

NAZORG VOOR KINDEREN

NA EEN ZIEKENHUISOPNAME

NAZORG KINDEREN NA ZIEKENHUISOPNAME

Wanneer (kleine) kinderen in het ziekenhuis worden opgenomen, betekent dit voor hen een verblijf in een vreemde omgeving. Er gelden andere regels en vreemde mensen doen vreemde dingen, zoals onderzoeken, prikken, narcose, een ingreep en dergelijke.

Het meest ingrijpende is wel het gescheiden worden van (bijna) alles wat vertrouwd of bekend is. De scheiding van de ouders mag wel het belangrijkste genoemd worden.

Het kind kan niet begrijpen waarom zijn ouders steeds weggaan, terwijl het misschien wel pijn heeft; het voelt zich in de steek gelaten.

REACTIES NA DE OPNAME

Als uw kind weer thuis is zal het niet meteen de oude zijn. Het zal moeten herstellen van de lichamelijke ingreep en daarnaast alle doorstane emoties moeten verwerken. Vooral als de opname langere tijd geduurd heeft kan er schade toegebracht zijn aan de vertrouwensband tussen u en uw kind. Dit kan zich uiten in: veel aandacht vragen, vijandig (agressief) gedrag, prikkelbaarheid, rusteloosheid, huilerig zijn, zich in zichzelf terugtrekken. Soms zal uw kind angstig dromen en kan het snel in paniek raken. Ook kan uw kind terugvallen in gedrag dat past bij een jongere leeftijd. Het gaat bijvoorbeeld weer in bed plassen of duimzuigen.

Kleine kinderen kunnen in deze periode beslist niet zonder hun vaste verzorger, dit is in veel gevallen de moeder.

Om uw kind bij dit alles te kunnen helpen is het goed je als ouder te realiseren welke verschijnselen zich voor kunnen doen en hoe je het kind hierbij kunt helpen.

We onderscheiden vier groepen van veel voorkomende problemen.

De angst van zijn ouders gescheiden te worden

Dit verschijnsel zien wij vaak bij jonge kinderen optreden. Dit heeft tot gevolg dat ze vaak niet zo intens blij zijn als ze weer thuis komen dan het wat oudere kind. Het verwacht als het ware opnieuw in de steek gelaten te zullen worden. Het is belangrijk dat u zich realiseert dat het opnieuw vertrouwen in u moet krijgen. Probeer uw huishoudelijke werk zo in te delen dat uw kind steeds in uw nabijheid kan zijn en laat het niet alleen, ook niet om even boodschappen te gaan doen.

Problemen met slapen

Wij zien vaak dat het kind bang is om te gaan slapen. U zou immers weg kunnen zijn als het wakker wordt. Ook als het wel inslaapt, maar korte tijd daarna weer wakker wordt en om u roept is het belangrijk dat u er onmiddellijk naar toe gaat en het geruststelt. Soms herhaalt zich dit ettelijke keren per nacht. Laat gerust een lampje branden als u merkt dat dit uw kind rustiger maakt.

Is uw kind te angstig om op zijn eigen kamer te slapen, plaats dan de eerste nachten zijn bedje naast uw bed. De afstand tussen uw bed en het zijne kunt u steeds groter maken, zodat het tenslotte weer in zijn eigen kamer belandt.

Laat de deur van zijn kamer en de uwe de eerste tijd open, zodat het kind u gemakkelijker kan bereiken.

Het oudere kind helpt u het beste door het zijn dromen en angsten 's morgens te laten vertellen, te laten opschrijven of te laten tekenen.

Problemen met slapen kunnen soms maanden lang aanhouden, maar gelukkig is dit niet altijd het geval.

Agressief gedrag

Door de gedwongen scheiding van zijn ouders, de doorstane pijnen en vernederingen, zoals prikken en dergelijke, heeft het kind gevoelens van verontwaardiging en teleurstelling. Eenmaal thuis moet het kind deze gevoelens "verteren".

Soms doet het dit door het tonen van agressief gedrag, zoals bijten, slaan, trappen. In plaats van zelf agressief terug te reageren is het belangrijk uw kind te laten voelen dat u zijn boosheid begrijpt en accepteert.

We zien vaak dat kinderen met hun speelgoed, poppen en beesten doen wat ze zelf ondervonden in het ziekenhuis. Ze delen prikken uit, spelen boeman, dokter en zuster en herhalen dit in talloze variaties. Dit is de beste manier om hun ervaringen te verwerken en de emoties en boosheid te laten afvloeien.

Sta niet toe dat uw kind andere kinderen hiermee belaagt en sta ook niet allerlei vernielingen toe.

Laat uw kind vooral weten dat u zijn boosheid begrijpt en geef het speelgoed waarop het deze zo begrijpelijke onlusten kan botvieren.

Terugvallen naar gedrag dat past bij jongere leeftijd

Soms gaat het kind dat reeds zindelijk was weer (tijdelijk) bedplassen. Een kind dat goed kon praten gaat weer krom praten of twee-woord-zinnen gebruiken, gaat weer duimzuigen en dergelijke. Bij al deze verschijnselen is het zaak deze te accepteren en er niet boos of vervelend over te doen. Negeer het zoveel mogelijk, dat wil zeggen schenk er niet meer dan de hoognodige aandacht aan en stel het kind gerust.

ENKELE ALGEMENE ADVIEZEN BIJ THUISKOMST

- Geef het kind veel aandacht, maar stel duidelijk uw grenzen, zodat uw kind weet waar het aan toe is. Het zal daardoor in de gelegenheid gesteld worden het geschonden vertrouwen te herstellen.
- Herstel zo snel mogelijk het oude leef- en gezinspatroon, dat wil zeggen vaste tijden van eten en slapen en dergelijke.
- Beperk de eerste dagen het bezoek tot een minimum. De opwinding van het weer thuis zijn is vaak al meer dan het kind aankan.
- Praat ook met de andere gezinsleden zo gewoon mogelijk over de opname. Het "zieke" kind krijgt hierdoor het gevoel dat het niet alleen hem, maar ook de anderen aangaat.
- Als uw kind agressief gedrag vertoont, leg dan de andere kinderen uit dat dit de boosheid is over al wat het heeft moeten doorstaan. Sta niet toe dat de andere kinderen hier -lichamelijk- de dupe van worden.
- Zorg voor aangepast speelgoed, zoals ziekenhuisje, dokterset, lappenpop. Voor oudere kinderen is schrijf- en tekenmateriaal belangrijk om hun ervaringen te verwerken.
- Bespreek met de leiding van de peuterspeelzaal of basisschool de eventuele problemen van het kind.

Mocht u na thuiskomst van uw kind op problemen stuiten waar u geen raad mee weet, dan kunt u zich wenden tot de wijkverpleegkundige.

De tekst van deze folder is opgesteld in overleg met de Vereniging Kind en Ziekenhuis.

September 2003
RP34106