Jak przetrwać z dzieckiem w szpitalu



Był taki czas, że dość niespodziewanie zdrowie mojego synka zaczęło wymagać hospitalizacji. W związku z tym spędziliśmy we dwójkę tydzień na oddziale pediatrycznym w szpitalu na ul. Niekłańskiej w Warszawie

i, ku mojemu naiwnemu zdziwieniu, wyszliśmy stamtąd w zasadzie z taką samą wiedzą i stanem zdrowia, z jakim tam weszliśmy.

Po kilku dniach od powrotu do domu cała nasza rodzina nadal miała problemy z powrotem do codzienności i normalności, bo, jak wiadomo, takie przeprawy nie należą do przyjemnych. Dziś na podstawie moich doświadczeń chciałabym przedstawić mały poradnik, który pomoże takim kompletnie zielonym jak ja (przed wizytą) przeżyć szpital dziecięcy i wyjść z niego (prawie) bez szwanku.

1. Asertywność przede wszystkim

Trzeba się nauczyć bić o swoje, domagać wyjaśnień, badań, informacji. Osoby z natury asertywne mają w tym miejscu dużą przewagę. Osoby mniej pewne siebie muszą się tego nauczyć. Plus jest taki, że matkom często włącza się w takich sytuacjach tryb lwicy – zrobią wszystko, aby ochronić swoje małe, posuwając się wręcz do ataku.
A dosłownie? Mówię o takich sytuacjach, w których lekarze nie przekazują pielęgniarkom i sobie nawzajem odpowiednich informacji, dziecko jest leczone nieefektywnie, z badań nic nie wynika albo lekarz mówi do was takim medycznym bełkotem, że po rozmowie z nim jedyne, co odczuwacie, to ból brzucha. Ja tak miałam. Udało mi się skonfrontować z lekarką prowadzącą raz jeden jedyny, co przyniosło krótkotrwały skutek, a potem już nie miałam siły i na szczęście pomogli mi mój mąż i mama. Warto mieć w odwodzie taką właśnie asertywną osobę, która w razie czego zadziała za was. Bo część niestety bywa tak, że szpital zamiast leczyć, osłabia.

2. Osoby bliskie. W dużych ilościach.

Mąż, mama, rodzeństwo, koleżanka, ktokolwiek. Wsparcie psychiczne to jedno, ale dobrze mieć kogoś, kto zrobi wam zakupy, coś do jedzenia, co będzie miało ciut lepszy smak i ilość niż legendarny szpitalny wikt, przypilnuje waszego brzdąca żebyście spokojnie mogły (lub mogli) wziąć w tym czasie kąpiel lub wyjść na chwilę ze szpitala odetchnąć mniej lub bardziej świeżym powietrzem i zobaczyć, że gdzieś na zewnątrz wciąż istnieje prawdziwy świat. Regulamin szpitala (i mam nadzieję, że wszędzie tak jest) nie nakazuje, aby jedyną osobą opiekującą się dzieckiem była matka. Rodzić może wyznaczyć kogokolwiek. A więc do dzieła! Warto czasem wyjść, a ja miałam ten komfort, że mogłam to zrobić codziennie i bardzo mnie to ratowało. Polecam!

3. Tak dużo komfortu, na ile możesz sobie pozwolić

Brzmi dziwnie, ale szpitale w Polsce poza krzesełkiem przy łóżku dziecka nie oferują rodzicowi dosłownie nic. Proszę o wyprowadzenie z błędu jeżeli w którymkolwiek mieście jest jakaś bardziej hojna placówka. W obliczu takich warunków należy sobie zorganizować życie tak, aby było jak najmniej uciążliwe. Spania na podłodze i siedzenia przez cały dzień na twardym zydelku pomoże nam uniknąć na przykład składany na trzy materac (można z niego zrobić coś à la fotel). Poza materacem życie ratował mi również termos, torba termiczna, własny kubek i sztućce, wygodne ubrania i buty, poszewka na poduszkę uszyta z koszuli męża i telefon z internetem. Dla was to może być cokolwiek innego i nie wahajcie się wziąć tego ze sobą, bo może się okazać, że właśnie ta jedna jedyna rzecz poprawiła wam humor w najczarniejszych momentach.

4. Dystans, cierpliwość i

wyrozumiałość

Do własnego dziecka owszem, ale przede wszystkim do cudzych, i to w dawce dwa lub trzy razy większej niż na co dzień. Serio. Rzadko się zdarza pojedyncza sala, ja byłam na trzyosobowej. I, jak (nomen omen) pragnę zdrowia, nic mi tak w życiu nie pomogło docenić własnego dziecka, jak przebywanie z cudzymi, i to w tak trudnych warunkach.
Kiedy do dyspozycji masz jeden mały pokój i krótki korytarz, nagle okazuje się, że nie bardzo jest gdzie uciec w poszukiwaniu chwili spokoju. Najtrudniejsze są wieczory, bo każde dziecko ma inny rytuał i godziny zasypiania, a najtrudniej będzie miało to, które normalnie zasypia najwcześniej (czyli moje!). Kiedy z dnia na dzień wieczór wygląda coraz gorzej, może nas uratować tylko spokój i poczucie humoru. Czasem można, a nawet trzeba się wypłakać, to bardzo oczyszczające.
W szpitalu przy małym dziecku potrzebna jest ogromna wewnętrzna siła i energia, ale nie pytajcie mnie w jaki sposób się w nie zaopatrzyć, bo do dzisiaj się nie nauczyłam. Są chwile lepsze i gorsze. Na te gorsze trzeba się uzbroić w cały arsenał potęgi i mocy. Te lepsze, kiedy wasze dziecko pięknie się śmieje i bawi, spokojnie siedzi w swoim łóżeczku lub po prostu ładnie je, przygotują was na te gorsze. Trzeba się nauczyć ładować baterie, a potem rozsądnie tym zapasem gospodarować. Wiem, łatwo powiedzieć.

Podsumowując, nasza batalia jeszcze się nie skończyła, ale mam ogromną nadzieję, że nie trafimy już na tak długo do szpitala. Bo, jak mawia stare porzekadło, żeby chorować w Polsce, trzeba mieć zdrowie.

Zapraszam do grupy mam, w której radzimy sobie, pomagamy i jesteśmy dla siebie przyjazne: **KLIK**. Czekam tam na Ciebie z

niecierpliwością!