

Kraamafdeling

Het verlies van uw baby

Inhoudsopgave

Inleiding

Op de afdeling

- Afscheid nemen

- Verzorgen

- Watermethode

- Mogelijkheid om te praten

Onderzoek (obductie)

Uitvaartverzorger

Naar huis

- Broertjes en zusjes

- Reacties van uw omgeving

- Kraamzorg

- Moedermelk

Burgerlijke stand

Overlijdensbericht

Begrafenis of crematie

Rouwverwerking

- Waarom

- Familie, vrienden, lotgenoten

De nazorg

- Herdenkingsbijeenkomst

Tenslotte

Aanvullende informatie

Het verliezen van een baby tijdens de zwangerschap of tijdens of tijdens of vlak na de bevalling is een hele ingrijpende gebeurtenis en het rouwproces verloopt voor iedereen anders. Sommige ouders voelen zich tot hun verrassing rustig en gevoelloos alsof zij verlamd zijn. Dit kan een reactie zijn die het lichaam beschermt. Het gevoel van verlamming kan na verloop van tijd afnemen en ruimte maken voor het eigenlijke beleven van het verlies. Anderen zullen een gevoel van verdriet, onmacht of juist woede voelen opkomen. Al die verschillende gevoelens kunnen elkaar afwisselen. Het verlies kan nog erg onwerkelijk voelen en toch moet u veel gaan regelen. Deze informatie kan u daar misschien bij helpen en kan een aanvulling zijn op de gesprekken met de zorgverleners en met uw omgeving.

Op de afdeling

Afscheid nemen

Het afscheid nemen van uw baby begint vaak al op de afdeling. Misschien wilt u uw baby in uw armen nemen, kussen of knuffelen. Het zien en het vasthouden van uw baby kan u misschien verder helpen en u troosten. Ook eventuele broertjes of zusjes en andere dierbaren kunnen op die manier afscheid nemen. Ook zij kunnen behoefte hebben om de overleden baby te zien of aan te raken

Verzorgen

Na het overlijden van uw baby kunt, als u dat wilt, uw baby zelf verzorgen. Dit kan ook samen met een verpleegkundige. U kunt uw kindje wassen en aankleden zoals u dat graag wilt. Hier hebt u alle tijd voor. Ook kunt u foto's (laten) nemen, een voet of handafdruk laten maken of een haarlokje van de baby bewaren. U kunt hierbij altijd begeleiding en/of assistentie krijgen van de verpleegkundige, verloskundige en pedagogisch medewerker. Als u speciale wensen hebt die te maken hebben met uw geloofsovertuiging of culturele achtergrond, kunt u dit overleggen met de verpleegkundige.

Watermethode

Als uw baby tijdens de zwangerschap overleden is, bestaat ook de mogelijkheid om gebruik te maken van de watermethode. (zie de folder 'Watermethode')

Mogelijkheid om te praten

Als u met iemand van de afdeling wilt praten, kunt u een gesprek aanvragen met een verpleegkundige, verloskundige, arts of een maatschappelijk werker. Zij zijn altijd bereid met u te praten of uw vragen te beantwoorden.

Onderzoek

De arts zal u misschien vragen om obductie bij uw baby te mogen doen. Obductie betekent dat een arts (patholoog) na het overlijden onderzoek doet om meer informatie over de doodsoorzaak te krijgen. Hiervoor is uw toestemming nodig.

De uitkomsten van de obductie kunnen u misschien helpen bij het begrijpen van het overlijden van uw baby. Soms kan ook om erfelijke redenen onderzoek worden gedaan, bijvoorbeeld als u meer kinderen hebt of als u nog een kindwens hebt.

Als er obductie wordt gedaan, is de watermethode niet meer mogelijk.

U krijgt de folder "Informatie over obductie voor nabestaanden" mee, zodat u alles nog een keer kunt nalezen.

Soms wordt uw toestemming gevraagd voor het maken van een MRI-scan of een röntgenfoto om nog meer begrip over het overlijden te krijgen.

Uitvaartverzorger

De eerste dagen na het overlijden moet er veel geregeld worden. Vaak wordt hiervoor een uitvaartverzorger ingeschakeld. De uitvaartverzorger kan veel praktische zaken voor u regelen. Als u een uitvaartverzekering hebt, kan uw verzekeringsmaatschappij een uitvaartverzorger regelen, maar u kunt dit ook zelf doen. Met de uitvaartverzorger kunt u uw wensen en ideeën bespreken en kijken wat er mogelijk is bij het afscheid.

Naar huis

Als u het ziekenhuis mag verlaten, hangt het van uw wensen rondom obductie, begraven of cremeren af of uw baby met u mee naar huis gaat. De uitvaartverzorger kan het vervoer voor u regelen.

