

Vad får jag ta med mig till sjukhuset när jag ska läggas in?

Får jag ta med mig min telefon och mitt gosedjur? Och hur är det med smink och egna kläder? Är det något jag absolut inte får ta med mig eller ha på mig? I detta avsnitt träffar Hedvig och Ville, Jessica Widegren som arbetar som barnsjuksköterska på Astrid Lindgrens Barnsjukhus vid Karolinska Universitetssjukhuset i Stockholm. Vi snackar om alternativ till den fula "sjukhusskjortan" och tipsar om sköna kläder och prylar man kan ta med sig till sjukhuset. Självklart pratar vi också om vilka som kan vara med dig på sjukhuset och hur de kan hjälpa dig för att få tiden att gå lite snabbare och tillvaron att kännas lite schysstare.

Hedvig:

Hej! Du lyssnar på Narkoswebbspodden med mig, Hedvig...

Ville:

...och mig, Ville.

Hedvig:

Och idag har vi med oss en gäst! Du kan väl presentera dig själv?

Jessica:

Ja! Jag heter Jessica och är barnsjuksköterska på Astrid Lindgrens Barnsjukhus och har jobbat där i 15 år nu, tror jag.

Hedvig:

Wow!

Jessica:

Och jag jobbar på en avdelning där patienter som har brutit benet och som vi kallar ortopedi, där man antingen har råkat ut för en akut åkomma eller så kommer man in för ett planerat ingrepp. Och sen har vi också patienter som vårdas för neurologiska sjukdomar, och vi träffar barn allt ifrån att de är nyfödda tills man är 18 år.

Hedvig:

Och idag ska vi prata lite om vad man får ha med sig till sjukhus och vad man får ha på sig, och varför. Först tänkte jag då fråga, börja och fråga dig vad man brukar ha när man är inne på sjukhus, för kläder?

Jessica:

Ja, oftast när man kommer till oss så kommer man ju via vår akutmottagning eller så har man ett planerat besök för att man kanske ska opereras eller få någon behandling. Och när man kommer via akuten så kommer man ju i sina egna kläder och de kan man ha på sig om man vill, och man kan också ringa mamma eller pappa och säga att: ”Nu vill jag ha några andra kläder med mig på sjukhuset”. Annars så får man på sig en liten sjukhusskjorta, brukar kalla dem, och det är en ganska tråkig variant av en liten lång skjortklänning, kan man säga. Och ska man ner till operation, då behöver ju man vara ren, så då har man ju duschat ganska många gånger och så får man på sig den där skjortan, och efter det får man inte kliva upp ur sängen förrän man är på operation och behöver man kliva upp ur sängen, då får man på sig ett par ganska fula strumpor till det och så kan man ha sina egna underkläder. Och har man glömt underkläder eller de har blivit trasiga på akuten, då får man låna det av oss också.

Ville:

Är det bara underkläder man brukar ha under den här, vad heter det... sjukhusskjortan?

Jessica:

Ja, men då brukar man ha ett par trosor eller kalsonger under, ja. Och man kan... jag tänker såhär, man kan ha med sig sin pyjamas eller man kan ha en morgonrock med sig om man tycker det är härligt. Och ska man vara länge på sjukhus, då tycker vi att det är bra om man har sina egna kläder, för då känner man sig lite friskare.

Hedvig:

Mm.

Jessica:

Mm.

Hedvig:

Så att, om jag... om vi säger såhär att jag ska åka in och bo länge på sjukhus...

Jessica:

Mm.

Hedvig:

...vad tycker du är viktigt att packa?

Jessica:

Jag tycker att det är viktigt att packa ett par sköna, kanske mjukisbyxor, om man är lite varm av sig kanske man vill ha ett par shorts eller någonting sådant med sig. En mysig munkjacka eller... ja, men lite sköna mjuka kläder, tänker jag, som man känner sig lite bekväm i.

Hedvig:

Så om man ligger på avdelning så får man ha sina egna kläder?

Jessica:

Det får man ha!

Ville:

Men om man ska, såhär, till... ifall jag ska till sjukhuset, då, och jag ska opereras, till exempel, ifall jag... vad är det viktigaste jag behöver ta med mig? Är det, såhär, ID? Eller ifall jag tar några speciella mediciner, behöver jag ta med dem? Eller... ja, behöver jag ta med byteskläder? Är det någonting extra viktigt som man måste ta med sig?

Jessica:

Jag tycker man ska packa med sig det som... delvis kläder man trivs i, men också kanske, om man är lite yngre kanske man har ett favorit-mjukisdjur som man vill ha med sig, som man känner sig trygg med. Är man riktigt liten så får man gärna ta med sig napparna och sin favorit-vällingflaska, kanske, det får mamma och pappa packa ner. Lite... kanske en iPad eller sin telefon och laddare. Om man vet att man ska vara länge på sjukhus så kanske man vill ha med sig lite godis eller böcker som man tycker om att läsa. Och om man står på läkemedel som man vet är lite krångliga att få tag på, då tycker jag att man ska ha med sig dem. Annars så har vi de flesta medicinerna hos oss.

