

# So wirst du bald wieder gesund

Ein Kinder-Ratgeber bei Krankheit und Verletzungen



Tom McGrath *und* R. W. Alley

Aus dem Amerikanischen von Anja Schmidtke



Alle Rechte vorbehalten.

Außer zum Zwecke kurzer Zitate für Buchrezensionen darf kein Teil dieses Buches ohne schriftliche Genehmigung durch den Verlag nachproduziert, als Daten gespeichert oder in irgendeiner Form oder durch irgendein anderes Medium verwendet bzw. in einer anderen Form der Bindung oder mit einem anderen Titelblatt als dem der Erstveröffentlichung in Umlauf gebracht werden. Auch Wiederverkäufern darf es nicht zu anderen Bedingungen als diesen weitergegeben werden.

Originally published in the USA under the title "When You're Sick or in the Hospital. Healing Help for Kids"; © Copyright der Originalausgabe: Text © 2002 Tom McGrath; Illustrationen © 2002 St. Meinrad Archabbey; Published by One Caring Place, Abbey Press, St. Meinrad, Indiana 47577

ISBN: 978-3-89845-588-6

1. Auflage 2018

Illustrationen: R. W. Alley

Übersetzung: Anja Schmidtke

Satz: XPresentation, Göllesheim

Umschlaggestaltung: XPresentation, Göllesheim

Druck: Finidr, s.r.o. Cesky Tesin

Verlag »Die Silberschnur« GmbH · Steinstr. 1 · 56593 Göllesheim

www.silberschnur.de · E-Mail: info@silberschnur.de

*In Dankbarkeit für all die mutigen Kinderkrankenschwestern,  
die die ihnen anvertrauten Kinder so liebevoll  
im Herzen tragen.*

*Und ganz besonders für die engelsgleiche Krankenschwester,  
die vor langer Zeit eine Limo mit mir teilte und mir Trost  
spendete, als ich ein trauriger, verängstigter kleiner Junge war.*



## Vorwort an Eltern, Lehrer und andere interessierte Erwachsene

Krank zu sein ist für uns alle besorgniserregend, aber für Kinder kann es besonders beunruhigend sein. Krank zu sein ist wie ein Angriff auf uns selbst. Ein Kind kann sich dadurch verstört, verängstigt und vielleicht sogar schuldig fühlen. Kinder, die oft krank sind, werden vom normalen Leben, von Freundschaften und vom Austausch mit anderen abgeschnitten. Ein krankes Kind kann sich sehr verlassen und einsam fühlen.

Kinder brauchen fürsorgliche Erwachsene, die ihnen durch ihre Krankheit, ihre medizinische Behandlung oder ihren Krankenhausaufenthalt helfen. Sie werden Untersuchungen unterzogen, die sie vielleicht nicht vollständig verstehen. Tests und Behandlungen sind zwar notwendig und gut, können aber auch schmerzhaft und anstrengend sein. Die medizinischen Mitarbeiter, die Ihr Kind behandeln, mögen Experten auf ihrem Gebiet sein, sind aber ganz sicher keine Experten für das Temperament, die Gefühle und die Ängste Ihres Kindes.

Versuchen Sie, Fürsprecher und treuer Begleiter Ihres Kindes zu sein. Sie haben die Gelegenheit, es durch Behandlung und Betreuung zu begleiten, ihm aufrichtig Dinge zu erklären, für es da zu sein, es auf vielerlei Arten zu ermutigen und Wege zu finden, um ihm zu helfen, mit dem normalen Leben verbunden zu bleiben.

Als Erwachsene, die ein krankes Kind betreuen, müssen wir uns auch mit unseren eigenen Sorgen befassen, um wirklich für das Kind da sein zu können. Wenn es einem Kind schlecht geht, macht seinen Lieben es zu schaffen, es so leiden zu sehen. Es ist wichtig, der doppelten Versuchung zu widerstehen, entweder zu gefühlvoll oder zu gefühllos zu werden. Oder, noch schlimmer, sich einfach aus dem Staub zu machen.

