

Рекомендации для родителей, столкнувшихся с диагнозом «Онкология»

Адаптация ребенка в больнице

Для большинства детей попадание в больницу – не типичная ситуация, и, действительно, от того, как поведут себя родители и те, кто будет его окружать, немало зависит то, как ребенок будет себя чувствовать, и как будет относиться к происходящему.

Когда ребенку сообщают, что его положат в больницу, может возникнуть много страхов и тревоги. Тут важно прояснить, что именно пугает ребенка. Ему может быть непонятно, что именно ему будут делать, сколько он там пробудет. Ребенок может бояться самой операции и инструментов, крови, вспоминая страшилки из кино. Дети могут переживать, что друзья из садика или одноклассники забудут о них, что они отстанут в учебе за это время. Ребенок может беспокоиться о животных, которые останутся дома, о братьях и сестрах. Пусть родители обсудят, кто и как будет ухаживать за животными и растениями ребенка в его отсутствие. И успокоят, подробно рассказав, чем будет заниматься братья и сестры, пока он будет в больнице.

В клинике работают психологи. Не стоит отказываться от общения с ним. С ним можно поговорить обо всем. Не нужно стесняться – спрашивайте все, что вас интересует. Объясните ребенку, что чтобы быстрее и лучше его вылечить, врачу нужно знать, что с ним происходит, что он чувствует, поэтому не надо утаивать свои опасения, а говорить о своих чувствах и ощущениях.

Чтобы снять страх перед неизвестностью, подробно объясните ребенку, что именно будет происходить в больнице в целом, и в каждом конкретном случае, или попросите это сделать врача или медсестру. Не бойтесь напугать ребенка, если взрослый сам не боится, то информация будет полезна. В зависимости от возраста, можно обсуждать все очень конкретно. Например, вспомнить и по возможности показать, во что будут одеты врачи, где будет происходить операция. Сказать надо и про укол, объяснить, что место смажут мазью или жидкостью, чтобы было не больно. Во время укола или капельницы, если страшно, ребенок может просить находящихся рядом взрослых или соседа по палате, с которым уже подружился, поддержать его за руку. Вообще, лучше проговорить страхи, чем мучиться неизвестностью.

Чем младше ребенок, тем важнее ему чувствовать себя комфортно в больнице. Обеспечить чувство безопасности может родитель, который находится рядом с ребенком. Можно взять из дома, например, любимую игрушку или книжку, или какую-то небольшую вещь. Ребенок успокоит возможность заниматься любимыми, привычными вещами насколько это возможно: слушать музыку, читать книги, общаться смс или по телефону или по e-майлу с друзьями. Кстати, переписка с родными и друзьями очень

важна, и это не то же самое, что разговаривать по телефону. Если ребенку предстоит много времени проводить в клинике, важно, чтобы он не чувствовал себя «оторванным» от мира, надо чтобы он общался с родными, друзьями, одноклассниками. Можно порекомендовать ребенку вести дневник: записывать и зарисовывать то, что с ним происходит, и свои мысли. Получившаяся история может быть интересна друзьям, у которых не было подобного опыта или тем, что можно сравнить свои воспоминания.

Почувствовать себя уверенно в новом месте поможет знание того, где что находится, как и к кому можно обратиться, если понадобится. Активные дети, которые могут себя занять, умеют сами инициировать общение с врачами, медсестрами, могут задавать вопросы о необходимом режиме и лечении, гораздо спокойнее чувствуют себя в больнице.

Подумайте вместе с ребенком, что хорошего он может получить в этой ситуации. В больнице он может завести новых друзей, вместе с другими ребятами играть, научиться от них чему-нибудь, например, играть в шахматы...

Чем занять маленького ребенка в больнице?

Здесь мы предлагаем небольшой список приятных для малыша и доступных родителю занятий:

- с самыми маленькими детьми разговаривайте, пойте песни, если это не мешает соседям;
- если ребенок еще не говорит, можно показывать ему разные предметы и их называть;
- игра для деток постарше – называйте предметы в поле зрения по цветам (сначала все синее, потом красное и т. д. Более сложный вариант – предметы на определенную букву);
- игра на развитие памяти. Положите на стол несколько предметов. Попросите ребенка отвернуться, убрать один. Вопрос: что исчезло?
- положите в непрозрачный пакет разные предметы. Задача – определить их на ощупь;
- не спешите выбрасывать пакет от сока. Из него можно сделать домик для маленькой куклы (вырезаем окошки и дверь) или гараж (вырезаем ворота);
- если по необходимости ребенка надо мазать зеленкой, и тем более, если это ему нравится - займитесь боди-артом. Если еще имеются йод или фукарцин, можно сотворить настоящую картину;
- шариковой ручкой можно нарисовать на фруктах смешные рожицы, а, используя конфеты или любые другие небольшие предметы, составлять разные забавные картинки;

- купите про запас воздушных шариков. Конечно, поступая в больницу, вам будет не до них, однако пройдет день-два, и лучшего развлечения для ребенка, чем разрисованный веселыми рожицами воздушный шарик, вам не придумать.

Книги, раскраски, карандаши, пластилин.

- настольные игры из серии пазлов, мозаики, лото, кубики, конструкторы.

Мальчикам – многофункциональные машинки, девочкам таких же кукол.

- если ваш ребенок слушает плеер, можно набрать аудиодисков со сказками.

Попробуйте, даже самые заядлые маленькие видеоманы с удовольствием слушают о приключениях Маленького принца или путешествуют вместе с Гердой по чудесной сказочной стране.

Много сразу не набирайте, пусть вам лучше передают развлечения постепенно. Легче будет малыша удержать новыми (в смысле хорошо забытыми старыми) игрушками, когда он пойдет на поправку и ограниченная территория его утомит.

Мягкие игрушки лучше не брать в больницу.

И еще один совет. Даже если ребенок тяжело болен, потакать всем его шалостям и удовлетворять любой каприз – не самый хороший выход. Тем более что любая мама в состоянии отличить нытье по поводу и без. Не забывайте о том, что очень скоро вам малыш поправится, вы вернетесь домой. Вам и без лишних капризов найдется, чем заняться. Терпения Вам и мужества! И позитивного настроения!

Психолог медико-социальной
службы О. В. Сачук