



## КОНТРОЛА НА ФИЗИОЛОШКИТЕ ПОТРЕБИ КАЈ ДЕЦАТА

Почитувани родители, се смета дека детето со навршени осумнаесет месеци е веќе зрело за да се поттикне и да се научи да воспостави контрола на физиолошките потреби. Меѓутоа современото време, користењето на пелени кои овозможуваат чувство на сувост во текот на подолг период го продолжуваат стекнувањето на навика за самостојно контролирање на овие потреби кај детето, па така неретко сеуште користат пелени деца со навршени три и повеќе години.

Први знаци кои укажуваат на зрелост на детето за контрола на мокрењето се кога чувствува дека бешиката му е полна (го боли мешето), знае да користи марамчиња, тоалетна хартија, и кога е спремно за соработка. Кога детето е успешно во воспоставување на контрола на потребите, треба да го пофалите, но доколку во почетокот резултатите се неуспешни тогаш треба да му дадете поддршка, емотивно да го охрабрите за да продолжи понатаму. Во никој случај не смеете да инсистирате доколку детето дава отпор или бурно реагира.

Имајте на ум дека децата сè учат низ игра, со имитација на однесувањето, па така искористете ја играта како начин да им покажете и да ги научите да седнат на нокширче така што ќе играте заедно со куклите со кои си игра, чекор по чекор, објаснете им што се очекува од нив, како сами да ги соблечат панталоните, да седнат на нокширчето, да измијат рачиња и така натаму....

Најважно е да имате трпение, да бидете истрајни, а не да се откажете после неколку обиди, затоа што упорноста донесува успех и тоа само после две до три недели. Не е само градинката место каде што треба да се практикува користењето на нокширче за стекнување на овие навии, туку тоа треба синхронизирано да се користи и во домот за да се постигне успех. Во почетокот може да се случи и понекоја грешка но тоа не е знак за да се откажете од активностите со кои сте започнале. Бидете истрајни и резултатите ќе бидат тука.

Пролетта и летото се идеално време за да ги поттикнете децата поинтензивно да ги отстранат пелените и да ги стекнат навиките за контрола на мокрењето во почетокот, а подоцна и на сфинктерите. Притоа не треба детето да седи долго време на нокширче туку треба да го ставате после секој оброк, или почесто но кратко, доколку има резултат пофалете го.

Сепак треба да знаете дека за овој сложен и тежок процес за детето треба да му ја подарите сета своја поддршка, трпение и љубов за постигнување на посакуваните резултати а тоа е контрола на физиолошките потреби.

