



Als de klachten die u en/of uw kind overhoudt aan de ziekenhuisopname niet vanzelf weggaan en uw functioneren/het functioneren van uw kind verstoren, is het belangrijk om professionele hulp te zoeken. Hieronder vindt u een aantal kenmerken waar u bij uzelf en uw kind op kan letten.

Wanneer zoek ik hulp voor mijn kind?

Als uw kind een maand na de ziekenhuisopname:

- Nog steeds overmatig angstig, bedroefd of bezorgd is
- Slecht slaapt
- Niet of nauwelijks eet
- Erg aanhankelijk of huilerig is
- Niet meer naar school wilt of niet meer kan meekomen
- Niet meer mee doet of geniet van gebruikelijke dingen of activiteiten

Wanneer zoek ik hulp als ouder?

Als u een maand na de ziekenhuisopname:

- Nog zeer regelmatig terug denkt aan wat er is gebeurd en dit u beperkt
- Geen plezier of interesse meer heeft in de gebruikelijke dingen of activiteiten
- Zich overmatig zorgen maakt over uw kind
- Slecht slaapt
- Niet of nauwelijks eet

Wanneer u het idee heeft dat uw kind gebaat is bij professionele hulp, dan kunt u dit aangeven bij het ziekenhuis en hiervoor een afspraak maken. In het ziekenhuis is er namelijk een team aan kinderpsychologen, pedagogen en maatschappelijk werkers werkzaam om de nodige hulp te kunnen bieden.

Om zelf professionele hulp te krijgen bij langdurige stressklachten kunt u in eerste instantie contact opnemen met uw huisarts, die u kan doorverwijzen naar een gespecialiseerde hulpverlener zoals een psycholoog of maatschappelijk werker. Bij 'behandelingen' kunt u meer lezen over bewezen effectieve behandelingen die veel worden toegepast bij trauma-gerelateerde stressklachten.

