

# Ребенок в больнице: памятка для родителей

Больница — место, где помогают больным и пострадавшим людям. Но в то же время, больница — это чужое, живущее по своим собственным законам, незнакомое и пугающее место, где надо прожить несколько дней, а иногда — недель. Вот о том, как облегчить своему ребенку пребывание в больнице, что стоит делать, а чего делать ни в коем случае нельзя, мы и поговорим в нашей статье.



1. **Возьмите себя в руки.** Как бы ни было вам страшно и тяжело, помните, что главное сейчас — здоровье вашего ребенка. Поэтому постарайтесь вести себя сдержанно. Тем самым вы облегчите работу врачам: им не придется отвлекаться от лечения Вашего ребенка и утешать вас.

2. **Не превращайте пребывание ребенка в больнице в трагедию.** Не «накручивайте» ни себя, ни ребенка, ни родственников. Ваши переживания не помогут лечению, а только усугубят ситуацию: ребенок, напуганный вашей реакцией, куда менее уверенно почувствует себя в больнице.

3. **Не оспаривайте действия медперсонала.** Помните: эти люди куда лучше вас знают, как помочь вашему ребенку. Ваши советы и попытки вмешаться в лечебный процесс могут только навредить.

4. **Не настаивайте на том, чтобы присутствовать на процедурах,** если Вам это не предложат. Очень часто ребенок в присутствии напуганного родителя ведет себя куда более беспокойно, чем наедине с медперсоналом. Поэтому на первые процедуры, пока юный пациент не привыкнет, его нередко забирают одного.

5. **Не стесняйтесь задавать вопросы.** Вы имеете полное право знать, в каком состоянии находится ваш ребенок, какие прогнозы дают врачи и какое лечение ему назначено. Однако, помните: вопросы надо задавать правильно:

- Постарайтесь заранее заготовить список вопросов. Если есть возможность — составьте его в письменном виде и аккуратно запишите все ответы врачей. Хаотичные бессмысленные вопросы не принесут пользы, не внесут ясность, а только запутают Вас окончательно.

• Всегда будьте вежливы. Нередко взволнованные родители ведут себя с врачами агрессивно, требуя от них невозможного: немедленной постановки диагноза и прогнозов еще до обследования, корректировки назначений согласно представлениям родителей о правильности лечения и т.д. Поэтому от резко разговаривающего взвинченного родителя врач заранее ожидает подобного поведения и старается свести общение с ним к минимуму. Ваше напряженное и агрессивное поведение заставит врача замкнуться и ограничиться только самыми необходимыми и общими ответами. Вежливое же и доброжелательное отношение с вашей стороны вызовет ответное желание как можно лучше всё объяснить со стороны врача.

6. Если что-то в состоянии или поведении ребенка вызывает у вас беспокойство, **не стесняйтесь привлечь внимание врачей и персонала**. Если встревожившее вас состояние не опасно, врачи смогут развеять ваши страхи, если же, не дай Бог, ребенок постеснялся сообщить персоналу об ухудшении в своем состоянии, вы вовремя поднимите тревогу

7. **Четко соблюдайте правила больницы и распорядок дня**. Посещайте ребенка только в отведенные для посещения часы. Не ссорьтесь и не спорьте с медперсоналом. Всегда будьте вежливы, не скупитесь на слова приветствия и благодарности. Тогда и сотрудники больницы будут отвечать вам тем же: начнут относиться к вам и вашему ребенку с симпатией, будут вежливы, постараются помочь вам всем, чем смогут. Не забывайте: мы сами выстраиваем отношения с окружающими людьми. Значит, во многом от вас зависит, покажется вам больница «ужасным местом с злым и грубым персоналом» или «замечательным заведением с вежливым и отзывчивым коллективом».

8. Если кто-то из медперсонала делает вам замечание или предъявляет претензии к поведению вашего ребенка, не спешите яростно отстаивать свою правоту или, наоборот, оправдываться. **Вежливо выслушайте и уточните, как правильно поступать в данной ситуации**. С большой вероятностью, вам дадут хороший совет. Возможно, помогут не только советом.

Не пренебрегайте советами и знаниями медперсонала: у этих людей огромный опыт в общении с детьми и их родителями, и знания их, зачастую, бывают чрезвычайно полезны. Даже если замечание было беспочвенным, такое ответственное отношение к ситуации произведет хорошее впечатление, и в следующий раз этот человек будет менее суров к вам и вашему ребенку.

9. При сборе «передач» для ребенка **придерживайтесь следующих принципов**:

- Уточните у медперсонала список необходимых ребенку вещей и предметов гигиены. Постарайтесь как можно быстрее привезти все необходимое.
- Регулярно уточняйте, не закончилась ли у ребенка туалетная бумага, паста и т.д. Дети часто забывают сообщить родителям о таких мелочах.
- Регулярно приносите передачи (небольшие пакеты, чтобы не переполнять больничный холодильник). Регулярно забирайте то, что ребенок не съел за 2-3 дня. Иначе персонал больницы будет недоволен захламлением холодильника лежалыми продуктами, и недовольство это будет выражено ребенку лично. А дети еще не умеют правильно вести себя в подобных ситуациях, и могут наделать глупостей (развязать ненужный конфликт или слишком болезненно отреагировать на замечание и начать испытывать недоверие к персоналу).
- Следите, чтобы у ребенка был небольшой запас чистого белья, и регулярно забирайте в стирку грязное.
- Не забудьте в список необходимых предметов включить мобильный телефон, если ребенок уже достаточно большой, чтобы им пользоваться. У него должна быть связь с домом. У него должна быть твердая уверенность, что эта связь есть, что он в любой момент может Вам позвонить. Это сильно повысит его уверенность в себе.

