


# Skal du ha' lavet en blodprøve?





Bogen er tænkt som et redskab mellem forældre, børn og bioanalytikere. Her kan du som forælder finde billeder at snakke ud fra, så du kan forberede dit barn på, hvad der skal ske, og hvad en blodprøve er for noget.

God fornøjelse.

Hej!  
Jeg hedder Rumle.  
I denne bog vil jeg fortælle  
dig om, hvordan det er at få  
lavet en blodprøve!

## Hent app'en Rumles blodprøve på sygehuset



## Husk tidsbestilling

Ring og bestil tid på 76 36 30 32

Afsæt en time til besøget på sygehuset og mød op senest en halv time før lukketid.

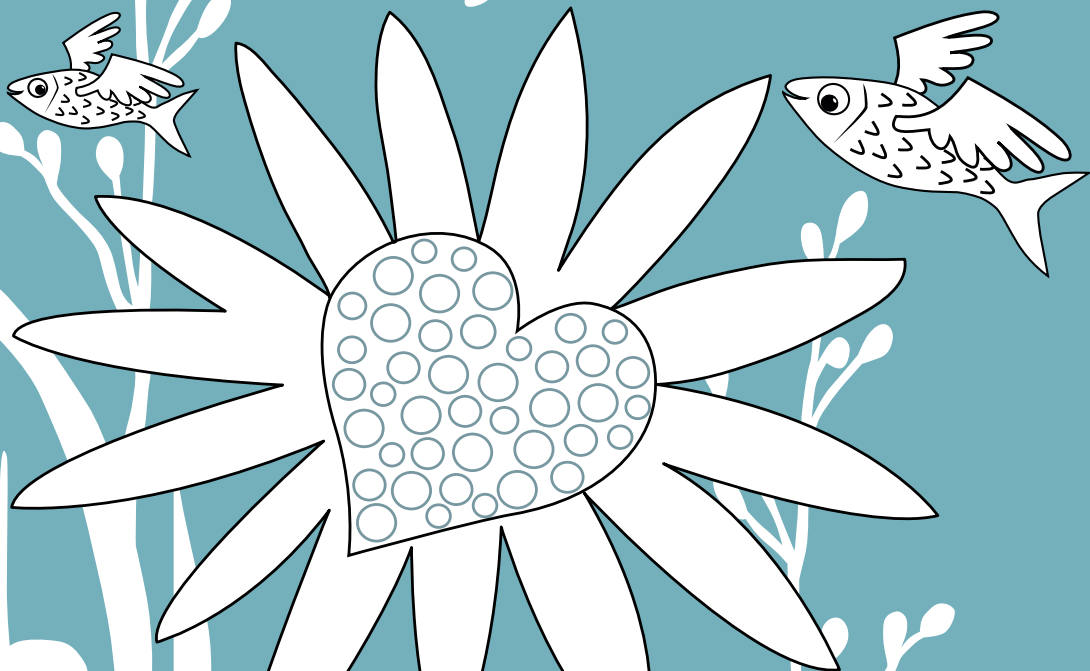
Meld afbud på samme nummer, hvis I bliver forhindret.

Åbningstider:

Mandag-torsdag 07.00-15.00

Fredag: 07.00-14.00

# Til dine forældre

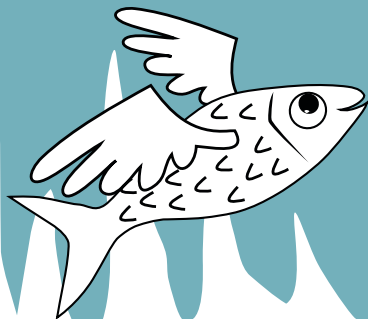


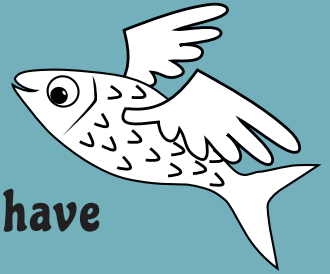
Du må gerne male  
denne side.

