



Haringey Evrensel Terapi Hizmetleri (HUTS) Danışma Afiş

Çocuğuma tuvalet eğitiminde nasıl yardımcı olabilirim?

- **Günlük egzersiz, yeterli sıvı alımı ve dengeli beslenme** önemlidir. Çocuğunuzda ishal veya kabızlık varsa, aile hekiminize danışın.
- **Çocuğunuza tuvalet eğitimini öğretin.** Birlikte hikayeler okuyun, tuvaleti kullandığınızı görmelerini sağlayın, oyuncak ayı veya bebekle rol yapma oyunları oynayın, bezini banyoda değiştirin.
- **Ortamı hazırlayın.** Aydınlatma, sıcaklık, sesler ve kullanacağınız ekipmanı düşünün: lazımlık veya basamaklı halka (klozet üstüne konulan).
- Yukarıdakileri yaptıktan sonra, bir **rutin** oluşturun. Aileniz için uygun bir zaman seçin ve küçük adımlarla başlayın: günde iki kez, örneğin sabah ve yatmadan önce, çocuğunuzun idrarını veya bağırsaklarını boşaltmasını beklemeden, lazımlık veya halka (klozet üstüne konulan) oturtun.
- **Sabırlı olmayı** unutmayın ve **çocuğunuzu** küçük başarıları için **övn**.

Daha fazla bilgi için:

ERIC'ten tuvalet eğitimi hakkında daha fazla bilgi edinin.



NHS GGC'den tuvalet kullanımıyla ilgili daha fazla tavsiye bulun



Telefon 📞

0203 224 4399

e-posta ✉

whh-tr.huts@nhs.net

Daha fazla bilgi için 🌐



TARAMAYI BENİ

