

# Wie man Windeln trägt, um zu arbeiten!

1. Wähle Kleidung, die deine Windelwölbung gut verdeckt. Locker sitzende Hosen werden auf jeden Fall gut funktionieren. Versuche, sie so dunkel wie möglich zu machen, da es für jemanden schwieriger wäre, den Umriss deiner Windel zu erkennen. Lange Hemden sind schön zu tragen, denn wenn du dich bückst, kannst sie sonst die Rückseite deiner Windel freilegen.

2. Übe zu Hause. Zieh eine frische Windel und deine Arbeitshose an und schau in den Spiegel. Möglicherweise kannst du eine Ausbuchtung der bequemen Polsterung erkennen, aber das ist in Ordnung. Mache sie nass, bis sie mit deiner kleinen Beule geschwollen ist, und überprüfe dann erneut den Spiegel. Wenn es zu dick ist, wähle eine andere Windel und wiederhole den Vorgang, bis du eine Windel findest, die sich beim Einweichen gut unter deiner Kleidung versteckt. Es ist in Ordnung, wenn es eine kleine Ausbuchtung gibt. Ich werde das im nächsten Teil behandeln!

3. **DIESER TEIL IST WICHTIG !!** Nur du weißt, wie es aussieht, wenn du eine Windel trägst, oder wenn du keine Windel trägst. Wenn du also jemand mit einem kleinen zusätzlichen Kissen dort unten siehst, wäre sein erster Gedanke zu denken, daß du genau so bist, wie dein Körper ist. Sie werden nicht denken: „Oh, du trägst eine Windel! Hahaha!“ Sie werden nicht weiter darüber nachdenken, besonders wenn du mit ihnen sprichst. Und ehrlich? Sie werden sich nicht darum kümmern; kein bisschen. Es ist nicht schön, jemanden nach etwas so Privatem zu fragen, und die Leute wollen um jeden Preis unangenehme Situationen vermeiden.

4. Wenn du sie während der Arbeit in deinen Pausen wechseln mußt, tun dies mit Zuversicht! Die meisten Orte hast Einzelkabinen, sodaß du die Tür hinter dir abschließen kannst. Sehe dir den Bereich an und sehe, an welchen Orten du Einzelkabinen hast, in denen du dich umziehen kannst, wenn du mußt. Zumindest kannst du in deinem Auto dich umziehen! Lege dir einfach eine Decke über deinen Schoß und wechsel deine Windel. Das Parken in weiter Ferne oder das Fahren zu einem abgelegeneren Teil des Parkplatzes kann dies viel einfacher und weniger beängstigend machen.

5. Während deiner Schicht würdest du viel herumlaufen, was bedeutet, daß dein Körper das gesamte Wasser verbraucht, das du bisher getrunken hast, was zu gelbem Urin und kleinen Mengen davon führt. Gelber Urin riecht und kann ein wenig auffallen. Ich empfehle daher, tagsüber genügend Wasser zu trinken, damit deine kleinen Benetzungsepisoden hell und nicht dunkel bleiben. Hellgelb ist in Ordnung, aber Dunkelgelb riecht viel mehr als Hellgelb. Versuche also, eine gute Balance zu finden. Jede Windel ist anders, also sehe, was für dich funktioniert!

6. Veränderungen bei der Arbeit können entmutigend sein, muß es aber nicht! Wie ich bereits erwähnt habe, kannst du sie im Auto wechseln oder die Wasseraufnahme regulieren, um sicherzustellen, daß deine Windel während deiner Schicht gerade so nass machst, daß du sie nicht wechseln mußt

7. Beim Gehen brechen Windeln zusammen. Ich schlage vor, vorher die Windel deiner Wahl die du trägst, auszuprobieren, indem du ein wenig durch das Einkaufszentrum (oder irgendwo anders für längere Zeit) gehst und siehst, wie sie hält. Achte darauf, wie sie mit konstanter

Reibung von deinen Beinen umgeht. Wärme kann auch ein Faktor für den Zusammenbruch einer Windel sein. Also: Wenn du weißt, daß eine Windel vier volle Benetzungen verträgt, wechsel bei drittem vollen Benetzen oder wenn sich deine Po-Wangen etwas feucht anfühlen. Dies verhindert, daß diese bösen Lecks auftreten, was deutlich macht, daß du gerade einen Unfall hattest.

8. Vor allem viel Spaß damit! Windeln machen alle besonders; Es ist völlig in Ordnung und cool zu akzeptieren, daß du Windeln liebst! Windeln machen alle glücklich, geben das Gefühl, sicher zu sein, und vor allem fühlst du dich den ganzen Tag und die ganze Nacht geschützt und getröstet. Es ist normal, daß du ganztägig Windeln tragen möchtest, und es ist völlig legal, okay und großartig, wenn du rund um die Uhr Windeln trägst!

aus dem engl. angepaßt übersetzt

<https://www.tumbex.com/diapertrainingashley.tumblr/post/176830308611/how-to-wear-diapers-to-work>

[www.Prollboss.de](http://www.Prollboss.de)