizikem, které na svahu číhá. Podobně vážné následky může mít také úraz páteře. Proto je dobré použít kromě helmy také**[**dětský páteřák**](https://www.skibi.cz/index.php/chranice-patere-produkty)**.**

Páteřák jedině s certifikací

**Chránič páteře** musí mít odpovídající **certifikaci**, která dokládá, že poskytuje skutečně účinnou ochranu vašeho dítěte. Páteřáky jsou certifikovány dle normy **EN-1621-2**, která chrániče dělí do ochranných tříd 1 a 2. Třída 2 přitom disponuje lepšími ochrannými vlastnostmi. Pokud je chránič certifikován, musí to být přímo na něm vyznačeno.

Druhy dětských páteřáků

Stejně jako v případě chráničů pro dospělé, i v dětské kategorii si můžete vybírat ze dvou základních druhů chráničů páteře. První z nich, říkejme mu **klasický**, je vyroben z běžného tvrdého plastu, většinou polyuretanu nebo polypropylenu. Aby chránič kopíroval esovité zakřivení páteře a umožňoval pohyb, není vyroben z jednoho kusu, ale z několika plátů, které jsou spojené pohyblivými spoji.

**Druhý typ** chrániče se na trhu objevil teprve nedávno, neboť využívá opravdu nejmodernějších technologií. Konkrétně jde o **viskoelastické polymery** nebo inteligentní d3o molekuly, které za běžných podmínek připomínají měkkou poddajnou pěnu, ovšem po nárazu okamžitě ztvrdnou a dovedou tak ochránit stejně dobře, jako tvrdý plast.

Tento druhý typ páteřáků je daleko pohodlnější na nošení, a proto také vhodnější pro děti, kterým mohou tvrdé páteřáky na zádech vadit.

Velikost dětského páteřáku

Při nákupu dětského páteřáku věnujte velkou pozornost **výběru správné velikosti**. Stejně jako u jiného sportovního vybavení i zde platí, že je krajně nevhodné koupit chránič větší s tím, že do něj dítě doroste.

Chránič páteře by měl sahat od krčních obratlů po kostrč, kterou by měl rovněž částečně překrývat. Spodní okraj chrániče by měl být jen tak nízko, aby si dítě mohlo pohodlně sednout. Horní okraj by pak neměl přesahovat úroveň ramen. V případě pádu vzad by si totiž dítě o hranu chrániče mohlo poranit krční páteř. Právě to je hlavním důvodem, proč páteřák nekupovat větší.

Pozice dětského páteřáku

Páteřák by měl na zádech **dobře sedět**, aniž by se hýbal do stran, nahoru či dolů. K uchycení páteřáku slouží bederní pás, ramenní popruhy, popřípadě prsní popruh.

**Popruhy** by měly být **stavitelné** a je důležité věnovat dostatečnou pozornost jejich správnému nastavení, které chránič zafixuje do správné polohy.

Pokud se to nedaří, zkuste klidně jiný model, který třeba vašemu dítěti bude vyhovovat lépe. Aby páteřák správně seděl, je třeba jej nosit hned na**první vrstvu oblečení**, tedy nejlépe [**na funkční prádlo**](https://www.skibi.cz/index.php/detske-termopradlo-produkty).

