

Begeleiding van uw kind

Wat kunt u als ouder doen?

www.nwz.nl

Inhoud

Uw kind thuis voorbereiden	3
Adviezen voor de voorbereiding	4
Bij uw kind zijn	6
Wat kunt u doen om uw kind af te leiden?	6
Weer naar huis	7
Uw vragen	7
Voorlichtingsboekjes voor kinderen	7

Binnenkort komt u met uw kind naar Noordwest Ziekenhuisgroep, omdat uw kind:

- een onderzoek en/of behandeling krijgt
- wordt opgenomen

Het is belangrijk dat uw kind goed voorbereid is op het onderzoek, de behandeling en/of opname. In deze brochure vindt u informatie wat u als ouder* kunt doen om uw kind goed voor te bereiden.

**ouder of voogd*

■ Uw kind thuis voorbereiden

Voor het kind is het prettig als u als ouder thuis de uitleg geeft. Daar stelt het kind veelal ook de vragen. U als ouder kent uw kind: u kent zijn woordgebruik en fantasiewereld. Daarom bent u het beste in staat om de informatie over te brengen, uw kind te begeleiden en vragen van uw kind te beantwoorden. Daarom hechten wij veel waarde aan het informeren van ouders, zowel mondeling als schriftelijk. Als er een folder van een behandeling of onderzoek is, krijgt u die mee. Ook kunt u hiervoor op www.nwz.nl/patientenfolders kijken.

Bespreken met zorgverlener

Ieder kind gaat anders om met angst, spanning of pijn. Het is voor de behandeling van uw kind belangrijk dat zorgverleners weten wat specifieke gedragingen of gewoonten zijn van uw kind. Wij vinden het daarom belangrijk dat u dit aan ons doorgeeft, zodat wij hier rekening mee kunnen houden.

Medisch pedagogisch zorgverlener

Voor een kind kan een bepaalde behandeling, onderzoek en/of opname een ingewikkelde situatie zijn. Op de dag van de behandeling krijgen de meeste kinderen en hun ouders een gesprek met de medisch pedagogisch zorgverlener. Hierin wordt uitleg gegeven wat de behandeling/ingreep inhoudt. Deze brochure geeft u nog extra informatie.

Heeft u over de begeleiding van uw kind nog vragen? Dan kunt u - afhankelijk waar uw kind onder behandeling is - op werkdagen contact opnemen met de

medisch pedagogisch zorgverlener van:

- locatie Alkmaar, telefoonnummer 072 - 548 2980
- locatie Den Helder, telefoonnummer 0223 - 69 6975

■ Adviezen voor de voorbereiding

Ieder kind is anders. Daarom is ook de voorbereiding per kind verschillend.

Uitgangspunt is dat uw kind zich straks zoveel mogelijk op zijn gemak voelt bij ons en weet wat het kan verwachten.

Praktische adviezen:

- zorg dat u zelf goed op de hoogte bent van wat er gaat gebeuren. Zaken die u niet zeker weet, kunt u beter niet vertellen totdat u de juiste informatie heeft
- schrijf onbeantwoorde vragen van uw kind of van uzelf op, zodat u deze later samen aan iemand in het ziekenhuis kunt stellen
- neem rustig de tijd
- vraag eventueel uw kind wat het al weet en wat het nog graag wil weten
- bereid uw kind niet vlak voor het slapen gaan voor
- bepaal het tijdstip van voorbereiding zorgvuldig. In het algemeen geldt: hoe jonger het kind, hoe korter de periode van voorbereiding. Bij jonge kinderen heeft het de voorkeur 1 à 2 dagen tevoren te vertellen wat er gaat gebeuren. Vanaf 6 jaar heeft een kind tijdbesef
- vertel niet alles in een keer, maar kom er een paar maal op terug. Maak het niet te beladen door veel en te vaak te herhalen. Zo'n 2 of 3 keer is veelal voldoende
- beantwoord de vragen van uw kind eerlijk. Maak het niet mooier, maar ook niet enger dan het is
- benoem alleen wat uw kind bewust gaat meemaken. Dus alles wat uw kind ziet, voelt, hoort, ruikt en proeft. Details over bijvoorbeeld de operatie zelf zijn niet van belang. Maar wel dat er dokters en verpleegkundigen zijn. Of dat er ook andere kinderen zijn
- benoem de zaken die in het ziekenhuis anders gaan dan thuis, bijvoorbeeld plassen in een po of fles, de verpleegkundige die je helpt, de dokter die bij je komt kijken
- vertel dat sommige dingen net als thuis zijn, bijvoorbeeld dat je je liefste

knuffel bij je hebt, samen spelen, televisie kijken, voorlezen

- besteed ook aandacht aan uw eigen rol als ouder, bespreek bijvoorbeeld dat u bij uw kind blijft en samen weer naar huis gaat
- vertel uw kind dat het best mag huilen als het verdriet heeft, maar praat ook over de leuke dingen in het ziekenhuis. Bijvoorbeeld dat uw kind kan spelen.
- gebruik materialen om uw verhaal te ondersteunen, zoals de films over operatie op onze website (zie kader), folders, boeken of internet. Op de laatste pagina vindt u informatie over titels van boeken
- geef uw kind de gelegenheid om er uit zichzelf nog eens op terug te komen. Zo kan het zich de opname eigen maken
- neem vertrouwd speelgoed, knuffels, foto's, muziek of andere dingen mee waar uw kind rustig van wordt

Goede voorbereiding is belangrijk: bekijk de filmpjes op de website

Als uw kind weet wat er gaat gebeuren, zal het de opname en de ingreep beter kunnen verwerken. Dit geldt ook voor hele jonge kinderen. Op onze website www.nwz.nl/operatie vindt u daarom filmpjes voor verschillende leeftijdsgroepen over een operatie. U kunt deze filmpjes van tevoren samen met uw kind bekijken. Zo legt een rappende dokter uit wat uw kind meemaakt op de operatieafdeling.

Verder is er een filmpje voor kinderen bij wie de keel- en neusamandelen verwijderd worden en voor kinderen die trommelvliesbuisjes krijgen. De operatie zelf is niet gefilmd. Voor kinderen jonger dan 4 jaar is er een fotoverhaal.

De filmpjes en het fotoverhaal zijn gemaakt toen het ziekenhuis nog Medisch Centrum Alkmaar heette. Ze zijn echter van toepassing op alle locaties van Noordwest Ziekenhuisgroep.

Meer tips

Ook kunt u uw kind vragen een tekening te maken over het ziekenhuis. Door er samen over te praten, kunt u erachter komen welk beeld uw kind erover heeft. Ook 'dokterje spelen' kan een manier van voorbereiden zijn. Kleine kinderen begrijpen een ziekenhuisopname beter als u er een spel van maakt (een pop of beer, doktersetjes). Ga bijvoorbeeld samen de beer opereren en plak een pleister op de beer op de plek waar uw kind ook een pleister krijgt.

■ Bij uw kind zijn

Wij adviseren u om gedurende de behandeling, het onderzoek en/ of de opname bij uw kind te blijven. Het is voor een kind belangrijk en vooral geruststellend dat u er bent. Als uw kind in het ziekenhuis logeert en uw kind wil graag dat u blijft, dan adviseren wij u zowel overdag als 's nachts bij uw kind te zijn. Dit laatste wordt ook wel 'rooming in' genoemd. Eén van beide ouders slaapt dan op een stretcher naast het kind. Tijdens de opname kunt u dan een deel van de verzorging van uw kind zelf te doen. Bij alles wat er die dag gebeurt, wordt u gevraagd uw kind bij te staan. U kent uw kind het beste en weet hoe het kan reageren in verschillende situaties. Bij oudere kinderen is 'rooming in' niet altijd noodzakelijk.

■ Wat kunt u doen om uw kind af te leiden?

Een belangrijke advies is dat door uw aanwezigheid tijdens het onderzoek of de behandeling uw kind zich beter voelt. Hieronder vindt u nog een aantal tips om uw kind af te leiden. U als ouder weet het beste welke tip(s) bij uw kind het beste werkt.

