

Choroba nowotworowa dziecka – jak wspólnie przez to przejść?

Poradnik dla rodziny



Szanowni Państwo,

Jesteśmy z dziećmi i ich rodzinami od 2006 roku - wspieramy, współuczestniczymy w ich życiu na oddziałach szpitalnych i poza nimi. To wydawnictwo wyrasta z doświadczenia wielu rodzin, personelu medycznego i pracowników Fundacji ISKIERKA. Jego celem jest ułatwić Państwu odnalezienie się w bardzo trudnej i nowej sytuacji jaką jest choroba onkologiczna dziecka. Kierujemy go do rodziców, opiekunów, rodzeństwa, dziadków i samych małych pacjentów. Staraliśmy się zawrzeć w nim najistotniejsze i najpraktyczniejsze informacje dotyczące m.in. pobytu na oddziale, diagnozy, pomocy społecznej, wspierania dziecka i roli opiekunów w procesie leczenia.

„Myślę, że cała sztuka polega na tym, żeby starać się widzieć człowieka i jego rodzinę a nie to, jak ciężko choruje. Głęboko jestem przekonana o tym, że głowa i myśli pozwalają nadać właściwy stosunek do choroby i sposobu w jaki możemy sobie z nią radzić. Dlatego staram się pokazywać swoją postawą i poprzez działania Fundacji ISKIERKA, że trudne i traumatyczne doświadczenia można zmienić na konstruktywne działanie. Służy to paradoksalnie całej rodzinie, a w szerszym kontekście także osobom, które są obok, a które też chcą pomóc, tylko nie wiedzą jak...”

Jolanta Czernicka-Siwecka
Prezes Zarządu Fundacji ISKIERKA

Choroba nowotworowa dziecka – jak wspólnie przez to przejść?

Jolanta Bylica, psycholog

Już wiecie, że Wasze dziecko ma rozpoznaną chorobę nowotworową. To trudny moment. Macie prawo czuć lęk, złość czy bezradność. Ważne, abyście, jako rodzina, wzajemnie się wspierali. Pamiętajcie także, że z czasem Wasze życie powoli wróci do normy.

- **Organizm dziecka jest silny.** Zdecydowana większość dzieci wygrywa z chorobą nowotworową i wraca do zdrowia.
- **Niech choroba nie będzie tematem tabu.** Rozmawiajcie ze sobą, z dzieckiem oraz z personelem medycznym, szukajcie odpowiedzi na nurtujące Was pytania.
- **Nie przechodźcie przez chorobę w osamotnieniu.** Wokół Was są osoby i organizacje, które mogą Wam pomóc. Korzystajcie z tej możliwości.
- **Dziecko, pomimo, że choruje, jest nadal dzieckiem** i ma naturalne potrzeby, np. miłości i bliskości mamy oraz taty, zabawy i ruchu, kontaktu z innymi dziećmi oraz beztroskiego czasu tylko dla siebie. Warto o tym pamiętać.

- **Jeśli chcecie efektywnie wspierać swoje dziecko, musicie zadbać także o siebie.** Koniecznie znajdźcie czas na sen, posiłki, odpoczynek, bycie z pozostałymi dziećmi, jeśli je posiadacie, także na oderwanie się od choroby dziecka, poprzez wyjście ze szpitala lub z domu.



Strefa rodzica

Zdiagnozowanie choroby nowotworowej u dziecka jest z pewnością dla Ciebie doświadczeniem trudnym i bolesnym. Prawdopodobnie Wasz świat na moment stanął w miejscu, a zaraz potem gwałtownie przyśpieszył, zmieniając dotychczasowe życie całej rodziny. Może zadajesz sobie pytanie: „Dlaczego?”. Może pojawia się refleksja: „To przecież tylko dziecko!”. Masz prawo czuć strach, złość i wątpliwość. Pamiętaj jednak, że **młody organizm ma ogromne siły do walki z chorobą i większość dzieci z nią wygrywa! Przy właściwej diagnozie, dobranym leczeniu oraz wsparciu bliskich, szanse na wyjście dziecka z choroby są bardzo duże!**

