

چگونه سرطان را به کودک خود توضیح دهیم؟

20 اسفند 1403

بدون شک برای والدین، فهمیدن اینکه فرزندشان به سرطان مبتلا شده، بسیار دشوار است و صحبت کردن با کودک در مورد آن نیز می‌تواند به همان اندازه دشوار باشد.

سرطان یکی از عوامل اصلی مرگ‌ومیر در سراسر جهان است. در این بیماری ساز و کار طبیعی سلول‌ها دچار اشکال می‌شود که رشد کنترل‌نشده سلول‌های غیرطبیعی بدن را به دنبال دارد. تشخیص زودهنگام این بیماری بسیار حیاتی است.

متخصصان تاکید می‌کنند که ارتباط باز و صادقانه، کلید کمک به کودکان برای مقابله با تشخیص و درمان است. ممکن است طبیعی باشد که کودک خود را از اخبار بد محافظت کنید اما پنهان کردن اطلاعات می‌تواند باعث سردرگمی و ترس آنها شود.

کودکان بسیار حساس و باهوش هستند و احتمالاً احساس می‌کنند که چیزی درست پیش نمی‌رود.

از همان ابتدا پیش قدم بودن به ایجاد اعتماد کمک می‌کند و به آنها اجازه می‌دهد که احساس کنند تحت مراقبت قرار دارند.

کارشناسان می‌گویند: مهمترین قانون این است که هرگز یک تشخیص را دروغ نگوئیم یا پنهان نکنیم.

چگونه سرطان را به کودک خود توضیح دهیم؟

نحوه صحبت شما در مورد سرطان باید متناسب با سن و سطح رشد کودک باشد. از کلمات ساده‌ای مانند «بیمار» استفاده کنید اما از گفتن «سرطان» یا نوع خاصی از تومور که به آن مبتلا هستند، خودداری نکنید.

توضیح دهید که سرطان کجاست و پزشکان چگونه آن را درمان خواهند کرد.

همچنین به آنها اطمینان دهید که خودشان هیچ نقشی در ابتلایشان به سرطان نداشته‌اند – حتی اگر نپرسند.

به آنها بگویید آزمایش‌های پزشکی ممکن است ترسناک به نظر برسد اما هر زمان که ممکن باشد والدینش در آنجا حضور خواهند داشت.

از کلمات ساده برای توصیف درمان استفاده کنید. مثلاً به جای «شیمی درمانی» بگویید «داروی رهایی از سرطان». اگر لازم است در بیمارستان بمانند به آنها یادآوری کنید که این وضعیت موقتی است و به زودی به خانه خواهند آمد.

توضیح دهید که سرطان مسری نیست. در مورد درمان‌ها و دردهای احتمالی صادق باشید اما به آنها اطمینان دهید که پزشکان سعی می‌کنند تا حد امکان این وضعیت را تسهیل کنند.

آنها را تشویق کنید که سؤال بپرسند و به آنها بگویید که صحبت کردن در مورد احساساتشان اشکالی ندارد. توجه داشته باشید که آنها ممکن است اطلاعاتی از دوستان خود دریافت کنند. به آنها یادآوری کنید که می‌توانند برای کسب اطلاعات صحیح به شما یا پزشکانشان مراجعه کنند.

نوجوانان ممکن است سوالات زیادی داشته باشند و خواهان توضیح دقیق‌تری در مورد تشخیص و درمان خود باشند.

بزرگترین نگرانی آنها ممکن است این باشد که چگونه درمان بر زندگی روزمره آنها تأثیر می‌گذارد - از جمله مدرسه، ورزش، دوستی‌ها و ظاهر فیزیکی آنها.

در مورد ریزش مو، تغییر وزن یا سایر عوارض جانبی صادق باشید تا آنها بدانند چه چیزی در انتظارشان است.

به گفته کارشناسان، آنها را تشویق کنید تا به جای جست‌وجوی آنلاین، منابع مورد اعتماد را برای اطلاعات پیدا کنند. با گنجاندن آنها در بحث‌ها به آنها کمک کنید تا در برنامه درمانی خود مشارکت داشته باشند.

در ادامه به نقل از نشریه تخصصی «مدیکال اکسپرس» به چند توصیه بیشتر در این زمینه خواهیم پرداخت.

مشاوره تلفنی

مرکز تخصصی

مشاوره ازدواج و تحکیم خانواده

حال خوب

شماره: ۵۹۱ | سال تأسیس: ۱۴۰۲

دکتر رویا درویش پیشه

۰۹۱۰۲۹۰۴۷۵۸

ازدواج و زوج درمانی

هدایت مکالمات سازنده

- زمان و مکان مناسب را برای گفت‌وگو انتخاب کنید.
- با پرسیدن آنچه می‌دانند (در صورت مناسب بودن سن) شروع کنید.
- شخصیت فرزندان را در نظر بگیرید - برخی ممکن است برای پردازش اطلاعات به زمان بیشتری نیاز داشته باشند.
- آنچه را که می‌خواهید بگویید، از قبل تمرین کنید و بنویسید.
- از صدای آرام و اطمینان‌بخش استفاده کنید و مراقب زبان بدن خود باشید.
- از شخص دیگری مانند یکی از اعضای خانواده یا یک ارائه دهنده مراقبت‌های بهداشتی بخواهید تا حضور داشته باشد.
- پرسیدن سوالات را تشویق کنید و برای پاسخ‌های صادقانه وقت بگذارید.
- احساسات خود را به اشتراک بگذارید و به فرزندان نیز بگویید که اشکالی ندارد که احساسات خود را به اشتراک بگذارند.
- سعی کنید یک روال عادی را برای ایجاد حس معمول و عادی حفظ کنید.

– هر زمان که ممکن است به آنها حق انتخاب بدهید.

– انتظارات رفتاری را تنظیم کنید – گریه کردن یا ترسیدن اشکالی ندارد اما به آنها یادآوری کنید که مراقبان برای درمان ایمن نیاز به همکاری دارند.

– به آنها اطمینان دهید که ابتلا به سرطان تقصیر آنها نیست.

– به آنها کمک کنید از طریق بازدید، تماس ویدیویی یا نامه با دوستان و خانواده در ارتباط باشند.

– هم برای خود و هم برای فرزندتان به دنبال سیستم حمایتی باشید.

خبرنگار : جواد فرج‌الهی