Broertjes en zusjes

Als u meer kinderen hebt, is het belangrijk om hen te vertellen over de geboorte en het overlijden van hun broertje of zusje. Ook zij hebben zich verheugd op de komst van de baby. Dit vertellen is vaak een zware taak. Er zijn (prenten) boeken die kunnen helpen bij dit gesprek.

Achterin de folder staan een paar titels van boeken die u zou kunnen gebruiken. Voor kinderen is het prettig als ze de informatie krijgen van hun ouders, dit is het meest vertrouwd.

Kinderen rouwen op hun eigen wijze. Het ene moment is er intens verdriet, het volgende moment kan het kind ontspannen spelen. Dit is normaal gedrag. Kinderen gaan vaak vragen stellen op het moment dat ze aan die informatie toe zijn. Probeer hen zoveel mogelijk te betrekken bij het afscheid. De pedagogisch medewerker kan u hierin adviseren.

Reacties van uw omgeving

Mensen in uw omgeving, vrienden en familie vinden het misschien moeilijk om met u te praten over het verlies van uw kind. De eerste woorden zijn meestal het lastigst. U kunt de drempel verlagen door zelf over uw verdriet of gevoelens te beginnen.

De eerste dagen en nachten zullen waarschijnlijk beheerst worden door gedachten aan de baby. Aarzel niet om medische hulp in te roepen. Het is niet vreemd als u veel huilt, droomt en praat over uw baby.

Kraamzorg

Na het overlijden van uw baby kunt u gebruik maken van kraamzorg. U kunt bij uw zorgverzekeraar informeren wat hierin de mogelijkheden zijn.

Moedermelk

Na de geboorte van een baby komt de productie van moedermelk op gang. Als uw baby overlijdt, zult u de productie van melk willen stoppen. Dit kunt u doen door het dragen van een stevige niet knellende bh. Voor advies of vragen kunt u hiervoor terecht bij uw zorgverlener.

De burgerlijke stand

Bij de burgerlijke stand gelden wettelijke regels voor het doen van aangifte van geboorte en overlijden:

- Levenloos geboren baby's, geboren vóór een zwangerschapsduur van 24 weken, hoeven wettelijk niet aangegeven te worden. Het mag wel als de ouders dat wensen.
- Levenloos geboren baby's, geboren na een zwangerschapsduur van 24 weken, moeten worden aangegeven in de plaats waar de baby is overleden. Dit kan worden gedaan door (één van) de ouders zelf, maar de ouders kunnen de uitvaartverzekeraar ook machtigen om dit te doen.
- Aangifte van de geboorte van een levend geboren baby moet worden gedaan door één van de ouders in de plaats waar de baby is geboren. Dit moet binnen 3 werkdagen worden gedaan. Als de ouders zelf geen aangifte kunnen doen, moet het gedaan worden door iemand die bij de geboorte aanwezig is geweest.
- Om aangifte te doen van overlijden, is er altijd een overlijdensverklaring van de arts nodig. De aangifte moet worden gedaan in de plaats waar de baby is overleden. Aangifte van geboorte en overlijden kan ook tegelijk plaatsvinden.
- Uw baby kan altijd in uw trouwboekje worden bijgeschreven, u mag dit ook zelf doen.

Overlijdensbericht

Een kaartje of een overlijdensbericht in de krant kan een manier zijn om het overlijden van uw baby bekend te maken. Soms wordt voor de geboorte en het overlijden 1 kaart gemaakt. Bij het maken van een kaart is veel mogelijk. U kunt bijvoorbeeld eigen papier, teksten en illustraties uitzoeken. Op de kaart kunt u uw eigen wensen aangeven, bijvoorbeeld of u bezoek wilt of dat u juist graag samen met u partner of gezin wilt zijn. Ook kunt u aangeven op welke manier u afscheid wilt nemen van uw baby. Als u de kaarten bij het postkantoor afgeeft worden ze zo snel mogelijk bezorgd.

Begrafenis of crematie

Levenloos geboren baby's met een zwangerschapsduur minder dan 24 weken vallen niet onder de Wet op de Lijkbezorging. Dit betekent dat begraven of cremeren niet verplicht is, maar het mag wel. U kunt dan bij de gemeente een verlof tot begraven of cremeren aanvragen.

U mag uw baby zelf begraven. Dit mag alleen op eigen grond of op grond waarvoor de eigenaar u toestemming heeft gegeven.

Als u uw baby niet zelf wilt (laten) begraven of cremeren, verzorgt het ziekenhuis een crematie bij het crematorium. U kunt hier zelf niet bij aanwezig zijn en ook is het niet te zeggen wanneer de crematie plaatsvindt. De kosten hiervoor zijn voor het ziekenhuis.