# Hvad du kan gøre som forælder

Du kan som forælder være med til at gøre oplevelsen af at få lavet en blodprøve så behagelig som mulig for dit barn. Her er de vigtigste 4 trin:

- 1.** Ring og bestil tid til proceduren (se telefonnummer og åbningstider på s. 2).
- 2.** Afsæt 1 time på sygehuset.
- 3.** Hent app'en 'Rumles blodprøve på sygehuset' i App Store eller Play Butik og gennemgå den med dit barn. Læs også gerne denne pjece igennem med dit barn og tag den evt. med på dagen.
- 4.** Mød op i forberedelsesrummet til blodprøvetagning på Børneambulatoriet på 2. sal på Kolding Sygehus.





# Sådan hjælper du dit barn, som skal have lavet en blodprøve

## Forberedelse til blodprøve

- Tal med dit barn derhjemme om det, der skal ske - og brug neutrale vendinger. Sig for eksempel: "få lavet en blodprøve" fremfor "taget en blodprøve", så barnet ikke bliver bange for at få taget sit blod fra sig.
- Besvar så mange af barnets spørgsmål, som muligt og vær ærlig, når du svarer.
- Hvis du er usikker og bange, så bliver dit barn det også, for følelser smitter. Undlad for eksempel at sige: "Jeg kan heller ikke lide blodprøver" eller "Jeg tror ikke, at det kommer til at gå".
- Gør det klart for dit barn, at det er vigtigt, at blodprøven bliver lavet, og at du vil være hos dit barn hele tiden.

## Mens blodprøven laves

- Hav tillid til, at dit barn kan klare det sammen med dig. Personalet vil støtte jer undervejs. Undgå at pylre om dit barn, for det bekræfter dit barn i, at "nu skal der ske noget farligt". Anerkend i stedet dit barns angst ved f.eks. at sige: "Jeg kan se, at du er bange, men jeg er hos dig, og vi klarer det sammen".
- Fortæl gerne personalet om dit barns erfaringer med at få lavet blodprøve.
- Lad dit barn vælge fx hvor det vil sidde eller hvad det vil se på, så det får følelsen af at blive inddraget.
- Dit barn vil opleve størst tryk, hvis i har fysisk kontakt fx ved at barnet sidder på dit skød eller i holder i hånden.
- Er dit barn utryk ved situationen kan det hjælpe det at vende dit barns opmærksomhed mod noget andet, fx ved at synge en sang eller dit barn kan se en tegnefilm på din mobil. Eller du kan snakke om det, som I skal lave sammen senere på dagen.

## Efter blodprøven

- Ros dit barn.
- Hvis dit barn har behov for det, så tal med dit barn om oplevelsen.

# Hvorfor laver vi blodprøver?

Blodprøven hjælper lægen med at finde ud af, hvordan din krop har det. Der findes små "sladrehanke" i dit blod, som for eksempel kan fortælle lægen, at din mave har brug for medicin for at blive rask eller fortælle, hvorfor du har feber. Andre gange kan sladrehankene fortælle lægen, at din krop er helt, som den skal være og slet ikke fejler noget.

Blodprøven får du lavet enten i fingeren eller i armen, det vælger bioanalytikeren. Bioanalytikeren er en person, der er rigtig dygtig til at lave blodprøver. Når du har fået lavet blodprøven, kan bioanalytikeren undersøge dit blod i laboratoriet og finde sladrehankene.

Blodprøver kan altså vise, om du er rask eller om du har brug for hjælp til at blive rask.

*Dine blodårer er blå – du kan måske få øje på dem, hvis du kigger på din arm. Men blodet, der er inde i dine blodårer, er rødt - det kan du nemlig se, når du får lavet blodprøven.*



# Rumle blodprøve-sangen

Hør sangen i app'en 'Rumles blodprøve på sygehuset'

*Rumle fra skoven han ta´r imod dig  
Byder velkommen og viser dig vej.  
Han vil fortælle hvordan du bli´r god  
Til at få lavet en prøve af blod.*

Kig på din arm, kan du se noget blåt?  
Det er en åre, hvor er den dog flot.  
Heri er blodet på vej rundt i kroppen  
Blodet kan vise, om du er på toppen.  
Det kan man se, ved at lave en prøve  
Det er så smart, kom her, nu skal vi øve.

