



Ontslag uit het ziekenhuis

adviezen en tips voor thuis

Uw kind is opgenomen in het ziekenhuis. In deze folder leest u waar uw kind misschien last van kan krijgen door de opname in het ziekenhuis. Ook leest u tips en adviezen, die u misschien kunt gebruiken wanneer uw kind weer thuis is.

De gevolgen van de opname kunnen zijn:

- Een verstoord slaappatroon, zoals bang bij het naar bed gaan, 's nachts wakker worden, niet kunnen slapen en nachtmerries.
- Driftbuien, die kunnen toenemen en heftiger worden.
- Een gebrek aan eetlust of juist veel eetlust.
- Bedplassen of een terugval in de zindelijkheid.
- Minder controle over de ontlasting.
- Een terugval in gedrag (babygedrag vertonen).

Ook paniecreacties bij herinneringen aan het ziekenhuis

- Aan artsen of verpleegkundigen of aan verschillende onderzoeken.
- De ouders/verzorgers altijd willen zien of in de buurt willen hebben, niet alleen willen zijn (verlatingsangst).
- Uw kind kan sneller uit zijn doen zijn.

Soms uiten deze symptomen zich al in het ziekenhuis. Andere reacties kan een kind pas thuis tonen. Meestal laat een kind deze reacties zien gedurende een bepaalde periode. Hoe lang deze periode duurt, wisselt per kind.

Adviezen voor thuis

Toon begrip

Eenmaal thuis is belangrijk dat u de oorzaak van het gedrag van uw kind begrijpt. Zijn gedrag is een gevolg van de opname en van het doormaken van een periode vol spanning. Het tonen van begrip voor het gedrag van uw kind, hoeft uiteraard niet in te houden dat u alles moet accepteren. Regels die gemaakt zijn in verband met de opname, kunnen thuis weer teruggedraaid worden.

Dagritme

Laat uw kind zodra dat kan, weer in het dagritme van het gezin meedraaien. Denk hierbij aan vaste tijden voor het eten en het slapen. Geef uw kind kleine verantwoordelijkheden, zoals bepaalde opdrachtjes. Probeer de aandacht, die het kind vanuit zijn omgeving krijgt, te doseren. Vraag familie en vrienden of ze tevoren bellen als ze langs willen komen, zodat drukte gespreid kan worden.

Complimentjes

Geef uw kind een complimentje als het flink is geweest. Leg niet te veel nadruk op het ziek zijn. Hiermee voorkomt u dat uw kind alleen om zijn ziekte aandacht krijgt.

Laat uw kind niet te lang alleen

Laat uw kind weer langzaam wennen aan het alleen zijn. Een logeerpartijtje direct na de opname is niet aan te raden. Pas als uw kind thuis weer helemaal gewend is, kunt u het alleen laten. Uw kind klampt zich vast aan alles wat u zegt. Het kan zich afhankelijk blijven opstellen om niet alleen gelaten te worden. Wees eerlijk en consequent om te voorkomen dat uw kind zijn vertrouwen in u verliest.

Ervaringen verwerken

Laat uw kind spelen met bijvoorbeeld klei, verf, doktersspullen en ander speelgoed, zodat het de opgedane ziekenhuiservaringen op zijn eigen manier kan verwerken. Het leert zo ook om zichzelf weer alleen te vermaken. Dat is zeker nodig als u in het ziekenhuis regelmatig bij uw kind was.

Een kind vanaf ongeveer vijf jaar kunt u helpen door tijdens het spelen met hem over zijn ervaringen en belevenissen te praten. Gebruik hierbij bijvoorbeeld foto's die u tijdens de opname heeft gemaakt. Heeft u een dagboekje bijgehouden, dan kunt u dit samen doornemen. Ook kunt u boekjes voorlezen over een kind dat in het ziekenhuis ligt. Een aantal bibliotheekboeken staan vermeld in de opnamefolder van de kinderafdeling.

Naar school

Gaat uw kind weer naar de crèche of naar school, informeer dan van tevoren de leiding, zodat uw kind goed kan worden opgevangen. Laat uw kind eventueel eerst een paar uur of een halve dag naar de crèche of naar school gaan.

Vragen

Als u vragen heeft, kunt u altijd naar de kinderafdeling bellen op telefoonnummer (023) 224 0070.

AANTEKENINGEN

Waar zijn we te vinden?

Haarlem Zuid

Boerhaavelaan 22
2035 RC Haarlem

(023) 224 0000

Haarlem Noord

Vondelweg 999
2026 BW Haarlem

www.spaarnegasthuis.nl

Hoofddorp

Spaarnepoort 1
2134 TM Hoofddorp

info@spaarnegasthuis.nl