Twoja rola w procesie leczenia dziecka jest ogromna. Jednak, **abyś mogła/mógł efektywnie i długoterminowo wspierać swoje chore dziecko, musisz zadbać także o siebie.** Miej to koniecznie w pamięci. Ważne są: sen oraz odpoczynek, regularne i zbilansowane posiłki, wyjście od czasu do czasu poza oddział szpitalny, najlepiej poza teren szpitala. To pozwoli Ci oderwać myśli oraz złapać dystans do choroby, także do specyfiki oddziału szpitalnego. Ważne jest także zadbanie o swój stan psychiczny. Nie tłum w sobie negatywnych emocji, takich jak strach, lęk czy złość. Warto, abyście, jako mama i tata dziecka otwarcie ze sobą rozmawiali - dzielili się swoimi spostrzeżeniami, myślami oraz obawami. Bardzo pomocne mogą okazać się rozmowy z psychologiem czy innym rodzicem, który ma większe

doświadczenie w towarzyszeniu dziecku w chorobie. Nawiązuj kontakt z lekarzem prowadzącym dziecko oraz z pielęgniarką czy wolontariuszem dostępnym na oddziale. **Jako rodzic masz pełne prawo do zadawania wszystkich pytań, na które chciałbyś uzyskać odpowiedzi.** Obecnie w Polsce działa wiele organizacji, które mogą Ci pomóc. Prawdopodobnie także przy oddziale szpitalnym, na którym przebywa Twoje dziecko. **Nie bój się pytać i szukać wsparcia.** To bardzo ważne, aby nie trwać z chorobą dziecka w osamotnieniu. Wiedza oraz zrozumienie są Ci potrzebne do efektywnego stawienia czoła chorobie, do wspierania siebie, małżonka, chorego dziecka oraz pozostałych dzieci, jeśli je posiadasz.

O czym warto pamiętać w trakcie choroby dziecka?

- **Pomimo choroby dziecko pozostaje dzieckiem** - ma naturalną ciekawość świata, potrzebę ruchu, zabawy, doświadczania oraz spotkań z innymi dziećmi. Choroba może wprowadzić pewne ograniczenia w naturalny rytm rozwoju dziecka, dlatego warto dokładać starań, aby pobyt w szpitalu był urozmaicony i przypominał, chociaż w uproszczeniu, schematy znane dziecku z domu oraz z czasów przed chorobą. Czasami jest to trudne, warto jednak podejmować próby. Monotonia, rezygnacja i smutek nie są najlepszymi sprzymierzeńcami w walce z chorobą. Dla każdego dziecka zabawa i podejmowane aktywności poznawczych i fizycznych są ważnymi elementami prawidłowego rozwoju. Niezależnie od płci i wieku, z czasem zmienia się jedynie ich forma. Zabawa może być także sposobem na przygotowanie

dziecka do pobytu w szpitalu, koniecznych badań i zabiegów. Poprzez zabawę i scenki „na niby”, można przybliżyć dziecku to, z czym będzie musiało się zetknąć w realiach szpitala i procesie leczenia. Można spróbować to zrobić także poprzez opowieść, bajkę czy rysunek, idealnie w bajecznym, fantastycznym klimacie. Istnieją książki i poradniki, które mogą być inspiracją czy podpowiedzią. Dziecko powinno mieć także ze sobą, w swoim szpitalnym pokoju, coś swojego, domowego. Zazwyczaj jest to ulubiona zabawka, czasami książeczka, starsze dzieci wolą ulubione płyty lub gry. Pozwólcie, aby towarzyszyły one dziecku zawsze wtedy, kiedy sobie tego życzy - w czasie badań lekarskich, a nawet zabiegów, jeśli oczywiście personel szpitalny wyrazi na to zgodę.

- **Zasady i reguły obowiązujące w domu rodzinnym dziecka, powinny obowiązywać także w czasie choroby.** Pojawienie się choroby powoduje duże zmiany w życiu dziecka, dlatego tym ważniejsze staje się utrzymanie zasad wychowawczych obowiązujących w czasie przed diagnozą. W świadomości dziecka będzie to oznaczać, że nie wszystko się zmienia, świat potrafi być nadal przewidywalny w wielu obszarach, a oczekiwania względem niego się nie zmieniają. Wiele rzeczy jest takimi jak dawniej. **To daje dziecku poczucie przewidywalności i bezpieczeństwa.** Staraj się, więc być wobec swojego dziecka takim rodzicem, jakiego pamięta sprzed choroby.

