



Du som har barn, tonåringar eller unga vuxna

Patientinformation från Onkologiska kliniken, Universitetssjukhuset i Linköping

En förälders cancersjukdom påverkar hela familjen, både känslomässigt och praktiskt.

Om vi låter barnen, oavsett ålder, vara delaktiga i det som sker under sjukdomstiden känner de att de bättre kan hantera situationen.

Förr fanns det en idé om att vuxna skulle undanhålla tråkiga saker för barn men det har visat sig att det gjorde en svår situation ännu svårare. Barn märker på vuxna när något är fel och får då bära sina fantasier och sin oro helt ensamma.

Om barn blir delaktiga kan det minska risken för problem senare. På det viset hjälper vi dem och förebygger även barn och ungdomars psykiska ohälsa.

Minderåriga barn som närstående uppmärksammas i dag i hälso- och sjukvårdslagen, HSL. <

I lagen ger man hälso- och sjukvårdens personal i uppgift att erbjuda barnen information och stöd för egen del, då en förälder eller annan vuxen som barnen bor tillsammans med, är allvarligt sjuk. Man vet i dag, både genom forskning och genom erfarenhet, att om barnen får hjälp att förstå situationen och hur sjukdomen påverkar familjen, blir situationen lättare att hantera och tillvaron blir mer begriplig för dem.

Onkologiska kliniken kan hjälpa till med att

- sjuksköterska eller läkare ger medicinsk information relaterad till sjukdomen
- kurator erbjuder stöd till dig som förälder och familj

Kuratorsverksamheten kan erbjuda särskilt stöd enligt följande:

- Strukturerade samtal med föräldrarna/föräldern med fokus på barnens situation
- Enskilda samtal om din situation som förälder
- Anhörigsamtal med barn/ungdomar
- Familjesamtal

När barnen ska få information: Föräldrarna känner sina barn bäst – och det bör därför vara de som informerar och berättar för barnen vad som händer och sägs om sjukdom och behandling. Barn behöver ha en känslomässig relation till den som informerar. Barn ska inte lämnas ensamma efter ett svårt besked. Hur påverkar en förälders sjukdom barnens vardagssituation, kompisrelationer, dagis-/skolsituationen och fritidsintressen?

Revisionsdatum

Barn behöver veta:

- Vad sjukdomen heter
- Vad som görs för att hjälpa
- Vad som kommer att ske närmaste tiden
- Eventuella förändringar i vardagen
- Att cancer inte smittar
- Uppmuntra barnen att ställa frågor – svara bara på det barnen frågar. Barn klarar raka svar när de själva ställer frågan.
- ”Jag vet inte”, är också ett svar.
- Tipsa om att barn kan känna sig *delaktiga* genom att få hjälpa den sjuke likaväl hemma som på sjukhuset.

Ytterligare tips och tankar:

- Viktigt att en del dagar bara får vara vanliga och/eller roliga dagar också. Pauser från det svåra är viktigt.
- Prata konkret om vardagssituationer, vem som till exempel ska skjutsa till fotbollen (skapar trygghet i kaos).
- Respektera barnet/tonåringen när de inte vill prata och att de har rätt att välja med vem de vill prata.
- Föräldrar kan dö men de flesta blir friska. Viktigt att barn/ungdomar får berätta om sina tankar och farhågor för någon vuxen och att vuxna tar dem på allvar och varken förstorar eller förminskar.
- Barnet/tonåringen kan ha skuld känslor för att omgivningen säger att de ska vara duktiga i aktuell situation.
- Viktigt att barnet hålls kontinuerligt informerat. Barnet ska veta att det får information om situationen ändras.
- Att sätta gränser och hålla på dagliga rutiner ger trygghet och visar att man bryr sig om. Barn vill att föräldrar ska fortsätta att vara just föräldrar.

Ytterligare åtgärder i de fall barnen mår dåligt och/eller föräldrar behöver hjälp att klara av situationen:

- Kuratorskontakt
- Det informella nätverkets möjligheter: Vad finns det för släktingar, vänner, grannar som kan hjälpa till och finnas som stöd för barnet/föräldrarna?
- Förskolan/skolans möjligheter: Vad kan läraren eller annan vuxen på skolan ge för hjälp? Skolhälsovården kan också vara en stödjande samtalspartner.
- Öppenvårdsteamet på barn- och ungdomspsykiatri (BUP)

På onkologiska kliniken välkomnar vi besökande i alla åldrar. Du är välkommen att ta med dina barn och ungdomar för att visa vad som händer när du är på sjukhuset. Prata gärna med någon personal innan.

Möjlighet till kuratorskontakt på sjukhuset för barn och ungdom:

- Samtal i olika former exempelvis som stöd, krishantering och bearbetning av det som skett
- Barn- och ungdomspsykiatri (BUP)

Revisionsdatum

Utanför sjukhuset finns möjlighet att få hjälp via:

- ✔ Skolkurator
 - ✔ Skolhälsan
 - ✔ Daghem och fritids
 - ✔ Stadsmissionen i Linköping och Norrköping
 - ✔ Eleonorgruppen i Linköping
 - ✔ Ungdomsmottagningen i Linköping
 - ✔ Råd och stöd inom kommunen, läs mer på din kommuns hemsida
-