

Tid for bleieslutt



Når dressene pakkes bort, er det mange som forbereder bleieslutt for småtassene. Våren og sommeren er en fin tid for bleieslutt om barnet er klart. Samarbeid med barnehagen om å bli bleiefri, så går dere kanskje en tørr sommer i møte!

Husk at både foreldre og barn må være motivert for bleieslutt. Sett gjerne i gang i en ferie eller på fridager, og vær forberedt på litt ekstra innsats en stund.

Hvordan vet du om barnet er klart for bleieslutt?

Å være klar for å kaste bleien handler mest om å bli bevisst på hva som skjer med kroppen når man må på do. Ser du at barnet stopper opp i leken eller gjemmer seg bort for å gjøre noe i bleia, er barnet godt klar over at noe må ut. Om avføringen er blitt regelmessig og skjer på mer eller mindre faste tider av døgnet, ligger også forholdene godt til rette for bleieslutt. Skulle det vise seg at dere har begynt bleieavvenningen for tidlig og det skjer mange uhell, tar dere bleien på igjen og prøver igjen senere. Vis at det er helt greit om barnet ikke rekker fram i tide, og husk å rose når det lykkes!

Bli kjent med potta

Barna kan godt begynne å utforske og bli kjent med potta allerede når de er veldig små. Etter hvert som barnet nærmer seg klart for bleieslutt, er det fint om det får være med deg på do av og til for å se hvordan du «gjør det». Barn lærer også toalettvaner ved å herme etter voksne.

Forklar barnet hva potta er til, og la barnet prøvesitte både med og uten klær. Ha gjerne en liten kurv med leker som kommer fram når barnet sitter på potta, eller les en bok for barnet. Potta kan godt stå framme der hvor barnet leker, og når det er tid for bleieslutt lar du barnet ha på lette klær eller gå naken. Hvis barnet vil gå rett på do, er det lurt å ha en liten trapp eller krakk og et barnesete. Gjør det til en vane å gå på potta eller do rett etter oppvåkning og måltider.



Gode råd:

- ✓ Introduser potta tidlig.
- ✓ Husk oppmuntring og ros.
- ✓ Ikke kjeft eller straff når det går galt.
- ✓ Gå helt uten bleie hjemme.
- ✓ Faste doturer etter oppvåkning og mat.
- ✓ Ha det hyggelig på potta.
- ✓ Få med barnehagen.

Vil du vite mer?



ARTIKKEL



RESSURS



SJEKK

[Slutte med bleien i sommer?](#)[Alt om pottetrening](#)[14 tips til bleieslutt](#)

Samarbeid med barnehagen:

- ✓ Fortell de ansatte at dere holder på med bleieslutt.
- ✓ Øv med barnet på å si fra at det må på do.
- ✓ Ha med mye ekstra skift.
- ✓ Vær tålmodig!

Kilder: Norsk helseinformatikk, foreldre.no