- **Bądź aktywnym towarzyszem i baczny obserwator swojego dziecka** - rozmawiaj z nim, bawcie się wspólnie,

oglądajcie filmy. Jeśli tylko lekarz na to pozwoli, wychodźcie poza teren pokoju, oddziału czy szpitala. Jeśli dziecko nie może wychodzić, to szukajcie urozmaiceń na terenie pokoju czy oddziału - czytaj dziecku, układaj z nim lub za niego układanki, oglądajcie bajki, opowiadaj mu bajki i opowieści. Możecie wymieniać się z innymi rodzicami pomysłami lub wspólnie organizować zajęcia i atrakcje dla dzieci obecnych na oddziale. Dziecko ma prawo zadać Ci każde pytanie, również lekarzowi, pielęgniarce, innemu dziecku. **Uszanuj to. Ono ma prawo znać odpowiedzi na swoje niepokoje i lęki.** Wsłuchuj się w to, co mówi dziecko, obserwuj, jak się zachowuje, jakie sygnały wysyła jego ciało. To pozwoli Ci wyłapać u niego poczucie lęku, osamotnienia, czy rezygnacji i stosownie przyjąć mu z pomocą.

- **Czas choroby to czas walki, gorszego i lepszego samopoczucia, także kryzysów i załamań.** Większość dzieci ma wielką umiejętność adaptacji do stanu choroby oraz do nowej sytuacji, w której się znalazło. Rozejrzyj się dookoła - zauważ jak często na twarzach chorych dzieci gości uśmiech. Naprawdę często. Pomimo, że chorują, nadal pozostają dziećmi. Zdarzać się będą także trudne chwile - bólu, smutku, lęku i załamania. Są one naturalnie wkomponowane w przebieg choroby i leczenia. Właśnie w tych chwilach dziecko potrzebuje największego wsparcia. W takich sytuacjach może pomóc zabawa, rozmowa, czasem wspólne milczenie, innym razem skorzystanie z pomocy psychologa czy pedagoga. Szukaj dla swojego dziecka sposobu dla niego najefektywniejszego w radzeniu sobie z emocjami.

Nie zostawiaj go samego w potrzebie. Towarzystwo dziecku w chorobie to jeden z najważniejszych aspektów rodzicielstwa oraz bardzo ważny element w procesie walki z chorobą. Twoja obecność daje dziecku poczucie bezpieczeństwa, przynależności i miłości. **Pamiętaj jednak, że nie możesz przeżyć za dziecko jego choroby. Możesz mu w niej aktywnie towarzyszyć, ale doświadczanie i szukanie sposobów na radzenie sobie z zaistniałą sytuacją muszą być podjęte przede wszystkim przez dziecko.**

- **Sposobem radzenia sobie dziecka z odczuwanym lękiem lub bólem może być regresja, czyli cofanie się do poprzednich etapów rozwoju.** Możliwe są zatem nocne moczenia, potrzeba karmienia dziecka przez rodzica, zahamowanie mowy, stronienie od zabawy, także od kontaktu z innymi dziećmi. **Nie krytykuj za to dziecka.** Odpowiednio zachęcane i stymulowane stopniowo wróci do właściwego dla niego etapu rozwoju. Bywa, że zajmuje to jakiś czas.

- **Dziecko może bronić się przed przyjęciem faktu, że jest chore, na przykład:**

- wyparciem, czyli zachowywaniem się tak, jakby choroby nie było,
- zaprzeczaniem, czyli nieprzyjmowaniem do wiadomości, że choroba go dotyczy,
- projekcją, czyli obarczaniem winą za chorobę osób z otoczenia,
- pozorowaniem, czyli wyśmiewaniem się i błaznowaniem ze swojego stanu,

- agresją, czyli wyładowywaniem złości i buntu na otoczeniu (osobach i przedmiotach).

Wszystkie te reakcje są w pełni naturalne, przyjmuj je z cierpliwością, ale jednocześnie rozmawiaj z dzieckiem na ten temat.

- **Wiele dzieci chorych umacnia lub kształtuje zdolności, które pomagają im radzić sobie z chorobą.** Wśród nich pojawić się mogą zdyscyplinowanie, odpowiedzialność, silna wola, bycie koleżeńskim, uprzejmym, wyrozumiałym i prawdomównym. **Choroba dziecka może jednak powodować zaniżenie samooceny, czyli wiary w siebie i swoje umiejętności.** Warto wówczas doceniać wszystkie starania i osiągnięcia dziecka. Ono bardzo potrzebuje pozytywnych i ciepłych komunikatów na swój temat. Powinny być one jednak prawdziwe i adekwatne. Przeciwne będą odbierane, jako puste i nieprawdziwe.

