

# Sẵn Sàng Đi Vệ Sinh



CHĂM SÓC NHI KHOA • HỖ TRỢ • NUÔI DẠY CON CÁI  
Một Chương Trình thuộc ZERO TO THREE

## CON TÔI ĐÃ SẴN SÀNG HỌC ĐI VỆ SINH CHƯA?

Trẻ có thể kiểm soát được ruột và bàng quang của mình trong độ tuổi từ 24 đến 30 tháng. Trẻ mới tập đi của quý vị cần kỹ năng này để có thể đi vệ sinh. Nhưng con quý vị cũng cần phải sẵn sàng về mặt cảm xúc. Một số trẻ sẵn sàng khi được 24 tháng tuổi, một số trẻ khác phải đến 3 tuổi hoặc lớn hơn thì mới sẵn sàng.

### Con quý vị đã sẵn sàng học cách đi vệ sinh khi chúng:

- Giữ khô ít nhất hai giờ một lần.
- Bắt chước hành vi đi vệ sinh của người chăm sóc chính.
- Có thể làm theo các chỉ dẫn đơn giản.
- Biết cách đi lại, kéo quần lên và xuống, có thể ngồi và đứng dậy khỏi bô thông qua trợ giúp.
- Có khả năng phát hiện khi đi vào tã (con quý vị có thể di chuyển sang phòng khác hoặc chui xuống gầm bàn)

Điều quan trọng nhất đó là con quý vị tỏ ra thích thú với việc sử dụng bô. Trẻ có thể cho quý vị biết bằng cách nói rằng chúng muốn đi vệ sinh hoặc mặc tã chống tràn. Hoặc trẻ có thể nói rằng chúng muốn đi “giống Ba”

## KHI NÀO KHÔNG NÊN BẮT ĐẦU HỌC ĐI VỆ SINH

Một số điều có thể cản trở việc đi vệ sinh thành công. Ví dụ: khi trẻ đang trải qua một sự thay đổi lớn thì tốt nhất là nên chờ đợi. Những thay đổi phổ biến trong gia đình thường không phải là thời điểm thích hợp để bắt đầu đi vệ sinh bao gồm:

- Gia đình sắp hoặc mới chuyển nhà.
- Bắt đầu sắp xếp chăm sóc trẻ mới.
- Chuyển từ nôi sang giường.

QUÉT ĐỂ BIẾT THÊM  
THÔNG TIN



- Khi mẹ sắp đến ngày dự sinh hoặc mới sinh con.
- Trong gia đình có người bị bệnh nặng, mới qua đời hoặc bất kỳ khủng hoảng gia đình nào khác.

Nếu con quý vị có vẻ đã sẵn sàng, hãy hỏi Chuyên Gia HealthySteps của quý vị để được cung cấp thông tin về [Học Đi Vệ Sinh](#) cũng như nhận hỗ trợ thêm. Nếu con quý vị có vẻ như chưa sẵn sàng nhưng quý vị lại mong muốn trẻ sẵn sàng, hãy trao đổi với Chuyên Gia HealthySteps của quý vị.