

帮助儿童应对患癌家人的状况



如果家中有儿童，患者通常的第一反应是不让孩子们知道自己患了癌症。父母和家里的其他成年人可能会觉得孩子们听不懂，或者他们想保护孩子免受这个坏消息可能带来的困扰。对于某些人来说，可能仅仅是因为他们不知道如何与孩子们谈论这件事情。

研究显示，仅有 18 个月大的儿童已经开始了解周围的世界。孩子们经常能察觉到家里的变化，比如紧张的气氛和日程的改变，从而感觉到事情不对劲。如果他们觉得父母隐瞒了某些信息，他们会更加担心。有些孩子可能认为导致父母生病是因为自己所做的某些事。

因此，对孩子们诚实和坦率是很重要的，而不是让他们去胡思乱想而得出比现实更糟糕的结论。

您可以做什么

做为看护者，您可能希望在您的亲人与他们的孩子讨论癌症的时候给予支持。让他/她放心，分享这个消息可以帮助他们巩固与孩子的信任和关系。只要提供与年龄相符的信息和良好的支持，大部分孩子们都是可以承受的。

您或者您的亲人可以：

- 问孩子他/她对癌症了解多少。
- 提供有关诊断的简单信息（癌症名称、癌症所在的身体部位、如何治疗以及他们的生活会受到怎样的影响）。以孩子能够理解的方式解释。
- 如果孩子问起，就提供更多的详情。对他们实话实说。通常，年龄在 8 岁以下的幼儿不需要了解很多详细信息，而年龄较大的儿童和青少年会想要知道。
- 解释患病并不是他们的错。
- 鼓励他们分享自己的想法，但如果他们不愿意，则不要强迫他们。请注意，对青少年来说，他们可能很难向您表达自己的想法和感受。
- 尽可能多参与日常惯例活动。让孩子知道他们仍然可以享受自己的生活。
- 让孩子做适合他们年龄的任务来帮助患癌症的父母。
- 将亲人的病情告诉学校辅导员。

如果孩子问我其患病的父母会不会死，我该如何应对？

- 承认这对您和家人来说都是一个可怕的问题
- 承认这对孩子来说是一个很难问出口的问题
- 诚实地回应。“我向你保证我会诚实地告诉你发生了什么事情。如果你还是很担心，就让我知道，我们可以一起解决这个问题。”
- 记住，在孩子们需要的时候要提供准确的信息，这样才能每天应付自如
- 让他们放心，无论发生什么事，他们都会受到适当的照顾

何时联络您的癌症护理团队

有时候，尽管对孩子们诚实，有些孩子可能会对亲人患病表现出不同的反应。他们可能会：

- 当他们看到治疗对亲人产生的影响时，不知所措
- 行为反常（例如变得更加孤僻或更激进）
- 表现得更黏人或者怀念以前曾经得到的关注
- 对活动表现出较少的兴趣
- 难以集中注意力
- 如果要求他们做更多的家务，他们会不高兴
- 在学校遇到问题（例如与朋友相处的问题或不做家庭作业）
- 进食和睡眠方面出现问题
- 有自残或自杀念头的迹象

如果您察觉到以上任何一种情况，或者您觉得您或您的亲人很难与孩子们讨论癌症话题，请通知您的医生或护士。有些孩子，特别是青少年，可能会更容易向不是父母的成年人敞开心扉。

如果您是新加坡国立癌症中心的患者，也可以致电+65 6436 8417 或+65 6436 8088 预约向新加坡国立癌症中心的医疗社会工作者/临床心理医生咨询。

实用资源

- [维多利亚州癌症委员会：与孩子们谈论癌症](#)
- Cancer.net: [与您的孩子谈论癌症](#)
- [新加坡防癌协会：对儿童和青年的援助](#)

以上内容是在“淡马锡基金会—爱惜关怀项目（便利癌症护理，扶持癌症病患）”（Temasek Foundation-ACCESS programme, Accessible Cancer Care to Enable Support for Survivors）计划下提供，该计划是一个全方位的关怀护理项目，为癌症患者在其护理和康复过程中提供支持。

上述内容已获得新加坡国立癌症中心（NCCS）癌症教育与资讯服务（Cancer Education and Information Services）的批准，适用于癌症患者及其家人和看护者。但是，这些信息仅供参考，不得代替医学诊断、治疗或建议。对于特定的医疗状况，请向您的医疗团队寻求专业的医疗建议。

赞助机构:

TEMASEK
FOUNDATION

