



# KIDS COMFORT

## Inleiding

Op verzoek van de arts staat er binnenkort een bloedonderzoek gepland. Dit onderzoek wordt gedaan om te kijken of uw kind ziek is of om te controleren hoe het gaat met de al bekende ziekte. Om dit onderzoek zo goed mogelijk te laten verlopen, willen we u informeren hoe u uw kind kunt voorbereiden op dit onderzoek. Ook leggen wij uit hoe de bloedafname verloopt.

### Bereid u samen voor op het onderzoek

U kent uw kind het allerbeste. Denk vooraf na wat uw kind zou kunnen helpen om het onderzoek rustig en zonder stress of angst te doorlopen. Als we praten over bloedonderzoek zien we dat kinderen angstig worden als we daar bepaalde woorden bij gebruiken. Andere woorden helpen juist om rustig te blijven.

Tabel over geruststellende woorden bloedafname	
Woorden/zinnen die angst brengen	Woorden/zinnen die rust brengen
Prik (Er komt een prik aan)	Onderzoek (De dokter gaat het onderzoek doen)
Pijn (Het doet maar even pijn)	Drukkend/gek gevoel, ik ben benieuwd wat jij ervan merkt?
Aftellen (Daar komt de prik, 3...2...1...)	Ik ben benieuwd wanneer je voelt dat het klaar is
Het is zó voorbij	Dit gaat ons samen lukken

- Meer informatie over helpend taalgebruik vindt u op [Folder helpend taalgebruik - Kind & Ziekenhuis \(kindenzorg.nl\)](#)
- Leg uw kind uit dat het naar het ziekenhuis gaat voor een onderzoek, maar probeer hier geen lang gesprek van te maken.
- Bedenk wat een goede manier is om de aandacht van uw kind te trekken. Heeft uw kind een favoriet boekje of speeltje waar je altijd succes mee hebt? Neem die dan mee. Is er een filmpje dat uw kind graag kijkt? Zet die dan klaar om af te spelen tijdens het onderzoek. Overigens mag uw kind natuurlijk ook meekijken hoe het onderzoek wordt gedaan als hij/zij dat interessant vindt.
- Het is ook belangrijk om te bedenken wie van u (ouders/verzorgers) het onderzoek het beste kan begeleiden.

### Vertel hoe u het wilt vóór het onderzoek wordt uitgevoerd

Vertel aan degene die het bloedonderzoek gaat afnemen welke methode het beste werkt voor uw kind. Dan kan hier rekening mee worden gehouden. Heeft u en/of uw kind in het verleden vervelende situaties meegemaakt bij het afnemen van bloedonderzoek of andere onderzoeken/situaties in het ziekenhuis? Of zijn er specifieke aandachtspunten met betrekking tot uw kind waar we rekening mee kunnen houden? Bespreek dit dan ook, dan houden we hier rekening mee. Soms kan het zijn dat we dan de bloedafname op een ander moment en/of op een andere locatie plannen.



### **Plaatselijke verdovingszalf (EMLA)**

Deze zalf bevat een verdovende stof en moet met een speciale pleister of folie op de plaats worden gehouden. Vraag bij de polikliniek van de arts of het laboratorium naar deze zalf. De zalf moet minimaal 60 minuten inwerken voordat de huid goed verdoofd is. Als uw kind na dit bezoek vaker een bloedafname nodig heeft, kunt u op de poli vragen om een recept voor een tube EMLA-zalf plus pleister. In de folder EMLA wordt uitgelegd hoe je deze zalf kunt aanbrengen.

Let op: de zalf moet in de koelkast bewaard worden en is beperkt houdbaar. De zalf kan niet gebruikt worden bij een bloedafname uit de hiel of vingertop. Deze afname gaat namelijk anders en de crème kan dan gaan mengen met het bloed. Hierdoor kan het onderzoeksresultaat beïnvloed worden.

### **Sucrose**

Sucrose is een vloeistof die bestaat uit suiker. Je geeft dit kort voor de bloedafname bij jonge kinderen tot ongeveer 8 maanden. Deze vloeistof zorgt voor een prettige sensatie bij kinderen en leidt hierdoor af van het vervelende gevoel dat veroorzaakt kan worden door de bloedafname.

### **Aanmelden**

U hoeft geen afspraak te maken voor een bloedafname, maar u moet zich wel identificeren met een geldig paspoort of identiteitsbewijs van uw kind bij de ontvangstuil in de centrale hal. Het systeem controleert de gegevens. U krijgt vervolgens een dagticket. Bij de bloedafname kunt u het dagticket scannen bij de aanmeldzuil. Zonder dagticket en aanmelding wordt uw kind niet opgeroepen. Er wordt rekening gehouden met de aanmelding van kinderen als ze jonger zijn dan 10 jaar.

### **Openingstijden bloedafname, lokatie Zaans Medisch Centrum**

- Iedere werkdag van 08.00 tot 17.00 uur
- Op dinsdag ook in de avond tot 21.00 uur

### **Openingstijden bloedafname, lokatie polikliniek Saendelft (alleen voor kinderen ouder dan 5 jaar)**

- Iedere werkdag van 08.15 tot 10.30 uur

## Procedure

Hoe wordt bloed afgenomen?

