

## Weg von der Windel

Wann ein Kind keine Windeln mehr benötigt, hängt von seiner individuellen körperlichen Reife ab. Frühes Töpfchentraining im ersten Lebensjahr bringt nichts. Reifung lässt sich nicht durch Training beeinflussen. Wichtige Voraussetzung damit ein Kind sauber und trocken wird ist, neben dem Wahrnehmen des Drangs der Blasen- und Darmentleerung, die Eigeninitiative des Kindes. Es ist sinnvoll die Sauberkeitserziehung erst dann zu beginnen, wenn ein Kind zu verstehen gibt, dass es sauber und trocken werden will. Bei den meisten Kindern ist das zwischen 18 und 36 Monaten. Wenn Eltern auf die Signale des Kindes eingehen, klappt es mit der Sauberkeitserziehung am schnellsten.

Signale:

- Kind zieht sich zum „Gaggi“ machen zurück
- Hält beim Spielen inne
- Sagt, wenn etwas in der Windel ist
- Zeigt am WC Gang der Eltern Interesse
- Möchte sehen, was in der Windel ist

Eltern haben bei der Sauberkeitserziehung eine wichtige Vorbildfunktion. Sie sollen ihr Kind zuschauen lassen, wenn sie selber zur Toilette gehen. Dies spornt das Kind an, sein Geschäft wie die Grossen zu verrichten. Ziehen sie ihrem Kind Kleider an, welche sie auch selber schnell und einfach ausziehen kann. Zum Beispiel ist eine Hose mit einem elastischen Bund einfacher in der Handhabung als eine Latzhose.

Einige Kinder fühlen sich auf dem „Töpfchen“ wohl, andere wollen lieber wie Mama und Papa das WC benutzen. Hier sind ein Sitzverkleinerer und ein Schemel wertvolle Hilfsmittel. Kinder können ihre Blase und ihren Darm nicht auf Kommando entleeren. Geben sie ihrem Kind Zeit. Lassen sie Toilettenrituale, wie etwa Bilderbücher lesen, zu. Vermeiden sie zu lange ergebnislose Sitzungen. Das Kind vergisst sonst, wozu Toilette oder Töpfchen eigentlich nötig sind. Zwingen sie es nicht, sitzen zu bleiben. Damit die Sauberkeitserziehung von Erfolg geprägt ist, empfiehlt es sich die Kinder tagsüber nur eine kurze Zeit ohne Windeln zu lassen. Die meisten Kinder schaffen es ein paar Stunden ohne Windeln zu sein. Versuchen sie ihr Kind zirka 10- 20 Minuten nach dem Morgenschoppen auf die Toilette oder Topf zu setzen.

Rückschläge sind normal. Schimpfen sie nicht mit ihm, wenn es ab und zu in die Hose macht. Das ist normal. Kinder sind beim Spiel abgelenkt oder vergessen es. Nehmen sie lieber Ersatzkleider mit. Ein Kind versteht nicht, wenn es eigentlich trocken wäre, für unterwegs aber wieder Windeln anziehen muss. In der Regel erlangen die Kinder zuerst tagsüber die Kontrolle über ihren Darm und ihre Blase. Die meisten Kinder werden im 4. Lebensjahr auch nachts trocken. Sie sollten das Kind nachts nicht wecken, um es auf den Topf zu setzen. Es wird auf diese Weise nicht schneller trocken.

Hygiene ist von Anfang an wichtig. Kinder brauchen am Anfang noch Hilfe beim Abwischen. Mädchen müssen lernen, von der Scheide Richtung After zu putzen, damit keine Keime in die Scheide oder Harnröhre gelangen.

Eine gute Hygiene kann auch dazu beitragen, Hautirritationen am After vorzubeugen. Achten sie darauf, dass ihr Kind nach jedem Töpfen- oder Toilettengang die Hände mit Seife wäscht.