

## 對孩子要誠實。

誠實會幫助孩子信任您和醫院的工作人員。當您對孩子誠實，他們就知道他們可期望什麼，並將會有時間來處理這些資訊。問孩子有關其手術的開放式問題，例如“告訴我有關你的手術情況。”這將會讓您可消除他們可能有的任何恐懼或誤解。

### 嬰兒：

嬰兒會餓，並且可能會對日常規律和環境的改變作出反應。

- **從家裏帶來一些熟悉的物件。**一些令人安慰的物件，例如毯子、奶嘴、毛絨動物玩偶、撥浪鼓，或者熟悉的玩具，可營造出一個更加舒適和熟悉的環境。
- 如果孩子有專用的鴨嘴杯或奶瓶，可以拿來在手術後使用。
- **您在場將會給寶寶最大的安慰。**

### 幼兒：

幼兒會餓，並且可能會對日常規律和環境的改變作出反應。他們可能會害怕醫院的設備和不熟悉的人。

- **在1到2天前和孩子談論他們的手術。**幼兒不理解時間的概念，在較接近手術時間做準備，會對他們有利。
- **使用孩子能理解的簡單詞語。**講一講手術之後他們的身體會有什麼感覺。
- **從家裏帶來一些熟悉的物件。**一些令人安慰的物件，例如毯子、毛絨動物玩偶，或者心愛的玩具或書本，可營造出一個更加舒適和熟悉的環境。
- **給孩子一種掌控感。**如有可能，讓他們選擇，例如允許他們選擇帶什麼毛絨動物玩偶去醫院。
- **您在場將會讓孩子感到放心。**

### 學齡前兒童：

兒童常常害怕不知道的事情，並且可能會把那種經歷想像得更可怕。重要的是要向孩子解釋他們可預期什麼。學齡前兒童可能會認為手術是一種懲罰，因為他們做了某些壞事。消除孩子以為自己做錯事的疑慮，這是很重要的。應確保他們理解為何要做手術。

- 在3到4天前和孩子談論有關手術的事情。這會給他們足夠的時間來處理這些資訊，並表達出他們可能有的任何感覺或疑問。
- 使用他們能理解的簡單詞語。講一講身體哪一部分將會接受治理。解釋一下手術之後是否會有任何不同，例如之後他們是否要打石膏。
- 只說明孩子將會經歷的情況。過多的細節是沒有必要的。可使用5種感官作為指引，來解釋他們將會感到、看到、聽到、聞到和嘗到什麼。
- 在手術之前和孩子一起玩耍。這會給他們機會表達出他們對手術可能有的任何想法或感受。他們可以向您說明他們對自己的手術知道些什麼，而您也可以澄清他們可能有的任何誤解。醫療玩具包、玩假裝遊戲和塗色等都可讓兒童好好表達自己。
- 給孩子一種掌控感。如有可能，讓他們選擇，例如允許他們選擇帶什麼毛絨動物玩偶或玩具去醫院。

## 學齡兒童：

學齡兒童對他們的身體有更多的了解，而且可能想知道更多細節。學齡兒童可能會擔心麻醉以及手術將會如何改變他們的外表。他們可能會擔心對自己的身體沒有了掌控。

- **在1到2星期前和孩子談談有關手術的情況。**這會給他們充足的時間來處理這些資訊和提出疑問。要確保他們理解為何要做手術。
- **解釋他們的手術時，可利用5種感官作為指引。**解釋一下他們將會感到、看到、聽到、聞到和嘗到什麼。
- **談談麻醉劑或安眠藥。**要說清楚這是和在家裏睡覺不同的。提醒他們，在手術期間他們不會有任何感覺，也不會醒來。不要用“使安息”這個術語，因為孩子可能見過寵物被人道毀滅。
- **孩子感到害怕、焦慮或生氣是正常的。**鼓勵他們表達出自己的感受和想法，並提出疑問。告訴他們哭泣是沒關係的。
- **制訂應付計劃。**幫助孩子找出他們可能有的任何憂慮，然後集思廣益，想出有助他們更容易應付的主意。在來醫院之前，練習一下應付計劃。讓工作人員得知您們的應付計劃。
- **給孩子一種掌控感。**如有可能，讓他們選擇，例如讓他們選擇執拾什麼東西帶去醫院。孩子可能想帶一件長袍，穿在病人袍的外面。

## 青少年：

青少年可能想要更多有關他們手術的詳細解釋。青少年變得更加獨立，並可能會擔心失控和失去私隱。要讓他們放心，醫院的工作人員會尊重他們的私隱。

- **讓孩子參與其中。**通過了解他們的手術情況、作出有關他們的護理的決定、以及在整個過程中隨時提出問題，鼓勵他們做一個積極的參與者。
- **談談麻醉劑或安眠藥。**
- **要確保孩子對手術有所了解。**青少年可能不想提出問題，讓成年人以為他們知道的比自己多。讓孩子向您說明他們對手術知道些什麼，這樣可能有幫助。
- **鼓勵他們找出自己的憂慮。**他們可能擔心手術會改變他們的外表，對自己的身體沒有掌控，或手術後會疼痛。
- **制訂應付計劃。**找出他們的憂慮之後，集思廣益，想出有助孩子更容易應付的主意。在來醫院之前，練習一下應付計劃。讓工作人員得知您們的應付計劃。
- **告訴孩子，感到害怕、焦慮或生氣是正常的。**有些青少年可能不想公開自己的感受。您可以鼓勵他們寫在日記裏或與朋友傾談。
- **從家裏帶來一些物件。**允許孩子執拾有助他們放鬆或感到更自在的物件，例如ipod或心愛的毯子。孩子可能想帶一件長袍，穿在病人袍的外面。

---

此文件是在學習和發展部 (Learning & Development Department) 協助下，  
由兒童生活部 (Child Life Department) 的醫療專家製作的。