

Wie Sie Ihr Kind bei einer medizinischen Behandlung unterstützen können, wie zum Beispiel bei der Blutabnahme, der Impfung oder einer Infusion!



WÖRTER, DIE WIR VERWENDEN, KÖNNEN ENTWEDER POSITIVE ODER AUCH NEGATIVE ERWARTUNGEN UND GEFÜHLE HERVORRUFEN.

Wörter unterstützen und beeinflussen unsere Vorstellungskraft und können sowohl helfen als auch Schaden anrichten. Kennen wir es nicht alle, wenn uns das Wasser im Mund zusammenläuft, während wir nur von einem leckeren Essen sprechen?

Die Forschung hat gezeigt, dass nur das Sprechen über eine Spritze oder die Bemerkung, dass es zu Schmerzen kommen könnte bei der Behandlung, bereits zu erhöhter Angst und sogar Schmerzgefühl führen kann.

Sprache bewusst zu wählen und positive Formulierungen zu verwenden, können dem Kind tatsächlich helfen, sich wohler zu fühlen.

Außerdem ist es wichtig, dass das Kind eine Ansprechperson vor, während und nach der Behandlung hat, die für alle Fragen und Anliegen da ist. Dies ermöglicht fokussierte Aufmerksamkeit und eine ruhige Atmosphäre für das Kind. Bereits im Vorhinein kann vereinbart werden, wer diese Person ist, die dem Kind den Ablauf erklärt und bei Fragen während der Behandlung zur Verfügung steht. Das kann sowohl die anwesende Bezugsperson, Pflegepersonal oder der*die Arzt*Ärztin sein.

Diese Broschüre unterstützt Sie dabei, als Elternteil Ihr Kind optimal bei einer notwendigen Behandlung begleiten zu können.

HILFREICHE FORMULIERUNGEN

“Wir sind hier gemeinsam und du kannst auf meine Unterstützung zählen. Gemeinsam schaffen wir das bestens!”

“Während du mit deinem Computerspiel beschäftigt bist, wirst du überrascht sein, zu sehen, wie einfach das heute alles für dich wird.”

“Diese Creme (EMLA) hilft dir, damit du ganz wenig spüren wirst!”

“Kannst du dich noch an unseren Urlaub in erinnern? Wie hieß noch gleich?. Das Pflegepersonal wird einstweilen die Infusion legen und wir haben Zeit, uns an die schönen Erlebnisse zu erinnern.”

Während eines Spiels: “Wow, du machst das super!” oder “Spielen wir noch eine Runde, dann kann das Pflegepersonal gut arbeiten!”

Was Sie lieber nicht sagen sollten:

Es wird ein bisschen weh tun.

Nicht weinen!

Sei kein Baby!

Es tut sicher nicht weh.

Da ist die Spritze!

Konzentrieren Sie sich nach der Behandlung darauf, was gut gelaufen ist, wie:

“Du kannst sehr stolz sein, wie gut du das gemacht hast.”

“Super, wie ruhig du sitzen geblieben bist. Das hat der Krankenpflegerin sehr beim Legen der Infusion geholfen.”

“Wow, deine Zeichnung ist toll geworden!”

Dadurch können sich Kinder an die Behandlung als eine eher positive Erfahrung zurückerinnern. Das stärkt ihr Selbstvertrauen für das nächste Mal. Entschuldigen Sie sich nicht im Nachhinein oder kritisieren Sie nicht, wenn etwas nicht so gut funktioniert hat. Vermeiden Sie:

“Das war schrecklich, ich weiß, dass du Schmerzen hast.”

“Du hast dich wie ein Baby aufgeführt.”

“Große Mädels Jungs weinen nicht.”*

WAS SIE WÄHREND DER BEHANDLUNG TUN KÖNNEN:

STRAHLEN SIE RUHE AUS UND TRETEN SIE POSITIV AUF!

Warum?

Ihre Angst ist ansteckend. Wenn Sie ruhig sind, wird auch Ihr Kind entspannter sein. Es ist wichtig, dass Sie sowohl vor, während und auch nach einer Behandlung diese Ruhe ausstrahlen.

