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.*

Контроль над работой прямой кишки и мочевого пузыря возможен только с 18-ти месяцев. 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. То есть, **идеальный возраст для пересаживания крохи на горшок и отказа от памперсов – 18-24 месяца.**

*Как понять, что малыш «созрел»?*

*-* Мочеиспускание происходит через конкретные промежутки времени.То есть, отмечается некий «режим» (например, после сна, после еды, после прогулки).

- Малыш способен сам снять свои штанишки.

- Кроха ставит родителей в известность, когда желает сходить по- маленькому (или по-крупному) – жестами, звуками, и проч.

- Ребенок понимает слова писать/какать/горшок.

- Малыш демонстрирует недовольство переполненным или перепачканным памперсом, а также мокрыми колготками.

- Памперс регулярно остается сухим даже после 2-3 часов носки.

- Ребенок интересуется горшком, постоянно присаживается на него, а также усаживает на него свои игрушки.

- Ребенок постоянно стягивает памперсили активно протестует против его надевания.

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

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

**1.** Запасаемся колготками (штук 10-15) и пеленками, а также выбираем горшок, который понравится карапузу. Колготки должны быть не слишком тесными и без тугих резинок, чтобы малыш их снимал самостоятельно. [Познакомьте кроху с горшком](https://www.colady.ru/kak-priuchit-rebenka-k-gorshku-sovety-opytnyx-mam.html), 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 они намокли и ходить некомфортно. Потом снимайте, подмывайте чадо и надевайте следующие колготки. Как правило, именно этот метод позволяет максимум за 2 недели отказаться от подгузников.

**2.** Отучаемся от памперсов через положительный пример! Обычно, дети любят 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.

**3.** Все средства хороши! Если старших братьев/сестричек нет, 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 чаще спрашивать малыша 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 ребенка. 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.*

Подготовила Ковалёва Е.А.