

Hvordan forbereder jeg mit barn til blodprøve?

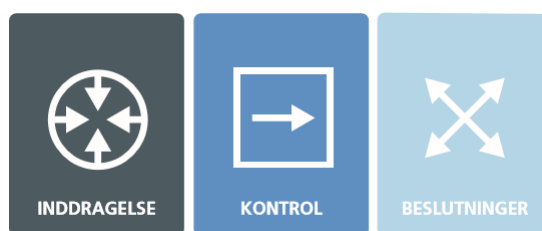
Af: Sine Lyons

Dato: 17. juni 2020

Der er mange måder, du kan hjælpe dit barn til at blive en kompetent patient. I denne artikel vil jeg vise, hvordan du kan forberede dit barn til fx en blodprøve.

Inden jeg gør det, vil jeg introducere tre begreber, som er tæt forbundet med næsten alt, hvad man bør gøre i praksis, når man har et barn med en kronisk eller længerevarende sygdom – nemlig inddragelse, kontrol og beslutninger.

Beslutninger og kontrol går hånd i hånd med **inddragelse** – IKB-modellen. De er alle afhængige af hinanden for at barnet får den bedst mulige oplevelse i en svær situation. For forældre er de alle tre håndtag, der kan skrues op eller ned for i forsøget på at støtte barnet bedst muligt. For barnet udmøntes det i de kompetencer, som barnet har brug for at kunne og allerhelst mestre. For at du kan hjælpe dit barn til at blive én som mestrer, bliver du nødt til at inddrage dit barn. Det betyder, at du sammen med dit barn må finde ud af, hvad der er vigtigt for netop dit barn. Det at barnet bliver og føler sig inddraget i sin egen sygdom er en væsentlig beskyttende faktor.



IKB-modellen 2019, Sine Lyons

Alle tre er altså nødvendige for, at det syge barn kan være en aktiv deltager – og dermed en gladere patient! Og alle tre er også nødvendige i forhold til raske søskende – de har også brug for at blive inddraget og for at mestre de kompetencer, det kræver at være en robust søskende til et barn med en kronisk sygdom.

Overordnet set kan man tale om, at barnet bør tildeles præcis så mange beslutninger og præcis så meget kontrol, som barnet har brug for, evner og kan kapere på det pågældende tidspunkt. Det er vigtigt, at se inddragelse, beslutninger og kontrol som noget meget dynamisk, som bevæger sig over tid. Der kan én dag være mange beslutninger og meget kontrol, mens det dagen efter kan være meget lidt eller slet ingen. Det at blive inddraget, at træffe beslutninger og have kontrol gør, at man kan mestre en situation. Det er bevægelsen fra at være passiv og én, som der bliver gjort noget ved (som også i høj grad ligger i det at blive traumatiseret – nemlig at være uden mulighed for handling og følelsen af hjælpeløshed), til at være aktiv og være én, som gør det, der er klogest for én selv.

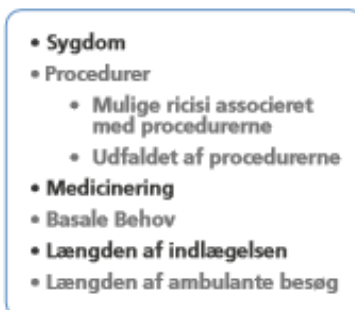
Det er et stort emnefelt, men **FIP-modellen** kan benyttes som støtteværktøj.

FIP-MODELLEN

FASEINDELT FORBEREDELSE



INFORMATION OM



PRAKTISK TRÆNING OG GRUNDIG GENNEMGANG AF



© 2019 Sine Lyons

I denne artikel vil jeg zoome ind på praktisk træning og grundig gennemgang af proceduren "at stikke i en blodåre" – dvs. enten blodprøve eller medicingivning. Det jeg viser nu, kan bruges i alle aldre – også til babyer.

Børn skal ALTID lokalbedøves inden sådanne smertefulde procedurer! Eneste undtagelse er, hvis det er akut!

Grunden til jeg skriver det med fed er, at nogle børn ikke har lyst, fordi de synes, det gør ondt at fjerne plasteret mm. Men det er der mange måder, man kan arbejde med. Har dit barn først haft én dårlig erfaring med at blive stukket, fx fordi han/hun syntes, det gjorde ondt, fordi de ikke blev bedøvet, så har man nu i stedet for et angst barn, og DET kræver virkelig meget tid, tålmodighed og træning at komme rundt om det. Mit bedste råd er, at det at lokalbedøve IKKE er et sted, dit barn skal have kontrol eller mulighed for at træffe beslutning om, men at det er et forælderansvar. Måske efter de er 10 år – men med nøje overvågelse og observation af forældre.

[Men nu i gang med at øve det at stikke i en blodåre.](#)

Inden du går i gang: Fortæl altid dit barn sandheden. Dvs. i det her tilfælde kunne det være "Om 1 uge, skal du på hospitalet og have lavet en genfinding, så vi kan se, om dit medicin virker, som det skal. Jeg vil gerne have, at du er helt klar, og derfor skal vi øve det".

1. Giv dit barn **stase** på eller lad også gerne dit barn selv sætte den på (K+B) og være med til at stramme den (K+B).
2. Lær gerne dit barn, hvordan det selv kan både løsne og åbne den. Det er med til at give dit barn kontrol (K) i situationen.
3. Sammen skal I nu **finde egnede blodårer** (I). Det kan man gøre på både ben og arme. Det er sjovt, og forældre kan godt lege med. Husk at løsne stasen en gang i mellem, så dit barn ikke synes, det gør alt for ondt.



4. Når I sammen har fundet den blodåre (I+K+B), som er bedst egnet til at stikke i (den der er størst og stikker mest ud), så lav lidt sjov med den. Sig for eksempel: "Aaarrrjj hvor er det en stor og fin åre".

5. **Sprit af** inden "du stikker" - enten med spritserviet eller lignende.

6. Find noget, der kan gøre det ud for en nål (en tandstik, en blyant eller lignende), og lad som om, **du stikker barnet**.

7. Når "nålen" sidder i, så **løs stasen**, og lad "nålen" sidde i et lille stykke tid. På den måde oplever barnet, at stasen slippes og trykket fra stasen forsvinder. Samtidig får dit barn en tidsmæssig oplevelse med, at nålen skal sidde i et stykke tid.

8. **Tag "nålen" ud**.

9. Sæt evt. et **plaster på** der, hvor I har "stukket".

Når du øver på denne måde, så lad det gerne være en glidende overgang mellem de forskellige faser. Går barnet i stå, eller har det det svært allerede i fase 2. Så start forfra igen og se, om I kan nå til fase 3. Start gerne forfra igen og forsøg at nå til fase 4 osv.

Gennemgå hele proceduren så mange gange, at barnet er helt fortroligt med den. Når dit barn er helt fortroligt med det, bør du øve regelmæssigt. Den sidste gennemgang bør helst være samme dag, proceduren skal foretages.

Husk, at dette muligvis er noget helt nyt og svært for dit barn. Tillad derfor gerne pauser – også med dages mellemrum, hvis der er behov for det. Men hold fast i, at selvom det er svært, så er det vigtigt at øve og opnå fortrolighed med det. Det er en færdighed, man kan lære!

Rigtig god fornøjelse 😊

I bogen "[KRONISK og længerevarende SYGE BØRN – På hospital og hjemme i familien](#)" kan du bl.a. læse om, hvad du kan gøre

- hvis dit barn ikke vil have lokalbedøvende plaster på
- hvis dit barn er blevet bange for at få taget blodprøver, blive lagt i narkose mm.

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