**Как отучить ребенка от памперсов?**

У детей в возрасте от 18 месяцев начинает контролироваться работа прямого кишечника и мочевого пузыря, соответственно с данного возраста проще всего отказаться от памперсов. Причем система отказа довольно проста:

1. С самого утра необходимо исключить использование памперса.
2. Периодически предлагать ребенку сходить на горшок.
3. Если днем ребенок готов отказаться от подгузников, то стоит начать отказываться от них ночью.

**Как понять, что ребенок готов отказаться от памперсов?**

1. Мочеиспускание происходит через конкретные промежутки времени. То есть, отмечается некий «режим» (например, после сна, после еды, после прогулки).
2. Ребенок способен сам снять свои штанишки.
3. Ребенок ставит родителей в известность, когда желает сходить в туалет – жестами, звуками, и проч.
4. Ребенок понимает слова-сигналы связанные с туалетом.
5. Ребенок демонстрирует недовольство переполненным или перепачканным подгузником, а также мокрыми колготками.
6. Памперс регулярно остается сухим даже после 2-3 часов носки (если до сих пор используется).
7. Ребенок интересуется горшком, постоянно присаживается на него, а также усаживает на него и свои игрушки.
8. Ребенок постоянно стягивает подгузник или активно протестует против его надевания (если до сих пор используется).

**Как делать не нужно**

1. Сажать ребенка на горшок, если он сопротивляется, не в настроении и проч. Диктат здесь не поможет, а только усугубит проблему и затянет избавление от подгузников.
2. Ругать кроху за мокрые штаны и постель.
3. Укладывать малыша к себе в постель.
4. Надевать подгузник посреди ночи, если вы устали менять штаны и пеленки.
5. Заводить будильник и каждые 2-3 часа, чтобы сходить на горшок.

**Желаем вам удачи!**