

Sådan forbereder du dit barn til sit hospitalsbesøg

Af: Sine Lyons

Dato: 2. april 2020

I denne artikel fokuserer jeg på, hvordan du bedst muligt kan hjælpe dit barn til at kunne håndtere et hospitalsbesøg.

For alle børn - uanset alder - er forberedelse til et hospitalsbesøg en rigtig god investering.

Det gælder både for læge/sygeplejerske konsultationer, procedurer og undersøgelser.

Er dit barn ordentligt forberedt, føler det sig mindre bange og kan lettere udholde eventuelle smerter.

Målet med forberedelsen bør være, at barnet har kendskab og fortrolighed med alt det, som barnet skal igennem.

En rigtig god forberedelse har flere elementer:

- Grundlæggende forståelse af sygdommen.
- Grundlæggende forståelse for, hvorfor det er vigtigt for barnet at gå igennem det, det nu skal.
- Detaljeret gennemgang af ALT, hvad barnet kommer til at opleve i kronologisk rækkefølge. Gerne med lægeredskaber/legelægeting, så som stase, nål, sprøjte, maske mm. Du kan få hjælp og inspiration til at sammensætte et forløb med billeder her:

<http://hospitalsbarn.dk/foto/>

I en detaljeret gennemgang af at skulle have taget en blodprøve er et del-element fx det at have stase på. Det kan dit barn lege med og øve sig på hjemmefra. At dit barn selv kan tage den på, stramme den og også selv løsne den er alt sammen med til at give dit barn en øget følelse af at blive inddraget og få kontrol.



Du kan som forælder nå rigtig langt ved at **forebygge og behandle dit barns stress, angst og traumer hjemme**. I langt de fleste tilfælde er det ikke svært – men det kræver en stor indsats og ikke mindst tålmodighed!

Du kan finde mere viden og inspiration i bogen KRONISK og længerevarende SYGE BØRN – På hospital og hjemme i familien her <https://www.hospitalsbarn.dk/bog/>

Eller se flere af vores artikler her: <https://hospitalsbarn.dk/udgivelser/>