

Только с **18-ти месяцев** появляется контроль над работой прямой кишки и мочевого пузыря. Именно с этого возраста и есть смысл начинать кропотливую работу по отказу от памперсов.

#### Советы педиатра по отказу от подгузников

- ❑ Прежде всего научите ребенка пользоваться горшком.
- ❑ Когда у ребенка сформируется навык самообслуживания, постепенно отказывайтесь от одноразовых подгузников в пользу многоразовых или обычных трусиков.
- ❑ Отказ от подгузников должен проходить поэтапно: сначала дома на период бодрствования, затем на дневной сон, далее – на ночной. И только потом можно смело выходить на прогулку вообще без них.
- ❑ Высаживайте на горшок после сна и перед сном, после еды и в любой момент, когда кажется, что он хочет помочиться или покакать.
- ❑ Хвалите малыша, если он успел вовремя сесть на горшок. Но никогда не ругайте, если он этого не сделал. Отрицательные эмоции вызывают у детей протест.
- ❑ Лучшие условия – готовность родителей и готовность ребенка: как физиологическая, так и психологическая.

Департамент образования Администрации  
города Екатеринбурга

### Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение – детский сад № 7



**Запись на прием к нашим  
специалистам**

**620109, Свердловская область,  
г. Екатеринбург, ул. Металлургов, 8а**

**+7 (343) 231-48-82, 231-48-86**

**[mdou7@eduekb.ru](mailto:mdou7@eduekb.ru)**

Муниципальное бюджетное дошкольное  
образовательное учреждение – детский сад № 7

### Консультационный центр



### Обучающий семинар «Как отучить ребенка от памперса»

Подготовили:  
Пустозерова Дарья Сергеевна  
Салова Елена Викторовна

Екатеринбург  
1 марта 2024 г.

### Как понять, что малыш «созрел»?

- Мочеиспускание происходит через конкретные промежутки времени. То есть, отмечается некий «режим» (например, после сна, после еды, после прогулки).
- Кроха 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 и свои игрушки.
- Ребенок постоянно стягивает памперс или активно протестует против его надевания.

### Три метода отучения Способ №1. Запасаемся колготками

Запасаемся колготками (прим. – штук 10-15), а также выбираем самый шикарный горшок, который понравится карапузу. 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 в мокрых штанах ходить совершенно некомфортно.

### Способ №2. Помощь игрушек

У каждого крохи есть любимые игрушки – роботы, куклы, плюшевые медведи и проч. Высаживайте их на мини-горшки! И предлагайте чаду присесть рядом с игрушками. Идеальный вариант – большой пупс с горшком, способный писать (они сегодня стоят недорого, да и ради такого дела можно и потратиться).

### Способ №3. Положительный пример

Обратите внимание ребёнка на то, что старшие ребята обходятся без памперса. Стремление подражать быстро приведет к тому, что ваш ребёнок станет самостоятельно ходить на горшок, и памперсы станут не нужны.

### Чего нельзя делать ни в коем случае в период отказа от подгузников!

- ✓ Не ругайте за мокрые штанишки или постель.
- ✓ Никогда не высаживайте на горшок, если малыш противится этому и плачет.
- ✓ Не торопитесь. Не пытайтесь за один день отучить ребенка носить подгузники.
- ✓ Не бросайте дело на полпути, будьте последовательными.
- ✓ Не забывайте, что это лишь временные трудности. Совсем скоро ребенок будет прекрасно чувствовать себя без подгузников и спокойно проситься на горшок.

