

# De5bud

- for psykososial ivaretagelse av barn og ungdom i forbindelse med krevende eller smertefulle prosedyrer

## 1. Forberedelse: samtale og lek

Bruk tid, forklar og vis

## 2. Lokalbedøvelse og smertelindring

Emla, sukkervann, lidokain, amming

## 3. Posisjonering

På fang, sitte, ligge, stå

## 4. Avledning

Lek, sang, såpebobler, klovner, smak (godteri), mobil, nettbrett

## 5. Time Out / Plan B

Avbryt, utsett, sedering



### Kompis

For å skape gode relasjoner, gi mestring, trygghet og best mulig samarbeid mellom barn og voksne ved SiV.

## - for gjennomføring av medisinsk prosedyre

1. Vær forberedt slik at du er trygg og vet hva som skal gjøres.  
Ha utstyret klart.
2. Om det er flere helsepersonell tilstede må alle vite hvilken rolle/oppgave de har.
3. Ønsk velkommen og vær særlig oppmerksom på barnet. Hils på barnet først. Vis at barnet er den viktigste personen for deg.
4. En holder dialogen med barnet og foreldre. Det er krevende for barnet å holde fokus på flere.
5. Ta kontroll på situasjonen, bruk god tid på å trygge barnet og foreldre.
6. Lag en plan sammen. Gi oppgaver både til barnet og foreldre. Bruk ord som jobb, oppgave, arbeid, samarbeid, få dette til.
7. Bruk maskoten Kompis, eller annen dukke/kosedyr/leke til å vise hva som skal gjøres.
8. La barnet være med å bestemme hvordan jobben skal gjøres. Barnet kan for eksempel få velge om det skal sitte, ligge, se på, sitte på fang, hvilken hånd eller side. Trenger barnet at noen støtter armen er hovedregelen at helsepersonell har den oppgaven.
9. Gi barnet kontroll. Barn kan ha vanskelig for å si stopp, avtal i forkant at barnet kan gjøre tegn når det trenger pause. Dere må snakke sammen og gjøre en avtale, før dere går videre med oppgaven.
10. Blås såpebobler sammen med barnet. Det avleder og beroliger (dyp pust). Bruk andre former for distraksjon: mobil, godteri, lek, klovner.
11. Bruk positivt språk: Dette får vi til sammen. Dette er nytt for deg, men jeg har gjort dette mange ganger. Vi klarer dette. Det er helt trygt. Unngå ord med negative assosiasjoner som farlig, vondt og smerter. Ikke si: Det gjør ikke vondt, det er ikke farlig.