

# To jest ważne!



Fundacja  
Ronalda McDonalda  
Polska

Aby rodzina mogła być razem

## Jak dobrze zadbać o dziecko w czasie choroby połączonej z hospitalizacją?



**Dr n. hum.**

**Anna Jakubowska-Winecka**

Jest specjalistą psychologiem klinicznym, kierownikiem Zakładu Psychologii Zdrowia w Instytucie „Pomnik – Centrum Zdrowia Dziecka”.



**prof. dr hab. n. med.**

**Adam Jelonek**

Autorytet w dziedzinie pediatrii, z 60-letnim doświadczeniem w Polsce, w Europie, USA i w Kanadzie. Twórca Fundacji Ronalda McDonalda w Polsce i ambasador misji opieki nad całą rodziną dziecka w czasie leczenia w szpitalu.

# Jak zadbać o potrzeby dzieci w różnych okresach rozwojowych w czasie pobytu w szpitalu?

## Okres niemowlęcy i wczesne dzieciństwo

Na tym etapie rozwoju dziecka najważniejsza jest obecność mamy.

**Zadbaj o swój stan emocjonalny i równowagę. Pamiętaj, aby czas dziecka nie ograniczał się do łóżeczka i pobytu w sali. Ważne są wspólne zabawy, rozmowa, spacer, nawet jeśli ograniczają się do szpitalnego korytarza.**

Nieco starsze dzieci (2-3 lata) odczuwają dyskomfort i ograniczenia związane z pobytem w szpitalu. Boją się nieznanego, nie rozumieją potrzeby pobrania krwi, rozstania z domem. Opanowanie mowy stwarza możliwość wyjaśnienia im nowej sytuacji. Jednak bardziej niż informacji i wyjaśnień potrzebują poczucia bezpieczeństwa, czutej obecności i wsparcia opiekuna. Zapewnienie im „normalności”, typowej dla wieku aktywności i zabawy, pomoże im odnaleźć się w szpitalu.

## Okres przedszkolny (3-6 lat)

W tym okresie dzieci potrzebują ruchu i nowych wrażeń, są ciekawe świata i mają już zaawansowane możliwości intelektualne. Są w stanie zrozumieć swoją sytuację zdrowotną i konieczność leczenia w szpitalu. Choć ich myślenie jest wciąż zdominowane przez przeżywane emocje, umieją mówić o uczuciach i uczą się kontrolować gniew, strach, złość. W szpitalu chętnie przebywają w świetlicy, gdzie są atrakcyjne zabawki, gry, zajęcia z wolontariuszami.

**Powiedz dziecku, jak ważna jest jego rola w leczeniu, wspieraj jego wysiłek i docenij starania, mówiąc np. „wiem, że to niesmaczne tabletki, widziałam, jak się skrzywiłeś, ale podziwiam, że dajesz radę!”.**

Choroba dziecka połączona z koniecznością leczenia w szpitalu to zawsze duży stres dla całej rodziny, szczególnie jeśli jest to nowe wydarzenie. Chociaż wszyscy przeżywają wspólnie tę sytuację, dzieci rozumieją ją inaczej niż dorośli, ich myślenie jest zdominowane przez emocje.

Trzeba je przygotować do pobytu w szpitalu stosownie do wieku i poziomu rozumienia oraz wspierać swoją mądrą i empatyczną obecnością na każdym etapie leczenia.

---

## Wiek szkolny (7-13 lat)

---

Dzieci w wieku szkolnym mają dobrą pamięć i zdolność rozumienia. Potrafią mówić o swoich odczuciach i potrzebach, nietatwo ulegają naciskom wbrew własnej woli. Dlatego w czasie pobytu w szpitalu będą czuły się bezpiecznie, jeśli wyjaśni się im sytuację leczenia w sposób dostosowany do ich potrzeb, pozwoli na wielokrotne pytania, przemyślenia i dyskusję. Nie zmienia to faktu, że mogą mieć trudności z akceptacją choroby i z opanowaniem emocji związanych z leczeniem.

**Nawet jeśli dziecko buntuje się przeciwko swojej sytuacji, nie strasz go konsekwencjami choroby, nie zmuszaj do podporządkowania. Skup na nim uwagę, zaakceptuj jego uczucia, wyjaśnij w prosty sposób, czego od niego oczekujesz. Wzmacniaj przekonanie o skuteczności, a nie uciążliwości leczenia.**

---

## Okres dojrzewania

---

To czas kształtowania się tożsamości, dążenia do samodzielności i niezależnienia się od dorosłych. Nie oznacza to, że nastolatek chce zostać w szpitalu sam i nie potrzebuje wsparcia rodziców.

**Zapytaj swoje dziecko, czy chce, aby towarzyszyć mu w szpitalu. Pamiętaj, że stała obecność rodzica może irytować nastolatka, być odbierana jako kontrola i ograniczenie autonomii.**

Czas pobytu w szpitalu to możliwość nawiązania nowych znajomości, porównania własnych doświadczeń związanych z chorobą z doświadczeniami rówieśników. Nastolatki dobrze się czują w towarzystwie innych chorych dzieci, czują się bezpieczniej w relacjach z nimi niż ze zdrowymi rówieśnikami.

## Rozmowa

Niektórzy rodzice nie chcą rozmawiać z dzieckiem o leczeniu, uważając, że ono „i tak nie zrozumie” albo „będzie się bardziej denerwować”. Sądzą, że musi się po prostu podporządkować. Taka postawa nie chroni dziecka, nie zapewnia bezpieczeństwa, a źle wpływa na postępy terapii, bo uczy unikania, a nie akceptacji leczenia.

## Dobre emocje

Zwykle w szpitalu towarzyszy dziecku mama. W pediatrii używa się pojęcia „pacjent zbiorowy”, mama i dziecko są „jednością”. Emocje dziecka są przeżywane przez matkę, emocje mamy udzielają się dziecku. Dlatego mama, gdy znajdzie się z dzieckiem w szpitalu, mimo że np. czuje lęk, złość, smutek, ma poczucie winy lub krzywdy, nie powinna poddawać się negatywnym emocjom! Przed nimi trzeba chronić siebie i dziecko, nie wolno im ulegać. Szpital nie jest wrogim otoczeniem, badania nie są za karę, a leczenie nie jest krzywdą!

**Wyjaśnij dziecku, że pobyt w szpitalu umożliwi lepsze zrozumienie jego choroby i skuteczniejsze leczenie. Pozwól mu wybrać rzeczy, które zabierze ze sobą, ulubioną zabawkę, ubranie. Powiedz, że w szpitalu pozna nowych kolegów. Zapewnij, że zostaniesz z nim przez cały czas. Nie strasz dziecka i nie oszukuj go.**

**Skup się na racjonalnym myśleniu i dobrych emocjach, trzymaj się nadziei, że stan dziecka wkrótce się poprawi, że na oddziale otrzyma profesjonalną pomoc i skuteczne leczenie, że wokół są inne dzieci i inne mamy, które są w podobnej sytuacji. Po przyjęciu na oddział sprawdź, gdzie jest świetlica, kuchenka, w której można zrobić sobie kawę, zapoznaj się z mamami innych dzieci, a swoje dziecko zachęć do zapoznania się z dziećmi. Nie zamykaj go w sali. Zapewnij mu aktywność, ciekawe zajęcia, a jeśli jest w wieku szkolnym, zachęcaj do korzystania z zajęć lekcyjnych.**