

Hãy nói thật với trẻ.

Nói thật sẽ giúp trẻ tin quý vị và nhân viên bệnh viện. Khi quý vị thành thật với con thì trẻ biết diễn tiến sẽ như thế nào và sẽ có thời gian để hiểu vấn đề. Đặt những câu hỏi sao cho trẻ trả lời tự do về cuộc giải phẫu như “con nói cho mẹ nghe về cuộc giải phẫu của con.” Như vậy sẽ giúp quý vị giải tỏa được bất cứ nỗi lo sợ hoặc hiểu lầm nào của trẻ.

Trẻ Sơ Sinh:

Trẻ sơ sinh sẽ đói và có thể phản ứng về thay đổi trong sinh hoạt thông lệ và môi trường.

- **Đem theo những vật dụng quen thuộc ở nhà.** Những vật dụng êm đềm như chăn mềm, núm vú giả, thú nhồi bông, lục lạc, hoặc một món đồ chơi quen thuộc có thể tạo thành một môi trường thoải mái và quen thuộc hơn.
- Nếu trẻ có một ly húp nước hoặc bình nước đặc biệt, hãy đem theo để dùng sau khi giải phẫu.
- **Quý vị có mặt ở đó sẽ trấn an trẻ sơ sinh nhiều nhất.**

Trẻ Chập Chững:

Trẻ chập chững sẽ đói và có thể phản ứng về thay đổi trong sinh hoạt thông lệ và môi trường. Trẻ có thể sợ thiết bị y khoa và những người không quen.

- **Hãy nói chuyện với trẻ về cuộc giải phẫu trước 1 hay 2 ngày.** Trẻ không hiểu ý niệm về thời gian, và sẽ có lợi nếu được chuẩn bị gần ngày giải phẫu hơn.
- **Dùng những chữ đơn giản mà trẻ sẽ hiểu.** Hãy nói về vấn đề cơ thể trẻ sẽ cảm thấy như thế nào sau khi giải phẫu.
- **Đem theo những vật dụng quen thuộc ở nhà.** Những vật dụng êm đềm như chăn mềm, thú nhồi bông, hoặc một món đồ chơi ưa thích hoặc sách có thể tạo thành một môi trường thoải mái và quen thuộc hơn.
- **Nếu trẻ có một ly húp nước hoặc bình nước đặc biệt,** hãy đem theo để dùng sau khi giải phẫu.
- **Cho trẻ có cảm giác chủ động.** Cho trẻ chọn lựa khi có thể được, chẳng hạn như để cho trẻ chọn đem theo thú nhồi bông nào.
- **Quý vị có mặt ở đó sẽ trấn an trẻ.**

Trẻ Trước Tuổi Đi Học:

Trẻ em thường sợ những gì lạ lẫm và có thể tưởng tượng ra kinh nghiệm đáng sợ hơn sự thật. Điều quan trọng là giải thích cho trẻ biết sẽ xảy ra những gì. Trẻ trước tuổi đi học có thể nghĩ rằng giải phẫu là cách trừng phạt lỗi lầm của trẻ. Điều quan trọng là phải trấn an trẻ là trẻ không làm lỗi gì cả. Hãy chắc chắn là trẻ hiểu tại sao cần phải giải phẫu.

- Nói chuyện với trẻ trước tuổi đi học về cuộc giải phẫu 2 hoặc 4 ngày trước. Như vậy sẽ cho trẻ có đủ thời gian để hiểu chi tiết và bày tỏ cảm tưởng hoặc nêu thắc mắc.
- Hãy dùng những chữ đơn giản cho trẻ hiểu. Nói về phần nào trên cơ thể sẽ được điều chỉnh. Giải thích nếu có bất cứ gì sẽ khác sau khi giải phẫu, chẳng hạn như trẻ có được bó bột sau đó hay không.
- Chỉ giải thích những gì trẻ sẽ trải qua. Không cần phải cho biết quá nhiều chi tiết. Hãy dùng 5 giác quan để giải thích cho trẻ những gì trẻ sẽ cảm thấy, nhìn, nghe, ngửi, và nếm.
- Chơi với trẻ trước khi giải phẫu. Như vậy sẽ cho trẻ có cơ hội bày tỏ bất cứ ý nghĩ hoặc cảm tưởng nào của trẻ liên quan đến cuộc giải phẫu. Trẻ có thể nói với quý vị những gì trẻ biết về cuộc giải phẫu và quý vị có thể giải thích rõ về bất cứ trường hợp nào trẻ có thể hiểu lầm. Những bộ tiếp liệu y khoa, chơi đóng kịch, và tô màu là những phương tiện thật hay để trẻ bày tỏ ý nghĩ.
- Cho trẻ có cảm giác chủ động. Cho trẻ chọn lựa khi có thể được, chẳng hạn như để cho trẻ chọn đem theo thú nhồi bông hoặc đồ chơi nào.

