

**הבעיה: הפרש טמפרטורות
גבוה בין היום ללילה (ביום
חם ובלילה קריר).**

**צמצום המגע של הגוף עם
החול החם ע"י רגליים
ארוכות או התקדמות
בקפיצות, ניתורים ודילוגים
או הרמת הגחון.**

**צבע שחור לקליטת החום
בשעות קרות.**

**פעילות בערב, בלילה ובבוקר
מוקדם.**

**שערות בכפות הרגליים,
היוצרות שכבת בידוד
המנתקת את הגוף מהקרקע.**

**הפעילות מתבצעת מתחת
לפני הקרקע (חיים
במחילות).**

הבעיה: מחסור במים זמינים.

ניצול טל לשתייה.

גללים יבשים ושתן סמיק.

**עור אטום, מניעת הזעה,
הלחתה ביונקים.**

**ספיגה חוזרת של מים
בכליות.**

**הבעיה: קושי בתנועה
ובחפירת מחילות עקב
תשתית בלתי יציבה.**

**הגדלת שטח הפנים של כף
הרגל ע"י שערות או זיפים.**

**גוף פחוס המותאם לתנועה
בחול**

**חפירת מחילות סמוך לשורשי
צמחים.**

**הבעיה: כניסת חול לפתחי
הגוף בתנועה ובהתחפרות.**

**פתחי פנים (עיניים, נחיריים,
אוזניים) קטנים ושעירים,
המונעים כניסת חול.**

**עפעפיים שקופים המגנים על
העיניים ומאפשרים תנועה
בעודם עצומים.**