Hedvig:

Mm.

Ville:

Ja.

Hedvig:

Och om jag tycker det är bekvämt att sova med min egna kudde och mina egna lakan, kan jag ta med det eller behöver jag sova i sjukhussängkläder?

Jessica:

Nej, det går alldeles utmärkt att ta med sig egna sängkläder och sin favoritkudde, kanske, och så. Och tandborste och tandkräm kan vara bra att ha med sig. Vi har det hos oss, men med Scooby Doo-smak och den är inte jättegod, så ta med dig din favorittandkräm också.

Hedvig:

Ja. Ja, för att spinna vidare lite på tandkräm och så, hygienartiklar?

Jessica:

Mm!

Hedvig:

Är det... får man ha med sig vad man vill då, eller finns det något speciellt som man inte riktigt får ha på sjukhus?

Jessica:

Man får ha med sig sitt eget schampo och sin egen tvål och så. Parfym kan ju vara bra att tänka på, att det kanske är starka dofter som man inte ska ha på sjukhus. Vi har Bamse-schampo hos oss, så att det går alldeles utmärkt att tvätta sig med det. Om man ska till operation däremot, då behöver man tvätta sig med ett speciellt schampo och en speciell svamp som är lite... med lite hudbakteriedödande medel i.

Hedvig:

Mm.

Jessica:

Men när man har kommit upp från operation, då kan man duscha med vad man vill.

Hedvig:

Och för att spinna vidare på det du sa, att varför ska man tvätta sig så viktigt? Och... för man behöver ju göra det, alltid, innan operation. Vad är, liksom, den största anledningen till det?

Jessica:

Ja, men det är att man kan ha lite bakterier på huden, och när man ska opereras så vill man ju inte att de bakterierna ska komma ner i såret och skapa en infektion, så det är, liksom, den stora orsaken. Sedan, om man har råkat missa något ställe att duscha på, så kommer de också att tvätta ordentligt nere på operation, så man behöver inte vara orolig att... men ni kommer vara riktigt rena, för att ni ska duscha oftast 1-3 gånger innan ni får åka ner på operation.

Hedvig:

Mm.

Ville:

Och det här, ifall jag tar med, till exempel, mina smycken och mina elektroniska saker och jag behöver byta om, såklart, och så lägger jag bort dem, och sen så jag kanske tappar bort dem eller de blir stulna, det har inte sjukhuset något ansvar över, va?

Jessica:

Alltså vi har ett skåp med kodlås, där man kan låsa in lite värdesaker, men det är klart att det finns tjuvar på sjukhuset också...

Ville:

Ja.

Jessica:

...eller, framför allt, så ser vi ibland att man glömmer saker i sängen och så kastar vi det i tvätten och så åker de bort. Men då brukar oftast... ibland, om vi misstänker att det är tjuvar, då får man anmäla det till polisen, eller så får man höra med sitt försäkringsbolag.

Ville:

Mm!

Hedvig:

Finns det någonting som man inte får ha med sig om man bor länge på sjukhus?

Jessica:

Oj... vilken svår fråga. Något exempel?

Ville:

Ifall det är någonting som folk brukar ta med sig...

Jessica:

Ja.

Ville:

...som ni måste, såhär, "Nej, det där kan ni inte ta", eller brukar inte det hända?

Jessica:

Alltså, man får inte dricka alkohol på sjukhuset.

Hedvig:

Nej.

Ville:

Brukar folk ha med det?

Jessica:

Nej, inte hos oss på barnsjukhuset.

[alla skrattar]

Jessica:

Men jag kan inte komma på någonting annat. Husdjur...

Hedvig:

Mm.

Jessica:

...får man inte ha med sig.

Ville:

Man får inte ligga i sängen och kela med dem?

Jessica:

Man får inte... nej, för det kan finnas andra barn och vuxna som är allergiska. Däremot så finns det en vårdhund på Astrid Lindgrens Barnsjukhus som ibland kommer till vår utegård, dit man kan få komma och hälsa på hunden.

Ville:

Vad skönt.

Jessica:

Mm.

Ville:

Jag har ju fyra hundar.

Jessica:

Du har fyra hundar? Ja, men då får du be någon vakta dem medan du är på sjukhuset.

Hedvig:

Så att Ville kan inte, på något sätt, träffa dem om han ligger inne på avdelning?

Jessica:

Nej, inte inne på avdelning, då kan man inte göra det.

Hedvig:

Nej.

Jessica:

Men ibland så brukar vi, om man är länge på sjukhus, och så har man en dag när man mår lite bättre, då kan man ibland få komma hem några timmar på dagen och kanske träffa sina husdjur och komma tillbaks sedan.

Hedvig:

Och får jag sminka mig eller ha nagellack? Smycken?

