

Til patienter og pårørende  
**Gode råd om børn  
som pårørende**  
*på Intensiv Afsnit i Esbjerg*



Bedøvelse og Intensiv

## **Gør samtaler om sorg til en naturlig ting**

Det er ofte en belastende oplevelse at være pårørende på et Intensiv Afsnit, ikke mindst hvis du som voksen også har ansvaret for et barn. Her kan du få gode råd om at håndtere den svære situation.

Sorg er en u håndgribelig størrelse. Men det er også et livsvilkår. Vi møder den alle sammen på et eller andet tidspunkt i vores liv og i en eller anden form. Til trods for det, er sorg noget af det, vi taler mindst om, og har sværest ved at tale om.

## **TAG BARNET MED PÅ AFSNITTET**

### **Inddrag barnet i situationen**

Mange tanker og følelser går gennem dig, når en af dine nærmeste er alvorligt syg. Det kan gøre ondt og være tungt at bære, men ved at dele det med barnet kan det blive lidt lettere for jer begge. Barnet har brug for, at du deler sorgen med det. Børn fornemmer tydeligt de voksnes sindsstemning, og samtidig kan børns fantasi om den syge langt overgå virkeligheden. Det er vigtigt at være åben og ærlig, så barnet får et realistisk billede af situationen. Det er bedst for barnet selv at se og opleve situationen.

### **Forbered besøget**

Det er en god idé at forberede barnet på besøget, da det kan være overvældende at se den syge på en intensivstue. Du kan fx:

- Opfordre større børn til at skrive et brev til den syge
- Opfordre mindre børn til at tegne en tegning til den syge
- Tage legetøj med til barnet. Vi tilbyder også en børnekasse med legetøj på intensiv.

Det er en god idé, at du sammen med os aftaler et passende tidspunkt, hvor I begge kommer på besøg. Så er vi også forberedte på, at der kommer børn, som måske har brug for ekstra omsorg.

### **Få støtte til at inddrage barnet**

Måske er du i krise og har svært ved at overskue situationen. Vi vil hjælpe dig med støtte og omsorg, når du og barnet er på besøg hos os. Det kan være en god idé, at du tager en ven eller bedsteforælder med, som kan hjælpe dig med barnet, hvis besøget bliver for svært.

## **BARNETS REAKTION**

Børn reagerer forskelligt på sygdom og indlæggelse, afhængig af deres alder. Det er vigtigt for alle børn, at deres oplevelse bliver bearbejdet og dette gøres ved at lytte og anerkende deres følelser. I store træk kan børn opdeles i de aldersgrupper, som er beskrevet her, i forhold til reaktionsmønster.

### **2-4 år**

Det lille barn kan ikke forstå, at far eller mor ikke kommer hjem. Barnet har ingen tidsfornemmelse og kan føle sig forladt. Barnet kender ingen sammenhæng mellem sygdom og hospital. Barnet er ked af det i kort tid af gangen. Det kan hurtigt blive glad og begynde at lege. Barnet kan nemt blive påvirket af, hvordan voksne har det. Barnet kan have skyldfølelser, som ikke altid er logiske.

### **5-9 år**

Det større barn begynder at få en forståelse for sygdom og hospital. Barnet er nysgerrigt og spørger meget. Det kan også frygte at miste sine forældre. Barnet blander fantasi og virkelighed sammen. Det kan have en forkert opfattelse af, hvor syg den indlagte er. Derfor er det vigtigt, at barnet ser den syge på sengestuen.

### **10-13 år**

Barnet har forståelse for sammenhængen mellem sygdom og hospital. Barnet er meget påvirkeligt af, hvordan de nærmeste taler om situationen. Barnet bekymrer sig og tænker meget på retfærdighed. Barnet kan sige, at det ikke er bange, selv om det er det. Det er ikke usædvanligt.

### **14-18 år**

Barnet er teenager og kan have hurtige, følelsesmæssige udsving. Den unge har forståelse for sammenhæng i sygdom og hospital. Den unge har ofte mange overvejelser om liv og død. Mange føler, at alvoren forhindrer dem i at more sig som andre unge.

Reaktionerne er meget forskellige. Som voksen kan du hjælpe den unge ved at:

- Lade være med at spekulere på, om den unge reagerer rigtigt eller forkert
- Tale åbent med din teenager om dine oplevelser og følelser
- Være klar til at lytte, når og hvis den unge ønsker at tale om situationen.

Husk at sorg ikke er noget der forsvinder, men noget børn og unge skal lære at bære med sig i deres liv på godt og ondt.

### **FÅ HJÆLP TIL AT KLARE SITUATIONEN**

Det kan være en god idé at få hjælp til at klare situationen. Du kan eventuelt henvende dig til:

- Barnets klasselærer eller daginstitution
- Din læge
- Hospitalspræsten, eller præsten i dit sogn
- Børne- og familierådgivningen i din kommune
- Skyggebørn Esbjerg, esbjerg@skyggeboern.dk

Har du spørgsmål, er du velkommen til at kontakte os på Intensiv, SVS 79182661. Pjecen kan også hentes på Esbjerg Sygehus' hjemmeside.

Kilder:

- Eide T og Eide H. 2007. Kommunikasjon i relasjoner- samhandling, konfliktløsning, etikk. 2 udgave, Gyldendal Nordisk forlag. Oslo, Kap 14.
- Gode råd om børn som pårørende på intensivafsnit, URL: <https://aalborguh.rn.dk/undersoegelse-og-behandling/intensivomraadet-aalborg/intensiv?rnid=an%C3%A6a21-313> fra 2018

*Pjecen er udarbejdet af intensiv sygeplejersker fra gruppen: `Børn som pårørende` Malene Dyrsø Pedersen og Nermina Omic. Intensiv Afsnit, Esbjerg Sygehus. Revideret oktober 2023.*