



INFORMATIE OVER

Nazorg opname kind

Titel Nazorg na de opname van uw kind

Als uw kind in het ziekenhuis is geweest, heeft hij even de tijd nodig om dit te verwerken. Hoe kunt u hierbij ondersteunen? We zetten de tips voor u op een rij.

Verschillende reacties

Na een ziekenhuisbezoek is uw kind meestal niet meteen zichzelf. Het hangt af van de leeftijd, de ervaringen in het ziekenhuis en het karakter van uw kind hoe hij hierop reageert.

Mogelijke reacties zijn:

- Meer aanhankelijk zijn, moeite om alleen gelaten te worden
- Prikkelbaar, rusteloos of in zichzelf gekeerd gedrag
- Grenzen opzoeken, minder goed luisteren (boosheid, driftbuien, dwars zijn)
- Slaapproblemen, zoals lastig in slaap vallen of angstige dromen hebben (onrustig slapen, vaker wakker worden)
- Terugvallen in een fase van de ontwikkeling. Uw kind gaat bijvoorbeeld weer in bed plassen, op de duim zuigen, of wil dat u meehelpt bij het eten.

Tips om te ondersteunen

U kunt uw kind ondersteunen bij de verwerking van het ziekenhuisbezoek. Deze tips helpen hierbij:

- Blijf de eerste tijd zoveel mogelijk thuis
- Ga niet onverwacht weg. Als u toch weg moet, regel dan een oppas die uw kind goed kent
- Ga de eerste keren mee naar de peuterspeelzaal, kinderdagverblijf, of school
- Stimuleer uw kind om te praten over wat er is gebeurd, maar forceer niet. Benoem dat u trots bent op uw kind, zeg dat hij/ zij het goed gedaan heeft en benadruk dat het nu achter de rug is.

- Als u foto's heeft gemaakt tijdens de opname, kunt u deze samen met uw kind terugkijken en hier over praten.
- Lees samen boekjes over het ziekenhuis
- Geef eerlijk antwoord op vragen van uw kind
- Bied veiligheid en rust aan uw kind. Dit doet u door regelmaat te bieden en regels en grenzen te stellen. Sommige ouders hebben het gevoel dat ze het ziekenhuisbezoek van hun kind moeten goedmaken. Ze laten dan hun kind alles bepalen. Dit is niet goed: uw kind weet niet waar het aan toe is, en wordt onrustig. Geef uw kind liever een keuze, bijvoorbeeld: 'Wil je vanavond spinazie of worteltjes eten?'
- Bied uw kind een dokterskoffertje en verkleedkleden zodat hij het ziekenhuisbezoek kan verwerken. Ook tekenen en schrijven kunnen helpen, kies de manier die bij u en uw kind past.
- Vergeet broers en zussen niet: voor hen was dit ook een spannende tijd.

Wanneer zoek ik hulp voor mijn kind

Bij de meeste ouders en kinderen zullen stressreacties doorgaans verdwijnen als de situatie normaliseert. Dit is meestal na drie tot zes maanden. Het kan echter zo zijn dat deze reacties in het geheel niet verminderen. Neem dan contact op met de behandelend arts.

Afdelingen

Kinderpolikliniek

Telefoonnummer	020-634 6120
Openings- en bezoektijden	Van maandag tot en met vrijdag van 8.30 tot 16.30
Route	60



<https://www.bovenij.nl/aandoening-behandeling/opname-kind/nazorg-opname-kind>
Deze download is gemaakt op 27-07-2026 om 09.38 uur.