Wie funktioniert das?

- Bleiben Sie bei Ihrem Kind und beruhigen Sie es. Sprechen Sie mit normaler, sanfter Stimme vor, während und nach der Behandlung.
- Atmen Sie ruhig und tief während der Behandlung. Vielleicht machen Sie dies auch mit Ihrem Kind gemeinsam.
- Besprechen Sie vorab mit dem medizinischen Personal ab, wenn Sie glauben, dass es Schwierigkeiten geben könnte.



LENKEN SIE IHR KIND AB!

Warum?

Wenn Sie die Aufmerksamkeit Ihres Kindes auf etwas Lustiges oder Schönes lenken anstatt auf die Behandlung, wird Ihr Kind weniger Angst haben, weniger Schmerzen spüren und die Kontrolle behalten.

Wie funktioniert das?

Lenken Sie Ihr Kind vor, während und nach der Behandlung ab. Singen Sie zum Beispiel miteinander, sprechen Sie mit Ihrem Kind über den schönsten gemeinsamen Urlaub/ das Lieblingshobby/Sport/eine Fernsehserie/ein Buch/lesen Sie Ihrem Kind etwas vor/ machen Sie Seifenblasen gemeinsam/spielen Sie ein Ratespiel/schauen Sie Fotos auf dem Handy an/sprechen Sie über Schulerlebnisse, ...

Je stärker Sie Ihr Kind ablenken, desto besser. Versuchen Sie, die Aufmerksamkeit Ihres Kindes auf die Ablenkung zu richten. Im Krankenhaus unterstützt Sie dabei eventuell pädiatrisches Pflegepersonal, vielleicht können Sie dies vorab absprechen und organisieren.

Manche Kinder hingegen interessieren sich dafür, wie die Behandlung abläuft. In diesem Fall können Sie Ihr Kind mit folgenden Worten unterstützen: **“Das läuft gut, oder? Wenn du dich entspannst und ruhig atmest, wird es noch besser und schneller klappen.”** Langes Ausatmen kann dabei helfen, dass sich Ihr Kind besser entspannt. So wird Ihr Kind weniger ängstlich sein und weniger Schmerzen spüren. Gemeinsames, langsames Atmen schafft Ruhe und Entspannung.



WAS KÖNNEN SIE ZU HAUSE TUN, UM SICH UND IHR KIND AUF EINE BEHANDLUNG, WIE EINE IMPFUNG ODER BLUTABNAHME, VORZUBEREITEN?

Vorbereitung ist das Schlüsselwort!

Wo findet die Behandlung statt? Wer führt diese durch? Gibt es Videos, wie dies ablaufen wird oder wie es vor Ort aussieht? Machen Sie sich schlau!

- Wie und womit fühlt sich Ihr Kind wohl?
- Bestimmt Ihr Kind, was wann passiert oder ist es besser, wenn Sie dies übernehmen (wer bestimmt und ist verantwortlich)?
- An welcher Stelle möchte Ihr Kind geimpft werden/die Spritze bekommen?
- In welcher Position fühlt sich Ihr Kind am wohlsten (auf Ihrem Schoß, liegend, ...)?
- Können Sie vorab zu Hause eine beruhigende Creme, wie z.B. EMLA anwenden?
- Was hilft Ihrem Kind normalerweise, wenn es nervös ist? Ablenkungen, wie Geschichtenlesen, gemeinsam ein Spiel spielen, ein Film?
- Entwerfen Sie gemeinsam mit Ihrem Kind einen Plan für den Behandlungstermin.

Was können Sie vorbereitend sagen (z.B. bei einer Impfung oder Blutabnahme)?

Was wird passieren?

“Du wirst eine Spritze in deinen Arm bekommen, damit sich dein Körper gut gegen Bakterien und Viren wehren kann.”

Wie wird es sich anfühlen?

“Manche Kinder haben ein Druckgefühl, andere sagen, sie fühlen einen Stich oder wieder andere meinen, dass sie gar nichts spüren. Ich bin schon neugierig, was du danach erzählst.”



Laden Sie den Ordner herunter und QR-Code scannen:

