



Wilhelmina Ziekenhuis Assen
Vertrouwd en dichtbij

Informatie voor ouders

Als uw kind weer thuis is na een ziekenhuisopname



Een ziekenhuisopname is voor de meeste (kleine) kinderen een ingrijpende ervaring. Ze verkeren in een vreemde omgeving, waar andere regels gelden en waar onbekende mensen vervelende dingen met hen doen, zoals lichamelijk onderzoek, een prik geven en eventueel een operatie. Het meest ingrijpende is wel het gescheiden worden van haast alles wat vertrouwd of bekend is. Met name is het voor een kind moeilijk om van zijn ouders gescheiden te worden. Een kind kan niet begrijpen waarom zijn ouders steeds weggaan, terwijl het misschien wel pijn heeft. Het voelt zich daardoor al snel in de steek gelaten.

In deze folder leest u welke problemen zich kunnen voordoen en hoe u uw kind tot steun kunt zijn.

Ander gedrag

Als uw kind weer thuis is, zal het niet meteen de oude zijn. Het zal lichamelijk moeten herstellen en daarnaast alle doorstane emoties moeten verwerken.

Voorals de opname langere tijd geduurd heeft, kan de vertrouwensband tussen u en uw kind schade hebben opgelopen. Dit kan zich bij uw kind uiten in: veel aandacht vragen, agressief gedrag, prikkelbaarheid, rusteloosheid, huilerig gedrag, een teruggetrokken houding, angstdromen en snel in paniek raken.

Oud gedrag

Ook kan een kind terugvallen in oud gedrag. Soms gaat een kind dat al zindelijk is weer bedplassen of een kind dat al goed kan praten, gaat opeens weer krompraten. Ook komt het voor dat een kind weer gaat duimzuigen. Als dit gebeurt, kunt u daar het beste niet te veel aandacht aan te besteden. Probeer uw kind vooral gerust te stellen.

Vertrouwen opbouwen

Vaak zijn jonge kinderen niet zo blij om weer thuis te zijn als kinderen die al wat ouder zijn. Jonge kinderen kunnen bang zijn dat ze opnieuw in de steek gelaten worden. Het is belangrijk dat u beseft dat uw kind weer vertrouwen in u moet krijgen. Probeer uw (huishoudelijke) werk zo in te delen, dat uw kind steeds in uw nabijheid kan zijn. Laat het niet alleen, ook niet om even boodschappen te gaan doen.

Problemen met slapen

Het gebeurt vaak dat een kind na een ziekenhuisopname bang is om te gaan slapen. Als het wel inslaapt maar kort daarna weer wakker wordt en om u roept, ga dan naar uw kind toe.

Laat ook een lampje branden, als u merkt dat uw kind daardoor rustiger wordt.

Is uw kind te angstig om op zijn eigen kamer te slapen, laat hem dan de eerste nachten bij u op de kamer slapen. Ook kan het uw kind een veilig gevoel geven als u de deuren van zijn kamer en van uw eigen kamer open laat, zodat uw kind u makkelijk kan bereiken.

Adviezen

Om uw kind zo snel mogelijk weer in zijn evenwicht te brengen, kunt u het volgende doen:

- Geef uw kind veel aandacht maar stel ook duidelijk grenzen, zodat uw kind weet waar het aan toe is.
 - Probeer te zorgen voor regelmaat, zoals vaste tijden van eten en slapen.
 - Ontvang zo weinig mogelijk bezoek, zodat uw kind rust krijgt.
 - Als uw kind agressief gedrag vertoont, reageer dan begripvol maar sta niet toe dat uw kind anderen pijn doet of dingen kapotmaakt.
-

Wilhelmina Ziekenhuis Assen

Europaweg-Zuid 1

Postbus 30.001

9400 RA Assen

Telefoon (0592) 32 55 55

www.wza.nl

© 2014 WZA