

## Når børn bliver syge



Når børn bliver syge, har de først og fremmest behov for kærlig omsorg og pleje fra mennesker, de kender og har tillid til. Det gælder i øvrigt ikke kun for børn, det gælder for alle mennesker – voksne som børn.

Dette nævnes først, fordi det kan lyde som en selvfølge, og alligevel alt for ofte netop er det, som bliver glemt eller forsømt.

Omsorg og pleje kræver tid og opmærksomhed, og når det ofte går galt, er det fordi, de fleste af os har et meget stramt program, som kun med besvær kan omlægges, og derfor bliver børns sygdom ofte en besværlig komplikation i en i øvrigt stresset hverdag.

Det er den akutte sygdom, der omtales her. Kronisk, langvarig sygdom kræver sin egen "klumme".

Pludselig og på det mest ubelejlige tidspunkt klager barnet sig, eller man bliver selv bange for, at barnet ikke er rask, og hvad skal man så gøre? Det umiddelbare råd er: sæt dig roligt ned og tænk dig om. Brandregulativets paragraf 1: Bevar ro og overblik!

Bliv sammen med barnet, så det ikke er alene – hent det evt. ind i sengen, hvis det er efter sengetid, og det har en alder og størrelse, hvor det er naturligt.

Det er svært at være syg og dårlig, og det er endnu værre – og unødvendigt – at skulle være alene om det.

Alt for ofte går der alt for hurtigt panik i foretagenet. De voksne kommer til at tænke på det værst mulige og bliver usikre. Er det nu, der skal handles? Hvad gør vi? Eller måske skaber barnet sig bare for at få opmærksomhed?

Men hvis børn må bruge sygdom og klager for at få den opmærksomhed, de har brug for, er der i forvejen noget galt.

Børn begynder almindeligvis med at bede om det, de gerne vil have, men får de det ikke – eller bliver de overhørt - så griber de til kraftigere metoder og "sygdom er jo hver mands herre".

Så under alle omstændigheder: børn, der klager sig eller viser tegn på sygdom, har brug for, at man tager sig af dem og tager deres signaler (symptomer) alvorligt.

Nu har de fleste mennesker ikke en lægeeksamen og kan have svært ved at finde ud af, hvad de skal se efter og observere for at finde ud af, om der er noget alvorligt fat med barnet, eller det bare er noget, der går over af sig selv. Er det starten på en almindelig børnesygdom, en banal influenza, eller er der noget alvorligt fat?

Uro og ængstelse kan medføre, at man kontakter læge eller skadestue sådan nu – hej, og forskrækkelsen i familien kan brede sig fra den voksne til barnet samtidig med, at uoverlagte henvendelser belaster det i forvejen belastede sygehus eller sundhedssystem, hvor sundhedspersonalet så kan virke irriteret og utålmodigt irettesættende og arrogant, når man forstyrrer dem med almindelige banaliteter, som man må formodes at kunne klare selv - og den uro og de besværligheder, det kan medføre, kan yderligere komplicere foretagenet.

Det er selvfølgelig ikke rimeligt at sundhedspersonalet taler ned til folk, som er urolige og i klemme, men sundhedspersonale er også kun mennesker og ofte alt for hårdt belastet i det daglige arbejde – men alligevel - - -

Og hvad er det så, man skal se efter, når man nu roligt og stille er sammen med barnet og taler om tingene og overvejer, hvad man skal og vil gøre.

Det er vigtigt at trække vejret – og hvis barnet ikke kan trække vejret ordentligt, er der altid noget alvorligt på færde.

Har barnet feber? Børn kan let få høj feber, og feberen kan hurtigt falde igen, men stabil feber over 39, skal man altid tage alvorligt. Har barnet ondt, og hvordan tager det smerterne? Diffus hovedpine er sjældent noget alvorligt i sig selv. Ørepine er hæsligt og forfærdeligt og diagnosen giver i reglen sig selv. De fleste ved også, at nakkestivhed er noget farligt, men det kan være svært at finde ud af, især hvis barnet – og den voksne – er urolig og anspændt. Kolik – turevise mavesmerter – kan også være nærmest uudholdelige, og er der noget med maven, er der så opkastninger eller prut og afføring evt. diarré ?

Det kan være vanskeligt med alle detaljerne, også selv om man har gået til nødhjælps- eller førstehjælpskursus, som ofte koncentrerer sig om ulykker og ikke har så meget fokus på sygdom – men selvfølgelig hjælper det at vide noget om krop og sundhed.

Det vigtigste er, at man virkelig kender sit barn i lyst og nød, og så er det barnets almentilstand, det drejer sig om. Er det virkelig medtaget? Et stille og ængsteligt udseende barn er almindeligvis mere sygt end et larmende, skrigende, voldsomt uroligt barn.

Kender man sit barn? Er man sikker på, at det får den kærlighed og omsorg, det har brug for, så det ikke er nødvendigt at smøre tykt på for at få lidt opmærksomhed? Hvem kan være helt sikker på det ?

Ofte er det katastrofetankerne, der dominerer – både hos børnene og de voksne – men man gør altså klogt i først og fremmest at tænke på brandregulativets paragraf 1 og se tiden an uden andet end at observere den første tid – halve og hele timer – og det kræver, at man er sammen med barnet – også hvis det er om natten, og man skal på arbejde næste morgen.

Altså: ro og overblik, tid og opmærksomhed. Man holder sine katastrofefantasier i ave og bruger sin sunde fornuft, tager ansvaret for begivenhedernes gang og ser tiden an, og hvis der derefter ikke er forandring til det bedre, så må man søge hjælp hos de professionelle hjælpere – lægevagt, skadestue eller praktiserende læge, som jo altid er der, og som man altid kan have i baghånden, når man først selv har bedømt den pludseligt opståede situation.

Af Mogens A. Lund, speciallæge i børnepsykiatri og familieterapeut.

Klumme i Berlingske Tidendes tillæg Tæt På 28. oktober 2000