Jessica:

Ja. Man får inte ha nagellack och smycken på sig när man åker ner till operation, men om du bara ska vara på avdelningen för att du är där och behöver någon typ av behandling, eller ska

göra någon undersökning, då kan man ha smink på sig. Man kan säga såhär, när man ska åka till röntgen och ska göra en sådan där magnetkamera, då måste man däremot plocka av sig alla sina smycken som man har på sig, eftersom det är ett stort, magnetiskt dragfält för smycken och metaller.

Ville:

Men det här med att jag inte får ha, eller inte jag, men att man inte får ha på sig smink eller läppstift eller så på operationen, varför är det?

Jessica:

För att på operationen behöver man vara ren och eftersom ni har duschat så många gånger så innebär det också att man duschar av sig smink och nagellack. Och sedan har vi en del aperaturer som vi sätter på fingret, där vi mäter syremättnaden i blodet, och har man nagellack på sig då, då kan den ha lite svårt att få kontakt.

Ville:

Mm.

Hedvig:

Mm. Vi kanske kan prata lite om föräldrar...

Jessica:

Mm.

Hedvig:

...på avdelning eller operation. Får de vara med när jag sövs och vaknar?

Jessica:

Ja, det får de. Man får ha med sig en förälder in hela vägen tills du sover om man är så pass stor som du är. Om man är en liten bebis, då brukar vi göra så att mamma och pappa följer med hela vägen, nästan tills man sover och sen säger man hej då där. Och det har lite med säkerhet att göra. Och vi brukar säga såhär, vi vill att mamma eller pappa eller någon annan anhörig som man har eller tycker om och är man en stor tonåring så kanske man har en storebror eller en mormor eller något som kan vara med på sjukhus. Men vi tycker inte att man, som barn, ska vara själv på sjukhuset.

Ville:

För det var så jag kom ihåg det. Varje gång jag skulle sövas när jag var liten så var alltid mamma där när jag, vad heter det, sövdes och när jag vaknade också så jag trodde hon satt under hela operationen.

Jessica:

Ja... nej, hon får ju vara med tills du har somnat, och sen så, efter operationen så åker man

till något som kallas uppvaket, och när du rullas ut från operation, då brukar de ha redan ringt mamma och pappa, så de är där när man vaknar upp. Och det är för att man ska känna trygghet att man... det är ett ansikte man känner igen.

Hedvig:

Ja, särskilt när man vaknar från narkos.

Jessica:

Ja. Ja, precis.

Hedvig:

Ja. Men om man ligger, då, på avdelning med föräldrar...

Jessica:

Mm.

Hedvig:

Får de bo hos en, eller hur...?

Jessica:

Ja, alla barn hos oss har ett eget rum och där finns det en liten extrasäng till mamma eller pappa. Den är inte jätteskön men det är som en liten bäddsoffa, kan man säga, där man kan sova. Och är man en jätteliten bebis så kan man ibland dela säng med mamma eller pappa.

Hedvig:

För mig, som är nästan 16 år, behöver det vara en förälder som sover över?

Jessica:

Om du och din mamma kommer överens om att du klarar dig utmärkt på sjukhuset själv, så är det inte ett måste, men vi tycker att det är bra för att vi ser att man blir, även fast man är 16, och när man är på sjukhus så är man inte så stor. Det är man inte när man är vuxen heller.

Hedvig:

Nej.

Jessica:

Nej.

Hedvig:

Du nämnde att man sover i enskilt rum.

Jessica:

Mm.

Hedvig:

Är det så överallt, eller bor man ibland flera i samma rum?

Jessica:

Nu på nya Astrid Lindgrens Barnsjukhus så har alla eget rum om man inte vårdas där man behöver övervakas lite extra. Till exempel om man ligger på barnintensiven, eller om man... då kan man ligga med en annan patient bredvid. Men annars så har man ett eget rum med egen toalett, med egen dusch och med en egen TV.

Hedvig:

Wow.

Jessica:

Mm! Det har hänt grejer på de senaste åren! Förut var det ju så att man kunde få dela rum med flera olika andra patienter, och då kunde det ju vara en liten bebis som skrek och det är ju inte så kul när man är 16 år och vill sova.

Hedvig:

Nej... det är lite den bilden jag har av att man ligger i ett stort... samma rum.

Jessica:

Mm. Det var lite så för några år sedan...

Hedvig:

Mm.

Jessica:

...men det, med nya sjukhuset nu så har vi...

Ville:

..gjort framsteg.

Jessica:

..gjort framsteg.

Hedvig:

Ja! [skrattar]

Jessica:

Precis, ja. För det är ju jätteviktigt när man är på sjukhus, att man får sova. Det är ju en del av att, liksom, kunna bli frisk igen.

Hedvig:

Och känna sig trygg.

Jessica:

Och känna sig trygg.

Hedvig:

Tack så jättemycket för att ni har lyssnat på Narkoswebbspodden med mig, Hedvig...

Ville:

...mig, Ville...

Hedvig:

...och med vår gäst:

Jessica:

Jessica! Tack för att jag fick komma, superroligt!

Hedvig:

Det var jätteroligt att du kom!

Jessica:

Ja!

Ville:

Tack så jättemycket!