

## Консультация для родителей «Как отучить ребёнка от памперса»

Памперсы впервые появились в далеких уже 60-х годах в качестве средств, облегчающих маме работу. Причем, не в круглосуточном режиме, а лишь на конкретные периоды времени (случаи), когда без них ну никак не обойтись. В России мамы стали активно использовать памперсы около 20 лет назад, и по сей день памперсы – неотъемлемая часть семейного бюджета всех молодых родителей.

Только с 18-ти месяцев появляется контроль над работой прямой кишки и мочевого пузыря. Именно с этого возраста и есть смысл начинать кропотливую работу по отказу от памперсов. Ранее полутора лет в этом нет смысла. Естественно, ребенок должен и сам «созреть», чтобы мама работала не в одиночку, а «сотрудничество» было эффективным. Подытоживая, можно сказать, что идеальный возраст для пересаживания крохи на горшок и отказа от памперсов – 18-24 месяцев.

Как понять, что малыш «созрел»?

1. Мочеиспускание происходит через конкретные промежутки времени. То есть, отмечается некий «режим» (например, после сна, после еды, после прогулки).
2. Кроха способен сам снять свои штанишки.
3. Кроха ставит родителей в известность, когда желает сходить по-маленькому (или по-крупному) – жестами, звуками, и проч.
4. Ребенок понимает слова писать/какать/горшок.
5. Малыш демонстрирует недовольство переполненным или перепачканным памперсом, а также мокрыми колготками.
6. Памперс регулярно остается сухим даже после 2-3 часов носки.
7. Ребенок интересуется горшком, постоянно присаживается на него, а также усаживает на него и свои игрушки.
8. Ребенок постоянно стягивает памперс или активно протестует против его надевания.

Если вы заметили у малыша эти признаки еще одного этапа взросления — значит, можно постепенно убирать памперсы в шкаф.

Три метода отучения ребенка от памперса днем – следуем инструкции опытных мам!

- **Способ №1.** Запасаемся колготками (прим. – штук 10-15) и пеленками, а также выбираем самый шикарный горшок, который понравится карапузу. Колготки должны быть не слишком тесными и без тугих резинок, чтобы малыш их снимал самостоятельно. Познакомьте кроху с горшком, расскажите, что с ним делать и как. Усадите чадо на горшок – пусть опробует новое устройство. С утра наденьте малышу колготки и высаживайте на

горшок каждые полчаса. Если ребенок описался, сразу колготки не меняйте – подождите минут 5-7, пока кроха сам почувствует, что в мокрых штанах ходить совершенно некомфортно. Потом снимайте, подмывайте чадо и надевайте следующие колготки. Как правило, именно этот метод позволяет максимум за 2 недели отказаться от подгузников.

- **Способ №2.** Отучаемся от памперсов через положительный пример! Обычно, дети любят попугайничать и повторять за старшими детьми каждое слово и движение. Если у вашего чада есть старшие братики или сестрички, уже понимающие задачи горшка, то процесс избавления от подгузников пойдет быстрее. А если вы ходите в детский сад или ясли, то это будет сделать еще легче — в таком детском коллективе высаживание на горшок происходит регулярно, а привыкание к новым хорошим привычкам – быстро и без капризов.
- **Способ №3.** Все средства хороши! Если старших братьев/сестричек нет, не переживайте – используйте игровой способ. У каждого крохи есть любимые игрушки – роботы, куклы, плюшевые медведи и проч. Высаживайте их на мини-горшки! И предлагайте чаду присесть рядом с игрушками. Будет замечательно, если горшки игрушек окажутся после такого высаживания не пустыми – для пущего эффекта. Идеальный вариант – большой пупс с горшком, способный писать (они сегодня стоят недорого, да и ради такого дела можно и потратиться).

Все эти способы хороши для отказа от памперсов в дневной период. Не забывайте по- чаще спрашивать чадо о его намерении пожурчать на горшке, не торопитесь менять мокрые штаны, используйте марлевые подгузники, если устали убирать лужи. Что касается прогулок – берите с собой по 2-3 комплекта сменных штанов, если на улице – лето. В остальные же сезоны рекомендовано надевать подгузники, чтобы не застудить дитя. Специалисты советуют начинать отказ от памперсов в начале лета. И не забывайте о настроении крохи! Если малыш капризничает – не давите на него, подождите день-два.