Sie können einem kranken Kind ein "Helfer in der Not" sein, ein tröstlicher Beistand, eine Quelle der Zuversicht und eine Verbindung zum normalen Leben. Ich hoffe, dass die gemeinsame Lektüre dieses Buches Ihnen und dem besonderen Kind in Ihrem Leben hilft, mit einem Gefühl von Geborgenheit, Hoffnung und Heilung durch diese Zeit der Krankheit zu gehen.

*Tom McGrath*





## Krank zu sein ist kein Spaß

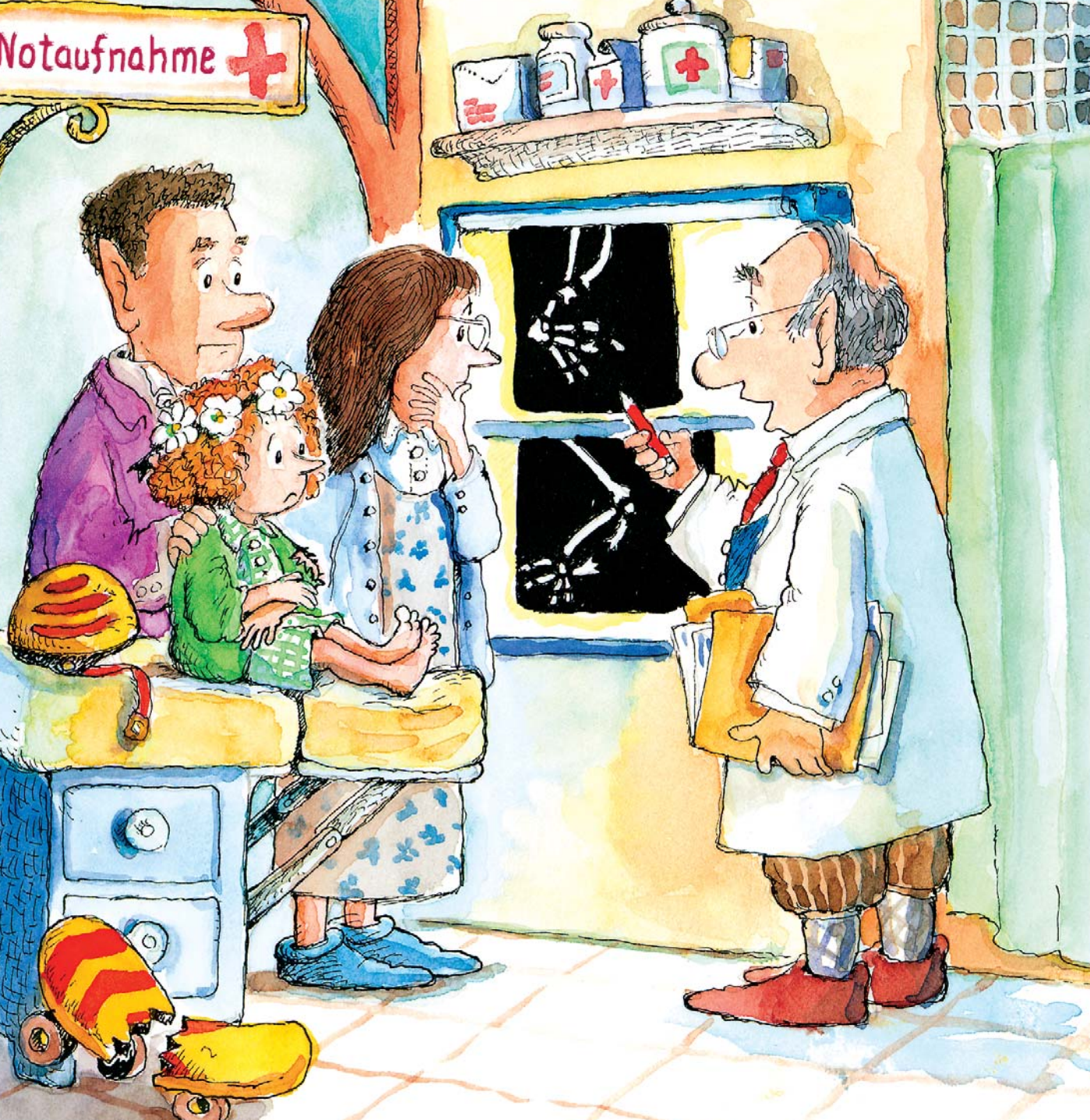
**W**enn du krank bist, geht es deinem Körper nicht gut. Vielleicht hast du keine Lust auf Sachen, die du sonst immer machst. Vielleicht musst du untersucht werden, Spritzen bekommen oder irgendeine eklige Medizin schlucken. Vielleicht musst du auch eine Zeit lang ins Krankenhaus.

