

WEE GAME™

Οδηγός για Γονείς



# Εισαγωγή

Προτού ξεκινήσετε τη διαδικασία κένωσης της κύστης θα πρέπει να λάβετε αναλυτικές οδηγίες από κάποιον επαγγελματία υγείας.

## Παίξε και μάθε

Καθώς μεγαλώνει το παιδί σας, θέλει όλο και πιο πολύ να είναι ανεξάρτητο. Αυτό είναι απόλυτα φυσιολογικό. Μπορεί ήδη να δείχνει σημάδια που να δηλώνουν ότι θέλει να πάρει τον έλεγχο της ζωής της, συμπεριλαμβανομένης και της στιγμής που βρίσκεται στην τουαλέτα. Ενθαρρύνετε την σε αυτό, θα είναι πιο εύκολο για εκείνη καθώς μεγαλώνει να έχει τις ίδιες συνήθειες που έχουν και τα άλλα παιδιά της ηλικίας της.

Έτσι, όταν αισθανθεί έτοιμη, μπορείτε να της δείξετε πώς να κενώνει την κύστη μόνη της. Το Wee Game™ έχει φτιαχτεί ώστε να βοηθήσει εσάς και το παιδί σας προς αυτή την κατεύθυνση με έναν πιο διασκεδαστικό τρόπο. Είναι εύκολο στη χρήση και καθώς το παιδί σας εξοικειώνεται, μπορεί να γίνει ακόμα πιο συναρπαστικό.

# Συμβουλές για γονείς

## Να της δείχνετε εμπιστοσύνη

Το παιδί σας καταλαβαίνει πότε του δείχνετε εμπιστοσύνη. Δείξτε της ότι πιστεύετε σε αυτήν και ότι μπορεί να το κάνει μόνη της.

## Να έχετε υπομονή

Χρειάζεται χρόνο για να μάθει να κενώνει την κύστη της. Αλλά αξίζει να διαθέσετε λίγο ακόμα χρόνο ώστε να μάθει να το κάνει σωστά.

## Ενθαρρύνετέ την

Βοηθήστε το παιδί σας να σκέφτεται θετικά. Επιβραβεύστε την όταν μαθαίνει κάτι και υπενθυμίστε της ευγενικά κάτι που έχει ξεχάσει ή έχει κάνει λάθος.

## Δείξτε της τί πρέπει να κάνει

Πριν ξεκινήσετε να μάθετε τη διαδικασία στο παιδί σας, βεβαιωθείτε ότι την γνωρίζετε τόσο καλά που θα μπορούσατε να την κάνετε και μόνοι σας.

# Τι είναι το Wee Game™;

Το Wee Game™ είναι ένα σετ καρτών με τις οποίες μπορείτε να μάθετε στο παιδί σας πώς να κενώνει την κύστη του. Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε τις κάρτες με διάφορους τρόπους ώστε να παίξετε διαφορετικά παιχνίδια ανάλογα με την ηλικία και την επιδεξιότητα του παιδιού σας.

## **Περιεχόμενα παιχνιδιού**

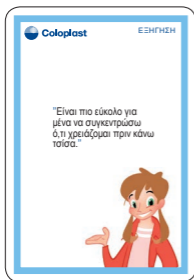
Το παιχνίδι αποτελείται από τρία σετ των εννέα καρτών.

Για κάποια από τα βήματα του παιχνιδιού υπάρχουν κάρτες για δύο καθετήρες, τον SpeediCath και τον SpeediCath Compact. Χρησιμοποιείστε τις αντίστοιχες κάρτες ανάλογα με τον καθετήρα που χρησιμοποιείτε.



## 9 κάρτες με “Εικόνες”

Απλά σχέδια που δείχνουν βήμα προς βήμα τη διαδικασία κένωσης της κύστης.



## 9 κάρτες με “Εξηγήσεις”

Απλές επεξηγήσεις κάθε βήματος της διαδικασίας που ταιριάζουν με τις κάρτες “Εικόνες”.



## 9 κάρτες με “Ερωτήσεις”

Ερωτήσεις που αναδεικνύουν γιατί είναι σημαντικό το κάθε βήμα.

# Πώς παίζεται το Wee Game™

## Αρχικό στάδιο

### Βάλε στη σωστή σειρά

Δείξτε τις κάρτες με τις εικόνες και εξηγήστε της κάθε βήμα.

Ας προσπαθήσει να τοποθετήσει τις κάρτες με τις εικόνες μόνη της στη σωστή σειρά.

## Συμβουλές

- Ξεκινήστε με τα πρώτα 1-2 βήματα.
- Όταν καταλάβει όλα τα βήματα τοποθετήστε τις κάρτες σε λάθος σειρά.



## Μεσαίο στάδιο

### Αντιστοιχίστε τις κάρτες

Όταν δείτε ότι το παιδί σας καταλαβαίνει τη σωστή σειρά των βημάτων της διαδικασίας, μπορείτε να δοκιμάσετε ένα νέο παιχνίδι.

