

Barn - Psykososial preoperativ forberedelse, 0-18 år

D37616

Utgave:
3.02Gjelder fra:
23.02.2023

Side 1 av 9

Hensikt og omfang

- Tilstrebe trygge og godt forberedte barn og pårørende
- Oppfylle kravet om barnets rett til alderstilpasset informasjon (1)
- Kvalitetssikre alderstilpasset preoperativ informasjon
- Forebygge postoperative komplikasjoner
- Gjelder barnet/ungdommen, foreldre, foresatte og øvrige familie

Ansvar/målgruppe

- Helsepersonell

Bakgrunn

Forberedelse av barn bør være godt planlagt og gjennomført i hensiktsmessig rekkefølge. Godt forberedte barn er mer tilpasningsdyktige gjennom innleggelsen. Noen trenger forberedelse utover prosedyren pga. uttalt angst, ofte p.g.a. tidligere skremmende erfaringer eller dårlig smertelindring. Barn og ungdom med uttalt vegring og engstelse for prosedyrer og inngrep bør henvises til BUP i god tid før elektive prosedyrer eller inngrep.

Barn som er godt forberedt til kirurgisk inngrep og postoperativt forløp opplever

- Mindre engstelse ved anesthesiinnledning
- Mindre stress ved oppvåkning
- Lavere forekomst av postoperativ agitasjon og akutt delir/forvirring
- Mindre behov for analgetika og sedativa
- Raskere utskrivning fra postoperativ enhet
- Mindre adferdsforstyrrelser som mareritt, separasjonsangst, spiseforstyrrelser og sengevæting postoperativt

Trygge foreldre skaper trygge barn

Det er viktig å opparbeide tillit til barnet og familien. Foreldrene er barnets ressurspersoner og må innlemmes i forberedelsene. De kjenner barnet sitt, dets spesielle behov og interesser, og er mer fornøyde og mindre engstelige når de er godt forberedt på barnets pre- og postoperative forløp. Deres stressnivå, toneleie og ansiktsuttrykk kan påvirke barnets oppfattelse av situasjonen. Ved å legge til rette for en aktiv rolle i forberedelsene vil foreldrene oppleve mestring og redusere stressnivået som en sykehusinnleggelse medfører.

Handling[Spedbarn 0-1 år](#)[Småbarn 1-3 år](#)[3 - 6 år](#)[6 - 12 år](#)[12 - 18 år](#)

Kirurg, forberedelser

Hva

- Forundersøkelser (hvilke, hvorfor, hvordan, når)
- Selve inngrepet (hvorfor, hvordan, prognose, tid, ev. komplikasjoner/risiko)
- Pre- og postoperativt forløp (hva, hvor, hvordan, når)
- Forventet smerte og smertelindrende tiltak (medikamentell/ikke-medikamentell, hvorfor, hvordan)

Hvordan

- Tegne og fortelle
- Benytte demonstrasjonsmodell, bilder, utstyr tilpasset alder

Anestesi, forberedelser

Hva

- Forberedelser (faste, faste medisiner, tidligere erfaringer, allergier)
- Pre- og postoperativt forløp (i slusa og på operasjonsstua når barnet er våkent, hva forventes av barnet, hva vil barnet se, føle og lukte, hva skjer etter inngrepet, hvilket utstyr har de på seg)
- Premedikasjon (hvilke, hvorfor, hvordan, når)
- Forventet smerte og smertelindrende tiltak (PNB, PCA, EDA)

Hvordan

- Tegne og fortelle
- Benytte demonstrasjonsmodell, bilder, utstyr tilpasset alder

Sykepleier, forberedelser

Hva

- Praktisk informasjon inkl. hygieniske forholdsregler (avdelingens rutiner)
- Rolleavklaring
- Pre- og postoperativt forløp (hva, hvor, hvordan, når)
- Preoperative forberedelser (hva, når, hvor, hvorfor, hvordan)
- Postoperativ smertevurdering (FLACC, FPS-R, NRS, VAS) og smertelindring (medikamentell/ikke-medikamentell, hvorfor og hvordan)
- Pårørendes tilstedeværelse pre-, per- og postoperativt
- Mestringsstrategier (barn, foreldre)