Ongeveer een week na de crematie krijgt u een bericht over de as bestemming. Als u geen bericht wilt ontvangen, kunt u dit aangeven bij de verpleegkundige.

U kunt de as opvragen en zelf verstrooien of in een urn bewaren. Hier zijn kosten aan verbonden.

Als u geen bestemming hebt voor de as, verstrooit het crematorium de as. Dit is kosteloos.

Baby's geboren na 24 weken zwangerschap moeten volgens de wet op officiële wijze begraven of gecremeerd te worden. De verantwoordelijkheid voor de organisatie hiervan ligt bij de ouder(s). U beslist met de uitvaartverzorger of er een begrafenis of een crematie zal plaatsvinden en hoe u dat wilt doen.

Als u geen financiële mogelijkheden hebt om een uitvaart te organiseren kunt u via de gemeente waarin uw kind is overleden een gemeentelijke uitvaart krijgen.

Het is aan te raden om eventuele broertjes of zusjes mee te nemen naar de plechtigheid. Het kan kinderen helpen een duidelijk besef van het overlijden te krijgen. Dit kan helpen bij de verwerking.

9 Rouwverwerking

Rouwverwerking is het proces waarbij u afscheid neemt van uw baby en daarna uw leven weer een invulling geeft. Er staat geen tijd voor de duur van een rouwproces.

Sommigen ouders willen voortdurend over hun verdriet en de baby praten, anderen willen dit juist niet en trekken zich meer terug. Sommige ouders kunnen alleen maar huilen, bij anderen willen de tranen juist niet komen. Soms hebben ouders het gevoel 'in een gat te vallen'. Andere ouders proberen hun gevoelens te verbergen en geven zich over aan hun dagelijkse bezigheden.

Waarom

Een brandende vraag die u kan bezighouden is: 'Waarom?'. Op de vraag waarom juist uw baby stierf, zal misschien nooit een antwoord komen. Het leren accepteren dat uw baby niet bij u is en niet zal opgroeien is een langdurig en pijnlijk proces. Hierover praten, kan helpen om de dingen helderder en realistischer te zien. Voor sommige mensen kan het geloof of een levensovertuiging ook troost bieden.

Familie, vrienden, lotgenoten

U kunt zeer verschillende, niet altijd even tactvolle reacties meemaken in uw omgeving. Meestal hebben ouders de eerste tijd het liefst vertrouwde mensen om zich heen. Familie, vrienden en burens kunnen een grote hulp zijn. Zij kunnen u met praktische dingen helpen. Zij kunnen naar u luisteren of simpelweg aanwezig zijn.

Mogelijkheden om met andere ouders/lotgenoten in contact te komen vindt u achterin deze folder onder 'Aanvullende informatie'

De nazorg

Als u naar huis gaat, bespreekt de verpleegkundige de nazorg met u. Als u vragen hebt, kunt u altijd contact opnemen met de afdeling. U kunt ook een gesprek aanvragen met een maatschappelijk werker.

Via uw huisarts kunt u een verwijzing krijgen naar een rouw- en verliestherapeut of een psycholoog.

3 en 6 weken na het overlijden van uw baby hebt u een nagesprek heeft met een gynaecoloog. Dit gesprek is bedoeld om vragen te stellen en informatie te krijgen, o.a. over de voorlopige uitslagen van de onderzoeken die zijn gedaan. Als u dat wilt, kan er ook een gesprek gepland worden met de verpleegkundige en/of verloskundige die bij de zorg betrokken waren. Als voorbereiding kunt u misschien de vragen die u bezighouden op papier zetten en deze meenemen, zodat u tijdens het gesprek niets vergeet.

Naast medische vragen is er ook ruimte om te vertellen hoe het met u gaat. De gesprekken kunnen emotioneel zijn, omdat u over verdrietige gebeurtenissen praat die in het ziekenhuis zijn gebeurd en die u door het gesprek herbeleeft.

Herdenkingsbijeenkomst

Eénmaal per jaar, op een vrijdag in november, wordt in samenwerking met de geestelijk verzorgers, een herdenkingsbijeenkomst georganiseerd voor ouders die een kindje hebben verloren in het ziekenhuis van Antonius. U en uw naasten worden hiervoor uitgenodigd.

Tenslotte

Het verlies van uw baby zal veel tijd en energie van u vragen. Elk jaar opnieuw zal de periode rondom de geboorte en het overlijden van uw baby een bijzondere en droevige tijd blijven. Het helpt veel ouders om de dingen die hen bezighouden op te schrijven.