Rumle fra skoven han ta´r imod dig  
Byder velkommen og viser dig vej.  
Han vil fortælle hvordan du bli´r god  
Til at få lavet en prøve af blod.

Tryllecreme smørres på åren, du ser  
Snart kan du næsten ik´ mærke den mer'.  
Bånd rundt om armen og så er vi klar  
Et lille stik af en dame så rar.  
Se lige blodet, der løber af sted  
Ned i de fine små glas, hun har med.

En, to, tre hov, er det slut allerede  
Se lige blodet, så rødt som rødbede.  
Kroppen den laver nyt blod uden stop  
Åren bli´r hurtigt igen fyldt helt op.  
Stof rundt om armen og så var det dét.  
Nu ved du lige, hvad der skal ske.

Rumle fra skoven han ta´r imod dig  
Byder velkommen og viser dig vej.  
Han vil fortælle hvordan du bli´r god  
Til at få lavet en prøve af blod.

Så fik du lært lidt om krop og om blod  
Og til at synge er du bare god.  
Som en belønning fordi du var sej  
Får du en gave, mon du glæder dig?  
Sjovt er det altid med Rumle at øve  
Nu er vi klar, lad os lave en prøve.

Forfatter: Randi Lehmann Boesen





# Sådan får du lavet en blodprøve



Først får du tryllecreme på armen. Det bedøver huden, så du næsten ikke kan mærke, når blodprøven bliver lavet. Du får et stykke stof og en bandage over, så cremen bliver, hvor den skal.



Så skal du vente en halv time kan du lege med de sjove ting i venterummet.



Herefter får du en elastik rundt om armen, så man bedre kan se dine blodårer, der gemmer sig under huden. Huden lige over blodåren bliver gjort ren med en spritserviet.



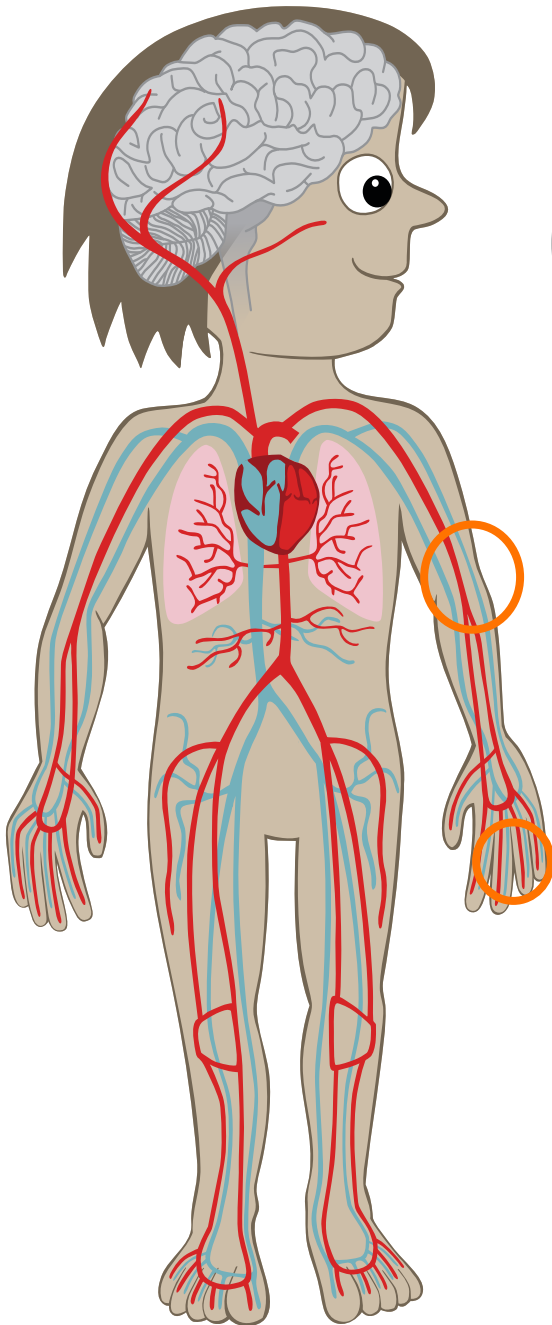
Så kommer der et stik, og blodprøveglassene bliver fyldt op. Nogle gange skal der kun fyldes ét glas, andre gange er det flere glas.



