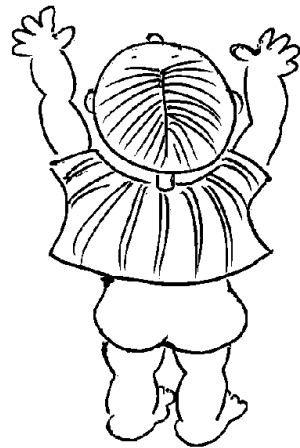
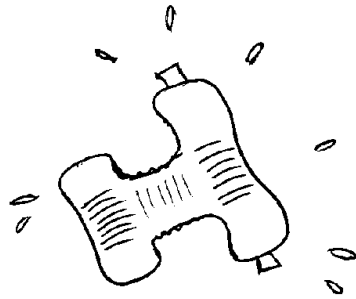


Smid Bleen



CDD

Sundhedsplejen Svendborg kommune

www.sundhed.svendborg.dk

august 2013

Når børn er mellem 2 og 3 år vil de fleste begynde at interessere sig for bleen og dens indhold. Mange børn vil gerne med mor og far på toilettet, de står og tripper, når de mærker, de skal af med tis/afføring. Andre beder om at få en ble på, når de skal have afføring, og nogle stiller sig bag døren og besørger i fred og ro. Det er vigtigt, at forældre og andre voksne er opmærksomme på disse signaler.

- 1 1/2 år: Nogle børn registrer/opdager, at der sker noget i bleen.
- 2-3 år: Er oftest interesseret/parat til at komme af med bleen.
- 4-5 år: Evt af med natbleen.

Forskellige stadier:

1) Barnet opdager, at bleen er våd eller lugter.

Mens du skifter ble, kan du snakke med dit barn om de fornemmelser, det har i kroppen.

2) Barnet bliver opmærksom på, NÅR det tisser/har afføring. Mens du skifter ble, kan du snakke med dit barn om at sige til og tilbyde det potte/toilet.

3) Barnet bliver opmærksom på fornemmelsen af, at det skal tisse/have afføring.

Hjælp dit barn på toilettet med det samme og signaler god tid til at sidde der.

Anerkend når det lykkes, og skæld ikke ud, når det ikke lykkes.

Tidshorisont:

Oftest får barnet først kontrol over blæren derefter tarmen. De fleste børn bliver renlige om dagen i løbet af ca. 3 uger til et par måneder med uheld indimellem.

Om natten skal barnet holde sig tør 10-12 timer. Derfor er nogle børn 4-5 år, før de er helt renlige. Andre børn er renlige nat og dag på én gang.

5-10 % af alle 7 årige tisser i sengen om natten. Det svarer til 1-2 børn i hver 0.klasse. Dette kan drøftes med sundhedsplejersken.

Afføring:

Børn har ofte et fast tidspunkt at have afføring på. Lad dette være udgangspunktet for træningen.

Angst:

Nogle børn er bange for at sidde på toilettet: "Plumpet", når afføringen falder ned.

Andre kan være angst for selv at falde ned i wc-kummen, og en del børn bliver lidt kede af, at "mesterværket" skylles ud.

Nysgerrighed:

Børn kan finde på at lege med tis og afføring. De opfatter det som en del af dem selv. Undgå at vise afsky, hvis dette sker, men forklar dem, at disse ting hører til i toilettet.

Tips og tricks:



Husk: Børn kan ikke tvinges til at tisse eller have afføring.

1. Opmuntr barnet. Giv barnet tryghed og ro til at klare situationen. Snak med barnet om, hvad det vil sige at bruge potte/toilet.
2. Undgå magtkampe. Barnet er i selvstændighedsalderen, og hvis barnet holder på afføringen, kan det give forstoppelse.
3. Hav tålmodighed! Hvis barnet ikke vil samarbejde, så hold en pause i en periode. Barnet er måske ikke klar.
4. Ændringer i familien f.eks. flytning, at blive storesøster- eller bror kan give tilbagefald.
5. Lad barnet gå med dig eller større søskende på toilettet, så de kan se, hvad der sker.
6. Mind barnet om toiletbesøg, før I skal på legeplads, ud at handle osv.
7. Det er nemmere at smide bleen om sommeren end om vinteren.
8. Lær barnet håndvask efter toiletbesøg.
9. Samarbejd med daginstitutionen.

I er velkomne til at kontakte sundhedsplejen ved behov på tlf 6223 4070 eller sundhedsplejen@svendborg.dk