



Kindvriendelijke zorg: hoe vermijden we angst, pijn en trauma?

Bij ZAS zetten we in op kindvriendelijke zorg. Zo dragen we bij aan een goede genezing en houden kinderen het vertrouwen in zorgverleners.

Op deze pagina

1. Belang veiligheid en comfort
2. Hoe pakken we het aan?
3. Niet enkel pediatrie
4. Meer lezen

Bij ZAS zetten we in op kindvriendelijke zorg. Zo zijn onze pediatrie afdelingen ingericht op maat van kinderen, gebruiken we de meest recente technieken om patiënten comfort te bieden tijdens medische handelingen en steunen we op de kennis van onze pedagogische medewerkers.

In 2025 hebben we die sterktes gebundeld in een structureel beleid rond kindvriendelijke zorg.

Belang veiligheid en comfort

Een ziekenhuisbezoek zorgt vaak voor angst, stress en zelfs trauma, zeker bij kinderen. We vinden het belangrijk om die stress en angst serieus te nemen. Goede zorg draait om meer dan enkel correcte medische handelingen. **Stress en angst minimaliseren, staat een goede genezing in de weg.** Negatieve gevoelens verergeren de pijn. Ook zorgen ze ervoor dat kinderen hun vertrouwen verliezen in zorgverleners. Door in te zetten op veiligheid, comfort en vertrouwen, bouwen we aan een effectieve en menselijke zorg.

Hoe pakken we het aan?

Onze leidraad voor kindvriendelijke zorg is PROSA (procedurele sedatie en analgesie), een verzamelnaam voor alle bewezen methoden om pijn, angst en trauma bij kinderen te voorkomen tijdens zorgmomenten in het ziekenhuis.

Hoe passen we die concreet toe in ons ziekenhuis?

Informatie op kindermaat

Kinderen die weten wat er gaat komen, voelen minder angst en werken beter mee aan een behandeling. Daarom proberen we hen zo goed mogelijk te informeren. In het ziekenhuis bieden onze zorgverleners en pedagogisch medewerkers info op kindermaat, maar ook als ouder kan je hier aan meewerken. [We helpen je hier alvast op weg.](#)

Tip

Heeft jouw kind een grote angst? Had jouw kind een traumatische ervaring in het ziekenhuis? Laat het weten aan een zorgverlener voor je bezoek aan het ziekenhuis. Dan zoeken we samen hoe we jouw kind goed kunnen helpen.

Positief taalgebruik

Bij zorgmomenten met kinderen kiezen we bewust voor positieve woorden. We zeggen bijvoorbeeld: "Ik ga nu bloed nemen. Dat voelt voor iedereen anders. Vertel maar wat jij nu voelt." We moedigen ouders aan om hetzelfde te doen. Zo vermijden we samen woorden als "prik", "naald" of "pijn". Die woorden roepen angst op, zelfs al staat er "niet" voor.

Samen met ouders

We zien ouders als een [bondgenoot](#). Ze spelen een belangrijke rol in het geruststellen van kinderen tijdens zorgmomenten in het ziekenhuis. Daarom mag je als ouder steeds jouw kind steeds vergezellen bij onderzoeken (enkel in uitzonderlijke gevallen niet) en mag je jouw kind in de operatiekamer begeleiden tot het in slaap valt. [Ook mag je als ouders steeds blijven overnachten in de kamer van je kind.](#)

Afleiding

Bij een onderzoek proberen we een gesprekje aan te knopen met het kind of hen af te leiden met een filmpje, spelletje of één van onze VR-brillen. Op die manier denkt het kind aan iets anders en is het automatisch minder gefixeerd op pijn.

Tip

Wist je dat jouw kind steeds een eigen knuffel of iets vertrouwds mag meenemen naar het ziekenhuis?

Kindvriendelijke omgeving

We proberen zoveel mogelijk prikkelarme, kindvriendelijke omgevingen te creëren in onze campussen. Wist je bijvoorbeeld dat we in één van onze operatiezalen in ZAS Paola werken met een interactieve projector? Kinderen kunnen er zelf het thema kiezen: een reis naar de ruimte of een heuse onderwaterwereld. Zo vallen ze ontspannen in slaap.

Hulpmiddelen

Als afleiding en voorspelbaarheid niet volstaan, zetten we in op andere hulpmiddelen. Zo werken we zoveel mogelijk met:

Toverzalf (Emla/Rapydan)

Toverzalf is een verdovende zalf die je kan aanbrengen voor een ingreep (bv. een bloedafname). Zo voelt je kind minder pijn op het moment zelf en is het minder angstig bij een eventuele volgende afspraak.

Vraag ernaar bij jouw arts of zorgverlener.

Buzzy

Buzzy is een klein bijtje met een trilfunctie en ijskoude vleugels, dat de pijnprikkel blokkeert. Bij een medische handeling zoals een bloedafname, inspuiting of vaccinatie, plaatsen we Buzzy boven of op de prikplaats. Door trillingen en koeling, sluit het de "poort" van de pijn, waardoor je kind minder pijn en stress voelt.

Drooomlucht (lachgas)

Drooomlucht is een lichte vorm van verdoving, die we toedienen via een masker. Het vermindert angst en pijn, maar je kind blijft wel wakker.

En baby's?

Bij de allerkleinsten gebruiken we soms suikerwater om de pijn prikkel te verminderen. De combinatie van suikerwater en het zuigen op een fopspeen heeft een pijnstillend effect. Als mama mag je ook steeds borstvoeding geven aan je kindje tijdens een procedure of onderzoek. Borstvoeding werkt pijnstillend. Daarbij zorgen de zuigreflex en vertrouwde omhelzing ervoor dat je kindje minder stress ervaart.

Niet enkel pediatrie

Kindvriendelijke zorg beperkt zich niet tot de kinderafdelingen. Wist je dat op alle campussen van ZAS enthousiaste zorgverleners optreden als ambassadeurs kindvriendelijke zorg? Ze bewaken de kindvriendelijke cultuur, delen tips, en passen nieuwe comforttechnieken toe. Zo maken we van het hele ziekenhuis - van onthaal, het operatiekwartier tot spoed- een kindvriendelijke plek.



“In het verleden kregen kinderen weinig inspraak, en verliep de behandeling vooral op de meest efficiënte manier voor de arts. Vandaag erkennen we dat ook kinderen recht hebben op een stem.”

– **dr. Frederic De Meulder**

Adjunct medisch directeur en voormalig diensthoofd
pediatrie in ZAS Vincentius



Meer lezen

- [Samen voor kindvriendelijke zorg: tips voor ouders](#)
- [Kan ik bij mijn kind blijven slapen in het ziekenhuis?](#)
- [Pijn bij kinderen](#)

Laatst bijgewerkt op 10/02/2026

Info ombudsdienst

Heb je een compliment of ben je niet tevreden?

Dat kan je via de website melden aan de Ombudsdienst: [zas.be/ombudsdienst](https://www.zas.be/ombudsdienst)

VU: Willeke Dijkhoffz, Kempenstraat 100, 2030 Antwerpen

Source: <https://www.zas.be/kindvriendelijke-zorg>