

Hur man som förälder kan förbereda sitt barn inför vaccination på BVC

Det är vanligt att barn är rädda för sprutor och därför är det viktigt att man förbereder barnet på vad som ska hända på BVC innan man kommer dit. Goda förberedelser kan även förhindra att barnet blir rädd för sprutor i framtiden.

Inför besöket

Som förälder vet man oftast när man ska börja förbereda sitt barn inför vaccinationen. Om man ska börja prata om det flera dagar i förväg eller senast dagen före besöket. Man kan förbereda barnet genom att tillsammans titta på bilderna som följer med inbjudan från BVC. Berätta till exempel

- varför barnet ska få sin vaccination
- hur vaccinationen kommer att gå till
- att en del barn tycker att sprutan gör lite ont, men att det snabbt går över.

Om man som förälder känner obehag inför vaccinationen, kan barnet påverkas negativt. Därför är det bra om den förälder som känner minst, eller inget obehag, inför vaccinationen, följer med barnet till BVC.

Fråga gärna din BHV-sjuksköterskan om du har några funderingar om vaccinationer.

Under besöket

Barnet kan sitta i sin förälders knä när hen får sprutan, om det känns bäst för barnet. Några barn vill sitta på egen stol. Ofta kan avledning fungera bra när barnet får sticket. Det kan till exempel vara att räkna till 10, sjunga, prata, titta i en bok och så vidare.

Efter besöket

Efter vaccinationen kan barnet få berätta hur det kändes att få sprutan och då är det bra om man som förälder bekräftar barnets känslor och ger barnet beröm. Om barnet har blivit ledset behöver hen lite extra tröst.