**N**iemand ist gerne krank. Es ist okay, wütend darüber zu sein – oder traurig oder ängstlich. Es hilft dir, wenn du ein paar Dinge über das Kranksein und über deine Krankheit weißt. Es hilft dir zu verstehen, warum du dich schlecht fühlst und was du tun kannst, damit es dir bald wieder besser geht.

**D**enke daran, es gibt viele Menschen, die dich lieben und denen du etwas bedeutest. Sie wollen alles tun, damit du wieder gesund wirst.



Notaufnahme +





## Das Leben ist plötzlich anders

**W**enn du krank bist, ändert sich dein Leben. Vielleicht kannst du nicht wie sonst laufen und spielen. Manchmal kannst du dich nicht mehr mit deinen Freunden treffen. Vielleicht kannst du auch nicht zum Fußball oder auf Geburtstagsfeiern.

**W**enn du im Krankenhaus bist, schläfst du anderswo und isst anderes Essen als zu Hause. Vielleicht teilst du dir ein Zimmer mit jemandem, den du nicht kennst.

**I**n einem Krankenhaus kann es hektisch und laut zugehen, manchmal macht es einem sogar ein bisschen Angst. Aber auch wenn ein Krankenhaus einem seltsam vorkommt: Alles, was dort geschieht, soll dir helfen, wieder gesund zu werden.









## Es ist okay, wütend oder traurig zu sein

**K**rkrank zu sein kann dich ärgerlich oder wütend machen. Manchmal fühlst du dich einsam und traurig. Und oft fühlst du dich einfach nur schlecht.

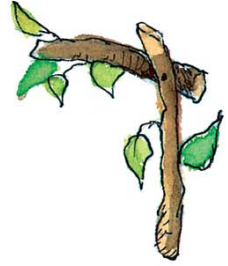
**S**olche Gefühle sind normal, wenn man krank ist. Je besser es dir geht, desto mehr fühlst du dich auch wieder wie du selbst. Dein Leben wird wieder mehr so, wie es war.

**S**prich über deine Gefühle mit jemandem, der dich versteht, zum Beispiel mit deinen Eltern oder der Krankenschwester oder deiner Tante, wenn sie dich besuchen kommt.









## Stelle Fragen

**W**ahrscheinlich weißt du nicht, warum es dir schlecht geht. Vielleicht fragst du dich, was mit dir geschehen wird.

**F**rag den Arzt, die Krankenschwester oder deine Eltern alles, was du wissen willst, zum Beispiel:

Warum muss ich diese Medizin nehmen?

Warum muss ich im Bett bleiben?

Wann kann ich aufstehen und wieder spielen gehen?

**M**anchmal kennen die Erwachsenen, die du fragst, nicht alle Antworten. Frag einfach trotzdem, damit die Menschen, die sich um dich kümmern, wissen, was du auf dem Herzen hast.





## Bleib in Kontakt mit anderen



**W**enn du krank bist oder im Krankenhaus liegst, kannst du nicht so viel wie sonst bei deinen Verwandten und Freunden sein. Dadurch kannst du dich einsam fühlen.

**A**uch wenn sie nicht bei dir sein können, lieben deine Verwandten und Freunde dich immer noch und sorgen sich um dich. Behalte etwas bei dir, was dich an dein Zuhause und deine Familie erinnert – zum Beispiel dein Lieblingsstofftier oder ein Familienfoto oder einen Schal, der nach dem Parfüm deiner Mama riecht.

**A**ls ich mit sieben Jahren im Krankenhaus war, schrieben meine Klassenkameraden mir Briefe und malten Bilder für mich. Das half mir, mich mit meinen Freunden verbunden zu fühlen. Ich habe die Schachtel mit den Briefen heute immer noch! Vielleicht können dir deine Freunde ja auch ein paar Briefe oder Bilder schicken.