- **Jeśli tylko stan i samopoczucie dziecka oraz prowadzona terapia na to pozwalają, dziecko powinno kontynuować naukę szkolną, nawet w okrojonym zakresie.** Większość oddziałów szpitalnych zapewnia taką możliwość, grupowo lub w trybie indywidualnym. Zajęcia klasowe, odrabianie lekcji, kontakt z nauczycielem i innymi dziećmi pozwolą dziecku, chociaż na chwilę, oderwać się od sytuacji choroby, i przybliżyć do znanych schematów sprzed czasu choroby. Pozytywnie wpłyną także na rozwój poznawczy dziecka, rozwiną jego zainteresowania i umiejętności. Wypełnią czas i myśli. Dla wielu dzieci czas lekcji, to najważniejsze i najfajniejsze chwile spędzane na terenie oddziału szpitalnego.

Poza tym, przez moment dziecko przestaje być pacjentem a staje się uczniem. Ogromne znaczenie ma motywowanie dziecka do podejmowania obowiązków szkolnych. Jako rodzic możesz w tym odegrać znaczącą rolę i przyjść dziecku z pomocą, jeżeli takowa okaże się pomocna, np. w dotarciu do sali lekcyjnej, pomocy w odrabianiu lekcji, uzupełnieniu przyborów szkolnych. Kontynuowanie nauki w czasie choroby to ważna sprawa.

- **Dziecko powinno mieć możliwość kontaktu z innymi dziećmi, także zdrowymi.** Najlepszy jest kontakt bezpośredni, czyli osobisty, dobry także telefoniczny, mailowy oraz za pomocą komunikatorów internetowych (np. Skype), również listowny. Potrzeba kontaktu z rówieśnikami jest szczególnie ważna dla nastolatka. Zastanów się, jak umożliwić to swojemu dziecku. Pomóż mu w tym.

- **Wiele oddziałów organizuje atrakcje dla swoich pacjentów**, np. spotkania, pikniki, pokazy filmów, zajęcia plastyczne, urodziny pacjentów. Warto zachęcać dziecko do udziału w tych wydarzeniach. Pozwolą one na zabawę, spotkania z dziećmi i dorosłymi, także spoza oddziału i atrakcyjne spędzenia czasu. Są oderwaniem od rutyny dnia na oddziale szpitalnym. Zachęć swoje dziecko i towarzyszyć mu w tych aktywnościach.

- **Każdy oddział szpitalny posiada określone procedury postępowania** dotyczące utrzymywania porządku i higieny, planu dnia, odwiedzania chorych, korzystania ze sprzętu i urządzeń medycznych, zasad żywienia pacjentów, wyjścia

poza oddział i wielu innych. Zapoznaj się z obowiązującymi zasadami. Ważne, aby były przez Was przestrzegane.



Strefa dziecka

Prawdopodobnie wiadomość o chorobie bardzo Cię zaskoczyła, może zasmuciła lub przestraszyła. Takie odczucia są normalne. Zobaczysz, z czasem sobie z nimi poradzisz. Prawdopodobnie z powodu choroby wiele się wokół Ciebie zmienia, np. uczęszczanie do przedszkola czy szkoły, spotkania z koleżankami i kolegami, wspólne gry i zabawy, bez troski czas spędzany w domu. Pamiętaj jednak, że to zmiana tylko na jakiś czas. Niebawem wrócą lepsze dni. Zastanawiasz się, kiedy tak się stanie? Na to pytanie stopniowo będą odpowiadali lekarze opiekujący się Tobą. **Oni robią wszystko, co możliwe, abyś wyszła/wyszedł z choroby, najszybciej jak to będzie możliwe.** Jesteś młoda/młody, Twój organizm ma dużo siły i energii do walki z chorobą. Poradzicie sobie. Pamiętaj, że bardzo ważne jest Twoje zaangażowanie oraz wspieranie swojego ciała w walce z chorobą. **Powiedz sobie „wygram z tą chorobą!” i mocno trwaj w tym postanowieniu.**

Warto, abyś pamiętała/pamiętał o:

- **Masz pełne prawo do informacji na temat swojej choroby i planowanego sposobu leczenia.** Pytaj o szczegóły rodziców, lekarza oraz pielęgniarki. Jeśli nie na wszystkie pytania znają odpowiedzi, to oznacza, że nadal zastanawiają się nad najlepszymi dla Ciebie metodami leczenia. Zapytaj ponownie za jakiś czas.
- **Dostosuj się do metod leczenia** - przyjmuj leki, poddawaj

się zabiegom, wsłuchuj się we wskazówki lekarzy i pielęgniarek. To bardzo ważne dla przebiegu leczenia.

