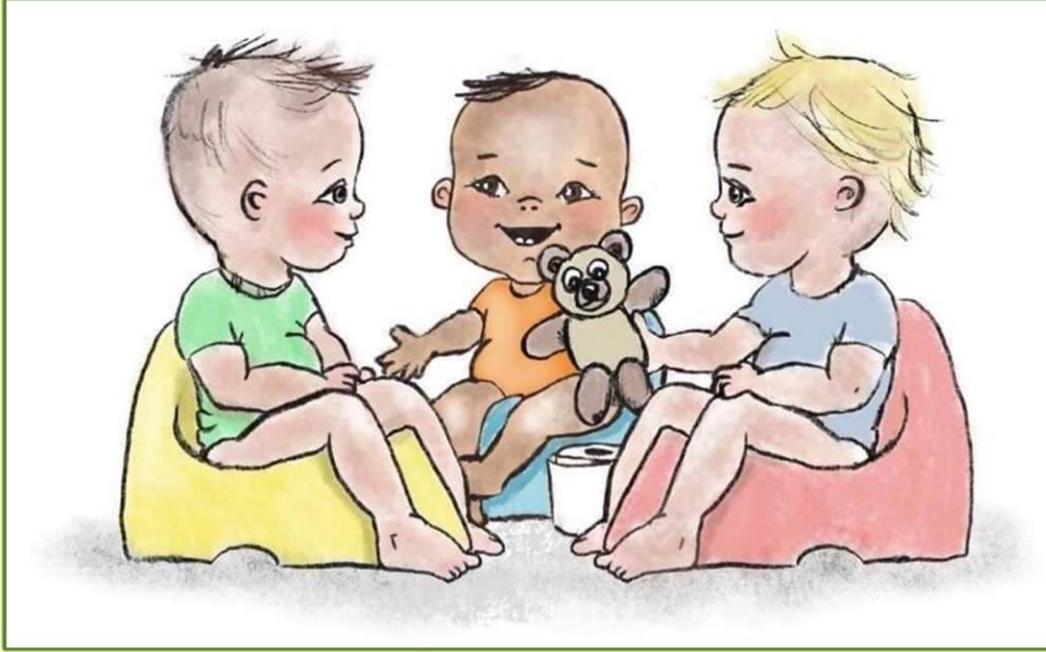


أطفال من دون حفاضات في وقت ابكر!



دعم الفطام من الحفاضات في المنزل والحضانة

نحن نعمل من اجل ان يصبح الأطفال خاليين من الحفاضات في وقت مبكر عن اليوم.

إنجريد إنغدال ومارغريتا بليانو وتريز ساكسو

اوميب السويدية بدعم من اكااديمية إنوريس السويدية



اليوم يرتدي الأطفال الحفاضات لفترة أطول بكثير من ذي قبل.
في سبعينيات القرن الماضي، كان الأطفال في السويد بدون
حفاضات في سن الثانية، ويبلغ متوسط العمر اليوم ٣،٥ سنوات
خلال النهار و ٤ سنوات خلال الليل.



هذا ليس جيداً للأطفال وليس مستداماً

ان تعلم التحكم في البول والتبرز لا يقل أهمية عن أي روتين اخر يتعلمه الطفل، فهو
حاجة أساسية.

وفقاً لاتفاقية الأمم المتحدة لحقوق الطفل، للأطفال الحق في التنمية والصحة. يجب ان يكون الأطفال
الذين يحتاجون مؤقتاً الى مزيد من الدعم مصمماً وفقاً لاحتياجاتهم وظروفهم الخاصة، على سبيل
المثال ليصبحوا خاليين من الحفاضات.



الأطفال جاهزون مبكراً

نحن نعلم اليوم ان نضج الطفل لا يحتاج الى أنتظار. في البلدان التي لا تتوفر فيها الحفاضات، يجف
الأطفال مبكراً، قبل السنة الأولى من العمر. يمنع الكثير من مشاكل الأمعاء والمثانة مثل الإمساك.



تقليل جبل الحفاضات وحماية البيئة وتوفير المال!

الحفاضات التي تستخدم لمرة واحدة ليست قابلة للتسميد ولكن يتم فرزها كنفائات متبقية وبالتالي فهي مشكلة للبيئة. اليوم تكلف الحفاضات مايقارب ال ٢٠٠٠٠ كرونة سويدية للطفل الواحد.

كيف نفعل ؟

- يمكن ادخال القصريه في وقت مبكر، على سبيل المثال في حوالي ستة اشهر.
- يفضل ان تبدأ بالفعل عندما يستطيع الأطفال الجلوس على القصريه، قبل ان يتمكنوا من النهوض والمغادرة.
- دع الأطفال يجلسون على القصريه عدة مرات في اليوم بملابس او يدون ملابس.
- باستخدام القصريه، يحصل الطفل تلقائياً على وضع الجلوس الصحيح، القرفصاء والساقين متباعدين.
- انتبه الى إشارات الطفل وساعده على استخدام القصريه.
- دع الطفل يجلس على القصريه بانتظام عند الخروج، والدخول الى المنزل، بعد الطعام والنوم.
- حاولي ان تجعلي وقت المرحاض وقتاً منتظماً وممتعاً ربما بمساعدة بعض الكتب الصغيرة او اغنية او لعبة خاصة او قصة خيالية.
- استفد من رغبة الطفل في التقليد، فالآباء والاشقاء الأكبر سنًا هم قدوة في المنزل وفي الحضانة هم الأطفال الاخرون.





أطفال من دون حفازات في وقت ابكر يجلب العديد من الفوائد للأطفال، للعائلات، لدور الحضانة، للرعاية الصحية، للاقتصاد وللبيئة.

القطام المبكر والمحسن من الحفازات له عواقب إيجابية على الأطفال والاسر والبيئة ويؤدي الى انخفاض تكاليف المنزل والحضانة. لذلك يمكن اعتبار القطام المبكر أولوية ملحة تساهم أيضا في خلق مجتمع مستدام. هذا المجلد مخصص للمنازل ودور الحضانة ورعاية الأطفال ودور الحضانة المفتوحة ومراكز الاسرة. نأمل ان يساهم هذا المجلد في المناقشات حول القطام من الحفازات، مما قد يؤدي الى تغيير العادات لصالح الطفل.



Svenska OMEP
www.omep.org.se



Svenska Enuresakademien
www.svenskaenures.se

اوميب السويدية هي منظمة دولية ذات مصلحة دولية تعمل من اجل المصالح الفضلى للأطفال مع مراعاة الاعمار من ٠ - ٨ سنوات.

تم دعم للمجلد من قبل أكاديمية اينيروس السويدية، وهي مجموعة من الخبراء تعمل مع أسئلة حول مشاكل المسالك البولية عند الأطفال.

© Svenska OMEP och författarna www.omep.org.se Översättni Saidounie Matloub
المصور: Maria Lyberg, [instagram.com/ritlivet](https://www.instagram.com/ritlivet)