Aanvullende informatie

Websites

www.steunpuntnova.nl

Hulpkaarten

www.stichtingpheron.nl

Stichting Phéron helpt door steun te bieden aan hen, die het verdriet moeten dragen van het verlies van een baby.

www.makeamemory.nl

De mogelijkheid bestaat om door een professionele fotograaf opnamen van uw kindje te laten maken, vanaf een zwangerschapsduur van 23 weken.

www.stichtingstill.nl

De mogelijkheid bestaat om door een professionele fotograaf opnamen van uw kindje te laten maken.

www.watermethode.nl

Hier wordt besproken wat de voordelen zijn om een overleden kindje na de geboorte in water te leggen.

www.lieve-engeltjes.nl

Stichting 'Lieve engeltjes' lotgenotencontact

De stichting heeft een contactgroep in de vorm van een mailinglijst. Er is bij deze stichting ook een mailinglijst voor grootouders.

www.hemelwieg.nl

Het toedekken van je kindje tijdens de watermethode.

www.stillelevens.nl

afscheid nemen van je baby.

www.troost.nl

Troost.nl is er voor iedereen die een kindje verliest en mist. Waar jij als ouder, maar ook mensen in jouw omgeving, informatie vindt die liefde, moed en kracht kan geven.

Organisaties

De Landelijke Zelfhulporganisatie 'Vereniging ouders van een overleden kind'
In Nederland bestaat een vereniging van ouders die een kind hebben verloren. Het doel van de vereniging is informatie te geven en het bieden van lotgenotenhulp, onder andere via gespreksgroepen. De organisatie heeft in het hele land contactpersonen. Wanneer u behoefte heeft om contact met deze organisatie te zoeken, aarzel dan niet.

Op de internetsite www.oudersoverledenkind.nl vindt u meer informatie.

Stichting 'In de wolken'

De stichting 'In de wolken' is gespecialiseerd in het geven van informatie en advies aan kinderen en jongeren die te maken hebben met verlies door de dood. De stichting geeft veel informatie via brochures en boeken.

www.in-de-wolken.nl

Stichting 'Achter de regenboog'

Deze organisatie maakt zich sterk voor verliesverwerking van kinderen en jongeren. Naast de opvang van kinderen verzorgt de stichting ook adviezen aan ouders; er wordt hulp geboden bij het steunen en opvangen van hun kinderen. www.achterderegenboog.nl

Boeken

Onderstaande boeken zijn een greep uit de boeken die gaan over overlijden en rouwverwerking.

Boeken geschikt voor broertjes en zusjes

‘Woezel & Pip - Dag lief Muisje’; Guusje Nederhorst ISBN 9789079738731
Gevoelig en toegankelijk prentenboek over het verliezen van een dierbare en afscheid nemen binnen de veilige en vertrouwde belevingswereld van de Tovertuin.

‘Kikker en het vogeltje’; Max Velthuis ISBN 9789025867782
Boek waarin Kikker een vogeltje vind en ontdekt wat dood zijn is.

‘Mijn zusje is een sterretje’; R van Lingen ISBN 9789081387019
hoe leg je een kind uit wat je zelf eigenlijk niet kunt bevatten.

‘Anders’; E. Corvers en M. Oud 9789081375245
dit boek opent het gesprek met je peuter of kleuter wanneer de zwangerschap anders gaat dan gehoopt.

‘Bedje in de wolken’; B van der Meulen en I Boter ISBN 9789060386200
Als in de lente Joeps zusje Maike te vroeg geboren wordt, blijkt dat zij maar kort kan blijven leven. Al heel vlug moeten papa, mama en Joep afscheid nemen van haar.

Boeken geschikt voor volwassenen

‘Kinderen helpen bij verlies’, Manu Keirse, ISBN 9789401465410

Gids voor ouders, leerkrachten, hulpverleners en familieleden om kinderen en jongeren te begeleiden tijdens verliessituaties.

‘Liever bij mij’, Irene van Wesel ISBN 9789082327922

Ervaringsverhalen van 33 ouders.

‘Schaduwkind’, P.F. Thomese, ISBN 9789025453190

Adembenemend relaas van het zoeken naar woorden na het verlies van je kind.

‘Stille baby’s’, Christine Geerinck-Vercammen, ISBN 9789029520591

Rouwverwerking bij doodgeboorte en zwangerschapsafbreking met dagboeken en brieven van ouders.

‘Zonnekind, hij was zo welkom’ van Monuta en de Pasman Stichting.

Het delen van de ervaring van ouders die zelf een kindje hebben verloren tijdens de zwangerschap.

‘Is mama nu een engel? Kinderen en de dood’ Gert Brinkhorst.

Wat gaat er in kinderen om en hoe kun je kinderen helpen bij het aanvaarden en begrijpen van de dood.

‘Help kinderen de dood begrijpen’ Amev-Ardanta N.V.

Wat vertel je kinderen wel of juist niet? Advies en inzicht in verschillende leeftijdscategorieën.

Hebt u opmerkingen of tips over de informatie in deze folder?

Wij ontvangen ze graag via folders@mijnantonius.nl