- **Korzystaj ze wsparcia innych osób. Naprawdę warto.** Wiele osób wokół Ciebie - lekarze, pielęgniarki, psychologowie, inne dzieci, które chorują już jakiś czas i ich rodzice - dużo wiedzą o samej chorobie, sposobach leczenia, także o radzeniu sobie ze smutkiem czy bólem. Porozmawiaj z nimi, oni naprawdę mogą Ci pomóc.

- **Nie ukrywaj swoich lęków i trosk. Nie warto!** Całą energię, jaką masz, kieruj na walkę z chorobą, nie na tłumienie swoich odczuć. Jeśli trudno Ci samemu zadawać pytania dotyczące choroby lub kwestii z nią związanych, poproś o pomoc mamę lub tatę. **Masz prawo być smutny i zły. Szukaj wówczas sposobów, aby sobie ze swoimi emocjami poradzić. Zastanawiasz się, jak? Możesz na przykład:**

- narysować swój smutek czy złość,
- opisać swoje uczucia, np. wypisać wszystkie słowa, które chciałbyś wykrzyknąć,
- znaleźć odpowiednie miejsce i wykrzyknąć w nim swoje emocje,
- płakać, jeśli płacz przynosi Ci ukojenie.

Bardzo pomocna może okazać się także szczerza rozmowa z mamą lub tatą, albo z psychologiem. Powiedz im o tym, co czujesz: jeśli ból - to poproś o pomoc, jeśli smutek - to podziel się nim z innymi, a jeśli jesteś zmęczony i chcesz odpocząć lub po prostu побыć sam ze sobą, to także otwarcie o tym powiedz. **Wiele osób wokół czeka, aby Ci pomóc. Tylko im o tym powiedz...**

• **Staraj się spędzać czas tak, jak lubisz.** Masz z pewnością wiele zainteresowań, pasji i umiejętności. Zastanów się, które z nich możesz realizować na terenie oddziału szpitalnego. Możesz rysować, czytać, układać puzzle, grać w gry planszowe i komputerowe, słuchać muzyki, oglądać filmy i robić wiele innych rzeczy, które lubisz. Jeśli tylko stan zdrowia Ci na to pozwala możesz się na nich skupić. Jeśli siły lub prowadzone zabiegi medyczne mocno Ci utrudniają wykonywanie czynności, które lubisz, to poproś innych o aktywne towarzyszenie Ci w danej aktywności. Mama, tata lub ktoś bliski, mogą Ci poczytać, włączyć film, nastawić muzykę, zabrać na spacer po oddziale lub nawet poza jego teren. **Nie bój się mówić o swoich potrzebach i pragnieniach.**

• **Prawdopodobnie tęsknisz za domem.** Poproś rodziców, aby przynieśli Ci z domu rzeczy, które Ci się z nim dobrze kojarzą. Może to być ulubiony pluszak, poduszka, koc, książki, płyty z muzyką. Pomyśl, co jeszcze domowego chciałabyś mieć obok siebie? Może lampkę, bluzę, plakat? Powiedz o tym koniecznie rodzicom.

• **Jeśli jesteś w wieku szkolnym, to staraj się kontynuować naukę, chociaż w pewnym zakresie.** Na większości oddziałów szpitalnych organizowane są zajęcia szkolne, grupowe lub indywidualne. Uczestniczenie w lekcjach, odrabianie zadanych prac, kontakt z nauczycielem i innymi dziećmi pozwolą Ci oderwać się od choroby. Jeśli przed wystąpieniem choroby chodzenie do szkoły i odrabianie lekcji nie były Twoimi ulubionymi zajęciami, to prawdopodobnie teraz spojrzysz na naukę przychylniej. Uczestniczenie w zajęciach

lekcyjnych spowoduje, że ponownie poczujesz się uczniem, nie tylko pacjentem. Kontynuowanie nauki na oddziale to ważna sprawa. Podejmij to wyzwanie!

