

## **VAŠE DIJETE MORA U BOLNICU. ŠTO SAD?**

Boravak u bolnici za svakog je čovjeka nagla promjena svakodnevnog načina života. Djeca na nju reagiraju znatnom uznemirenošću. Stoga dajemo niz savjeta koji će djetetu i vama (roditeljima i pratiteljima) olakšavati boravak u bolnici, pridonijeti uspjehu liječenja i pomoći bržem povratku svakodnevnom životu nakon izlaska iz bolnice.

### **Psihološka priprema djeteta za medicinske postupke**

Svrha psihološke pripreme za medicinske postupke jest smanjiti djetetovu uznemirenost, tjeskobu i strah tijekom i nakon provođenja određene pretrage. Priprema uključuje davanje informacija o svrsi i postupku pojedine pretrage kako bi dijete znalo što ga očekuje, bolje se pripremiti i lakše podnijelo sam postupak.

Roditelj koji priprema dijete za određeni medicinski postupak treba najprije sam upoznati točan slijed i način provođenja.

Prije nego se odluči o načinu davanja informacije, treba dobro procijeniti djetetovo znanje i razumijevanje situacije.

U pripremi treba koristiti razumljive riječi, primjerene djetetovu uzrastu i sposobnosti razumijevanja. Medicinske nazive treba objasniti (anesteziju se, primjerice, može predočiti kao: "To je lijek koji će ti liječnik dati da bi mogao zaspati tijekom operacije i ne osjećati bol."). Treba izbjegavati zastrašujuće riječi pa je, primjerice, umjesto izraza "to će peći" bolje reći "mnoga djeca kažu da nakon ove pretrage osjećaju toplinu u ruci". Pritom je uvijek bolje koristiti izraz "neka djeca" a ne "sva djeca".

Važno je dati točan redoslijed događanja i koliko će zahvat otprilike trajati. Također je bitno reći djetetu što se od njega očekuje tijekom zahvata. Treba naglasiti da medicinsko osoblje razumije njegov strah i zabrinutost i da će sve učiniti da se dijete što bolje osjeća.

Dijete treba ohrabriti, pohvaliti za hrabrost i nastojanje da surađuje, a nikad ga ne posramljivati zbog plakanja i opiranja tijekom postupka.

Psihološka priprema olakšava djetetovu prilagodbu na situaciju, poboljšava suradnju i smanjuje doživljaj neugode i boli.

### **Pripreme za odlazak u bolnicu**

Djetetu valja objasniti zašto ide liječniku i zašto treba ostanu u bolnici. O bolnici, liječenju i zdravstvenom osoblju treba govoriti pozitivno. Vi znate što će se s njim događati u bolnici i zato mu treba ukratko objasniti što ga očekuje (mjerenje tjelesne temperature, uzimanje krvi za potrebe pretraga, liječnički pregledi, snimanja i slično). Pogrešno je djetetu govoriti da ga neće ništa boljeti, i valja ga uvjeriti da je to nužno jer mu se želi pomoći, iako će mu katkad biti teško.

Trebate nastojati pred djetetom sakriti ili bar umanjiti osjećaj uznemirenosti, suzdržati suze pred njim jer će zaključiti da je, ako se mama i tata boje, odlazak u bolnicu možda opasan.

Dijete ne treba obmanjivati glede ostanka u bolnici, jer se time gubi njegovo povjerenje, a hospitalizaciju će doživjeti kao napuštanje, prijevaru ili kaznu. Trebate mu reći da ide u bolnicu radi liječenja i da će tamo ostanu neko vrijeme, te da će se vratiti kući čim ozdravi.

Odlazak u bolnicu je nužan ali privremen, te zbog toga neće biti napušten već upravo suprotno, da ćete vi, rodbina i prijatelji i nadalje brinuti o njemu, posjećivati ga ili zvati telefonom.

### **Dolazak u bolnicu**

Roditelji i dijete trebaju zajedno pripremiti njegove stvari i najdražu igračku, koja će umanjiti

osjećaj odvojenosti. Ako je dijete osnovnoškolskog uzrasta, treba ponijeti i njegove udžbenike i bilježnice, jer će tijekom boravka u bolnici biti uključeno u bolničku školu.

Preporučujemo da budete uz dijete dok se ono smjesti u bolničku postelju, jer će to pridonijeti uvjerenju da znate gdje se ono nalazi i gdje ćete ga posjećivati. Potrebno je djetetu reći koliko će približno dana ostati u bolnici, ali i pripomenuti da se boravak ponekad može produžiti zbog različitih razloga.

Kada se dijete smjesti u postelju, ne treba odmah otići, a prije polaska je potrebno pozdraviti se s njim, naglasiti mu da ćete ga posjećivati i da će poći kući kad se izliječi. Koliko god dijete bilo uznemireno, ono će zapamtiti obećanje.