Hvordan

- Tegne og fortelle
- Demonstrasjonsmodell, bilder, utstyr tilpasset alder
- Forberedelsesfilmer;
 - Barn: <https://vimeo.com/109901729>
 - Ungdom: <https://vimeo.com/109901730>
- Omvisning på aktuelle avdelinger
- Demonstrasjon av og/eller lek med sykehusutstyr; se <https://ehandboken.ous-hf.no/api/File/GetFileDocument?entityId=126586>
- Smertevurderingsverktøy

Informasjon

Hvor

- Informasjon bør gis i rolige, trygge og barnevennlige omgivelser, f.eks. samtale- eller pasientrom, hvor relevant utstyr/leker er tilgjengelig. Lekerom/ventearealer/gang er barnas friområder. Venting på lekerom kan redusere stress.

Når og hvordan

- Forberedelse av barn og ungdom bør starte hjemme, via innkallingsbrev/informasjonsskriv, bør være godt planlagt og gjennomføres i hensiktsmessig rekkefølge
- Det anbefales at barn forberedes en dag i forkant av innleggelse tilsvarende alder; 3 år = 3 dager før innleggelse, 5 år = 5 dager før innleggelse osv.

Alderstilpasset informasjon

Hvert barn er unikt og det er ikke mulig å definere en standard. Individuelle hensyn tas i forhold til alder, utvikling og situasjon. Ved kommunikasjon med barn er det viktig

- Å møte hvert enkelt barn med tanke på alder og utviklingsnivå
- At informasjonen er planlagt, ærlig, konkret og fortalt på en måte som barnet forstår
- Å gi åpning for spørsmål, at det er samsvar mellom verbale og non-verbale signaler som ansiktsuttrykk og kroppsspråk

Definisjoner

- Foreldre: Foresatte/pårørende eller andre med foreldreansvar
- EDA: Epidural analgesi
- PCA: Pasient kontrollert analgesi
- NRS: Smertevurderingsverktøy Numeric Rating Scale, 0–10 smerteskala
- FPS-R: Smertevurderingsverktøy Face Pain Scale Revised, ansiktsskala
- FLACC: Smertevurderingsskala (The Face, Legs, Activity, Cry, Consolability scale)

Spedbarn 0–1 år

Aldersspesifikke kjennetegn

- Omgivelser som gir ro og trygge rammer
- OBS overstimulering. Tegn på dette kan være: Barnet søker bort fra kontakt, er urolig/vanskelig å roe, økt tendens til gulping, apneer, pulsøkning og SaO₂-fall
- Spesielt sensitiv for nonverbal kommunikasjon
- Barnet er i den orale fase; suging/amming gir trøst og trygghet

Informasjon

- Hva kan forventes rundt amming før og etter inngrepet, brystpumping dersom barnet ikke kan ammes.
- Kroppskontakt med mor/far og leiring i seng
- Opprettholde rutiner ved bl.a. søvn og måltider
- Imøtekomme og ivareta foreldre
- Være bevisst på å bruke rolig kroppsspråk

Hjelpemidler/tips

- Tilrettelegg for ammende mødre; stress kan føre til nedsatt melkeproduksjon (NB: fastetider)
- Narresmøkk, morsmelk, melk fra flaske
- Massasje, berøring, vugging og rytmiske bevegelser
- Ensformige lyder, sang, barneregler, gjentakelser
- Leker med sterke farger og lyd
- Billedbøker, hånddukker, såpebobler

Småbarn 1–3 år

Aldersspesifikke kjennetegn

- Egosentrisk, begynnende evne til magisk tenkning, forstår enkle forklaringer
- Har ikke evne til å identifisere eller forstå hva som er best for dem
- Begynnende evne til selvstyre og selvkontroll
- Lærer sammenhengen mellom egne bevegelser og virkningen av dem
- Separasjonsangst fra pårørende
- Har behov for forutsigbarhet gjennom rutiner og regelmessighet
- Tap av eller mangel på kontroll kan føre til økt stressnivå

Informasjon

- Rutiner og regelmessighet gir mening og forutsigbarhet
- Pårørendes tilstedeværelse
- Primærsykepleie bør tilstrebes
- Forberedelse i så nær tid før inngrepet som mulig

