

# KAIP PADĖTI VAIKUI PASIRUOŠTI KRAUJO ĖMIMO PROCEDŪRAI

Beveik visi vaikai jaudinasi prieš jiems imant kraują iš venos ar pirštuko. Kadangi tokios situacijos nėra dažnos, prie jų vaikai sunkiai pripranta.

Jau su ikimokyklinio amžiaus vaiku galima apie tai pasikalbėti, paaiškinti, kodėl reikalinga imti kraują. Mažiems vaikams galima pademonstruoti, kaip kraujo ėmimo procedūra vyksta su lėlėmis ar meškiukais.

Kadangi kraujo ėmimo procedūra paprastai reikalauja iš mažojo paciento pastangų susidorojant su nerimu, skausmu ir diskomfortu, mūsų ligoninėje, kad sumažinti psichologinę įtampą, kraujo ėmimo procedūrai naudojami specialiai pritaikyti pagal vaikų amžių saugūs lancetai, kuriuose adatėlė yra paslėpta po gaubtelio, o kraują ima išskirtinį profesionalumą su mažaisiais pacientais turinčios slaugytojos ar laboratorijos specialistai.

Supažindinkime vaiką su laukiamu procesu, ir jis tikrai nebus toks bauginantis. Vaikai, žinantys kas jiems bus atliekama, jaučiasi daug saugiau.

## *Patarimai tėveliams*

### **1. Nusiraminkite patys ir išlikite ramūs visos procedūros metu**

*Tėvų tvirtumas, ramumas ir pasitikėjimas medikais tiesiogiai persiduoda vaikui.*

### **2. Paaiškinkite, kodėl vaikui bus imamas kraujas ar kitas ėminys naudodami tikslus, baimės nekeliančius žodžius**

*"Tyrimai padės išsiaiškinti, kas tau atsitiko",  
„Pajusi tik tokį jausmą kaip įkandus uodui".*

### **3. Nemeluokite**

*„Nebijok, tau visai neskaudės".*

*Vaikui reikia sakyti tiesą:*

*„Truputį bus nemalonu, bet būsi sveikas ir nesirgisi". Vaikas turi pasitikėti suaugusiais.*

### **4. Kaip nereikėtų kalbėti:**

*„Neverk, negražu!". Šis sakymas skatina vaiko menkavertiškumo jausmą ir prie „skausmo" baimės prisideda dar ir baimė pasirodyti menku, silpnu.*

*"Baik dejuoti. Jei gerai elgsiesi, aš nupirksiu tau žaislą". Taip sakydami žaidžiate vaiko jausmais. Kitą kartą eidamas atlikti procedūrą jis vėl elgsis taip pat tikėdamasis atlygio.*

### **5. Pamokykite vaiką naudoti stiprinančias mintis**

*„Aš tai padarysiu",*

*„Viskas bus gerai",*

*„Aš galiu būti ramus ir atsipalaidavęs".*

### **6. Naudokite dėmesio atitraukimo technikas**

*Pasisodinkite vaiką sau ant kelių, apkabinkite.*

*Papasakokite įdomią istoriją (įtraukiant į pasakojimą ir seselę ar laborantę),*

*Nukreipkite vaiko dėmesį į ką nors kambaryje. Vaikas vienu metu negali galvoti ir apie savo baimę, ir apie kažką kita.*

### **7. Pasikalbėkite su vaiku po procedūros**

*Nepamirškite vaiko pagirti už tai, kad pavyko. Paklauskite, kaip jam sekėsi, kokie jo išgyvenimai ir pastebėjimai. Akcentuokite, kad procedūra gal ir buvo skausminga, bet skausmas greitai praėjo.*