

Når dit barn skal have taget en blodprøve

Til patienter og pårørende

Dit barn skal have taget en blodprøve - hvordan hjælper du så bedst?

Før blodprøvetagning

Forklar

Brug tid på at forklare dit barn, hvad der skal ske. Fortæl barnet, at du og den, der skal tage prøven, er der for at hjælpe barnet.

Spørg

Spørg dit barn, om barnet har spørgsmål til blodprøvetagningen. Uvidenhed eller misforståelse kan forværre oplevelsen for dit barn, så der er vigtigt, at du prøver at finde ud af, hvilke tanker barnet gør sig om det, der skal ske.

Svar

Vær ærlig. Hvis dit barn spørger, om det gør ondt, så svar, at det muligvis kan være ubehageligt, men at vi vil gøre alt for at hjælpe, så det næsten ikke gør ondt.

Vær rolig

Vær rolig og behersk den usikkerhed, du måske selv føler. Din ro vil berolige barnet. Vær derfor opmærksom på dit kropssprog og dit ansigtsudtryk og bevar roen under blodprøvetagningen.

Fortæl

Fortæl gerne personalet om tidligere erfaringer med blodprøvetagning. Vi kender proceduren - du kender dit barn.

Beroligende

Du får en trøstemus, du kan kramme imens du får taget blodprøver.

Bedøvelse

Emla plaster skal sidde på i 1 time og virker i 1-2 timer. Ammetop skal sidde på 1/2 time virker i 4-6 timer.



Under blodprøvetagningen

Det mindre barn kan sidde på skødet af dig, eller du kan holde barnet i hånden. Forsøg at opmuntre til, at barnet samarbejder med personalet.

Vær positiv

Vær opmærksom på negative tanker og tale, og brug i stedet positive udtryk. Sig f.eks. ikke " Du skal ikke være bange " - sig i stedet " Du kan klare det ".

Anerkend

Anerkend den måde, dit barn klarer proceduren på. Nogle børn vil "se med", andre vil ikke. Nogle vil blæse sæbebobler, synge eller se iPad. Afledning er ofte godt.

Vær opmærksom på din egen reaktion

Det er i orden at være ked af det, men prøv, om du kan undgå at vise det i forbindelse med blodprøvetagningen.

Dit barn ser ikke dig som " skurken", så længe du er aktivt involveret og engageret.

Når dit barn skal have taget en blodprøve

Det kan hjælpe at tale om andet en blodprøven f. eks.:

Humor

Hjælp til at mestre smerten - sig for eksempel:

"Lad os synge sammen"

"Skal vi på legepladsen på hjemvejen?"

"Hvilken kage skal jeg bage til din fødselsdag?"

"Tag nogle dybe vejrtrækninger"

Dette kan forværre ...

Kritik

Undskyldninger

Overdreven empati/medfølelse.

Undlad at sige f.eks.:

"Opfør dig ordentligt"

"Der er snart overstået"

"Mor kan heller ikke lide det "

"Jeg køber en gave til dig, hvis du stiller stille"

"Du skal ikke være bange"

Efter blodprøvetagningen

Ros dit barn efter blodprøvetagningen.

Lad ikke blodprøvetagningen fylde for meget og vend rutiner. Måske har barnet brug for at tale / tegne oplevelsen igennem.

Bevar en positiv attitude.

Prøvesvar

Den læge, som har bestilt blodprøverne på dit barn, kan også give dig svar.



Kontakt og mere viden

Har du spørgsmål, er du velkommen til at kontakte:

Afdeling for Blodprøver

Tlf. 7997 4657 mellem kl. 7.45 og 14.45