Hjelpemidler/tips

- Avledning, humor eller avledningsøvelser
- Samtale og lek
- Lek med medisinsk demonstrasjonsutstyr
- Bilder og tegninger
- Enkle forklaringer, unngå ord med dobbeltbetydning (stikkklaken, stikkpille, slange, gi medisin i støt)

Foreldre

- Foreldre kan føle stress og være utrygge i en ukjent sykehussituasjon
- Tilrettelegg for ammende mødre; stress kan føre til nedsatt melkeproduksjon (NB: fastetider)
- Opplevelse av tap i foreldrerollen
- Trenger individuell omsorg

Informasjon

- Hva kan forventes rundt amming før og etter inngrepet, brystpumping dersom barnet ikke kan ammes
- Tilrettelegge for at pårørende kan følge barnet til operasjonsstua samt være tilstede under anesthesiinnledning

- Pårørende er barnets viktigste omsorgsgivere og trenger hjelp til å føle seg nyttige. Gi realistisk informasjon (hva skal gjøres, tidsperspektiv, hvem opererer, postoperativ overvåkning).
- Gi omsorg som tar vare på familien som helhet. Gi foreldre rom til å uttrykke sine følelser, "alenetid" om nødvendig
- Bruke foreldre aktivt i å støtte barnets mestringsstrategier

Hjelpemidler/tips

- Fortløpende muntlig og skriftlig informasjon
- Følelsesmessig støtte
- Støtte i foreldrerollen

3 – 6 år

I denne alderen øker interessen for hva som skjer med/i kroppen. Fra 4–5 års alder er barn mer åpne og mottakelige for enkle samtaler om hvordan kroppen fungerer.

Aldersspesifikke kjennetegn

- Redd for skade og lemlestelse på kroppen
- Redd for tap av kontroll, det ukjente, mørke og å bli forlatt
- Egosentriske med konkret tankegang og manglende evne til å tenke abstrakt
- Animisme og magisk tenkning
- Har enkle oppfatninger om sin kropp, som å tro at alt blodet renner ut når bandasje fjernes
- Tolker ord og uttrykk bokstavelig og har tendens til å gi egne forklaringer og definisjoner til ord de ikke forstår
- Kan oppleve mer prosedyrerelatert smerte enn eldre barn og ungdommer fordi de forstår mindre og har mindre evne til kontroll over det som foregår, og fordi de ikke har utviklet mestringsstrategier til å takle smerten med

Hvordan forberede

- Bør forberedes så nært inntil undersøkelse/inngrep som mulig; opptil dager i forveien ved store hendelser, timer ved mindre hendelser.
- Informer maksimalt en uke i forveien, hvis ikke barnet selv har spurt om det, da det kan forårsake unødvendig uro og angst
- Forklar konkret og spesifikt for å danne en reell forventning hos barnet. Beskriv hva som kommer til å foregå og hva barnet vil se, smake, kjenne, høre og lukte.
- Fra 4–6 års alder trenger barnet utfyllende informasjon og forklaringer for å få oversikt og kontroll
- Bruk ord som barna forstår, bruk ikke ord med dobbelt betydning som slange, stikkpille o.l.
- Understrek at barnet vil våkne etter narkosen da døden ofte beskrives som "å sovne"
- Understrek at målet med prosedyren/inngrepet er at barnet skal bli friskere
- Forsikre barnet om at det ikke har gjort noe galt, og at det som skjer ikke er straff
- Gjenta informasjonen hver gang prosedyren/undersøkelsen skal skje; angst kan påvirke hukommelsen og det er ikke sikkert at barnet husker dette fra sist
- Lytt til barnet og observer hva barnet tegner
- Vær ærlig og forklar endringer i rutiner og planer

- Barn har begrenset forståelse av tid. Bruk konkret språk og knytt hendelser til kjente fenomener som leggetid etc.
- La barnet være med å bestemme når mulig
- Avklar barnets tidligere erfaringer/kunnskap om sykehusopphold

