

DAGENS PULS

Ny viden:

**RYGERE HØRER
DÅRLIGERE I
ALDERDOMMEN**

Fødsels-
problemer:

**BABYER KAN
OGSÅ FÅ
BRUG FOR
KIROPRAKTOR**

Naturligt slank:

**DU KAN TABE
DIG VED AT
SPISE KALK**

**Lina Rafn
gider ikke
fitness-
centre:**

**Jeg
danser
mig i
form**

TAG BLADET
GRATIS
MED HJEM



Forsinkede børn dækker over forældrene

Det er børnene, der betaler prisen, når familien kommer for sent ud ad døren. Børn, der kommer for sent, føler sig uden for fællesskabet.

Af Marie Lau,
Foto: Anne-Marie Lennings Bagger

Klokken har for længst ringet, og inde i lokalet har de fleste børn fundet deres pladser og er begyndt på undervisningen. Ude på vejen kommer en bil fræsende, ud vælter en stresset forælder og et eller flere børn med skoletasker, madkasser og gymnastikposer flagrende efter sig.

Den situation er velkendt på alle landets skoler. Hver dag kommer børn for sent, og set fra det enkelte barns perspektiv er det en

Det siger børnene

Ann: Når vi har travlt, skynder min mor hele tiden på mig, og så glemmer jeg altid noget.

Viktor: Ja, og så skal man tilbage efter det, og så tager det alligevel længere tid. Det ville være lettere, hvis de lod være fra starten af. (...) Når mine forældre har travlt, så bliver jeg selv mere stille og langsom. Så sætter jeg mig på min seng og venter, til det er gået over.



ubehagelig start på dagen.

Det mener familierådgiver Lene Bagger og psykolog Lisbeth Lenchler-Hübertz, som driver virksomheden Babuska, hvor de rådgiver børnefamilier om dagligdagens udfordringer. For dem er billedet af den forsinkede familie et velkendt problem:

"Forældrene er så pressede, at de høvler over vejen med børnene på slæb, mens skolepatruljen lige ved siden af prøver at lære børnene at bruge fodgængerfeltet. På den måde er børnene oppe i enormt højt gear, allerede inden de er nået ind i klassen. For de børn, der har svært ved at tage afsked, er sådan en morgen endnu værre. Den sidste stund, man har sammen, bliver fyldt med 'Skynd dig nu lidt, ellers når vi det ikke!'. Der er ikke tid til et ordentligt farvel, og den dårlige afsked forfølger de børn hele dagen. Det er børnene, der har klumpen i maven," siger Lene Bagger.

FORSINKELSE GØR SÅRBAR

En dårlig morgen giver barnet en dårlig start på dagen og spiller ofte også ind på barnets sociale relationer i skolen:

"Det er en sårbar situation for et barn at komme for sent. Det barn, der kommer for sent, bliver udstillet for de andre børn. De, der kommer til tiden, kommer som en flok, mens den, der kommer for sent, står alene. De forsinkede børn er ofte flove og mærker tydeligt, at de falder igennem. Så kommer de med alle mulige døds-syge undskyldninger og bortforklaringer for at dække over, at deres forældre ikke kom ud ad døren med dem til rette tid. Og de andre børn kan sagtens gennemskue det," siger Lisbeth Lenchler-Hübertz.

INGEN LEGEAFTALER

Det spiller en meget stor rolle for barnet, om de er i skolen fem minutter før eller fem minutter efter, at klokken har ringet:

"Det barn, der kommer for sent, vil ikke forstyrre, og madpakken bliver liggende i tasken hele dagen, så barnet undgår at larme med at gå hen til køleskabet med den. Barnet mangler introduktionen til opgaverne, og hvad der sker i klassen den dag, og spørger ikke, >

ENDOSKOPI KLINIKKEN – Speciallæger i gastroenterologi og urologi

- Kikkertundersøgelse af spiserør, mavesæk og tolvfingertarm (Gastroskopi)
- Kikkertundersøgelse af endetarm og nedre del af tyktarm (Sigmoidoskopi)
- Kikkertundersøgelse af hele tyktarmen (Koloskopi)
- Kikkertundersøgelse af urinrør og blære (Cystoskopi)
- Måling af urinstrålen og rest urin i blæren (Flowmåling og blærescanning)
- Vævsprøver fra prostata (Prostatabiopsi)
- Vandladningsoperationer hos mænd
- Laseroperation af Prostata

Mave-tarmsygdomme og sygdomme i urinvejene

Endoskopiklinikken er specialister i gastroenterologi og urologi. Speciallægerne er i stand til at undersøge både mave, tarm og blære ved hjælp af det mest moderne kikkertudstyr.

Operation

Gennem samarbejdet med Danske Privathospitaler tilbydes vandladningsoperationer hos mænd og Laseroperation af Prostata.

Patienten i centrum

"Ved undersøgelse af mavesækken benytter vi os af et superslankt kikkertinstrument, der sikrer minimalt ubehag for patienten" siger sygeplejerske Lone Fly, som vi talte med på den travle klinik.

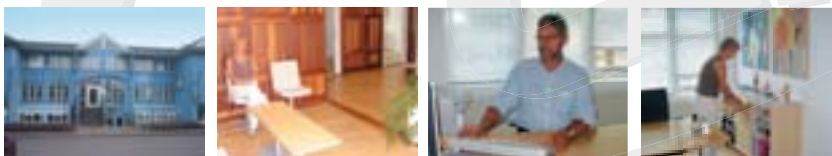
"Hos os lægger vi vægt på at give hver eneste patient en god og positiv oplevelse, også selvom der kan være tale om undersøgelse for en alvorlig lidelse", tilføjer hun.

