

Anerkendelse er vigtig gennem hele læreprocessen, opmuntring giver barnet lyst til at forsøge igen – undgå at rose for meget.

### Vis ikke skuffelse eller irritation

Selvom barnet er blevet renligt, kan der forekomme "uheld", f.eks. hvis barnet er midt i en leg, eller der sker store forandringer i hverdagen, f.eks. overgang til børnehave, flytning eller ved familieforøgelse.



Hvis barnet i en periode ikke vil medvirke, så vent et stykke tid med at forsøge igen, måske er barnet ikke parat endnu.

**SUNDHEDSTJENESTEN Egedal Kommune**  
Roskildevej 22D, 3650 Ølstykke  
Tlf. 72 59 67 20

[www.sundhedstjenesten-egedal.dk](http://www.sundhedstjenesten-egedal.dk)

HUSK AT VASKE HÆNDER PÅ DIT BARN,  
HVER GANG DET HAR VÆRET PÅ  
POTTEN ELLER TOILETTET. DIT BARN  
KAN LIGE SÅ GODT LÆRE FRA STAR-  
TEN, AT DE TO TING HÆNGER SAMMEN



*Når bleen skal af...*



*- for dit barns skyld*

**Sundhedstjenesten**

## NÅR BLEEN SKAL AF...

### Hvornår og hvordan

Omkring 2-2½ års alderen begynder de fleste børn at blive opmærksom på, når de tisser og har afføring. I samme alder etableres sædvanligvis forbindelsen mellem hjernen og lukkemusklerne i urinrør og endetarm, hvilket er en forudsætning for, at barnet kan opnå kontrol over urin og afføring.

Det kræver god tid og tålmodighed, når barnet skal hjælpes til at blive renligt, og det er vigtigt, at det sker i tæt samarbejde mellem forældrene og dagplejen / daginstitutionen. Det er nødvendigt at aftale, hvordan I sammen griber det an.

### Når bleen skal af



Modenhed, samarbejde og parathed i familien er bestemmende for, hvornår jeres barn bliver renligt. De voksne, som barnet er sammen med, skal være opmærksomme på barnets signaler.

### Første fase

Barnet registrerer, at det **har** tisset eller haft afføring i bleen og gør opmærksom på det.

Barnet er nu i gang med udviklingen, men er endnu ikke i stand til at sige til i tiden.

Tag barnet i hånden og skift bleen.

Tilbyd barnet at sidde på potte/toilet, hvis det viser interesse for det. Sørg for, at barnet sidder godt med støtte til fødderne. Toiletet eller potte er ikke afgørende, men det kan være en god idé at vælge én af delene.

### Anden fase

Barnet siger til, **mens** det tisser eller har afføring i bleen. Barnet er stadig ikke i stand til at sige til, **inden** det tisser eller har afføring. Lad barnet gøre sig færdig i bleen. Tilbyd gerne barnet at sidde på potte /toiletet, mens en ny ble findes frem.

### Tredje fase

Barnet siger til, **inden** det skal tisse eller have afføring og kan bevidst holde igen.

Det er i denne periode, at barnet kan begynde at undvære bleen om dagen. Barnet hjælpes på potte/toilet. Nu er det vigtigt, at barnet får hjælp med det samme, da barnet let bliver ked af det, hvis der sker "uheld", og det har brug for succesoplevelser. Hav ekstra tøj med, når barnet er hjemmefra, i tilfælde af "uheld".

Vis tillid til barnet, og undgå at give barnet ble af og på. Det er ikke hensigtsmæssigt, at barnet først skal mærke, om det har ble på, før det tisser.

Om natten har mange børn brug for ble i lang tid endnu, her skal bleen være tør i en periode, før den helt kan undværes.

### Rytme, tålmodighed og gode vaner

Sæt barnet på potte på faste tidspunkter, f.eks. før og efter sovetid og når det skal ud og lege. Undlad at spørge, om barnet skal på potte hele tiden. Giv barnet en chance for selv at komme og sige til, giv det tid og tryghed.



Større søskende eller børn i dagplejen kan være gode rollemodeller. Lad potten stå fremme, så barnet vænner sig til den, og lad det være en naturlig ting. Hav gerne en kurv stående med bøger, som barnet kan kigge i.