

Middelen, technieken & interventies

Voor **comfort en afleiding** voor kinderen tijdens medische handelingen

Deze factsheet geeft je een overzicht wat je in kan zetten om kinderen te ondersteunen tijdens medische procedures.

Kinderen ervaren nog te vaak **angst, pijn en stress** en zelfs dwang tijdens medische handelingen. Mogelijke gevolgen zijn onder andere: geschaad vertrouwen bij het kind, dat pijn en stress verergeren, een negatief effect op de genezing, het ontstaan van een trauma of het mijden van zorg in de toekomst.

In veel gevallen zijn angst, pijn en stress tijdens medische procedures bij kinderen te voorkomen. Zorgprofessionals kunnen kind en ouders hierin goed begeleiden. Houd je hiervoor aan de volgende **uitgangspunten**:

- 1 Win eerst het vertrouwen van het kind door oprecht interesse te tonen en contact te maken. **Positief taalgebruik** werkt ondersteunend.
- 2 Bereid het kind voor op de handeling, leg duidelijk uit wat er gaat gebeuren. Maak vooraf samen met het kind en zijn/haar ouders een plan met mogelijkheden die voor het kind ondersteunend werken.
- 3 Het is maatwerk, elk kind is anders. Luister en kijk naar het kind (en ouders) wat voor hem of haar passend is.
- 4 Middel ≠ Doel. Het doel is de medische handeling zo prettig mogelijk uitvoeren voor het kind, een middel kan daarbij ondersteunend zijn.
- 5 Betrek ouders bij de handeling. Zij kennen hun kind het best en kunnen inschatten wat aansluit bij hun kind. Knuffels en speelgoed van thuis kunnen ook een vertrouwd gevoel geven.



Voorafgaand aan de medische handeling:

Geef het kind duidelijke uitleg en volledige informatie. Betrek het kind bij de keuze hoe de medische handeling wordt uitgevoerd. Laat apparaten of materialen zien of voelen om het kind er vertrouwd mee te maken. Oefen eventueel samen spelenderwijs op een (meegebrachte) knuffel. Betrek ouders bij het gehele proces.

Uit onderzoek blijkt dat angst, pijn en stress verminderen door afleiding en ontspanning.

Tijdens de medische handeling:

Leid het kind af tijdens de handeling (tenzij het kind dit niet wil). Zie de **achterzijde** van deze factsheet voor een overzicht aan middelen en mogelijkheden die je in kan zetten voor afleiding en om comfort te bieden. Overleg met het kind wat hij/zij prettig vindt.

Na de medische handeling:

Bespreek met het kind hoe de medische handeling verliep. Benoem wat goed ging. Leg voor een volgende keer in het dossier vast wat wel en niet goed werkte voor het kind.

Bronnen: Deze factsheet is opgesteld na een onderzoekstage uitgevoerd voor Stichting Kind & Ziekenhuis in 2022 en op basis van de **uitkomsten inventarisatie Medisch Pedagogische Zorgverlening**.

Mede mogelijk gemaakt door:



CHARLIE BRAVEHEART
Stress-free hospitals for children

Voorbeelden van middelen, technieken & interventies

die in te zetten zijn tijdens medisch handelen bij kinderen

Leeftijdsgroep*	Technieken		Middelen	Medicatie**
	Lichamelijk comfort	Afleiding		
Baby (0-12 maanden)	Warmtedeken, hot/coldpack, fopspeen, licht dimmen, inbakeren, wiegen, sucrose, babymassage, borstvoeding, houding voor comfort	Bellen blazen, zachte muziek, zingen, zacht praten	Bellenblaas, snoezelkar, licht-/beeldprojector, knuffel, rammelaar, speen, regenbuis/snoezelbuis	Pijnmedicatie (zoals verdovende zalf en pijnstillers) Middelen voor verlagen bewustzijn (zoals narcose)
Dreumes (13-24 maanden)	Warmtedeken, hot/coldpack, ergens in knijpen (hand/stressbal), licht dimmen, op schoot, knuffelen, lichte massage of een geborgen manier van vasthouden (door ouder)	Bellen blazen, muziek, zingen, boekjes kijken, spelen met sierraden/sleutels, interactieve spelletjes	Bellenblaas, snoezelkar, licht-/beeldprojector, knuffel, rammelaar, Buzzy®, speelgoed, speen, regenbuis/snoezelbuis	Pijnmedicatie (zoals verdovende zalf en pijnstillers) Middelen voor verlagen bewustzijn (zoals narcose)
Peuter/kleuter (2-5 jaar)	Warmtedeken, hot/coldpack, ergens in knijpen (hand/stressbal), licht dimmen, op schoot, knuffelen, lichte massage, een geborgen manier van vasthouden (door ouder) of diepe ademhaling	Aanmoedigen, belonen, geleide fantasie(verhaal), bellensblaas, filmpjes, muziek luisteren of maken, voorlezen, liedjes zingen, tellen, tekenen, taakgericht spel, gesprek voeren, focustaal, (woord)spelletjes	Bellenblaas, leesboekje, zoekboek, snoezelkar, licht-/beeldprojector, knuffel, Buzzy®, speelgoed, regenbuis/snoezelbuis, mobiel, spelcomputer of tablet	Pijnmedicatie (zoals verdovende zalf en pijnstillers) Middelen voor verlagen bewustzijn (zoals lachgas of narcose)
Kind basisschoollleeftijd (6-12 jaar)	Warmtedeken, hot/coldpack, ergens in knijpen (hand/stressbal), licht dimmen, op schoot, knuffelen, ademhalings- en ontspanningsoefeningen, aanraking of lichte massage (door ouder)	Aanmoedigen, belonen, geleide fantasie(verhaal), bellensblaas, filmpjes, muziek luisteren of maken, voorlezen, liedjes zingen, tellen, lezen, taakgericht spel, betrekken bij handeling, gesprek voeren, focustaal, (woord)spelletjes	VR-bril, bellensblaas, leesboek, zoekboek, toverhandschoen, licht-/beeldprojector, knuffel, Buzzy®, speelgoed, regenbuis/snoezelbuis, mobiel, spelcomputer of tablet	Pijnmedicatie (zoals verdovende zalf en pijnstillers) Middelen voor verlagen bewustzijn (zoals lachgas of narcose)
Tiener (13-18 jaar)	Warmtedeken, hot/coldpack, ergens in knijpen (hand, stressbal), licht dimmen, ademhalings- en ontspanningsoefeningen, aanraking of lichte massage (door ouder)	Aanmoedigen, belonen, geleide fantasie(verhaal), filmpjes, taakgericht spel, betrekken bij handeling, muziek luisteren of maken, luisteren naar een verhaal, gesprek voeren, focustaal	VR-bril, zoekboek, licht-/beeldprojector, Buzzy®, mobiel, spelcomputer of tablet	Pijnmedicatie (zoals verdovende zalf en pijnstillers) Middelen voor verlagen bewustzijn (zoals lachgas of narcose)

* de leeftijdsgroep is een indicatie. Wat aansluit bij een individueel kind hangt af van zijn/haar ontwikkeling, begripsvermogen en individuele voorkeuren

** overleg de inzet van medicatie met de behandelend arts. Bewustzijns verlagende middelen kunnen helpend zijn om een angstig kind te ondersteunen bij pijnlijke procedures (maar mogen nooit ingezet worden om een kind te overmeesteren). Zet bij pijnlijke procedures altijd gericht pijnmedicatie in om pijn te bestrijden, ook als er bewustzijns verlagende middelen worden gebruikt.