Αντιστοιχίστε τις κάρτες με τις “Εξηγήσεις” με τις σωστές κάρτες με τις “Εικόνες”.

#### Παράδειγμα:

**Κάρτα με εξήγηση:** “Είναι σημαντικό να μη μεταδίδω μικρόβια αφού τελειώσω τα τσίσα.”

**Κάρτα με εικόνα:** Η κάρτα που δείχνει “πλύσιμο χεριών”.

## Συμβουλές

- Μπορείτε να διαβάσετε εσείς την κάρτα με την εξήγηση ή να την αφήσετε να τη διαβάσει μόνη της.
- Επιλέξτε να της διαβάσετε τις κάρτες με “Εξηγήσεις” που τη δυσκολεύουν περισσότερο.
- Κάντε το παιχνίδι ακόμα πιο ενδιαφέρον προτείνοντας κάποιον λάθος συνδυασμό.
- Κάντε το παιχνίδι πιο εύκολο δείχνοντας στο παιδί σας 2 ή 3 πιθανούς συνδυασμούς, που μόνο ο ένας να είναι σωστός.

# Πώς παίζεται το Wee Game™

## Προχωρημένο στάδιο Απάντησε στην ερώτηση

Όταν το παιδί σας μπορεί να αντιστοιχίσει σωστά τις κάρτες “Εικόνες” με τις κάρτες “Εξηγήσεις” μπορείτε πλέον να παίξετε και με τις κάρτες “Ερωτήσεις”.

Διαβάστε στο παιδί σας την ερώτηση από μια κάρτα “Ερώτηση”. Εκείνο πρέπει να βρει τη σωστή απάντηση από τις κάρτες “Εικόνες” και από τις κάρτες “Εξηγήσεις”.

### Παράδειγμα:

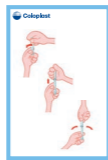
**Κάρτα με ερώτηση:** “Γιατί πρέπει να πλένεις τα χέρια σου αφού τελειώσεις τα τσίσα;”

**Σωστή απάντηση:** Κάρτα με εξήγηση: “Είναι σημαντικό να μη μεταδίδω μικρόβια αφού τελειώσω τα τσίσα” η οποία συνδυάζεται με τη κάρτα από τις “Εικόνες” που δείχνει να πλένει τα χέρια της.



## Συμβουλές

- Μπορείτε να διαβάσετε τις κάρτες με τις “Εξηγήσεις” εσείς ή να αφήσετε το παιδί σας να τις διαβάσει.
- Αν το παιδί σας μπορεί να διαβάσει, μπορείτε να κάνετε το παιχνίδι λίγο πιο δύσκολο διαβάζοντας τις κάρτες με τις “Εξηγήσεις” εσείς πρώτα και ζητώντας από το παιδί σας να βρει την αντίστοιχη ερώτηση.
- Επιλέξτε να της διαβάσετε τις κάρτες με “Εξηγήσεις” που τη δυσκολεύουν περισσότερο.
- Κάντε το παιχνίδι ακόμα πιο ενδιαφέρον προτείνοντας κάποιον λάθος συνδυασμό.
- Κάντε το παιχνίδι πιο εύκολο δείχνοντας στο παιδί σας 2 ή 3 πιθανούς συνδυασμούς, που μόνο ο ένας είναι σωστός.





## Βήμα 1

Κάρτα με "Εικόνα": (2 περιπτώσεις)  
Δείχνει τον καθετήρα SpeediCath/SpeediCath Compact, το σαπούνι και τις γάζες, συγκεντρωμένα όλα μαζί.

Κάρτα με "Εξήγηση": "Είναι πιο εύκολο για εμένα να συγκεντρώσω ό,τι χρειάζομαι πριν κάνω τσίσα."

Κάρτα με "Ερώτηση": "Γιατί είναι σημαντικό να ξεκινήσεις συγκεντρώνοντας αρχικά ό,τι σου χρειάζεται;"

## Βήμα 2

Κάρτα με "Εικόνα": Δείχνει το πλύσιμο των χεριών.

Κάρτα με "Εξήγηση": "Είναι σημαντικό να έχω πλύνει τα χέρια μου πριν κάνω τσίσα, έτσι δε θα μπουν μικρόβια στην κύστη μου."

Κάρτα με "Ερώτηση": "Γιατί πρέπει να πλένεις τα χέρια σου πριν κάνεις τσίσα;"

## Βήμα 3 (2 περιπτώσεις)

### Πρώτη Περίπτωση

Κάρτα με “Εικόνα”: Δείχνει να ανοίγει τη συσκευασία του SpeediCath.

Κάρτα με “Εξήγηση”: “Κολλάω τη συσκευασία του καθετήρα σε σημείο που να τον φτάνω. Την ανοίγω τραβώντας προς τα κάτω τον δακτύλιο.”

