

Vaccination af børn

Fem gode råd til sundhedsfaglige om samarbejdet med barnet og forældrene

Undgå fastholdelse!

Det er aldrig en god løsning at holde barnet fast:

Hvis det på ingen måde er muligt at gennemføre vaccinationen af barnet denne dag, er det bedre at udsætte vaccinationen nogle timer eller dage, end at tvinge barnet gennem proceduren, da det kan traumatisere barnet for livet

1. Skab god og tillidsfuld relation til barn og forældre ved at tale om andet end vaccinationen

2. Brug lokalbedøvende creme

- Vi anbefaler brug af lokalbedøvende creme. Cremen skal være påsat mindst 1 time og højst 5 timer før barnet skal vaccineres.

3. Positionering: Hjælp barnet til at stå eller sidde på en god måde:

- Børn i alderen 0-12 mdr. skal helst være i tæt kropskontakt med mor eller far, eller sidde svøbt i en dyne/tæppe
- Børn i alderen 1-5 år har stor glæde af at sidde tæt på mor eller far, enten oprejst eller på skødet af mor/far
- Børn i alderen 6-12 år har stor glæde af at sidde oprejst med forældre tæt på
- Børn over 12 år skal have mulighed for selv at vælge, hvordan de vil sidde/ligge

4. Distraktion: Distraher barnet eller få hjælp fra forældrene, så barnet tænker på noget rart/andet, mens det bliver vaccineret

- Mindre børn: Fortæl historier under vaccinationen, syng for dem, eller tal om noget, barnet glæder sig til eller er glad for at tale om
- Større børn: Lad barnet spille på mobil/tablet, lytte til musik eller fortæl en spændende historie.

5. Inddrag forældre, så I sammen kan hjælpe barnet gennem vaccinationen

Fx ved at:

- skabe en rolig og let atmosfære
- Anvende tidligere erfaringer
- Være opmærksom på dit sprogbrug
- Tale om andet end vaccinationen

Sprog, der virker

Både sundhedsfaglige og forældre kan med fordel bruge sprog, der er med til at distrahere, informere og rose og anerkende den indsats, barnet gør eller prøver på at gøre. Sig fx:

- 'Forestil dig at du er Supermand, og at det er en styrkeprøve' (distraktion)
- 'Andre børn siger, det føles lidt som et hurtigt niv' (information)
- 'Lad os prøve at tænke på noget andet, fortæl mig om den film' (distraktion)
- 'Det tager kortere tid end en reklame på tv' (information)
- 'Du er meget modig og sej' (ros, opmuntring)
- 'Det er svært, men jeg er stolt af, at du vil gøre det' (ros)

Sprog, der skal undgås

Undgå at bagatellisere det, der skal ske, og hold fokus på det positive. Giv ikke falske garantier. Undgå derfor at sige følgende:

- 'Det skal nok gå, der er ikke noget at være bange for' (falsk garanti)
- 'Det kommer ikke til at gøre ondt' (uklart, negativt fokus)
- 'Du opfører dig som en baby' (kritik)
- 'Fortæl mig, når du er klar' (for meget kontrol)
- 'Jeg er også ked af det' (undskyldning)
- 'Det er snart overstået' (negativt fokus)
- 'Du skal ikke være ked af det' (negativt fokus)