• **Z pewnością masz koleżanki i kolegów.** Może uda się zorganizować z nimi spotkania, chociaż czasami. Porozmawiaj o tym z rodzicami. Możesz także z nimi rozmawiać telefonicznie, mailowo, za pomocą komunikatorów internetowych (np. Skype). Jeśli nie masz swojego telefonu lub komputera, to może uda się pożyczyć je dla Ciebie. Zapytaj rodziców, czy przy Twoim oddziale działa organizacja, która między innymi pomaga w takich kwestiach.

• **Wiele oddziałów organizuje atrakcje dla swoich pacjentów,** np. spotkania, pikniki, pokazy filmów, zajęcia plastyczne, urodziny pacjentów. Warto abyś uczestniczyła/uczestniczył w tych wydarzeniach. Miło spędzisz tam czas i spotkasz się z ciekawymi ludźmi. Idź koniecznie!



Strefa siostry i brata

Jeśli Twoja siostra lub twój brat choruje, to **prawdopodobnie nie jest Ci łatwo**. Możesz zmagać się z takimi emocjami, jak: poczucie winy, że to ona/on jest chory, a Ty zdrowa/zdrowy, poczuciem, że wszystko kręci się teraz wokół chorego rodzeństwa a Ty jesteś „obok”. Może brakuje Ci uwagi i zainteresowania ze strony rodziców, może także czujesz się zdana/zdany tylko na siebie samego? **Te odczucia są zupełnie naturalne. Masz prawo tak się czuć.** Pamiętaj, że masz także prawo powiedzieć swoim rodzicom o tym, co czujesz, z czym się zmagasz. Oni w zabieganiu powstałym wokół choroby Twojej siostry lub brata mogą nieświadomie poświęcać Ci mniej uwagi i czasu. Masz także prawo wiedzieć, jaki jest stan zdrowia rodzeństwa, jak będzie wyglądał proces leczenia, ile czasu siostra lub brat będą musieli spędzać w szpitalu. Zadawaj pytania, na które chciałabyś/chciałbyś znać odpowiedzi. Jeśli czujesz się samotna /samotny lub smutna/smutny, to pomyśl, z kim, poza rodzicami, mogłabyś/mógłbyś o tym porozmawiać. Może z babcią lub dziadkiem? A może z ciocią lub wujkiem? A może z panią pedagog lub psycholog w swojej szkole? Pamiętaj także, że z czasem Wasze życie rodzinne się ustabilizuje i stopniowo zacznie wracać do normy. Zastanów się, jak możesz pomóc choremu rodzeństwu, jak ciekawie dla niego i dla siebie spędzać z nim czas. Pomyśl także o rodzicach - podejdź do nich, porozmawiaj o zwykłych sprawach, przytul się do nich. **Oni nadal bardzo Cię kochają**, mają tylko w zaistniałej sytuacji mniej czasu, aby Ci to regularnie okazywać.

Strefa babci i dziadka

Jako babcia lub dziadek **odgrywasz bardzo ważną rolę w Waszej rodzinie**. Prawdopodobnie bardzo przeżywasz fakt, że Twoja wnuczka lub wnuk poważnie choruje. To trudny czas dla Was wszystkich. Choruje dziecko, jednak choroba bezpośrednio wpływa na każdego członka rodziny. Na Ciebie także. Jeśli mieszkasz blisko dziecka lub szpitala, w którym przebywa, to warto, abyś efektywnie wspierała/wspierał dziecko, jego rodziców oraz rodzeństwo chorego dziecka. Cechuje Cię doświadczenie życiowe, znajomość wielu sytuacji oraz zazwyczaj dobra umiejętność radzenia sobie ze swoimi emocjami. To bardzo pomocne cechy w czasie choroby. Wiele babć i dziadków emanuje spokojem i cierpliwością, które mogą okazać się bardzo pomocne w momencie diagnozy i procesie leczenia dziecka. Dla wielu wnuków babcia i dziadek to także ważne autorytety, co powoduje, że chore dziecko ma zaufanie do tego, co mówią oraz tego, o co dziecko proszą. Jeśli dodatkowo nie przebywasz z dzieckiem na oddziale cały czas, łapiesz dystans do wielu spraw i możesz służyć praktyczną radą i świeżym spojrzeniem na wiele sytuacji, którymi możesz się dzielić z bliskimi. Wspieraj ich, ale zadbaj także o siebie. To ważne, dlatego, że oni cię naprawdę potrzebują. Wspólnie uda Wam się przejść przez czas choroby. Czego oczywiście bardzo Wam życzymy.