

Tipps vom Doc

Was tun gegen die Angst vor dem Piekser?

Heute widmen wir uns der Blutentnahme. Das ist ja in der Kinderarztpraxis gar keine so unkritische Geschichte, weil es die allerwenigsten Kinder cool finden. Deshalb ein paar Aspekte, die es zu beachten gilt.

An erster Stelle steht: Immer zusammen mit der Ärztin oder dem Arzt prüfen, ob die Blutentnahme nötig ist. Es gibt den schönen Satz: Wer viel misst, der misst viel Mist. Und das gilt eben auch bei Blutentnahmen. Also wenn Sie ein kerngesundes, fröhliches, lustiges Kind haben, dann muss man diesem Kind nicht einfach Blut abnehmen, um zu schauen ob nicht hier und da und dort ein kleiner Mangel sein könnte. Sprich: Es muss einen triftigen Grund geben, um dem Kind Blut abzunehmen und dieses untersuchen zu lassen.

Dann ist es ganz wichtig, wie Sie selbst als Eltern zu dieser Aktion stehen. Und es hilft Ihrem Kind ungemein, wenn Sie in Ihrer inneren Haltung klar sind, wenn Sie das Leid (und das ist es ein wenig für das Kind) aushalten und ertragen können. Und wenn Sie schon vorab wissen, dass das nicht unbedingt Ihre Stärke ist, dann lieber den Partner oder die Partnerin schicken – oder auch den Opa oder

die Nachbarin. Es hilft Ihrem Kind sehr, wenn ein Erwachsener neben ihm sitzt, der einfach innerlich für diese spezielle Aktion stark ist.

Wichtig ist auch, wenn man mit Blutentnahme schon eine kritische Vorgeschichte hat (zum Beispiel eine Ohnmacht): Trauen Sie sich, das mitzuteilen. Geben Sie zum Beispiel Bescheid, dass wir es auf jeden Fall im Liegen machen sollen. Das hilft uns extrem.

Und der letzte wichtige Punkt: Wir kommunizieren ja manchmal ein wenig schlampig, so nach dem Motto: „Halb so wild“, „Tut gar nicht so weh“, „Ist ja nicht so schlimm“, ... Sie sollten ehrlich bleiben. Der Piekser tut weh und das muss man dem Kind auch davor sagen. Zur Reduktion des Schmerzes gibt es dann auch noch die Möglichkeit, wenn man ein bisschen einen zeitlichen Vorlauf hat, dem Kind auf die Hand oder in die Ellenbeuge eine betäubende Creme zu schmieren, die den Einstichschmerz etwas abmildert.

Das war in Kürze das Wichtigste zur Blutentnahme. Schön ist natürlich, wenn die Kinderärztin oder der Kinderarzt relativ gut und zuverlässig trifft. Wir geben uns Mühe – und meistens gelingt uns das auch.