

د ماشومانو روغتيايي مرکز • Central barnhälsovård

پمپرس (ډايپر) نه تړل

Att sluta med blöja



دا عادي ده چې ماشومان په مختلفو عمرونو کې پمپرس تړل پرېږدي.

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



کله چې ماشوم تقریباً یک کلن شو، غواړي چې د مشرانو چمونه وکړي. ډا ښه ده چې ماشوم د کوچنیانو پرکموډ یا د تشناب پر یا کموډ باندې کښيښي.

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



دا آسانه کېږي چې د ماشوم مټانه او کلمې په تشناب کې د کوچنیانو پرکموډ یا د تشناب پر کموډ باندې د کښيښتلو په حالت تښ شي او په همدې ډول د تښو متيازو عفونت یا هم قبضيت ماشوم ته پر نه پيدا کېږي.

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.



ډا ښه دي چې ماشوم د کوچنیانو پرکموډ یا د تشناب پر کموډ باندې کښيښتلي تمرين کې مخي کې لږ نه ماشوم په پښو باندې گرځيدل زده کړي.

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



پرېږدي چې ماشوم د پمپرس د بدلولو نه د مخه د کوچنیانو پر کموډ یا د تشناب پر کموډ باندې کښيښي ترڅو چې د تښې يا ډکې متيازې کولو علامه ښکاره کړي. ماشوم اکثره وختونه ضرورت لري چې د ډوډي نه تر مخه يا وروسته مستقيماً تښې يا ډکې متيازې وکړي.

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.

د ماشومانو روغتيايي مرکز • Central barnhälsovård

پمپرس (ډايپر) نه تړل

Att sluta med blöja



ماشوم پريږدي چې د پمپرس د بدلولو يا د خوب نه ترمخه او يا هم د ږوږي خوړلو نه وروسته د کوچنيانو پر کموډ يا د تشناب پر کموډ باندې کښيښي.

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



د ماشوم له پاره تشناب ته تلل ښه او جالبه کړي. کتاب ورته ولولي يا د خپل ماشوم سره يو ځای سندرې وواياست.

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



تاسي هيڅکله ماشوم مه مجبوروي چې هغه حتماً بايد د کوچنيانو پر کموډ يا په تشناب کې کښيښي.

Tvinga aldrig barnet att sitta på pottan eller toaletten.