Hjelpemidler/tips

- Vis bildeperm småbarn/barn
- Vis forberedelsesfilm, se avsnitt [Sykepleier, forberedelser](#).
- Omvisning på aktuelle avdelinger
- Gi premier ved/etter prosedyrer og undersøkelser
- Lek preoperative forberedelser; rollespill med dukke (Kiwanis) og sykehusutstyr
- For å bekrefte forståelse, be barnet om å gjenfortelle til en annen person/dukke
- Det er ofte mer skremmende å ikke vite enn å vite
- Trygg barnet på at det ikke vil bli forlatt av foreldrene
- Gi barnet ros ved å knytte den til oppførsel under prosedyre, for eksempel "vi ble fort ferdig fordi du satt stille" fremfor "du er flink gutt".
- Vis barnet mestringsstrategier, f.eks. avledningsteknikker (fantasireise, pusteteknikker, lese historie) og veiled barnet i å bruke det under prosedyrer
- Vise og forklare FPS-R (ansiktsskala) til barn fra 5 års alder

6 – 12 år

Aldersspesifikke kjennetegn

- Er mer selvstendige, begynnende evne til logisk/abstrakt tenkning, men har fortsatt tendens til å ta ting bokstavelig
- Begynner å se sammenheng mellom årsak og virkning
- Magisk tenkning, spesielt hos de yngste i denne gruppen
- Begrenset innsikt i hvordan kroppen fungerer og hvordan sykdom påvirker den
- Redd for å være "unormal", og å ikke leve opp til det de tror er forventet av dem
- Kan gi uttrykk for at de forstår, selv om det ikke er tilfelle
- Venner og jevnaldrende er i økende grad viktig
- Foreldre er fortsatt svært viktig for barnets trygghet, spesielt i stressituasjoner
- Frykter tap av kontroll, skader på kroppen og død

Hvordan forberede

- Bør forberedes fra et par dager til uker i forveien
- Avklar barnets forståelse og tidligere erfaringer
- Be barnet gjenfortelle gitt informasjon for å bekrefte forståelsen
- Gjenta forklaringer flere ganger, bruk ord som barna forstår, ikke ord med dobbelt betydning som slange, stikkpille og lignende
- Oppmuntre barnet til å stille spørsmål, gi rom for ulike typer reaksjoner
- Gi barnet valg hvis mulig
- Vær ærlig, det kan hende at barnet vil oppleve smerte/ubehag
- Trygg barnet på at de får medisin hvis det har smerter/kvalme
- Lytt til barnet når det leker, dette kan gi innblikk i deres tanker og forståelse
- Bruk gjerne som eksempel hvordan jevnaldrende har opplevd samme situasjon

Hjelpemidler og tips

- Gi informasjon muntlig og i kombinasjon med ulike hjelpemidler
- Bruk ordentlig utstyr til demonstrering (scop, saturasjonsmåler, oksygen, PVK, bandasjer, EDA, PCA, urinkateter og lignende)
- Vis bildeperm og film, se avsnitt [Sykepleier, forberedelser](#).
- Bruk norske ord, unngå latin og fremmedord
- Lov aldri noe du ikke kan holde
- Fysisk omvisning
- Lek (Kiwanisdukke, rollespill, utstyr)
- Lær barnet mestringsteknikker som avledning og pusteøvelser ved prosedyre
- Presenter et smertescoringsverktøy; NRS, FPS-R (ansiktsskala) slik at barnet kjenner dette igjen etter inngrepet/prosedyren

12 – 18 år

- Informasjon bør gis fra en til flere uker før inngrepet

Generelt for ungdom

- Jenter og gutter er mer like enn ulike, jenter er jevnt over tidligere utviklet
- Har økende evne til å tenke rasjonelt og abstrakt
- Begrenset evne til å kunne vurdere komplekse sammenhenger
- Kan fremdeles ha noe magisk tenkning og føle skyld for at de er syke
- Er egosentriske
- Har tendens til sterke reaksjoner på smerte som ikke alltid står i forhold til det som er forventet
- Kan ha en begrenset forståelse for kroppens funksjoner og oppbygning

