



Ble eller potte



Pjece om barnets renlighed til forældre

Barnet får en fysisk fornemmelse af blæren og tarmens funktion i 1 ½ - 2 års alderen. Her begynder barnet at vise interesse for hvad der sker i bleen og hvad de voksne foretager sig på toilettet. Denne drivkraft hos barnet skal støttes af barnets omsorgspersoner. Barnet betragtes som renligt, når det kan "sige til" i tide og gå på potte eller toilet med eller uden hjælp. De fleste børn bliver helt renlige ved 3 års alderen og derover. Først om dagen, senere om natten.

De 3 stadier i barnets renlighed

Barnet opnår som regel kontrol over blæren og tarmen i tre stadier

1 – Barnet er opmærksomt EFTER bleen er våd eller fyldt med afføring.

Støt ved: Tag barnet i hånden og skift bleen. Barnet kan opfordres til at sidde på potten/toilet, hvis det viser interesse.

2 – Barnet er opmærksomt MENS det tisser eller har afføring i bleen. Barnet fortæller, mens det sker eller lige efter.

Støt ved: Lad barnet gøre sig færdig og tilbyd potten eller toilet efterfølgende, mens en ny ble findes frem. Det giver en naturlig sammenhæng for barnet at forbinde tis og afføring med potte/toilet.

3 – Barnet siger til INDEN det tisser eller skal have afføring.

Støt ved: Hjælp barnet hurtigt og roligt på potte/toilet.

Hvordan støttes barnet:

Man tager 50 par tørre bukser.....

Ligesom barnet skal holdes i hånden, når det skal lære at gå eller spise, så skal det også holdes i hånden når det er klar til at blive renlig. Nogle børn bliver tidligt renlige, andre senere. Nogle børn bliver renlige over en kort periode, andre over en længere.

Skab sammenhæng i barnets dagligdag med fælles indsats fra hjemmet, dagpleje/institution, så barnet mærker ens retning.

Barnet skal anerkendes for sin indsats, uanset om der kommer noget i potten eller ej.

Giv barnet nemt tøj på i denne periode. Bukser og underbukser, skal nemt kunne trækkes ned.

Tag barnet med, når du selv går på toilettet. Barnet lærer ved at se hvordan andre gør.

Skab ro og tålmodighed, og følg barnets behov for enten selskab eller uforstyrrethed på toilettet.

Undgå at spørge barnet i tide og utide om det skal tisse, lav hellere nogle gode vaner ved at tilbyde potten/toilet efter hovedmåltiderne, efter søvn og før legeture. Nogle børn skal slet ikke spørges, men have lov til at mærke kropsfunktionerne selv. Det er en balance hvor meget den voksne skal blande sig. Hold øje med barnets signaler.

Vis tillid til, at barnet kan klare sig uden ble og undgå skift mellem ble og "ikke ble" om dagen.

Anerkend nysgerrigheden for undersøgelsen af tis og afføring. Kig på den og tal om det. Vask hænder.

Om natten har mange børn brug for ble i lang tid endnu. Først når bleen har været tør om morgenen i en længere periode kan den undværes om natten.

Lege med barnet: sæt en bamse på potten eller på toilet, put toiletpapir i kummen og skyl ud mens I kigger på vandet, gå på biblioteket og lån børnebøger om renlighed, put vand i en ballon og illustrer på den måde blæren for barnet.

Sørg for gode forhold, når barnet skal på potte eller toilet. Dvs en potte, som er ren og står stabilt eller et toilet med barnesæde og fodstøtte, så barnet kan sidde uden at falde ned.

Hyppig forekommende udfordringer:

Uheld: klares ved at have tørre bukser at skifte med og hel neutralt sige, at "det var ærgerligt".

Tilbagefald, ses især hvis der sker andre store ting i barnets liv: Vent med yderligere tiltag til der er ro i barnets liv igen.

Barnet vil kun have afføring i bleen, selvom det tisser på potten eller toilettet: Fjern fokus og vær tålmodig. Sørg for at toiletforholdene er i orden, at afføringen er normal, dvs hverken for hård eller for løs og sørg for, at der ikke bliver skældt ud. Tjek under "Hvordan støttes barnet" eller søg individuelle råd hos sundhedsplejersken.

Sundhedsplejersken anbefaler:

For en god tarmfunktion er det vigtigt at drikke vand, spise varieret kost med fiber og få motion. Motion giver barnet en bedre fornemmelse af kroppen og en bedre tarmfunktion. Afføringen skal være formet, blød og uproblematisk at komme af med.

Når det er koldt, er der oftere flere uheld med tis, så hav derfor ekstra skiftetøj, og gerne uld inderst hvis barnet kan tåle det. Små børn tømmer bedst blæren, når de sidder ned og tisser. Både drenge og piger.

Når det er varmt og solen skinner, så gives ekstra væske. Urinen skal være lys og uden stærk lugt. Et barn på 10-20 kg har brug for 1-1,5 l væske incl alt.

Efter toiletbesøg, skal hænderne vaskes i min 15 sek med sæbe.

Udarbejdet af Aabenraa sundhedspleje, henvendelse 73767002

