

টয়লেটের প্রস্তুতি



আমার সন্তান কি টয়লেট সহবত শেখার জন্য প্রস্তুত?

শিশুরা 24 থেকে 30 মাস বয়সের মধ্যে শারীরিকভাবে তাদের অল্প এবং মূত্রাশয় নিয়ন্ত্রণ করতে পারে। টয়লেট ব্যবহার করতে সক্ষম হওয়ার জন্য আপনার বাচ্চার এই দক্ষতার প্রয়োজন। কিন্তু আপনার সন্তানকে অবশ্যই মানসিকভাবে প্রস্তুত হতে হবে। কিছু শিশু 24 মাসে প্রস্তুত হয়, এবং অন্যরা 3 বছর বা তার বেশি বয়স পর্যন্ত হয় না।

আপনার শিশু টয়লেট ব্যবহার শিখতে প্রস্তুত যখন তারা:

- টানা কমপক্ষে দুই ঘন্টা টয়লেট না গিয়ে থাকতে পারে।
- একজন প্রাথমিক কেয়ারগিভারের টয়লেটিং আচরণ নকল করে।
- কিছু সহজ নির্দেশাবলী অনুসরণ করতে পারে।
- জানে কিভাবে হাঁটতে হয়, কীভাবে তাদের প্যান্ট উপরে এবং নিচে টানতে হয়, এবং কিছু সাহায্য নিয়ে পটিতে উঠতে-নামতে পারে।
- তারা কখন তাদের ডায়াপারে যাচ্ছে তা লক্ষ্য করুন (আপনার সন্তান অন্য ঘরে বা টেবিলের নীচে যেতে পারে)।

এটি সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ যে আপনার সন্তান পটি ব্যবহারে কিছুটা আগ্রহ দেখায়। তারা আপনাকে তা দেখাতে পারে এটা বলে যে তারা টয়লেট ব্যবহার করতে চায় বা "বড় বাচ্চা" অন্তর্বাস পরতে চায়। অথবা তারা বলতে পারে যে তারা "বাবা যেমন করে" তেমন যেতে চায়।

কখন টয়লেট শেখা শুরু করবেন না

কিছু জিনিস সফল টয়লেট ব্যবহারের পথে অন্তরায় হতে পারে। উদাহরণস্বরূপ, যখন শিশুরা কোনো বড় পরিবর্তনের মধ্য দিয়ে যাচ্ছে, তখন অপেক্ষা করা ভাল হতে পারে। সাধারণ পারিবারিক পরিবর্তনগুলি সাধারণত টয়লেট সহবত শুরু করার জন্য ভাল সময় নয়:

- কোনো আসন্ন বা সাম্প্রতিক পারিবারিক পদক্ষেপের সময়।
- যখন কোনো নতুন শিশু যত্ন ব্যবস্থা শুরু করা হচ্ছে।
- ক্রিভ থেকে বিছানায় পরিবর্তনের সময়।

- যখন মা তার নির্ধারিত তারিখের কাছাকাছি থাকে বা সম্প্রতি নতুন বাচ্চা হয়েছে।

- কোনো বড় অসুখ, সাম্প্রতিক মৃত্যু, বা অন্য কোনও পারিবারিক সংকট হয়েছে।

যদি আপনার সন্তান প্রস্তুত মনে হয়, তাহলে আমাদের [টয়লেট লার্নিং](#) নিবন্ধ এবং অতিরিক্ত সহায়তার জন্য আপনার HealthySteps বিশেষজ্ঞকে জিজ্ঞাসা করুন। যদি আপনার শিশু প্রস্তুত নয় বলে মনে হয় কিন্তু আপনি তার জন্য আগ্রহী হন, তাহলে আপনার HealthySteps বিশেষজ্ঞের সাথে এটি নিয়ে আলোচনা করুন।