- Главный принцип сборов передач в больницу: у ребенка должно быть все необходимое, и при этом как можно меньше лишних вещей.

10. **Обсуждайте с ребенком, как прошел его день.** Обсуждайте и лично, и по телефону. Но (и это очень важное "но") — никогда не действуйте, исходя из непроверенной информации. Дети многое понимают неверно и трактуют неправильно. Нередко искажают факты. Поэтому, если ваш ребенок пожаловался на несправедливость с чьей-либо стороны, вам следует выяснить, что же произошло на самом деле, помочь ребенку уладить ситуацию и научиться впредь разрешать её без вашего вмешательства. Большая часть проблем подростка в больнице происходит не из-за предвзятого отношения или чьей-то злой воли, а из-за непонимания и неправильной трактовки событий как со стороны подростка, так и со стороны взрослого. Ваша задача — вовремя выявить напряженную ситуацию и выступить посредником. Это очень сильно облегчит адаптацию вашего ребенка в больнице.

11. Если Ваш ребенок отличается робостью или неуверенностью в себе, «домашний» или находится в подавленном состоянии в результате своей болезни, **постарайтесь найти для него активного сверстника**, который согласится взять над ним «шефство». Уверенный в себе и хорошо знающий больничные распорядки приятель поможет в адаптации куда лучше, чем взрослый.

12. **Не позволяйте ребенку увлекаться при Ваших посещениях «саможалением»** и расписыванием тягот больничной жизни. Большинство детей достаточно стойко держатся в больнице, пока родителей нет рядом, и резко начинают «сдавать», когда те приходят. В результате, у родителя складывается картина ужасных мучений и страданий ребенка в этом кошмарном месте. А сам ребенок уже через 5-10 минут после ухода родителей весело болтает и играет с соседями по палате.

13. Если условия больницы, поведение медперсонала или квалификация врачей вызывают у Вас неприязнь и желание перевести ребенка в другую больницу, не спешите развязывать конфликт и забирать ребенка "под расписку" немедленно. **Проконсультируйтесь с независимым специалистом** — возможно, вы что-то поняли неправильно.

Поговорите с главврачом больницы — возможно, проблемы с персоналом можно решить мирным путем, а палату сменить на более комфортную. Даже в том случае, если Вы категорически не намерены оставлять своего ребенка в этой конкретной больнице, постарайтесь не накалять отношения. Медицинские заведения обмениваются между собой информацией, и необоснованная с точки зрения персонала больницы агрессия с Вашей стороны может заметно усложнить Вам пребывание в другой больнице. Уходите вежливо, корректно, не отмахивайтесь от напутствий и советов по уходу за больным ребенком, если таковые будут.

Мы рассмотрели общие рекомендации для родителей, чьи дети попали в больницу. Однако не стоит забывать, что дети разных возрастов требуют разного подхода. Условно мы можем поделить детей на четыре группы:

**1.** Дети от рождения до трех лет. Обычно лежат в больнице вместе с родителем, который ухаживает за ними и несет за них ответственность перед врачами. В данном случае, основная эмоциональная нагрузка падает не на ребенка (он-то как раз адаптируется легко — рядом с ним взрослый родной человек, которому он доверяет), а на родителя, находящегося вместе с ребенком.

- Старайтесь налаживать хорошие отношения абсолютно со всеми — с соседями по палате, с персоналом, с врачами. В этом случае Вы сможете рассчитывать на помощь и поддержку в любой неординарной ситуации.

- С первого же дня старайтесь приучить ребенка к больничному распорядку. Чем дольше ребенок живет без правил и режима, тем труднее будет приучить его к ним.

- Старайтесь быть как можно более спокойной и уравновешенной. Помните: ребенок судит о ситуации по вашему поведению.

**2. Дошкольники** — от 3 до 6-7 лет. Еще не умеют приспосабливаться к обстоятельствам, им придется очень быстро и очень многому учиться без родительской поддержки.

- Постарайтесь найти ребенку «шефа» — подростка или лежащего здесь же в больнице взрослого, который согласится за ним присмотреть. Обменяйтесь с «шефом» телефонными номерами.
- Постарайтесь наладить отношения с персоналом и расспрашивайте их о том, как дела у Вашего малыша. Старайтесь приходить в приемные часы лечащего врача. В отличие от более старших детей, малыш-дошкольник не может пересказать рекомендации врача. Медперсонал может не знать ответов на интересующие Вас вопросы. Получайте информацию из первых рук.
- При посещениях ребенка ведите себя ровно, болтайте, всем своим видом показывайте, что ничего особенного не происходит. Ваши страхи и слезы могут очень сильно запугать малыша. Не показывайте их.

**3. Школьники** — от 6-7 до 12-13 лет. Относительно самостоятельны, но пока еще не могут сами о себе позаботиться.

- Следите за вещами ребенка. Дети этого возраста кажутся уже серьезными и ответственными, но на самом деле очень и очень легкомысленны. Если за вещами более маленьких пациентов приглядывают медсестры, а подростки сами следят за своим имуществом, то школьники зачастую сами не могут вспомнить, куда пропала зубная щетка, носок и т.д.
- Если ребенок проявляет интерес к своему диагнозу и словам врача, не отмалчивайтесь — это его напугает. Дети этого возраста склонны драматизировать события. Простым, доступным языком отвечайте на все вопросы ребенка. Понимание ситуации придаст ему уверенности в себе.

**4. Подростки.** Почти взрослые. Достаточно самостоятельны, чтобы относительно легко перенести пребывание в больнице.

- Поддерживайте морально. Приносите передачи. Уносите ненужное и грязное. Верьте в своего ребенка: он достаточно большой, чтобы справиться с ситуацией.