

Central barnhälsovård • مرکز صحت طفل

استفاده از لته اشتک (پوشک) را تمام کردن

Att sluta med blöja



این طبیعی است که کودکان استفاده نمودن از لته اشتک را در سنین مختلف تمام می کنند.

Det är normalt att barn slutar med blöja vid olika åldrar.



هنگامی که کودک تقریباً یک ساله شود، می خواهد که اداهای بزرگ ها را بکند. بدین سبب، خوب است اگر کودک، روی لگنچه تشناب یا هم روی کمود بنشیند.

När barnet är ungefär 1 år vill hen gärna härma vuxna. Det är bra att barnet får sitta på pottan eller toaletten.



برای کودک آسانتر است که مثانه و شکم خود را با نشستن بر لگنچه تشناب یا کمود تخلیه کند. بدینگونه، او به آسانی دچار عفونت طرق بولی یا قبضیت نه می گردد.

Det är lättare för barnet att tömma urinblåsan och tarmen om hen sitter på toaletten eller pottan. Barnet får då inte lika lätt urinvägsinfektion eller förstoppning.



خوب است اگر کودک پیش از اینکه به راه رفتن بیاید، تمرین پیشاب و غایط کردن را در لگنچه تشناب یا کمود آغاز کند.

Det är bra om barnet börjar träna att kissa och bajsas på toaletten eller pottan innan hen kan gå.



هنگامی که کودک از خود نشان می دهد که می خواهد پیشاب یا غایط کند، بگذارید که او بر لگنچه تشناب یا کمود بنشیند. بیشتر اوقات، کودک پس از غذا خوردن می خواهد که مستقیماً تشناب کند.

Låt barnet sätta sig på pottan eller toaletten när hen visar tecken på att vilja kissa eller bajsas. Barnet behöver ofta kissa och bajsas direkt efter måltid.

مرکز صحت طفل • Central barnhälsovård

استفاده از لته اشتک (پوشک) را تمام کردن

Att sluta med blöja



در هنگام تبدیل کردن لته اشتک، پس از خواب بیدار شدن و پس از اوقات غذا، او را بگذارید که بر لگنچه تشناب یا کمود بنشیند.

Låt barnet sätta sig på pottan eller toaletten vid blöjbyten, efter sovstunder och efter måltider.



به تشناب رفتن کودک را برایش جالب و خوشایند بسازید. برای او کتاب بخوانید یا با هم آواز بخوانید.

Gör toalettbesöken trevliga och roliga. Läs en bok eller sjung tillsammans med ditt barn.



هرگز کودک را به نشستن بر لگنچه تشناب یا بر کمود مجبور نه سازید.

Tvinga aldrig barnet att sitta på pottan eller toaletten.