

# Hãy bàn về...

## Hỗ trợ con khi con đang nằm viện

Việc nằm viện có thể gây căng thẳng cho trẻ em ở mọi lứa tuổi. Việc chuẩn bị tâm lý cho trẻ về những điều sắp trải qua có thể giúp giảm bớt sự lo âu và giúp trẻ đối mặt tốt hơn với việc này.

### Một vài điều cần ghi nhớ:

- Chia sẻ với đội ngũ y tế những thông tin về con bạn có thể hỗ trợ cho việc chăm sóc trẻ. Ví dụ: những sở thích đặc biệt và các món đồ chơi yêu thích.
- Khuyến khích trẻ vui chơi nhiều nhất có thể. Việc vui chơi giúp trẻ đối phó với những trải nghiệm của mình và bình thường hóa thời gian nằm viện.
- Hãy trò chuyện với con về những điều đang diễn ra và những gì con có thể mong đợi khi ở trong bệnh viện. Hãy sử dụng những từ ngữ mà con có thể hiểu được. Khuyến khích con đặt câu hỏi và chia sẻ cảm xúc của mình.
- Hãy giúp con giữ liên lạc với gia đình và bạn bè thông qua việc gọi điện thoại hoặc gọi video
- Xây dựng lịch trình hàng ngày cho con để duy trì sự nhất quán trong các thói quen.



Để biết thêm thông tin hoặc kết nối với Chuyên gia Hỗ trợ Đời sống Trẻ em, vui lòng truy cập: <http://ucdavis.health/childlife>