Potrebno je ostvariti dobru komunikaciju s liječnicima i medicinskim sestrama koji skrbe o djetetu, jer će tada i dijete u njih imati više povjerenja.

Ako ste zabrinuti i prestrašeni, nastojte ostati smireni kada ste s djetetom, jer mu to ulijeva sigurnost i umiruje ga.

### **Dijete u bolnici**

Mali bolesnik u bolnici osjeća veliku potrebu za roditeljima i zato ga je nužno posjećivati ga svaki dan. Ako je to nemoguće, preporučujemo telefonske pozive u poslijepodnevnim satima. Redovite posjete, makar i kratkotrajne, bolje su nego ako se posjeta izostavi jedan dan. Većina djece koja nemaju posjete, ubrzo postaju naizgled mirna, ali to ne znači da su se privikla na bolnicu, već je to često znak duboke tuge. Dijete koje je odvojeno od roditelja i smješteno u bolnicu osjeća se nesigurnim. Važno je da se ne osjeti napuštenim.

Svakodnevne posjete nisu uvijek moguće svim roditeljima. Stoga preporučujemo da se djetetu kaže ako ga se neće posjetiti. **Ne smijemo djetetu obećati ono što ne možemo ispuniti!**

Ponašanje za vrijeme posjeta valja prilagoditi stanju malog bolesnika (igrati se s njim ako se dobro osjeća, pokušati zainteresirati za igru i djecu koja taj dan nemaju posjete i sl.). Djeci se mogu donijeti igračke i knjige ali treba paziti na primjerenost uvjetima u bolnici.

O donošenju hrane i slastica uvijek se prethodno treba savjetovati sa zdravstvenim osobljem.

### **Još nekoliko naputaka:**

- ▶ Ne sažalijevati dijete!
- ▶ Pohvalite dijete kad god za to imate prigodu (za njegovu hrabrost, izdržljivost i sl.).
- ▶ S djetetom valja pravodobno razgovarati kako biste ga pripremili za svoj odlazak. Ako zna da uvijek govorite istinu, brzo će se utješiti nakon vašega odlaska, jer zna da ćete se opet vratiti.
- ▶ Informirajte se redovito kod liječnika i sestre o stanju vašeg djeteta.
- ▶ Vaš odlazak nakon posjeta u prvim je danima najčešće praćen suzama. Dopustite djetetu da se isplače, nemojte ga ismijavati ili mu se rugati (bez obzira koliko je “veliko”).
- ▶ Dijete treba uvjeriti da razumijemo njegovu žalost i njegove teškoće.
- ▶ Malo dijete često burno reagira na vaš odlazak, jer ne može uvijek shvatiti da ćete opet doći. Vaši ponovni dolasci uvjerit će ga da nije ostavljeno pa će i njegove reakcije vremenom biti drukčije.

### **Dijete treba ići na operaciju**

Potrebno je razgovarati s djetetom o operaciji kako biste odagnali zastrašujuće misli. Ukratko opišite postupak: recite mu da će prije operacije biti uspavan, da ga za vrijeme operacije neće ništa boljeti, a kad se probudi da će sve biti gotovo.

Osim razgovorom, djetetu se može pomoći zajedničkim crtanjem ili, ako je dijete mlađe, pripremite ga za operaciju kroz igru (na lutkama se pokazuje bit i svrha operacije).

Nakon operacije pohvalite dijete i recite mu da je ono pridonijelo izlječenju.

### **Povratak iz bolnice**

Ponašanje djeteta po povratku kući može biti promijenjeno. Ispravna reakcija roditelja i razumijevanje djetetova ponašanja pridonose da te promjene budu privremene. Reakcije nakon povratka kući mogu biti: strah od odvajanja, strah od nepoznatih ljudi, povećana ovisnost o roditeljima i manja samostalnost nego prije ili želja da roditelj stalno bude uz njega. Kadšto dijete postaje agresivno prema roditeljima, može imati nemiran san, nekontrolirano mokri i drugo.

Potrebno je djetetu omogućiti da ispriповijeda sve što ga tišti u svezi boravka u bolnici. Ovisno o tome koliko dijete dopušta, treba se ponašati uobičajeno i bez promijene zbog njegove bolesti, jer pretjerana pažnja i popustljivost prema bolesnom djetetu rezultira iskustvom da nikad nije tako voljen i pažen kao kad je bolestan, pa i duže nakon bolesti pokazuje promjene u ponašanju.

### **Treba li vam savjet ili pomoć?**

Nadamo se da su vam naši savjeti pomogli da sebi i svojem djetetu olakšate boravak u bolnici i povratak kući.

Ako želite razgovarati ili trebate savjet u svezi ponašanja djeteta tijekom boravka u bolnici ili o problemima koje mu donosi bolest, a tiču se i praktičnih pitanja vezanih uz vrtić, školu ili odabir zanimanja, možete se obratiti bolničkom psihologu i pedagogu.