- houd de hand van uw kind vast, masseer.
- leid uw kind af door samen te kletsen, een prentenboek bekijken, te zingen, te tellen of het alfabet op te zeggen. Ook kunt u samen muziek luisteren
Neem daarom de favoriete muziek van uw kind mee
- speel met het favoriete speelgoed van uw kind
- geef uw kind een tablet of mobiele telefoon
- foto's bekijken: van thuis, vertrouwde personen, dieren en dingen
- geef uw kind zijn favoriete knuffel, speen en/of doekje

■ Weer naar huis

Kinderen die in het ziekenhuis opgenomen zijn geweest, zijn niet altijd direct weer in hun oude doen. Het kan zijn dat ze eerst veel aandacht vragen, en/of ze willen steeds bij u in de buurt zijn. Sommigen krijgen angstdromen, anderen zijn agressief of juist heel teruggetrokken of zijn niet meer zindelijk. Hoe jonger het kind, hoe sterker deze reacties over het algemeen kunnen zijn. Hoe moeilijk en vermoeiend het soms ook voor u is: wijs uw kind niet af! Lezen, zingen, spelen en praten over alles wat is gebeurd, kan die eerste weken heel veel helpen. Gun uw kind de tijd om alle emoties te verwerken.

■ Uw vragen

Heeft u nog vragen dan kunt u contact opnemen met de afdeling waar uw kind wordt onderzocht of behandeld. Heeft u een folder meegekregen dan vindt u hierin het telefoonnummer. Ook vindt u het nummer op uw afsprakenkaartje.

Website

Voor meer informatie over Noordwest Ziekenhuisgroep kunt u kijken op de website: www.nwz.nl

■ Voorlichtingsboekjes voor kinderen

Hieronder vindt u titels van boekjes met de namen van schrijvers. Deze boekjes geven uitleg aan kinderen over het ziekenhuis, lichaam en een aantal ziektes.

Kinderen tot 4 jaar

- Nijntje in het ziekenhuis, Bruna
- Lucas en de slaapdokter

Kinderen van 4 tot 6 jaar

- Een operatie, Hasselt
- Ziek en gezond, Rubel
- Mejuffrouw muis in het ziekenhuis, Lieshout
- De fotodokter, Boonen
- Milan in het ziekenhuis, Moekaars
- Witstipje en Fleur, Delfos

Kinderen van 6 tot 9 jaar

- Delfos, Maartje suikerheldin, Delfos
- Zeemist, Sauers
- Kinderboekenserie 'De Ziekenboeg' met de titel:
 - Het been van Heleen
 - De epilepsie van Annemarie
 - De MS van Tess
 - De buik van Bram
 - Het genies van Annelies
 - De migraine van Madeleine
 - De astma van Alex
 - De adhd van Andre
 - De diabetes van Daan
 - De darm van Harm
 - De kop van Jop
 - De ogen van Olivia
 - Het oor van Leonoor
 - Ijs voor Matthijs

Kinderen van 9 tot 10 jaar

- Weet jij alles over het ziekenhuis, Rooijers
- Mijn beschermende brein (vanaf 9 jaar)
- Kinderboekenserie 'Naar de dokter' met de titel:
 - Botbreuken
 - Voedselallergie
 - Brandwonden
 - Astma
 - Bindvliesontsteking

Kinderen van 10 tot 15 jaar

- Ernstig ziek zijn, Murphy
- Survivalgids langdurig zieke kinderen, Kumar
- Kinderboekenserie 'Zo werkt mijn lichaam', Claybourne:
 - Spijsverteringsstelsel
 - Het hart
- Gehoorstoornis, Baeckeleer
- Ziek, Samson

■ Notices

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Noordwest Ziekenhuisgroep

Postbus 501

1800 AM Alkmaar

www.nwz.nl

tel 072 - 548 4444

Colofon

Redactie kindergeneeskunde
communicatie

Druk Ricoh

Bestelnummer 186097

Op alle onderzoeken en behandelingen van Noordwest Ziekenhuisgroep zijn de algemene voorwaarden van Noordwest Ziekenhuisgroep van toepassing, zie www.nwz.nl