Bij baby's wordt bloed afgenomen uit het hielkje. Bij iets oudere kinderen wordt er bloed uit een vingertop, een bloedvat uit de arm of op de hand afgenomen. Dit is afhankelijk van de grootte van uw kind en de hoeveelheid bloed die voor het onderzoek nodig is. Wanneer het bloed wordt afgenomen uit het hielkje, is het gemakkelijker als uw kind op een aankleedkussen ligt. In alle andere gevallen mag uw kind bij u op schoot zitten tijdens de bloedafname.

## De bloedafname

Als er EMLA zalf gebruikt is, verwijdert de laboratoriummedewerker de speciale pleister of folie en maakt de huid schoon. Bij bloedafname uit de arm krijgt uw kind eerst een elastische band (stuwband) om de arm om de bloedafname te vergemakkelijken. Met behulp van een vliedernaald of naald waaraan buisjes kunnen worden geklikt, wordt vervolgens het bloed afgenomen. Bij afname uit een vingertop of hielkje wordt de huid schoongemaakt, waarna er met een soort 'pennetje' bloed wordt afgenomen.

## Wat kunt u tijdens de procedure doen?

### 1. Een rustige positieve houding

Waarom? U kunt uw eigen angst doorgeven aan uw kind. Als u rustig bent zal uw kind ook rustiger zijn. Dus het is belangrijk dat u rustig blijft, vóór, tijdens en na de procedure.

*Hoe doet u dat?*

Blijf bij uw kind, wees rustig en praat met uw gewone en rustige stem vóór, tijdens en na afloop van de procedure. Het kan helpen om uw stem doelbewust te verlagen omdat bij spanning de stem vaak onbewust omhoog gaat. Door uw stem te verlagen, straalt u meer rust uit. Om zelf rustig te blijven, kunt u een paar keer langzaam en diep ademhalen vóór, tijdens en na de procedure. U kunt dit ook samen met uw kind doen. Als u vooraf denkt dat dit moeilijk voor u wordt, kunt u dat gewoon bespreken met de dokter, medisch pedagogisch zorgverlener of verpleegkundige. Zij kunnen u dan helpen.

### 2. Leid uw kind af

Onze hersenen kunnen niet alles tegelijkertijd voelen. U bent zich vaak alleen maar bewust van wat u voelt als u eraan denkt. Als u nu bijvoorbeeld denkt aan uw voeten in uw schoenen, dan voelt u weer dat u schoenen aan hebt, terwijl u dat enkele zinnen hiervoor niet voelde. Door dus de focus van uw kind op iets anders dan de ingreep te leggen, zal uw kind minder angst en pijn ervaren.

## Hoe doet u dat?

Leid uw kind af, vóór, tijdens en na de ingreep, bijvoorbeeld door samen te zingen, te praten over de favoriete vakantie, hobby, sport, game, tv-programma, boek of speelgoed. Maar u kunt uw kind ook voorlezen, samen bellenblazen of iets laten zien op de tablet of telefoon. Hoe meer uw kind wordt afgeleid, hoe beter het zal werken.

In sommige situaties, bijvoorbeeld als u in het ziekenhuis bent, zal er misschien ook een medisch pedagogisch zorgverlener of een (kinder)verpleegkundige zijn die uw kind afleidt. Dit kunt u van tevoren met elkaar afstemmen.

### 3. Samen rustig in- en uitademen

Sommige kinderen willen juist wel kijken naar de ingreep. Dan kunt u zeggen: "Wat gaat het goed, hè? Blaas maar lekker uit waardoor het nog beter gaat". Het is namelijk bekend dat uitblazen ervoor zorgt dat uw kind meer ontspannen wordt en daardoor ook minder pijn en angst zal voelen. Samen rustig in- en uitademen zal uw kind dus helpen om meer ontspannen te blijven tijdens de bloedafname.

### Na de bloedafname

Na de bloedafname mag uw kind een mooie pleister en een cadeautje uitzoeken. Praat met uw kind nog even na over de bloedafname. Laat uw kind zelf vertellen hoe het ging of wat het erover kwijt wil. Luister naar uw kind en geef complimenten. Spreek uw trots uit over wat goed ging.

Bijvoorbeeld:

- Wat heb je goed uitgeblazen.
- Wat heb je goed naar het filmpje gekeken. Daardoor ging het goed en gemakkelijk.
- Omdat jij het zo goed deed, was het snel klaar.



Bedenk voor uzelf als ouder(s) wat deze keer uw kind het beste heeft geholpen. Maak geen opmerkingen die de afname achteraf negatief kunnen kleuren (bijvoorbeeld 'daar hoef je toch niet om te huilen?')

### Uitslag van het onderzoek

Het laboratorium geeft de uitslag van het onderzoek aan uw arts. U krijgt een afspraak op de polikliniek of een belafsprak met de arts om de uitslag te bespreken.

### Contact

Heeft u vragen of opmerkingen over de bloedafname? Bespreek deze dan met de behandelend arts of de medewerker van het laboratorium. Ook kunt u bellen met de polikliniek kindergeneeskunde, telefoonnummer 075 650 1240.