

Lorsque des membres de votre famille sont hospitalisés à cause de COVID19

À mesure que le nombre de cas de COVID-19 augmente, les hospitalisations augmenteront également. Ces hospitalisations peuvent être extrêmement difficiles non seulement pour les patients, mais aussi pour les membres de la famille. Les êtres chers peuvent expérience désarroi a cause de l'incertitude sur le rétablissement de leur être cher. Ils peuvent également être préoccupé par leur propre risque de contracter la maladie.

De plus, les membres de famille n'auraient peut-être pas avoir le droit de visite à leurs proches dans l'hôpital à cause du potentiel d'être mise en contact au virus. Cela crée des séparations difficiles pour tout le monde.

Comment gérer l'incertitude et le désarroi élevée

- Participez a des activites qui soutiennent votre santé et vous aident a vous détendre. Cela peut comprendre gymnastique, la méditation, la prière, ou parler avec des amis ou avec des membres de familles.
- Maintenir des routines de repas et des heures de coucher.
- N'oubliez pas que votre être cher reçoit les soins nécessaires pour soutenir son guérison. Le plupart des personnes sont traitées avec succès et peuvent rentrer chez eux.
- Assurez-vous de savoir où accéder aux documents importants de votre être cher. Cela peut inclure des documents médicaux, juridiques et financiers.
- Si votre être cher est très malade, discutez de ses souhaits de soins médicaux.
- Restez en contact avec le personnel de l'hôpital qui vous donnent des mises à jour.
- Sachez que vous ne pouvez pas toujours recevoir des informations de le personnel de l'hopital tout de suite. Les hôptiaux sont très occupés pendant ce moment.
- C'est bon de plaider pour vous et votre famille pour recevoir des mises à jour. Bien que les fournisseurs souhaitent vous tenir au courant, ils sont tres occupés et peuvent apprécier le rappel.

Comment rester connecté lorsque vous êtes séparé

- Évaluer le risque de chaque membre de la famille pour le potentiel d'être mise en contact au virus et déterminer si la quarantaine est nécessaire.
- N'oubliez pas que la separation physique des êtres chers est nécessaire pour garder de sante de tout le monde.

Pour demander ce document dans un autre format, composez le 1-800-525-0127. Clients sourds ou malentendants, veuillez appeler le 711 ([Relais de Washington](#)) ou envoyez un email à civil.rights@doh.wa.gov.

- Garder les membres de la famille loin de l'hôpital permet aussi aux équipes de soins de santé de concentrer plus efficacement sur les soins aux patients.
- Créez des occasions de communiquer en toute sécurité par SMS, téléphone, e-mail, ou chat vidéo.
- Demandez aux membres de votre famille ou aux enfants d'écrire des lettres ou de dessiner des images.

Comment communiquer avec les enfants

- Tenez compte de l'âge et du niveau de développement de chaque enfant au moment de décider quelles informations partager avec lui.
- Expliquez aux enfants que la plupart des gens s'améliorent. Fournissez aux enfants des informations actualisées sur la santé du membre de votre famille.
- Il convient de faire savoir aux enfants que les adultes ont aussi des préoccupations (par exemple : « Je comprends. Je m'inquiète aussi pour grand-père, mais nous allons surmonter cela ensemble. »), Mais ne les alourdissez pas avec des soucis inutiles.
- Encouragez les enfants à créer des projets qui encouragent les pensées positives de la personne malade. Trouvez des façons créatives de les partager avec la personne à l'hôpital.
- Si votre être cher est très malade, ne donnez pas de fausse assurance. En cas de décès, expliquez ce qui s'est passé en utilisant un langage simple et clair.
- N'oubliez pas que les enfants sont susceptibles de modéliser les réactions émotionnelles des soignants adultes.

Référence :

Centre d'études sur le stress traumatique
Département de psychiatrie
Université des services en uniforme

Pour demander ce document dans un autre format, composez le 1-800-525-0127. Clients sourds ou malentendants, veuillez appeler le 711 ([Relais de Washington](#)) ou envoyez un email à civil.rights@doh.wa.gov.