Κάρτα με “Ερώτηση”: “Τί πρέπει να κάνεις με τον καθετήρα πριν κάνεις τσίσα;”

### Δεύτερη Περίπτωση

Κάρτα με “Εικόνα”: Δείχνει τις 3 κινήσεις που απαιτούνται για το άνοιγμα της συσκευασίας του SpeediCath Compact.

Κάρτα με “Εξήγηση”: “Κρατάω τον καθετήρα όρθιο. Σπάω τη διαφανή προστατευτική ταινία στρέφοντας τα δύο μέρη του καθετήρα προς την αντίθετη φορά. Τραβάω τα δύο μέρη έως όπου δω να εμφανίζεται το σημείο που ενώνονται. Θα αισθανθώ μια μικρή αντίσταση και ο καθετήρας τότε θα έρθει στην θέση που πρέπει. Τέλος λυγίζω το πάνω μέρος σιγά σιγά πίσω-μπρός για να ελευθερώσω τον καθετήρα.”

Κάρτα με “Ερώτηση”: “Τί πρέπει να κάνεις με τον καθετήρα πριν κάνεις τσίσα;”

## **Βήμα 4**

Κάρτα με “Εικόνα”:

Δείχνει το κοριτσάκι να κάθεται στην τουαλέτα με κατεβασμένα τα εσώρουχα.

Κάρτα με “Εξήγηση”:

”Κάθομαι άνετα στην τουαλέτα. Θα με διευκολύνει να προετοιμαστώ για να κάνω τσίσα.”

Κάρτα με “Ερώτηση”:

”Πού πρέπει να κάθεται όταν ετοιμάζεσαι να κάνεις τσίσα σου;”

## **Βήμα 5**

Κάρτα με “Εικόνα”:

Δείχνει να καθαρίζει την περιγεννητική περιοχή.

Κάρτα με “Εξήγηση”:

”Καθαρίζω με νερό το πιπί μου πριν κάνω τσίσα. Είναι σημαντικό να το πλένω με φορά από μπροστά προς τα πίσω. Αν στερεώσω ένα καθρεφτάκι στο πόδι, θα είναι πιο εύκολο για εμένα.”

Κάρτα με “Ερώτηση”:

”Πώς πρέπει να καθαρίζεις το πιπί σου πριν κάνεις τσίσα; ”

## **Βήμα 6**

Κάρτα με “Εικόνα”:

Δείχνει να εισάγει τον καθετήρα SpeediCath/ SpeediCath Compact (με βέλος προς τα μέσα).

Κάρτα με “Εξήγηση”:

”Βάζω σιγά σιγά και απαλά τον καθετήρα μέσα στην τρυπούλα έως ότου δω να βγαίνουν τα τσίσα. Μετά σπρώχνω λιγάκι ακόμα.”

Κάρτα με “Ερώτηση”:

”Πώς θα αδειάσεις την κύστη σου από τα τσίσα;”

## Βήμα 7

- Κάρτα με “Εικόνα”:  
Ίδια εικόνα με βήμα 6, απλά δείχνει τον καθετήρα να βγαίνει (με βέλος προς τα έξω).
- Κάρτα με “Εξήγηση”:  
”Τραβάω σιγά σιγά προς τα έξω τον καθετήρα. Σταματώ αν δω να βγαίνουν ακόμα τσίσα.”
- Κάρτα με “Ερώτηση”:  
”Πόσο γρήγορα βγάζεις τον καθετήρα από την κύστη;”

## Βήμα 8

- Κάρτα με “Εικόνα”:  
Δείχνει πλύσιμο χεριών.
- Κάρτα με “Εξήγηση”:  
”Είναι σημαντικό να μη μεταδίδω μικρόβια αφού τελειώσω τα τσίσα.”
- Κάρτα με “Ερώτηση”:  
”Γιατί πρέπει να πλένεις τα χέρια σου αφού τελειώσεις τα τσίσα;”

## Βήμα 9

- Κάρτα με “Εικόνα”:  
Δείχνει ένα ευτυχισμένο κοριτσάκι!
- Κάρτα με “Εξήγηση”:  
”Μπράβο! Κατάφερα να κάνω τσίσα μόνη μου!”
- Κάρτα με “Ερώτηση”:  
”Γιατί πρέπει να αισθάνεσαι περήφανη;”

Στην ιστοσελίδα μας [www.coloplast.gr](http://www.coloplast.gr) θα βρείτε βίντεο με οδηγίες που εξηγούν πώς μπορεί να καθετηριαστεί το παιδί σας μόνο του.

Η Coloplast ευχαριστεί όλους τους επαγγελματίες υγείας, τους γονείς και τα παιδιά που συνέβαλαν στη δημιουργία αυτού του υλικού.



**Coloplast**

Αναστάσιος Μαυρογένης Α.Ε.  
Γκίωνας 1Α Τ.Κ. 144 51  
Μεταμόρφωση,  
Αττική

e-mail: [info@coloplast.gr](mailto:info@coloplast.gr)  
[www.coloplast.gr](http://www.coloplast.gr)