Når nålen er væk, får du et stykke stof og bandagen på igen, og så har du klaret at få lavet en blodprøve.



# Blodet i kroppen



Hjertet pumper blodet rundt i kroppen. Når du løber, slår dit hjerte hurtigt. Når du sover, slår det langsomt. Du kan mærke hvor hurtigt dit hjerte slår, ved at holde rundt om dit håndled.

Prøv at se de orange cirkler. Det er de to steder, hvor man kan lave en blodprøve.



# Hvad kan jeg lave, mens jeg venter med tryllecreme på armen?



Låne iPad og lære om blodet og om, hvordan man laver en blodprøve



Tegne i din Rumlebog

Når man har tryllecreme på armen, kan man næsten ikke mærke, når blodprøven bliver lavet. Cremen skal sidde på i en halv time.

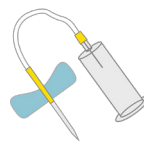


Lægge puslespil



Læse i en bog

Snakke med din mor eller far om, hvordan man laver en blodprøve



Lave en blodprøve på dukken



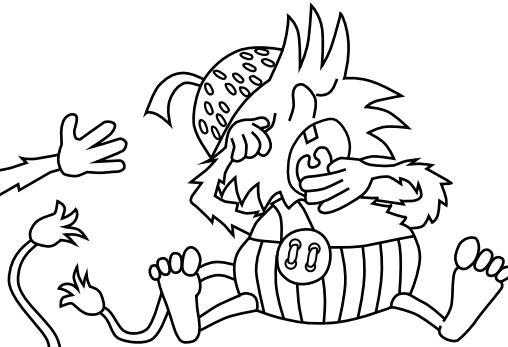
Øve dig i at trække vejret helt ned i maven, så du slapper af helt ned i storetåen.

# farvelæg Rumle

Rumle er for det meste en glad lille trolde, men han kan også være sur, ked af det eller træt. Her kan du male Rumle, hvis du vil.