Trẻ Trong Tuổi Đi Học:

Trẻ trong tuổi đi học hiểu về cơ thể mình nhiều hơn và có thể muốn biết thêm chi tiết. Trẻ trong tuổi đi học có thể lo ngại về thuốc mê và giải phẫu sẽ thay đổi diện mạo mình như thế nào. Trẻ có thể lo lắng là không chủ động được về cơ thể của mình.

- **Nói chuyện với trẻ trong tuổi đi học về cuộc giải phẫu 1 hoặc 2 tuần trước.** Như vậy sẽ cho trẻ có đủ thời gian để hiểu chi tiết và nêu thắc mắc. Hãy chắc chắn là trẻ hiểu tại sao lại cần giải phẫu.
- **Hãy dùng 5 giác quan để giải thích về cuộc giải phẫu.** Giải thích cho trẻ những gì trẻ sẽ cảm thấy, nhìn, nghe, ngửi, và nếm.
- **Nói về thuốc mê, hay thuốc ngủ.** Hãy nói rõ đây là loại ngủ khác với ngủ ở nhà. Hãy nhắc trẻ là trẻ sẽ không có cảm giác gì cả và sẽ không tỉnh dậy trong khi giải phẫu. Tránh dùng những chữ như “put to sleep” (“cho đi ngủ”) vì trẻ em có thể đã từng trải qua kinh nghiệm về việc tiêm thuốc trợ tử cho thú nuôi trong nhà.
- **Con quý vị có cảm thấy sợ hãi, lo âu hoặc tức giận thì cũng là chuyện bình thường.** Hãy khuyến khích trẻ bày tỏ cảm tưởng và ý nghĩ, và nêu thắc mắc. Nhắc trẻ là khóc cũng không phải là xấu.
- **Lập một kế hoạch đối phó.** Giúp trẻ nhận định bất cứ điều gì trẻ có thể lo ngại, rồi nghĩ ra những gì sẽ giúp được trẻ cho bớt lo. Hãy thực tập kế hoạch đối phó trước khi đến bệnh viện. Cho nhân viên biết về kế hoạch đối phó của quý vị.
- **Cho trẻ có cảm giác chủ động.** Cho trẻ chọn lựa khi có thể được, chẳng hạn như để cho trẻ chọn đem theo những thứ nào. Trẻ có thể muốn đem theo áo khoác để mặc ra ngoài áo khoác của bệnh viện.

Thiếu Niên:

Thiếu niên có thể muốn được giải thích chi tiết hơn về cuộc giải phẫu. Thiếu niên đang trở nên độc lập hơn, và có thể lo ngại bị mất quyền chủ động và riêng tư. Hãy trấn an trẻ là nhân viên bệnh viện sẽ tôn trọng quyền riêng tư của trẻ.

- **Cho thiếu niên tham gia chuẩn bị.** Hãy khuyến khích trẻ tích cực tham gia bằng cách tìm hiểu về cuộc giải phẫu của mình, quyết định về vấn đề chăm sóc cho mình, và nêu thắc mắc trong khi tham gia.
- **Nói chuyện về thuốc mê, hay thuốc ngủ.**
- **Hãy chắc chắn là thiếu niên hiểu rõ về cuộc giải phẫu.** Thiếu niên có thể không muốn nêu thắc mắc, khiến người lớn nghĩ rằng trẻ hiểu nhiều hơn mức hiểu thật sự. Quý vị có thể bảo thiếu niên giải thích cho quý vị những gì trẻ hiểu về cuộc giải phẫu đó.
- **Khuyến khích trẻ nhận định các mối lo ngại.** Trẻ có thể lo ngại về cuộc giải phẫu thay đổi diện mạo mình, không chủ động được về cơ thể mình, hoặc bị đau sau khi giải phẫu.
- **Lập một kế hoạch đối phó.** Sau khi trẻ nhận định các mối lo ngại, hãy cùng với thiếu niên nghĩ ra những gì sẽ giúp được trẻ bớt lo. Hãy thực tập kế hoạch đối phó trước khi đến bệnh viện. Cho nhân viên biết về kế hoạch đối phó của quý vị.
- **Trấn an thiếu niên là nếu trẻ cảm thấy sợ hãi, lo âu, hoặc tức giận thì đó là chuyện bình thường.** Để cho trẻ tự chọn những thứ đem theo để giúp trẻ thoải mái hoặc cảm thấy thư thái hơn, chẳng hạn như ipod hoặc một tấm chăn ưa thích. Thiếu niên có thể muốn đem theo áo khoác để mặc ra ngoài áo khoác của bệnh viện.

Do các chuyên viên sức khỏe thuộc Child Life Department soạn thảo cùng với phần trợ giúp của Learning & Development Department