



Doctor
Zaure
Zhanabay

Баланы Дұрыс Тосу

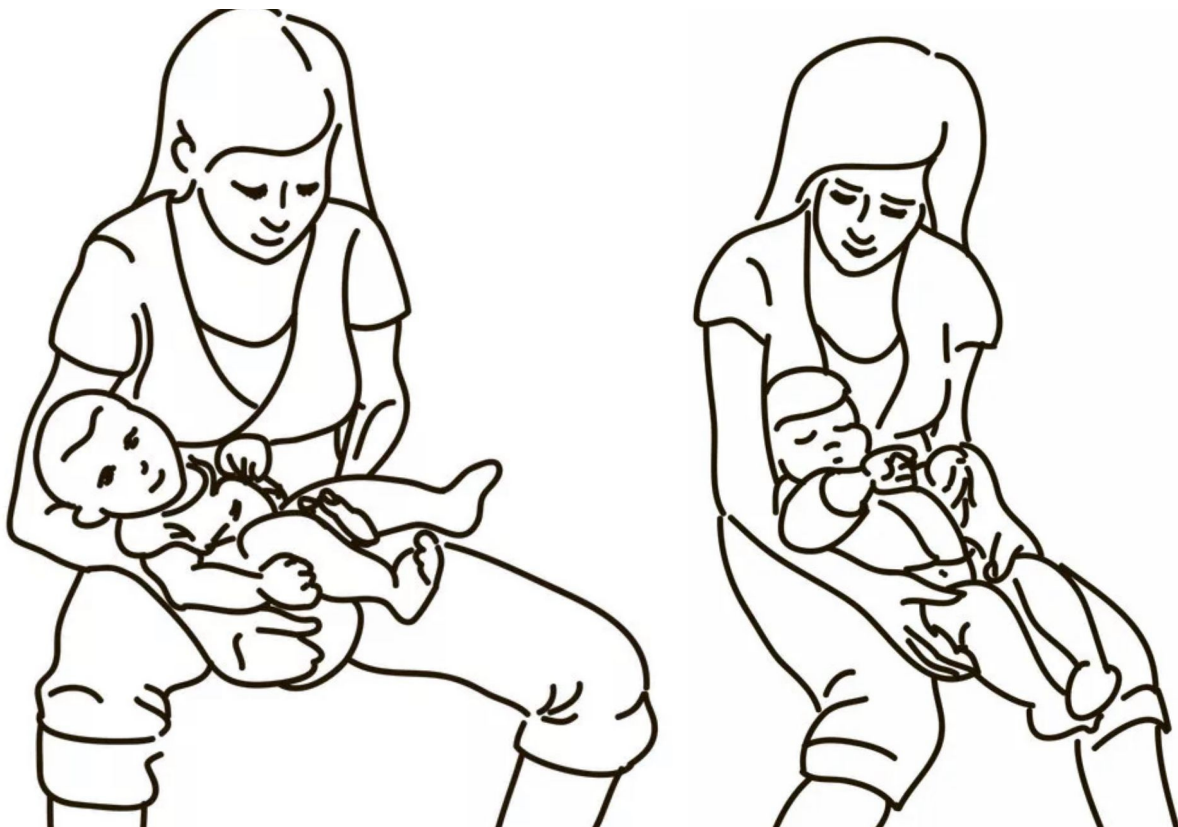
ЗАУРЕ ЖАНАБАЙ



Байқасаңыздар, жаңа туған нәрестелер ешқандай себепсіз жиі жылайтындай көрінеді, кейін олардың жіберіп қойғанын немесе үлкен дәретке шығып, сол үшін мазасызданып жылағанын сеземіз, содан кейін бала жылауын қояды. Шын мәнісінде солай. Балаға ыңғайсыз және ол әлі қай бұлшықетті жиырып-босату керектігін және ішектер мен қуығын қалай босату керектігін білмегендіктен ауырсыну сезімі туады. Соның салдарынан ол әуелі жылап, кейін «әлгі шаруаны» бітірген соң басылады.

Баланы тосу – бұл баланың табиғи қажеттіліктерін қайда жіберуге болатынына көмектесу. Яғни бұл дегеніміз – баланы үлкен немесе кіші дәреті шаруасын бітіру үшін табаққа, ваннаға/раковинаға ұстап тұру арқылы оның берген сигналдарын қағып алу. Тосқан уақытта анасы нәрестеге несеп шығару және дефекация рефлекстері жылдамырақ жұмыс істейтін және физиологиялық функцияларды айтарлықтай жеңілдететін позада ұстауға көмектеседі.

Баланы тосу нәрестенің табиғи қажеттіліктерін өтеу үшін қиындық емес, керісінше ыңғайлы болуы үшін екендігінің маңыздылығын түсінген дұрыс. Баланың жағдайында тізесі құйрығынан жоғары болған кезде кіші жамбастың барлық сфинктері босаңсып, бала ешқандай ауырсынусыз және кедергісіз несеп шығаруға немесе дефекацияға мүмкіндік береді. Мысалы, ересектер үшін еңкейіп отыру физиологиялық бөліністердің шығуына ең ыңғайлы поза болып табылады.



Сонымен бірге, тосу дегеніміз баланы түбекке(горшок) үйрету емес. Бұл жаста баланы бір нәрсеге үйретуге логикасы дамымаған. Бұл ата-анасы мен балаға оның іш ауыруын азайту мен жөргектерді көп қолданбау үшін жасалатын практика болып табылады.

Ингрид Бауэрдің «Жизнь без подгузников» деп аталатын кітабында баланы тосудың басқа да көптеген әдістері көрсетілген.

Баланың ұйқы және сергек ритмін бақылап және оны зерттеу керек. Әдетте бала ұйқысынан оянған кезде кіші дәретке бару рефлексі оянады. Бірақ ұйқыдан оянғаннан кейінгі сәбидің дәретке бару уақытының аралығы әр балада әр түрлі болып келеді. Көптеген аналар өз балаларының кіші дәретке немесе дефекацияға баратын уақытын дер кезінде ұстай алады.

Баланы тосуды бала өмірінің 3-аптасынан бастауға болады. Бала тосардың алдында оның астыңғы дене бөлігі киімдерін шешіп, ыңғайлы позада отырғызу керек. Баланы аяғынан сипап немесе әңгіме айтып, қолдау көрсеткеніңіз дұрыс.

Менің анам бауырларымды туғаннан бастап тоса бастағаны есімде және анам бұл процесті дәл болжап, сәтті аяқтайтын. Осының арқасында олардың жөргектері үнемі таза болып тұратын. Бірақ бұл әдісті мен көп қолданбадым. Тек арасында ғана.