Glad



Søvnig



Utilfreds



Ked af det



Sej



Afslappet



Bekymret



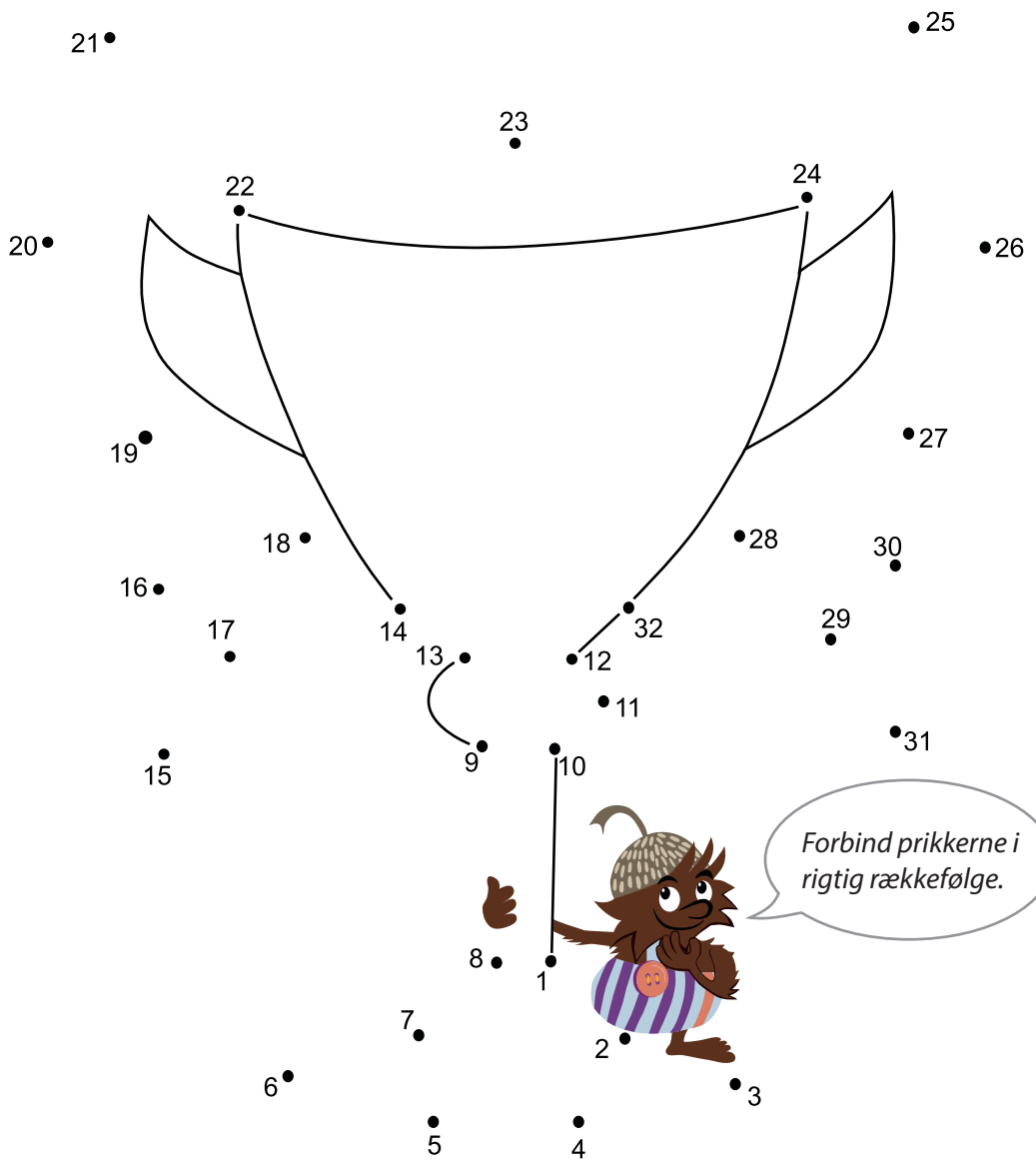
Fjøllet



Forkvalmet

# Tegn dig selv i sæbeboblen





21•

•25

23  
•

22  
•

24  
•

20•

•26

19•

•27

18•

•28

30  
•

16•

17  
•

14  
•

•12

32  
•

29  
•

15  
•

13  
•

•11

•31

9  
•

10  
•

8•

1  
•

7•

2  
•

6•

•3

•5

•4

Forbind prikkerne i rigtig rækkefølge.

## Tag bogen med hjem!

Læs i bogen derhjemme sammen med din far og mor og tag den med på sygehuset, når du skal have lavet en blodprøve.

Venlig hilsen  
Rumle



### Skal du ha ´ lavet en blodprøve?

2020 Syddansk Sundhedsinnovation

Illustrationer: Pernille Laulund og Kerstin Bro Egelund

Tekst: Bente Moos Callesen og Ulla List Tønnesen, Sygehus Lillebælt

Bogen er udviklet i projektet Barnets vej i Blodprøvetagningen i et samarbejde mellem Biokemi og Immunologi og Børneafdelingen på Sygehus Lillebælt samt Syddansk Sundhedsinnovation med støtte fra Sygehus Lillebælt, Region Syddanmark, Ole Kirks Fond, Trygfonden, Helsefonden og Danske Bioanalytikerers Uddannelses- og Forskningsfond.



Hjem ♥