

Till dig som förälder inför ditt barns femårsbesök på BVC

Vi vill med denna information ge exempel på hur du som förälder kan förbereda ditt barn inför vaccinationen i samband med 5-årsbesöket på BVC.

Barn mellan 4 och 6 år har ofta en livlig fantasi och nya situationer kan kännas skrämmande. Genom att få kunskap och information om vad som ska hända ges barnet möjlighet till delaktighet och på så sätt få kontroll över situationen och bli mindre rädd.

Inför besöket: Det är du som förälder som känner ditt barn bäst och vet om information om besöket ska ges flera dagar i förväg, eller senast dagen före besöket. Ni kan titta på bilderna som kom med kallelsen och läsa texten tillsammans. Berätta att barnet ska få en vaccinationsspruta. Vaccinet ges på utsidan av överarmen, därför kan det vara bra att ha på sig en tröja med kort ärm vid besöket.

Vuxna kan också känna obehag för sprutor. En förälders rädsla avspeglas lätt på barnet, därför kan det vara bra att den förälder som är minst orolig följer med barnet till BVC.

Under vaccinationen: Barnet sitter bäst i förälderns knä under vaccinationen. Försök att skapa känslan av att "det här gör vi tillsammans". För en del barn kan avledning fungera bra. Det kan vara att sjunga, prata, titta i en bok, eller på mobil/platta. Kanske vill barnet ha sitt favoritgosedjur med sig?

Efter vaccinationen: Lyssna på barnet och bekräfta barnets upplevda känsla. Om vaccinationen inte gick att genomföra så lyft fram det som barnet klarat av och förstärk det positiva så ökar chanserna att det går att vaccinera nästa gång.

Om du som förälder har funderingar eller frågor ta kontakt med din sjuksköterska på BVC. Vi är måna om att det ska bli ett bra besök.