

如厕准备



我的孩子准备好学习如厕了吗？

24 至 30 个月大的儿童可以从身体上控制他们的肠道和膀胱。你的幼儿需要这项技能才能使用厕所。但孩子也必须在心理上做好准备。一些孩子在 24 个月大的时候就准备好了，而另一些孩子直到 3 岁甚至更大的时候才准备好。

当你的孩子出现以下情况时，就准备好学习使用马桶：

- 保持尿布和衣服干爽至少两个小时。
- 模仿主要照顾者的如厕行为。
- 能遵循简单的指令。
- 清楚如何走路，上下拉裤子，在一些帮助下坐上马桶或起身。
- 注意他们何时穿尿布（你的孩子可能会去另一个房间或者在桌子下面）。

最重要的是你的孩子对使用小马桶表现出兴趣。他们可能会告诉你他们想上厕所或穿“大小孩”内裤。或者他们可能会说自己想“像爸爸一样”去洗手间。

什么时候不要开始学习如厕

有些东西会妨碍马桶的正常使用。例如，当孩子正在经历巨大的变化时，等待可能是最好的。通常不适合开始如厕的常见家庭变化包括：

- 即将到来或最近的搬家。
- 开始新的托儿安排。
- 从婴儿床换成床。
- 妈妈快到预产期或刚生了一个宝宝。
- 重大疾病、近期有人去世或任何其他家庭危机。

扫描以获取更多信息



如果孩子似乎准备好了，请向你的 HealthySteps 专家咨询我们的[如厕学习](#)一文和其他支持。如果你的孩子似乎还没有准备好，但你希望他们准备好，与你的 HealthySteps 专家讨论这个问题。