

Lênêrîna laşaxiyê ya zarokan · Central barnhälsovård

Dawî li bikaranîna poçekan anîn

Att sluta med blöja



Asayî ye ku zarok di demên cûrbecûr de dest ji bikaranîna poçekan berdin.

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



Dema zarok yek salî bin hez dikan teqlîda mezinan bikin. Baş e ku zarok li ser destavoka tûwaletê rûnin.

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



Ji bo zarokan hêsantir e ku mîzdank û rûviya qalind vala bikin dema ew li ser destavoka tûwaletê rûnin. Hîngê zarok bi hêsanî bi nexweşiya kulbûna rêya mîzê û û navhîşkiyê nakevin.

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.



Baş e ku zarok destpêbike li ser destavokê an jî li tûwaletê rûne ji bo mîzkirin û rêtinê hê ku dest bu meşê nekirine.

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



Dema zarok nîşanên rêtin û mîzkirinê bidin hîngê rê bide ku zarok li ser destavokê û tûwaletê rûnin. Pir caran zarokan pêwistî pê heye ku piştî xwarinê birrîn û bimîzin.

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.

Lênêrîna laşaxiyê ya zarokan · Central barnhälsovård

Dawî li bikaranîna poçekan anîn

Att sluta med blöja



Dîsa rê bide ku dema zarok poçekê diguhêrin li ser desavokê û tûwaletê rûnin.

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



Serlêdana tûwaletê xweş û şên bikin. Ji zarokan re pirtûkekê bixwînin an jî pê re sitranekê bistirên.

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



Bi zorê zarokan li ser destavokê an jî li ser tûwaletê nedin rûniştin.

Tvinga aldrig barnet att sitta på pottan eller toaletten.