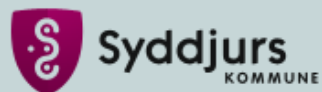




Når bleen skal af...

Som med alt andet i barnets udvikling er det individuelt, hvornår barnet er klar til at undvære bleen.

De fleste børn begynder i 2-3 års alderen at interessere sig for, når de tisser og har afføring. I samme alder etableres sædvanligvis forbindelsen mellem hjernen og lukkemusklerne i urinrør og endetarm, hvilket er en forudsætning for, at barnet kan opnå kontrol over urin og afføring.



Yderlige spørgsmål kan rettes til:

Sundhedsplejen
Syddjurs kommune

www.syddjurs.dk/sundhedsplejen

Tlf: 8753 5500



Når bleen skal af...

Råd og vejledning til forældre

Hvordan ved man, at barnet er klar til at blive renligt ?

Hvordan griber jeg det an ?

Hvornår og hvordan ?



Tid og tålmodighed

Det kræver tid og tålmodighed, når barnet skal hjælpes til at blive renligt, og det er vigtigt, at det sker i tæt samarbejde med forældre og dagplejen/daginstitutionen. Det er nødvendigt at aftale, hvordan I sammen griber det an.

Tegn på, at dit barn er ved at være parat til at komme af med bleen:

- * Barnet fortæller, når det tisser eller har afføring
- * Barnet fortæller, når det HAR gjort det
- * Barnet går for sig selv, når det tisser eller har afføring

Hvordan griber jeg det an ?

Når barnet siger til inden det tisser eller har afføring og bevidst kan holde igen, er det nu, barnet kan begynde at undvære bleen i løbet af dagen.

- * Sæt barnet på potte/toilet på faste tidspunkter f.eks. efter hovedmåltiderne, om morgenen og inden sovetid
- * Foreslå barnet at komme på potte/toilet, når du ser det være uroligt eller trippende
- * Når barnet skal tisse eller have afføring, er det vigtigt, at barnet har støtte til benene, hvilket gør potten mest velegnet. Anvendes toilettet anbefales det, at bruge børnetoiletsæde med fodstøtte og evt. armlæn
- * Sørg for, at dit barns mave er velreguleret, da en hård mave kan komplicere renlighedstræningen
- * Brug praktisk tøj, som er nemt at få af, når trangen melder sig hos barnet
- * Lad barnet have mulighed for at se jer selv eller andre børn gå på toilettet

- * Påskøn og opmuntre barnet, når det lykkes og undlad at skælde ud eller vise tegn på skuffelse, hvis det går galt
- * Det er vigtigt, at give barnet ro og tid til at mestre situationen
- * Undgå at spørge barnet, om det skal tisse hele tiden. Vis tillid til barnet og lad det komme af sig selv
- * Om natten har mange børn brug for ble i lang tid endnu

I forbindelse med renlighedstræningen vil der kunne forekomme uheld, og hos nogle mange uheld. Tag derfor uheld med godt humør, for dem skal man forvente en del af i begyndelsen.

Renlighed kommer ikke af sig selv. Det er forældrene, der skal tage ansvar for at lære barnet at blive renligt.