Informasjon

- Vær varsom, ungdom oppfatter både hva de blir fortalt og hvordan det fortelles
- Gå forsiktig frem, de er opptatt av at andre ikke skal oppdage deres følelser av utilstrekkelighet, avhengighet og forvirring
- Vær ærlig om konsekvensene
- Understrek samarbeid og inkluder ungdom i beslutninger, valg og behandlingsstrategier. Respekter ungdommens opplevelse (særlig av smerte) som reell.
- Respekter private grenser og privatliv
- Respekter at ungdom trenger å være uavhengig, men husk at de ofte veksler mellom å være uavhengig og avhengig. OBS taushetsplikt.
- Informer om normal anatomisk, fysiologisk og psykisk utvikling, reaksjon relatert til inngrepet og sammenhenger mellom symptomer, sykdom og behandling
- Informer om hvordan livsstil kan påvirke innleggelsen (stimulantia, seksualitet, prevensjon)
- Informer om at piercing øker faren for infeksjon og kan komme i direkte konflikt med inngrep/undersøkelse (forstyrrelser på røntgenbilder, kan bli dratt ut av magnetfelt under MR, kan hindre blærekateterisering og intubering). Må piercing fjernes, bør det gjøres av ungdommen selv.
- Gi åpning for at de kan ha samtaler uten at foreldrene er tilstede

Hjelpemidler og tips

- Bildeperm for ungdom
- Ungdomsfilm, se avsnitt [Sykepleier, forberedelser](#)
- Demonstrasjon av medisinsk utstyr
- Omvisning på aktuelle avdelinger

- Introduser smertevurderingsverktøy FPSR (ansiktsskala) og NRS (numerisk skala) preoperativt
- Undervis i mestingsstrategier; avspenning, pusteteknikker, selvtrøstende snakk, fantasireiser
- Informasjonen kan gis som skriftlig informasjon, telefonsamtaler og via internett

Tidlig, ca. 12–15 år for jenter, ca. 13–16 for gutter

Hovedfokus

- Kroppsbilde
- Forhold til jevnaldrende blir mer viktig
- Fremdeles sterk tilknyttet foreldrene

Tips

- Barnets rettigheter: Når ungdom er mellom 12 og 16 år skal det ikke gis opplysninger til foreldre når ungdommen, av grunner som bør respekteres, ikke ønsker det (1). Gjør samtidig klart at du som fagperson vurderer hva foresatte/foreldre må vite. Diskuter sammen hvordan dette skal formidles.
- Definer sammen hvem som er pårørende/støttespillere og kan få informasjon

Mellom, ca. 15–17 år

Hovedfokus

- Autonomi/selvbestemmelsesrett
- Ansvar

Tips

- Barns rettigheter: Ungdom over 16 år har rett til å nekte foreldre å få vite at de har vært hos lege
- Definer sammen med ungdommen hvem som er pårørende/støttespillere og hvem som kan få informasjon.

Opp til 18 år

Hovedfokus

- Rolledefinisjon med tanke på utdanning, karriere, giftemål og livsstil

Tips

- Barns rettigheter: Ungdom over 16 år har rett til å nekte foreldre å få vite at de har vært hos lege
- Definer sammen med ungdommen hvem som er pårørende/støttespillere og hvem som kan få informasjon (gjelder etter fylte 18 år).

Foreldre

Tips

- Diskuter hvordan de kan støtte ungdommen under innleggelsen.
- Informer om barns rettigheter og ev. ønsker relatert til taushetsplikt

Referanser

1. Helse- og omsorgsdepartementet. Lov om pasient- og brukerrettigheter (pasient- og brukerrettighetsloven). [Internett] [hentet 2020-09-10]. Tilgjengelig fra: https://lovdata.no/dokument/NL/lov/1999-07-02-63/KAPITTEL_7#KAPITTEL_7
2. Barneombudet. Sykehusekspertenenes 10 bud. [Internett] [hentet 2020-09-10]. Tilgjengelig fra: <http://barneombudet.no/wp-content/uploads/2013/09/sykehusekspertenenes10bud.pdf>
3. Oslo Universitetssykehus, E-håndboken. Psykososial preoperativ forberedelse av barn 0 - 18 år. [Internett] [hentet 2020-09-10]. Tilgjengelig fra: <https://ehandboken.ous-hf.no/document/49509/fields/23>