Lone Fly oplever, at patienterne falder til ro i klinikken behagelige omgivelser og afslappede miljø.

Ingen ventetid

Alligevel tilbyder man på Endoskopiklinikken noget ganske særligt: Hurtig og effektiv undersøgelse og behandling af speciallæger uden ventetid.

"For at patienten skal føle sig tryk, er det vigtigt, at personalet er opdateret på højest faglige niveau, og at logistikken er i orden, så vi kan overholde vores ventetidsgaranti som er nul ventetid", understreger Lone Fly.



Aftale med forsikringselskaberne
Aftale med Regionerne
Medlem af SPPD, Sæmmenslutningen af
Privathospitaler og Privatklinikker i Danmark

Patientgrupper:
Forsikringspatienter
Ventelistepatienter
Privatpatienter, som selv betaler, med eller uden
henvisning fra egen læge.


ENDOSKOPI
KLINIKKEN

Jens Baggesens Vej 88E · 8200 Århus N · Tlf: 86 13 08 46 · www.endoskopiklinikken.dk

< for det er for pinligt. Barnet har også mistet alt det, der foregår socialt de sidste fem minutter, inden klokken ringer. Der bliver for eksempel tit lavet legeaftaler, og derfor står det barn, der kommer for sent, let udenfor."

BØRN I KLEMME

I mange familier er det blevet en livsstil at komme for sent – men det gør ikke situationen lettere for barnet:

”Barnet føler sig klemt mellem to verdener – forældrene, der måske tager lidt let på det med at komme til tiden, og så skolen, hvor klokken ringer, når den ringer

”Barnet føler sig klemt mellem to verdener – forældrene, der måske tager lidt let på det med at komme til tiden, og så skolen, hvor klokken ringer, når den ringer. Når børn kommer for sent, er det sjældent, fordi der sker alt muligt på skolevejen. De fleste børn

vil allerhelst komme til tiden. Men de kommer for sent ud ad døren, og det er forældrenes ansvar.”

Men hvad med børn, der er hundrede år om at tage tøj på eller sidder og kører skeen rundt i havregrøden uden at få noget indenbords – har de ikke en del af skylden, når familien kommer for sent? Nej, de reagerer bare på den stemning, der er i familien om morgenen, siger Lene Bagger:

”Når børn går i stå om morgenen derhjemme, så betyder det, at de ikke magter at have så travlt, som familien har om morgenen. Det er et signal om, at de ikke kan følge med. Tit er det morgenmaden, der ryger. Hvis barnet mærker, at alt er travlt og stresset, er det meget svært for dem at synke



Mange forældre kommer ræsende med deres børn, efter at klokken har ringet – og det giver børnene en utryk start på dagen, mener familierådgiver Lene Bagger (th.) og psykolog Lisbeth Lenchler-Hübertz.

maden. Det kræver ro, og at man er til stede, hvis børn skal spise.”

For at få en god morgen i familien, som ender med, at barnet kommer til tiden, skal man spole helt tilbage, til når barnet vågner, siger Lisbeth Lenchler-Hübertz:

”Det er afgørende vigtigt, hvordan man bliver vækket. Og børn er lige så forskellige som voksne på det punkt. Nogle har brug for at ligge ti minutter ekstra i den lune dyne, andre springer op og går i gang i det sekund, vækkeuret ringer. Kunsten er at få indrettet morgenen, så der er plads til det enkelte barns morgenrytme.”

Og børnene kan sagtens inddrages, når familien skal planlægge, hvordan de får nogle rare morgener, siger Lene Bagger: ”Det er en rigtig god ide at lade børn byde ind med, hvad de synes er en god morgen, og så planlægge et morgenritual ud fra det. Når børn selv har været med til at lave planen, arbejder de ihærdigt for at opfylde deres del af aftalen, så det bliver en god morgen. Måske skal vækkeuret stilles, så der er tid til at ligge ti minutter og hygge i sengen. Måske skal tasken pakkes aftenen før, eller tøjet skal være lagt frem og lige til at gå til. Tit er det ganske lidt, der skal til for at vende en dårlig morgen til en god morgen.” ♦

Tip til en god morgen

- **Hav et fast morgenritual – børn elsker forudsigelighed**
- **Sig det til børnene, hvis I er blevet forsinket**
- **Læg tøjet frem om aftenen**
- **Ordn tasken om aftenen, så I ikke finder tre gamle madpakker og fire sedler i den om morgenen**
- **Stil evt. uret lidt frem, så I kommer i god tid ud ad døren**
- **Kig på det enkelte barn og lav morgenrytmen efter det – en langsom starter skal have tid til at komme ud af sengen**

Lider du af migræne/hovedpine?
Meld dig i Migræne- & Hovedpineforeningen
Ring efter folder på tlf. 70 22 00 52
www.hovedpineforeningen.dk

Alt i cykler til alle. Alle børn og voksne af samme
bikeshop.dk
Østergårdsvej 15 - 2800 Solbjerg - 47171777
PS. Alle Danmarks største udvalg i cykler!

LÆSERSERVICE
fra annoncør til læser
FIND SUNDHED PÅ NETTET

KIRURGISK KLINIK VESTJYLLAND
Sønderlandsgade 9, 2.,
7500 Holstebro.
Tlf: 97404094.
e-mail@kir-vest.dk
www.kir-vest.dk

BILLESBØLLES
PRIVATKLINIK
Brogade 7, 4600 Køge
Tel. 5665 7079, Fax. 5666 1788
Kirurgi - endoskopi - avanceret
ultralydskanning
www.privat-klinik.dk

**BLIV SET
DAGENS PULS**