

Как подготовить ребёнка к походу к врачу или к госпитализации?

розділ: Психологія, дата: 29.01.2018, автор:
Буренок А.С по материалам
www.schn.health.nsw.gov.au, www.gosh.nhs.uk



Некоторым из нас взрослых страшно при мысли о походе к врачу. Тем более к стоматологу. А теперь представьте, как себя чувствует ребёнок? Страх неизвестного, страх чужих людей, чужой обстановки, страх боли. Поэтому крайне важно подготовить ребёнка, поговорить с ним, объяснить, для чего Вы ведёте его к врачу, что будет ему делать.

- обсудите с ребёнком предстоящий визит к врачу, объясните, используя простые слова
- будьте честными с ребёнком. Если Вы не знаете точно, какие манипуляции могут потребоваться, так и скажите ребёнку. Попросите врача или другой медицинский персонал объяснить ребёнку о дальнейших действиях
- в случае предстоящей госпитализации важно, чтоб ребёнок сам собирал свои вещи в больницу. В ходе сбора вещей могут возникнуть новые вопросы. Важно также не забыть взять любимые игрушки.
- находясь в больнице, старайтесь придерживаться режима дня ребёнка. Да, это может быть трудновыполнимо, но необходимо приложить усилия к выполнению привычных повседневных ритуалов.
- физический контакт для комфорта ребёнка - обнимайте, целуйте, держите за руку, прижмите к себе ребёнка во время проведения процедур
- с детьми постарше можно составить список вопросов, которые нужно задать врачу
- если необходимо проведение болезненной процедуры, не обманывайте ребёнка, так и скажите, что может быть больно. Это важно для ребёнка.
- пусть ребенок знает, что чувствовать страх это нормально. Обсудите с ребёнком его чувства. Можно использовать игрушку, например, спросите, как «Мишка» себя чувствует перед походом в больницу.
- играйте с ребёнком в игры про больницу, смотрите картинки с больницей

<https://www.schn.health.nsw.gov.au/.../preparing-your-child-f...>

<http://www.gosh.nhs.uk/.../coping-hos.../helping-your-child-cope>

